

# Sich einbringen bringt was!

**Machen Sie mit!**

**Wir suchen freiwillige, engagierte  
Helferinnen.**



FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH

## Wer wir sind

Gegründet 1978, hat das FrauenTherapie-Zentrum München heute zehn Einrichtungen mit über 120 Mitarbeiterinnen:

Beratungsstellen, Betreutes Einzelwohnen, Therapeutische Wohngemeinschaften, eine Tagesstätte sowie eine Ergotherapie-Praxis.

Wir sind da für Frauen mit:

- psychischen Problemen oder psychiatrischen Diagnosen
- einer Krebserkrankung oder Problemen mit Suchtmitteln (Medikamente, Alkohol)

Für alte und junge Frauen, mit und ohne Kinder, aller Nationalitäten und Lebensweisen, die Unterstützung brauchen.

## Sie können dabei sein

- Mit Ihrer ehrenamtlichen Mitarbeit
- Als Begleiterin und Kontaktperson für Frauen und/oder deren Kinder, die sich in bestimmten Lebenssituationen Hilfe wünschen
- Mit dem, was Sie gerne tun und was den Frauen hilft

**Ihr Engagement ist die perfekte Ergänzung zu unseren Angeboten!**

## Sie bringen mit

- Etwas Zeit für regelmäßiges oder einmaliges Engagement

- Interesse und Zuwendung für Frauen mit manchmal etwas eigenwilligem Verhalten und großen Stärken
- Ihre persönlichen und beruflichen Fähigkeiten und Interessen

## **Das könnten Sie zum Beispiel tun**

- Einzelnen Frauen oder einer Gruppe von Frauen etwas vermitteln, das Sie gut können, z. B. ein Instrument spielen, eine Sprache, etwas Kreatives ...
- Freizeitaktivitäten, Angebot einer regelmäßigen Kaffeerunde, gemeinsames Kochen ...
- Frauen regelmäßig zu ÄrztInnen, Ämtern usw. begleiten, bei bürokratischen Angelegenheiten unterstützen ...
- Alltagspraktische Unterstützung wie am PC, Deutsch üben, einkaufen, Stadtteilangebote erkunden ...
- Bei Renovierung oder Umzug helfen, oder gemeinsam ein Sommerfest organisieren ...

## **Das tun wir für Sie**

Als bürgerschaftlich Engagierte bieten wir Ihnen

- eine feste Ansprechpartnerin aus unserem Team, die Sie begleitet und anleitet
- eine regelmäßige Austauschmöglichkeit mit anderen bürgerschaftlich engagierten Frauen
- Begleitung und Coaching durch unsere Sozialpädagoginnen und Psychologinnen
- Schulungen, Versicherungsschutz und pauschale Aufwandsentschädigung

## Sich einbringen bringt's

- Freude schenken und Freude erfahren
- Ihre besonderen Fähigkeiten und Interessen anderen Frauen schenken und gemeinsam pflegen
- Neue Erfahrungen machen beim Kennenlernen von anderen Frauen und deren Lebensalltag
- Das gute Gefühl erleben, andere zu unterstützen und dabei Kontakte knüpfen
- Zeit sinnvoll gestalten
- Den Ein- oder Umstieg in ein neues Arbeitsfeld finden oder den Ausstieg mit Sinn füllen
- Zugehörigkeit zu einer Gruppe von engagierten Frauen erleben

## Wir freuen uns auf Sie!

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf!

Rufen Sie einfach an oder schreiben eine Mail.

Yvonne Bär, Dipl. Sozialpädagogin

Goethestr. 21, 80336 München

Tel: 089 411119-353

Fax: 089 411119-399

[buergerschaftliches.engagement@ftz-muenchen.de](mailto:buergerschaftliches.engagement@ftz-muenchen.de)

[www.ftz-muenchen.de](http://www.ftz-muenchen.de)