

Zeigt, wie ihr es seht.

Stellt euer Engagement für
euer Viertel vor.

Macht mit beim Münchner
Nachbarschaftspreis 2025.



Zeigt, was ihr macht.

Stellt euer Engagement für
euer Viertel vor.

Macht mit beim Münchner
Nachbarschaftspreis 2025.



Zeigt, was ihr fühlt.

Stellt euer Engagement für
euer Viertel vor.

Macht mit beim Münchner
Nachbarschaftspreis 2025.



Zeigt, wie ihr denkt.

Stellt euer Engagement für
euer Viertel vor.

Macht mit beim Münchner
Nachbarschaftspreis 2025.





INHALTSVERZEICHNIS

Ein Kreislaufschrack in Neuhausen – Barrierefrei teilen, nachhaltig verbinden	3
Familienkreis Harlaching	4
Dorfsenioren Olympiadorf e.V.....	5
Entenbachplatz.....	6
laim_up	7
Für ein besseres Miteinander	8
Rosis Riesiger Bouldertreff	9
Bellevue Dachsportplatz	10
Elisabethenverein Bogenhausen – Unterstützung für SeniorInnen im Viertel.....	11
Gruppenfreundschaften.....	12
Gemeinsam gegen Einsam in München.....	13
Bewegende Begegnungen.....	14
Bunte Töpfe	15
Start with a Friend – SwaF Tandem.....	16

Ein Kreislaufschränk in Neuhausen – Barrierefrei teilen, nachhaltig verbinden

Einreichende Organisation

Kreislaufschränke München e.V.
www.kreislaufschraenke.de



Stadtviertel

Neuhausen

Beschreibung des Projekts

Am Neuhausener Dom-Pedro-Platz wird im Herbst 2025 ein innovativer, barrierefreier Kreislaufschränk aufgebaut. Dort können gut erhaltene, gebrauchte Alltagsgegenstände kostenlos abgegeben und entnommen werden. Unser Projekt verbindet ökologische Nachhaltigkeit mit sozialem Engagement und schafft eine inklusive Nachbarschaft. Menschen mit unterschiedlichen sozialen, finanziellen und kulturellen Hintergründen kommen zusammen und Teilhabe ist für Alle möglich. Ein Kreislaufschränk fördert die Kultur des Teilens, schont Ressourcen und schafft einen sozialen Begegnungsort, an dem alle Menschen aus der Nachbarschaft unkompliziert miteinander in Kontakt kommen. An der Entstehung und in der anschließenden Betreuung sind sowohl die umliegenden Institutionen (MÜNCHENSTIFT, Christuskirche, Grundschule), als auch interessierte Nachbar*innen aktiv beteiligt. Erstmals bilden sich Tandems aus Senior*innen der MÜNCHENSTIFT und jüngeren Menschen aus der Grundschule und der näheren Nachbarschaft. Sie übernehmen gemeinsam Patenschaften für den Kreislaufschränk und räumen an einem festen Tag gemeinsam auf. Der Kreislaufschränk wird mit einem quirligen Straßenfest eingeweiht. Regelmäßig lädt der Verein am Dom-Pedro-Platz zu offenen Treffen und dem Verschenk-Ritual „Bring Dein Ding“ ein. Indem wir diese zwanglosen Begegnungen ermöglichen, fördern wir nicht nur den Zusammenhalt im Viertel, sondern tragen auch zur Förderung der Toleranz und des gegenseitigen Verständnisses bei.



Stiftung **Daheim im Viertel**

Familienkreis Harlaching

Einreichende Organisation

Familienkreis Hl. Familie e.V.
www.familienkreis-harlaching.de



Stadtviertel

Obergiesing/Harlaching

Beschreibung des Projekts

Unsere Ziele und Werte: Unser Ziel ist es, niederschwellige Begegnungs- und Bildungsangebote zu schaffen, die für alle Menschen – unabhängig von Herkunft, sozialem Status oder religiöser Zugehörigkeit – offen sind. Dabei legen wir besonderen Wert auf:

- **Gemeinschaft und Austausch:** Wir bieten Raum für Begegnung, in dem Familien sich kennenlernen, vernetzen und gegenseitig unterstützen können.
- **Nachhaltigkeit und Werteorientierung:** Unsere Angebote basieren auf christlichen Grundwerten wie Nächstenliebe, Solidarität und Respekt sowie dem Prinzip der ökologischen und sozialen Nachhaltigkeit.
- **Chancengleichheit und soziale Teilhabe:** Durch kostenfreie „Support“-Plätze ermöglichen wir auch Familien mit geringem Einkommen die Teilnahme an unseren Kursen und Veranstaltungen.

