

Kooperationspartner

Beratungsstellen für ältere Menschen und Angehörige

Das Stadtgebiet ist unter den Beratungsstellen aufgeteilt. Sie können bei einer Stelle Ihrer Wahl anfragen.



E-Mail
Homepage

AWO München-Stadt
Gravelottestraße 16
81667 München
Tel. 089/66 61 633-0
beratungsstelle@awo-muenchen.de
www.awo-muenchen.de



Ansprechpartner
E-Mail
Homepage

Bayerisches Rotes Kreuz
Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige
Perchtinger Str. 5
81379 München
Tel. 089/2373 – 354 oder
Tel. 089/2373 – 363
Fax 089/2373 – 44 – 354
Markus Brucker
bst@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de



Ansprechpartnerin
E-Mail

Caritasverband
Caritas München Nord
Hildegard-von-Bingen-Anger 1–3
80937 München
Tel. 089/31 60 63 10
Shila Kundu
fachundberatungsstelle@caritasmuenchen.org



Landeshauptstadt München
Sozialreferat

Dieses Projekt
wird gefördert von:

Hilfe im Alter gGmbH der Inneren Mission München

Landshuter Allee 38 b
80637 München
Tel. 089/12 69 91-440
Ansprechpartnerin
E-Mail
Homepage



Anna Geiger
altenberatung@diakonie-muc-obb.de
www.hilfe-im-alter.de

Israelitische Kultusgemeinde München

St.-Jakobs-Platz 18
80331 München
Tel. 089/20 24 00 285
Ansprechpartner
E-Mail
Homepage



Yaniv Kutschinski
y.kutschinski@ikg-m.de
www.ikg-m.de

Paritätischer Wohlfahrtsverband

Hiltenspergerstraße 62
80796 München
Tel. 089/24 20 778-208
Ansprechpartnerin
E-Mail
Homepage



Petra Winter
beratungsstelle@paritaet-bayern.de
www.muenchen.paritaet-bayern.de

So funktioniert es:

1. Bevor Sie sich anmelden nehmen Sie Kontakt zu einer der sechs Beratungsstellen Ihrer Wahl auf.
2. Danach melden Sie sich zum Einführungskurs mit dem angehängten Formular an oder Sie rufen unter Tel. 089/54 58 05-0 an. **Bitte nennen Sie bei der Anmeldung Ihre Beratungsstelle.**
3. Ihre Daten werden entsprechend der gesetzlichen Datenschutzbestimmungen nur für innerbetriebliche Zwecke verwendet. Es gelten die Teilnahmebedingungen, die in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen und der Datenschutzerklärung des Münchner Bildungswerks (www.muenchner-bildungswerk.de) verankert sind.
4. Sollte die Veranstaltung nicht stattfinden bzw. bereits voll belegt sein, werden Sie benachrichtigt.
5. Im Einführungskurs erfahren Sie alles, was Sie zum Start als Postpatin oder Postpate wissen müssen.
6. Nach dem Kurs haben Sie ein persönliches Gespräch in der Beratungsstelle und schließen eine Vereinbarung.
7. Die Einsätze werden Ihnen von der Beratungsstelle vermittelt. Bei Ihrem ersten Einsatz als Postpat:in werden Sie begleitet

Ihre Ansprechpartnerin

Verena Schönleber M.A.,
Pädagogische Mitarbeiterin
Telefon: 089/54 58 05-43
E-Mail: v.schoenleber@muenchner-bildungswerk.de

Münchner Bildungswerk e.V.

Dachauer Straße 5
80335 München
Telefon 089/54 58 05-0
Telefax 089/54 58 05-25
mbw@muenchner-bildungswerk.de
www.muenchner-bildungswerk.de



Münchner
Bildungswerk

Triebbild: ©Stück_stevetcoleimages / Gestaltung: MBW | 1.500 Stück, Drz. 2025, Flyeralarm

Postpatenprojekt Frühjahr 2026

Ältere Menschen beim
Schriftverkehr unterstützen



Bildung
förderst
Engagement



Das **Postpatenprojekt** unterstützt ältere Menschen dabei, ihre Post zu ordnen und zu bearbeiten. Die ehrenamtlich tätigen Postpat:innen werden von einer der **sechs beteiligten Beratungsstellen** für ältere Menschen und ihre Angehörige vermittelt und begleitet. Der Einführungskurs bereitet Sie auf Ihre Tätigkeit vor.



