



Frauen in München

Handbuch für den Alltag

Wichtige Adressen auf einen Blick



Frauen in München

Handbuch für den Alltag

Wichtige Adressen auf einen Blick



Liebe Münchnerinnen und Münchner,

München ist *bunt*, München ist *vielfältig* und München ist *lebens- und liebenswert*: München hat seit Jahren eine steigende Geburtenrate und enormen Zuzug aus anderen Regionen Deutschlands und der Welt. Über die Hälfte der Münchner Bevölkerung sind Frauen und Mädchen.

Ob Sie jung oder alt sind, als Single, als Familie, als Frau oder Mann, mit oder ohne Migrationshintergrund hier leben, ob Sie ein Mensch mit Handicap sind oder ohne, die Stadt München steht für eine Stadtgesellschaft ohne Diskriminierung mit gleichen Chancen für alle. Dafür ist viel zu tun, und das kann nur im Zusammenwirken vieler Akteurinnen und Akteure gelingen.

Das Handbuch: „Frauen in München“ ist ein Beispiel für die Vielfalt der Frauengruppierungen, Frauenverbände oder -einrichtungen und Frauenprojekte, die es in München gibt. Das Angebot ist beeindruckend! All diese Institutionen wirken mit an der Aufgabe, die Gleichberechtigung von Frauen und Männern in der Münchner Stadtgesellschaft umzusetzen.

Der politische Anspruch auf Gleichberechtigung von Frauen und Männern ist auf dem Papier schon seit 1949 im Art. 3 Grundgesetz formuliert. Mittlerweile gibt es dazu diverse Gleichstellungsrichtlinien und -einrichtungen auf Bundes-, Länder- und Kommunalebene. Aber die Wirklichkeit sieht leider immer noch anders aus: Frauen verdienen im Durchschnitt 22 % weniger als Männer, unbezahlte Tätigkeiten wie Kindererziehung, Pflege älterer Familienangehöriger und Hausarbeit liegen zumeist in den Händen von Frauen und das Risiko einer Frau, eine Gewalttat in ihrer Familie oder Beziehung zu erleiden, ist höher als ihr Risiko, an Krebs zu erkranken.

Zu diesen Problemfeldern und weit darüber hinaus finden Sie in dem Handbuch „Frauen in München“ hilfreiche Adressen und Angebote: Wie leben Frauen in unserer Stadt, wo treffen sie sich, wo finden sie Unterstützung, wie meistern sie Schwierigkeiten, wie und wo engagieren sie sich? Wenn Sie dieses Buch durchblättern, werden Sie feststellen, dass hier nicht nur konkrete Hilfe im Einzelfall angeboten wird, sondern dass in München ein lebendiges Frauennetzwerk existiert, das die Belange von Frauen und Mädchen öffentlich vertritt. Ich bin sehr stolz auf dieses Engagement!

Zusammengestellt und herausgegeben wurde das Handbuch „Frauen in München“ dankenswerterweise von der Gleichstellungsstelle für Frauen der Landeshauptstadt München, die übrigens als erste Gleichstellungsstelle in Bayern bereits im Jahr 1985 ihre Arbeit aufnahm und als Stabsstelle direkt dem Oberbürgermeister zugeordnet ist. Sie ist eine Anlaufstelle für Bürgerinnen und Bürger in Sachen Gleichberechtigung und kann durch die Vernetzung mit den nichtstädtischen Fraueninstitutionen stets guten Rat und Hilfe leisten.

Mit dem Handbuch „Frauen in München“ erhalten Sie eine gute Übersicht über das Frauenleben in unserer Stadt und die Angebote für Mädchen und Frauen. Es wird Ihnen helfen, schnell das richtige Angebot zu finden.



Christine Strobl
2. Bürgermeisterin der
Landeshauptstadt München

Vorwort

der Gleichstellungsstelle für Frauen

Liebe Leserinnen und Leser,

mit diesem Handbuch „Frauen in München“ halten Sie die aktualisierte und überarbeitete Ausgabe eines Nachschlagewerks in Händen, das die Gleichstellungsstelle für Frauen der Landeshauptstadt München bereits seit ihrem Bestehen veröffentlicht und nunmehr zum sechsten Mal neu auflegt.

Warum ein Handbuch für Frauen in Zeiten von „Gender Mainstreaming“ und „Diversity“, in Zeiten, in denen die Gleichberechtigung von Frauen und Männern zumindest in der Öffentlichkeit als nahezu vollzogen kommuniziert wird?

Wir geben dieses Handbuch erneut heraus, da in unserer Arbeit mit und für Frauen jeden Tag deutlich wird, dass sich die Lebenswirklichkeit und die Chancen von Frauen in weiten Teilen der Gesellschaft immer noch stark unterscheiden von denen der Männer. Die Gleichberechtigung der Geschlechter ist auf dem Papier formuliert, in der Realität aber bei weitem nicht umgesetzt. Die Durchsetzung der Rechte für die Hälfte der Bevölkerung braucht auch heute noch große Beharrlichkeit und das Engagement vieler.

Sie finden in diesem Handbuch eine Vielzahl von Organisationen und Einrichtungen, die ihre Arbeit und ihr Angebot darauf ausgerichtet haben, ein geschlechtergerechtes und damit friedvolles Zusammenleben in der Gesellschaft voran zu bringen, Hilfe in schwierigen Lebenssituationen und Gelegenheit für Information und Austausch zu bieten. Wir erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, denn das Leben in einer Großstadt ist dynamisch und ständigen Veränderungen unterworfen. In unserem Fokus standen nichtkommerzielle Einrichtungen, mit denen wir und andere bereits gute Erfahrungen sammeln konnten und gesellschaftlich relevante Gruppierungen. Sollten Sie ein, für Ihre Begriffe wesentliches Angebot vermissen, sind wir für Rückmeldungen dankbar. Gleichzeitig mit dieser Druckausgabe wird es auch ein navigierbares PDF des Handbuches auf unserer Internetseite www.muenchen.de/frauegleichstellung geben, das wir entsprechend schneller aktualisieren können.

Viele der aufgeführten Angebote richten sich speziell an Frauen und Mädchen. Es sind darüber hinaus Angebote enthalten, die Frauen und Männern in gleicher Weise offen stehen. Wir haben Einrichtungen



Das Team der Gleichstellungsstelle für Frauen der Landeshauptstadt München, 2018

und Organisationen aufgenommen, die insgesamt geschlechtersensibel arbeiten und die Angebote, die ausschließlich für Frauen und Mädchen konzipiert sind, extra gekennzeichnet. Daher sind die Überschriften der Kapitel auch zumeist geschlechtsneutral formuliert.

Grundsätzlich getragen ist das Konzept des Handbuchs „Frauen in München“ von dem Gedanken „Wir alle sind Frauen“, unabhängig von unserer Herkunft, unseren Möglichkeiten und unseren Einschränkungen. Da es aber innerhalb der Gruppe der Frauen auch spezielle Problemfelder mit speziellen Anforderungen und glücklicherweise speziell darauf ausgerichtete Angebote gibt, haben wir diese Differenzierung mit den Unterkapiteln „Spezielle Angebote“ aufgegriffen.

Wir hoffen sehr, dass das Handbuch „Frauen in München“ für Ihren persönlichen Gebrauch hilfreich sein wird und Ihnen darüber hinaus einen strukturierten Überblick gibt über das vielfältige und angelegte Frauenleben in der Stadt.

Michaela Pichlbauer
Gleichstellungsbeauftragte der
Landeshauptstadt München

So finden Sie sich zurecht

Die sieben Kapitel des Handbuchs sind themenbezogen gegliedert. Da die überwiegende Anzahl der Institutionen und Organisationen mehrdimensional arbeitet, haben wir dies in der Form von Verweisen abgebildet. Das heißt, eine Einrichtung ist zum Teil in verschiedenen Kapiteln vertreten, einmal ausführlich dargestellt und unter anderen Themen nur noch als Adresse mit dem Hinweis, wo die ausführliche Information zu finden ist. Teilweise sind MVV-Verbindungen und Öffnungszeiten angegeben.

**Verweis auf
ausführliche Infos**

➔ S.190

Frauenzeichen

*Dieses Angebot ist Frauen
und Mädchen vorbehalten*



Weitere verwendete Symbole

*Das Mitbringen von
Kindern ist möglich*



*Das Angebot befindet
sich in barrierefreien
Räumlichkeiten*



Inhalt

1

→ Bildung und Arbeit

Berufsorientierung und Ausbildung	10
Weiterkommen	25
Hochschule	31
Existenzgründung	33
Berufliche Netzwerke	36
Finanzielle Förderung	48
Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche und Wiedereinstieg	50
Vereinbarkeit von Familie und Beruf/ Kinderbetreuung	63
Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund	71
Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung	82

2

→ Familie Partnerschaft Kinder

Allgemeine Beratungsstellen	86
Paar- und Sexualberatung	99
Schwangerschaft und Geburt	101
Erziehungsberatung	109
Spezielle Angebote für Alleinerziehende	113
Lesbisch leben	121
Spezielle Angebote für Jugendliche	123
Spezielle Angebote für Menschen im Alter	126
Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund	127
Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung	135

3

→ Wohnen

Wohnungslosigkeit und Wohnungssuche	142
Alternative Wohnformen	148
Mutter-Kind-Wohnen	150
Spezielle Wohnangebote für Mädchen ...	152
Spezielle Wohnangebote bei besonderem Bedarf	155

4

→ Schwierige Lebenssituationen

Finanzielle Not	160
Seelische Notlagen	164
Familienkonflikte	167
Beschwerdestellen	172
Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt	174
Spezielle Angebote für Jugendliche	190
Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund	198
Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung oder besonderem Bedarf	205

Bildung und Arbeit	1
Familie Partnerschaft Kinder	2
Wohnen	3
Schwierige Lebenssituationen	4
Gesellschaft und Politik	5
Begegnung und Austausch	6
Gesundheit	7

5

→ Gesellschaft und Politik

Gleichstellungs- und Frauenbeauftragte	208
Netzwerke	218
Interessenvertretung	232
Kultur	242
Parteien und Bezirksausschüsse	247
Religion	250

6

→ Begegnung und Austausch

Familienzentren und Nachbarschaftshilfen	256
Kinder- und Jugendliche	267
Frauenbewegt sein	275
Lesbisch leben	285
Spezielle Angebote für Mädchen	292
Spezielle Angebote für Menschen im Alter	296
Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund	304
Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung oder besonderem Bedarf	315

7

→ Gesundheit

Allgemeine Gesundheitsförderung und -beratung	320
Hilfe bei körperlicher Erkrankung	327
Hilfe bei Suchterkrankung	338
Hilfe bei psychischer Erkrankung	351
Sport	360
Spezielle Angebote für Jugendliche ...	363
Spezielle Angebote für Menschen im Alter	364
Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund	367
Verzeichnis der Einrichtungen	371



Vernetzung



Bildung und Arbeit

gute Arbeit

Eigenständigkeit



Berufstätigkeit und eigenes Einkommen sind als Grundlage für Selbständigkeit und als Schutz vor Abhängigkeit und Altersarmut vor allem für Frauen wichtig.

In diesem Kapitel finden Sie die Informationen zu Berufsorientierung und Ausbildung, Hilfe bei der Neuorientierung, beim Wiedereinstieg, beim beruflichen Weiterkommen und bei der fachlichen Vernetzung. Existenzgründerinnen werden ebenso fündig wie Frauen, deren besondere Lebensumstände besondere Bedingungen erfordern.

Karriere



Kinderbetreuung



selbstbewußt

1

- Berufsorientierung und Ausbildung ... 10
- Weiterkommen 25
- Hochschule 31
- Existenzgründung 33
- Berufliche Netzwerke 36
- Finanzielle Förderung 48
- Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche
und Wiedereinstieg 50
- Vereinbarkeit von Familie
und Beruf/Kinderbetreuung 63
- Spezielle Angebote für Menschen
mit Migrationshintergrund 71
- Spezielle Angebote für Menschen
mit Behinderung 82

Bildung und Arbeit Berufsorientierung und Ausbildung

Landeshauptstadt München

→ Bildungsberatung

Schwanthalerstraße 40

80336 München

Fon 233 83300

Fax 233 83311

bildungsberatung@muenchen.de

www.muenchen.de/bildungsberatung

Angebot

Beratung in Fragen der Schulbildung, des Berufs und der Weiterbildung sowie bei Fragen zu Migration und Bildung, speziell auch für Menschen mit Handicap

Beratung, Unterstützung, Begleitung bei

- Fragen zur Schullaufbahn der Kinder
- dem Übergang Schule-Beruf, Schule-Studium und Beruf-Studium
- der beruflichen Orientierung
- der Auswahl von passenden Weiterbildungen
- der Suche nach Förder- und Finanzierungsmöglichkeiten
- dem beruflichen Wiedereinstieg
- dem nachträglichen Erwerb von Schul- und Berufsabschlüssen
- der Überwindung bzw. Verhinderung von Arbeitslosigkeit
- der Suche nach neuen Perspektiven

Persönliche Beratungsgespräche nach vorheriger Terminvereinbarung, telefonische Beratungen, Online-Beratungen

Kosten

Keine

Porträt

Die Bildungsberatung der Landeshauptstadt München ist eine Kooperation des Referats für Bildung und Sport, des Referats für Arbeit und Wirtschaft und der Münchner Volkshochschule und berät trägerneutral.

Ziele

Die Bildungsberatung berücksichtigt die persönlichen Bedürfnisse und Voraussetzungen, die vorhandenen Fähigkeiten und Möglichkeiten. Im Beratungsprozess werden Ziele und Lösungswege gemeinsam entwickelt und neue Perspektiven besprochen.

Team

MitarbeiterInnen aus den Fachbereichen Sozialpädagogik, Soziologie, Psychologie, verschiedene Lehrämter (Beratungslehrkräfte)

Öffnungszeiten

täglich 9–16 Uhr

Do 9–19 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof

Landeshauptstadt München
Büro des Oberbürgermeisters

→ **Gleichstellungsstelle für Frauen**

Marienplatz 8
80331 München
Fon 233-924 65
Fax 233-240 05
gst@muenchen.de
www.muenchen.de/frauengleichstellung

Die Gleichstellungsstelle berät zum Thema Gleichberechtigung und gibt Tipps, an wen sich Frauen wenden können.

↗ S. 208

Landeshauptstadt München

→ **Referat für Arbeit und Wirtschaft**

Abteilung Kommunale Beschäftigungs-
politik und Qualifizierung
Herzog-Wilhelm-Straße 15
80331 München
Fon 233-276 52
Fax 233-250 90
wirtschaft@muenchen.de
www.muenchen.de/arbeitsundwirtschaft

Das Referat unterstützt die berufliche Gleichstellung von Frauen und Mädchen durch Projektförderung und verschiedene Mentoring- und Beratungsmodelle.

→ **Agentur für Arbeit München**

Kapuzinerstraße 26
80337 München
Fon 0800 4 55 55 00
Fax 51 54 66 69
muenchen@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Die Agentur für Arbeit vermittelt Arbeitskräfte und hilft, Strategien für die individuelle Berufslaufbahn zu erarbeiten. Außerdem verfolgt sie das Ziel der Chancengleichheit für Frauen und Männer am Arbeitsmarkt.

↗ S. 52

→ **Jobcenter München**

Mühdorfstraße 1
81671 München
jobcenter-muenchen@jobcenter-ge.de
www.muenchen-jobcenter.de

Im Jobcenter ist die Agentur für Arbeit für die Auszahlung von Arbeitslosengeld II und Sozialgeld und die Leistung zur beruflichen Eingliederung verantwortlich, das Sozialreferat für die Kosten der Unterkunft und soziale Dienstleistungen wie Kinderbetreuung, Stiftungsanträge oder SchuldnerInnenberatung. Das Jobcenter ist in die Sozialbürgerhäuser und – für wohnungslose Menschen – in die Zentrale Wohnungslosenhilfe (ZEW) integriert.

Bildung und Arbeit Berufsorientierung und Ausbildung

Weitere amtliche Anlauf- und Beratungsstellen

Landeshauptstadt München
Referat für Bildung und Sport

→ **Schulberatung International**

Goethestraße 53
80336 München
Fon 233-268 75
Fax 233-251 25

schulberatung-international@muenchen.de
www.schulberatung.musin.de

→ **Staatliche Schulberatungsstelle**

Pündterplatz 5/III
80803 München
Fon 38 38 49-50
Fax 38 38 49-88

info@sbmuenchen.bayern.de
www.schulberatung.bayern.de

Ein Team von Beratungslehrkräften und SchulpsychologInnen hilft, die unterschiedlichen Bildungswege überlegt zu nützen und Schulprobleme zu klären und zu bewältigen.

Landeshauptstadt München
Referat für Bildung und Sport

→ **Amt für Ausbildungsförderung**

Schwanthalerstraße 40/VI
80336 München
Fon 233-96 778
Fax 233-244 11

afa.rbs@muenchen.de
www.muenchen.de/afa

Das städtische Amt ist für die Vergabe finanzieller Mittel der Ausbildungsförderung zuständig (SchülerInnen-, MeisterInnen- und StudentInnen-BAföG, Auslandsförderung).

Agentur für Arbeit München

→ **Berufs-Informations-Zentrum (BIZ)**

Kapuzinerstraße 30

80337 München

Fon 51 54-61 82

Fax 51 54-66 93

muenchen.biz@arbeitsagentur.de

www.arbeitsagentur.de

Das BIZ wendet sich an SchülerInnen, Studierende sowie ArbeitnehmerInnen, die an eine Fortbildung oder Umschulung denken. Hier findet man Informationen über Ausbildung und Studium, Berufsbilder und Anforderungen, Weiterbildung und Umschulung sowie Arbeitsmarktentwicklungen.

→ **Studentenwerk München**

Leopoldstraße 15

80802 München

Fon 38 196-0

www.studentenwerk-muenchen.de

Das Studentenwerk München ist zuständig für die wirtschaftliche Förderung und soziale Betreuung der Studierenden der staatlichen Hochschulen.

Bildung und Arbeit Berufsorientierung und Ausbildung

→ Kofra

Kommunikationszentrum für Frauen zur Arbeits- und Lebenssituation e.V.

Baaderstraße 30

80469 München

Fon 201 04 50

Fax 202 27 47

kofra-muenchen@mnet-online.de

www.kofra.de

Angebot

Einzel- und Gruppenberatung rund um die Arbeits- und Lebenssituation von Frauen, insbesondere zu Umgang mit Erwerbslosigkeit, Bewerbungssituationen, berufliche Neu- und Umorientierung, Mobbing, Beratung in Krisensituationen, psychosoziale Beratung, Rechtsberatung.

Außerdem: Selbsthilfegruppen und Arbeitskreise u.a. zu Existenzgründung, Sorge- und Umgangsrecht. Kurse, Fortbildungen, offene Treffs, Vorträge, Diskussions- und Kulturveranstaltungen, Videoabende. Offener Cafébereich, Bibliothek, Videothek, Internetcafé, PC-Nutzung/WLAN. Herausgabe der Zeitschrift „Für Feminismus und Arbeit“.

♀ Für wen?

Ausschließlich Frauen

Kosten

Beratung: für erwerbstätige Frauen 5€, für erwerbslose Frauen verhandelbar; Gruppen und offene Treffs kostenlos; Kurse, Veranstaltungen: Teilnahmebeitrag

Programm

„WasWannWo“ erscheint zweimal jährlich, wird auf Anfrage zugesandt

Porträt

Kofra entstand 1981 als Selbsthilfe-einrichtung zur kollegialen Beratung in pädagogischen und sozialen Berufen. Daraus entwickelte sich das Kommunikationszentrum. Kofra ist ein eingetragener Verein und gehört dem DPWW an.

Ziele

Unterstützung und Stärkung der Frauen, Hilfe in Problemsituationen. Förderung von Kultur, Kommunikation und Solidarität unter Frauen.

Team

Zwei hauptamtlich Beschäftigte: Politologin, Dipl.-Sozialpädagogin, Teilzeitkraft

So können Sie mitwirken

Betritt zum Trägerverein, ehrenamtliche Mitarbeit willkommen

Öffnungszeiten

Mo–Do 16–22 Uhr,
Fr 14–18 Uhr



MVV

S-Bahnen Isartor, U1/U2 Fraunhoferstraße,
Bus 52 Baaderstraße,
Tram 16/18 Reichenbachplatz

→ Social Sense gemeinnützige GmbH

Maria-Einsiedel-Straße 14
81379 München
Fon 780 689 89-22
Fax 780 689 89-19
info@social-sense.de
www.social-sense.de

Angebot

Die Integrationsbetriebe haus&halt (Ausbildung), Gaumen Freunde (Catering), picobella (Wäscherei) und kinderkrum (Secondhand-Laden) können Ausbildungs-, Praktikums- und Arbeitsplätze für arbeitslose und benachteiligte Frauen sowie für berufliche Wiedereinsteigerinnen bieten. Die Angebote sind unabhängig von Religionszugehörigkeit und Nationalität:

- Ausbildung zur Dienstleistungshelferin Hauswirtschaft: die Ausbildung ist eine Reha-Maßnahme der Bundesagentur für Arbeit und bietet jedes Jahr bis zu 35 Ausbildungsplätze mit individueller Förderung an
- Beschäftigungsprojekt: Praktikumsplätze werden von den Integrationsbetrieben sowie Einrichtungen des Sozialdienstes katholischer Frauen e.V. zur Verfügung gestellt
- Mentoringprojekt: um den Wiedereinstieg ins Berufsleben zu erleichtern, wird ein/e MentorIn aus einem Unternehmen zur Verfügung gestellt

Porträt

Die Social Sense wurde 2006 als Tochter des Sozialdienstes katholischer Frauen gegründet. Sie hat es sich zur Aufgabe gemacht, Mädchen und Frauen, die eingeschränkt leistungsfähig sind oder sich in schwierigen Lebenssituationen befinden, auszubilden, zu fördern und zu stärken.

Ziele

Ziel ist es, jungen benachteiligten Frauen in München und Umgebung eine Ausbildung zu ermöglichen und damit ihre berufliche und soziale Integration zu fördern.

So können Sie mitwirken

Sozial eingestellte Unternehmen können MentorInnen werden

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–17 Uhr
Fr 9–13 Uhr



MVV

U3 Tierpark/Thalkirchen

♀ Für wen?

Für leistungseingeschränkte Mädchen und Frauen in schwierigen Lebenssituation

Bildung und Arbeit Berufsorientierung und Ausbildung

Landeshauptstadt München
Referat für Arbeit und Wirtschaft

→ Arbeitskreis Girls' Day

Herzog-Wilhelm-Straße 15
80331 München

Fon 233-220 05

Fax 233-250 90

www.muenchen.de/arbeitundwirtschaft

www.girls-day.de

Angebot

Der Girls' Day findet in der Regel jährlich am 4. Donnerstag im April statt. Die Mädchen sollen die Chance bekommen, einen Tag lang direkt in ein Unternehmen und seine Berufsrichtungen „reinzuschnuppern“. In erster Linie beteiligen sich Unternehmen mit Ausbildungsberufen aus dem technischen und naturwissenschaftlichen Bereich, aber auch einzelne Unternehmen anderer Branchen. Der Münchner Arbeitskreis informiert und motiviert Unternehmen/Institutionen und Schulen, sich aktiv am Girls' Day zu beteiligen und betreibt Öffentlichkeitsarbeit. Interessierte Mädchen sollen möglichst selbst aktiv werden und in Absprache mit ihrer Schule am Girls' Day teilnehmen. Platzangebote finden sich im Internet unter www.girls-day.de in der Aktionslandkarte. Anmeldung online oder telefonisch möglich.

Für wen?

Mädchen zwischen zehn und 15 Jahren,
Eltern, Institutionen und Betriebe

Kosten

Keine

Porträt

Der Mädchen-Zukunftstag wird vom Verein Kompetenzzentrum Technik-Diversity-Chancengleichheit auf Bundesebene koordiniert.

Ziele

Ziel des Girls' Day ist, Mädchen Berufe in Technik, IT, Naturwissenschaften und Handwerk näher zu bringen, in denen Frauen bisher noch stark unterrepräsentiert sind. Es werden Kontakte hergestellt, die für die berufliche Zukunft der Mädchen hilfreich sein können. Auch geht es darum, die Öffentlichkeit und Wirtschaft auf die Stärken der Mädchen aufmerksam zu machen, um einer gut ausgebildeten Generation junger Frauen weitreichende Zukunftsperspektiven zu eröffnen.

schule beruf e.V.

→ mira | mädchenbildung

Hermann-Lingg-Straße 13

80336 München

Fon 513 969 696

Fax 513 99 655

mira@miramue.de

www.miramue.de

Angebot

Die vier inhaltlichen Schwerpunkte der Arbeit sind die politische Bildung, die berufliche Orientierung sowie kulturelle und innovative Kooperationsprojekte. Themen der Workshops, Seminare und Projekte sind unter anderem Selbstbehauptung, Konfliktmanagement, Prüfungsangst, Auseinandersetzung mit der gesellschaftlichen Stellung von Frauen, Zukunftsplanung, Bewerbungstraining und vieles mehr.



Für wen?

Die Angebote sind für junge Frauen mit und ohne Behinderung von 9 bis 27 Jahren.

Kosten

Sind abhängig vom Angebot

Porträt

mira ist eins von sechs Projekten des Vereins schule beruf und existiert seit 1996.

Die vier Wurzeln ihrer Arbeit sind

- feministisch und damit parteilich für die Interessen und Bedürfnisse von Mädchen und jungen Frauen
- ressourcenorientiert und ausgehend von den Fähigkeiten und Kompetenzen der Mädchen

- inklusiv für Mädchen mit unterschiedlichen Fähigkeiten und Behinderungen
- innovativ und aktuell im Sinne der Entwicklung bedarfsgerechter Projekte auf Grundlage neuer gesellschaftlicher Erkenntnisse

Ziele

Die Ziele und Inhalte der Projekte und Seminare sind:

- Aufzeigen struktureller Bedingungen und individueller Wahlmöglichkeit
- Stärken der Planungskompetenz
- Unterstützen bei Entscheidungsprozessen
- Erweitern und Vertiefen von Schlüsselkompetenzen
- Herstellen von Solidarität
- Spaß und lustvolles Arbeiten
- Fördern von politischer Einflussnahme und Partizipation

Team

Sozialpädagoginnen, systemische Familientherapeutin

So können Sie mitwirken

Als Praktikantin oder als Honorarfrau

MVV

U4, U5 Theresienwiese, Tram 18/19
Hermann-Lingg-Straße

Bildung und Arbeit Berufsorientierung und Ausbildung

→ Avanta Prüfungszentrum

Stahlgruberring 22

81829 München

Fon 189349-0

Fax 189349-10

pruefungszentrum@avanta-muenchen.de

www.avanta-pruefungszentrum.de

Angebot

Das Avanta Prüfungszentrum bietet die Möglichkeit, anerkannte Zertifikate im Büro- und EDV-Bereich zu erwerben.

Avanta informiert über Bedingungen und Modalitäten und sorgt für reibungslosen Ablauf bei Anmeldung, Zertifikatsausstellung und Bezahlung.

Für wen?

Prüfungsangebot für Privatpersonen, Firmen, Organisationen

Kosten

Siehe Preisliste auf der Website

Porträt

Das Avanta Prüfungszentrum ist autorisiert, standardisierte und zertifizierte Prüfungen für mehrere anerkannte Zertifikate in Büro und EDV abzunehmen. Die Trainerinnen/Testleitungen sind ausgebildet und berechtigt, die Prüfungen unter den jeweils vorgegebenen Bedingungen durchzuführen.

Das Avanta Prüfungszentrum nimmt Prüfungen für folgende Abschlüsse ab:

- Europäischer Computerführerschein (European Computer Driving License) ist der internationale Nachweis von Office Computerkenntnissen (ECDL/ ECDL Base)

- European communication certificate (Eco-C) ist ein nachhaltiges standardisiertes Basiswissen im Bereich der Persönlichkeits- und Sozialkompetenz (Module: Teamarbeit, Selbstmarketing, Konfliktmanagement, Kommunikation)
- ISTQB Certified Tester ist eine standardisierte Qualifikation zum Softwaretester (Foundation Level CTFL, Advanced Level CTAL)
- IHK-zertifizierte Qualifizierungsbausteine (Berufsbild Bürokommunikationskaufleute)

Ziele

Förderung der beruflichen Weiterbildung durch anerkannte Abschlüsse

Team

18 Mitarbeiterinnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–16.30 Uhr

Fr 9–13 Uhr

MVV

U2 Moosfeld

Technische Universität München

→ **agentur Mädchen in Wissenschaft und Technik**

Studenten Service Zentrum (SSZ) –
Studienberatung und Schulprogramme
Arcisstraße 21
80333 München
Fon 289-222 76
Fax 289-226 48

agenturM@tum.de
www.schueler.tum.de/
www.maedchenmachentechnik.de
www.herbstuniversitaet.de

Angebot

Es gibt drei Bereiche:

- „Mädchen machen Technik“-Ferienprogramm in den Sommerferien für 10- bis 16-jährige Mädchen
- „Mädchen machen Technik“-Schulprojekte für Schülerinnen der 6.–8. Klassen an Realschulen und Gymnasien
- „Schülerinnen forschen – die Herbstuniversität an der TUM“ in den Herbstferien für Schülerinnen der 10.–12. Klassen

Ziele

agentur Mädchen in Wissenschaft und Technik

- fördert das Interesse an MINT-Fächern
- bietet die Möglichkeit, die Arbeit an Hochschulen und Forschungseinrichtungen kennenzulernen
- hilft, eigene Fähigkeiten und Begabungen zu entdecken

Mit ihrem Arbeitsansatz will sie ein Gegengewicht zur herkömmlichen Erziehung und Sozialisation von Mädchen schaffen, die an den vorherrschenden Geschlechterrollen orientiert sind.

Für wen?

Junge Frauen, Mädchen ab 10 Jahren

Kosten

Geringe Beiträge für „Mädchen machen Technik“-Ferienprogramm und „Herbstuniversität“

Porträt

Die agentur Mädchen in Wissenschaft und Technik wurde als eine Einrichtung der Hochschulfrauenbeauftragten gegründet und ist inzwischen im Studenten Service Zentrum (SSZ) der TU München Teil der Abteilung „Studienberatung und Schulprogramme“. Sie bietet Mädchen und jungen Frauen die Möglichkeit, in unterschiedlichen Projekten und Kursen ihr Interesse, ihre Begabungen und Fähigkeiten an naturwissenschaftlich-technischen Themen zu entdecken bzw. zu vertiefen.

Team

Die Projekte der verschiedenen Programme werden geleitet von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern an den beteiligten Hochschulen und Forschungseinrichtungen (Mädchen machen Technik – Ferienprogramm, Herbstuniversität) bzw. von Fachfrauen und-männern (Mädchen machen Technik – Schulprojekte) u.a. aus den Bereichen Architektur, Chemie, Elektrotechnik, Informatik, Mathematik, Maschinenbau, Physik.

Bürozeiten

Mo–Fr 9–16 Uhr



MVV

Tram 27 Petuelring

Bildung und Arbeit Berufsorientierung und Ausbildung

Junge Frauen und Beruf e.V.

→ **Atelier La Silhouette**

Damenmaßschneiderei

Pariser Straße 13

81667 München

Fon 447 01 03

Fax 688 63 82

info@la-silhouette.de

www.la-silhouette.de

Angebot

La Silhouette bietet individuelle Förderung und Ausbildung für einen beruflichen Abschluss mit existenzsichernder Perspektive.

♀ Für wen?

Das Projekt richtet sich an Mädchen und junge Frauen – zumeist mit Migrationshintergrund –, die auf dem Lehrstellenmarkt keine Chance haben.

Kosten

Für die Gesellinnen: keine

Porträt

Das 1987 gegründete Atelier ist ein Ausbildungsbetrieb im Damenmaßschneiderhandwerk und bietet mit 16 Jugendhilfeplätzen benachteiligten Mädchen und jungen Frauen die Chance, einen qualifizierten Beruf zu erlernen. La Silhouette führt Frauen aus unterschiedlichen Kulturkreisen in der Lehre zusammen und bietet ihnen eine berufliche und soziale Perspektive. Das Projekt wurde mehrfach ausgezeichnet (Schader-Preis 1997, Förderpreis Münchner Lichtblicke 2005, dritter Platz beim Deichmann-Förderpreis gegen Jugendarbeitslosigkeit 2005). Auf dem Modemarkt profiliert sich das Atelier als Damenmaßschneiderei der gehobenen Kategorie mit eigenen Modellentwürfen und Kollektionen, individueller Modellberatung und interkulturellem Design.

Ziele

Ziel des Projekts ist es, Nachwuchsförderung, Internationalität und kommunikative Inspiration mit handwerklicher Kunst zu verbinden.

MVV

S-Bahnen Rosenheimer Platz



→ **azuro – Ausbildungs- & Zukunftsbüro**

Paul-Heyse-Straße 22

80336 München

Fon 51 41 06 35

Fax 51 41 06 99 35

azuro@azuro-muenchen.de

www.azuro-muenchen.de

Angebot

azuro – Ausbildungs- & Zukunftsbüro berät Auszubildende bei Problemen und Fragen rund um die berufliche Ausbildung. Ziel ist es, unnötigen Ausbildungsabbrüchen vorzubeugen. Auszubildende werden in die Selbständigkeit begleitet und dabei unterstützt, schwierige Situationen in ihrer Ausbildung konstruktiv zu lösen. Das Angebot passt sich individuell an die Bedürfnisse der Ratsuchenden an, ist praxisnah, lösungsorientiert und kostenlos.

Zudem bietet azuro Informationsveranstaltungen für Gruppen, insbesondere Berufsschulklassen an. Die Veranstaltungen geben Ihnen hilfreiche Konfliktlösungsstrategien und arbeitsrechtliches Hintergrundwissen für mehr Sicherheit in der Ausbildung mit auf den Weg.

Für wen?

Auszubildende aus dem Raum München

Kosten

Keine

Porträt

Trägerschaft von azuro haben der Kreisjugendring München-Stadt und die DGB-Jugend. Gefördert wird das Projekt vom Referat für Arbeit und Wirtschaft im Rahmen des Münchner Beschäftigungs- und Qualifizierungsprogrammes.

Bildung und Arbeit Berufsorientierung und Ausbildung

Verein Schule Beruf e.V.

→ **Stützpunkt und Beratung für Jugendliche (STÜPS)**

Schulbezogene Jugendhilfe

www.stueps.de

STÜPS-Laim

Fürstenrieder Straße 30

80686 München

Fon 54 63 86 32

Fax 54 63 86 32

stueps@schuleberuf.de

STÜPS-Blumenau

Mittelschule

Blumenauer Straße 11

80689 München

Fon 700 65 69-4

Fax: 700 65 69-6

blumenau@stueps.de

STÜPS-Blumenau

Grundschule

Blumenauer Straße 11

80689 München

Fon 520 57 89 49

Fax 520 57 89 55

grundschule-blumenau@stueps.de

Das STÜPS ist eine Einrichtung der schul- und berufsbezogenen Jugendhilfe und wird vom Stadtjugendamt München finanziert. STÜPS bereitet SchülerInnen der 5.–9. Hauptschulklassen auf den Beruf vor und leistet Schulsozialarbeit.

Seit 2009 gibt es STÜPS auch in der Grundschule. In allen Angeboten wird geschlechterdifferenziert gearbeitet, beispielsweise in einem eigens auf Mädchen zugeschnittenen Internet-Kurs.

Anderwerk gGmbH

→ **Andernet**

Karlstraße 55

80333 München

Fon 59 08 36-0

Fax 59 08 36-10

andernet@anderwerk.de

www.andernet.de

Das Projekt der gemeinnützigen Anderwerk GmbH bietet jungen Menschen in München, die in ihrem Alltag keinen oder wenig Zugang zum PC haben, vielfältige EDV-Trainings an: einen modularen EDV-Führerschein, Website-Erstellung, Jobsuche und Bewerbung im Internet sowie Bildbearbeitung. Viele Trainings werden auch als reine Mädchenkurse angeboten.

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **Fachschule für Familienpflege
Berufsfachschulen für Altenpflege
und Altenpflegehilfe**

Mitterfeldstraße 20
80689 München
Fon 580 91-52
Fax 580 91-12
schulen@familien-altenpflege.de
www.familienpflege-altenpflgewerk.de

Öffnungszeiten, täglich 8–17 Uhr
MVV, U5 Laimer Platz

→ **Au-pair Beratung, Vermittlung
und Begleitung**

vij Ortsverein München e.V.
Friedrich-Loy-Straße 16
80796 München
Fon 300 75 94
Fax 308 45 34
au-pair@vij-muenchen.de
www.au-pair.vij-muenchen.de

↗ S. 65

→ **amanda – Projekt für
Mädchen und junge Frauen**

Gmunder Straße 7
81379 München
Fon 725 51 12
Fax 76 27 76
info@amanda-muenchen.de
www.amanda-muenchen.de

↗ S. 190

Bildung und Arbeit

Berufsorientierung und Ausbildung

Zur beruflichen Orientierung gibt es eine Fülle von Angeboten im Internet, die zum Informieren einladen. Hier eine kleine Auswahl:

→ **www.berufenet.de**

Die Datenbank der Agentur für Arbeit für Ausbildungs- und Tätigkeitsbeschreibungen ermöglicht einen einfachen und schnellen Zugriff auf umfassende Informationen zu über 5.800 Berufen in Deutschland.

→ **www.u25.muc.kobis.de**

U25 Qualifizierung in München ist ein Münchner Informationsportal zur Unterstützung und Förderung junger Menschen bei der Integration in Ausbildung und Arbeit in München. Es gibt weiterführende Links zu verschiedenen Maßnahmen und einer Broschüre zum Herunterladen.

→ **www.idee-it.de**

Das Infoportal der Gesellschaft für Informatik e.V. richtet sich besonders an junge Frauen kurz vor der Wahl eines Studienfaches und möchte alle Interessierten über das Berufsbild „Informatikerin“ informieren.

→ **www.frauenmachenkarriere.de**

Ein umfangreiches Internetportal rund um die Themen Berufsstart, Karriere, Existenzgründung, Wiedereinstieg, herausgegeben vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ).