Umsetzung:

- **Soziale Integration:** Ein Begegnungsort für Familien für soziale Teilhabe, gegen Einsamkeit
- **Frühe Förderung für Kinder:** Vielfältige Bildungs- und Bewegungsangebote zur Unterstützung der körperlichen, geistigen und sozialen Entwicklung
- **Gesundheit und Bewegung:** Kurse für Mütter und Familien helfen, einen gesunden Lebensstil zu fördern.
- **Kulturelle Vielfalt:** Mit Workshops und Veranstaltungen bringen wir Kunst, Musik und Kreativität in die Nachbarschaft.
- **Chancengerechtigkeit:** kostenfreie Plätze ermöglichen auch einkommensschwachen Familien die Teilhabe.



Harlachinger Frühlings
SPEKTAKEL

MÄRZ
FREITAG | 28 | 14-21 UHR
2025

EMMAUSKIRCHE
LAURINPLATZ HARLACHING
LANGOARDENSTRASSE 18
81545 MÜNCHEN

Kulinarisch | Sozial | Inklusiv | Kulturell

INFORMATIONEN & KONTAKT:
INFO@FAMILIENKREIS-HARLACHING.DE

**SPEKTAKEL
Programm**

Kulinarisch | Sozial | Inklusiv | Kulturell

Das erwartet sie:

- Soziale Einrichtungen aus Harlaching stellen sich vor
- Finden sie ein ehrenamtliches Engagement
- Lokale Einzelhändler

Rahmenprogramm:

- Bastelaktionen
- Vorlesezimmer
- LIVE-Musik & Unterhaltung

Food & Drinks

Wir freuen uns auf einen lebendigen Tag in der Nachbarschaft!

Dorfsenioren Olympiadorf e.V.

Einreichende Organisation

Dorfsenioren Olympiadorf e.V.

Stadtviertel

Milbertshofen am Hart Stadtbezirk 11,
speziell im Olympischen Dorf



**2. Preis
7.500 €**

Beschreibung des Projekts

Der gemeinnützige Verein der Dorfsenioren Olympiadorf e.V. wurde am 25.9.1985 von Gräfin Zech-Burkersroda, einer Bewohnerin des Olympiadorfs, gegründet. Der Verein stellte sich von Anfang an die Aufgabe der Unterstützung der Senioren im Olympiadorf. Der Mitgliedsbeitrag betrug 50 DM, heute immer noch 25€/Jahr. Gräfin Zech-Burkersroda vermachte dem Verein 3 Wohnungen, diese wurden alten Menschen zu einem Mietpreis unterhalb des Mietspiegels zur Verfügung gestellt und sicherten ihnen so einen Verbleib im Olympiadorf.

Ein Hauptziel des gemeinnützigen Vereins ist älteren Menschen im Olympischen Dorf durch das Angebot an Helfern (zurzeit 11 Helfer) und das Angebot an günstigen Mietwohnungen zu ermöglichen möglichst lange selbstständig im Olympischen Dorf leben zu können.



Stiftung **Daheim im Viertel**

Entenbachplatz

Einreichende Organisation

Schaufel und Ente e.V.
www.entenbachplatz.de



Stadtviertel

Südliche Au

Beschreibung des Projekts

Es begann mit der Kontroverse um ein Verkehrsprojekt in unserer Nachbarschaft, welches die Au in zwei Lager spaltete. Engagierte Nachbarn beider Seiten taten sich zusammen, um das Gemeinsame zu finden und miteinander anzupacken. Man ist sich nicht einig über Parkplätze, aber jeder wollte, dass dieser eine brachliegende Platz in unserer Nachbarschaft schöner wird.

Also haben wir's getan und fingen an, ein Matschloch in einen grünen Ort der Begegnung zu wandeln. Wir brüteten über Pflanzplänen und Raumskizzen. Dann konnten wir kommunale Verantwortungsträger überzeugen, es als Anwohner in unserer Freizeit hinzubekommen, diese ehemalige Verkehrsfläche in einen einladenden Gartenplatz zu wandeln. Daraufhin wurde gearbeitet. Nun grünt es am Entenbachplatz in der Au.

