

Frauentreffpunkt Neuperlach e.V.
Oskar-Maria-Graf-Ring 20
81737 München
Tel.: 089 / 670 64 63
info@frauentreffpunkt-neuperlach.de
www.frauentreffpunkt-neuperlach.de

- Angebote:**
- Mutter-Kind-Gruppe für Kinder von 0 - 3 Jahren
 - Cafe International
 - „Spielend Deutsch lernen“ für ausländische Frauen
 - Stillberatung

Maikäfertreff
Nachbarschaftstreff Maikäfersiedlung
Bad-Schachener-Str. 96
81671 München
Tel.: 089 / 660 636 64
maikaefertreff@web.de

- Angebote:**
- Internationale Eltern-Kind-Gruppe (Mo. 15:00 - 17:00 Uhr)
 - Türkische Mutter-Kind-Gruppe (Fr. 10:00 - 12:00 Uhr)
- Die Angebote finden nicht in den Schulferien statt!

Beratung

Sozialbürgerhaus Ramersdorf - Perlach
Bezirkssozialarbeit
Thomas-Dehler-Straße 16
Tel.: 089 / 233 96 812 (Infothek)

- Angebote:**
Beratung, Unterstützung, Vermittlung von Hilfen bei
- persönlicher und wirtschaftlicher Notsituation
 - Familien- und Partnerschaftskonflikten
 - Schwierigkeiten in der Versorgung und Erziehung von Kindern
 - Wohnproblemen
 - Lebenskrisen und psychischen Belastungen
 - Einleitung von Schutzmaßnahmen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Ökumenische Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien
Lüdersstraße 10
81737 München
Tel.: 089 / 678 202 24
eb-ram.perlach@web.de
Psychologische und sozialpädagogische Fachkräfte bieten Beratung an zu allen Fragen der Entwicklung, der Erziehung, der Familie und der Partnerschaft.

Landeshauptstadt München, Sozialreferat, Stadtjugendamt
Kontaktstellen Frühe Förderung

Kontaktstelle Frühe Förderung Neuperlach
Fabi Neuperlach
Ansprechpartnerin: Eva Sigl-Hansbauer
Tel.: 089 / 233 496 16, mobil 0162 / 255 60 65
eva.sigl-hansbauer@muenchen.de

Kontaktstelle Frühe Förderung Ramersdorf
Nachbarschaftstreff Balanstraße 111
Ansprechpartnerin: Angelika Weinhauser
Tel.: 089 / 233 497 10, mobil: 0162 / 255 64 10
angelika.weinhauser@muenchen.de

- Angebot:**
- Information und Beratung zu Angeboten für Kinder im Alter von 0 - 6 Jahren im Stadtteil
 - Information und Beratung zu Elterngruppen und Elternkursen
 - Information und Beratung zur Anmeldung für Kinderkrippe, Kindergarten und Schule

kbo-Kinderzentrum München gGmbH
Heiglhofstraße 63
81377 München
Tel.: 089 / 710 09 330
info@kinderzentrum-muenchen.de
www.kinderzentrum-muenchen.de

- Angebot:**
- **frühe Diagnostik und Behandlung von Säuglingen und Kleinkindern** mit Entwicklungsauffälligkeiten
 - **entwicklungsneurologische und entwicklungspsychologische Untersuchung** im sozialpädiatrischen Zentrum
 - **Krisentelefon Schreibabys**
Erste Hilfe für Eltern mit schreienden Säuglingen, Mi., Fr., Sa., So., 19:00 - 22:00 Uhr
Telefon 0800 / 710 09 00 (kostenfrei)
 - **Münchner Sprechstunde für Schreibabys**
Diagnostik und Behandlung von frühen Regulationsstörungen mit exzessivem Schreien, Fütterstörungen und Schlafstörungen vor allem in den ersten beiden Lebensjahren

Anmeldung und telefonische Beratung: Frau Hess Tel.: 089 / 710 09 330
(Überweisung durch den Kinderarzt erforderlich)

Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V.
Häberlstraße 17
80337 München
Tel.: 089 / 550 67 80
buero@haeberlstrasse-17.de
www.haerberlstrasse-17.de