→ **www.baynet.de**

Kernstück des virtuellen Marktplatzes baynet.de ist der Bayerische Behördenwegweiser. Darin findet sich unter anderem eine Zusammenstellung der Münchner Behörden zu den Themen „Bildung & Beruf“ sowie „Wirtschaft & Gewerbe“.

→ FAM – Frauenakademie München e.V.

Baaderstraße 3
80469 München
Fon 721 18 81
Fax 721 38 30

info@frauenakademie.de
www.frauenakademie.de

Angebot

- berufliche Beratung und Mentoring von Frauen für Frauen, s. auch MOVE! und power_m [↗ S. 26 und 50](#)
- Veranstaltungen zu aktuellen Themen aus der Gender- und gleichstellungspolitischen Perspektive
- gleichstellungsorientierte Forschungsprojekte und Auftragsarbeiten
- Angebote der Vernetzung
- Förderung des Dialogs zwischen Genderforschung und Gleichstellungspraxis



Für wen?

Bildungs- und Beratungsangebote von und für Frauen

Kosten

Abhängig vom Angebot

Porträt

Die FAM wurde 1984 von einer Gruppe engagierter Wissenschaftlerinnen gegründet. 1994 erfolgte die Anerkennung als außeruniversitäre Forschungseinrichtung durch den Freistaat Bayern. Die Aufgaben der FAM sind die Förderung der Frauen- und Geschlechterforschung, die Verbreitung dieses Wissens in der Öffentlichkeit und die gleichstellungspolitische Praxis. Zu dieser Praxis zählt insbesondere die Förderung von Frauen in ihrem beruflichen Fortkommen durch individuelle Beratung und Mentoring-Angebote der FAM.

Ziele

Als unabhängiger, gemeinnütziger Verein hat sich die FAM zum Ziel gesetzt, die Gleichstellung und Chancengleichheit von Frauen und Männern in allen gesellschaftlichen Bereichen zu fördern und Frauen darin zu unterstützen, einen gleichberechtigten Platz in Wissenschaft, Wirtschaft, Politik und Öffentlichkeit einzunehmen.

Team

Zwölf hauptamtlich Beschäftigte aus den Feldern Soziologie, Politikwissenschaft, Betriebswirtschaft, Pädagogik und Verwaltung

So können Sie mitwirken

Beitritt (Jahresbeitrag 100€, ermäßigt 50€), ehrenamtliche Mitarbeit, Spenden

Öffnungszeiten

Mo–Do 8.30–16 Uhr



MVV

Tram 16/18, Bus 132,
S-Bahnen Isartor

→ MOVE! – Servicestelle in der Frauenakademie München

Frauenakademie München e.V.
Baaderstraße 3/III. Stock
80469 München
Fon 72 62 66 97/ -98
Fax 72 13 83 0
info@frauenakademie-move.de
www.frauenakademie-move.de

Angebot

Beratung, Mentoring, Expertinnen-
gespräche, Workshops

♀ Für wen?

Für Frauen mit abgeschlossener
Berufsausbildung

Kosten

Wählbare Beratungspakete, konkrete Kosten
bitte erfragen Ermäßigungen möglich.

Porträt

Bei beruflichem Einstieg, Aufstieg oder
Umstieg fördert MOVE! Frauen in allen Phasen
der Berufsplanung und Karriereentwicklung.
Die besondere Qualität des Angebots liegt in
der individuellen Beratung „von Frau zu Frau“.
MOVE! bietet einen geschützten Rahmen
außerhalb des gewohnten beruflichen
Umfeldes. Je nach Bedarf stehen die Formate
Mentoring, Expertinnengespräch und
Workshop zur Auswahl.

Die MOVE!-Mentorinnen begleiten Frauen bei
der Um- und Neuorientierung, beim
Jobwechsel oder auf dem Weg in eine
Führungsposition. Selbständige nach der
Gründungsphase unterstützen Mentorinnen
bei der Profilschärfung.

MOVE!-Expertinnen sind beruflich
erfolgreiche Frauen aus unterschiedlichen
Branchen. In Gesprächen vermitteln sie
Hintergrundinformationen aus dem
beruflichen Alltag, geben Tipps und
beantworten konkrete Fragen.

Ergänzt wird das Programm durch Workshops
zu allen Aspekten des Selbstmarketings, z.B. zu
den Themen Bewerbung, Gehaltsverhandlung,
Networking.

Ziele

Förderung und Beratung von Frauen in allen
Phasen der Berufsplanung und
Karriereentwicklung.

Team

Vier Mitarbeiterinnen mit unterschied-
lichen Qualifikationen, -aber alle mit
Beratungsqualifikation

So können Sie mitwirken Ehrenamtlich,
als Mentorin oder Expertin

Öffnungszeiten

Mo–Fr 10–16 Uhr



MVV

S-Bahnen Isartor

→ Seminar „Neuer Start“

Verein für Fraueninteressen e.V.
Thierschstraße 17
81829 München
Fon 290 44 63
Fax 2904464
neuerstart@fraueninteressen.de
www.neuer-start-muenchen.de

Angebot

Das Seminar „Neuer Start“ bietet Frauen die Gelegenheit, sich ihrer besonderen Stärken, Fähigkeiten und Kenntnisse bewusst zu werden, sich intensiv mit ihrer Situation und Rolle auseinanderzusetzen und die Chancen eines beruflichen Neubeginns gründlich zu prüfen. Unsicherheiten in Bezug auf die eigenen Interessen und Möglichkeiten sollen geklärt werden, damit eine individuelle Weiterbildungsberatung sowie eine gezielte Arbeitssuche erfolgen und der Neuanfang sicher gelingen kann.

Ein Team von erfahrenen Dozentinnen gibt in dem ganzheitlich aufgebauten Seminar Anregungen, Informationen und Hilfestellung und unterstützt die Teilnehmerinnen dabei, Mut und Klarheit für neue Wege zu entwickeln, um den beruflichen Wiedereinstieg gründlich vorzubereiten und selbstbestimmt zu realisieren.

Themenschwerpunkte sind eine persönliche Kompetenzbilanz, Berufswegplanung, Selbst- und Zeitmanagement, Bewerbungstraining, Stärkung des Selbstbewusstseins und der kommunikativen Fähigkeiten sowie Mobilisierung von Kreativität und Eigenverantwortung. Das elfwöchige Seminar findet zweimal jährlich, jeweils Dienstag bis Freitag von 8.30–12.30 Uhr, statt und schließt ein zweiwöchiges Praktikum mit ein.

♀ Für wen?

Familienfrauen, die nach einer beruflichen Unterbrechung ihren Wiedereinstieg planen

Kosten

Die Kursgebühr beträgt 500 €, Ratenzahlung ist möglich.

Porträt

„Neuer Start“ ist ein Seminar, das seit 1981 beim Verein für Fraueninteressen e.V. in München durchgeführt und vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen bezuschusst wird.

Team

Fünf Dozentinnen unterschiedlicher Qualifikationen/Professionen/Fachbereiche

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–13 Uhr

MVV

S-Bahn Isartor

→ **Unternehmerfrauen im Handwerk München e.V. (UFH)**

Frau Evelyn Schmidt, 1. Vorsitzende
Ulrich-von-Hutten-Straße 6
81739 München
Fon 60 600 600
Fax 60 600 131
ufh@cse-muc.de
www.unternehmerfrauen-bayern.de

Angebot

Diverse Fortbildungsmöglichkeiten – modular und speziell für die Unternehmerfrau, Information, Arbeitskreise, Erfahrungsaustausch, Vorträge und Seminare

♀ Für wen?

Mitglied kann jede im Handwerksbetrieb ihres Mannes mitarbeitende Unternehmerfrau/Lebenspartnerin oder im Betrieb des Vaters mitarbeitende Tochter, jede selbstständige Handwerksmeisterin, sowie Frauen, die dem Handwerk verbunden sind, werden.

→ **Kontakt- und Informationsstelle für Mädchenarbeit**

IMMA e.V.
Jahnstraße 38
80469 München
Fon 23 88 91-20
Fax 23 88 91-15
kontakt.informationsstelle@imma.de
www.imma.de

Kosten

Angebote überwiegend kostenfrei, für Fortbildungen fallen Kosten an

Porträt

Der Arbeitskreis München bietet interessierten Unternehmerfrauen die Chance, sich zusammenschließen, gemeinsame Unternehmungen zu starten, sich gemeinsam weiterzubilden und weiterzuentwickeln. Wir legen Wert auf umfassende Information und Weiterbildung über aktuelle betriebswirtschaftliche Probleme, Existenzsicherung der Unternehmerfrauen im Betrieb und vor allem auch für sich selbst durch Qualifizierung und durch eigene Vorsorgekonzepte. Aktive Mitsprache bei bundespolitischen Themen, im Gremium der Handwerkskammer und im Zentralverband des Deutschen Handwerks.

Ziele

Förderung der Aus- und Weiterbildung, Stärkung der Unternehmerfrauen als Führungskräfte, Qualifizierung und Erfahrungsaustausch, Wahrnehmung als Wirtschaftsmacht von nebenan.

Kosten

Mitgliedsbeitrag

Angebot

Qualifizierung von Fachkräften in ihrer täglichen Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen sowie in der geschlechtsdifferenzierten Arbeit durch Fortbildungen, Fachtagungen, Vorträge sowie Informationen zu Mädchenarbeit und Genderpädagogik.

Für wen?

Fachkräfte aus der Kinder- und Jugendhilfe, der Schule und ähnlichen Arbeitsfeldern.

Weitere Einrichtungen mit frauenspezifischem Angebot

FTZ – Frauentherapiezentrum,
Fortbildung und Supervision
→ **FrauenTherapieZentrum –
FTZ München e.V.**
Goethestraße 21
80336 München
Fon 41 11 19-662
Fax 41 11 19-699
fortbildung@ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

↗ S. 325

→ **power_m Projektverbund**
power_m Infopoint bei der MVHS
Schwanthalerstraße 40
80336 München
Fon 452258895
power-m@mvhs.de

power_m Infopoint bei der
Frauenakademie München e.V.
Baaderstraße 3
80469 München
Fon 72016689
power-m@frauenakademie.de
www.power-m.net

↗ S. 50

→ **Kompetenz für Frauen e.V.**
Volkartstraße 23
80634 München
Fon 16 52 03
Fax 16 08 04
info@frauenkompetenz.de
www.frauenkompetenz.de

↗ S. 222

→ **Cross Mentoring München
Münchner Memorandum
für Frauen in München**
www.muenchner-memorandum.de

Kontakt:
Cross Consult GbR
Bavariaring 43
80336 München
Fon 45 20 526-0
Fax 45 20 526-10
info@crossconsult.de
www.crossconsult.de

Gemeinsam mit dem Referat für Arbeit und
Wirtschaft der Landeshauptstadt München
hat Cross Consult das Münchner Memo-
randum für Frauen in Führung entwickelt.
Das ist eine Selbstverpflichtungserklärung
von Unternehmen und Organisationen für
eine ausgewogene Beteiligung von Frauen
an Führungspositionen.

Es gibt in München zahlreiche Einrichtungen der Erwachsenenbildung, die zum Teil auch geschlechter-spezifische Angebote haben:

→ **Münchner Volkshochschule GmbH**

Zentrale

Gasteig, Kellerstraße 6

Eingang Rosenheimer Straße 5

81667 München

Fon 480 06-0

Fax 480 06-65 98

info@mvhs.de

www.mvhs.de

Mit rund 14.000 Veranstaltungen und 250.000 Teilnehmenden pro Jahr ist die Münchner Volkshochschule (MVHS) die größte öffentlich verantwortete und geförderte Volkshochschule Europas.

Mit ihrem breit gefächerten Bildungsangebot steht sie allen Bevölkerungsgruppen und Altersstufen offen. Die MVHS organisiert lebensbegleitendes Lernen in den Bereichen Sprachen, Gesundheit, Kultur und Kreativität, Politik und Gesellschaft sowie Arbeit und Beruf. Das Programm wird dezentral und möglichst flächendeckend in 32 eigenen Unterrichtsstätten und 95 Münchner Schulen angeboten. Es gibt zahlreiche frauenspezifische Einzelkurse. Die MVHS bietet auch die Möglichkeit, anerkannte Schulabschlüsse auf dem zweiten Bildungsweg nachzuholen (Hauptschule, Realschule, Abitur) sowie im Bereich der sprachlichen und beruflichen Bildung national und international anerkannte Prüfungen und Sprachdiplome zu absolvieren.

→ **Evangelische Stadtakademie**

Herzog-Wilhelm-Straße 24

80331 München

Fon 54 90 27-11

Fax 54 90 27-15

info@evstadtakademie.de

www.evstadtakademie.de

Die Evangelische Stadtakademie München soll als Einrichtung der Kirche in die Gesellschaft hinein wirken. Sie bietet Veranstaltungen zu folgenden Themen an: Kirche und Gesellschaft, Religion und Philosophie, Persönlichkeit und Orientierung, Kompetenz und Kommunikation, Kunst und Kultur, Bewegung und Stille sowie Wege und Reisen.

→ **Münchner Bildungswerk e.V.**

Dachauer Straße 5/II

80335 München

Fon 54 58 05-0

Fax 54 58 05-25

mbw@muenchner-bildungswerk.de

www.muenchner-bildungswerk.de

Das Münchner Bildungswerk veranstaltet seit 1972 die katholische Erwachsenenbildung in der Stadt und im Landkreis München. Es bietet frauenspezifische Kurse an, insbesondere die Teilnahme an einer der 20 fachkundig geleiteten Frauengruppen im Stadtgebiet.

→ **Studentenwerk München**

Beratungsstelle für Schwangere
und Studierende mit Kind
im Beratungszentrum des Studentenwerks
Helene-Mayer-Ring 9
80809 München
Fon 35 71 35-31
sonja.simnacher@stwm.de

Angebot

Das Studentenwerk München bietet umfassende Leistungen, um ein Studium mit Kind zu erleichtern:

- 21 Kindertagesstätten (Krippen/Kindergärten)
- Flexible Kinderbetreuung in der Kinderkrippe Campuskinder (Amalienstraße)

Wichtige Informationen u.a. zu folgenden Themen:

- Beurlaubung wegen Elternzeit
- Studienplanung
- Studienfinanzierung
- Finanzierung
- Wohnung
- Kinderbetreuung
- rechtliche Aspekte

Für wen?

Das Angebot wendet sich an Schwangere und Studierende mit Kind. Keine Terminvereinbarung notwendig!

Kosten

Die Beratung ist kostenfrei, für die Kinderbetreuungseinrichtungen fallen Gebühren an. Eltern, die über wenig oder kein Einkommen verfügen, können beim zuständigen Jugendamt die Übernahme der Kita-Gebühren beantragen.

Porträt

Die Beratungsstelle des Studentenwerks München ist eine erste Anlaufstelle für Schwangere und Studierende mit Kind.

Ziele

Mit dem umfassenden Angebot will das Studentenwerk ein Studium mit Kind erleichtern.

Sprechzeiten

Do 14–18 Uhr

Fr 10–13 Uhr

Förderung von Frauen in der Wissenschaft

→ Technische Universität München (TUM)

Frauenbüro, Koordinierungsstelle
MentorING
Arcisstraße 21
80333 München
Fon 289 233-01
Fax 289-233-32000
frauenbuero@tum.de
www.tum.de

♀ Mentoring-Programm mit technisch-
naturwissenschaftlichem Schwerpunkt
für Schülerinnen, Studentinnen und
Berufsanfängerinnen

→ Prinzessin Therese von Bayern-Stiftung

c/o Ludwig-Maximilians-Universität
München
Referat VII.6 Stiftungen
Leopoldstraße 30
80802 München
stiftungen@lmu.de
www.uni-muenchen.de/frauenbeauftragte

↗ S. 48

Christiane Nüsslein-Volhard-Stiftung

Kontakt: Heike Heth
Spemannstraße 35
→ 72076 Tübingen
Fon 07071/60 13 98
heike.heth@cnv-stiftung.de
www.cnv-stiftung.de

↗ S. 49

→ guide – Beratung und Unterstützung für Existenzgründerinnen

GründerRegio M e.V.
Westendstraße 123
Gewerbehof Westend/Haus F/EG
80339 München
Fon 22 84 15 84
Fax 22 84 15 82
willkommen@guide-muenchen.de
www.guide-muenchen.de

Angebot

guide ist eine Anlaufstelle für Gründerinnen und gründungsinteressierte Frauen. Das Projekt umfasst aufeinander abgestimmte Angebote zur Information, Motivation, Beratung, Qualifizierung und Unterstützung von Gründerinnen und Wiedereinsteigerinnen.

♀ Für wen?

Gründerinnen in München, Wiedereinsteigerinnen, gründungsinteressierte erwerbssuchende Frauen, Frauen der Generation 50 plus, gründungswillige Migrantinnen und Gründerinnen mit Migrationshintergrund, Gründerinnen im Dienstleistungsbereich und in den Freien Berufen, Teilzeit-Gründerinnen

Kosten

Die Gründungsberatung ist kostenfrei. Für die Workshops und Seminare erheben wir moderate Teilnahmegebühren.

Porträt

Das Projekt guide trägt den Besonderheiten der Existenzgründungen durch Frauen Rechnung, insbesondere der frauenspezifischen Herangehensweise an das Thema „berufliche Selbstständigkeit“ und der doppelten Belastung, unter der die Frauen stehen, die familiäre Aufgaben und berufliche Verpflichtungen miteinander vereinbaren wollen. In all seinen Angeboten geht

guide auf die Spezifika der Gründungen durch Frauen ein.

Ziele

Ziele des Projektes guide sind, gründungswillige Frauen zu einer selbstständigen Erwerbstätigkeit zu motivieren, das unternehmerische Potenzial von Frauen zu fördern und die Teilnehmerinnen bei der Vorbereitung einer erfolgreichen selbstständigen Erwerbstätigkeit zu unterstützen.

Team

Das guide-Team vereint unterschiedliche Ausbildungen und berufliche Erfahrungen.

So können Sie mitwirken

Freiberuflerinnen und Unternehmerinnen können Vorschläge für Impulsvorträge zu gründungsbezogenen Themen im Rahmen des Netzwerktreffens einbringen.

Öffnungszeiten

Mo–Fr ab 9 Uhr



MVV

U4/U5 Heimeranplatz, S-Bahn Donnersbergerbrücke, Tram 18/19 Trappentreustraße, Bus 53/133 Gollierplatz

Es gibt eine Reihe von Institutionen und Projekten, die bei der Existenzgründung wesentliche Hilfestellungen leisten können:

Landeshauptstadt München

→ **Referat für Arbeit und Wirtschaft**

Abteilung Wirtschaftsförderung

Herzog-Wilhelm-Straße 15

80331 München

Fon 233-22 070

Fax 233-98 92 20 70

eap@muenchen.de

www.muenchen.de/arbeitsundwirtschaft

Das Referat für Arbeit und Wirtschaft berät bestehende und neu gegründete Unternehmen aus dem In- und Ausland zu allen Fragen rund um die Standortsicherung und -entwicklung.

→ **Münchner Existenzgründungs-Büro (MEB)**

Max-Joseph-Straße 2

Eingang Maximiliansplatz

80333 München

Fon 51 16-762

Fax 51 16-764

info@muenchen.ihk.de

www.gruenden-in-muenchen.de

Im Münchner Existenzgründungs-Büro (MEB), einer Kooperationseinrichtung des Referates für Arbeit und Wirtschaft und der Industrie- und Handelskammer für München und Oberbayern, gibt es persönliche oder telefonische Beratung und Informationsmaterial.

→ **Industrie- und Handelskammer (IHK) für München und Oberbayern**

Max-Joseph-Straße 2

80333 München

Fon 51 16-0

Fax 51 16-306

iszihkmail@muenchen.ihk.de

www.ihk-muenchen.de

Die ExpertInnen der IHK beraten und informieren alle GründerInnen (außer HandwerkerInnen). Speziell an Frauen wendet sich das Seminar Existenzgründung I: Frauen machen sich selbständig.

→ **Handwerkskammer (HWK) für München und Oberbayern**

Max-Joseph-Straße 4

80333 München

Fon 51 19-0

Fax 51 19-295

info@hwk-muenchen.de

www.hwk-muenchen.de

Die HWK bietet eine Beratung speziell für HandwerkerInnen, die sich selbständig machen wollen, sowie Unterstützung bei Betriebsübernahmen und in Krisenfällen.

→ **BfE München Consult GmbH**

Büro für Existenzgründungen
Implerstraße 24
81371 München
Fon 30 90 50 9-0
Fax 30 90 50 9-11
info@bfe-muenchen.de
www.bfe-muenchen.de

Das BfE München berät GründerInnen aller Berufssparten, die einen Antrag auf Überbrückungsgeld oder EXGZ („Ich-AG“) stellen wollen und kooperiert dabei eng mit der Agentur für Arbeit.

→ **GründerRegio M e.V.**

Gewerbehof – Haus F
Westendstraße 123
80339 München
Fon 32 19 78-10
Fax 32 19 78-15
info@gr-m.de
www.gr-m.de

GründerRegio M vereint zahlreiche Projekte, darunter die Förderprogramme EFFEKT! und guide.

↗ S. 33

→ **Projekt TWIN – TwoWomenWin**

IHK München und Oberbayern
Fon 51 16-0
Zentrale für Internetanfragen
Fon 5116-11 50
www.muenchen.ihk.de

Die Mentorinnen stehen dem Unternehmerinnennachwuchs ein Jahr lang ehrenamtlich mit ihrem Know-how zur Seite. Die TWIN-Paare werden grundsätzlich aus unterschiedlichen Branchen zusammengestellt. In Zusammenarbeit mit der Käte-Ahlmann-Stiftung.

→ **www.mein-gruendungsportal.de**

Das Portal bietet kostenfreie Erst-Information für die Gründung in oder um München sowie einen Überblick über Anlauf- und Beratungsstellen, Gründungsthemen und Netzwerke/News. Weitere Beratungen, effizient und zielgerichtet, sind ebenso enthalten wie Anlaufstellen für ausländische MitbürgerInnen und Tipps zur Finanzierung und Förderung.

→ **Business Professional Women (BPW) e.V.**

Häberlstraße 12
80337 München
Fon 45 21 33 98
1.Vorsitzende@bpw-muenchen.de
www.bpw-muenchen.de

Angebot

BPW ist eines der ältesten Frauennetzwerke der Welt und mit 30.000 Mitgliedern weltweit eines der größten Netzwerke. 1919 in den USA gegründet ist es das einzige internationale, überparteiliche und überkonnessionelle Frauennetzwerk. Es ist in 85 Ländern aktiv und hat einen Beraterstatus bei der UN, ständige Vertreterinnen bei der UNO in New York, Paris, Wien, Genf sowie der Internationalen Arbeitsorganisation (ILO) in Genf und im Europarat in Straßburg.

BPW Netzwerke in rund 100 Ländern eröffnen Kontakte zu Frauen in aller Welt. Das schafft Verbindungen und öffnet Türen. Gefördert werden nicht nur globales Denken und Handeln im Berufs- und Geschäftsleben, sondern auch die Völkerverständigung.

2008 hat BPW erstmals den Equal Pay Day, internationale Aktionstag für Entgeltgleichheit zwischen Frauen und Männern, in Deutschland veranstaltet.

Für wen?

Berufstätige Frauen aller Branchen, Angestellte, Selbstständige und Unternehmerinnen

Kosten

Jahresmitgliedschaft 155 €

Porträt

Der Club München ist mit rund 140 Mitgliedern der größte Club in Deutschland. Monatlich finden verschiedene Veranstaltungen statt. BPW bietet Clubabende zu Business- und Persönlichkeitsthemen, Tagungen und Kongresse. Und natürlich steht das Netzwerken und der persönliche Austausch im Vordergrund. Spezielle Club- und Mentoringprogramme helfen die Persönlichkeit weiterzuentwickeln

Ziele

BPW setzt sich für die Chancengleichheit in Beruf, Wirtschaft, Politik und Gesellschaft ein und engagiert sich für mehr Frauen in leitenden Positionen in Wirtschaft und Politik und die bessere Vereinbarkeit von Beruf und Familie für Frauen und Männer.

Team

Ehrenamtlicher Vorstand

So können Sie mitwirken

Alle Netzwerkfrauen sind ehrenamtlich tätig und freuen sich immer über Mitglieder, die sie ehrenamtlich unterstützen. Über BPW aktiv, ein spezielles Programm, besteht auch die Möglichkeit sich aktiv fortzubilden, die Persönlichkeit weiter zu entwickeln und Kompetenzen zu stärken.

→ Deutscher Akademikerinnenbund e.V.

Gruppe München
Kontakt: Dr. Bettina Marquis
Ulrich-Nanshaimer-Straße 18
85652 Landsham
Fon 903 18 10
bettina.marquis@yahoo.de
www.dab-ev.org

Angebot

Ansprache für berufstätige Akademikerinnen in München und dem südlichen Bayern.

Der Akademikerinnenbund bietet ein weitreichendes Frauennetzwerk, von München bis Brüssel oder Genf.

Jährlich trifft sich der DAB München mit Kolleginnen aus Österreich und der Schweiz zum DACH-Treffen. Besondere Freundschaften bestehen zum VAÖ Landesverband Steiermark in Graz und dem Club der Tiroler Akademikerinnen in Innsbruck.

Bundesweite Arbeitskreise zu Frauen in Naturwissenschaft und Technik und Seminare der globalisierungskritischen Denkfabrik Zukunft (2x jährlich) können besucht und mitgestaltet werden.

♀ Für wen?

Akademikerinnen und studierende Frauen aus dem In- und Ausland
An politischen und gesellschaftlichen Fragen und an Kultur interessierte Frauen

Kosten

Voller Beitrag 85 € Bundesverband, 25 € Gruppe München
Studierende 25 € an den Bundesverband, in München beitragsfrei

Porträt

Ein Traditionsverband, der sich seit 1914 bzw. 1926 für die Frauen als mündige Bürgerinnen einsetzt und dabei aufgrund der eigenen guten Ausbildung seiner Mitfrauen Verantwortung übernimmt. Der DAB ist auch eine Seniorinnenorganisation und hat viele ältere Mitglieder.

Ziele

- Kontakte in München und weit darüber hinaus
- Völkerverständigung in freundschaftlicher Verbundenheit
- Diskussion gesellschaftlich relevanter Entwicklungen und fachlicher Themen

Team

Geistes- und Naturwissenschaftlerinnen, Juristinnen

So können Sie mitwirken

- als Gast oder Mitorganisatorin bei Stammtischen, Führungen, Diskussionen und in den o.g. Arbeitskreisen des DAB
- als Vortragende
- als aktives oder auch passives Mitglied

→ Deutscher Juristinnenbund (DJB)

Organisationsbüro
Alexandra Zöllner
Hauzenberger Straße 17
80687 München
Fon 40 80 29
Fax 09 19 171
rg-muenchen@djb.de
www.djb.de

Angebot

Zum Programm des DJB gehören Vorträge, gemeinsame Unternehmungen und Diskussionen zu Rechtsfragen und gesellschaftspolitischen Fragen.

Jeden ersten Donnerstag im Monat ab 20 Uhr treffen sich die Mitfrauen zum traditionellen Stammtisch im Ratskeller am Münchner Marienplatz.

Für wen?

Jede Frau, die Rechts- oder Wirtschaftswissenschaften studiert oder studiert hat und an der Durchsetzung der Ziele des Verbandes interessiert ist, kann Mitglied werden. Die Berufsausübung ist keine Voraussetzung.

Kosten

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 125 € jährlich, eine Ermäßigung ist möglich.

Porträt

Der Deutsche Juristinnenbund wurde 1948 in Dortmund neu gegründet. Er versteht sich als Lobby und setzt sich durch kompetente juristisch-fachliche Beiträge für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Geschlechter in Rechtspolitik und Gesetzgebung ein.

Ziele

- Fortentwicklung des Rechts auf allen Gebieten
- Verwirklichung der Gleichberechtigung und Gleichstellung der Frau in allen gesellschaftlichen Bereichen
- Rechtliche Absicherung der Lebenssituation von Frauen, Kindern und älteren Menschen
- Förderung internationaler Netzwerke

→ **Journalistinnenbund e.V. (JB)**

Regionalgruppe (RG) München
Kontakt: Marion Trutter
Jahnstraße 17
80469 München
Fon 23 88 81 78
muenchen@journalistinnen.de
www.journalistinnen.de

Angebot

Der JB fördert Journalistinnen und Qualitätsjournalismus durch Medienbeobachtung, öffentliche Stellungnahmen, Tagungen, Mentoring, Pressereisen, Fortbildung sowie den Marlies-Hesse-Nachwuchspreis und die Hedwig-Dohm-Urkunde für verdiente Kolleginnen. Die RG München veranstaltet Vorträge, Diskussionen und Seminare zu Medien- und Frauenthemen, außerdem Besuche in Redaktionen und Pressestellen in und um die Landeshauptstadt. Außerdem hilft der JB bei der Suche nach Expertinnen in Medienfragen.

Für wen?

Dem Verein können hauptberufliche journalistische Mitarbeiterinnen aller Medien und Pressestellen beitreten, ebenso Studentinnen und Auszubildende mit entsprechendem Berufsziel. Viele Veranstaltungen sind jedoch offen für alle InteressentInnen.

Kosten

Mitgliedsbeitrag ab 60 € im Jahr, gestaffelt nach Einkommen. TeilnehmerInnen – insbesondere Nicht-Mitglieder – zahlen bei Veranstaltungen meist einen Kostenbeitrag.

Porträt

Der gemeinnützige Verein wurde 1987 gegründet. Heute zählt er bundesweit fast 500 Mitglieder, organisiert in Arbeits- und Regionalgruppen, davon rund 80 in der RG München.

Ziele

Der Journalistinnenbund setzt sich ein für Frauen- und Menschenrechte sowie für einen besseren Journalismus in einer demokratischen Öffentlichkeit. Er fordert mehr Macht für Frauen in Medien und Gesellschaft – und darum eine 50-Prozent-Quote in den Chefetagen der Medienunternehmen.

Bildung und Arbeit

Berufliche Netzwerke

→ **webgrrls.de – Regionalgruppe Bayern**

Regionalleitung Claudia Kimich

Fon 74 32 78 64

Fax 74 32 78 66

muenchen@webgrrls.de

www.webgrrls-bayern.de

Angebot

Die Regiogruppe Bayern der webgrrls.de bietet Mitgliedern des Netzwerks regelmäßige Veranstaltungen in verschiedenen Formaten:

- zehn Vorträge im Jahr zu Themen der beruflichen Weiterentwicklung wie Medien, Karriere und Work-Life-Balance (Gelegenheit zum Kennenlernen)
- Business-Frühstücke, Twittagessen und Netzwerkveranstaltungen sowie einen „Betriebsausflug“
- die Nutzung von Mailinglisten zur bundesweiten Vernetzung
- Zugang zu einem umfangreichen Wissens- und Erfahrungspool
- Möglichkeiten zu Mitwirkung und Mitgestaltung
- Portraits auf webgrrls.de-Websites
- überregionale Kongressveranstaltungen, Beteiligung an Barcamps, Isarnetz München und Vernetzung mit anderen Organisationen

Für wen?

webgrrls.de sind ein branchengemischtes berufliches Netzwerk. Willkommen sind Frauen, die in und mit neuen Medien arbeiten und sich aktiv beruflich weiter entwickeln wollen.

Kosten

Jahresbeitrag 60 €

Porträt

webgrrls.de ist das älteste und bekannteste Business-Netzwerk für Frauen, die in, für und mit neuen Medien arbeiten. Mit über 600 Mitgliedern und sechs Regionalgruppen dient das Netzwerk als Plattform für Wissensvermittlung, Erfahrungsaustausch und Kooperation der beruflichen Weiterentwicklung von Frauen mit dem Ziel, die Präsenz und den Einfluss von Frauen in der von digitalen Medien geprägten Arbeitswelt zu stärken. Dazu gehört auch die Mitarbeit in Verbänden wie dem Deutschen Frauenrat sowie Vernetzung mit anderen Interessensverbänden und Aktionsbündnissen wie dem Equal Pay Day. Entstanden 1997 als Internet-Community nach amerikanischem Vorbild wurde webgrrls.de 2001 als Verein eingetragen.

Aktuelle Infos

www.webgrrls-bayern.de

So können Sie mitwirken

in der Regionalgruppe Bayern sowie auf Bundesebene (z. B. Arbeitsgruppe Frauenrat, Eventplanung etc.)

European Women's Management
Development International Network

→ **EWMD Deutschland e.V.**

Anklamer Straße 38
10115 Berlin

Regionalgruppe Bayern

Kontakt per E-Mail
bayern@ewmd.org
www.ewmd.org

Angebot

Vorträge, Netzwerk-Veranstaltungen,
Workshops sowie nationale und internationale Kongresse und Symposien

♀ Für wen?

Für Frauen in Fach- und Führungspositionen/Management sowie Selbständige

Kosten

Teilnahmebeiträge für Veranstaltungen
und Kosten für die Jahresmitgliedschaft

Porträt

EWMD (European Women's Management Development International Network) ist ein internationales Management-Netzwerk mit ca. 800 Mitgliedern in 26 Ländern.

Es wurde 1984 aus einer Initiative von EFMD (Vereinigung europäischer Business Schools) in Brüssel gegründet.

Zielsetzung ist, für mehr Sichtbarkeit und Beteiligung von qualifizierten Frauen in Führungspositionen der Wirtschaft und Gesellschaft zu sorgen. Das alles mit dem Wunsch, die Qualität des Managements zu erhöhen und sie durch Frauen zu bereichern.

Die Kernthemen des EWMD sind

- Frauen in Führungspositionen
- Managementthemen und Unternehmensführung
- Mixed Leadership
- Führungsstile und Best Practices

- Work-Life-Balance
- Rollenmodelle für High Potentials
- Lebensstile erfolgreicher Frauen

Das Netzwerk bietet eine in der Wirtschaft anerkannte Plattform für den qualifizierten Austausch von Erfahrungen und aktuellen Entwicklungen im Management – branchenübergreifend und international. Neben den individuellen Mitgliedern gibt es auch Firmenmitglieder. Die Basis des persönlichen Netzwerkes bilden Themenabende, Vorträge, Workshops und informelle Treffen.

Team

Qualifizierte Frauen aus Fach- und Führungspositionen auch aus Großkonzernen und Global Playern sowie freiberufliche/selbständige Frauen. Die Sprecherinnen und Organisatorinnen arbeiten ehrenamtlich.

So können Sie mitwirken

Übernahme von Aufgaben innerhalb der Regionalgruppe (z.B. Sprecherin, Eventorganisation, Finanzen, PR/Marketing, etc.)

Bildung und Arbeit

Berufliche Netzwerke

→ **Wirtschaftsweiber e.V.**

Überregionales Netzwerk für lesbische
Fach- und Führungskräfte
Regionalgruppe München
muenchen@wirtschaftsweiber.de
www.wirtschaftsweiber.de/vor-ort/
muenchen/

Angebot

Mitglieder des Netzwerks Wirtschaftsweiber e.V. geben seit zehn Jahren ihre beruflichen Erfahrungen weiter und schaffen ein Forum zum Austausch mit Lesben aus anderen beruflichen Zweigen. In den drei- bis viermal jährlich stattfindenden Workshops behandeln sie Themen aus dem täglichen Berufsalltag und können ihr berufliches (und persönliches) Wachstum weiterentwickeln.

Folgende Themen stehen im Vordergrund:

- Arbeit und Karriere
- Geldanlagen
- Existenzgründung
- Steuer, Recht und Eigentum
- Unternehmenskulturen
- Job-Börse

Für wen?

Wirtschaftsweiber e.V. ist ein Netzwerk von und für Lesben, die in allen Bereichen und in den unterschiedlichsten Positionen der freien Marktwirtschaft tätig sind, insbesondere Fach- und Führungskräfte sowie Selbständige und Unternehmerinnen. Lesben, die Interesse am Netzwerk haben, sind herzlich willkommen.

Porträt

Neben anderen Netzwerken und Verbänden für Frauen in Wirtschaft und Management verstehen sich die Wirtschaftsweiber als das Forum für den lesbischen Blickwinkel. Der Verein hat acht Regionalgruppen, darunter eine in München.

Ziele

- Die Wirtschaftsweiber wollen
- sich gegenseitig beruflich, persönlich, wirtschaftlich und fachlich fördern
 - öffentlich sichtbar werden
 - gesellschaftlich und politisch Einfluss nehmen
 - mehr Macht und Geld für Lesben

Kosten

Der Jahresmitgliedsbeitrag beträgt 120 €. Teilweise fallen Kosten für Veranstaltungen an.

→ WIFTG – Women in Film & TV Germany e.V.

info@wiftg.de

www.wiftg.de

Ansprechpartnerinnen München

Elena Kirchberg:

Elena.Kirchberg@wiftg.de

Nicole Ackermann:

Nicole.Ackermann@wiftg.de

Lokales Angebot

Regelmäßiges Branchentreffen „Jour Fixe“ in München jeweils am letzten Mittwoch eines ungeraden Monats.

Zusätzlich Sonderveranstaltungen in München, beispielsweise zum Filmfest München.

Darüber hinaus deutschlandweite Branchentreffen, Sonderveranstaltungen und Vergünstigungen.

♀ Für wen?

Frauen der Film- und Fernsehbranche und der digitalen Medien

Kosten

Vollmitglied: 70 €/Jahr (mind. zwei Jahre Berufserfahrung in der Film- und Fernsehbranche)

Studentin: 50 €/Jahr (Immatrikulationsnachweis/filmspezifischer Studiengang)
Beitrag bei Mitgliedschaft nach 30.06. entsprechend monatsanteilig

Porträt

WIFT Germany ist ein Geschäftsnetzwerk für Frauen in der Film- und Fernsehbranche und den digitalen Medien.

WIFT Germany organisiert regelmäßige Branchentreffen, Weiterbildungen und Screenings in Berlin, Köln, München und Stuttgart. WIFT Germany vernetzt Medienfrauen und bietet Foren für kontinuierlichen Austausch, kollegiale Unterstützung

und professionelle Zusammenarbeit.

WIFT Germany ist mit anderen internationalen und nationalen film- und medienpolitischen Verbänden vernetzt und ist selbst Teil des globalen Netzwerkes WIFT International mit mehr als 10.000 Frauen in 40 Ländern.