Der Entenbachplatz ist unsere kleine Oase in der Au. Anwohner können hier gärtnern, entspannen und Gemüse ziehen. Immer wieder organisieren wir kleine kulturelle Events. Wir sind eine bunte Gruppe allen Alters und vieler Hintergründe und offen für jede und jeden aus unserem Viertel. Der eine verweilt hier nur einige Minuten in der Sonne, ein Anderer lässt sein Kleinkind auf der Wiese herumtollen und noch jemand findet hier den Garten, den seine Wohnung nie bieten konnte. Hier kommen Menschen zusammen, finden Ruhe, oder Beschäftigung.



laim_up

Einreichende Organisation

laim_up e.V.
www.laim-up.de

Stadtviertel

München Laim



Beschreibung des Projekts

Seit 2021 ist laim_up Anlaufstelle für alt und jung, migriert und alteingesessen, weniger gut oder gut situiert, kurz: für alle Menschen im Münchner Stadtteil Laim. Mit dem laim_up Laden ohne Konsumzwang, Workshops, Ausstellungen, Veranstaltungen und einer offenen Türe, setzt laim_up einen Gegenpol zu Abschottung, Menschenfeindlichkeit, Vorurteilen, Rückzug, Einsamkeit oder rechtsextremen Entwicklungen. Mit vielen interkulturellen Ideen und Umsetzungsbereitschaft bietet laim_up den Menschen im Stadtteil Gelegenheit, die Initiative für gutes Zusammenleben und einen lebenswerten Stadtteil selbst in die Hand zu nehmen.

Wir -Künstler*innen, Handwerker*innen, Wissenschaftler*innen, Ingenieur*innen, Erfinder*innen Nachbar*innen - planen und realisieren Austauschforen, Kunst- und Kulturprojekte, die kostenfrei für alle Bewohner*innen zugänglich sind. Mit kleinen und großen Events, wie Freiluftkino, TAVOLATA oder Performances sprechen wir viele Lebensbereiche an und verbinden darüber Themen, Menschen und Orte. Highlights waren 2023 das Festival M_igrati_on mit 13 Veranstaltungen an 10 Orten im Stadtteil, das internationale Konzert mit AWA Khiwe im Zirkuszelt 2024 und das Laim-türkische Ausstellungsprojekt „Wurzeln berühren“ 2025. Es ist die Vielfalt der Ideen und Aktionsformen gekoppelt mit interkultureller Freundlichkeit, die Hemmschwellen reduziert, das Zusammenkommen für viele anregend und interessant sein lässt, Neugier und Lust aneinander und zur Beteiligung weckt.



Stiftung **Daheim im Viertel**

Für ein besseres Miteinander

Einreichende Organisation

Seniorpartner in School e.V.
www.sis-bayern.de



Stadtviertel

Aubing, Au-Haidhausen, Berg am Laim, Laim, Moosach, Neuhausen, Nymphenburg, Pasing, Obergiesing, Obersendling, Schwabing, Solln

Beschreibung des Projekts

Unsere Vision ist es, zu einem gelingenden menschlichen Miteinander in der Gesellschaft beizutragen. Seniorpartner in School (SiS) unterstützt Kinder, Konflikte durch Mediationen und Einzelgespräche zu lösen. Dafür bilden wir Menschen in der dritten Lebensphase in einer gründlichen Ausbildung von 80 Stunden zu ehrenamtlichen Schulmediator*innen aus und vermitteln sie an Münchner Grundschulen. Im 2er Team sind sie jede Woche an einem festen Tag 4-6 Stunden im „Raum der guten Lösung“ an ihrer Schule vor Ort und stehen den Kindern für vertrauliche Gespräche und Konfliktklärungen zur Verfügung. SiS reduziert die jungen Menschen nicht auf ihre Rolle als Schüler, sondern stellt sie mit ihren persönlichen Anliegen und Nöten in den Mittelpunkt. Als lebenserfahrene „Seniors“ nehmen wir sie ernst und begegnen ihnen in Mediationen und Einzelgesprächen in Augenhöhe. Das eröffnet für die Kinder die Chance, die eigenen Sichtweisen, Gefühle und Bedürfnisse zur Sprache zu bringen und selbstbestimmte Lösungen für Probleme und Konflikte zu finden, kurzum: zu wachsen und zu reifen, letztendlich demokratiefähig zu werden. Unsere Arbeit kommt nicht nur den Kindern zugute, sie ist auch ein wertvolles Angebot für die Generation 55+ zum gesellschaftlichen Engagement und zur sinnvollen Mitwirkung im Bildungsprozeß. Die enge Einbindung in die Schulgemeinschaft im Sprengel fördert das gegenseitige Verständnis der Generationen: SiS baut eine Brücke zwischen jung und alt.