Einsatz durch die Beratungsstellen für ältere Menschen und Angehörige

Nach dem Einführungskurs haben Sie ein persönliches Gespräch in der Beratungsstelle. Darauf schließen Sie eine Vereinbarung, damit Sie rechtlich abgesichert sind. Die Beratungsstelle vermittelt Sie an einen älteren Menschen, begleitet den Erstbesuch und unterstützt Sie während Ihres Engagements.

Regelmäßige Austauschtreffen und Fortbildungen runden das Angebot ab.

Ihre Interessen

- Sie möchten ältere Menschen in ihrer Selbständigkeit unterstützen.
- Sie ordnen gern.
- Behördliche Angelegenheiten gehen Ihnen leicht von der Hand.
- Sie suchen ein sinnstiftendes freiwilliges Engagement, das zeitlich begrenzt ist.

Ihre Aufgaben

- Sie unterstützen ältere Menschen in deren Zuhause beim Öffnen, Sortieren, Ablegen und Beantworten der Post.
- Sie besprechen und bearbeiten gemeinsam offizielle Schreiben und assistieren gegebenenfalls beim Ausfüllen von Formularen.
- Sie helfen bei der Zusammenstellung von Unterlagen für Anträge im häuslichen Umfeld des älteren Menschen.
- Sie stehen im regelmäßigen Kontakt mit dem Team der Beratungsstelle und sind im Austausch mit anderen Postpatinnen und Postpaten.

Unser Angebot

- Ein sinnvolles bürgerschaftliches Engagement mit zeitlicher Flexibilität
- Fachliche Begleitung
- Einführungskurs und Fortbildung
- Regelmäßigen Austausch und Reflexion mit anderen Engagierten
- Versicherungsschutz
- Erstattung von Auslagen

Infoveranstaltung

Termin/Zeit
! Anmeldung
Di 03.02.2026, 17.30 – 19.00 Uhr
bis Fr 30.01.2026

Ort
Münchener Bildungswerk, 2. Stock,
Dachauer Str. 5, 80335 München
gebührenfrei

Kurs-Nr.
[165741 \(Link zur Anmeldung\)](#)

Einführungskurs

Der Kurs vermittelt die Situation älterer Menschen mit Posthilfebedarf, die rechtlichen Grundlagen und Unterstützungsstrukturen in München sowie Grundlagen der Kommunikation und Fallarbeit.

Referent:innen Fachkräfte der Beratungsstellen;
Maria Faber, Lehrerin für Pflegeberufe;
Sybille Lohrer M.A., Sozialmanagerin

Kursleitung
Verena Schönleber M.A.,
Pädagogische Mitarbeiterin
5 Termine
Di 10.03./17.03./24.03./14.04./
21.04.2026

Zeit
! Anmeldung
17.30 – 20.00 Uhr
bis Di 03.03.2026

Ort
Münchener Bildungswerk, 2. Stock,
Dachauer Str. 5, 80335 München
gebührenfrei
[165740 \(Link zur Anmeldung\)](#)

Hinweis

Ihre Anmeldung muss von einer der sechs Beratungsstellen bestätigt werden.
Voraussetzung für ein Engagement als Postpat:in ist die Teilnahme an allen Modulen des Einführungskurses.

Was gefällt den Engagierten an ihrer Tätigkeit und dem Einführungskurs?

„Mir geht es im Leben gut und ich möchte etwas davon weitergeben. Ich merke, dass die Zeit, die ich schenke, den älteren Menschen guttut. Ich bin Postpatin, weil ich hier genau meine Stärken/mein Wissen einbringen kann.“

„Ich fand den Kurs extrem hilfreich, um uns auf die Rolle als Postpaten und Postpatinnen vorzubereiten. (...) Vielen Dank für den tollen Kurs!“

„Warum ich beim Postpatenprojekt mitarbeite? Ältere Menschen sind oft alleine und auf sich gestellt. (...) Für Essen, Trinken und die gesundheitliche Versorgung gibt es Lösungen, aber nicht für die alltäglichen Postangelegenheiten. Hier kann man mit überschaubarem Aufwand Großes bewirken.“