Ziele

WIFT Germany setzt sich für die Gleichstellung von Frauen und Männern in allen Bereichen der Medienbranche ein – in den Redaktionen und Produktionsfirmen, bei der Filmförderung und am Set – vor und hinter der Kamera.

Team – WIFTG Vorstand und Mitglieder

Frauen der Film- und Fernsehbranche und der digitalen Medien:
Produzentinnen, Juristinnen, Drehbuchautorinnen, Regisseurinnen, Redakteurinnen, Agentinnen, Kamerafrauen, Filmkomponistinnen, Cutterinnen, Vertreterinnen der Filmförderungen, Filmhochschulen und Filmpresse, Verleiherinnen etc.

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft; ehrenamtliche Unterstützung unserer Netzwerk-Arbeit

Das Spektrum frauenspezifischer Berufsverbände ist sehr breit. Hier eine Auswahl:

→ **Deutscher Ingenieurinnenbund (dib) e.V.**

Regionalgruppe München
monatliche Treffen im SIAF e.V.
Sedanstraße 37
81667 München
rg-muenchen@dibev.de
www.dib-muenchen.de

Verein der Ingenieure

→ **Arbeitskreis Frauen im Ingenieurberuf**

Christa Holzenkamp
Fon 90 77 76 87
fib-muenchen@vdi.de
christa@holzenkamp.de

→ **Deutscher Ärztinnenbund e.V. (DÄB)**

Gruppe Bayern-Süd
Kontakt: Didona Roxana Weippert
Türkenbundweg 9
80689 München
Fon 700 33 74
Fax 700 33 75
dr.didona.weippert@t-online.de
www.aerztinnenbund.de

→ **Verband deutscher Unternehmerinnen e.V. (VdU)**

Landesverband Bayern-Süd
Kontakt: Andrea Hiering
Tannenstraße 30
85640 München/Putzbrunn
Fon 60 60 09 39
Fax 60 600 940
welcome@citycompanion-munich.com
www.vdu.de

→ **Bundesverband unabhängiger Finanzdienstleisterinnen e.V. (BuF)**

Kontakt: Helma Sick
Mariannenplatz 4
80538 München
Fon 28 72 96 30
Fax 280-2455
info@finanzexpertinnen.de
www.finanzexpertinnen.de

→ **BücherFrauen e.V.**

buecherfrauen.muenchen@googlemail.com
www.buecherfrauen.de

Im dem Verein organisieren sich Frauen, die in der Buchbranche tätig sind, z.B. Verlagsfrauen, Buchhändlerinnen, Übersetzerinnen, etc.

→ **texttreff.de**

Regionalgruppe München
kontakt@texttreff.de
www.texttreff.de

Dieses Netzwerk bietet „wortstarken Frauen“ (Autorinnen, Werbetexterinnen, PR-Frauen und Lektorinnen) ein Forum zum Austausch über wichtige Themen in ihrem Bereich, nicht nur im Internet.

→ **Connecta – Das Frauennetzwerk e.V.**

Regionalgruppe München
Petra Thiemann
connecta-muenchen@gmx.net
www.frauennetzwerk-connecta.de

Netzwerk von Frauen, die sich gegenseitig in ihrer persönlichen und beruflichen Kompetenz fördern

→ **Vereinigung für Frauen im Management (FIM)**

Regionalgruppe München
Kontakt über Geschäftsstelle:
Fon 040 72 10 43 06
Fax 040 55 77 57 89
Kontakt München
muenchen@fim.de
www.fim.de/Regionalgruppen/Muenchen

Vereinigung für Frauen, die in verantwortlicher Position in Wirtschaftsunternehmen tätig sind oder selbständig arbeiten

→ **Gesellschaft Deutscher Akademikerinnen e.V. (GDA)**

Ingeborg Aumüller
Pfaugasse 10
93047 Regensburg
Fon 0941/55 9 22
Fax 0941/56 34 17
info@gesellschaft-deutscher-
akademikerinnen.de
www.gesellschaft-deutscher-
akademikerinnen.de

Interessenverband von Akademikerinnen aus allen Bereichen der Gesellschaft

→ **Frauennetzwerk Münchner Wirtschaftsforum e.V.**

Kontakt: Katja Merz
Lenbachstraße 8
82319 Starnberg
Fon 8151/66 60 56
Mobil 0173/344 74 93
info@mwf-ev.de
www.mwf-ev.de

Ein Netzwerk für weibliche Angestellte in gehobenen Positionen, Unternehmerinnen und Selbständige

Bildung und Arbeit

Berufliche Netzwerke

Im Deutschen Gewerkschaftsbund haben sich die folgenden acht Einzelgewerkschaften zusammengeschlossen.

In jeder Einzelgewerkschaft besteht ein eigener Frauenausschuss. Informationen dazu sind über das Frauensekretariat des DGB ([Fon 51 700-106](tel:51700106)) erhältlich.

- **ver.di – Vereinte Dienstleistungsgewerkschaft**
Schwanthalerstraße 64–66
80336 München
[Fon 599 77-0](tel:599770)
Fax 599 77-77 77
bezirk.muenchen@verdi.de
www.verdi-muenchen.de
- **IG Bergbau, Chemie, Energie – IG BCE**
Bezirk München
Schwanthalerstraße 64
80336 München
[Fon 120 21 40-0](tel:12021400)
Fax 120 21 40-10
bezirk.muenchen@igbce.de
www.muenchen.igbce.de
- **IG Bauen, Agrar, Umwelt – IG BAU**
Bezirk München
Schubertstraße 5
80336 München
[Fon 54 41 05-0](tel:5441050)
Fax 54 41 05-40
muenchen@igbau.de
www.igbau-oberbayern.de
- **IG Metall**
Verwaltungsstelle München
Schwanthalerstraße 64
80336 München
[Fon 514 11-0](tel:514110)
Fax 514 11-50
muenchen@igmetall.de
www.igmetall-muenchen.de
- **EVG – Eisenbahn- und Verkehrsgewerkschaft**
Geschäftsstelle München
Marsstraße 21
80335 München
[Fon 13 01 45 80](tel:13014580)
Fax 13 01 45 88
muenchen@evg-online.org
www.evg-online.org/Vor_Ort
- **Gewerkschaft Nahrung-Genuss-Gaststätten – NGG**
Schwanthalerstraße 64
80336 München
[Fon 544 659-0](tel:5446590)
Fax 544 659-22
region.muenchen@ngg.net
www.muenchen.ngg-bayern.net

Daneben gibt es eine Reihe weiterer Organisationen, welche die Interessen von ArbeitnehmerInnen vertreten. Hier eine Auswahl:

→ **Gewerkschaft der Polizei – GdP**

Bezirksgruppe München
Rosenheimer Straße 130
81669 München
Fon 99 82 81-14 36
Fax 57 83 88-10
michael.bogatzki@polizei.bayern.de
www.gdp.de

→ **Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft – GEW**

Stadtverband München
Schwanthalerstraße 64
80336 München
Fon 53 73 89
Fax 54 37 99 57
gew-sv-muenchen@link-m.de
www.gew-muenchen.de

→ **Katholische Arbeitnehmerbewegung – KAB**

KAB-Diözesanverband München und Freising e.V.
Lorenz-Huber-Haus
Pettenkoferstraße 8/V
80336 München
Fon 55 25 16 40
Fax 550 21 32
info@kab-dvm.de
www.kabdvmuenchen.de

→ **Bayerischer Beamtenbund – BBB**

Lessingstraße 11
80336 München
Fon 55 25 88-0
Fax 55 25 88-50
www.bbb-bayern.de

→ **KOMBA Gewerkschaft Bayern – Die KommunalGewerkschaft**

Kreisverband München-Stadt
Marienplatz 8
80331 München
Fon 233-239 93
Fax 233-276 43
geschaeftsstelle@komba-kvm.de
www.komba-kvm.de

→ Prinzessin Therese von Bayern-Stiftung

c/o Ludwig-Maximilians-Universität
München, Referat VII.6 Stiftungen
Leopoldstraße 30
80802 München
stiftungen@lmu.de
www.uni-muenchen.de/frauenbeauftragte

Angebot

Die Stiftung beabsichtigt, ihre Mittel für folgende drei Maßnahmen einzusetzen:

- Preisverleihungen: Regelmäßige Vergabe des Therese von Bayern-Preises an Wissenschaftlerinnen der Universität München für herausragende Leistungen
- Qualifikationsförderung: Beratung, Unterstützung und Förderung der Habilitation bzw. vergleichbarer Qualifikationen
- Forschungsförderung: Förderung von Projekten im Rahmen der Erforschung der Geschlechterverhältnisse (Gender Studies)

Aufgrund der Vermögensverhältnisse der Stiftung beschränkt sich die Förderung derzeit auf die Vergabe des Therese von Bayern-Preises.

♀ Für wen?

Die Stiftung fördert ausschließlich Wissenschaftlerinnen der LMU.

Porträt

Aus Anlass des 100jährigen Jubiläums der Verleihung der ersten Ehrendoktorwürde an eine Frau, an die Wissenschaftlerin, Forschungsreisende und Mäzenin Prinzessin Therese von Bayern (1850–1925), wurde 1997 die Therese von Bayern-Stiftung zur Förderung von Frauen in der Wissenschaft ins Leben gerufen.

Ziele

Die Therese von Bayern-Stiftung fördert ausschließlich und unmittelbar Wissenschaft und Forschung.

MVV

U3/U6 Giselastraße

→ **Christiane Nüsslein-Volhard-Stiftung**

Kontakt: Heike Heth
Spemannstraße 35
72076 Tübingen
Fon 07071/60 13 98
heike.heth@cnv-stiftung.de
www.cnv-stiftung.de

♀ Die bundesweit tätige Christiane Nüsslein-Volhard-Stiftung richtet sich an hervorragende Doktorandinnen in einem Fach der experimentellen Naturwissenschaften und der Medizin. Sie macht es sich zur Aufgabe, begabten Frauen mit Kindern den Berufsweg zur Wissenschaftlerin zu erleichtern. Mit finanziellen Zuschüssen für Kinderbetreuung und Hilfe im Haushalt wird jungen Müttern mehr Zeit und Flexibilität für ihre wissenschaftliche Arbeit gewährt.

→ **MTU Studien-Stiftung**

Dachauer Straße 665
80995 München
Fon 14 89 32 19
guru.bauer@mtu.de
www.mtu-studien-stiftung.org

♀ Die MTU Studien-Stiftung, im Jahr 2000 gegründet, ist eine öffentliche Stiftung bürgerlichen Rechts mit Sitz in München. Ziel der Stiftung ist, hochbegabte junge Frauen in technischen Ausbildungen und Studiengängen zu fördern. Die Betreuung und Beratung junger Frauen beginnt in der Phase der beruflichen Orientierung. Die Stiftung ermöglicht detaillierte Einblicke in technische Berufsbilder und fördert berufsrelevante persönliche, soziale und methodische Kompetenzen. Die MTU Studien-Stiftung schafft zudem eine Plattform für Austausch und Vernetzung angehender Ingenieurinnen.

Bildung und Arbeit

Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche und Wiedereinstieg

→ power_m Projektverbund

power_m Infopoint bei der Münchner Volkshochschule (MVHS)
[Fon 452 25 88 95](tel:452258895)
power-m@mvhs.de

power_m Infopoint bei der Frauenakademie München e.V.
Baaderstraße 3
80469 München
[Fon 72 01 66 89](tel:72016689)
power-m@frauenakademie.de
www.power-m.net

Angebot

power_m unterstützt Frauen und Männer dabei, ihren beruflichen Wiedereinstieg nach einer mehrjährigen Familienpause erfolgreich zu gestalten. Mit individuell zugeschnittenen, kostenfreien Fortbildungen und Orientierungshilfen können sie neue Berufsperspektiven entwickeln, Kenntnisse auffrischen und Selbstvertrauen zurück gewinnen. Bewerbungstraining und Kontakte zu Arbeitgebern ergänzen das Programm.

Für wen?

power_m richtet sich an Frauen und Männer aus dem S-Bahn-Bereich München, die mindestens 18 Monate aufgrund von Kindererziehung bzw. sechs Monate aufgrund der Pflege von Familienangehörigen keiner sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung nachgegangen sind.

Kosten

Die Angebote sind für Teilnehmerinnen und Teilnehmer kostenfrei.

Porträt

Je länger Mütter und Väter ihre Erwerbstätigkeit unterbrechen, um für die Erziehung der Kinder da zu sein, desto schwerer fällt die Rückkehr ins Berufsleben. Häufig müssen bestehende Fachkenntnisse aufgefrischt, schlummernde Talente geweckt, die berufliche Orientierung unterstützt

und das Selbstvertrauen gestärkt werden. power_m hilft Frauen und Männern dabei, diese Hürden zu überwinden und Rückenwind für den Wiedereinstieg zu gewinnen. Nach einer Erstberatung erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen individuellen Wiedereinstiegsplan mit den Modulen Berufsorientierung und Kompetenzerfassung, IT-Schulungen und Bewerbungstraining. Durch die Kooperation mit Arbeitgebern im Raum München bietet power_m einen eigenen Stellenservice für Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteiger an.

Team

power_m ist ein Projektverbund aus sechs Weiterbildungsträgern (Frauenakademie München e.V., Frauen-Computer-Schule AG, Frau und Beruf GmbH, IBPro e.V., Münchner Volkshochschule GmbH, Verbund Strukturwandel der Münchner Arbeit gGmbH), koordiniert durch das Referat für Arbeit und Wirtschaft der Landeshauptstadt München.

Telefonzeiten

Mo–Do 9–16 Uhr

MVV

S-Bahn Isartor (FAM),
Hauptbahnhof (MVHS)

→ Frau und Beruf GmbH

Geschäftsstelle München
Lindwurmstraße 129a
80337 München
Fon 72 01 99-16
Fax 72 01 99-18
info@frau-und-beruf.net
www.frau-und-beruf.net

Angebot

Beratung und Lehrgänge zur beruflichen Orientierung und Qualifizierung; Workshops zur Kompetenzerfassung, Bewerbungstrainings; Vermittlungcoaching, sowie Prüfungsvorbereitung und Prüfungen zum Europäischen Wirtschaftsführerschein (EBC*L) in den Stufen A, B und C.

♀ Für wen?

Arbeitslose und arbeitssuchende Frauen, allein erziehende Frauen, Frauen während und nach der Familienphase, Berufsrückkehrerinnen, berufsstätige und ältere Frauen

Kosten

Die Teilnahme an öffentlich geförderten Projekten ist kostenfrei. Die Gebühren für die EBC*L-Seminare variieren nach Stufe, Dauer und Durchführungsform.

Porträt

Frau und Beruf GmbH gibt es seit 2002. Standorte sind München, Garmisch-Partenkirchen und Landsberg. Hier arbeiten Frauen mit Frauen!
In München ist Frau und Beruf mit dem Projekt JOBFIT fürs Office Kooperations-Partnerin im Verbund Perspektive Arbeit (VPA), ebenso im Projektverbund power_m mit verschiedenen Modulen, z. B. Wiedereinstiegscheck „Ich bin, ich kann, ich will“, „Bewerben mit Profil“.

Ziele

Bei der Entwicklung und Gestaltung der Angebote geht Frau und Beruf von der Lebensrealität, den Anforderungen und Interessen der Kundinnen aus. Das Ziel richtet sich vor allem darauf, die individuell vorhandenen Potenziale der Frauen aufzunehmen und sie durch teilnehmerinnenorientierte Lernprozesse so zu entwickeln, dass sie den Chancen und Erfordernissen des Arbeitsmarkts ebenso entsprechen wie einer eigenverantwortlichen persönlichen Entwicklung.

Team

Derzeit ca. 25 Mitarbeiterinnen, z.B. Diplom- und Sozialpädagoginnen, Soziologinnen, Betriebswirtinnen, Erzieherinnen und Verwaltungsfachkräfte

So können Sie mitwirken

Spenden, um Teilnehmerinnen EDV/Notebooks für die Trainings zur Verfügung stellen zu können

Sprechzeiten/Bürozeiten

Mo–Fr 8–15 Uhr

Bildung und Arbeit

Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche und Wiedereinstieg

→ **Agentur für Arbeit München**

Kapuzinerstraße 26
80337 München
Postanschrift
Agentur für Arbeit München
80304 München
muenchen@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Fon 0800 455 55 00
(für Arbeitnehmer, kostenfrei)
Fon 0800 455 55 20
(für Arbeitgeber, kostenfrei)
Fax 51 54-66 69

Angebot

Die Hauptaufgabe der Agentur für Arbeit besteht in der Vermittlung von Arbeitskräften. In der persönlichen Beratung (Zentrale in der Kapuzinerstraße) können Detailfragen beantwortet und Strategien für individuelle Anliegen erarbeitet werden. In der Online-Jobbörse für Arbeits- und Ausbildungssuchende unter www.arbeitsagentur.de kann man Stellenangebote suchen und speichern, Bewerbungsprofile hinterlegen und Online-Bewerbungen verwalten. Mit der Veranstaltungsreihe „Frauen werden aktiv“ informiert die Arbeitsagentur Frauen über Jobsuche im Internet, über Bewerbungsstrategien, Zeitarbeit, Existenzgründung nach der Elternzeit und weitere zentrale Themen.

Öffnungszeiten Zentrale

Mo–Fr 8–12.30 Uhr,
Do auch 14–18 Uhr

Telefonische Servicezeiten

Zentrale
Mo–Fr 8–18 Uhr

MVV

U3/U6 Goetheplatz

→ JOBChancen

IBPro Zentrum Beruf & Familie
 Rosenheimer Straße 139
 81671 München
Fon 54 07 34 32
 Fax 24 20 37 43
 jobchancen@ibpro.de
 www.zentrum-beruf-familie.de

Angebot

JOBChancen ist eine Teilzeit-Qualifizierung zur zertifizierten Office-Anwenderin für alleinerziehende Frauen und Mütter mit ergänzenden, modularen Angeboten für die Bereiche Büro, Verkauf oder Pflege.

♀ Für wen?

Alleinerziehende Frauen und Mütter im ALG-II-Bezug

Kosten

Keine

Porträt

JOBChancen bietet eine Teilzeit-Qualifizierung zur zertifizierten Office-Anwenderin für alleinerziehende Frauen und Mütter an. Schwerpunkte im Kurs sind wahlweise Büro, Verkauf oder eine Ausbildung zur Pflegediensthelferin. Praxisnah wird in folgenden Bereichen qualifiziert:

- PC-Kenntnisse in den gängigen MS Office-Programmen mit ECDL-Zertifikat (Europäischer Computerführerschein)
- Business-English für Einsteigerinnen und Fortgeschrittene mit Cambridge Certificate BEC
- Vermittlung von berufsbezogenen Fachinhalten
- Berufsübergreifende Trainings zur Förderung der persönlichen und sozialen Kompetenzen

- Im Bereich Pflege können die TeilnehmerInnen das Malteser-Zertifikat Pflegediensthelfer bzw. Betreuungsarbeit nach § 87b III SGB XI erwerben.
- Bewerbungsberatung

Die in der Qualifizierung erworbenen Kompetenzen können in einem an den persönlichen Stärken orientierten Betriebspraktikum vertieft und angewendet werden. Dieser starke Praxisbezug fördert die Chancen für einen erfolgreichen Einstieg in das Arbeitsleben.

Ziele

Ziel der Qualifizierung ist eine dauerhafte sozialversicherungspflichtige Beschäftigung.

Team

20 feste und freiberufliche MitarbeiterInnen mit fachbezogenen Qualifikationen

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–15 Uhr



MVV

S-Bahnen oder U5 Ostbahnhof,
 Bus 55/145/155, Haltestelle
 Kustermannpark

Bildung und Arbeit

Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche und Wiedereinstieg

→ IBPro Zentrum Beruf & Familie

Rosenheimer Straße 139

81671 München

Träger: IBPro e.V.

Fon 24 20 37 41

Fax 24 20 37 43

ibz-ost@ibpro.de

www.zentrum-beruf-familie.de

Angebot

Im Zentrum Beruf & Familie unterstützt IBPro arbeitssuchende alleinerziehende Mütter und Väter mit individuellen Angeboten und fachlicher Kompetenz bei ihrem beruflichen Wiedereinstieg.

Für wen?

Alleinerziehende Mütter und Väter (mit Kindern ab 1 Jahr) im ALG-II-Bezug

Kosten

Keine

Porträt

Jeder Mensch verfügt über wertvolle Fähigkeiten und Talente. Das Zentrum Beruf & Familie bietet an, zusammen mit den TeilnehmerInnen ihre ganz persönlichen Fähigkeiten und Stärken – ob aus Familie oder Beruf – zu entdecken. Darauf aufbauend werden realistische berufliche Strategien entwickelt. Gemeinsam wird auf der Grundlage des gesamten Lebenswegs eine realistische berufliche Perspektive erarbeitet. Ergänzend werden verschiedene Bausteine wie z. B. Kompetenzerfassung, Bewerbungstraining und Vermittlungsscoaching angeboten. Die TeilnehmerInnen entscheiden, welche Schritte für ihren Erfolg zielführend sind.

Ziele

Erfolgreiche und nachhaltige Integration in den ersten Arbeitsmarkt

Team

35 feste und freiberufliche MitarbeiterInnen mit fachbezogenen Qualifikationen

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–15 Uhr



MVV

S-Bahnen oder U5 bis Ostbahnhof

Bus 55/145/155, Haltestelle

Kustermannpark

→ Viva Clara Gastronomie Condrops Beschäftigungs GmbH

Bibergerstraße 93

80008 Unterhaching

Fon 13 01 01 10

Fax 13 01 01 15

vivaclara@condrops.de

www.vivaclara.de

Angebot

Außer der Hauptküche in Unterhaching betreibt Viva Clara noch zwei Außenstellen in München, die Cafeteria im Referat für Bildung und Sport und eine Betriebskantine für die Uni Credit. Sie bieten professionellen Catering- und Lieferservice zum fairen Preis-Leistungs-Verhältnis.

♀ Für wen?

Das Frauenprojekt Viva Clara der Condrops Beschäftigungs GmbH bietet Arbeits- und Qualifizierungsmöglichkeiten in den Bereichen Gastronomie und Hauswirtschaft für langzeitarbeitslose ehemals suchtmittelabhängige Frauen sowie für Frauen mit anderen psychosozialen Schwierigkeiten. Sie bieten auch Ausbildungen in den Bereichen Köchin, Beiköchin und Fachkraft im Gastgewerbe an.

Porträt

Aus der Nachsorgearbeit mit ehemals suchtmittelabhängigen Frauen stellten sich bei Condrops e.V. immer wieder drei wichtige Grundbedürfnisse für ein cleanes Leben heraus: Arbeit, Wohnen und Beratung in einem drogenfreien Umfeld. Aus diesem Anspruch heraus entwickelte sich 1994 das Arbeits- und Qualifizierungsprojekt Viva Clara. Die heutigen Teilnehmerinnen kommen nicht nur aus einem suchtmittelabhängigen Hintergrund, sondern sie haben unterschiedlichste Vermittlungshemmnisse für den allgemeinen Arbeitsmarkt

Ziele

Die Frauen sollen an einen regelmäßigen Arbeitsalltag gewöhnt und in den Bereichen Gastronomie und Hauswirtschaft qualifiziert werden, um ihre Beschäftigungsfähigkeit und Vermittlungschancen zu erhöhen.

Team

Betriebsleitung, Sozialpädagoginnen, Küchenleitung und Arbeitsanleiterinnen unterstützen und fördern die Frauen im Arbeits- und privaten Alltag.

So können Sie mitwirken

Mit einer Spende oder Beitritt zum Trägerverein Condrops e.V.

Bildung und Arbeit

Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche und Wiedereinstieg

→ Avanta Steps

Weiterbildungsmaßnahme
Stahlgruberring 22
81829 München
Fon 18 93 49-0
Fax 18 93 49-10
info@avanta-muenchen.de
www.avanta-lettershop.de

Angebot

Avanta Steps ist ein arbeitsmarktnahes Weiterbildungsangebot und kombiniert IHK-zertifizierte Qualifizierungsbausteine des Berufs „Kaufrau für Bürokommunikation bzw. Büromanagement“ mit dem Europäischem Computerführerschein (ECDL) und bereitet damit auf vielfältige Einsatzmöglichkeiten im kaufmännischen Bereich vor.

Kosten

Keine

Porträt

Avanta Steps existiert seit 2007 und hat seitdem mit der Vermittlung berufsbezogener kaufmännischer Kenntnisse, EDV-Kenntnisse zusammen mit Betriebspraktikum und Bewerbungstraining und -coaching bereits vielen Frauen den Wiedereinstieg ins Erwerbsleben geebnet. Der erfolgreiche Durchlauf der Weiterbildung schließt mit hochwertigen Zertifikaten ab und ermöglicht zudem in geeigneten Fällen einen verkürzten Weg zum externen Berufsabschluss bei der IHK. Avanta Steps vermittelt darüber hinaus soziale und interkulturelle Kompetenzen und hilft begleitend bei der Bearbeitung von psychosozialen Problemlagen, die den Zugang zum Arbeitsmarkt erschweren.

Ziele

Berufliche Wiedereingliederung benachteiligter Menschen

Team

18 Mitarbeiterinnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–16.30 Uhr
Fr 9–13 Uhr

MVV

U2 Moosfeld

→ Avanta Lettershop

Sozialer Betrieb, Arbeits- und Ausbildungsangebot
 Stahlgruberring 22
 81829 München
 Fon 18 93 49-0
 Fax 18 93 49-10
 info@avanta-muenchen.de
 www.avanta-lettershop.de

Angebot

Der soziale Betrieb Avanta Lettershop bietet Beschäftigung, Ausbildung und Qualifizierung. Als Dienstleister führt er Mailings, Adressierung, Konfektionierungs- und Verpackungsarbeiten durch und stellt Papierprodukte her.

♀ Für wen?

Arbeits- und Bildungsangebot für benachteiligte Mädchen und Frauen
 Dienstleistungsangebot für Privatpersonen, Firmen, Organisationen

Kosten

Arbeits- und Bildungsangebot: keine
 Dienstleistungsangebot: marktübliche Preise

Porträt

Der Avanta Lettershop (bis 2008 FTZ Büroservice) existiert als sozialer Betrieb seit 1994 und ist ein Zweckbetrieb des gemeinnützigen, parteipolitisch und konfessionell unabhängigen Trägervereins Avanta München e.V. Avanta verfolgt das Ziel der beruflichen und sozialen Integration von Frauen, die auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt benachteiligt sind, indem sie im Betrieb beschäftigt, qualifiziert und ausgebildet werden in Büro, EDV, Verwaltung und Druckweiterverarbeitung/Lettershop. Sozialpädagogische Begleitung, betriebliche Sozialberatung, berufliche Orien-

terung und Bewerbungsunterstützung begleiten bei Bedarf das Arbeitsangebot. Für Dienstleistungskunden ist der Avanta Lettershop ein kompetenter und zuverlässiger Partner und bietet maßgeschneiderte Lösungen für Mailings/Versand, Adressierung, Konfektionierung, Verpackung, Texterfassung, Datenpflege an: Digitalkopien und Digitaldruck, Direktadressierung, Serienbrief, Seriadruck, Etikettierung, Portooptimierung, Freimachung, Postauslieferung, Pressepostversand, Falzen, Konfektionieren, Kuvertieren manuell/maschinell.

Ziele

Berufliche Wiedereingliederung benachteiligter Menschen

Team

18 Mitarbeiterinnen, ca. 70 Zielgruppenbeschäftigte

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–16.30 Uhr
 Fr 9–13 Uhr

MVV

U2 Moosfeld

Bildung und Arbeit

Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche und Wiedereinstieg

→ HausGemacht eG

Hauswirtschaftliche
Dienstleistungsgenossenschaft
Brudermühlstraße 19
81371 München
Fon 72 30 92 00
Fax 72 30 92 06
info@hausgemacht-muenchen.de
www.hausgemacht-muenchen.de

Angebot

HausGemacht bietet flexible Arbeitsplätze im Bereich der hauswirtschaftlichen Dienstleistungen. Diese umfassen Reinigungsarbeiten in Privathaushalten, Wäschepflege, Kochen, Kinder- und Seniorenbetreuung, Einkäufe und Erledigungen. Die Qualifizierung unserer MitarbeiterInnen erfolgt durch eigenes Fachpersonal (Hauswirtschaftsmeisterin, Vorarbeiterin) im Büro von HausGemacht und in den Haushalten unserer Kunden.

Für wen?

Das Projekt ist auf die Schaffung sozialversicherungspflichtiger und langfristiger Arbeitsplätze ausgelegt; hauptsächlich für Frauen, welche anderenfalls am Arbeitsmarkt keine oder aber sehr schlechte Chancen haben. Dies sind vor allem Langzeitarbeitslose, BürgerInnen mit Migrationshintergrund, Nicht- oder Geringqualifizierte, ältere Arbeitslose sowie auch Alleinerziehende, die besonders flexible Arbeitsbedingungen benötigen.

Kosten

Preise für die Dienstleistungen auf der Internetseite

Porträt

HausGemacht wurde bewußt als Genossenschaft gegründet. So sind die MitarbeiterInnen sind nicht nur Arbeit-

nehmerInnen, sondern gleichzeitig auch EigentümerInnen der Firma, was zu einer besonders hohen Identifikation mit dem Unternehmen führt. Das Dienstleistungsangebot ist auf private Haushalte, Praxen, Kanzleien, kleine Gewerbebetriebe sowie kleinere Büros ausgerichtet.

Ziele

HausGemacht eG bringt arbeitslose deutsche und ausländische BürgerInnen – insbesondere Frauen – in sozialversicherungspflichtige Beschäftigungen. So wird neben der Schaffung von Arbeitsplätzen, im Rahmen der Unterstützung von Frauen im Haushalt, eine Alternative zur Schwarzarbeit auf dem Gebiet der hauswirtschaftlichen Dienstleistungen geboten.

Team

Diplomkauffrau, Betriebswirtin,
Hauswirtschafterinnen und weitere
MitarbeiterInnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliches Engagement, Praktikum

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–17 Uhr
Fr 9–15 Uhr

MVV

U3 Brudermühlstraße

→ Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft (bfz) gemeinnützige GmbH

bfz München
Landshuter Allee 8–10
80637 München
Fon 189 55 29-0
Fax 189 55 29-50
info@m.bfz.de
www.m.bfz.de

Angebot

- Kompetenzen
- Beratung und Berufsorientierung für Berufsrückkehrerinnen
 - Angebote der beruflichen Rehabilitation
 - Umschulungen und Qualifizierungsangebote in Teilzeit
 - Angebote für Alleinerziehende
 - Sprach- und Integrationskurse für Frauen mit Migrationshintergrund
 - Aufbau von zentralen Anlaufpunkten
 - Netzwerkarbeit
 - Existenzgründungsberatung



Für wen?

Frauen, Frauen mit Migrationshintergrund

Kosten

Auf Anfrage

Porträt

Das bfz – Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft (bfz) gemeinnützige GmbH – ist einer der größten und erfolgreichsten Bildungsträger und steht seit der Gründung 1983 für die Verbindung aus sozialem Engagement und wirtschaftlichem Denken und Handeln. Für Erfolge auf dem Gebiet der Chancengleichheit wurde im Oktober 2013 die bfz gGmbH bereits zum wiederholten Mal mit dem TOTAL-E-QUALITY-Prädikat ausgezeichnet.

Frauen tragen in unsere Gesellschaft oft eine doppelte Verantwortung und sind besonders gefordert. Sie erfüllen ihre Aufgabe als Mutter und stehen gleichzeitig im Berufsleben – ein schwieriger Balance-Akt, den es zu meistern gilt. Bei der Verbindung von Familie und Beruf oder interkultureller Kompetenz und Sprachförderung stellen wir die Weichen individuell und erleichtern den Wiedereinstieg in das Arbeitsleben.

Ziele

(Wieder)-Einstieg in das Arbeitsleben

Team

Sozialpädagogen, Psychologen, berufserfahrene Coaches, Trainer,

Bildung und Arbeit

Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche und Wiedereinstieg

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **Beruf und Bildung KARLA START**

Karlstraße 60
80333 München
Fon 55 26 37-46
Fax 55 26 37-48
karlstart@hilfswerk-muenchen.de
www.hilfswerk-muenchen.de

♀ KARLA START ist ein Projekt zur Qualifizierung sozial benachteiligter Frauen (Angebot: Bewerbungstraining, Basis-computerwissen und Berufliche Schlüsselkompetenzen).

→ **GründerRegio M – Gründungsinitiative für Frauen EFFEKT!**

Westendstraße 123
80339 München
Fon 32 19 78-10
Fax 32 19 78 15
info@gr-m.de
www.effekt-online.de

♀ Das Qualifizierungsprogramm für den beruflichen Wiedereinstieg nach der Elternzeit wendet sich an Frauen mit Hochschulabschluss oder einer vergleichbaren Ausbildung.

↗ S. 33

→ **MOVE!** – Servicestelle in der
Frauenakademie München
Frauenakademie München e.V.
Baaderstraße 3/III. Stock
80469 München
Fon 72 62 66 97/ -98
Fax 72 13 83 0
info@frauenakademie-move.de
www.frauenakademie-move.de

↗ S. 26

→ **Seminar „Neuer Start“**
Verein für Fraueninteressen e.V.
Thierschstraße 17
81829 München
Fon 290 44 63
Fax 290 44 64
neuerstart@fraueninteressen.de
www.neuer-start-muenchen.de

↗ S. 27

→ **Kompetenznetzwerk
für Arbeit, Qualifizierung
und Transfer (KompaQT)**
Kompetenzcenter 50plus
Poccistraße 5
80336 München
Fon 54 49 18-0
Fax 54 49 18-120
info@kompaqt.de

→ **Einspruch e.V. München**
Trägerverein für Rechtsambulanzen,
Frauenrechtsschule und Fortbildungen
c/o Stadtteilbüro Neuperlach
Gerhart-Hauptmann-Ring 56
81737 München
Fon 480 26 49
Fax 67 12 41
einspruch.muenchen@web.de
www.einspruch-muenchen.de

↗ S. 160

→ **Agentur für Arbeit München
Beauftragte für Chancengleichheit
am Arbeitsmarkt (BCA)**
Kapuzinerstraße 26
80337 München
Postanschrift
80304 München
Fon 51 54-30 54
Fax 51 54-66 34
muenchen.BCA@arbeitsagentur.de
corinna.ruggera@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

↗ S. 210

Bildung und Arbeit

Erwerbslosigkeit, Arbeitssuche und Wiedereinstieg

Im Folgenden sind Hilfsangebote genannt, die sich auf Krisen im Zusammenhang mit der Arbeitssituation spezialisiert haben:

→ **Diakonie Hasenberg e.V.**

Arbeitslosenzentrum München Nord

Neuherbergstraße 104

80937 München

Fon 189 17 96-30

Fax 189 17 96-39

alo@diakonie-hasenberg.de

www.diakonie-hasenberg.de

Das Arbeitslosenzentrum München Nord ist eine unabhängige und unbürokratische Beratungsstelle für Arbeitslose und von Arbeitslosigkeit bedrohte Personen.

Es bietet Beratung bei Arbeitslosigkeit, Arbeitssuche, Berufsplanung etc. Einmal monatlich findet eine kostenpflichtige Rechtssprechstunde statt. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

→ **Konsens e.V.**

Mobbing Beratung München

Postfach 83 05 45

81705 München

Fon 60 60 00-70

Fax 60 60 00-96

info@mobbing-consulting.de

www.mobbing-consulting.de

Die Mobbing Beratung München berät seit 1993 von Mobbing und eskalierten Konflikten betroffene ArbeitnehmerInnen und unterstützt Unternehmen bei der Suche nach fairen Konfliktlösungen.

Telefonische Sprechzeiten

Mobbing-Telefon

Di 15–18 Uhr und Do 9–12 Uhr

→ **Diakonia GmbH**

MALZ – Münchner Arbeitslosenzentrum

Seidlstraße 4

80635 München

Fon 12 15 95 23

Fax 12 15 95 46

malz@diakonia.de

www.malz-muenchen.de

MALZ ist ein Angebot für Menschen, die arbeitslos oder arbeitssuchend sind.

Zum Tätigkeitsspektrum gehören Beratung und Hilfen in rechtlichen Fragen und die Entwicklung individueller Berufs- und Lebensperspektiven.

München bietet Bildung, Erziehung und Betreuung von Anfang an

Die Stadt, freie Träger und private Anbieter haben ein vielfältiges pädagogisches Angebot von 0 bis 12 Jahren. Jedes Kind ist willkommen und erfährt in seiner persönlichen Entwicklung professionelle Unterstützung und Begleitung. Für behinderte oder von Behinderung bedrohte Mädchen und Jungen gibt es in städtischen Einrichtungen und bei freien Trägern Integrationsplätze. Wenn Sie einen Platz suchen, erhalten Sie beim Servicetelefon Kinderbetreuung erste Auskünfte oder Sie suchen in der Einrichtungsdatenbank auf der Website.

Landeshauptstadt München
→ **Referat für Bildung und Sport**
Abteilung KiTa
Servicetelefon Kinderbetreuung
[Fon 233-967 75](tel:233-96775)
[www.muenchen.de/rathaus/
Stadtverwaltung/Referat-fuer-Bildung-
und-Sport/Kindertageseinrichtungen/
kita-finden.html](http://www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Referat-fuer-Bildung-und-Sport/Kindertageseinrichtungen/kita-finden.html)

Anmeldung in städtischen KITA's:
Servicestelle des Referates für Bildung
und Sport
[Fon 233-967 71](tel:233-96771)

Regionsleitungen:
Region Mitte Nord
[Fon 233-843 55](tel:233-84355)

Region Ost
[Fon 233-844 25](tel:233-84425)

Region Süd
[Fon 233-842 53](tel:233-84253)

Region West
[Fon 233-842 28](tel:233-84228)

Landeshauptstadt München
→ **Sozialreferat**
Ferienangebote/Familienpass
[Fon 233-338 33](tel:233-33833)
www.muenchen.de/ferienangebote
→ S. 274

Landeshauptstadt München
→ **Kindertagespflege in Familien**
Stadtjugendamt München
[Fon 233-498 00](tel:233-49800)
Fax 233-498 01
kinderbetreuung.soz@muenchen.de
www.muenchen.de/kindertagesbetreuung

Bildung und Arbeit

Vereinbarkeit von Familie und Beruf/Kinderbetreuung

→ KKT – Kleinkindertagesstätten e.V.