Stiftung **Daheim im Viertel**

Rosis Riesiger Bouldertreff

Einreichende Organisation

QuarterM gGmbH / Kraxlkollektiv
www.trambahnhäusl.de,
www.kraxlkollektiv.de


 Sonderpreis
2.000 €

Stadtviertel

Ramersdorf

Beschreibung des Projekts

"Rosis Riesiger Bouldertreff" ist eine Kooperation des Kraxlkollektivs und des Nachbarschaftstreffs Trambahnhäusl, mit dem Ziel, die öffentliche Boulderanlage "Riesige Rosi" in der Unterführung Rosenheimer Str. / Kirchseeoner Str. als einen Ort der gleichberechtigten Teilhabe erfahrbar zu machen und Nachbar*innen und Besucher*innen einander näher zu bringen.

Einmal im Monat an einem Freitag wird das Trambahnhäusl zu einer kostenfreien Ausleihstation, spendenbasiertem Café und Treff für Freunde des Boulderns und denen, die es vielleicht werden wollen. Jede und Jeder ist willkommen, sich kostenlos Boulderschuhe auszuleihen, die extra für den Bouldertreff angeschafft wurden und für kleine und große Füße zur Verfügung stehen. Für das Entleihen werden keine Kautions- oder Pfand erhoben, alles ist so niedrigschwellig wie möglich. Vom Kraxlkollektiv und dem Trambahnhäusl sind immer mehrere Akteure vor Ort, um die Bouldernden bei der Schuhauswahl und dem Bouldern zu unterstützen oder auch nur für ein Gespräch da zu sein.

Ein besonderer Augenmerk liegt darauf, die sehr unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen in Ramersdorf stärker zu vernetzen und Jugendlichen und jungen Familien eine attraktive Freizeitbeschäftigung bieten zu können.

gezeigt. Durch die Niedrigschwelligkeit des Bouldertreffs "trauen" sich auch Nachbar*innen zu uns, die zu anderen Veranstaltungen weniger kommen würden.



KRAXL KOLLEKTIV
www.kraxlkollektiv.de

gratuit provided

RAMERSDORF
Zentrum Leben

Rosis riesiger Bouldertreff!

Gratisverleih Kletterschuhe & Crashpads

Neu: jetzt ganz viele Kinderboulderschuhe!

Trambahnhäusl
Rosenheimer Str. 238
81669 München
gegenüber vom „Alten Wirt“

Termine 2025:

14. Feb.	14. März	11. April
16. Mai	27. Juni	18. Juli
19. Sept.	17. Okt.	14. Nov.

jeweils Freitag 15-20 Uhr

Du warst noch nie Bouldern? Komm einfach vorbei und probier es aus. Wir verleihen gratis Kletterschuhe, Chalkbags und Crashpads.

Du warst schon mal Bouldern? Komm einfach vorbei, zum Bouldern, Trainieren, Leute treffen...

Ausrüstung und Getränke gibt's im Trambahnhäusl.