- Angebote:**
- Beratung zu Pränataldiagnostik, vor, während und nach vorgeburtlicher Diagnostik: Tel.: 089 / 550 678 14
 - Fachstelle für Säuglingsfragen, Schreibaby-, Schlaf- und Stillberatung: Tel.: 089 / 550 678 15
 - Beratung zu Krisen rund um die Geburt, zu Erziehungsfragen, Paar-Coaching, Frühchen-Eltern
 - Baby-Café-Treff, Treff für Alleinerziehende
 - Kursprogramm für Schwangere und Eltern mit Babys
 - Hebammen-Sprechstunde, Vor- und Nachsorge, außerklinische Geburtshilfe Tel.: 089 / 544 565 78
 - Selbsthilfegruppen rund um die Geburt

Babysprechstunde
Kinder- und Jugendpsychosomatik
Klinikum rechts der Isar der TU München
Biedersteiner Str. 29
80802 München
Terminvereinbarung:
Tel.: 089 / 414 033 41
KJJuPsychosomatik@mri.tum.de
www.psychosomatik.med.tum.de

Diagnostik, Beratung und Therapieangebote für Mütter und Väter mit Säuglingen und Kleinkindern von 0 - 3 Jahren. Das multiprofessionelle Team unterstützt insbesondere bei Schreienruhe, Still-, Fütter- und Schlafproblemen sowie bei Sorgen und Erschöpfung der Eltern.

- Angebote:**
- Beratung und Krisenintervention
 - Diagnostik und Behandlung
 - Säuglings-Kleinkind-Eltern-Psychotherapie
 - Eltern-Baby-Gruppe
 - Fachärztliche Begleitung

Alleinerziehende Mütter und Väter

Begegnungsstätte für alleinerziehende Frauen und Männer - Haus Dorothee
Irmengard Römer
St.-Michael-Straße 88
81671 München

Tel.: 089 / 668 708
lRoemer@eomuc.de
www.alleinerziehende-programm.de
Sprechzeiten Fr. 15:30 - 17:30 Uhr und nach Vereinbarung, auch Anrufbeantworter benutzen!

- Angebote u.a.:**
- Offener Treff
 - Geburtsvorbereitung
 - Baby-Treff
 - Verwitwete Alleinerziehende
 - Väter nach Trennung und Scheidung
 - Beratungen

Spezielle Angebote zum Deutschlernen für Mutter und Kind

Manche Mütter möchten in der Zeit mit dem Baby auch gleichzeitig ihre Deutschkenntnisse verbessern.

Deutschkurse:
Im Stadtgebiet gibt es einige Kursanbieter, die Deutschkurse mit Kinderbetreuung anbieten. Bei der Suche des Kurses können Sie sich beraten lassen bei der Bildungsberatung des Bildungslokals Neuperlach. Dort können Sie auch, bis Sie den passenden Kurs gefunden haben, zweimal wöchentlich in der Offenen Lernwerkstatt Deutsch lernen.

Kontakt:
BildungsLokal Neuperlach
Peschelanger 8
81735 München
Tel.: 089 / 628 375 31

Bei folgenden Angeboten können Sie gemeinsam mit dem Kind Ihre Deutschkenntnisse verbessern:

- **Spielend Deutsch lernen**, Frauentreffpunkt Neuperlach e.V. (siehe oben)
- **Vormittagstreffs für Sprache und Schrift Deutsch und Alltagskompetenz für junge Mütter mit ihren kleinen Kindern**
Jeweils von 9:30 bis 11:00 Uhr.
Neuperlach:
Di.: Frauentreffpunkt Neuperlach e.V., Oskar-Maria-Graf-Ring 20, und Mo.: Städt. Kindergarten am Brittingweg 8, Anmeldung Kontaktstelle Frühe Förderung Neuperlach (siehe oben) bei Fr. Sigl-Hansbauer, Tel.: 089 / 233 496 16
Ramersdorf:
Di., Mi.: Nachbarschaftstreff Langbürgenerstr. 5, Anmeldung Kontaktstelle Frühe Förderung Ramersdorf (siehe oben) bei Fr. Weinhauser, Tel.: 089 / 233 497 10

Information zur Krippenanmeldung / Tagesmütter
Die Anmeldung erfolgt direkt in der Kinderkrippe, bei den Kinderkrippen der Stadt München können Sie auch die Online-Anmeldung nutzen. Mit langen Wartezeiten ist zu rechnen. Eine Anmeldung ist bereits in der Schwangerschaft möglich.
Vormerkung: Jeden Montag zwischen 14:00 und 16:00 Uhr (mit Voranmeldung) in einer oder mehreren städtischen Kinderkrippen, bei anderen Trägern auf Anfrage
Adressliste der Kinderkrippen und Informationen zur Online-Anmeldung unter www.muenchen.de/rathaus/Lebenslagen/Kinderbetreuung.html