Dachverband der Münchner Elterninitiativen

Landwehrstraße 60–62

80336 München

Fon 961 60 60-0

Fax 961 60 60-16

info@kkt-muenchen.de

www.kkt-muenchen.de

Angebot

- Informationen über das Betreuungsangebot von Elterninitiativen (Krippen, Kindergärten, Horte, Mittagsbetreuungen, mehrsprachige Einrichtungen)
- Beratung von Eltern über die Gründung einer Elterninitiative: Finanzierung, Vereinsgründung, Organisation, Konzeption
- Fortbildungen und Fachberatungen für Vorstände in Initiativen und PädagogInnen

Für wen?

- Eltern, die einen Betreuungsplatz für ihr Kind suchen
- Eltern, die eine Einrichtung selbst gründen möchten
- Eltern und MitarbeiterInnen in Elterninitiativen

Kosten

Beratung kostenlos

Porträt

Der KKT e.V. besteht seit über 40 Jahren und ist ein Zusammenschluss Münchner Elterninitiativen. Über 400 Initiativen sind Mitglied im Verein: altersgemischte Kinderhäuser, Kindergärten, Krippen, Schülerhorte und Mittagsbetreuungen an Grundschulen.

Ziele

Die von Eltern selbstorganisierte Kinder-tagesbetreuung stärken und stabilisieren. Der Verein versteht sich als Lobby für Eltern und Kinder und vertritt die Interessen der Elterninitiativen in Politik und Verwaltung

Team

Ein multiprofessionelles Team: SozialpädagogInnen, PädagogInnen und Verwaltungsfachkräfte.

Telefonische Sprechzeiten

Di–Fr 10–13 Uhr

Di 14–16 Uhr



MVV

U4/U5 Theresienwiese

→ Au-pair Beratung, Vermittlung und Begleitung

vij Ortsverein München e.V.
Friedrich-Loy-Straße 16
80796 München
Fon 300 75 94
Fax 308 45 34
au-pair@vij-muenchen.de
www.au-pair.vij-muenchen.de

Angebot

Beratung, Vermittlung und Begleitung von deutschen Au-pairs, Gastfamilien und ausländischen Au-pairs. Schwerpunkt ist die Beratung über Bedingungen des Au-pair Verhältnisses, aufenthalts- und arbeitsrechtliche Bestimmungen, intensive Betreuung der jungen Erwachsenen und Gastfamilien. Gruppenangebote, Einzelfallhilfe, Krisenintervention.

Für wen?

Deutsche Familien, ausländische und deutsche junge Erwachsene

Kosten

Vermittlungsgebühr für Gastfamilien
350 € inkl. Verwaltungskostenpauschale
Deutsche ins Ausland 150 € inkl.
Verwaltungskostenpauschale

Porträt

Die Au-pair Beratung nahm 1968 die Arbeit auf, um Jugendlichen unabhängig von Konfession und nationaler Herkunft während ihres Auslandsaufenthaltes beratend und begleitend zur Seite zu stehen. Wir führen das RAL Gütezeichen für incoming und outgoing.

Ziele

Die jungen Erwachsenen werden bei der Auseinandersetzung mit einer ihnen fremden Kultur unterstützt, werden zur Selbständigkeit und zu konstruktiven Konfliktlösungen ermutigt.

Team

Zwei hauptamtlich Beschäftigte:
Eine Dipl. Soz. Päd. FH und eine Verwaltungsangestellte mit Sprachkenntnissen in Russisch, Polnisch und Tschechisch.

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft im Trägerverein Verein für Internationale Jugendarbeit, Ortsverein München e.V.
Mitgliedsbeitrag 20,45 €

Öffnungszeiten

Mo–Do 8–12
nach vorheriger
Terminabsprache



MVV

U2 Hohenzollernplatz,
Straßenbahn 12/27, Bus 53

Bildung und Arbeit

Vereinbarkeit von Familie und Beruf/Kinderbetreuung

Weitere Beratungs- und Anlaufstellen

Weitere Informationen zur Kinderbetreuung finden Sie in der Broschüre der LH München „Familienwegweiser“ bzw. auf der Website www.muenchen.de/familienwegweiser

→ **Agentur für Arbeit München**
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)

Kapuzinerstraße 26
80337 München
Postanschrift
80304 München
Fon 51 54-30 54
Fax 51 54-66 34
muenchen.BCA@arbeitsagentur.de
corinna.ruggera@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

↗ S. 210

→ **Tageseltern München und Umgebung e.V.**

Wörthstraße 20
81667 München
Fon 688 77 07
Fax 44 71 88 62
tageseltern@t-online.de
www.tageseltern-muenchen.de

↗ S. 92

Dem Thema Vereinbarkeit von Familie und Beruf widmen sich mehrere Internetportale, die sich an Eltern und/oder Betriebe wenden. Hier eine Auswahl:

- **www.stmas.bayern.de/gleichstellung/familie/**
Das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration widmet sich in seiner Website den Themen bedarfsgerechte Kinderbetreuung und familienbewusste Arbeitswelt.
- **www.bmwi.de/BMWi/Navigation/Ausbildung-und-Beruf**
Das Bundesministerium für Wirtschaft und Energie informiert hier über Ausbildungs- und Berufsmöglichkeiten.
- **www.mittelstand-und-familie.de**
Das Portal der Bertelsmann Stiftung für Arbeitgeber, Beschäftigte und Multiplikatoren bietet u.a. eine Infodatenbank mit Adressen und AnsprechpartnerInnen zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie.
- **www.bmfsfj.de/BMFSFJ/Gleichstellung/frauen-und-arbeitswelt**
Das Internetangebot des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) enthält breit gefächerte Informationen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf.
- **www.beruf-und-familie.de**
Das Internetangebot der berufundfamilie gGmbH, einer bundesweiten Initiative der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung, richtet sich ausschließlich an unternehmerische Zielgruppen.

Bildung und Arbeit

Vereinbarkeit von Familie und Beruf/Kinderbetreuung

→ Zu Hause gesund werden

Häuslicher Betreuungsdienst für kranke und genesende Kinder

Verein für Fraueninteressen e.V.

Thierschstraße 17

80538 München

Fon 290 44 78

Fax 290 44 64

info@zu-hause-gesund-werden.de

www.zu-hause-gesund-werden.de

Angebot

Die Einrichtung vermittelt kurzfristig zuverlässige Helferinnen an berufstätige Eltern mit kranken Kindern. Die Kinder werden in der elterlichen Wohnung betreut und können so in Ruhe und in gewohnter Umgebung gesund werden. Eltern, die berufstätig oder in Ausbildung sind, können mit dieser Unterstützung trotz der Erkrankung ihres Kindes ihren Verpflichtungen nachkommen.

Die ehrenamtlichen Helferinnen kommen für mindestens drei und höchstens acht Stunden pro Tag zu den Familien.

Für wen?

Für kranke und genesende Kinder berufstätiger Eltern mit Wohnung im Stadtgebiet München und engerer Umgebung.

Kosten

Aufwandsentschädigung 5,20 € (ein Kind) bzw. 6,20 € (zwei Kinder) pro Stunde plus MVV-Fahrtkostenerstattung.

Porträt

Das Angebot wurde 1988 als erste Einrichtung dieser Art in Deutschland geschaffen, nachdem Vertreterinnen des Kinderschutzbundes und des Gesamtkindergartenbeirates darauf aufmerksam gemacht hatten, dass immer mehr Kinder krank bzw. noch nicht ausgeheilt in Kindergärten, Horte und Schulen gebracht wurden. Träger ist der Verein für Fraueninteressen. Für die häusliche Pflege stehen circa 50 ehrenamtliche Helferinnen zur Verfügung, die einen Erste-Hilfe-Kurs am Kind absolviert und ein polizeiliches Führungszeugnis vorgelegt haben. Regelmäßige Fortbildungen begleiten ihre Arbeit.

bundes und des Gesamtkindergartenbeirates darauf aufmerksam gemacht hatten, dass immer mehr Kinder krank bzw. noch nicht ausgeheilt in Kindergärten, Horte und Schulen gebracht wurden. Träger ist der Verein für Fraueninteressen. Für die häusliche Pflege stehen circa 50 ehrenamtliche Helferinnen zur Verfügung, die einen Erste-Hilfe-Kurs am Kind absolviert und ein polizeiliches Führungszeugnis vorgelegt haben. Regelmäßige Fortbildungen begleiten ihre Arbeit.

Ziele

Betreuung und Pflege kranker Kinder berufstätiger Eltern in der elterlichen Wohnung durch erfahrene ehrenamtliche Helferinnen. Unterstützung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit als Helferin
Beitritt zum Trägerverein

Bürozeiten

Mo–Fr 8–13 Uhr

Vermittlung nur telefonisch

Vermittlungsanfragen auch per E-Mail möglich

→ **Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk**

Mitterfeldstraße 20

80689 München

Fon 580 91-91

Fax 580 91-12

kontakt@familien-altenpflege.de

www.familien-altenpflege.de

Angebot

Eine Familienpflegerin übernimmt die Säuglingspflege, Kinderbetreuung und Haushaltsführung (Einkaufen, Kochen, Waschen, Saubermachen) in Familien, wenn der Elternteil, der diese Aufgaben bisher übernommen hat, plötzlich ausfällt. Die Familienpflegerin sorgt für einen geregelten Tagesablauf. Sie bringt oder holt z.B. die Kinder zum bzw. vom Kindergarten oder zur Schule, überwacht die Hausaufgaben und sorgt für eine altersgemäße Beschäftigung der Kinder.

Für wen?

Für Familien mit Säuglingen, Kleinkindern und Kinder im Alter bis zu 12 Jahren. Je nach Bedarf werden auch kranke oder behinderte Kinder betreut und versorgt.

Kosten

Die Höhe der Kosten richtet sich nach den aktuellen Gebührenvereinbarungen. Als Kostenträger kommen neben den Familien selbst auch gesetzliche Krankenkassen, Rentenversicherung, Jugendämter oder Beihilfestellen in Frage. Für Leistungen der Krankenkassen ist in der Regel eine Zuzahlung zu leisten.

Porträt

Die Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk umfasst neben dem Familienpflegewerk noch folgende Einrichtungen:

Ambulante Altenpflegedienste, Mobiler sozialer Dienst, Tagespflege für Senioren, Familienpflegedienst, Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe, Fachschule für Familienpflege

Ziele

Überbrückung von familiären Notsituationen. Die Familienpflege stellt die Weiterführung des Haushalts in seinen Grundfunktionen sicher. Die Familienpflegerin sorgt für einen geregelten Tagesablauf und eine altersgemäße Betreuung und Beschäftigung der im Haushalt lebenden Kinder.

Team

Familienpflegedienst: fest angestellte, staatlich anerkannte Familienpflegerinnen, hauptberufliche Einsatzleitung

So können Sie mitwirken

Der Mobile Soziale Dienst der Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk beschäftigt Freiwillige im Rahmen des Bundesfreiwilligendienstes für haushaltsnahe Dienstleistungen.

Öffnungszeiten

Mo–Do 8–16 Uhr,
Fr 8–14 Uhr



MVV

Bus 57 Neuaußing West

Bildung und Arbeit

Vereinbarkeit von Familie und Beruf/Kinderbetreuung

Weitere Angebote für Kinderbetreuung in Notfällen

Es gibt noch eine Reihe von weiteren, teilweise dezentralen Angeboten. Sie tragen dazu bei, die Kinderbetreuung zu gewährleisten, wenn Eltern krank werden oder die gewohnten Betreuungspersonen ausfallen. In jedem Stadtviertel gibt es so genannte Sozialstationen der Kirchen und freien Träger, die Fachleute in den Sozialbürgerhäusern wissen darüber Bescheid. [↗ S. 93–96](#)

Hier zwei weitere Adressen überörtlicher Unterstützungsmöglichkeiten:

→ Netzwerk Geburt und Familie e.V.

Häberlstraße 17/Rgb.
80337 München
[Fon 530 75 10 12](tel:530751012)
Fax 530 75 10 12
info@nguf.de
www.nguf.de

Der mobile Hilfs- und Betreuungsdienst des Netzwerkes Geburt und Familie hilft Familien mit Neugeborenen und älteren Kindern bei der Bewältigung des Alltags. Vermittelt werden beispielsweise Hauswirtschafterinnen, die kurzfristig einspringen.

[↗ S. 103](#)

→ Notnetz

Tageseltern München
und Umgebung e.V.
Wörthstraße 20
81667 München
[Fon 688 77 07](tel:6887707)
Fax 44 71 88 62
tageseltern@t-online.de
www.tageseltern-muenchen.de

Fällt die Kinderbetreuung aufgrund von Krankheit aus, vermittelt das Notnetz Ersatz.

Bildung und Arbeit

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ Donna Mobile Projekt Grundqualifikation

Landsberger Straße 45a

80339 München

Fon 54 03 67 16

Fax 54 03 68 91

tatjana.sukalo@donnamobile.org

www.donnamobile.org

Angebot

Das Projekt Grundqualifizierung für Gesundheits- und Sozialberufe ist eine vorbereitende Maßnahme für die Weiterqualifizierung im Gesundheits- und Sozialbereich mit kursbegleitendem Deutschunterricht.

♀ Für wen?

- Frauen mit Migrationshintergrund
- mit und ohne anerkannten Schulabschluss
- Grundkenntnisse der deutschen Sprache in Wort und Schrift
- Mindestalter 18 Jahre

Kosten

Die Teilnahme ist kostenlos.

Porträt

Bei Donna Mobile haben Migrantinnen die Möglichkeit, sich auf eine Weiterqualifizierung bzw. den Einstieg in den ersten Arbeitsmarkt im Gesundheits- und Sozialbereich vorzubereiten.

Ziele

- Vermittlung der erforderlichen Fachkenntnisse und Berufsbilder im Bereich Gesundheit und Soziales
- Umfassende Vorbereitung auf eine weitere Qualifizierung für Berufe im Gesundheits- und Sozialbereich bzw. eine Arbeitsaufnahme

Team

Pädagoginnen, Psychologin, Grafikdesignerin, Deutschlehrerin

Öffnungszeiten

Mo–Fr 8–16 Uhr



MVV

Tram 18/19 Schrenkstraße,
S-Bahnen Hackerbrücke

Bildung und Arbeit

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ Donna Mobile

Projekt Betreuungs-/Pflegeassistentin

Landsberger Straße 45 a

80339 München

Fon 54 03 67 16

Fax 50 50 99

info@donnamobile.org

www.donnamobile.org

Angebot

Die Qualifizierungsmaßnahme zur Betreuungs-/Pflegeassistentin vermittelt fachliche und kommunikative Grundkenntnisse und damit Grundlagen für eine möglichst umfassende aktivierende Pflege, soziale Betreuung und Begleitung ältere Menschen.

Für wen?

- Arbeitssuchende Frauen und Männer mit Migrationshintergrund im Alter von 18–55 Jahren
- Wiedereinstieg in den Beruf nach Familienzeiten
- Rückkehr in den Beruf nach Arbeitslosigkeit
- Beginn einer Berufstätigkeit für Neuzuwanderinnen

Die Maßnahme ist für max. 22 TeilnehmerInnen konzipiert

Kosten

Gefördert durch die Landeshauptstadt München

Porträt

Bei Donna Mobile haben Migrantinnen und Migranten die Möglichkeit, sich als Betreuungs-/Pflegeassistentin in Hauswirtschaft und Pflege zu qualifizieren, um ältere Menschen zu betreuen und zu begleiten.

Ziele

Sozial benachteiligten, langzeitarbeitslosen Menschen helfen, sich weiter zu bilden und eine Beschäftigung aufzunehmen.

Team

Dipl. Sozialpädagogin, Pädagogin (BA), Grafikdesignerin, Deutschlehrerin

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–16 Uhr



MVV

Tram 18/19 Schrenkstraße,
S-Bahnen Hackerbrücke

→ **Donna Mobile**
Projekt VERA Vorbereitung
auf die Externenprüfung
zum/zur Kinderpfleger/in

Landsberger Straße 45a
 80339 München

Fon 72 64 96 27

Fax 50 50 99

sylvia.ploetz@donnamobile.org

www.donnamobile.org

Angebot

Das Projekt VERA ist eine berufliche Qualifizierungsmaßnahme zur Vorbereitung auf die Externen Prüfungen an einer Berufsfachschule für Kinderpflege

Für wen?

- Arbeitssuchende Frauen und Männer mit Migrationshintergrund
- Mindestalter 21 Jahre
- Mindestens Hauptschulabschluss
- Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

Kosten

Die Kosten werden von der zuständigen Agentur für Arbeit bzw. das Jobcenter über Bildungsgutschein übernommen.

Porträt

Bei Donna Mobile haben Migrantinnen und Migranten die Möglichkeit, sich als Kinderbetreuungsfachkraft zu qualifizieren, um im pädagogischen Bereich tätig zu werden.

Der Abschluss „Staatlich geprüfte/r Kinderpfleger/in“ ermöglicht ihnen den Eintritt in das Berufsleben und ist die Basis für eine weitere berufliche Bildung.

Ziele

Umfassende Vorbereitung auf den Beruf des/der Kinderpfleger/in;
 Vermittlung der erforderlichen pädagogischen Fachkenntnisse und pflegerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten;
 Vertiefung sozialer Kompetenzen

Team

Pädagogin, Soziologin

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–16 Uhr



MVV

Tram 18/19 Holzapfelstraße
 S-Bahnen Hackerbrücke,
 Donnersbergerbrücke

Bildung und Arbeit

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ FiBS – Frauen in Beruf und Schule

Projekt der InitiativGruppe –
Interkulturelle Begegnung und Bildung e.V.
Arnulfstraße 197
80634 München
Fon 452 05 11-26
Fax 452 05 11-22
fibs@initiativgruppe.de
www.berufliche-bildung.initiativgruppe.de

Angebot

FiBS fördert Migrantinnen, die sich eine berufliche Perspektive aufbauen wollen. Die Angebote umfassen: Beratung zur Berufswegplanung, Neuorientierung, Informationen zu Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten, Vorbereitung auf eine Ausbildung sowie berufliche Qualifizierungen im Bereich Hauswirtschaft und Buchhaltung. Alle Kurse werden familienfreundlich in Teilzeit durchgeführt.

♀ Für wen?

Migrantinnen aus allen Herkunftsländern, die nach der Familienzeit (wieder) einsteigen wollen, arbeitslos sind oder aus anderen Gründen einen neuen Arbeitsplatz suchen.

Kosten

FiBS wird im Rahmen des „Verbundprojektes Perspektive Arbeit“ von der LH München und über Bildungsgutschein der Arbeitsagentur gefördert. Die Angebote sind daher in der Regel kostenlos.

Porträt

FiBS ist 1996 entstanden, um die beruflichen Chancen von Migrantinnen auf dem Arbeitsmarkt zu verbessern und engagiert sich für eine selbstbestimmte Lebensführung von Frauen, gerechte Bildungschancen, interkulturelle Verständigung und die Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Ziele

Erfolgreiche Weiterbildung und nachhaltige berufliche Eingliederung in einer angemessenen Berufstätigkeit

Team

Unser Team ist multikulturell zusammengesetzt und besteht aus (Sozial-)Pädagoginnen, freiberuflichen Lehrkräften für die verschiedenen Fachrichtungen und einer Sachbearbeiterin.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit in Gruppen- oder Einzelförderung unserer Teilnehmerinnen, z.B. beim Trainieren der deutschen Sprache, beim Wiederholen des Unterrichtsstoffes oder beim Bewerbungsprozess. Wir freuen uns auch über „Expertinnen“, die von Fall zu Fall ihre Branchenkenntnisse für die Arbeitsuche zur Verfügung stellen.

Öffnungszeiten

Mo–Fr 8.30–15.30 Uhr



MVV

Tram 16/17 Briefzentrum,
S-Bahn Hirschgarten

Bildung und Arbeit

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ IG-Frauenprojekt

Projekt der
InitiativGruppe – Interkulturelle
Begegnung und Bildung e.V.
Karlstraße 48–50
80333 München
Fon 54 46 71-21
Fax 54 46 71-36
fp@initiativgruppe.de
www.angebote-frauen.initiativgruppe.de

Angebot

Die Bildungsangebote sind: Deutsch-Integrationskurse und Alphabetisierungskurse, auch mit Kinderbetreuung, nach den Richtlinien des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Daneben gibt es ein umfangreiches Kurs- und Veranstaltungsprogramm mit kulturellen und gesundheitsfördernden Aktivitäten.



Für wen?

Migrantinnen aus allen Herkunftsländern

Kosten

Für die Kurse werden Gebühren erhoben, Ermäßigung und Kostenbefreiung sind möglich.

Porträt

Durch die Angebote des IG-Frauenprojektes werden nicht nur die sprachlichen Grundlagen für eine weitere berufliche Qualifizierung gegeben, sondern die Frauen werden auch auf die gesellschaftlichen Herausforderungen in verschiedenen Lebenslagen vorbereitet. Die Kinderkrippe im Haus ermöglicht Müttern die Teilnahme am Deutschkurs, die (noch) keine Chance auf eine Unterbringung ihrer Kinder haben.

Ziele

Das IG-Frauenprojekt fördert die soziale Integration, Chancengleichheit und Verbesserung der Lebensqualität von Frauen mit Migrationshintergrund in München und leistet dadurch einen Beitrag zur interkulturellen Verständigung.

Team

Sozialpädagoginnen, Verwaltungskraft und Kinderpflegerin

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit beim Deutsch lernen, bei der Alphabetisierung und bei der Veranstaltungsorganisation, Beteiligung an Selbsthilfegruppen.

Öffnungszeiten

Di 10–12 Uhr, Do 14–17 Uhr



MVV

U2 Königsplatz,
Tram 20/21/22 Karlstraße

Bildung und Arbeit

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ **InitiativGruppe – Interkulturelle Begegnung und Bildung e.V.**

Karlstraße 48–50
80333 München
Fon 54 46 71-0
Fax 54 46 71-36
ig@initiativgruppe.de
www.initiativgruppe.de

Angebot

Die IG führt über 30 verschiedene Projekte durch, die alle den Schwerpunkt „Bildung“ haben. Dazu gehören eine Kinderkrippe, verschiedene Formen der Schülerförderung, Deutschkurse, berufliche Bildung, Jugendkulturarbeit sowie die Unterstützung von Selbsthilfeaktivitäten. Zudem bietet die IG Raum für Begegnung bei kulturellen und politischen Veranstaltungen.

Für wen?

Einheimische und zugewanderte Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Kosten

Beratung ist kostenlos, für Kurse und Veranstaltungen wird z.T. eine Gebühr erhoben

Porträt

Engagierte Münchner Bürgerinnen und Bürger haben vor über 40 Jahren die InitiativGruppe ins Leben gerufen. Heute bietet die IG zahlreiche integrative Projekte an – von der Kinderkrippe bis zur beruflichen Qualifizierung. Die IG unterstützt die Bildungsaktivitäten der Migrantinnen und Migranten in München und trägt damit zur Chancengleichheit und Bildungsgerechtigkeit bei.

Ziele

Das Ziel der IG ist die gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit Migrationshintergrund in Schule, Beruf und Gesellschaft. In all unseren Projekten, auf allen Ebenen vermitteln und übersetzen wir zwischen unterschiedlichsten Kulturen und Lebensweisen, um Verständnis und Interesse für die Lebenssituationen und Erfahrungen von Menschen aus verschiedenen Gesellschaftsgruppen zu wecken.

Team

Mitarbeiterinnen verschiedener Professionen, davon ca. 60 % mit Migrationshintergrund

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit in allen Bereichen und/oder Vereinsmitgliedschaft

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–17 Uhr



MVV

U2 Königsplatz,
Tram 20/21/22 Karlstraße

→ Internationaler Bund

Frauenintegrationskurse

Projekte „Schule mal anders“

Büro: Lindwurmstraße 117

80337 München

Fon 60 08 77-0

Fax 60 08 77-15

sprachinstitut-muenchen@

internationaler-bund.de

www.internationaler-bund.de

Angebot

Die Frauenintegrationskurse sollen die Hemmschwelle, einen Integrationskurs zu besuchen, deutlich herabsetzen. „Schule mal anders“ kommt insbesondere den Bedürfnissen von Frauen entgegen, die aus religiösen oder persönlichen Gründen lieber in einer reinen Frauengruppe unterrichtet werden möchten. Durch die Kinderbetreuung wird die Teilnahme für Mütter mit kleinen Kindern erheblich vereinfacht.

♀ Für wen?

Migrantinnen, die in Frauenintegrationskursen Deutsch lernen möchten in: Großhadern, Obersendling (hier keine Kinderbetreuung) und Neuperlach.

Kosten

1,20 € pro Unterrichtseinheit

Kostenbefreiung auf Antrag für ALG-I/II-Empfängerinnen möglich

Porträt

Kurse nur für Frauen und nur innerhalb der Schulzeiten, da an Münchner Grundschulen unterrichtet wird.

Ziele

Das Sprachniveau B1 zu erreichen um sich im deutschen Alltag sprachlich zurechtfinden zu können, Termine selbständig zu bewältigen und auch die eigenen Kinder in Kindergarten oder Grundschule unterstützen zu können.

Team

Die Lehrerinnen sind erfahrene DaZ-Dozentinnen (Deutsch als Zweitsprache), die auf die Lernbedürfnisse der Teilnehmerinnen eingehen können.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich als LernpatInnen etc.

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–12 Uhr

Mo, Di, Do 13–15.30 Uhr

Mo, Mi 18–20 Uhr



MVV

U3/U6 Goetheplatz

Bildung und Arbeit

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ TREFFAM –

Treffpunkt Familie International

Tübinger Straße 11

80686 München

Fon 502 55 92

Fax 54 07 39 79

treffam@im-muenchen.de

www.im-muenchen.de

Angebot

TREFFAM ist eine Einrichtung für Familien aller Nationalitäten, besonders auch für alleinerziehende und binationale Familien.

Unsere Angebote richten sich an Frauen, Eltern, Familien und Kinder unabhängig von Herkunft, Weltanschauung, Religion, Hautfarbe, Familienstand und Geschlecht. Informationen, Kurse, Gespräche und Seminare zu:

- Sprachförderung für Frauen und deren Kinder (Frauenintegrationskurs mit Kinderbetreuung nach den Richtlinien des BAMF)
- Sprachförderung für Kinder (nach der KiKus-Methode)
- Deutsche Konversationsgruppen
- Beschäftigung in München (in Zusammenarbeit mit dem Job-Center München)
- Vereinbarkeit Familie und Beruf

Kosten

Meist kostenfrei, teilweise geringe Kursgebühren. Bei Bedarf Ermäßigung möglich. Bitte sprechen Sie uns an!

Programm

Bei Interesse erhalten Sie das Programm mit der Post oder per E-Mail.

Ziele

Förderung der Chancengleichheit von Familien jeder Form, Bekämpfung von Ausgrenzung und Diskriminierung.

Team

Das Team besteht aus Fachkräften und Ehrenamtlichen aus verschiedenen Ländern mit vielfältigen Sprachen.

Öffnungszeiten

Café, auch mit pädagogischen Ansprechpartnerinnen.

Sprachen: deutsch, griechisch, türkisch, italienisch, englisch, russisch und französisch

Mo–Fr 8.30–14 Uhr

Mo, Do und Fr 15–17 Uhr

Mi 15–19 Uhr

MVV

U4/U5 Westendstraße, Tram 18,
Bus 131/133 Garmischer Straße

Bildung und Arbeit Spezielle Angebote für Menschen mit Migrations- hintergrund

**Zahlreiche Institutionen in München beraten,
zum Teil mehrsprachig, MigrantInnen zur Arbeits-
und Wirtschaftssituation:**

→ **AKA – Aktiv für interKulturellen
Austausch e.V.**

Rosenheimer Straße 123
81667 München
Fon 48 45 42
Fax 448 30 45
info@aka-muenchen.de
www.aka-muenchen.de

↗ S. 305

→ **Industrie- und Handelskammer
für München und Oberbayern**

Max-Joseph-Straße 2
80333 München
Fon 51 16-0
Fax 51 16-306
iszihkmail@muenchen.ihk.de
www.ihk-muenchen.de

Die kostenlose Beratung der IHK wird
mehrsprachig angeboten.

→ **Münchner Existenzgründungs-Büro
(MEB)**

Max-Joseph-Straße 2
80333 München
Fon 51 16-762
Fax 51 16-764
info@meb-muenchen.de
www.ihk-muenchen.de

Das MEB bietet Broschüren in Englisch,
Italienisch und Türkisch an. Die persön-
liche Beratung erfolgt in Englisch, Italie-
nisch und Arabisch.

→ **Rechtshilfe für Ausländerinnen
und Ausländer München e.V.**

EineWeltHaus
Schwanthalerstraße 80
80336 München
Fon 85 63 75 21
Fax 85 63 75 22
rechtshilfe@einewelthaus.de
www.rechtshilfe-muenchen.de

Rechtsberatung Di 18 Uhr
Persönliche Anmeldung 17.30 Uhr

Beratung in allen Streitfragen, die in dem
Zusammenhang mit dem Status als Aus-
länderIn stehen. Daneben auch Seminare
zum Ausländer- und Asylrecht.

↗ S. 130

Bildung und Arbeit Spezielle Angebote für Menschen mit Migrations- hintergrund

**Außerdem gibt es eine Reihe von Trägern,
die Deutschkurse anbieten:**

→ **InitiativGruppe – Interkulturelle
Begegnung und Bildung e.V.**

Karlstraße 50
80333 München
Fon 54 46 71-0
Fax 54 46 71-36
ig@initiativgruppe.de
www.initiativgruppe.de

↗ S. 76

→ **Klartext e.V.**

Augustenstraße 77
80333 München
Fon 52 32 94 0
Fax 57 00 44 93
info@klartext-zentrum.de
www.klartext-zentrum.de

→ **AKA – Aktiv für interkulturellen
Austausch e.V.**

Rosenheimer Straße 123
81667 München
Fon 48 45 42
Fax 448 30 45
info@aka-muenchen.de
www.aka-muenchen.de

→ **Anderwerk GmbH**

Gravelottestraße 8
81667 München
Fon 458 32-0
Fax 458 32-171
anderwerk@anderwerk.de
www.anderwerk.de

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **ClubIn, Internationaler Treff für junge Leute von 17 bis 27**

Träger: Verein für Internationale Jugendarbeit
 Friedrich-Loy-Straße 16
 80796 München
Fon 300 85 84
 Fax 308 45 34
clubbuero@vij-muenchen.de
www.clubin-muenchen.de

↗ S. 271

→ **„fremd – vertraut“**

Leben in Deutschland –
 Interkultureller Dialog für Frauen
 Verein für Fraueninteressen e.V.
 Thierschstraße 17
 80538 München
Fon 290 44 63
 Fax 290 44 64
verein@fraueninteressen.de
www.fraueninteressen.de

↗ S. 304

Landeshauptstadt München

→ **Bildungsberatung**

Schwanthalerstraße 40
 80336 München
Fon 233-833 00
 Fax 233-833 11
bildungsberatung@muenchen.de
www.muenchen.de/bildungsberatung

↗ S. 10

Junge Frauen und Beruf e.V.

→ **Atelier La Silhouette**

Damenmaßschneiderei
 Pariser Straße 13
 81667 München
Fon 447 01 03
 Fax 688 63 82
info@la-silhouette.de
www.la-silhouette.de

↗ S. 20

Bildung und Arbeit

Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung

→ Stiftung Pfennigparade

Barlachstraße 24–28

80804 München

Fon 83 93-40 00

Fax 83 93-40 04

info@pfennigparade.de

www.pfennigparade.de

Angebot

Die Stiftung Pfennigparade fördert körperbehinderte Menschen und will ihnen Perspektiven bieten. Ein aufeinander abgestimmtes Schulsystem mit besonderen Lernkonzepten, konduktiver Förderung sowie ein vielseitiges Angebot an qualifizierten Arbeits- und Förderplätzen ermöglichen es, die individuellen Fähigkeiten körperbehinderter Menschen zu entwickeln. Differenzierte Wohnmöglichkeiten runden das Angebot ab und sollen die Selbständigkeit fördern. Der Beratungsdienst der Stiftung Pfennigparade berät Menschen mit Körperbehinderung und deren Angehörige in wirtschaftlichen, sozialen und rechtlichen Fragen des täglichen Lebens.

Für wen?

Menschen mit Körperbehinderung und deren Angehörige

Kosten

Beratung kostenfrei

Öffnungszeiten

Mo–Do 8.30–16.30 Uhr

Fr 8.30–12.30 Uhr

nur nach telefonischer Anmeldung



MVV

U3 Scheidplatz, U2 Milbertshofen,
Bus 142 Barlachstraße

Porträt

Die Stiftung Pfennigparade basiert auf einer 1950 gegründeten Münchner Bürgerinitiative zugunsten Poliogelähmter. Ein großes Spendenaufkommen ermöglichte ab den 60er Jahren den Bau zahlreicher Einrichtungen, wie z.B. Behindertenwerkstätten, Appartements, Schulen und Kindergärten an verschiedenen Standorten Münchens und Umgebung. Mittlerweile hat die Pfennigparade für 1.500 behinderte und 1.000 nichtbehinderte Menschen Arbeitsplätze geschaffen.

Ziele

Möglichst viele körperbehinderte Menschen sollen die Möglichkeit erhalten, sich in Arbeit und Gesellschaft zu (re)integrieren. Die Arbeits- und Rehabilitationsplätze sollen qualitativ und quantitativ ausgebaut werden sowie die Betreuung und Pflege weiter verbessert werden.

So können Sie mitwirken

Durch ehrenamtliches Engagement sowie durch Spenden; freiwilliges soziales Jahr möglich.

Weitere Adressen

Landeshauptstadt München

→ **Bildungsberatung**

Schwanthalerstraße 40

80336 München

Fon 233-833 00

Fax 233-833 11

bildungsberatung@muenchen.de

www.muenchen.de/bildungsberatung

↗ S. 10

→ **Netzwerkfrauen-Bayern**

LAG Selbsthilfe Bayern

Orleansplatz 3

81667 München

Fon 45 99 24 27

Fax 45 99 24 28

info@netzwerkfrauen-bayern.de

www.netzwerkfrauen-bayern.de

↗ S. 220

→ **oba München**

Offene Behindertenarbeit – evangelisch

in der Region München

Blutenburgstraße 71

80636 München

Fon 12 66 11-60

Fax 12 66 11-59

info@oba-muenchen.de

www.oba-muenchen.de

↗ S. 316

Familie Partnerschaft Kinder

Der Begriff wird aktuell in der Gesellschaft neu diskutiert.

Einelternfamilien, Patchwork-Familien und Familien mit gleichgeschlechtlichen Erziehenden dokumentieren die Vielfalt der möglichen Familienstrukturen.

Doch immer noch setzen größtenteils Frauen in der Familie ihre unbezahlte Arbeitskraft für Haushalt, Pflege und Erziehung ein.

In diesem Kapitel finden Sie Rat und Unterstützung für familiäre Lebenssituationen.

2

- Allgemeine Beratungsstellen 86
- Paar- und Sexualberatung 99
- Schwangerschaft und Geburt 101
- Erziehungsberatung 109
- Spezielle Angebote für
Alleinerziehende 113
- Lesbisch leben 121
- Spezielle Angebote für Jugendliche ..123
- Spezielle Angebote für Menschen
im Alter 126
- Spezielle Angebote für Menschen
mit Migrationshintergrund 127
- Spezielle Angebote für Menschen
mit Behinderung 135

Familie Partnerschaft Kinder Allgemeine Beratungsstellen

→ SOS-Beratungs- und Familienzentrum München

SOS-Kinderdorf e.V.
St.-Michael-Straße 7
81673 München
Fon 43 69 08-0
Fax 43 69 08-29
bz-muenchen@sos-kinderdorf.de
www.sos-bz-muenchen.de

Angebot

Beratung zu allen Fragen der Erziehung und der Beziehungen in der Familie, bei Trennung und Scheidung, in Fragen des Umgangs, bei familienrechtlichen Fragestellungen; Fachberatung für Fachkräfte. Selbstorganisierte Spielgruppen, Selbsthilfegruppen für Eltern, offene Angebote, Informationsabende zu verschiedenen pädagogischen Themen, Projekte an Schulen, Elternabende in Kindergärten. Türkischsprachige Beratung oder Beratung mit Dolmetscher in Einzelfällen möglich.

Für wen?

Mütter, Väter, Mädchen, Jungen aus Berg am Laim, Trudering, Riem, Messestadt

Kosten

Beratung kostenlos

Programm

Wird auf Anfrage zugesandt; ausgelegt in sozialen Einrichtungen

Öffnungszeiten

Mo, Di, Do, Fr 9–12 Uhr

Mo–Do 13.30–17.30 Uhr

Di zusätzlich von 17.30–19 Uhr

und nach telefonischer Vereinbarung



MVV

U2 Josephsburg, U5 Michaelibad,
Tram 19 Baumkirchner Straße

Porträt

Die Einrichtung wurde 1977 als Beratungsangebot für sozial benachteiligte Familien gegründet. Seit 2000 ist sie ein Verbund von Familienhilfen und besteht aus einer Erziehungsberatungsstelle für Berg am Laim, Trudering, Riem und Messestadt, mehreren Familienzentren sowie Projekten vor allem für MigrantInnen- und Flüchtlingsfamilien.

Die Einrichtung ist Mitglied im Verbund der Münchner Erziehungsberatungsstellen sowie im Netzwerk der Mütter- und Familienzentren und im DPWV.

Ziele

Unbürokratische Hilfen bei Erziehungs- und Familienproblemen, Unterstützung für sozial benachteiligte Familien und MigrantInnen, Stärkung der Erziehungsfähigkeit der Familien

Team

14 hauptamtlich Beschäftigte
Dipl.-PsychologInnen, Dipl.-SozialpädagogInnen, Verwaltungsfachkräfte; zusätzliche Honorarkräfte und Ehrenamtliche

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit sowohl im Familienzentrum als auch in der Arbeit mit Flüchtlingsfamilien; Aufbau familienbezogener Selbsthilfegruppen möglich

→ Paritätische Familien-Bildungsstätte (Fabi) e.V.