DAV
Deutscher Alpenverein
München & Oberland

Bellevue Dachsportplatz

Einreichende Organisation

Bellevue di Monaco eG
b.bergau@bellevuedimonaco.de



Stadtviertel

Gärtnerplatzviertel

Beschreibung des Projekts

Auf dem Dach des Bellevue di Monaco befindet sich ein öffentlich zugänglicher Dachsportplatz – ein einzigartiger Ort über den Dächern der Stadt, der Bewegung, Begegnung und Integration fördert. Das Bellevue di Monaco ist eine Sozialgenossenschaft, die drei Häuser in der Müllerstraße in Erbpacht übernommen hat und dort ein Wohn- und Kulturzentrum für Geflüchtete betreibt. Hier leben Menschen mit Fluchterfahrung, begleitet von einem vielfältigen Beratungs- und Kulturangebot. Im angeschlossenen Café arbeiten Geflüchtete und schaffen einen Ort der Begegnung für alle. Der Dachsportplatz steht sowohl den Bewohner*innen des Bellevue als auch der Nachbarschaft kostenlos zur Verfügung und bietet mit zwei Fußballtoren und einem Basketballkorb Raum für Sport, Spiel und Austausch. Der tägliche Betrieb wird in Kooperation mit "Bunt Kickt Gut" eV organisiert. Alle Interessierten können den Platz kostenlos per Email bei Bunt Kickt Gut eV buchen, vor Ort empfangen ehrenamtliche Helfer*innen die Gruppen. Regelmäßig findet auch ein kostenloses, offenes Stadtteiltraining für Kinder statt. Das Bellevue bietet auf dem Dachsportplatz auch regelmäßiges Fußballtraining für Menschen mit Fluchthintergrund an.



Stiftung **Daheim im Viertel**

Gemeinnützige Stiftung privaten Rechts • Stiftungsvorstand: Christian Stupka, Thomas Schimmel, Nicole Manz • Vorsitzende des Stiftungsrats: Ariane Groß
Bank für Sozialwirtschaft (BFS) IBAN DE86 3702 0500 0001 7958 00

Elisabethenverein Bogenhausen – Unterstützung für SeniorInnen im Viertel

Einreichende Organisation

Elisabethenverein Bogenhausen
<https://elisabethenverein-bogenhausen.de/>

Stadtviertel

Bogenhausen/ München Ost

Beschreibung des Projekts

Wohl jeder kennt den Sketch „Dinner for one oder der 90. Geburtstag“. Ganz allein sitzt die ältere Dame Miss Sophie am Tisch und will ihren Geburtstag feiern. Gesellschaft hat sie keine, denn alle ihre Freunde sind verstorben. Was in dem Sketch so lustig wirkt, ist im echten Leben oft eine traurige Angelegenheit.

Einsamkeit gibt es in jedem Viertel, egal ob arm oder reich. Das muss nicht sein. Der Elisabethenverein leistet Nachbarschaftshilfe nach dem Kirchturmprinzip, also immer in der Nähe und im eigenen Viertel.

Konkret kümmern wir uns mit regelmäßigen Besuchen, unter anderem zu Geburtstagen, kleinen Päckchen zu Ostern und Weihnachten und regelmäßigen gemeinsamen Mittagessen um einsame und ältere Mitbürger und mit finanzieller Unterstützung im Einzelfall um ältere Bedürftige im Viertel. Neu ist unsere Ü50-Party (naja, eher Ü70), bei der wir Senioren in einer Vernissage Künstler vorstellen und eine netten fr frühen Abend zusammenverbringen.



Gruppenfreundschaften

Einreichende Organisation

Arbeitsgruppe Buhlstrasse. e.V.
www.treff-mosaik.de



Stadtviertel

Nymphenburg-Süd

Beschreibung des Projekts

Im Nachbarschaftstreff Mosaik treffen sich Menschen aus ca. 27 Ländern im Alter zwischen 0 und 85 Jahren, mit uns ohne Beeinträchtigungen, mit mehr oder weniger Geld. Sie leiten oder besuchen die 30 Gruppen des Hauses-fast jede*r findet hier irgendein Thema oder Angebot.

Das Projekt "Gruppenfreundschaft" versucht nun, innergesellschaftliche Grenzen zu überwinden und hierdurch zu mehr Verständigung, Abbau von Vorurteilen und Ängsten beizutragen: Miteinander reden, statt übereinander. Das Projekt "Gruppenfreundschaften" startete Anfang Februar. Zunächst wählten alle Gruppenleitung sich mehrere andere- möglichst thematisch unbekannte oder "fremde" Gruppen aus, mit denen sie 2025 eine Gruppenfreundschaft etablieren würden.

Wählten sich zwei Gruppen jeweils gegenseitig, gab es einen "match". Manche Gruppen hatten bis zu 6 matches, andere keinen.