Vermittlung von Tagesmüttern u.a. über die Tagespflegebörse der Stadt München
Sozialbürgerhaus Orleansplatz
Orleansplatz 11
81667 München
Tel.: 233 48 022

Haushaltshilfen für Familien

Haushaltshilfen / Familienpflegerinnen unterstützen bei Notsituationen, z.B. in der Schwangerschaft oder nach Geburt in der Familie (z.B. Betreuung der Kinder, Weiterführung des Haushalts). Die Beantragung erfolgt über die Krankenkasse.

- Folgende Einrichtungen vermitteln Hilfen:**
- Mobiler Hilfsdienst – Netzwerk für ambulante Hilfe - Tel.: 089 / 53 76 33
 - Diakonie Hasenberg, Passt GmbH - Tel.: 089 / 31 20 96 55
 - Caritas - Tel.: 089 / 30 00 76 53
 - Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk - Tel.: 089 / 58 09 191
 - Kath. Frauenbund - Tel.: 089 / 37 50 81 95
 - Evangelischer Pflegedienst München e.V. - Tel.: 089 / 3 22 08 60
 - Hausgemacht - Tel.: 089 / 72309200

Impressum: Stand Januar 2015
Herausgegeben durch REGSAM (Regionale Netzwerke für Soziale Arbeit) Region 16, Arbeitskreis Rund um die Geburt Ramersdorf Perlach
Gefördert von REGSAM (Regionale Netzwerke für Soziale Arbeit) Region 16 und der Stadt München



Verantwortlich: Elisabeth Treiss-Grundhuber (SBH Ramersdorf Perlach), Agnes Gschwendtner (Salberghaus, KJF München e.V.)
Layout & Druck: www.strugger-design.de

„Rund um die Geburt“ Angebote für München - Perlach und Ramersdorf

Unterstützung und Begleitung in Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit, sowie in der frühen Elternschaft mit dem Baby



Liebe Eltern,

Sie bekommen bald ein Baby oder sind bereits frischgebackene Eltern? Herzlichen Glückwunsch! Die Geburt eines Babys bringt viel Freude, aber auch einige Veränderungen mit sich.

Im Stadtteil Ramersdorf-Perlach und seiner Umgebung gibt es viele Angebote und Hilfen für Mütter, Väter und Familien, die wir in diesem Faltblatt zusammengefasst haben. Angefangen bei den Hebammen, den Kinderkrankenschwestern bis hin zu den sozialen Einrichtungen – alle unterstützen und begleiten Sie gern während der Schwangerschaft und in der ersten Zeit nach der Geburt.

Dieses Faltblatt soll Ihnen dabei helfen, einen Überblick über die vielfältigen Begegnungs- und Unterstützungsangebote zu bekommen und sie auch passend zu Ihrer Lebenslage zu nutzen.

Wir freuen uns, Sie mit Ihrem Baby begrüßen zu dürfen!

Es grüßt Sie der Arbeitskreis „Rund um die Geburt“ Ramersdorf-Perlach, vertreten durch

Agnes Gschwendtner & Elisabeth Treiss-Grundhuber



Unterstützung während der Schwangerschaft

In allen Schwangerschaftsberatungsstellen in München erhalten Sie Unterstützung, Informationen und Beratung rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt und die Zeit bis zum 3. Lebensjahr

Schwangerschaftsberatung im Stadtteil Frauen beraten e.V.

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen
Albert-Schweitzer-Straße 66
81735 München
Tel.: 089 / 678 041 040
muenchen-neuperlach@frauen-beraten.de
www.frauen-beraten.de

Angebote:

- Beratung, Begleitung, Unterstützung für Frauen, Männer und Paare Während der Schwangerschaft und nach der Geburt bis zum 3. Lebensjahr
- Schwangerschaftskonfliktberatung nach § 219 StGB
- Informationen zu gesetzlichen und finanziellen Hilfen
- Bei Fragen zu Familienplanung, Verhütung, Sexualität
- Beratung vor, während und nach pränataler Diagnostik
- Schwangerentreff / Hebammensprechstunde

Was Sie von Hebammen bekommen können:

Hebammenhilfe kann während der ganzen Schwangerschaft, während der Geburt, im Wochenbett und auch danach in Anspruch genommen werden. Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen. Jede Frau kann sich direkt und ohne Rezept an eine Hebamme wenden.