Giesinger Bahnhofplatz 2
81539 München
Fon 99 84 80 42
Fax 99 84 80 50
info@fabi-muenchen.de
www.fabi-muenchen.de

Angebot

Vielfältige Kurse, Austauschmöglichkeit und Orientierungshilfen in den Bereichen Geburtsvorbereitung, Erziehung und Partnerschaft. Gesundheit und Kreativität. Gruppen, Treffpunkte für Eltern und Kinder. Spiel- und Bewegungsangebote für Kinder von 0 bis 12 Jahren. Kursangebote für (werdende) Mütter, Eltern und Kinder. Elternabende in Kitas, Schulen und Horten. Fortbildung für Fachkräfte und Laien, Opstape und wellcome.

Für wen?

Frauen, Männer und ihre Kinder; deutsche, ausländische und binationale Familien

Kosten

Die Kursangebote sind gebührenpflichtig, Ermäßigungen möglich

Programm

Wird auf Anfrage zugesandt; ausgelegt in vielen sozialen Einrichtungen und im Internet

Porträt

Die Gründung des gemeinnützigen Vereins fand 1949 statt, um Mütter, Väter und ihre Kinder bei der Bewältigung des Familienalltags zu unterstützen.

Fabi e.V. ist Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband

Ziele

Die Er- und Beziehungskompetenz stärken, gleiche Wertschätzung für alle Familienmitglieder geben und erreichen, Kompetenz für den Alltag entwickeln und stärken. Im Zentrum steht das Wohl des Kindes.

Team

30 hauptamtlich Beschäftigte
Assessorin, Dipl.-SozialpädagogIn, Erzieherin, Verwaltungskräfte, ca. 150 KursleiterInnen auf Honorarbasis

So können Sie mitwirken

Beitragshöhe: jährlich 74,40 €
Ehrenamtlich als pädagogische Honorarkraft

Zweigstellen in Bogenhausen, Milbertshofen, Neuperlach, Pasing, Thalkirchen-Sendling

Kursanmeldung

Mo–Fr 9–12 Uhr (auch in den Ferien)

Mo, Mi 14–16 Uhr (nicht in den Ferien)

MVV

U2 Giesinger Bahnhof

Zweigstellen: U2 Frankfurter Ring

(Milbertshofen), U8/U5 Quiddestraße

(Neuperlach), S-Bahnen Pasing (Pasing),

U3 Brudermühlstraße (Thalkirchen-Sendling)

Familie Partnerschaft Kinder Allgemeine Beratungsstellen

→ Evangelische TelefonSeelsorge München

im Evangelischen
Beratungszentrum (ebz)
Fon 590 48 110
Fax 590 48 190
ts@ebz-muenchen.de
www.ev-telefonseelsorge-muenchen.de
www.ebz-muenchen.de

Seelsorgetelefon

0800 111 0 111

Mail- und Chatseelsorge

www.telefonseelsorge.de

Angebot

Beratung und Seelsorge am Telefon
und im Chat

Für wen?

Frauen, Männer, Jugendliche in Lebens-
krisen, mit Gesprächs- und Klärungs-
bedarf, Orientierungs- und Sinnfragen,
Alltagsbewältigung

Kosten

Kostenfrei

Porträt

Die TelefonSeelsorge arbeitet rund um die
Uhr mit ehrenamtlichen MitarbeiterInnen.
Diese werden für ihre Tätigkeit ausgebil-
det, in Supervision und Intervision reflektie-
ren sie die Gespräche und erhalten regel-
mäßig Fortbildungen.
Die Vielfalt der Persönlichkeiten ermög-
licht ein breit gefächertes Angebot der
Weltsicht und der Lebensperspektiven.
Professionelle Ausbildung und Begleitung
durch ein Team von hauptamtlichen Mitar-
beitInnen.

Ziele

Auf der Basis des christlichen Menschen-
bildes werden Anrufende ernst genom-
men, vertraulich und anonym begleitet,
beraten und getröstet. Ziel ist, die Eigenini-
tiative zu stärken, Impulse zur Selbsthilfe
zu geben.

Team

Pfarrer, Sozialpädagoginnen mit Zusatz-
ausbildungen in Beratung und Supervision

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit, Anfragen bitte
telefonisch oder per E-Mail

Telefonzeiten

Telefonisch erreichbar
rund um die Uhr

Im Chat nach Terminvereinbarung

Kein Parteiverkehr



→ Evangelisches Beratungszentrum München e.V. (ebz)

Beratung für Eltern, Kinder;
Jugendliche und Familien
Landwehrstraße 15/Rgb.
80336 München
Fon 590 48 130
Fax 590 48 193
mail@ebz-muenchen.de
www.ebz-muenchen.de

Angebot

- Einzel- und Familiengespräche
- Elternberatung
- Beratung von Kindern und Jugendlichen
- Krisenintervention
- Psychologische Untersuchungen
- Psychosoziale Diagnostik
- Kurse für getrennt lebende Eltern,
z.B. „Kinder im Blick“
- Infoabende zu spezifischen Themen
- Erziehungsberatung für gehörlose und
hörgeschädigte Menschen und deren
Familien
- PIBS: Psychologische Information und
Beratung für Schülerinnen und Schüler,
Eltern und Lehrkräfte

Für wen?

Eltern, Kinder, Jugendliche, junge
Erwachsene (bis 27 Jahre), Familien,
Bezugspersonen, Fachkräfte

Kosten

Keine

Porträt

Das ebz steht allen Ratsuchenden offen
und berät unabhängig von Religion, Natio-
nalität und Lebensform

Ziele

Hilfe und Beratung bei Schwierigkeiten
und Krisen in der Familie oder mit anderen
Bezugsgruppen

Team

Das Team besteht aus Fachkräften mit den
Grundberufen Psychologie und Sozialpä-
dagogik. Alle Mitarbeiter sind ausgebildete
Familietherapeuten und haben zusätzlich
spezifische Zusatzausbildungen oder bera-
terische Schwerpunkte.

Öffnungszeiten

Telefonische Anmeldung
Mo, Di, Do 8–12 Uhr
und 13–16 Uhr
Mi 14–16 Uhr, Fr 8–12 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Karlsplatz/Stachus
U-Bahnen Sendlinger Tor

Familie Partnerschaft Kinder

Allgemeine Beratungsstellen

→ Haus der Familie – Katholische Familienbildungsstätte e.V.

Schraudolphstraße 1/Rgb.

80799 München

Fon 28 81 31-0

Fax 2 80 05 77

info@hausderfamilie.de

www.hausderfamilie.de

Angebot

Vielfältige Angebote, Kurse und Beratungen rund um den Familienalltag, Begleitung und Orientierung in und Bewältigung von Lebensübergängen z.B. Geburt, Kindergarten, Schule, Pubertät usw. Stärkung und Erweiterung von Beziehungs- und Erziehungskompetenzen sowie Förderung von Gesundheits- und Alltagskompetenzen. Das spezielle Spiel- und Förderprogramm „Opstapje“ wendet sich an Schwellenfamilien mit besonderen Bedürfnissen. Durch wellcome wird das sprichwörtliche Dorf, das es für die Erziehung eines Kindes braucht, neu errichtet.

Für wen?

Frauen/Mütter, Männer/Väter, Kinder

Kosten

Bitte dem Programm entnehmen –
Online Anmeldung

Porträt

Das Haus der Familie wurde 1956 von engagierten Frauen aus den Reihen des Frauenbundes als Mütterschule gegründet. So wollten sie dem in der Nachkriegszeit entstandenen „Verlust an Familiensubstanz“ aktiv begegnen. Die systemische Betrachtungsweise von Familie veränderte das Angebotspektrum wie auch den Namen. Aus der Mütterschule wurde das Haus der Familie – Katholische Familien-

Außenstelle Dantestraße 1

Fon 157 16 56

Elternschule im Klinikum Dritter Orden

Menzinger Straße 46

Fon 17 95-18 62

Eltern-Kind-Angebote in Münchner katholischen Pfarreien

Onlineanmeldung jederzeit möglich

bildungsstätte. Spitzenverband ist der Caritasverband der Erzdiözese München – Freising.

Ziele

Menschen in ihren Visionen und in ihrer Sehnsucht nach einem gelingendem Familienleben unterstützen und begleiten sowie Orientierung und Förderung im Familienalltag unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Bedürfnisse von Frauen, Männern und Kindern geben.

Team

Neun hauptamtlich Beschäftigte
Dipl. Sozialpädagogin, (Dipl.) Pädagogin,
Hebamme, Verwaltungskräfte und Hauswirtschaftskraft

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliches Vereinsmitglied oder ehrenamtlicher „wellcome – Engel“, Tätigkeit als ReferentInnen in den einzelnen Programmbereichen

Öffnungszeiten

Anmeldung für alle Angebote und Kurse
nur in der Schraudolphstraße 1
Mo–Do 9–12 Uhr, Di–Do 15–17 Uhr
Fr 11–13 Uhr

MVV

U2 Theresienstraße, U3/U6 Universität
Tram 27/28 und Bus 153/154 Schellingstr.

→ **Verband binationaler Familien und Partnerschaften – iaf e.V.**

Goethestraße 53

80336 München

Fon 53 14 14 (Büro)

Fax 53 27 96

iafmuenchen@t-online.de

www.verband-binationaler.de

Angebot

- Selbsthilfberatung, sozialpädagogische Beratung vor der Eheschließung, zu Einreise- und Aufenthaltserlaubnis
- sozialpädagogische und familientherapeutische Beratung bei Eheproblemen, in Trennungssituationen
- zu Fragen von Kindesentführung: Gespräche und begleitender Eltern-Kind-Kontakt
- Anti-Rassismus-Arbeit
- außerdem: Gruppen, Arbeitskreise, Seminare, Veranstaltungen und Feste

Für wen?

Bikulturelle Familien, Paare,
Kinder und Jugendliche

Kosten

Für die Beratung wird eine Spende erbeten.

Programm

Erscheint vierteljährlich, wird auf Anfrage zugesandt, für Mitglieder kostenlos

Porträt

Im Verband binationaler Familien und Partnerschaften – iaf e.V. engagieren sich Binationale seit 40 Jahren für ein multikulturelles Deutschland, für Gleichberechtigung und Bürgerrechte, gegen Rassismus und Diskriminierung. Der Verband ist seit 1986 Träger der staatlich anerkannten Ehe- und Familienberatungsstelle.

Ziele

Der Verband setzt sich für die rechtliche und soziale Gleichstellung von binationalen Paaren/Familien und für die Verbesserung der AusländerInnen-Situation in Deutschland ein.

Team

Vier hauptamtlich Beschäftigte sowie vier Honorarkräfte zum Teil in Teilzeit
Interkulturelles, interdisziplinäres Fachteam: Dipl.-SozialpädagogInnen, Pädagogin, FamilientherapeutInnen, Verwaltungsangestellte

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft, Mitgliedsbeitrag: 78 € jährlich, Ermäßigung möglich
Fördermitgliedschaft 5–20 € monatlich
Ehrenamtliche Mitarbeit

Telefonzeiten

Fon 53 44 60

Kinder aus getrennten
binationalen Familien

Fon 54 54 63 90 – Begleiteter Umgang

Do 9–10 Uhr

Fon 51 39 99 04 – Paar- und
Familientherapie

Do 9 – 9.45 Uhr

MVV

U3/U6 Goetheplatz,
Bus 58 Beethovenplatz



Familie Partnerschaft Kinder Allgemeine Beratungsstellen

→ Tageseltern München und Umgebung e.V.

Wörthstraße 20

81667 München

Fon 688 77 07

Fax 44 71 88 62

tageseltern@t-online.de

www.tageseltern-muenchen.de

Angebot

Der Tageseltern München und Umgebung e.V. berät Eltern, Tageseltern und andere Betreuungspersonen zu allen Fragen der Betreuung von Kindern, vor allem von Kleinkindern bis zu drei Jahren. Dazu bietet er eine individuelle Vermittlung von Tageseltern und Betreuungspersonen im Privathaushalt.

Der Verein setzt sich für eine qualifizierte Erziehung und Betreuung der Kinder auf der Grundlage des Bayerischen Bildungs- und Erziehungsplans ein. Er ist als freier Träger der Jugendhilfe anerkannt, wird vom Sozialreferat der Stadt München finanziell gefördert und ist als eingetragener und gemeinnütziger Verein politisch und religiös unabhängig.

Im Fokus aller Angebote stehen die Sicherung des Kindeswohles, die Qualität der Betreuung, sowie die Anerkennung der Gleichwertigkeit der Kindertagespflege gegenüber anderen Formen der Betreuung von Kleinkindern.

Für wen?

Für Eltern, die eine geeignete Kinderbetreuung für ihr/e Kind/er suchen und für Personen, die als Tagesmutter bzw. -vater oder Kinderbetreuungsperson arbeiten wollen.

Kosten

Für Münchner Eltern entstehen bei einer Vermittlung keine Kosten.

Team

Zwei Pädagoginnen und eine Beauftragte für Vereinsgeschäfte

Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 9–12 Uhr
und nach Vereinbarung



MVV

U- und S-Bahnen Ostbahnhof

Weitere Angebote und Anlaufstellen Landeshauptstadt München, Sozialreferat, Sozialbürgerhäuser

Die insgesamt zwölf Sozialbürgerhäuser des Sozialreferates der LH München sind Anlaufstellen für viele soziale Belange: vom Antrag auf Sozialhilfe über die Beratung in schwierigen Lebenssituationen bis hin zur Betreuung von Arbeitssuchenden. Durchschnittlich gibt es in einem Sozialbürgerhaus 55 soziale Dienstleistungen und auch die Kooperation mit anderen sozialen Diensten ist Teil des Konzeptes.

Die Bezirkssozialarbeit (BSA) ist für Beratung und Unterstützung zuständig – in persönlichen und wirtschaftlichen Notsituationen, bei Familien- und Partnerschaftskonflikten oder in Lebenskrisen, bei Wohnproblemen und Obdachlosigkeit oder wenn es im Alter oder bei der Betreuung pflegebedürftiger Angehöriger Probleme gibt. Die kostenlose und vertrauliche Hilfe der Bezirkssozialarbeit steht allen Münchnerinnen und Münchnern zu. Sie vermittelt auch gegebenenfalls weitere Hilfen, wenn zum Beispiel in einer Notsituation die Familie versorgt werden muss, wenn eine Schuldnerberatung, eine Ehe- oder Erziehungsberatung notwendig ist.

Die Ansprechpersonen sind über die Sozialbürgerhäuser zu erreichen. Hier arbeiten Dipl.-SozialpädagogInnen, sie unterstützen und beraten Menschen in schwierigen Lebenssituationen. Sie machen Hausbesuche und bei Bedarf arbeiten sie mit Schulen und anderen Institutionen und Ämtern zusammen. Weitere Fachkräfte sind in Sonderdiensten und in der Betreuung von Wohnungslosen tätig. Eine Arbeitsgruppe ist speziell für Gehörlose zuständig.

→ **Sozialbürgerhaus Laim/ Schwanthalerhöhe**

Schwanthalerhöhe, Laim
Dillwächterstraße 7
80686 München
Soziales
[Fon 233-968 01](tel:08923396801)
Fax 233-429 09
sbh-ls.soz@muenchen.de
Jobcenter
[Fon 57 958-200](tel:08957958200)
Fax 57 958-120
jobcenter-muenchen.laim-schwanthalerhoehe@jobcenter-ge.de

→ **Sozialbürgerhaus Giesing-Harlaching**

Obergiesing-Fasangarten,
Untergiesing-Harlaching
Werner-Schlierf-Straße 9
81539 München
Soziales
[Fon 233-968 07](tel:08923396807)
Fax 233-674 07
sbh-gh.soz@muenchen.de
Jobcenter
[Fon 456 70-200](tel:08945670200)
Fax 456 70-120
jobcenter-muenchen.giesing-harlaching@jobcenter-ge.de

Familie Partnerschaft Kinder Allgemeine Beratungsstellen

Weitere Sozialbürgerhäuser

→ Sozialbürgerhaus Mitte

Altstadt-Lehel, Ludwigsvorstadt-
Isarvorstadt, Maxvorstadt
Schwanthalerstraße 62
80336 München
Soziales
Fon 233-968 05
Fax 233-467 52
sbh-mitte.soz@muenchen.de
Jobcenter
Fon 599 95-200
Fax 599 95-120
jobcenter-muenchen.mitte@
jobcenter-ge.de

→ Sozialbürgerhaus Neuhausen-Moosach

Neuhausen-Nymphenburg, Moosach
Ehrenbreitsteiner Straße 24
80993 München
Soziales
Fon 233-968 02
Fax 233-461 31
sbh-nm.soz@muenchen.de
Jobcenter
Fon 233-968 02
Fax 14 34 51-120
jobcenter-muenchen.neuhausen-
moosach@jobcenter-ge.de

→ Sozialbürgerhaus Nord

Milbertshofen-Am Hart,
Feldmoching-Hasenberg
Knorrstraße 101–103
80807 München
Soziales
Fon 233-968 03 oder -968 10
Fax 233-413 77
sbh-nord.soz@muenchen.de
Jobcenter
Fon 35 89 34-200
Fax 35 89 34-490
jobcenter-muenchen.nord@
jobcenter-ge.de

→ Sozialbürgerhaus Orleansplatz

Au-Haidhausen, Bogenhausen
Orleansplatz 11
81667 München
Soziales
Fon 233-968 06
Fax 233-480 12
sbh-ori.soz@muenchen.de
Jobcenter
Fon 679 72-0
Fax 679 72-120
jobcenter-muenchen.
sbh-orleansplatz@jobcenter-ge.de

→ **Sozialbürgerhaus**

Süd

Thalkirchen-Obersendling-
Fürstenried-Forstenried-Solln,
Hadern

Schertlinstraße 8
81379 München

Soziales

Fon 233-968 00

Fax 233-348 12

sbh-sued.soz@muenchen.de

Jobcenter

Fon 233-968 00

Fax 748 99-120

jobcenter-muenchen.sued@jobcenter-ge.de

→ **Sozialbürgerhaus Pasing**

Pasing-Obermenzing, Aubing-
Lochhausen-Langwied, Allach-
Untermenzing

Landsberger Straße 486
81241 München

Soziales

Fon 233-968 04

Fax 233-372 00

sbh-pasing.soz@muenchen.de

Jobcenter

Fon 233-96 804

Fax 233-37 200

jobcenter-muenchen.pasing@jobcenter-ge.de

→ **Sozialbürgerhaus**

Sendling-Westpark

Sendling, Sendling-Westpark
Meindlstraße 20

81373 München

Soziales

Fon 233-968 09

Fax 233-336 23

sbh-sw.soz@muenchen.de

Jobcenter

Fon 724 98-200

Fax 724 98-120

jobcenter-muenchen.sendling-westpark@jobcenter-ge.de

→ **Sozialbürgerhaus**

Ramersdorf-Perlach

Ramersdorf-Perlach

Thomas-Dehler-Straße 16
81737 München

Soziales

Fon 233-968 12

Fax 233-353 31

sbh-rp.soz@muenchen.de

Jobcenter

Fon 233-968 12

Fax 58 93 92-304

jobcenter-muenchen.ramersdorf-perlach@jobcenter-ge.de

Familie Partnerschaft Kinder Allgemeine Beratungsstellen

Weitere Sozialbürgerhäuser

→ Sozialbürgerhaus

Schwabing-Freimann

Schwabing-West,
Schwabing-Freimann
Heidemannstraße 170
80939 München
Soziales
Fon 233-968 11
Fax 233-330 15
sbh-sf.soz@muenchen.de
Jobcenter
Fon 358 21-200
Fax 358 21-120
jobcenter-muenchen.schwabing-
freimann@jobcenter-ge.de

Darüber hinaus finden Sie Informationen
über Beratung für Eltern, Kinder, Jugend-
liche und Erwachsene auf der Website

www.muenchen.de/jugendamt

→ Sozialbürgerhaus

Berg am Laim-Trudering-Riem

Berg am Laim, Trudering-Riem
Streitfeldstraße 23
81673 München
Soziales
Fon 233-968 08
Fax 233-353 31 oder -33 550
sbh-rp.soz@muenchen.de
Jobcenter
Fon 456 70-420
Fax 456 70-121
jobcenter-muenchen.btr@
jobcenter-ge.de

Öffnungszeiten der Sozialbürgerhäuser

Mo–Mi 8–16 Uhr

Do 8–17 Uhr

Fr 8–13 Uhr

Öffnungszeiten Pasing

Mo und Fr 7.30–13 Uhr

Di 8–18 Uhr

Mi 7.30–16 Uhr

Do 8–17 Uhr

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **SOS Kinder- und Familientreff
Messestadt Ost**

Astrid-Lindgren-Straße 65
81829 München
Fon 24 41 03 63
Fax 244 10 36 44
kft-messestadt@sos-kinderdorf.de
www.sos-bz-muenchen.de

→ **SOS Familienzentrum Riem**

Mittbacher Straße 15
81829 München
Fon 18 94 05 50
www.sos-bz-muenchen.de

→ **elly
Evang. Familien-Bildungsstätte
„Elly Heuss-Knapp“**

Herzog-Wilhelm-Straße 24/I
80331 München
Fon 55 22 41-0
Fax 550 12 71
efbs@efbs-muc.de
www.efbs-muc.de

↗ S. 258

→ **Stiftung Kath. Familien-
und Altenpflegewerk**

Mitterfeldstraße 20
80689 München
Fon 580 91-91
Fax 580 91-12
kontakt@familien-altenpflege.de
www.familien-altenpflege.de

↗ S. 69

→ **FIT-FinanzTraining**

mit dem Angebot der
Haushaltsbudgetberatung
Thierschstraße 11
80538 München
Träger: Verein für Fraueninteressen e.V.
Fon 21 26 97 00
Fax 55 27 40 29
info@fit-finanztraining.de
www.fit-finanztraining.de

↗ S. 161

→ **Au-pair Beratung, Vermittlung
und Begleitung**

vij Ortsverein München e.V.
Friedrich-Loy-Straße 16
80796 München
Fon 300 75 94
Fax 308 45 34
au-pair@vij-muenchen.de
www.au-pair.vij-muenchen.de

↗ S. 65

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ JIZ – Jugendinformationszentrum

Kreisjugendring
Herzogspitalstraße 24
(Eingang Herzog-Wilhelm-Straße)
80331 München
Fon 55 05 21 50
Fax 55 05 21 51
info@jiz-muenchen.de
www.jiz-muenchen.de

Das JIZ will Jugendliche informieren, und zwar über alle Aspekte des privaten, gesellschaftlichen und politischen Lebens. Aus diesem Auftrag ergeben sich die vielfältigen Angebote und Methoden des JIZ: Das Informationszentrum ist mit Hunderten von Broschüren, Büchern und Materialordnern zum eigenen Recherchieren geeignet. Die PädagogInnen, die dort arbeiten, helfen bei der Klärung von Fragen, beraten anonym und kostenlos und sie vermitteln an die richtigen Adressen.

↗ S. 268

→ TuSch – Trennung und Scheidung – Frauen für Frauen e.V.

Grimmstraße 1
80336 München
Fon 77 40 41
Fax 747 08 50
www.tusch.info

↗ S. 168

→ **kibs** (Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für männliche Opfer sexualisierter Gewalt) Kinderschutz e.V.
Kathi-Kobus-Straße 9
80797 München
Fon 23 17 16 91 20
Fax 23 17 16 91 20
mail@kibs.de
www.kibs.de

↗ S. 182

→ **AMYNA e.V.** **Institut zur Prävention von sexuellem Missbrauch | GrenzwertICH | Projekte & überregionale Angebote**

Mariahilfplatz 9
81541 München
Fon 890 57 45-100
Fax 890 57 45-199
info@amyna.de
www.amyna.de

↗ S. 183

→ pro familia

Partnerschafts- und Sexual-, Familien- und Lebensberatung, Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen
Türkenstraße 103
80799 München
Fon 330 08 40
Fax 33 00 84 16
muenchen@profamilia.de
www.profamilia.de/muenchen

Angebot

Partnerschaftsberatung, Sexualberatung, Familienberatung, Familienplanungsberatung, Kinderwunschberatung, Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Beratung bei Trennung und Scheidung, familienrechtliche Beratung, ärztliche Beratung, Vorträge und Gruppen

Für wen?

Frauen, Männer, Kinder, Jugendliche

Kosten

Spenden erwünscht

Porträt

pro familia wurde 1952 von ÄrztInnen gegründet, zu einer Zeit, als die Methoden der Familienplanung noch nicht allgemein zugänglich waren. Heute ist pro familia der führende Fachverband zu Sexualität, Partnerschaft und Familienplanung. pro familia ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig und berät zu allen Fragen von Partnerschaft und Sexualität, Familienplanung und Schwangerschaft. Die Beratungsstelle in der Türkenstraße existiert seit 1979. Dort ist auch die Geschäftsstelle des pro familia Ortsverband München e.V. zu finden.

Ziele

Hilfe zur Selbsthilfe und zu selbstbestimmten Entscheidungen in Bezug auf Sexualität, Partnerschaft, Familienplanung und Erziehung

Team

PsychologInnen und SozialpädagogInnen mit therapeutischer Ausbildung
Ärztin, Anwältinnen für Familienrecht

So können Sie mitwirken

Vereinsmitgliedschaft (Jahresbeitrag 46€); Spenden oder stiften (www.stiftung-profamilia-muenchen.de); ehrenamtliche Mitarbeit im Verein

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–13 Uhr (außer Mi)
und 14–17 Uhr

Kinder können mitgebracht werden, wenn sie an der Beratung teilnehmen sollen



MVV

U3/U6 Universität,
Tram 27 Nordendstraße

Familie Partnerschaft Kinder Paar- und Sexualberatung

→ SBS – Sexualberatungsstelle der Gesellschaft für Partnerschaftliche Kommunikation e.V.

Clemensstraße 32

80802 München

Fon 33 04 06 91

Fax 33 04 06 92

sbs@sexualberatungsstelle.de

www.sexualberatungsstelle.de

Angebot

Beratung und Therapie für Einzelne, Paare und Familien, therapeutische Gruppen, auch speziell für Frauen, z.B. zu Weiblichkeit und Sexualität für Frauen in der Lebensmitte u.a., Vorträge, Fortbildungen und Supervisionen

Für wen?

Erwachsene BürgerInnen und ihre Angehörigen im Großraum München

Kosten

Abgestufte Kostenbeiträge je nach finanziellen Möglichkeiten

Porträt

Fehlende Angebote und große Nachfrage veranlassten ZIST e.V. 1986 zur Gründung der SBS. 1996 wurde sie von der Gesellschaft für Partnerschaftliche Kommunikation e.V. übernommen. Seit 2005 arbeitet die SBS als Beratungspraxis in neuen Räumen.

Ziele

Als staatlich anerkannte Ehe- und Familienberatungsstelle bietet die SBS Beratung und Hilfe bei Paarkonflikten und Sexualproblemen.

Team

Dipl.-Sozialpädagoge, Systemische Paar- und Familientherapeuten (DGSF), Sexual- und Traumatherapie.

Telefonsprechzeiten

Mo, Fr 8.30–10 Uhr



Mitbringen von Kindern
nach Absprache möglich

MVV

U3/U6 Münchner Freiheit

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

→ **Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen**

Bayerstraße 28a
80335 München

Fon 233-478 71

Fax 233-478 72

schwangerenberatung.rgu@muenchen.de
www.muenchen.de/schwangerenberatung

Angebot

Beratung, Information und psychosoziale
Betreuung

- in Schwangerschaftskonflikten nach § 219 StGB mit Beratungsnachweis
- zu Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und die ersten Lebensjahre mit dem Kind einschließlich der zu vermittelnden Hilfen
- Antragstellung bei der „Landesstiftung Hilfe für Mutter und Kind“
- Fragen zur Pränataldiagnostik und bei möglicher Behinderung des Kindes
- zum Themenkreis Empfängnisverhütung und Sexualität
- Muttersprachliche Angebote
- Bei Bedarf Unterstützung und Hausbesuche durch eine Familienhebamme

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–12 Uhr

Mo–Do 13.30–15 Uhr
und nach Vereinbarung



MVV

S-Bahnen, U1/U2 Hauptbahnhof,
U4/U5 Theresienwiese,
Tram 18/19 Hermann-Lingg-Straße,
Bus 58 Holzkirchner Bahnhof

Für wen?

Frauen und Männer und Paare,
Jugendliche und junge Erwachsene,
Multiplikatoren

Kosten

Keine

Porträt

Die staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen der Stadt München erfüllt einen gesetzlichen Auftrag. Sie entstand, weil 1976 die Beratung vor Schwangerschaftsabbrüchen mit sozialen Indikationen zur gesetzlichen Pflicht wurde.

Ziele

- Frauen und Männer informieren und beraten bei allen Fragen zu Schwangerschaft und bei Problemen und Konflikten
- Mädchen und Buben, junge Frauen und Männer informieren und beraten bei Fragen und/oder Problemen zu Freundschaft, Liebe und Sexualität
- MultiplikatorInnen informieren und beraten im Rahmen des sexualpädagogischen Auftrags

Team

Sechs hauptamtlich Beschäftigte, Diplom-Sozialpädagoginnen, Familienhebamme, Verwaltungsfachfrau

Familie Partnerschaft Kinder Schwangerschaft und Geburt

→ Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V.

Häberlstraße 17

80337 München

Fon 550 67 80

Fax 55 06 8 78

buero@haeberlstrasse-17.de

www.haeberlstrasse-17.de

www.fenkid.de

Angebot

Persönliche und telefonische Beratung:

- Geburt in München (was sollte ich wissen!)
- Alleinerziehend (vor und nach der Geburt)
- Fachstelle Beratung zu Pränataldiagnostik und in belasteter Schwangerschaft
- Fachstelle Beratung in psychischen Krisen rund um die Geburt
- Bindungsfördernde Elternberatung und Schreibbaby-Sprechstunde
- Umfangreiches Kursangebot vor und nach der Geburt (Geburtsvorbereitung, Rückbildung, Schwangerschaftsgymnastik, Yoga u. vieles mehr)
- FenKid® Eltern-Kind-Kurse, u.a. für Väter sowie in englischer und spanischer Sprache
- sechs Selbsthilfegruppen: Unerfüllter Kinderwunsch, Wieder guter Hoffnung (nach Verlust eines Kindes) Sternenkind
- glücklose Schwangerschaft, zu früh geboren, Krise rund um die Geburt, Via Nova
- Erziehungsberatung
- Fort- und Weiterbildungsangebote für Fachleute

Für wen?

Werdende Eltern und Familien mit Kindern in den frühen Jahren

Kosten

Beratung zwischen 30 € bis 60 € pro Stunde, unterschiedliche Kursgebühren

Porträt

Das Zentrum für werdende Eltern und Familien mit kleinen Kindern gibt es seit 1979.

Die Mitarbeiterinnen vertreten einen frauen- und familienorientierten Standpunkt, beraten und informieren unabhängig von kommerziellen Interessen. Es gibt in enger Zusammenarbeit eine Sprechstunde von Hebammen (auch Hausgeburt), GfG-Doulas® und ehrenamtliche Unterstützung durch wellcome – praktische Hilfe für Familien nach der Geburt.

Ziele

Information, Beratung und Begleitung
Stärkung der elterlichen Kompetenz

Team

Ca. 50 Mitarbeiterinnen verschiedenster Professionen

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft, Spende

Öffnungszeiten

tägl. 9–13 Uhr außer Di
Di, Do 15–17 Uhr
(auch englisch- und
spanischsprachig)



MVV

Bus 58 Kapuzinerplatz,
U3/U6 Goetheplatz

→ Netzwerk Geburt und Familie e.V.

Häberlstraße 17/Rgb.
80337 München
Fon 530 75 10 12
Fax 530 75 10 12
info@nguf.de
www.nguf.de

Angebot

Sozialer Betrieb:
Beschäftigung und Qualifizierung im hauswirtschaftlichen und gastronomischen Bereich in

- Café Netzwerk, Treffpunkt für Frauen, Männer und Kinder, Montag bis Donnerstag 10–14.30 Uhr
- Mobiler Hilfsdienst rund um die Geburt, hauswirtschaftliche Versorgung von jungen Familien
- Nähwerkstatt, Fertigung von verschiedenen Produkten aus recycelten Stoffen und Fahrradschläuchen

Kinder- und Jugendhilfe;
Ambulante Erziehungshilfen für Familien mit Kleinkindern stadtweit;
Frühe Hilfen Region München Mitte;
Kinderkrippe Waltherstraße

Für wen?

Frauen, Kinder, Familien

Porträt

Das Netzwerk Geburt und Familie e.V. wurde 1988 gegründet und bietet ca. 40 Arbeitsplätze im Sozialen Betrieb für benachteiligte Frauen, Mütter, Migrantinnen, die von ALG II leben. Ein Team von Sozialpädagoginnen leistet Ambulante Erziehungshilfen, Frühe Hilfen und betreibt die Kinderkrippe Waltherstraße.

Ziele

- Wiedereingliederung und Integration von benachteiligten, langzeitarbeitslosen Frauen, Müttern und Migrantinnen in den allgemeinen Arbeitsmarkt; Stabilisierung der Arbeitsfähigkeit und Förderung der Gesundheit; Beschäftigung und Qualifizierung
- Begleitung und Unterstützung von Familien mit Kleinkindern
- Förderung der Eltern-Kind-Beziehung
- Verbesserung des Dienstleistungsangebotes für Familien in der Stadt

Team

Hauswirtschafterin, Köchin, Hotelkauffrau, Erzieherin, Kinderpflegerin, Betriebswirtin, Sozialpädagogin, Konditormeisterin, Köchin

So können Sie mitwirken

Bundesfreiwilligendienst, ehrenamtlich, Arbeitsplätze nach § 16 SGB II

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–12 Uhr



MVV

U3/U6 Goetheplatz,
Bus 58 Kapuzinerplatz

Familie Partnerschaft Kinder Schwangerschaft und Geburt

→ pro familia

Staatlich anerkannte Beratungsstelle
für Schwangerschaftsfragen

Blodigstraße 4

80933 München

Fon 314 44 25

Fax 18 92 11 76

muenchen-hasenberg@profamilia.de

www.profamilia.de/muenchen

Angebot

Schwangerenberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Paar- und Familienberatung (bis zum 3. Geburtstag des Kindes)

Für wen?

Frauen, Männer, Jugendliche

Kosten

Spenden erwünscht

Porträt

pro familia wurde 1952 von ÄrztInnen gegründet, zu einer Zeit, als die Methoden der Familienplanung noch nicht allgemein zugänglich waren. Heute ist pro familia der führende Fachverband zu Sexualität, Partnerschaft und Familienplanung. pro familia ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig und berät zu allen Fragen von Partnerschaft und Sexualität, Familienplanung und Schwangerschaft.

Am Münchner Hasenberg gibt es schon seit 1972 eine pro familia-Beratungsstelle. 2011 ist sie in das neue Kulturzentrum an der Blodigstraße umgezogen.

Ziele

Hilfe zur Selbsthilfe und zu selbstbestimmten Entscheidungen in Bezug auf Sexualität, Partnerschaft, Familienplanung und Erziehung

Team

Sozialpädagoginnen mit therapeutischer Ausbildung

So können Sie mitwirken

Vereinsmitgliedschaft (Jahresbeitrag 46 €); Spenden oder stiften (www.stiftung-profamilia-muenchen.de); ehrenamtliche Mitarbeit im Verein.

Öffnungszeiten

Mo 10–13 und 14–18 Uhr

Di 10–15 Uhr, Mi 10–13 Uhr

Do 10–15 Uhr, Fr 11–14 Uhr



MVV

U2 Hasenberg

Weitere Adressen

→ **pro familia**

Partnerschafts- und Sexualberatung,
Familien- und Lebensberatung
Staatlich anerkannte Beratungsstelle
für Schwangerschaftsfragen
Türkenstraße 103
80799 München
Fon 330 08 40
Fax 33 00 84 16
muenchen@profamilia.de
www.profamilia.de/muenchen

↗ S. 99

→ **pro familia**

Beratungsstelle für Eltern, Kinder
und Jugendliche
Staatlich anerkannte Beratungsstelle
für Schwangerschaftsfragen
Bodenseestraße 226
81243 München
Fon 897 67 30
Fax 89 76 73 73
muenchen-neuaubing@profamilia.de
www.profamilia.de/muenchen

↗ S. 111

→ **Beratung für Schwangere und junge Familien**

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
Dachauer Straße 48
80335 München
Fon 559 81-227
Fax 559 81-266
schwangerschaftsberatung@
skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de

Beratung in allen Fragen rund um
Schwangerschaft und Geburt und
bis zum 3. Lebensjahr des Kindes
Beratung zu Kinderwunsch, Pränatal-
diagnostik, Sexualpädagogische
Angebote, Onlineberatung

↗ S. 146

→ **Café 104**

Aufenthaltsrechtliche Beratung und
medizinische Hilfe für Schwangere
mit ungesichertem Aufenthalt
Görresstraße 43
80797 München
Fon 45 20 76 56
Fax 45 20 76 57
cafe104@live.de
www.cafe104.maxverein.de

↗ S. 128

Familie Partnerschaft Kinder Schwangerschaft und Geburt

→ Frauen beraten e.V. München Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

www.frauen-beraten.de

Angebot

- Beratung, Information und Unterstützung
- während der Schwangerschaft und nach der Geburt des Kindes
 - bei Fragen zu gesetzlichen Ansprüchen und finanziellen Hilfen
 - Schwangerschaftskonfliktberatung mit Beratungsbescheinigung nach § 219 StGB
 - nach einem Schwangerschaftsabbruch
 - bei Fragen zu Familienplanung, Verhütung und Sexualität
 - bei Fragen zu Schwangerschaft und Behinderung
 - psychosoziale Beratung vor, während und nach pränataler Diagnostik
 - Vermittlung von finanziellen, sozialen und praktischen Hilfen
 - Schwangeren- und Mutter-Kind-Treff
 - Hebammensprechstunde
 - Stillberatung
 - Sexualpädagogische Beratung
 - Sexualpädagogische Veranstaltungen für Schulklassen, Jugendgruppen und Multiplikatoren/innen
 - Online-Beratung unter www.frauen-beraten.de
 - Beratung mit Dolmetschern möglich

Für wen?