Aktuell beginnen die Gruppenleitungen bereits, konkrete Ideen zu entwickeln, was sie im Rahmen ihrer Freundschaften miteinander unternehmen wollen. So ist beispielsweise bereits ein gemeinsames Fastenbrechen der türkischen und afrikanischen Tanzgruppe geplant. Die irakische, türkische und Seniorinnen-Frühstücksgruppen werden gemeinsam ein bayerisch-orientalisches Frühstück veranstalten, die japanische Tangle-Zeichen Gruppe, die südafrikanische Bastelgruppe und die Kochgruppe für Menschen mit Depressionen planen etwas miteinander. Im Klimatreff erklären türkische Frauen, wie man Käse herstellt. Und wir sind erst am Anfang :)



Gemeinsam gegen Einsam in München

Einreichende Organisation

Freunde alter Menschen e.V.
www.famev.de



Stadtviertel

Sending und München Stadtgebiet

Beschreibung des Projekts

In München, wo hinter jeder zweiten Wohnungstür nur eine Person lebt, gewinnt die Bekämpfung der Einsamkeit alter Menschen zunehmend an Bedeutung. Der Verein "Freunde alter Menschen" setzt sich seit 2021 aktiv dafür ein, dieser Herausforderung zu begegnen. Im Mittelpunkt der Arbeit steht die Vermittlung von Besuchspartnerschaften zwischen Jung und Alt, ein Konzept, das sich nahtlos in die breitere Quartiersarbeit der Stadt einfügt.

Die Besuchspartnerschaften zielen darauf ab, dauerhafte Freundschaften vor Ort zu schaffen, die auf gegenseitigem Respekt und Wertschätzung basieren. Sie bieten alten Menschen, die oft nicht mehr mobil sind, die Möglichkeit, soziale Kontakte zu pflegen und neue Lebensfreude zu gewinnen. Der Verein legt großen Wert darauf, dass beide Seiten - sowohl die alten Menschen als auch die Freiwilligen - frei entscheiden können, mit wem sie eine Partnerschaft eingehen möchten.



Die Initiative passt gut in das Quartierskonzept Münchens, das darauf abzielt, älteren und unterstützungsbedürftigen Menschen ein Leben in ihrer vertrauten Umgebung zu ermöglichen.

Bewegende Begegnungen

Einreichende Organisation

JUNO - eine Stimme für geflüchtete Frauen
www.juno-munich.org



Stadtviertel

Pilot in Schwabing. Ausweitung auf andere Viertel geplant

Beschreibung des Projekts

Mit unseren „Bewegenden Begegnungen“ bringen wir Menschen zusammen, die kaum bis keine Berührungspunkte haben: Senior:innen und Frauen mit Fluchtgeschichte. Wir bieten aktive Lösungen gegen krankmachende Einsamkeit, Isolation und Bewegungsmangel & nehmen die Angst vor den "Fremden".

JUNO ermöglicht seit 9 Jahren Begegnung zwischen geflüchteten und einheimischen Frauen. Mit den „Bewegenden Begegnungen“ weiten wir unsere Begegnungsorte aus und bringen zwei isolierte Gruppen zusammen, die aus unterschiedlichen Gründen wenig Möglichkeiten zur gesellschaftlichen Teilhabe haben. Passend zur ressortübergreifende Strategie gegen Einsamkeit der Bundesregierung möchten wir durch persönliche Begegnungen Einsamkeit vorbeugen und dazu Vorurteile und Berührungsängste abbauen, den Spracherwerb unterstützen und eine buntere Gesellschaft ermöglichen. Wir verringern soziale Isolation und Einsamkeit, erleichtern Integration und setzen all den negativen Schlagzeilen von Migration ein positives Beispiel entgegen. Wir möchten Kontakte knüpfen, die ungewollte Isolation aufbrechen und durch Begegnung mit Bewegungsangeboten die psychische und physische Gesundheit fördern. Im Vordergrund stehen Angebote, die Spaß machen und ohne großen Aufwand ausgeführt werden können. Wie z.B. Sitzfußball mit großen Bällen, Tischkicker mit Pappkartons, Schlägerspiele mit Luftballons etc..

Wir möchten dazu beitragen, dass die Gesellschaft ein bisschen interkultureller sowie alters- und fremdenfreundlicher wird.



