

Postpaten- projekt Herbst 2026

Infoveranstaltung
Do 24.09.2026

Qualifizierungskurs
5x dienstags, ab 20.10.2026



Postpatenprojekt Herbst 2026

Das **Postpatenprojekt** unterstützt ältere Menschen dabei, ihre digitale und analoge Post zu ordnen und zu bearbeiten.

Der Qualifizierungskurs beim Münchner Bildungswerk bereitet Sie auf Ihr freiwilliges Engagement als Postpat:in vor.

Sie sind für eine von sechs Beratungsstellen für ältere Menschen und ihre Angehörigen in München tätig.



©shutterstock_shurkin_son_2384674063

Einsatz durch die Beratungsstellen für ältere Menschen und Angehörige

- Nach dem Qualifizierungskurs haben Sie ein persönliches Gespräch in der Beratungsstelle.
- Darauf schließen Sie eine Vereinbarung – so sind Sie rechtlich abgesichert.
- 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.

Ihr Interesse

- *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 unterstützen 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 Postpat:innen.*

Unser Angebot

- *Ein sinnvolles freiwilliges Engagement mit zeitlicher Flexibilität*
- *Fachliche Begleitung*
- *Qualifizierungskurs und Fortbildung*
- *Regelmäßiger Austausch mit anderen Engagierten*
- *Versicherungsschutz*
- *Erstattung von Auslagen*

Infoveranstaltung

Termin/Zeit Do 24.09.2026,
17.30 – 19.00 Uhr

Online

Kursgebühr gebührenfrei

[Kurs-Nr. 167926online \(Link zur Anmeldung\)](#)

Qualifizierungskurs

Themen des Kurses sind unter anderem:

- Situation älterer Menschen mit Posthilfe-Bedarf
- Tätigkeit und rechtlicher Rahmen
- Struktur der Unterstützungssysteme in München
- Kommunikation und Gesprächsführungen
- Fallbeispiele und Ihre Rolle

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

Kursleitung Verena Schönleber M.A.,
Pädagogische Mitarbeiterin

5 Termine 5x dienstags, 20.10./27.10./10.11./
17.11./24.11.2026

Zeit 17.30 – 20.00 Uhr

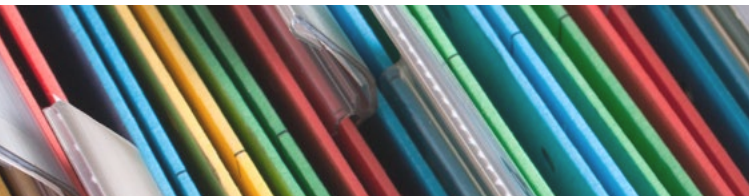
Online

Kursgebühr gebührenfrei

[Kurs-Nr. 167925online \(Link zur Anmeldung\)](#)

Hinweis

Bitte nehmen Sie Kontakt zu einer der Beratungsstellen auf, bevor Sie sich zum Qualifizierungskurs anmelden. Voraussetzung für ein Engagement als Postpat:in ist die Teilnahme an allen Modulen des Einführungskurses.



Erfahrungen und positive Eindrücke der Teilnehmenden:

„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.“

Frau P.

„Warum ich beim Postpatenprojekt mitarbeitete? 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.“

Herr D.

„Ich fand den Kurs extrem hilfreich, um uns auf die Rolle als Postpaten und Postpatinnen vorzubereiten. Obwohl der Kurs online stattgefunden hat, war es toll, dass so viele interaktive Elemente und Gruppenräume eingebaut waren, so dass wir auch in Kontakt mit den anderen Teilnehmenden treten konnten. Vielen Dank für den tollen Kurs!“

Frau K.



Kooperationspartner

Beratungsstellen für ältere Menschen und Angehörige

Als Postpat:in sind Sie für eine der folgenden Beratungsstellen in München tätig. Sie können wohnortnah oder 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. 089/23 73 – 354 oder
Tel. 089/23 73 – 363
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

**Dieses Projekt
wird gefördert von:**



**Landeshauptstadt
München
Sozialreferat**



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

Diakonie 

München und Oberbayern

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



Israelitische
Kultusgemeinde
München
und Oberbayern

Paritätischer Wohlfahrtsverband

Hiltenspergerstraße 62

80796 München

Tel. 089/24 20 778-208

Ansprechpartnerin

E-Mail

Homepage

Michaela Ringseisen

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 an oder Sie rufen unter Tel. 089/54 58 05-0 an. Bitte nennen Sie bei der Anmeldung Ihre Beratungsstelle.

Anmeldung

E-Mail: sekretariat@muenchner-bildungswerk.de

Telefon: 089/54 58 05-0

Internet: www.muenchner-bildungswerk.de

Ihre Ansprechpartnerin

*Verena Schönleber M.A.,
Pädagogische Mitarbeiterin*

Telefon: 089/54 58 05-43

E-Mail: vschoenleber@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**