Frauen, Männer, Paare und Familien

Kosten

Keine, Spenden erwünscht

Porträt

Die drei staatlich anerkannten Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen, des Vereins Frauen beraten e.V. erfüllen einen gesetzlichen Auftrag. Der Verein wurde im Frühjahr 2000 gegründet und ist Mitglied im Diakonischen Werk Bayern.

Ziele

Hilfe und Unterstützung der schwangeren Frauen, Paare und Familien in allen, die Schwangerschaft, Geburt und ersten drei Lebensjahre des Kindes betreffenden Fragen und Probleme;
Ergebnisoffene Beratung im Schwangerschaftskonflikt sowie Begleitung im Entscheidungsprozess;
Präventive und bewusstseinsbildende Veranstaltungen in diversen Einrichtungen zu den Themen „Partnerschaft, Sexualität, Schwangerschaft, Verhütung und Familienplanung“; Schulung von Multiplikatorinnen zu diesen Themen.

Team

Dipl. SozialpädagogInnen (FH), SozialarbeiterInnen (FH), Verwaltungsfachfrauen

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft, Spende

Beratungsstelle Stadtmitte

Herzog-Wilhelm-Straße 16
80331 München
Fon 59 99 57-0
Fax 59 99 57-99
muenchen-stadtmitte@frauen-beraten.de

Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 8–12 Uhr
und 13–17 Uhr
Mi 13–19 Uhr
Fr 8–13 Uhr
Beratung nur nach Terminvereinbarung



MVV

S- und U-Bahnen Karlsplatz/Stachus
U-Bahnen Sendlinger Tor

Beratungsstelle Neuperlach

Albert-Schweitzer-Straße 66
81735 München
Fon 67 80 41 04-0
Fax 67 80 41 04-8
muenchen-neuperlach@frauen-beraten.de

Öffnungszeiten

Mo, Do 8.30–12 Uhr
und 13–17 Uhr
Di 8.30–12 Uhr und 13–18 Uhr
Mi 13–17 Uhr, Fr 8.30–13 Uhr
Beratung nur nach Terminvereinbarung



MVV

U5 Quiddestraße

Beratungsstelle Sendling

Lindenschmitstraße 37
81371 München
Fon 74 72 35-0
Fax 74 72 35-8
muenchen-sendling@frauen-beraten.de

Öffnungszeiten

Mo, Di 8–12 und 13–17 Uhr
Mi 13–17 Uhr
Do 8.30–12 Uhr und 13–18 Uhr
Fr 8.30–13 Uhr, Beratung nur nach
Terminvereinbarung



MVV

S7, U6 Harras

Familie Partnerschaft Kinder Schwangerschaft und Geburt

Weiteres rund um die Geburt

Neben den vorgestellten Beratungsangeboten zu Schwangerschaft und Geburt gibt es noch hilfreiche Internetadressen:

→ www.babynews.de

Die Babyseite für München und Umgebung

Auf www.babynews.de finden sich Informationen und Einrichtungen rund um Schwangerschaft und Geburt, es gibt einen Marktplatz für private Kleinanzeigen, die Möglichkeit für Gesuche und Angebote für Tagesmütter, Krabbel- und Spielgruppen, Flohmarkttermine, Erfahrungs- und Geburtsberichte und vieles mehr.

→ www.hebammensuche.de

Die Hebammen-Suchmaschine

Hebammen sind die Fachfrauen für alle Fragen rund um die Geburt, von der Schwangerenvorsorge und Geburtsvorbereitung bis zur Nachsorge im Wochenbett und der Rückbildungsgymnastik sowie bei allen Fragen zum Stillen. Jeder schwangeren Frau steht eine Hebamme zur Vor- und Nachsorge zu, die Kosten übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen. Eine Hebamme oder Hebammenpraxis im Stadtteil kann z.B. über die Internet-Seite www.hebammensuche.de gefunden werden oder beim Bund Deutscher Hebammen erfragt werden.

In München existieren sehr viele Beratungseinrichtungen für Paare und Familien, in jedem Stadtviertel gibt es mindestens ein Angebot

Das Stadtjugendamt erteilt gerne Auskünfte über weitere Beratungsmöglichkeiten, Informationen finden sich auch im Internet unter www.muenchen.de, Suchbegriff „Erziehungsberatung“. Die Einrichtungen haben unterschiedliche Träger, z.B. das Stadtjugendamt der LH München, die beiden großen Kirchen oder die Wohlfahrtsverbände. Alle Einrichtungen bieten Einzelberatung, Familiengespräche, Eltern-, Paar- und Familientherapie durch ausgebildete Fachkräfte. Es besteht die Möglichkeit zu einer psychologischen kinder- und jugendpsychiatrischen Untersuchung und zu Kurzzeittherapien für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und Paare, telefonische Kurzberatung, Beratung und Unterstützung in Krisensituationen, bei Partnerschaftskonflikten sowie in Trennungs- und Scheidungssituationen.

Schulberatung

In den Schulberatungsstellen berät und informiert ein Team aus erfahrenen Lehrkräften, PsychologInnen und Fachleuten aus allen Schulbereichen zu Fragen von Schullaufbahn, Schulschwierigkeiten und Schulwechsel.

Landeshauptstadt München
Referat für Bildung und Sport

→ **Städtische Schul- und Bildungsberatung**

Schwanthalerstraße 40
80336 München
Fon 233-833 00
Fax 233-833 11
bildungsberatung@muenchen.de
www.muenchen.de/bildungsberatung

Landeshauptstadt München
Referat für Bildung und Sport
Pädagogisches Institut

→ **Bildungsberatung International**

Goethestraße 53
80336 München
Fon 233-268 75
Fax 233-251 25
schulberatung-international@muenchen.de
www.muenchen.de/bildungsberatung

Landeshauptstadt München
Referat für Bildung und Sport
Pädagogisches Institut

→ **Zentraler Schulpsychologischer Dienst**

Goethestraße 12
80336 München
Fon 233-665 06
Fax 233-665 09
schulpsychologie@muenchen.de
www.muenchen.de

→ **Staatliche Schulberatungsstelle**

Pündtnerplatz 5
80803 München
Fon 38 38 49-50
Fax 38 38 49-88
info@sbmuenchen.bayern.de
www.schulberatung.bayern.de

Weitere Angebote

→ **PIB – Pädagogisch-psychologische Informations- und Beratungsstelle**

Karlstraße 34
80333 München
Fon 54 88 39 88
info@pib-muenchen.de
www.soziale-beratungsstellen.de

Im PIB finden SchülerInnen, Eltern und LehrerInnen eine kostenlose und überkonfessionelle Beratung bei schulischen, familiären und persönlichen Problemen.

Landeshauptstadt München
Sozialreferat

→ **Ferienangebote/Familienpass**

Meindlstraße 16
81373 München
Fon 233-338 33
ferienangebote.soz@muenchen.de
www.muenchen.de/ferienangebote

Für Kinder und Jugendliche, die in München wohnen, organisiert die Stadt München alljährlich umfangreiche Ferienprogramme, die von Workshops, Spielnachmittagen bis hin zu mehrtägigen Ausflügen, Zeltfreizeiten und Ferienlagern reichen. Es gibt auch immer Angebote speziell für Mädchen wie zum Beispiel Pferdefreizeiten. Damit niemand des Geldes wegen daheim bleiben muss, können Familien mit geringem Einkommen Zuschüsse aus Stiftungsmitteln beantragen.

Eine Übersicht über die Ferienangebote gibt es auf der Website, dort können aktuelle Broschüren, zum Beispiel zum Sommerferienprogramm, auch heruntergeladen werden. Die aktuellen Angebote liegen auch in der Stadt-Information im Rathaus am Marienplatz aus.

→ pro familia

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche, Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen
Bodenseestraße 226
81243 München
Fon 897 67 30
Fax 89 76 73 73
muenchen-neuaubing@profamilia.de
www.profamilia.de/muenchen

Angebot

Erziehungsberatung, Jugendberatung, Partnerschaftsberatung, Beratung bei Trennung und Scheidung, Familienberatung, Beratung zur Familienplanung, Schwangerenberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, familienrechtliche Beratung, ärztliche Beratung

Für wen?

Frauen, Männer, Kinder, Jugendliche

Kosten

Spenden erwünscht

Porträt

pro familia wurde 1952 von ÄrztInnen gegründet, zu einer Zeit, als die Methoden der Familienplanung noch nicht allgemein zugänglich waren. Heute ist pro familia der führende Fachverband zu Sexualität, Partnerschaft und Familienplanung. pro familia ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig und berät zu allen Fragen von Partnerschaft und Sexualität, Familienplanung und Schwangerschaft. Die integrierte Erziehungs- und Schwangerenberatungsstelle in Neuaubing existiert seit 1995.

Ziele

Hilfe zur Selbsthilfe und zu selbstbestimmten Entscheidungen in Bezug auf Sexualität, Partnerschaft, Familienplanung und Erziehung

Team

PsychologInnen und SozialpädagogInnen mit therapeutischer Ausbildung;
Ärztin, Anwältinnen für Familienrecht

So können Sie mitwirken

Vereinsmitgliedschaft (Jahresbeitrag 46€);
Spenden oder stiften (www.stiftung-profamilia-muenchen.de); ehrenamtliche Mitarbeit im Verein.

Öffnungszeiten

9–12 Uhr (außer Mi)
und 14–17 Uhr (außer Fr)



MVV

S5 Neuaubing,
Bus 72/74 Altenburgstraße

→ KinderschutzZentrum München

Träger: Deutscher Kinderschutzbund OV München e.V.

Kapuzinerstraße 9 D

(Innenhof/Aufgang D/2. Stock)

80337 München

Fon 55 53 56

Fax 55 02 95 62

kischuz@dksb-muc.de

www.kinderschutzbund-muenchen.de

Neben Beratung, Therapie und Hilfen für Kinder, Jugendliche und Familien in Belastungs- und Krisensituationen hat das KinderschutzZentrum München mit dem Elterntelefon ein zusätzliches telefonisches Beratungsangebot für Ratsuchende bei Erziehungsfragen.

Porträt

Das Elterntelefon ist ein kostenloses Gesprächs- und Beratungsangebot an Eltern und Erziehende. Es ist leicht erreichbar und garantiert anrufenden Eltern Anonymität und Verschwiegenheit. Ratsuchende finden am Elterntelefon München professionell ausgebildete Beraterinnen und Berater, die für die vielfältigen Fragen, Probleme und Ängste der Anrufenden ein offenes Ohr haben und gemeinsam mit ihnen individuelle Antworten finden. Ziel ist es, den Erziehenden Entlastung, Ermutigung und konkrete Informationen über weitere Hilfen zur Bewältigung schwieriger Situationen im Zusammenleben mit Kindern und Jugendlichen anzubieten. Das Münchner Elterntelefon ist angeschlossen an das bundesweite Netz der Elterntelefone unter dem Dachverband der „Nummer gegen Kummer“. Das KinderschutzZentrum München wird bezuschusst von der Landeshauptstadt München und der Regierung von Oberbayern.

→ Deutscher Kinderschutzbund

Landesverband Bayern e.V.

Goethestraße 17

80336 München

Fon 92 00 89-0

Fax 92 00 89-29

info@kinderschutzbund-bayern.de

www.kinderschutzbund-bayern.de

Tipp

Der Kinderschutzbund Landesverband Bayern bietet die Elternkurse „Starke Eltern – Starke Kinder“ an und unterstützt dabei auch in konfliktgeladenen Situationen den Familienalltag gelassen und souverän zu meistern. Die Kurse werden teilweise muttersprachlich angeboten.

Elterntelefon

0800 111 0 550

Frühe Hilfen für Eltern

Sprechzeiten

Mo, Mi 9–11 Uhr

Di, Do 17–19 Uhr

Landeshauptstadt München
Sozialreferat

→ **Abteilung Beistandschaft,
Vormundschaft, Unterhaltsvorschuss**

Werner-Schlierf-Straße 9
81539 München

Fon 233-675 15

Fax 233-487 49

beistandschaften.soz@muenchen.de

Angebot

Das Sachgebiet Beistandschaft berät und unterstützt allein erziehende Elternteile bei Fragen zur Feststellung der Vaterschaft, der Geltendmachung von Unterhaltsansprüchen minderjähriger Kinder und des betreuenden Elternteils, der ein Kind unter drei Jahren betreut sowie zur Möglichkeit des gemeinsamen Sorgerechts bei nicht miteinander verheirateten Eltern.

Junge Volljährige können bis zum 21.

Geburtstag hinsichtlich ihrer Unterhaltsansprüche nach der Volljährigkeit beraten werden. Für die Vaterschaftsfeststellung und Unterhaltsgeltendmachung für minderjährige Kinder kann eine Beistandschaft beantragt werden. Es besteht außerdem die Möglichkeit, Abstammungsverhältnisse, Unterhaltsansprüche von Kindern bis zum 21. Geburtstag und gemeinsame Sorgeerklärungen kostenfrei zu beurkunden.

Das Sachgebiet Unterhaltsvorschuss, das dezentral in drei Sozialbürgerhäusern (Schwabing-Freimann; Ramersdorf-Perlach; Sendling-Westpark) [↗ S. 93–96](#) vertreten ist, gewährt auf Antrag des allein erziehenden Elternteils Unterhaltsvorschussleistungen an Kinder, die in ihrem Haushalt leben und jünger als zwölf Jahre sind, wenn der unterhaltspflichtige Elternteil keinen oder zu wenig Unterhalt bezahlt. Die Leistungen werden höchstens insgesamt sechs Jahre lang gezahlt, wenn das

Kind unter zwölf Jahre alt ist. Anträge auf Unterhaltsvorschussleistungen werden in jedem Sozialbürgerhaus [↗ S. 93–96](#) ausgegeben und entgegen genommen oder können im Internet unter www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Sozialreferat/Jugendamt/Finanzielle-Hilfen/Unterhaltsvorschuss.html heruntergeladen werden.

Für wen?

Allein erziehende Elternteile

Kosten

Keine

Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Alleinerziehende

→ allfabeta, Kontakt_Netz für allein erziehende Frauen mit Kindern mit Behinderung

Sedanstraße 37
81667 München
Fon 62 28 62 87
allfabeta@siaf.de
www.siaf.de

Angebot

Monatliche offene Treffen in der Gruppe zum Kennenlernen und Austausch mit Kinderbetreuung. Mehrtägige Seminare, Tagesseminare mit kreativen und körper- bzw. entspannungsorientierten Inhalten. Themenabende zu Fragen rund um Behinderung, Betreuung, Recht. Individuelle Beratung und Unterstützung, psychosoziale Beratung, Existenzsicherung, Familien- und Sozialrecht (durch Anwältinnen). Regelmäßige Infobriefe zu spezifischen Themen. Angebot einer Plattform zur Vernetzung. Interessenvertretung allein Erziehender in der Öffentlichkeit.

♀ Für wen?

Allein erziehende Frauen mit Kindern mit Behinderung oder chronischer Krankheit jeden Alters und deren Geschwisterkinder.

Öffnungszeiten

siaf e.V. Geschäftsstelle
Mo 13–16 Uhr
Di 9–12
Mi 9–12 Uhr und 13–15 Uhr

MVV

S-Bahnen Ostbahnhof oder
Rosenheimer Platz, U5 Ostbahnhof

Porträt

allfabeta wurde 2007 als Modellprojekt von allfa_m – Allein erziehende Frauen in München mit Hilfe von Aktion Mensch gestartet. Seit 2011 wird es von der Landeshauptstadt München und durch Spenden gefördert. Das Projekt wurde durch das Sozialwissenschaftliche Institut München wissenschaftlich begleitet und ist derzeit bundesweit die einzige Fachstelle für allein erziehende Mütter mit Kindern mit Behinderung. Das Projekt hat bereits zahlreiche Preise erhalten. allfabeta befindet sich unter dem Dach des Vereines siaf e.V.

Ziele

Allein erziehende Frauen mit Kindern mit Behinderung oder chronischer Krankheit befinden sich in einer Lebenssituation mit besonderen Herausforderungen. Sie ist geprägt von Alleinverantwortlichkeit, permanenter Mehrfachbelastung und drohender Isolation. allfabeta bietet den Frauen Anbindung und eine Plattform für gegenseitige Vernetzung.

→ **alfa_m** **Allein erziehende Frauen in München**

Sedanstraße 37
81667 München
Fon 45 80 25-0
Fax 45 80 25-13
info@siaf.de
www.siaf.de

Angebot

- Beratung zu Themen und Problemen des Alleinerziehens, Trennung und Scheidung, Umgangsregelung, Konfliktlösung durch Mediation, Erstberatung in Familienrecht durch Fachanwältin, Existenzsicherung und Arbeitslosigkeit, Beruf und Kind, Wiedereinstieg in das Berufsleben
- Thematische Gesprächs- und Gruppenangebote, offener Treffpunkt mit Kontakt- und Austauschmöglichkeit, Entspannungs- und Freizeitangebote
- Veranstaltung mit Kinderbetreuung, Kinderangebote

♀ Für wen?

Allein erziehende Frauen und deren Kinder, Frauen in Trennungssituationen und allein-stehende Schwangere aller Nationen

Porträt

alfa_m wurde 1985 unter dem Namen „Stadtteilinitiative für alleinerziehende Frauen in Haidhausen e.V.“ als Selbsthilfegruppe gegründet. Anlass waren Erfahrungen von Mehrfachbelastung, Ämterabhängigkeit, finanzielle Not und Ausgrenzung. Zunächst waren Verein und Initiative identisch. Die Erweiterung durch weitere Einrichtungen machte eine Namensänderung notwendig. 2001 wurde die „Stadtteilinitiative“ umbenannt. alfa_m befindet sich unter dem Dach des Trägervereins siaf e.V.

Ziele

Verbesserung der Lebenslage allein erziehender Frauen und ihrer Kinder, Stärkung der Selbstkompetenz, Förderung sozialer Netzwerke für Frauen und Kinder, Hilfe bei der Entwicklung von Perspektiven und Wegen aus Armut, Interessenvertretung allein Erziehender in der Öffentlichkeit.

Öffnungszeiten

siaf e.V. Geschäftsstelle
Mo 13–16 Uhr
Di 9–12
Mi 9–12 Uhr und 13–15 Uhr

MVV

S-Bahnen Ostbahnhof oder
Rosenheimer Platz, U5 Ostbahnhof

Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Alleinerziehende

→ Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Männer

Landwehrstraße 15/Rgb.

80336 München

Fon 538 86 86-15/ -16

Fax 538 86 86 -11

alleinerziehende.muenchen@elkb.de

www.alleinerziehend-evangelisch.de

Angebot

- Erstberatung/Clearingberatung
- offener Treff
- themenbezogene Tages- und Wochenendveranstaltungen
- Freizeitangebote
- „Mein Papa kommt“: Vermittlung von kostenlosen Übernachtungszimmern (Frauen und Männer)
- Spielraum: Raum für Kinds Umgang (WE-Väter, Umgangsbegleitung)
- Alleinerziehendentreffs in Kirchengemeinden
- ökum. Gottesdienst für getrennt Lebende
- Spielraum: Raumangebot für Eltern und Kinder

Für wen?

Für von Trennung betroffene Frauen und Männer mit ihren Kindern

Kosten

Teilnahmekosten bei Veranstaltungen

Porträt

Die Evangelische Fachstelle für allein erziehende Frauen und Männer ist eine Einrichtung der Evangelischen Kirche München. Sie hat die Aufgabe, allein Erziehende und ihre Familien durch Veranstaltungen, Beratung und politischer Interessenarbeit zu unterstützen.

Ziele

- ressourcenorientierte Begleitung und Unterstützung von Alleinerziehenden
- Interessenvertretung allein Erziehender in Kirche und Gesellschaft

Team

Diakonin, Dipl. Religionspädagogin
(Mediator/Systemischer Berater)

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit möglich bei Treffpunktarbeit in der Fachstelle und den Kirchengemeinden

Öffnungszeiten

Mo–Fr 10–14 Uhr

oder nach Absprache



MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof,
Karlsplatz und Sendlinger Tor

→ Alleinerziehende Frauen und Männer

Erzbischöfliches Ordinariat München
Rochusstraße 5
80333 München
Fon 21 37-12 36
Fax 21 37-27 12 36
info@alleinerziehende-programm.de
www.alleinerziehende-programm.de

Angebot

Gesprächsgruppen und Seminare, thematische Tage und Wochenenden, Beratung, Ferienfreizeiten für Eltern und Kinder

Für wen?

Alleinerziehende Frauen und Männer, ledig, getrennt, geschieden, verwitwet mit ihren Kindern

Kosten

Bitte erfragen

Programm

Erscheint halbjährlich und wird auf Anfrage zugesandt; ausgelegt in allgemeinen Beratungsstellen und in Einrichtungen der Caritas sowie in Pfarreien

Porträt

Beide Stellen bieten unter dem Dach der katholischen Kirche Angebote für Alleinerziehende unabhängig von deren Konfession oder Religionszugehörigkeit

Begegnungsstätte

Haus Dorothee
St.-Michael-Straße 88
81671 München
Fon 66 87 08
Fax 74 79 38 81

Ziele

Alleinerziehende in ihrer besonderen Lebensphase nach Trennung und Scheidung und ihrer Familienform zu unterstützen, zu stärken und zu vernetzen

Team

Vier hauptamtlich Beschäftigte
Fachreferentin, Sekretärin, Leiterin der Begegnungsstätte, Erzieherin

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit: als Treffpunkt-leiterin

MVV

U2 Josephsburg,
U5 Michaeliabad



Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Alleinerziehende

→ Mütterlobby e.V.

Stresemannstraße 21
10963 Berlin

bundesweite Informationen:

Fon 030-917 050-03

Fax 030-917 050 -04

Region Bayern:

Fon 0177- 973 79 64

bayern@muetterlobby.de

www.muetterlobby.de

Angebot

Die Mütterlobby vernetzt Mütter, die sich in schwierigen familienrechtlichen Konflikten befinden, über das Internet und in regionalen Selbsthilfegruppen. Der persönliche Austausch gibt den Müttern die Möglichkeit, sich gegenseitig zu stärken und sich zu informieren.

♀ Für wen?

Der Verein richtet sich an allein erziehende Mütter, die mit problembehafteten Umgangs- und Sorgerechtsverfahren belastet sind oder waren, sowie an Mütter und Schwangere, die sich bereits vor der Trennung informieren wollen.

Kosten

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 36 € pro Jahr bzw. ermäßigt 12 € pro Jahr.

Porträt

Seit Einführung des aktuellen Kindschaftsrechts 1998 empfinden immer mehr Mütter in gerichtlichen Sorgerechtsverfahren, dass ihre Rechte und die ihrer Kinder nicht gewahrt sind. Die Mütterlobby sieht das zur Zeit von den Fachgerichten häufig praktizierte Prinzip „aktive Vaterschaft um jeden Preis“ kritisch.

Ziele

Mütterlobby e.V. setzt sich dafür ein, die gesellschaftliche, rechtliche und finanzielle Position von Müttern i.S. des Artikel 6 Absatz 4 Grundgesetz zu verbessern und Müttern auch mit Kindern ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.

Team

Mütterlobby e.V. ist bundesweit ein ehrenamtliches Team von betroffenen Müttern und Großmüttern.

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft, Vereinsarbeit (Austausch mit Müttern, regelmäßige Treffen, Öffentlichkeitsarbeit) tatkräftig unterstützen!

→ VAMV OV München

Verband allein erziehender
Mütter und Väter
Silberhornstraße 6
81539 München
Fon 692 70 60
Fax 69 37 29 26
info@vamv-muenchen.de
www.vamv-muenchen.de

Angebot

Der VAMV berät und informiert allein Erziehende bei Trennung und Scheidung, Alltagsbewältigung, Erziehungsfragen, staatlichen Hilfen und familienrechtlichen Fragen. Er bietet Gruppen, Treffs, Seminare, Freizeitveranstaltungen und Kontaktmöglichkeiten für Alleinerziehende. Diverse Broschüren und Veranstaltungsprogramm können angefordert werden.

Für wen?

Allein erziehende Mütter und Väter, Patchworkfamilien, schwangere Frauen, die allein erziehend werden

Kosten

geringe Gebühren für Veranstaltungen
Beratung auf Spendenbasis

Porträt

Der VAMV OV München ist Beratungsstelle und Treffpunkt für Alleinerziehende. Er ist aus einer Selbsthilfe entstanden (1976) und das ist nach wie vor einer der Leitgedanken. Neben den Beratungs- und Gruppenangeboten bietet er ein breites Netzwerk für Alleinerziehende an Kontakten und Informationen. In der Öffentlichkeit machen wir auf die Bedingungen und Besonderheiten von allein erziehenden Familien aufmerksam.

Ziele

Im Mittelpunkt stehen die Abschaffung der gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Benachteiligung der Einelternfamilie und die Stärkung der Eigenkompetenz. Er setzt sich für eine gerechte Familienpolitik ein.

Team

Drei Sozialpädagoginnen
eine Verwaltungsfachkraft
Honorarkräfte, Ehrenamtliche

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft für allein Erziehende
48 € Jahresbeitrag, ehrenamtliche
Mitarbeit

Öffnungszeiten

Mo, Di, Fr 9–12 Uhr
Mi 9–11 Uhr
Mo, Di, Mi, Do 14–16 Uhr



MVV

U2, Bus 58, Tram 15/25
Silberhornstraße

Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Alleinerziehende

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **IBPro Zentrum Beruf & Familie**

Rosenheimer Straße 139
81671 München
Träger: IBPro e.V.
Fon 24 20 37 41
Fax 24 20 37 43
ibz-ost@ibpro.de
www.zentrum-beruf-familie.de

↗ S. 54

→ **Betreuter Umgang Verein für Fraueninteressen e.V.**

Rumfordstraße 23
80469 München
Fon 22 80 01 40
Fax 22 80 76 91
betreuterumgang@fraueninteressen.de
www.fraueninteressen.de

↗ S. 169

→ LeTRa – Lesbenberatungsstelle

Lesbentelefon e.V.
Blumenstraße 29
80331 München
Fon 725 42 72
Fax 725 42 72
letra@arcor.de
www.letra.de

Angebot

Telefonische Beratung und Information, Paar- und Einzelberatungen, Coming-out-Gruppen; Informationen/Beratungen zum Thema Kinderwunsch für Lesben und Regenbogenfamilien; Flüchtlingsberatung; Angebote für Eltern und Angehörige lesbischer Frauen; Fortbildungen für Institutionen und deren MitarbeiterInnen

Für wen?

Lesben, Bi und Transgender; bzw. Frauen und Mädchen im Coming-out, Eltern und Angehörige von Lesben und Transgender

Kosten

Beratungen sind kostenlos, Spenden erwünscht

Porträt

Die Lesbenberatungsstelle LeTRa wurde 1995 von zehn ehrenamtlichen Mitfrauen des Lesbentelefon e.V. gegründet. LeTRa ist mittlerweile mit sechs Teilzeit-Mitarbeiterinnen bayernweit die einzige städtisch geförderte Lesbenberatungsstelle.

Ziele

Durch Information, Beratung und Öffentlichkeitsarbeit will die Lesbenberatungsstelle die rechtliche, soziale und persönliche Gleichstellung von Lesben fördern, zu einem positiven Selbstbild und Selbstverständnis von Lesben, bisexuellen Frauen und Transgender beitragen sowie eine gewaltfreie und vorurteilsfreie Stadtgesellschaft fördern.

Team

Vier hauptamtliche Dipl.-Sozialpädagoginnen (Zusatzqualifikationen Traumafachberaterinnen (2) und systemische Einzel-, Paar- und Familientherapeutinnen (3))

So können Sie mitwirken

Z.B. Vereinsbeiträge, passive/aktive Mitfrauen; Jahresbeitrag ab 50 €, ermäßigt 30 €; Spenden, ehrenamtliche Mitarbeit etc.

Telefonzeiten

Mo, Mi 14.30–17 Uhr,
Di 10.30–13 Uhr



MVV

U-Bahn Sendlinger Tor, Frauenhoferstraße

Weitere Adressen

In diesem Zusammenhang verweisen wir auf das Lesbenhandbuch „Lesbisch l(i)eben in München“, herausgegeben von der LH München, herunterzuladen unter www.muenchen.de/koordinierungsstelle Stichwort „Veröffentlichungen“.

Landeshauptstadt München

→ **Koordinierungsstelle für
gleichgeschlechtliche
Lebensweisen**

Angertorstraße 7 (Eingang Müllerstraße)

80469 München

Fon 23 00 09 57

Fon 23 00 09 42

Fax 23 00 19 82

kgl.dir@muenchen.de

www.muenchen.de/koordinierungsstelle

↗ S. 233

IN VIA Migration

→ IN VIA Jugendmigrationsdienst

Goethestraße 12/III

80336 München

Fon 548 88 95-0

www.invia-muenchen.de/migration

Angebot

Beratung zu Fragen der jungen Menschen z.B. in den Bereichen Schule, Beruf, Familie, Soziales usw. durch MitarbeiterInnen des Jugendmigrationsdienstes. Breit gefächertes Programmangebot in den Bereichen Lernen, Kultur und Freizeit über IN VIA Connect. Deutschförderung und Lernhilfen in den Hauptfächern durch LernConnection.

Für wen?

Junge Menschen mit Migrationshintergrund im Alter vom 12. bis zum vollendeten 27. Lebensjahr

Kosten

Keine

Porträt

Der IN VIA Jugendmigrationsdienst ist in München sowie Erding und Freising (mit den Landkreisen) aktiv, IN VIA Connect und LernConnection bieten ihre Angebote in München an.

Ziele

Unterstützung der Integration, Herstellung von Chancengleichheit und Förderung der gesellschaftlichen Teilhabe im Zuwanderungsland.

Team

Insgesamt sieben hauptamtliche MitarbeiterInnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit in allen Bereichen ist willkommen.

Öffnungszeiten

9–13 Uhr, Termine nach Vereinbarung

MVV

U- und S-Bahnen, Tram und Bus
Hauptbahnhof

Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Jugendliche

→ MFM-Projekt

(Mädchen Frauen Meine Tage)

Projektzentrale:

Rotwandstraße 14

82178 Puchheim

Fon [89 02 61 68](tel:89026168)

Fax 89 02 61 69

info@mfm-projekt.de

www.mfm-projekt.de

Angebot

Das MFM-Programm bietet einen innovativen, altersgerechten und liebevollen Aufklärungsworkshop für junge Mädchen am Beginn der Pubertät: „Die Zyklusshow – dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur“ mit dem Ziel, die Mädchen positiv auf ihre körperlichen Veränderungen in der Pubertät und ihr Zyklusgeschehen vorzubereiten.

Parallel dazu gibt es einen Workshop für Jungen: „Agenten auf dem Weg“, ausschließlich von männlichen Referenten durchgeführt, der die Jungen wertschätzend und aktionsreich auf ihr kommendes Mann-sein vorbereitet.

Im Vorfeld wird ein Elternvortrag zu den Inhalten des MFM-Programms unter dem Leitgedanken: „Nur was ich schätze, kann ich schützen!“ angeboten.

Für wen?

Mädchen und Jungen im Alter von 10 bis 12 Jahre (Hauptzielgruppe: 5. und 6. Klasse) und deren Eltern

Kosten

Ein Workshop während des Schulunterrichts (8–13 Uhr) mit einer Teilnehmerzahl von bis zu 16 Mädchen/Jungen kostet derzeit 210 €, ein Elternabend 85 €.

Ein ganztägiger Workshop (samstags oder in den Ferien 10–16 Uhr) kostet 265 €.

Porträt

Das MFM-Programm ist ein sexualpädagogisches Präventionsprogramm, das von der Ärztin Dr. Elisabeth Raith-Paula 1999 in der Erzdiözese München-Freising in Kooperation mit der Bayerischen Aids-Stiftung ins Leben gerufen und bereits mehrfach ausgezeichnet wurde.

Ziele

Die Wertschätzung des eigenen Körpers ist die Grundvoraussetzung für einen verantwortungsvollen Umgang mit Gesundheit, Fruchtbarkeit und Sexualität.

Ziel ist es, Menschen in allen Lebensphasen dabei zu unterstützen, einen positiven Bezug zu ihrem Körper zu bekommen.

Team

500 ReferentInnen (ÄrztInnen, DiplomsozialpädagogInnen, PädagogInnen, Hebammen u.ä.), die nach einem standardisierten Konzept ausgebildet wurden.

So können Sie mitwirken

Organisation vor Ort:

MFM-Zentrale München

Claudia Wiesner, Ärztin

Adam-Berg Straße 115a

81735 München

Fon [41 11 82 06](tel:41118206)

Fax 41 11 82 07

mfm@muenchen-mail.de

www.mfm-deutschland.de

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **amanda – Projekt für Mädchen und junge Frauen**

Gmunder Straße 7

81379 München

Fon 725 51 12

Fax 76 27 76

info@amanda-muenchen.de

www.amanda-muenchen.de

↗ S. 190

→ **Flexible Hilfen für Mädchen und junge Frauen**

IMMA e.V.

Geyerstraße 32

80469 München

Fon 514 69 75 10

Fax 514 69 75 29

beratungsstelle@imma.de

www.imma.de

↗ S. 193

→ **IB Jugendhilfe und Migration Mädchenschutzstelle**

Fon 43 90 84 13

Fax 43 90 84 18

[sst-muenchen@internationaler-bund.de](mailto:ssst-muenchen@internationaler-bund.de)

www.internationaler-bund.de

↗ S. 194

→ **pro familia**

Sexualpädagogik-München

Rupprechtstr. 29

80636 München

Fon 316 27 00

Fax 316 33 59

muenchen-neuhausen@profamilia.de

www.profamilia.de

pro familia Sexualpädagogik bietet Beratung und sexualpädagogische Veranstaltungen zur psychosexuellen Entwicklung und sexuellen Sozialisation von Mädchen und Jungen in verschiedenen Altersstufen an. Themen sind: Körper- und Sexualaufklärung, Sexualität und Gesellschaft, Umgang mit Sexualität in der Familie, Peergroup und Schule, Neue Medien, Sexualität und Sprache, Sex und Gender, Partnerschaft und Sexualität, sexuelle Belästigung und sexuelle Gewalt.

Telefonzeiten

Di–Fr von 10–14 Uhr

telefonische Jugendberatung:

montags 15–17 Uhr

Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Menschen im Alter

Landeshauptstadt München, Sozialreferat, Fachstelle häusliche Versorgung

In allen Sozialbürgerhäusern der Stadt München gibt es mit den „Fachstellen häusliche Versorgung“ Anlauf- und Servicestellen für Erwachsene, die sich in ihrer häuslichen Umgebung nicht (mehr) selbst versorgen können und/oder pflegebedürftig sind. Die MitarbeiterIn dieser Fachstellen berät, informiert und unterstützt im Rahmen der Hilfe- bzw. Pflegebedürftigkeit, bei vielen Fragen zur häuslichen Versorgung, bei der Vermittlung von Hilfen im Haushalt, bei der Auswahl von Anbietern von Hausnotrufanlagen, ambulanten Pflegediensten und vielem mehr. Die Fachstelle häusliche Versorgung ist im Sozialbürgerhaus im jeweiligen Stadtviertel über die zentrale Telefonnummer der Infothek zu erreichen. [↗ S. 93–96](#)
Zudem gibt es eine Reihe von weiteren Einrichtungen der freien Träger und Kirchen mit erfahrenen MitarbeiterInnen. Nachfolgend eine Auswahl:

→ **Hilfe im Alter –
gemeinnützige GmbH
der Inneren Mission München**
Magdalenenstraße 7
80638 München
[Fon 15 91 35-20](tel:15913520), [15 91 35-21](tel:15913521)
Fax 15 91 35-12
altenberatung@im-muenchen.de
www.im-muenchen.de/altenhilfe

→ **Beratungsstelle für pflegende
Angehörige und ältere Menschen**
Arbeiterwohlfahrt
Gravelottestraße 16
81667 München
[Fon 666 16 33-12](tel:666163312)
Fax 666 16 33-20
beratungsstelle@awo-muenchen.de
www.awo-muenchen.de

→ **Beratungsstelle für
ältere Menschen**
DPWV
Winzererstraße 47
80797 München
[Fon 242 07 78 - 208](tel:2420778208)
Fax 242 07 78-158
beratungsstelle@paritaet-bayern.de
www.oberbayern.paritaet-bayern.de

→ **Münchner Pflegebörse**
Trägerverein für regionale
soziale Arbeit e.V.
Bayerstraße 77 a/Rgb.
80335 München
[Fon 62 00 02 22](tel:62000222)
Fax 62 00 02 23
info@muenchnerpflegeboerse.de
www.muenchnerpflegeboerse.de

Bei der Münchner Pflegebörse laufen die Informationen über die unterschiedlichen Einrichtungen zusammen. Hier gibt es Auskunft über freie Pflegeplätze in der Stadt und im Landkreis München.

Verein für Fraueninteressen e.V.
→ **Seniorenbörse**
Rumfordstraße 25
80469 München
[Fon 29 16 24 77](tel:29162477)
Fax 29 16 24 78
info@muenchner-seniorenboerse.de
www.muenchner-seniorenboerse.de

Die Seniorenbörse ist eine Informations- und Beratungsstelle, sie bietet Kurse und Arbeitskreise für aktive SeniorInnen ab 55 an.

[↗ S. 300](#)

→ AÇILIM – Präventive Arbeit mit Migrantenfamilien

Orleansstraße 13
81671 München
Träger: AKA – Aktiv für interkulturellen Austausch e.V.
Fon 44 11 97 80
Fax 44 11 97 81
acilim@aka-muenchen.de
www.acilim.de

Angebot

Internationale Mutter-Kind Spiel- und Lerngruppen

♀ Für wen?

Hauptsächlich Mütter mit Migrationshintergrund und ihre kleinen Kindern im Alter von 1/2–4 Jahren. Auch deutsche Mütter und ihre Kinder sind willkommen.