Bunte Töpfe

Einreichende Organisation

Beratungsdienste der AWO München gGmbH
awo-carl.de



Stadtviertel

Neuperlach-Süd

Beschreibung des Projekts

Bei unseren Kochveranstaltungen für Frauen aus der Nachbarschaft kommen Frauen unterschiedlicher Herkunft zusammen, um gemeinsam traditionelle Gerichte aus ihren Heimatländern zuzubereiten. Diese Treffen bieten eine wertvolle Gelegenheit für interkulturellen Austausch und ermöglichen den Teilnehmerinnen, ihre kulinarischen Traditionen in einem unterstützenden und wertschätzenden Umfeld zu teilen.

Während des Kochens tauschen die Frauen nicht nur Rezepte und Kochtechniken aus, sondern auch Geschichten über ihre Kulturen, Bräuche und persönlichen Erfahrungen. Dieser Dialog fördert ein tieferes Verständnis füreinander und trägt dazu bei, Vorurteile abzubauen und Gemeinsamkeiten zu entdecken. Die gemeinsame Aktivität des Kochens und Essens schafft eine verbindende Erfahrung, die das Gemeinschaftsgefühl unter den Frauen im Quartier stärkt und neue Freundschaften entstehen lässt.

Unabhängig von Sprachkenntnissen entdecken sie durch ihre aktive Teilnahme an unserem Projekt die Bedeutung und den Wert eigener ehrenamtlicher Arbeit und wie sie selbst einen positiven Beitrag zur Gesellschaft leisten können. Dies fördert nicht nur ihre persönliche Entwicklung, sondern wirkt auch der häufig ausgeprägten Isolation von Frauen mit Migrationsgeschichte in unserer Nachbarschaft entgegen.



Stiftung **Daheim im Viertel**

Start with a Friend – SwaF Tandem

Einreichende Organisation

Start with a Friend e.V.

<https://www.start-with-a-friend.de>



**Joker-Preis
1.000 €**

Stadtviertel

ganz München, besonders stark im Glockenbachviertel und der Maxvorstadt

Beschreibung des Projekts

Wir bringen Menschen mit und ohne Einwanderungsgeschichten in freundschaftlichen Kontakt miteinander - in vertrauensvollen Tandembeziehungen und vielfältigen Communities.

So erleichtern wir das Ankommen, gegenseitige Empathie, Wertschätzung und ermöglichen die praktische Gestaltung einer Einwanderungsgesellschaft, in der Menschen mit vielfältigen Geschichten zusammenleben.

Tandems finden in verschiedenen Formen statt und sind immer bedarfsorientiert, individuell und freundschaftlich. Die Begleitung ist persönlich, diversitätsorientiert und rassistus-/antisemitismus-/diskriminierungskritisch. Die Tandems sind so unterschiedlich, wie die Menschen, die mitmachen. In manchen Tandems heißt das zunächst, das Ankommen zu erleichtern. Oder sich vertrauensvoll über eigene Erfahrungen und Lebensrealitäten auszutauschen. Und manchmal heißt es, sich gegenseitig zu stärken, ein aktiver Teil der Gesellschaft zu sein. Das sind Begegnungen, in denen im Kleinen gelernt und vorgelebt werden kann, was wir uns im Großen für eine plurale Demokratie wünschen. Auf diese Weise verlernen wir zudem eigene stigmatisierende Denkmuster. Wir entwickeln Bewusstsein und Empathie füreinander und stärken ein wertschätzendes und empathisches Miteinander. Die lokalen SwaF Communities werden von allen Mitgliedern gleichberechtigt gestaltet. Sie bieten einen Ort, um sich auszutauschen und zu lernen – miteinander und voneinander. Und um gemeinsam Spaß zu haben.



**ÜBER
SWAF
MÜNCHEN**

Gemeinsam? Stell's Dir vor! Wie John Lennon wünschen wir uns eine Welt, in der jede*r Gesellschaft erlebt. Wir, das Münchner SwaF-Team, sind mehr als zehn Leute, die zwischen Menschen, die neu nach München gekommen sind, und hiesigen Freund*innenschaften stiften. Es ist leichter, als Du Dir vorstellst. We hope some day you'll join us.

E-Mail: muenchen@start-with-a-friend.de
Instagram: [@muenchen_swaf](https://www.instagram.com/muenchen_swaf)

Integration – Wir machen mit!
Start with a Friend e.V.
München

WATCH VIDEO

© Bayrisches Innenministerium