Hebammen leisten:

- Persönliche Beratung, auch bei Ihnen zu Hause (PB)
- Betreuung bei Schwangerschaftsbeschwerden (SB)
- Schwangerenvorsorge (SV)
- Geburtsvorbereitungskurse (GV)
- Begleitung bei Hausgeburten (HG)
- Betreuung von Mutter und Kind im Wochenbett (WoB)
- Stillberatung (ST)
- Rückbildungskurse (RB)
- Ernährungsberatung (EB)

Eine aktuelle Hebammenliste finden Sie unter www.hebammenliste-muenchen.de

Hebammen im Bezirk und in der Nähe:

Hebamme	Angebote
Kerstin Pirkel Emdenstraße 84 81735 München Tel.: 089 / 634 996 23 hebammepirkel@web.de www.hebammepirkel.de	PB, SB, SV, WoB, ST, RB, EB • Babymassage • Kursangebote im Caritas Familien- und Nachbarschaftszentrum Neuperlach
Kerstin Friebe Hamannstraße 62a 81739 München Tel.: 089 / 282 812 kerstinfriebe@gmx.de	PB, SV, WoB • Hebamme im Krankenhaus Neuperlach • Akupunktur • Homöopathie
Esther Hölzemann Helfendorfer Str. 7 81671 München Tel.: 089 / 679 892 85	PB, SV, GV, WoB, ST, RB • Kursangebote im Mütterzentrum Ramersdorf • Fußreflexzonenmassage • Beratung und GV auch in englischer Sprache
Eva Berghoff Matterhornstr. 62b 81825 München Tel.: 089 / 371 568 85 eva.berghoff@gmx.de	PB, SV, GV, WoB, ST, RB • Babymassage • Infoabende zur Beikost
Jenny Kugelberg Lehenweg 58 81737 München Tel.: 0174 / 278 13 56 kugelberg.jenny@gmail.com	PB,SV, GV, WoB, RB, SB
Antje Emmelmann 81539 Giesing, Tel.: 0176 / 201 594 69 antjeemmelmann@web.de	SB, SV, ST, WoB bis 9. Lebensmonat des Babys • Anwendung von anthroposophischen Heilmitteln • Beikost Beratung

Geburtsklinik im Stadtteil

Klinikum Neuperlach Frauenklinik

Oskar-Maria-Graf-Ring 51
81737 München
Tel.: 089 / 6794 2474
info.kn@klinikum-muenchen.de
www.klinikum-muenchen.de

Angebote rund um die ersten Monate

Landeshauptstadt München Referat für Gesundheit und Umwelt Gesundheitsvorsorge Frühkindliche Gesundheitsförderung

Tel.: 089 / 233 479 53
Telefonische Beratung und Terminabsprache während der Bürozeiten
Mo. bis Fr. 9:00 - 14:00 Uhr
gvo1.rgu@muenchen.de

Hausbesuche der Kinderkrankenschwester

Mütter und Väter sowie Familien mit Säuglingen und Kleinkindern bis 3 Jahre erhalten eine kostenlose, individuelle Beratung zu allen Fragen rund ums Baby

Beratungsangebote:

- Stillen und Ernährung
- Schlafprobleme
- Gesundheit und Förderung
- Impfberatung
- Unfallverhütung
- Schreien und die Signale des Kindes richtig deuten
- Vorsorgeuntersuchungen
- Informationen zu Einrichtungen für Familien mit Kindern im Stadtteil und kostenfreie Regelangebote
- Bei Bedarf Vermittlung an die „Frühen Hilfen“ oder weitere Hilfen

Stillberaterinnen nennt Ihnen gerne das städtische Gesundheitsinformationszentrum
Tel.: 089 / 233 37 663

Frühe Hilfen der Stadt München – Region Ramersdorf - Perlach

Träger: KJF München e.V. – Pädagogische Familienhilfe Salberghaus
Therese-Giehse-Allee 69
81739 München
Tel.: 089 / 600 93 68
www.salberghaus.de

Angebote:

- für Familien mit Kindern von 0 - 3 Jahren
- Unterstützung und Beratung bei kleinen oder größeren Belastungen
- Hausbesuche für die Dauer von ca. 3 Monaten
- Vermittlung über die regionalen Kinderkrankenschwestern
- Kostenlos und freiwillig

wellcome Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt Fabi Neuperlach

Albert-Schweitzer-Straße 66
81735 München
Ansprechpartnerin: Frau Krus
Tel.: 089 / 189 471 22
Sprechzeit Di. und Do. 10:00 - 12:00 Uhr
muenchen.ost@wellcome-online.de
www.wellcome-online.de

Angebote:

- Praktische Hilfe durch ehrenamtliche Helferinnen für Mütter, die in den ersten Monaten nach der Geburt eine helfende Hand benötigen.
- Einmalige Vermittlungsgebühr 10,- €, Kosten 5,- € pro Std.

Gruppen und Kurse

Fabi – Paritätische Familienbildungsstätte München e.V., Zweigstelle Neuperlach

Albert-Schweitzer-Straße 66
81735 München
Tel.: 089 / 637 16 23
neuperlach@fabi-muenchen.de
www.fabi-muenchen.de

Angebote:

- Kursangebote für werdende Eltern: Geburtsvorbereitung, Säuglingspflege, Yoga für Schwangere, Rückbildung, Infoveranstaltung rund ums Elternwerden
- Offener kostenloser Stilltreff
- Kursangebote für Eltern mit Babys: Rückbildung, Babymassage, PEKiP (Prager Eltern-Kind-Programm), GEMEINSAM WACHSEN (Begleitung im 1. Lebensjahr), Miniclub (offener Treff für Eltern mit Babys), Musikgarten etc.
- Kursangebote für Eltern: Infoveranstaltungen zu wichtigen Themen im 1. Lebensjahr (z.B. kindliche Entwicklung, Schlafen, Spielen, Sprachentwicklung) Neues Kursprogramm jeweils im Januar und Juli jedes Jahres.

Schreibbabyberatung nach telefonischer Vereinbarung
Tel.: 089 / 122 914 39 oder 089 / 998 480 40
schreibbaby@fabi-muenchen.de

Treff 111 - Nachbarschaftstreff

Balanstr. 111
81549 München
Tel.: 089 / 680 027 51

Angebote:

- Babykleidung tauschen (Fr. 14:00 - 18:00 Uhr)
- Indische Mutter-Kind-Gruppe (Di. und Do. 10:00 - 12:00 Uhr)

Mütterzentrum Ramersdorf e.V.

Oedkarspitzstraße 20
81671 München
Bürozeiten: Mo. bis Do. 9:00 - 13:00 Uhr
Tel.: 089 / 491 571
info@muetterzentrum-ramersdorf.de
www.muetterzentrum-ramersdorf.de

Angebote:

- Täglich offene Treffs, Spielgruppen (auch muttersprachlich)
- Still- und Babytreff (Mi. 9:30 - 13:00 Uhr), Ansprechpartnerin Angelika Müller (089 / 680 710 55), jeweils unterstützt durch eine Stillberaterin der La Leche Liga und 1 x monatl. durch unsere Hebamme
- Breites Kursangebot von einer Hebamme

Caritas Familien-und Nachbarschaftszentrum Neuperlach

Therese-Giehse-Allee 69
81739 München
Tel.: 089 / 670 10 40
www.caritas-ramersdorf-perlach.de
stz@caritasmuenchen.de

Angebote:

- Internationales Familiencafe mit Programm für Eltern mit Kindern von 0 - 4 Jahren (Do. 9:30 - 11:30 Uhr)
- Elternsprechstunde (Do. 10:00 - 12:00 Uhr)
- Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Kindern von 0 - 3 Jahren (Anmeldung erforderlich)
- Schlechtwetterspielplatz für Eltern mit Kindern von 0 - 5 Jahren (Nov. - April, Fr. 15:30 - 17:00 Uhr) (Keine Veranstaltungen in den Schulferien)

Stadtteilbüro Neuperlach

Gerhart-Hauptmann-Ring 56
81737 München
Tel.: 089 / 670 89 04
www.stadtteilbuero.neuperlach.de
stadtteilbuero-np@hilfswerk-muenchen.de

Angebote:

- Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Kindern von 0 - 3 Jahren Die Sprachförderung ist wichtiger Inhalt aller Gruppen