Kosten

12 € pro Monat (ermäßigt 4 € pro Monat)

Porträt

AÇILIM hat in München bezüglich des Zugangs zu „schwer erreichbaren“ türkischstämmigen MigrantInnen Pionierarbeit geleistet. Das Projekt hat als Wegbereiter eine offene, aufrichtige und selbstkritisch konfrontative Diskussion zu Themen der Erziehung, Schule und Bildung, aber auch der Integration und Teilhabe innerhalb dieser Gruppe angestoßen und geführt. Eine positive Auseinandersetzung für ein gelingendes Miteinander wurde stets gesucht.

Ziele

- Durch aktives Mitwirken von Mutter und Kind (Vorbild), lernt das Kind manuelle Fähigkeiten sowie Feinmotorik, stärkt die Sprachkompetenz (sowohl im Deutschen als auch in der Muttersprache) sowie die kognitive Kompetenz.
- Die Mutter erfährt eine Stärkung der Erziehungskompetenz sowie einen Austausch mit anderen Müttern und viele Anregungen, um den Alltag mit einem oder mehreren kleinen Kindern gut zu bewältigen

Team

Erzieherin, Projektleitung

Öffnungszeiten

Mo–Do 10–13 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Ostbahnhof,
Bus 55 Orleansstraße

Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ Café 104

Aufenthaltsrechtliche Beratung
und medizinische Hilfe für
Schwangere ohne Papiere
Dachauer Straße 161
80636 München
Fon 45 20 76 56
Fax 45 20 76 57
cafe104@live.de
www.cafe104.de

Angebot

- Aufenthaltsrechtliche Beratung
- Hilfe bei dem Versuch in ein legales Leben zurückzukehren
- Sozial-Beratung in wichtigen Lebensfragen
- Medizinische und aufenthaltsrechtliche Begleitung in der Schwangerschaft
- Vermittlung an weitere Netzwerke
- Auf Wunsch Hilfe, in die Heimat zurückzukehren

Für wen?

Für Menschen mit ungesichertem Status und ohne Krankenversicherung.

Kosten

Café 104 arbeitet anonym und kostenlos.

Ziele

Mehr Rechte und gesundheitliche Grundversorgung für Illegalisierte

Team

Aktuell: Ethnologinnen, Germanistin, Politologin und Studentin mit dem Fach Vergleichende Religionswissenschaften

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit, wichtig ist mindestens eine Fremdsprache

Porträt

Café 104 kümmert sich um die psychosozialen und aufenthaltsrelevanten Belange der Klientinnen und Klienten, während der Kooperationspartner Ärzte der Welt/open.med die medizinische Betreuung in den gemeinsamen Sprechstunden übernommen hat.

Café 104 begleitet bei Behördengängen, stellt Anträge auf Duldung oder Aufenthalt aus humanitären Gründen, sucht nach Unterbringungsmöglichkeiten und lässt psychiatrische Gutachten erstellen, wenn das für einen Antrag nötig wird. Im Gespräch mit den Behörden werden Möglichkeiten aufgespürt, Wege zurück in die Legalität zu finden. Schwangere werden medizinisch und aufenthaltsrechtlich bis zur Geburt ihres Kindes begleitet. Auf Wunsch werden Kontakte zu auf Ausländerrecht spezialisierten Rechtsanwältinnen hergestellt.

Öffnungszeiten

Di 17–20 Uhr
Fr 10–13 Uhr



MVV

Tram 20/21/22
Hochschule München (Lothstraße)

→ Caritaszentrum Landwehrstraße

Landwehrstraße 26
80336 München
Fon 23 11 49-20
Fax 23 11 29-28
czminnenstadt@caritasmuenchen.de
www.czm-innenstadt.de

Angebot

Psychologische Beratung bei Fragen der Erziehung, Schule und Entwicklung des Kindes, bei Partnerproblemen, bei Krisen und psychischen Belastungen.

Für wen?

Frauen, Männer, Kinder, Jugendliche, Familien
Unsere Sprachen sind: bosnisch, griechisch, italienisch, kroatisch, portugiesisch, russisch, serbisch, spanisch, türkisch

Porträt

Der verstärkte Nachzug von Frauen führte 1977 zur Gründung dieser Stelle, um neben der psychosozialen Beratung auch therapeutische Hilfsangebote zur Verfügung zu stellen.

Team

Fünf hauptamtliche Beschäftigte,
Psychologische Psychotherapeutin,
Diplom-Sozialpädagoginnen mit
entsprechenden Zusatzausbildungen,
Verwaltungsmitarbeiterin

Telefonzeiten

bosnisch, kroatisch, serbisch:
Mo–Fr 13–14 Uhr
griechisch: Mo–Do 13–14 Uhr
italienisch: Di–Do 13–14 Uhr
spanisch, portugiesisch: Di 13–14 Uhr
türkisch: Mo–Do 13–14 Uhr
russisch: Mo–Fr 13–14 Uhr



offene Sprechstunde

Mo–Fr 12–13 Uhr

MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof
oder Karlsplatz/Stachus

Familie Partnerschaft Kinder Spezielle Angebote für Menschen mit Migrations- hintergrund

→ Rechtshilfe für Ausländerinnen und Ausländer München e.V.

EineWeltHaus
Schwanthalerstraße 80
80336 München
Fon 85 63 75-21
Fax 85 63 75-22
rechtshilfe@einewelthaus.de
www.rechtshilfe-muenchen.de

Angebot

Der Verein ist eine Einrichtung zur sozialen und rechtlichen Betreuung von ausländischen MitbürgerInnen, die notleidend sind, politisch oder religiös verfolgt werden, oder die wegen ihrer Eigenschaft als AusländerInnen in der Bundesrepublik Deutschland benachteiligt werden. Er bietet Beratung in allen Streitfragen, die im Zusammenhang mit dem Status als AusländerIn stehen, z.B. dem Ausländer- und Asylrecht. Geboten werden auch Seminare zum Ausländer- und Asylrecht.

Für wen?

EinwanderInnen, Flüchtlinge (Frauen, Männer, Jugendliche)

Kosten

Pro Beratung 2,50€

Porträt

Aus der Erfahrung mit der Arbeit im Ausländerzentrum ergab sich die Notwendigkeit, eine juristische Beratungsstelle einzurichten. Die Beratungsstelle wurde 1982 gegründet und ist unabhängig.

Ziele

EinwanderInnen und Flüchtlinge unterstützen, die in rechtliche Schwierigkeiten geraten sind

So können Sie mitwirken

Beitritt, Beitragshöhe jährlich: mindestens 30€; ehrenamtliche Mitarbeit möglich

Öffnungszeiten

Mo-Do 10-17 Uhr

Fr 10-15 Uhr

Rechtsberatung

Di 18-20 Uhr,

persönliche Anmeldung 17.30 Uhr



MVV

U4/U5 Theresienwiese

→ IN VIA Migration – KOFIZA

Goethestraße 12/III
80336 München
Fon 548 88 95-0
www.invia-muenchen.de/migration

Angebot

Individuelle Beratung und Information zu persönlichen, beruflichen, allgemein rechtlichen und familiären Fragen sowie in Krisensituationen, Vermittlung in Integrationskurse, Begleitung zu Behörden, zahlreiche Gruppenangebote

Für wen?

IN VIA KOFIZA unterstützt zugewanderte Frauen ab 18 Jahren und ihre Familien, die neu nach Deutschland gekommen sind oder bereits länger hier leben, vorwiegend aus Afrika, Asien und Lateinamerika.

Kosten

Keine

Porträt

IN VIA KOFIZA wurde 1989 gegründet und bietet Beratung und Begleitung sowie Informationen für zugewanderte Frauen und ihre Familien an.

Ziele

IN VIA KOFIZA will die Selbständigkeit und das eigene, aktive Handeln der Migrantinnen im Sinne des Empowerment-Prinzips fördern.

Team

Vier hauptamtliche Mitarbeiterinnen mit eigener Migrationserfahrung

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit ist willkommen

Öffnungszeiten

9–13 Uhr,
Termine nach Vereinbarung

MVV

U- und S-Bahnen, Tram und Bus
Hauptbahnhof

Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ Psychologischer Dienst für Ausländer

Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.

Landwehrstraße 26/V

80336 München

Fon [23 11 49 50](tel:23114950)

Fax 23 11 49 59

pda@caritasmuenchen.de

www.caritasmuenchen.de

Angebot

Psychologische Beratung bei Fragen der Erziehung, Schule und Entwicklung des Kindes, bei Partnerproblemen, bei Krisen und psychischen Belastungen

Für wen?

Frauen, Männer, Kinder, Jugendliche, Familien

Unsere Sprachen sind bosnisch, griechisch, italienisch, kroatisch, portugiesisch, russisch, serbisch, spanisch, türkisch.

Kosten

Keine, Spenden erwünscht

Porträt

Der verstärkte Nachzug von Frauen führte 1977 zur Gründung dieser Stelle, um neben der psychosozialen Beratung auch therapeutische Hilfsangebote zur Verfügung zu stellen.

Ziele

Mit Kenntnissen der Sprache und des soziokulturellen Hintergrunds soll ausländischen Familien und Einzelpersonen – ebenso wie Deutschen – Hilfe und psychologische Beratung ermöglicht werden.

Team

Sieben hauptamtlich Beschäftigte
Dipl.-PsychologInnen, Dipl.-SozialpädagogInnen, Verwaltungskraft

Telefondienst nach Herkunft

Griechenland: [Fon 23 11 59 52](tel:23115952)

Italien: [Fon 23 11 59 51](tel:23115951)

Türkei: [Fon 23 11 49 53](tel:23114953)

Bosnien, Herzegowina, Kroatien,

Mazedonien, Slowenien: [Fon 23 11 49 54](tel:23114954)

Spanien, Portugal und Lateinamerika:

[Fon 23 11 49 55](tel:23114955)

Telefonzeiten

Mo–Fr 13–14 Uhr

MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof,

Karlsplatz-Stachus,

U-Bahnen Sendlinger Tor

Weitere Beratungsdienste für Migrantinnen und Migranten

Neben den vorgestellten Angeboten gibt es noch viele weitere Einrichtungen, die Partnerschafts- und Familienberatung leisten. Nachfolgend eine Auswahl:

→ **Psychologischer Dienst für MigrantInnen**

Arbeiterwohlfahrt (AWO)
Internationales Beratungszentrum
Goethestraße 53/III
80336 München
Fon 54 42 47-53 (türkisch)
Fon 54 42 47-62 (bosnisch,
kroatisch, serbisch)
Fax 54 42 47 44
psych.migration@awo-muenchen.de
www.awo-muenchen.de/migration

→ **Sozialdienst für MigrantInnen aus ehem. Jugoslawien/Türkei/Tunesien/Marokko**

Arbeiterwohlfahrt (AWO)
Internationales Beratungszentrum
Goethestraße 53
80336 München
Fon 54 42 47 65
Fax 54 42 47 44
sozialdienst.migration@awo-muenchen.de
www.awo-muenchen.de/migration

→ **Jugendmigrationsdienst**

Arbeiterwohlfahrt (AWO)
Internationales Beratungszentrum
Goethestraße 53
80336 München
Fon 54 42 47 36
Fax 54 42 47 27
jugendhilfe.migration@awo-muenchen.de
www.awo-muenchen.de/migration

→ **Stadtteil Sozialdienst für Migration**

Innere Mission München
Schleißheimer Straße 273
80809 München
Fon 35 53 95
Fax 35 02 98 33

→ **Psychosozialer Beratungsdienst**

Arbeiterwohlfahrt (AWO)
Georgenschwaigstraße 27
80807 München
Fon 35 65 15 03
Fax 35 65 17 49

→ **Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)**

BRK-Kreisverband München
Internationales Beratungszentrum
Goethestraße 53, Zi. 102
80336 München
Fon 53 73 42
Fax 543 88 76
ibz@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

Familie Partnerschaft Kinder Spezielle Angebote für Menschen mit Migrations- hintergrund

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **InitiativGruppe – Interkulturelle Begegnung und Bildung e.V.**

Karlstraße 48–50
80333 München
Fon 54 46 71-0
Fax 54 46 71-36
ig@initiativgruppe.de
www.initiativgruppe.de

↗ S. 76

→ **Verband binationaler Familien und Partnerschaften – iaf e.V.**

Goethestraße 53
80336 München
Fon 53 14 14
Fax 53 27 96
iafmuenchen@t-online.de
www.verband-binationaler.de

↗ S. 91

→ **Fraueninitiative Milbertshofen e.V. (FIM e.V.)**

Alter St.-Georgs Platz 4
80809 München
Fon 354 37 57
Fax 354 46 40
fim@verein-stadtteilarbeit.de
www.verein-stadtteilarbeit.de

↗ S. 311

IN VIA Migration
→ **IN VIA Jugendmigrationsdienst**
Goethestraße 12/III
80336 München
Fon 548 88 95-0
www.invia-muenchen.de/migration

↗ S. 123

→ Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e.V.

Stadt und Landkreis München
St.-Quirin-Straße 13a
81549 München
Fon 693 47-0
Fax 693 47-160
info@lebenshilfe-muenchen.de
www.lebenshilfe-muenchen.de

Angebot

Verschiedene soziale Dienstleistungen in über 25 Einrichtungen: Beratung für Eltern, Angehörige und gesetzliche BetreuerInnen, Frühförderung, Schulvorbereitung, Heilpädagogische Tagesstätten, Familienentlastung durch Betreuungs- und Pflegehilfen, Arbeit in Werkstätten; Wohnen in Wohnheimen, Wohngruppen sowie gestütztes Wohnen und Lebensbegleitung; pädagogische Unterstützung bei Freizeit- und Bildungsaktivitäten.

Für wen?

Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit geistiger Behinderung und deren Angehörige

Kosten

Werden in der Regel vom Kostenträger übernommen

Porträt

Die Lebenshilfe München wurde vor über 50 Jahren gegründet und ist mit über 25 Einrichtungen in der Stadt und im Landkreis München vertreten. Es werden etwa 700 Kinder und Jugendliche sowie etwa 900 Erwachsene mit Behinderung betreut. Der Verein vertritt die Interessen von Menschen mit Behinderung in der Öffentlichkeit und leistet beraterische und praktische Unterstützung im Alltag.

Der Verein Lebenshilfe München e.V. ist Mitglied im Bundesverband Lebenshilfe und im DPWW.

Ziele

Eine Gesellschaft ohne Ausgrenzung Behinderter

Team

Rund 500 hauptamtliche und etwa 100 ehrenamtliche MitarbeiterInnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit, Mitgliedschaft oder Spenden

Bürozeiten

Mo–Do 9–17 Uhr,
Fr 9–15 Uhr
Elternberatung
Di 9–16 Uhr



MVV

U1 St.-Quirin-Platz,
Bus 144 Traunsteiner Straße

Familie Partnerschaft Kinder Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung

→ Verein zur Betreuung und Integration behinderter Kinder und Jugendlicher (BiB) e.V.

Seeriederstraße 25

81675 München

Fon 316 50 08

Fax 316 54 47

info@bib-ev.org

www.bib-ev.org

Angebot

Der Verein macht Angebote im Rahmen der offenen Behindertenarbeit und vermittelt im Familienentlastungsdienst freiwillige Helferinnen und Helfer an Familien mit Kindern mit Behinderung zur stundenweisen Unterstützung.

Er vermittelt Schulbegleiterinnen und Schulbegleiter, veranstaltet Ferienbetreuungen und Freizeiten. Er berät rund um das Thema Behinderung.

Für wen?

Die Angebote richten sich an Kinder und Jugendliche mit Behinderung, deren Eltern und Angehörige, allein erziehende Mütter und Väter sowie an engagierte Menschen ab 16 Jahren, die mit den Kindern und Jugendlichen die Freizeit verbringen oder sie im Schulalltag unterstützen möchten.

Kosten

Stundenweise Abrechnung abhängig von der Form der Unterstützung

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–16 nach
telefonischer Vereinbarung



MVV

U-Bahn, Bus, Tram Max-Weber-Platz

Porträt

Der Verein zur Betreuung und Integration behinderter Kinder und Jugendlicher, kurz BiB e.V., wurde 1988 von engagierten Eltern und HelferInnen gegründet zur stundenweisen Entlastung von Familien mit Kindern mit Behinderung.

Der Verein ist als gemeinnützig anerkannt und Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband.

Ziele

Das Ziel des Vereins ist, Kinder und Jugendliche mit Behinderung, deren Familienmitglieder und Angehörige zu unterstützen sowie zur Integration von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung beizutragen. Nicht erst seit Verabschiedung der UN-Konvention ist er bestrebt, an der schrittweisen Veränderung gesellschaftlicher Strukturen mit zu arbeiten und ein Bewusstsein für eine inklusive und barrierefreie Gesellschaft zu schaffen.

Team

Sechs hauptamtliche SozialpädagogInnen, Verwaltungskräfte, viele freiwillige HelferInnen wie SchulbegleiterInnen

So können Sie mitwirken

Als freiwillige HelferIn, als SchulbegleiterIn, als Mitglied oder SpenderIn

→ VIF – Vereinigung Integrationsförderung e.V.

Geschäftsstelle
Klenzestraße 57c/2. Hof
80469 München
Fon 309 04 86-0
Fax 309 04 86-42
vif-allgemein@
vif-selbstbestimmt-leben.de
www.vif-selbstbestimmt-leben.de

Angebot

Beratung in allen Lebensbereichen sowie Vermittlung persönlicher Assistenz; die Assistenz wird ambulant angeboten, wo der behinderte und pflegeabhängige Mensch sie benötigt: zu Hause, in der Schule, am Ausbildungsort, am Arbeitsplatz oder in der Freizeit. Die VIF legt Wert auf geschlechtsspezifische Angebote, so dass Frauen, die eine Assistentin wünschen, auch sicher sein können, eine Frau vermittelt zu bekommen. Außerdem: Vorlesedienst für blinde und sehbehinderte Menschen.

Für wen?

Schwer- und schwerstbehinderte Menschen, Langzeitkranke sowie behinderte alte Menschen

Kosten

Keine

Öffnungszeiten

Mo–Do 8.30–17 Uhr,
Fr 8.30–15.30 Uhr
nach Terminvereinbarung
außerhalb dieser Zeiten



MVV

U1/U2 Fraunhoferstraße, Tram 27
Fraunhoferstraße, Bus 52 Gärtnerplatz

Porträt

Die Vereinigung Integrationsförderung e.V. (VIF) – gemeinnützige offene Hilfen für Behinderte in der Gesellschaft – wurde 1978 von behinderten und nichtbehinderten Münchner BürgerInnen gegründet. 1995 erfolgte der Aufbau des Pflegedienstes für Menschen, die eine Assistenz benötigen. Der Verein ist Mitglied im DPWV, Landesverband Bayern und in der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie e.V.

Ziele

Behinderten und alten Menschen eine Wahlfreiheit ihrer individuellen Lebensform ermöglichen

Team

Rund 160 hauptamtlich Beschäftigte sowie 300 ehrenamtliche MitarbeiterInnen

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft im Verein, ehrenamtliche Mitarbeit, Spenden

Familie Partnerschaft Kinder

Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung

Weitere Unterstützungs- und Beratungsangebote

→ **Gemeinsam Leben Lernen e.V.**

Familientlastungsdienst
Nymphenburger Straße 147
80634 München
Fon 123 99 05-0
Fax 123 99 05-8
info@gll-muenchen.de
www.gll-muenchen.de

Der Familientlastungsdienst hilft Familien mit geistig behinderten Angehörigen, den Alltag zu bewältigen; außerdem gibt es ein Angebot an integrativen Wohngemeinschaften.

→ **VBA Selbstbestimmt Leben e.V.**

Westendstraße 93
80339 München
Fon 54 03 46 80
Fax 54 03 46 85
beratung@vba-muenchen.de
www.vba-muenchen.de

Der VBA Selbstbestimmt Leben e.V. ist eine Initiative von Menschen mit Behinderungen, die seit 1990 besteht. Der Verein unterstützt Personen, die zur Durchführung eines selbstbestimmten Lebens praktische Hilfen benötigen und deshalb selbst ausgewählte und ausgebildete AssistentInnen beschäftigen.

→ **Sozialverband VdK**

Geschäftsstelle München
und Kreisverband
Schellingstraße 31
80799 München
Fon 21 17-0
Fax 21 17-258
info@vdk.de
www.vdk-bayern.de

Der VdK setzt sich u. a. für behinderte Menschen ein, bietet seinen Mitgliedern Beratung in sozialrechtlichen Fragen und betreibt Lobbyarbeit für die Anliegen behinderter Menschen. In München unterhält der VdK außerdem eine Beratungsstelle für die Anschaffung technischer Hilfsmittel und eine Familienberatungsstelle zur individuellen, psychosozialen Unterstützung von Eltern behinderter Kinder. Mehr als 50 % der Mitglieder im VdK Bayern sind Frauen, eigene Frauenvertreterinnen setzen sich besonders für ihre Belange ein.

→ **alfabeta**

Kontakt_Netz für allein erziehende
Frauen mit Kindern mit Behinderung
Sedanstraße 37
81667 München
Fon 622 86 287
alfabeta@siaf.de
www.siaf.de

↗ S. 114

→ **Netzwerkfrauen-Bayern**

LAG Selbsthilfe Bayern
Orleansplatz 3
81667 München
Fon 45 99 24 27
Fax 45 99 24 28
info@netzwerkfrauen-bayern.de
www.netzwerkfrauen-bayern.de

↗ S. 220

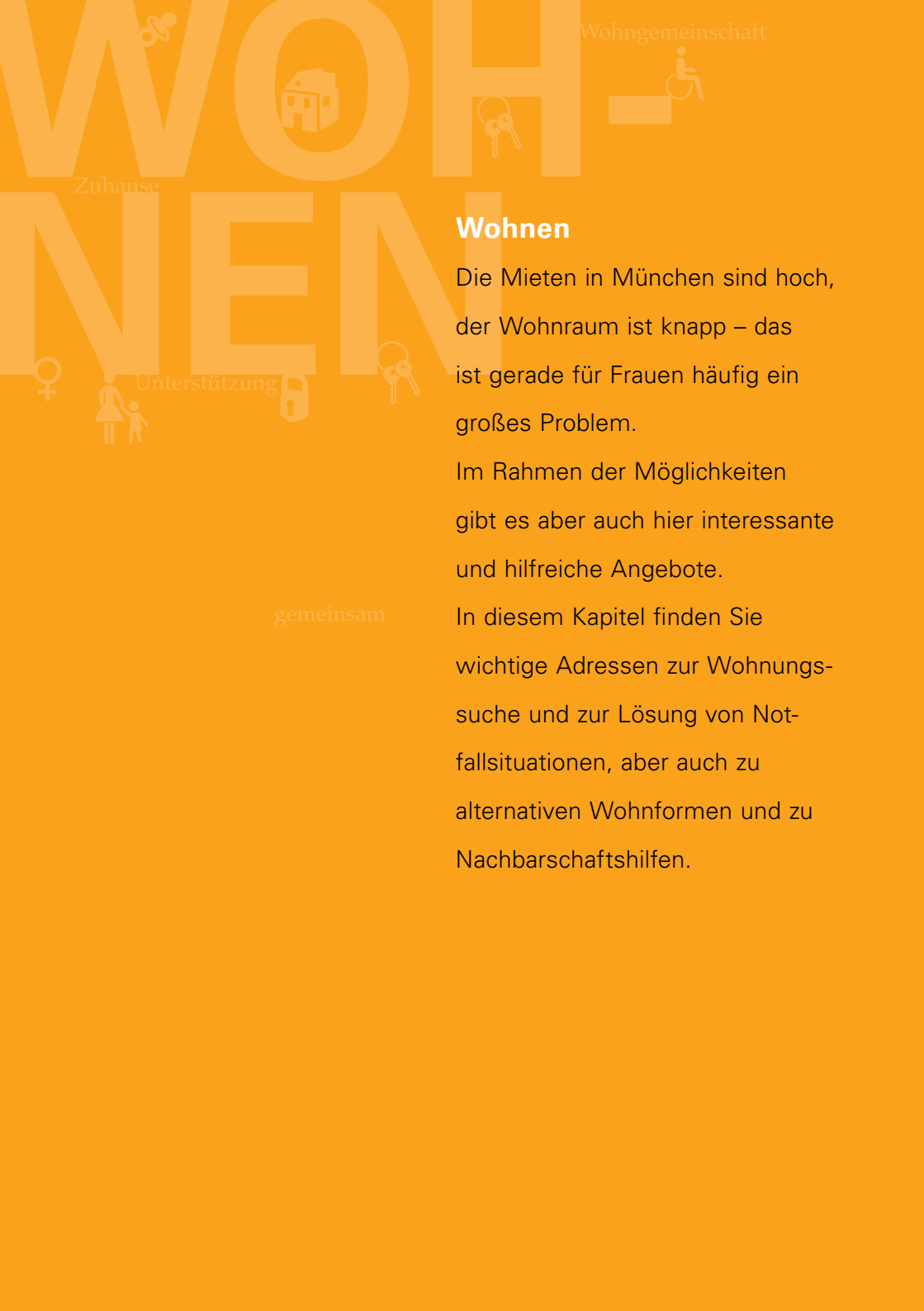
Landeshauptstadt München
Sozialreferat

→ **Stadtjugendamt, Sachgebiet Wirtschaftliche Jugendhilfe**

Luitpoldstraße 3
80335 München
Fon 233-497 23
Fax 233-496 66
f1-vorzimmer.soz@muenchen.de

Körperlich, geistig oder seelisch behinderte Kinder, Jugendliche und Erwachsene können eine sogenannte „Eingliederungshilfe für behinderte Menschen“ beantragen. Eingliederungshilfen sind z.B. orthopädische und andere Hilfsmittel oder Hilfen bei der Beschaffung oder Erhaltung einer behindertengerechten Wohnung. Eingliederungshilfen gibt es auch in den jeweiligen Sozialbürgerhäusern.

↗ S. 93–96



Wohnen

Die Mieten in München sind hoch, der Wohnraum ist knapp – das ist gerade für Frauen häufig ein großes Problem.

Im Rahmen der Möglichkeiten gibt es aber auch hier interessante und hilfreiche Angebote.

In diesem Kapitel finden Sie wichtige Adressen zur Wohnungssuche und zur Lösung von Notfallsituationen, aber auch zu alternativen Wohnformen und zu Nachbarschaftshilfen.

3

- Wohnungslosigkeit und Wohnungssuche 142
- Alternative Wohnformen 148
- Mutter-Kind-Wohnen 150
- Spezielle Wohnangebote für Mädchen 152
- Spezielle Wohnangebote bei besonderem Bedarf 155

Wohnen

Wohnungslosigkeit und Wohnungssuche

→ **Karla 51 Frauencafé**

Karlstraße 51

80333 München

Fon 54 91 51-0

Fax 54 91 51-30

karla51@hilfswerk-muenchen.de

www.hilfswerk-muenchen.de

Angebot

Café-Betrieb zum Selbstkostenpreis,
kulturelle Angebote, Feste

Für wen?

Alleinstehende wohnungslose Frauen und
ihre Kinder, die sich in einer existenziellen
und/oder psychosozialen Notsituation
befinden

Kosten

Geringe Kosten für Essen und Trinken,
geringe Kosten für Wäsche waschen
und trocknen

Porträt

Karla 51 ist auf dem Gebiet der Obdachlosen-
und der Gefährdetenhilfe für Frauen
tätig.

Karla 51 wird getragen vom Evangelischen
Hilfswerk München gGmbH und gehört
dem Diakonischen Werk und der Arbeits-
gemeinschaft Wohnungslosenhilfe an.

Ziele

Einen gewaltfreien Schutzraum für allein-
stehende wohnungslose Frauen bieten

Team

sechseinhalb hauptamtlich Beschäftigte
Dipl.-Sozialpädagoginnen, Verwaltungskraft,
Hauswirtschafterin

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit: möglich im
Cafédienst, bei Ämtergängen, Mittag-
essen kochen, Kleiderspenden sortieren,
Feste mitgestalten

Öffnungszeiten Café

Mo, Fr 8–14 Uhr

Di, Do, So 12–17 Uhr

Mi, Sa geschlossen



MVV

S-Bahnen Hauptbahnhof,
U1 Stiglmaierplatz, U2 Königsplatz,
Tram 20/21 Karlstraße

→ **Karla 51 Frauenobdach**

Karlstraße 51
80333 München
Fon 54 91 51-0
Fax 54 91 51-30
karla51@hilfswerk-muenchen.de
www.hilfswerk-muenchen.de

Angebot

Sofortaufnahmen in Krisensituationen für 40 Frauen mit/ohne Kind(er) in möblierten Einzelzimmern mit Bad für ca. acht Wochen; sozialpädagogische Beratung, Clearing, Begleitung, adäquate Weitervermittlung in längerfristigen Wohnraum. Ärztliche und psychiatrische Grundversorgung.



Für wen?

Alleinstehende wohnungslose Frauen und ihre Kinder, die sich in einer existenziellen und/oder psychosozialen Notsituation befinden

Kosten

Bei eigenem Einkommen gegebenenfalls Mietanteil von täglich 6,20 €

Porträt

Karla 51 ist auf dem Gebiet der Obdachlosen- und der Gefährdetenhilfe für Frauen tätig.

Karla 51 gehört zum Evangelischen Hilfswerk München gGmbH, zum Diakonischen Werk und zur Arbeitsgemeinschaft Wohnungslosenhilfe.

Ziele

Mit den betroffenen Frauen ein Clearing der aktuellen Lebenslage erreichen, adäquate Hilfsangebote vermitteln, eine soziale und berufliche Integration ermöglichen, einen gewaltfreien Schutzraum schaffen. Außerdem: Vernetzung/Kooperation mit den sozialen Einrichtungen und die Verwirklichung einer frauengerechten Sozial- und Wohnungspolitik.

Team

Sechseinhalb hauptamtlich Beschäftigte
Dipl.-Sozialpädagoginnen, Verwaltungskraft, Hauswirtschafterin

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit: möglich im Cafédienst, bei Ämtergängen, Mittagessen kochen, Kleiderspenden sortieren, Feste mitgestalten

Öffnungszeiten

Frauenobdach:
rund um die Uhr
Café:
Mo, Fr 8–14 Uhr
Di, Do, So 12–17 Uhr
Mi, Sa geschlossen



MVV

S-Bahnen Hauptbahnhof,
U1 Stiglmaierplatz, U2 Königsplatz,
Tram 20/21 Karlstraße

Wohnen

Wohnungslosigkeit und Wohnungssuche

Evangelischer Beratungsdienst für Frauen

→ **Ambulanter Beratungsdienst und Unterstütztes Wohnen**

Schellingstraße 65

80799 München

Fon 28 77 83-0

Fax 28 77 83-26

ev-beratungsdienst@

hilfswerk-muenchen.de

www.frauenberatungsdienst-muenchen.de

Angebot

Die Einrichtung bietet ambulante Beratung für Frauen in schwierigen sozialen Notlagen, v.a. bei (drohender) Wohnungslosigkeit und Straffälligkeit. Dazu kommen betreute Wohnangebote für erwachsene und junge volljährige Frauen sowie einzelbetreutes Wohnen für Frauen, die zusätzlich zu ihren besonderen sozialen Schwierigkeiten von einer psychischen Erkrankung betroffen sind.

♀ **Für wen?**

Wohnungslose Frauen in besonderen sozialen Notlagen

Porträt

Der Evangelische Beratungsdienst bietet ambulante Hilfe, Beratung und vorübergehende Unterbringung für wohnungslose Frauen und für Frauen, die mit dem Gesetz in Konflikt geraten sind oder sich in persönlichen Notlagen befinden.

Ziele

Existenzsicherung, Wohnungserhalt, Stabilisierung, Haftvermeidung, Resozialisierung, Verselbständigung, eigene Wohnung

Team

Die persönliche Beratung und Unterstützung wird von Sozialpädagoginnen geleistet.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich

MVV

Tram 27 Schellingstraße

→ **Evangelischer Beratungsdienst für Frauen – Stationäres Wohnen**

Heißstraße 12
80799 München
Fon 287 78 69-0
Fax 287 78 69-18
ev-beratungsdienst@
hilfswerk-muenchen.de
www.frauenberatungsdienst-muenchen.de

Angebot

Übergangswohnheim mit intensiver Beratung



Für wen?

Wohnungslose Frauen in besonderen sozialen Notlagen

Porträt

Der Evangelische Beratungsdienst bietet Hilfe, Beratung und vorübergehende Unterbringung für wohnungslose Frauen und für Frauen, die mit dem Gesetz in Konflikt geraten sind oder sich in persönlichen Notlagen befinden. Zusätzlich zum stationären Wohnheim in der Heißstraße stehen weitere Plätze in Außenwohngruppen und Nachsorge zur Verfügung.

Ziele

Existenzsicherung, Stabilisierung, Resozialisierung, Verselbständigung, eigene Wohnung

Team

Die persönliche Beratung und Unterstützung wird von Sozialpädagoginnen geleistet.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich

MVV

Tram 27 Schellingstraße,
Bus 153 Arcisstraße

Wohnen

Wohnungslosigkeit und Wohnungssuche

→ Sozialdienst katholischer Frauen e.V. München

Dachauer Straße 48
80335 München
Fon 559 81-0
Fax 559 81-266
info@skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de

Angebot

Der Sozialdienst katholischer Frauen (SkF) e.V. München bietet unabhängig von Konfession und Nationalität:

- Beratung und Begleitung für wohnungslose Frauen, vorübergehende Wohnmöglichkeiten
- Schwangerenberatungsstelle: Beratung zur Entscheidung, zur vorgeburtlichen Untersuchungen, bei unerfülltem Kinderwunsch, sexualpädagogische Angebote
- Häuser für Mütter und Kind
- Hilfe für straffällige Frauen und Mädchen
- Kinder- und Jugendhilfezentrum: u.a. Mädchenwohngruppen, ambulante Erziehungshilfen, Heilpädagogische Tagesstätte
- Betreuungsverein
- Gästehaus für Angehörige kranker Kinder

Für wen?

Allein lebende Frauen, Frauen und deren Kinder und Familien, Kinder und Jugendliche, insbesondere Mädchen

Porträt

Der SkF ist ein Frauenfachverband in der katholischen Kirche. Entsprechend dem karitativen Auftrag der Kirche setzt er sich für sozial benachteiligte Menschen ein, entwickelt gemeinsam mit ihnen Lösungen und trägt dazu bei, ihre sozialen Bedingungen zu verbessern. Der SkF berät und betreut unabhängig von Religionszugehörigkeit und Nationalität.

Ziele

Der SkF arbeitet nach dem Grundsatz des Empowerments. Er unterstützt und stärkt seine Klientinnen dabei, ein selbst bestimmtes und selbst verantwortetes Leben zu führen.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich in allen unseren Fachdiensten, weitere Möglichkeiten: Mitgliedschaft und Fördermitgliedschaft

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–17 Uhr
Fr 9–13 Uhr



MVV

U1 Stiglmaierplatz, Tram 20/21
Stiglmaierplatz

Weitere Beratungs- und Hilfsangebote für Menschen in Wohnungsnot

In den Sozialbürgerhäusern [↗ S. 93–96](#) gibt es „Fachstellen zur Vermeidung von Wohnungslosigkeit“, an die man sich bei drohendem Wohnungsverlust wenden kann. Informationen auch unter www.muenchen.de Suchbegriff „Wohnungsverlust“.

Landeshauptstadt München
Sozialreferat
→ **Amt für Wohnen und Migration**
Franziskanerstraße 8
81669 München
Fon 233-400 01
Fax 233-405 00
wohnungsamt.soz@muenchen.de

Das Amt ist zuständig für die Vermittlung von Sozialwohnungen und den Erhalt von Wohnraum. Im Arbeitsbereich „Migration und interkulturelle Arbeit“ initiiert und fördert das Amt Maßnahmen zur Sicherung eines toleranten und friedlichen Zusammenlebens in der Stadt.

Landeshauptstadt München
Sozialreferat
→ **Zentrale Wohnungslosenhilfe (ZEW)**
Amt für Wohnen und Migration
Franziskanerstraße 6–8
81669 München
Fon 233 -401 05 (Infothek)
Fax 233-406 93
wohnungsamt.soz@muenchen.de

→ **Bahnhofsmision München**

Hauptbahnhof Gleis 11
80335 München
Fon 59 45-78
Fax 550-13 12

Die Bahnhofsmision am Münchner Hauptbahnhof bietet rund um die Uhr Hilfe für Reisende und Ratsuchende, ist Anlaufstelle für Menschen in akuter Not, vermittelt Kontakte zu Behörden, Ämtern und Angehörigen und ist behilflich bei der Weitervermittlung an zuständige Stellen.

Wohnen

Alternative Wohnformen

→ Förderverein Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.

Herzog-Wilhelm-Straße 24

80331 München

Fon 612 59 02

nachbarschaftlich-leben@t-online.de

www.frauenwohnen-im-alter.de

Angebot

Zusammenführen von Frauen, die eine Wohngruppe bilden wollen; Chance zum Nachrücken in eine andere Wohngruppe; monatliche Gruppentreffen mit Vorträgen und Diskussionen zu interessanten kulturellen und politischen Themen; Freizeitgestaltung, gemeinsame Reisen

♀ Für wen?

Frauen über 50 Jahre, die berufstätig waren oder es noch sind und mit anderen Frauen gemeinsam, aber in eigener Wohnung leben wollen

Kosten

Beratung und das Kennenlernen der Gruppen sowie die erste Teilnahme an den Veranstaltungen sind kostenfrei. Der Jahresbeitrag beträgt 40 € und die Aufnahmegebühr 200 €.

Programm

Liegt öffentlich aus oder siehe Internet

Porträt

Der gemeinnützige Verein wurde zur Unterstützung der ersten Wohngruppe in Pasing als Förderverein 1991 gegründet. Inzwischen treten fast nur noch Frauen bei, die eine günstige Wohnung und Gemeinschaft suchen.

Die Gruppen bestehen aus acht bis zehn Frauen, die in eigenen Mietwohnungen wohnen und sich zur gegenseitigen Unterstützung, z.B. im Krankheitsfall, verpflichten. Es gibt ein weiteres Projekt am Ackermannbogen und ein neues in Giesing. Der Förderverein Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter ist Mitglied im Diakonischen Werk.

Ziele

Propagieren der neuen Wohnform, weil sie auf die demografische Entwicklung und die geringen Renten von Frauen abgestimmt ist.

Team

Drei Vorstandsfrauen, weitere ehrenamtliche Mitarbeiterinnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mithilfe oder finanzielle Unterstützung

MVV

S-Bahnen Karlsplatz

(Stachus),

U-Bahnen Sendlinger Tor



→ FrauenWohnen eG

1. Frauen Wohn- und
Baugenossenschaft München
Ingeborg-Bachmann-Straße 26
81829 München
Fon 18 92 33 70
Fax 82 95 32 76
info@frauenwohnen.de
www.frauenwohnen.de

Angebot

Die Genossenschaft FrauenWohnen schafft Wohnraum für Frauen, die mit anderen Frauen nachbarschaftlich vernetzt leben wollen. Wohnanlagen in der Messestadt Ost (50 Wohnungen), im Westend (25 Wohnungen), in Nordschwabing (geplant für 2015: 43 Wohnungen). Die Wohnanlagen sind kommunikativ, ökologisch sinnvoll, autoreduziert, energiesparend und barrierefrei konzipiert.

♀ Für wen?

Frauen in ihrer Vielfalt, jung bis alt, alleinstehend oder mit PartnerIn, mit Kindern – prinzipiell jede Lebensform. Mehrgenerationenhäuser.

Kosten

Beitritt in die Genossenschaft: 1.200 €. Für eine Genossenschaftswohnung zahlen die Frauen je nach Wohnungsgröße und Einkommen einen Eigenkapitalbeitrag ein, der bei Auszug zurückerstattet wird. Eigenkapitalanteile und Mieten sind kostendeckend, nicht gewinnorientiert.

Beratungszeiten

Mo 10–12 Uhr
Do 18–20 Uhr



MVV

U2 Messestadt Ost

Porträt

Die 1998 in München gegründete Genossenschaft hat über 300 Mitfrauen. Die Mitfrauenversammlung wählt Vorstandsfrauen und Aufsichtsrat. Möglichkeit der Beteiligung, z.B. bei der Planung neuer Wohnungen. Nach Einzug liegt die Verantwortung für das solidarisch gelebte nachbarschaftliche Miteinander bei den Bewohnerinnen der jeweiligen Anlage. Anita-Augspurg-Preis der Landeshauptstadt München 2007

Ziele

Nachhaltig bezahlbarer, kündigungs-sicherer Wohnraum für Frauen. Genossenschaftlicher Immobilienbesitz, der durch die Rechtsform der Vermietungsgenossenschaft in Frauenhand bleibt.

Team

Zwei hauptamtliche und eine nebenamtliche Vorstandsfrau sowie eine Teilzeitangestellte, unterstützt durch ein ehrenamtliches Team von ca. 10 Frauen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit möglich, Soli-daranlegerinnen sind willkommen

Wohnen

Mutter-Kind-Wohnen

Es gibt in München eine Reihe von Einrichtungen, in denen schwangere und alleinerziehende Mütter und ihre Kinder vorübergehend leben können:

→ **Haus Monika – Betreutes**

Wohnen für schwangere oder alleinerziehende Mütter

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
Scapinellistraße 22
81241 München
Fon 82 93 96-20-0
Fax 82 93 96-40
haus-monika@skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de

Haus Monika bietet volljährigen schwangeren oder alleinerziehenden Müttern eine Wohnung sowie Unterstützung im Alltag. Mütter und deren Kind(er) können aufgenommen werden, wenn sie Beratung und Begleitung brauchen und volljährig sind.

→ **MKB – Mutter-Kind Betreuung**

Kath. Jugendfürsorge e.V.
Schmied-Kochel-Straße 2
81371 München
Fon 746 93 75
mkb-sks@kjf-muenchen.de
www.sbw-flexible-hilfen.de

→ **Sozialpädagogisch betreutes Wohnen**

Kinderschutz und Mutterschutz e.V.
Heimperthstraße 13
80935 München
Fon 23 17 16-90 10
Fax 23 17 16-93 19
info@kinderschutz.de
www.kinderschutz.de

→ **Haus Domicilia**

Sozialdienst kath. Frauen e.V.
Kidlerstraße 34 a
80805 München
Fon 361 62 68
haus-domicilia@skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de

→ **Haus Karolina**

Sozialdienst kath. Frauen e.V.
Entenbachstraße 43
81371 München
Fon 72 98 92 33-20
Fax 72 98 92 33-29
haus-karolina@skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de

→ **Haus Debora**

Schwestern vom Guten Hirten,
Kloster St. Gabriel
Wolftratshauser Straße 350
Fon 744 41-108
Fax 744 41-117
jugendhilfe.pitzer@schloss-zinneberg.de
www.schloss-zinneberg.de

→ **Haus für Mutter und Kind**

DPWW
Bleyerstraße 6
81371 München
Fon 74 21 54-0
Fax 74 21 54-10
silvia.hausinger@paritaet-bayern.de
www.mutter-kind-haus.org

Nur bei akuter Schutzbedürftigkeit in Gewaltsituationen

→ **Autonomes Frauenhaus München**

Frauen helfen Frauen e.V.
Adresse geheim
Postfach 900 446
81504 München
Fon 64 51 69
Fax 64 79 30
www.frauenhaus-muenchen.de

↗ S. 175

→ **Frauenhaus Frauenhilfe München gGmbH**

Adresse geheim
Postfach 40 06 46
80706 München
Fon 354 83-0
Fax 354 14 92
frauenhaus@frauenhilfe-muenchen.de
www.frauenhilfe-muenchen.de

↗ S. 178

→ **Frauenhaus Haus Hagar**

Adresse geheim
Postfach 710503
81455 München
Fon 74 44 12 22
Fax 74 44 12 26
HausHagar.St.Gabriel@t-online.de

↗ S. 180

Wohnen

Spezielle Wohnangebote für Mädchen

Innere Mission München
Evangelischer Jugendhilfeverbund München

→ **Bella Castella – Betreutes Wohnen für junge Frauen**

Landsberger Straße 476

81245 München

Fon 82 08 79 27

Fax 82 08 79 29

hhaldmaier@im-muenchen.de

www.im-muenchen.de

Angebot

Das Betreute Wohnen – Bella Castella richtet sich an junge Frauen von 16–21 Jahre, die Begleitung, Unterstützung und pädagogische Begleitung auf dem Weg in eine selbstbestimmte Lebensführung benötigen.

Wichtiges Kriterium ist die Freiwilligkeit und die Bereitschaft zur Kooperation mit den Betreuerinnen und Betreuern. Ein Minimum an Selbständigkeit und Ansätze sozialer Kompetenz im Miteinander sollten vorhanden sein.

Ziele

- Entwicklung und Stabilisierung der individuellen Persönlichkeit
- Berufliche Orientierung und Integration ins Arbeitsleben
- Aufbau sozialer Kontakte und soziale Integration
- Entwicklung lebenspraktischer Fertigkeiten in Bezug auf das selbständige Wohnen
- Sensibilisierung für eine gesunde Lebensweise

Team

Fünf hauptamtliche SozialpädagogInnen, Leitung, psychologischer Fachdienst

♀ Für wen?

Junge Frauen von 16–21 Jahren

Kosten

Kosten für die Maßnahme übernimmt im Rahmen der Jugendhilfe das Jugendamt

Porträt

Bella Castella ist eine Einrichtung der Inneren Mission München e.V. Diakonie in München und Oberbayern.

Geboten werden 14 Plätze in angemieteten Wohnungen im Münchner Stadtgebiet.

Beratungszeiten

Mo–Fr 11–17 Uhr

MVV

Tram 19 Offenbachstraße

Innere Mission München
Evangelischer Jugendhilfeverbund
München

→ **Verselbständigungsgruppe für junge Frauen**

Landsberger Straße 476

81245 München

Fon 82 08 79 27

Fax 82 08 79 29

hhaldmaier@im-muenchen.de

www.im-muenchen.de

Angebot

Die Verselbständigungsgruppe für junge Frauen richtet sich an junge Frauen von 16–21 Jahre, die Begleitung, Unterstützung und pädagogische Begleitung auf dem Weg in eine selbstbestimmte Lebensführung benötigen.

Fünf junge Frauen bewohnen gemeinsam ein Haus in Moosach.

Wichtiges Kriterium ist die Freiwilligkeit und die Bereitschaft zur Kooperation mit den Betreuerinnen. Ein Minimum an Selbständigkeit und Ansätze sozialer Kompetenz im Miteinander sollten vorhanden sein.



Für wen?

Junge Frauen von 16–21 Jahren

Kosten

Kosten für die Maßnahme übernimmt im Rahmen der Jugendhilfe das Jugendamt

Porträt

Die Verselbständigungsgruppe für junge Frauen ist eine Einrichtung der Inneren Mission München e.V. Diakonie in München und Oberbayern. Sie bietet fünf Plätze in einem Haus in München Moosach.

Ziele

- Entwicklung und Stabilisierung der individuellen Persönlichkeit
- Berufliche Orientierung und Integration ins Arbeitsleben
- Aufbau sozialer Kontakte und soziale Integration
- Entwicklung lebenspraktischer Fertigkeiten in Bezug auf das selbständige Wohnen
- Sensibilisierung für eine gesunde Lebensweise
- Ökologischer Gesichtspunkt
- Rollenfindung als junge Frau

Team

Drei hauptamtliche pädagogische Mitarbeiterinnen, Leitung, psychologischer Fachdienst

Beratungszeiten

Mo–Fr 14–17 Uhr

MVV

Tram 19 Offenbachstraße

Wohnen

Spezielle Wohnangebote für Mädchen

→ Marie-Luise-Schattenmann-Haus

Friedrich-Loy-Straße 16

80796 München

Träger: Verein für Internationale
Jugendarbeit, Ortsverein München e.V.

Fon 306 68 69-0

Fax 300 82 47

info@mlsh.de

www.mlsh.de

Angebot

- Für Mädchen und junge Frauen von 16–25 Jahren
- Internationales Wohnheim für Mädchen und junge Frauen in Ausbildung
- Therapeutische Wohngruppen
- Teilbetreutes Wohnen
- Begleitetes Wohnen für Mädchen und junge Frauen
- Wohnen für junge Erwachsene und Betreutes Wohnen (teilbetreut) für junge Menschen mit seelischen Problemen von 21–30 Jahren

♀ Für wen?

Mädchen und junge Frauen ab 16 Jahren

Kosten

Wohnheim: Miete (2013: 450 € EZ, 310 € DZ inkl. Halbpension)

Den Platz in einer Wohngruppe finanziert das Jugendamt gemäß SGB VIII bzw. der Bezirk gemäß SGB XII.

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–18 Uhr

MVV

U2 Hohenzollernplatz, Tram 12/27

Porträt

Das Marie-Luise-Schattenmann-Haus bietet Wohnmöglichkeiten sowie Begleitung und Betreuung an. Mädchen und junge Frauen aus unterschiedlichen Nationen leben in verschiedene Wohngruppen gemeinsam im Marie-Luise-Schattenmann-Haus. Das Haus versteht sich als integratives Modell des Zusammenwohnens für Mädchen und junge Frauen mit und ohne Unterstützungs-, Begleitungs- und Betreuungsbedarf.

Ziele

Junge Menschen werden auf dem Weg zu einem selbständigen Leben begleitet und bekommen Unterstützung dabei, einen eigenständigen Platz im sozialen Leben zu finden und einzunehmen.

Team

Pädagoginnen, SozialpädagogenInnen, Psycholog.-therapeutische Fachkräfte, Verwaltungsfachkräfte

So können Sie mitwirken

Z.B. ehrenamtlich, in dem Sie junge Menschen unterstützen bei Schule, Ausbildung und Teilhabe oder indem Sie Talente Einzelner fördern. Werden Sie Mitglied im Verein für Internationale Jugendarbeit.

Betreutes Einzelwohnen

→ **FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH**

Goethestraße 21

80336 München

Fon 41 11 19-0

Fax 41 11 19-399

bew@ftz-muenchen.de

Angebot

Einzelbetreuung und Gruppenangebote zum Umgang mit den Auswirkungen der psychischen oder Suchterkrankung; Begleitung in allen lebenspraktischen Bereichen wie Behörden, Haushaltsführung, Gesundheitsversorgung u.a.; Unterstützung beim Aufbau sozialer Kontakte, bei Suche und Erhalt eines Arbeitsplatzes und bei der Entwicklung einer Tagesstruktur; Spezielle Hilfen für Mütter (Stärkung der Erziehungsfähigkeit, Vernetzung der Kooperationspartner etc.); Krisenmanagement.

♀ Für wen?

- Psychisch kranke Frauen aus allen Kulturen
- Psychisch kranke Frauen mit Kindern
- Frauen, die aufgrund von (sexuellen) Gewalterfahrungen psychisch erkrankt sind
- Frauen mit Suchtproblemen (Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit), die zusätzliche chronische Erkrankungen haben

Telefonzeiten

Mo, Di, Do, Fr 10–12 Uhr

Mi 15.30–17.30 Uhr

MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof,

Tram 16/17, Bus 58

Kosten

Wenn Sie die Kosten nicht selbst übernehmen können, wird mit Ihnen ein Antrag auf Kostenübernahme nach SGB XII bei der zuständigen Behörde gestellt.

Porträt

Die Einrichtung arbeitet frauenspezifisch, trauma- und kultursensibel und ressourcenorientiert. Sie gehört zum FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH und ist Mitglied im DPWV Bayern.

Ziele

- Eigenständigkeit und Selbstverantwortung in verschiedenen Lebensbereichen (Arbeit, Finanzen, Gesundheit etc., Lebensqualität und Wohnfähigkeit)
- Entwicklung der weiblichen Identität und der Selbstbestimmung als Frau
- Reduzierung selbstschädigenden Verhaltens, seelische Stabilisierung, Reduktion vor Krisen, Schutz vor Gewalt
- Erziehungsfähigkeit, Sicherstellung der Versorgung der Kinder, Vermeidung einer Kindeswohlgefährdung

Team

25 hauptamtliche Beschäftigte Sozialpädagoginnen und Psychologinnen (Diplom oder Bachelor)

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit ist willkommen

Wohnen

Spezielle Wohnangebote bei besonderem Bedarf

→ FTZ-Therapeutische Wohngemeinschaften

FrauenTherapieZentrum FTZ

gemeinnützige GmbH

Goethestraße 21

80336 München

Fon 41 11 19-575

Fax 41 11 19-599

jutta.stoesser@ftz-muenchen.de

www.ftz-muenchen.de

Angebot

- Therapeutische Wohngemeinschaften
- Langzeit-Wohngemeinschaften
- Betreutes Einzelwohnen als Nachsorge Einzelbetreuung und Gruppenarbeit zum Umgang mit psychischen Erkrankungen, Hilfe bei Alltagsgestaltung und Hausarbeit, Krisenintervention.

Für wen?

Psychisch erkrankte Frauen ab 21 Jahren bis 60 Jahren und älter, Frauen mit Gewalterfahrungen

→ ANAD® e.V.

Intensivtherapeutische Wohnformen bei

Essstörungen, Borderline-Störung und

Posttraumatischer Belastungsstörung

Poccistraße 5

80336 München

Fon 21 99 73-0

Fax 21 99 73-13

Kontakt@anad.de

www.anad.de

Angebot

- Intensivtherapeutische Wohngruppe für junge Mädchen zwischen 12 und 17 Jahren
- Intensivtherapeutische Wohngruppe für junge Frauen zwischen 18 und 21 Jahren

Porträt

Frauen aus unterschiedlichen Lebenswelten und Kulturen sind willkommen. Frauen in unkonventionellen Lebensmodellen jenseits traditioneller Rollenvorschriften werden unterstützt, besonders auch die lesbische Lebensweise. Die Arbeit ist frauenparteilich und ressourcenorientiert.

Ziele

- Eigenständiges Wohnen, Entwicklung einer selbständigen Lebensform in der Gruppe
- Erweiterung von Selbstverantwortung, Alltagsbewältigung
- (Wieder-)Erlangen von Beziehungs- und Handlungsfähigkeit, Fähigkeit zum Selbstschutz

Team

16 hauptamtlich Beschäftigte

Öffnungszeiten

Mo–Fr 8–18 Uhr

- Übergangseinrichtung für Frauen und Männer ab 21 Jahren
- Therapeutische Wohngruppe (TWG) für Frauen und Männer ab 21 Jahren
- Betreutes Einzelwohnen (BEW) für Frauen und Männer ab 21 Jahren
- ambulante Tagesstruktur für Frauen und Männer ab 21 Jahren

Für wen?

Für Menschen mit Essstörungen, Borderline-Störungen und posttraumatischer Belastungsstörung

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–17 Uhr

MVV

U3/U6 Poccistraße

→ **Courage – Betreutes**

Einzelwohnen für Frauen

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
Baaderstraße 56 e
80469 München
Fon 24 24 47 90
Fax 242 44 79 22
courage@skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de/index.php/
wohnungsloshilfe/courage.html

Angebot

Regelmäßige Hausbesuche und Einzelgespräche mit fester Bezugsbetreuerin. Umfangreiche Gruppen- und Freizeitangebote. Projekte wie Krautgarten und Offener Treff. Unterstützung im Bereich Wohnen sowie in allen lebenspraktischen Bereichen. Begleitung in Krise.

♀ Für wen?

Frauen, die psychisch krank sind oder sich in einer psychosozialen Krise befinden. Schwerpunkt ist die Betreuung von Frauen mit Wohnproblemen (z.B. frühere Wohnungslosigkeit, stark eingeschränkte Wohnqualität, drohender Wohnungsverlust).

Kosten

Kalendertäglicher Betreuungssatz. Bei Vorliegen der Anspruchsvoraussetzung und entsprechender Antragstellung wird der Betreuungssatz ganz oder teilweise vom Bezirk Oberbayern übernommen.

Porträt

Der Fachdienst Courage besteht seit 15 Jahren innerhalb der Wohnungslosenhilfe des Sozialdienst katholischer Frauen e.V. (SKF).

Ziele

Erhalt der Wohnung und der selbständigen Lebensführung. Psychische Stabilisierung und Existenzsicherung. Soziale und berufliche Integration. Aufbau eines tragfähigen sozialen Netzes. Verantwortlicher Umgang mit der psychischen und körperlichen Gesundheit. Entwicklung und Ausbau einer realistischen Lebensperspektive.

Team

Sonderpädagogin M.A.
Dipl. Sozialpädagoginnen
Verwaltungsfachkraft
Ärztin für Psychiatrie und Psychotherapie als Honorarkraft

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit
Praktikum Studiengang Soziale Arbeit oder vergleichbar

Telefonzeiten

werktags 10–12 Uhr,
Termine nach Vereinbarung



MVV

U1/U2, Tram 17 und Bus 132
Fraunhoferstraße
Bus 62/52 Baaderstraße

SCHWIERIGE LEBENS- SITUATIONEN

Für Krisen gibt es viele Auslöser: Trennung, Krankheit, Gewalterlebnisse oder Probleme am Arbeitsplatz. Folgen können Ängste, Unsicherheit und ein Gefühl des Nicht-Weiter-Wissens sowie Langzeitfolgen sein. Not- und Konfliktsituationen erfordern konkrete Hilfsangebote. Gewalterfahrungen oder die Bedrohung durch Männergewalt sind immer noch traurige Realität. Seit den 1980er Jahren gibt es Frauennotrufe und Frauenhäuser. Durch gezielte Kampagnen ist eine Sensibilisierung der Öffentlichkeit und ein breites Hilfsangebot in München erreicht worden.

4

- Finanzielle Not 160
- Seelische Notlagen 164
- Familienkonflikte 167
- Beschwerdestellen 172
- Gewalterfahrung und Schutz
vor Gewalt 174
- Spezielle Angebote für Jugendliche..190
- Spezielle Angebote für Menschen
mit Migrationshintergrund 198
- Spezielle Angebote für Menschen
mit Behinderung oder besonderem
Bedarf 205

Schwierige Lebenssituationen

Finanzielle Not

→ Einspruch e.V. München

Trägerverein für Rechtsambulanzen,
Frauenrechtsschule und Fortbildungen
c/o Stadtteilbüro Neuperlach
Gerhart-Hauptmann-Ring 56
81737 München
Fon 480 26 49
Fax 67 12 41
einspruch.muenchen@web.de
www.einspruch-muenchen.de

Angebot

- rechtliche Beratungen mit dem momentanen Schwerpunkt „Hartz IV“ für Einzelne oder Gruppen
- Arbeitskreis „Rechte für Frauen“ (monatliche Treffen)
- Fortbildungsangebote
- Arbeitsrechtliche Beratung zum Thema Niedriglohn u.a.

Für wen?

Ratsuchende mit wenig/keinem Einkommen, in der Regel BezieherInnen des Arbeitslosengelds II

Kosten

Telefonische Beratung kostenlos
Erstberatung durch RechtsanwältInnen (maximal 30 Minuten): 6€, bei nachgewiesener Mittellosigkeit kostenfrei

Porträt

Der Verein Einspruch e.V. entstand im Januar 2004 durch den Zusammenschluss von SozialarbeiterInnen und RechtsanwältInnen. Er soll vorrangig armen und mittellosen Menschen zu ihren Rechten verhelfen.

Einspruch e.V. ist ein gemeinnütziger Verein. Die Mitgliedschaft im DPWV wird angestrebt.

Ziele

Ziel ist, den Zugang zu rechtlicher Beratung für Mittellose zu verbessern bzw. überhaupt zu ermöglichen. Einspruch e.V. versucht, das in der Verfassung verankerte Gebot auf Gleichheit aller Menschen vor dem Grundgesetz zu verwirklichen.

Team

RechtsanwältInnen und Dipl.-SozialpädagogInnen

So können Sie mitwirken

Vereinsbeitritt (Jahresbeitrag Einzelperson: 30€, Einrichtungen: 100€), Spenden

Öffnungszeiten

Mo, Di 10–16 Uhr
und nach Vereinbarung



MVV

U5 Neuperlach-Zentrum

→ FIT-FinanzTraining

mit dem Angebot der
Haushaltsbudgetberatung
Thierschstraße 11
80538 München
Träger: Verein für Fraueninteressen e.V.
Fon 21 26 97 00
Fax 55 27 40 29
info@fit-finanztraining.de
www.fit-finanztraining.de

Angebot

FIT-FinanzTraining ist ein Angebot an Münchner Bürgerinnen und Bürger in einer Kurzzeitberatung mit bis zu fünf Terminen ihre finanzielle Situation zu klären. Ihnen wird gezeigt, wie sie eine Haushaltsbuchführung durchführen sowie eine Analyse und Planung der Einnahmen und Ausgaben vornehmen können. Über einen Zeitraum von ein bis vier Monaten werden die Erfassung und Auswertung der Finanzbewegungen des Haushalts trainiert und die Erstellung eines mittelfristigen Finanzplanes geübt. Ziel ist ein ausgeglichenes Haushaltsbudget zu erreichen und finanzielle Vorsorge für die Risiken des Lebens zu treffen. Zur Klärung und Sicherung der Einkommenssituation unterstützen die FIT-Beraterinnen die Ratsuchenden unter anderem auch durch Gespräche mit den MitarbeiterInnen des Jobcenters (SGB-II-Leistungen) und des Amtes für Grundsicherung (SGB-XII-Leistungen). Bei Bedarf wird die Anmeldung zur SchuldnerInnen- und Insolvenzberatung vorbereitet.

Für wen?

Alle Münchner Bürgerinnen und Bürger, insbesondere Kundinnen und Kunden der Münchner Sozialbürgerhäuser

Kosten

Kostenlos

Porträt

Der Verein für Fraueninteressen e.V. bietet seit 01.07.2005 im Auftrag des Sozialreferates der Landeshauptstadt München eine Haushaltsbudgetberatung für Kundinnen und Kunden der Münchner Sozialbürgerhäuser (SBH) an. Die Koordination erfolgt über das Amt für Soziale Sicherung, SchuldnerInnen- und Insolvenzberatung und die Leitungen der Sozialbürgerhäuser.

Ziele

Klärung und Verbesserung der finanziellen Situation des Haushalts

Team

Sieben hauptamtliche Fachkräfte für die Haushaltsbudgetberatung

So können Sie mitwirken

Beitritt zum Träger, Verein für Fraueninteressen e.V.

Öffnungszeiten

Sekretariat: Mo–Fr 9–13 Uhr
Beratungstermine werden
in der Kernarbeitszeit
von 9–17 Uhr vergeben



MVV

S-Bahnen Isartor, U4/U5 Lehel,
Tram 16/18 Isartor

Schwierige Lebenssituationen

Finanzielle Not

Weitere Einrichtungen und Angebote

In diesem Zusammenhang empfehlen wir die Broschüre „Günstiger leben in München“, herausgegeben vom Sozialreferat der Landeshauptstadt München und herunterzuladen auf der Website www.muenchen-gegen-armut.de

→ Münchner Tafel e.V.

Schäftlarnstraße 10
81371 München
Fon 29 22 50
Fax 29 14 81
info@muenchner-tafel.de
www.muenchner-tafel.de

Das Ziel der Münchner Tafel ist, Menschen in Not mit Lebensmitteln zu unterstützen. Es gibt 25 Verteilstationen im Stadtgebiet. Die Lebensmittel werden kostenlos ausgegeben, Voraussetzung ist jedoch ein Berechtigungsschein. Dafür muss der Nachweis der Bedürftigkeit erbracht werden, d.h. die Auflagen gemäß der „Hartz-IV“-Gesetze oder des Sozialgesetzbuches II müssen erfüllt sein.

→ TauschRausch-Café

Kontakt: Kofra
Baaderstraße 30
80469 München
Fon 201 04 50
Fax 202 27 47
kofra-muenchen@t-online.de
www.kofra.de

↗ S. 281

Weitere Beratungsstellen bei finanziellen Schwierigkeiten

Zu den häufigsten Gründen für finanzielle Probleme und Schulden gehören Arbeitslosigkeit, hohe Mieten, Familienzuwachs oder ein ausgeprägtes Konsumverhalten. SchuldnerInnenberatungen helfen zunächst bei einer Bestandsaufnahme der wirtschaftlichen, aber auch der persönlichen und familiären Lage, und suchen dann in einem zweiten Schritt nach gemeinsamen Lösungswegen.

In München gibt es eine Reihe von SchuldnerInnenberatungsstellen, sowohl von der Stadt München als auch von den freien Trägern. Nachfolgende eine Liste der Anlaufstellen:

→ **Landeshauptstadt München**

Sozialreferat

SchuldnerInnen-/Insolvenzberatung,
Betreuungsstelle und Fachstelle
Armutsbekämpfung
Mathildenstraße 3a
80336 München
Fon 233-243 53
Fax 233-247 69
schuldnerberatung.soz@muenchen.de

SchuldnerInnenberatung

→ **Caritas-Zentrum Innenstadt**

Landwehrstraße 26
80336 München
Fon 23 11 49-30
Fax 23 11 49-38
richard.borst@caritasmuenchen.de
www.caritas-muenchen-innenstadt.de

SchuldnerInnenberatung

→ **Caritas-Zentrum München-Nord**

Hildegard-von-Bingen-Anger 1–3
80937 München
Fon 31 60 63-10
Fax 316063-35
czmnord-sb@caritas-muenchen.de
www.caritas-muenchen-nord.de

SchuldnerInnen-/Insolvenzberatung

→ **Bayerisches Rotes Kreuz**

Seitzstraße 8 / Zimmer 130
80538 München
Fon 23 73-343
Fax 237 34 56
schuldnerberatung@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

SchuldnerInnenberatung im
Gewerkschaftshaus

→ **AWO München**

Schwanthalerstraße 64
80336 München
Fon 51 55 645-0
Fax 51 55 645-22
schuldnerberatung@awo-muenchen.de
www.awo-muenchen.de/beratung/
schuldnerberatung

SchuldnerInnenberatung

→ **Evangelisches Hilfswerk München gGmbH**

Bad-Schachener-Straße 2 b
81671 München
Fon 18 90 47 6-60
Fax 18 90 47 6-61
schuldnerberatung@hilfswerk-muenchen.de
www.hilfswerk-muenchen.de

Schwierige Lebenssituationen Seelische Notlagen

→ Krisendienst Psychiatrie München (KPM)

Fon 729 59 60

info@krisendienst-psychiatrie.de

www.krisendienst-psychiatrie.de

Angebot

Qualifizierte Soforthilfe für Menschen in seelischen Krisen

- telefonische Abklärung und Gefährdungseinschätzung, Weitervermittlung, Lotsendienst
- telefonische Krisenintervention und Beratung
- Hilfe vor Ort: aufsuchende Krisenintervention
- persönliche Krisenberatung an unseren Standorten

Für wen?

Betroffene Menschen, Angehörige und Bezugspersonen, Fachstellen und Einrichtungen, die mit Menschen in Krisen zu tun haben

Kosten

Das Angebot des Krisendienstes ist kostenlos.

Porträt

Der Krisendienst Psychiatrie München (KPM) besteht als zentrale stadtweite Anlaufstelle für Menschen in seelischen Notlagen seit 2007. Neben der telefonischen Leitstelle liegt ein Schwerpunkt der Arbeit des KPM in der aufsuchenden Krisenhilfe vor Ort.

Der KPM ist ein gemeinsames Projekt von: Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.; Diakonie Hasenberg! e.V.;

gemeinnützige GmbH des Projektevereins; kbo-Isar-Amper-Klinikum gemeinnützige GmbH, Klinikum München Ost; Soziale Dienste Psychiatrie gemeinnützige GmbH; in Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns.

Die Leistungen des KPM werden vorrangig finanziert vom Bezirk Oberbayern, ergänzend durch die Landeshauptstadt München.

Ziele

Durch schnelle, zielgerichtete und niederschwellige Hilfen Krisen möglichst ambulant aufzufangen, Eskalationen und Zuspitzungen zu verhindern, vor Gefährdungen zu schützen, betroffene Menschen und ihr soziales Umfeld zu befähigen, Krisen wieder selbst bewältigen zu können.

Team

Erfahrene Fachkräfte der Berufsgruppen Dipl.-SozialpädagogInnen, Dipl.-PsychologInnen, Fachschwestern und -pfleger Psychiatrie

Durch verbindliche Kooperationen bei Bedarf Hinzuziehung von fachärztlich-psychiatrischer Kompetenz

Weitere Anlaufstellen in akuten seelischen Notlagen

Neben dem vorgestellten mobilen psychiatrischen Krisendienst gibt es noch weitere Hilfsdienste für Menschen, die sich in einer akuten seelischen Krise befinden. Im Kapitel „Gesundheit“ sind darüber hinaus ebenfalls Einrichtungen aufgeführt, an die man sich bei seelischen Problemen wenden kann.

→ **FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V.**

Güllstraße 3
80336 München
Fon 747 3 70-0
Fax 747 3 70-80
psychosoziale.beratungsstelle@ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

↗ S. 354

→ **Evangelisches Beratungszentrum München e.V. (ebz)**

Beratung für Eltern, Kinder;
Jugendliche und Familien
Landwehrstraße 15/Rgb.
80336 München
Fon 590 48 130
Fax 590 48 193
mail@ebz-muenchen.de
www.ebz-muenchen.de

↗ S. 89

→ **Evangelischer Beratungsdienst für Frauen**

Heißstraße 12
80799 München
Fon 28 77 86 90
www.frauenberatungsdienst-muenchen.de

→ **Ärztlicher und Psychiatrischer Bereitschaftsdienst**

Fon 11 61 17
Der Bereitschaftsdienst richtet sich an Menschen mit *nicht*-lebensbedrohlichen Erkrankungen und Krisensituationen. Der Anruf kostet 0,12 €/Minute.

→ **Sozialdienst katholischer Frauen e.V. München**

Dachauer Straße 48
80335 München
Fon 559 81-0
Fax 559 81-266
info@skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de

↗ S. 146

→ **Die Arche – Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.**

Saarstraße 5
80797 München
Fon 33 40 41
Fax 39 53 54
www.die-arche.de

Die Arche bietet ambulante Suizidprävention, Krisenintervention und Therapie für Menschen in Lebenskrisen und bei Suizidgefahr, sowie nach Suizidversuchen an.

Schwierige Lebenssituationen Seelische Notlagen

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ Münchner Insel

auf dem Viktualienmarkt

Marienplatz Untergeschoss
80331 München

Fon 22 00 41

Fax 22 31 30

Städtisches Klinikum München,
Klinikum Harlaching

→ Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Sanatoriumsplatz 2

81545 München

Fon 62 10-28 96 (Sekretariat Chefärztin)

Fax 62 10-28 98

Epsychosomatik.kh@klinikum-muenchen.de

[www.klinikum-muenchen.de/kliniken-](http://www.klinikum-muenchen.de/kliniken-zentren/harlaching)

[zentren/harlaching](http://www.klinikum-muenchen.de/kliniken-zentren/harlaching)

➔ S. 351

→ Therapienetz Essstörung®

Beratung, Begleitung,

Therapeutische Wohngruppen

Sonnenstraße 2/IV. Stock

80331 München

Fon 720 136 78-0

Fax 720 136 78- 11

info@tness.de

www.therapienetz-essstoerung.de

➔ S. 349

→ TelefonSeelsorge

evangelisch und katholisch

080 01 11 01 11 oder

080 01 11 02 22

Mail- und ChatSeelsorge

www.telefonseelsorge.de

→ Das Atriumhaus

Psychiatrisches Krisen- und
Behandlungszentrum

Bavariastraße 11

80336 München

Fon 72 95 96-0

www.atriumhaus-muenchen.de

Das Atriumhaus ist ein psychiatrisches Krankenhaus mit einer psychiatrischen Ambulanz, die als Anlaufstelle in Krisensituationen für Bürgerinnen und Bürger im Münchner Süden dient.

Evangelisches Hilfswerk
gemeinnützige GmbH

→ Mimikry

Beratungsstelle für Sexarbeiterinnen

Dreimühlenstraße 1

80469 München

Fon 72 59 083

Fax 74 79 39 43

mimikry@hilfswerk-muenchen.de

www.mimikry.org

➔ S. 239

→ IMMA e.V.

Fachstelle Zwangsheirat

Goethestraße 47
80336 München
Fon 45 21 635-0
Fax 45 21 635-29
fachstelle-zwangsheirat@imma.de
www.imma.de

Angebot

Beratung von Betroffenen sowie von deren Bezugspersonen
Fachberatungen und Fortbildungen für Fachkräfte (siehe Homepage)

Für wen?

Mädchen und junge Frauen, Jungen und junge Männer, Angehörige und Fachkräfte

Kosten

Keine

Porträt

Die Fachstelle Zwangsheirat wurde 2013 aufgrund eines Stadtratbeschlusses eingerichtet. Auch in München gibt es damit eine Fachstelle, deren Expertise im Bereich Zwangsverheiratung und Gewalt „im Namen der Ehre“ genutzt wird. Neben der Beratung bietet die Fachstelle Fortbildungen an, um die Fachwelt und die Öffentlichkeit zum Thema Zwangsverheiratung zu sensibilisieren.

Ziele

Unterstützung von Mädchen und jungen Frauen sowie Jungen und jungen Männern, die von Zwangsheirat bedroht oder betroffen sind. Auch Menschen, die von Gewalt „im Namen der Ehre“ bedroht werden, können sich an die Fachstelle wenden. Sie berät Bezugspersonen von Betroffenen sowie Fachkräfte und bietet Fortbildungen zum Thema Zwangsheirat an.

Team

Sozialpädagoginnen (BA/MA/Diplom)

Öffnungszeiten

Mo–Do 10–17 Uhr

Telefonische Sprechzeiten:

Mo 14–16 Uhr

Di 10–12 Uhr

Do 13–15 Uhr



MVV

U Bahn Goetheplatz

Schwierige Lebenssituationen

Familienkonflikte

→ TuSch – Trennung und Scheidung – Frauen für Frauen e.V.

Grimmstraße 1
80336 München
Fon 77 40 41
Fax 747 08 50
www.tusch.info

Angebote

- Psychosoziale Einzelberatung zur Klärung emotionaler, sozialer, wirtschaftlicher Fragen und Probleme
- Einzelberatung bei juristischen und steuerrechtlichen Fragen
- Elternberatung/Umgangsberatung
- Beratung nach dem Münchner Modell
- Mediation
- offene Gesprächskreise
- Selbsthilfegruppen und themenzentrierte Gruppen
- Vorträge und Workshops

Für wen?

Für Frauen vor, während und nach Trennung und Scheidung/Aufhebung der Lebenspartnerschaft; Eltern-/Umgangsberatung, Beratung nach Münchner Modell und Mediation auch für Eltern/ Paare

Kosten

- Psychosoziale Beratung, Eltern-/ Umgangsberatung und Beratung nach Münchner Modell: kostenfrei, ab der vierten Beratung Kosten einkommensabhängig
- Beratung zu juristischen und steuerrechtlichen Fragen: nur für Mitglieder Mitgliedsbeitrag: jährlich 60€, ab dem zweiten Jahr Mitgliedschaft 50€
- Kosten für Mediation, Gruppenangebote und Veranstaltungen auf Anfrage

Porträt

Der Verein TuSch – Trennung und Scheidung wurde 1986 von Frauen für Frauen gegründet, aus der Erfahrung heraus, dass Frauen in dieser spezifischen Lebenssituation Parteilichkeit, Verständnis und Akzeptanz benötigen. TuSch ist Mitglied in „Der Paritätische“ und wird von der Landeshauptstadt München gefördert.

Ziele

- umfassende Hilfe für Frauen in Trennungssituationen
- Mediation und Eltern-/Umgangsberatung

Team

Sozialpädagoginnen, Psychologin
Rechtsanwältinnen und Steuerberaterinnen als Honorarkräfte

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit im Verein

Telefonsprechzeiten

Termine nur nach telefonischer Vereinbarung
Mo, Di, Do 10.30–12.30 Uhr
Mi 14.30–15.30 Uhr



MVV

U3/U6 Poccistraße

→ **Betreuter Umgang**

Verein für Fraueninteressen e.V.

Rumfordstraße 23

80469 München

Fon 22 80 01 40

Fax 22 80 76 91

betreuterumgang@fraueninteressen.de

www.fraueninteressen.de

Angebot

Begleiteter Umgang ist eine Hilfestellung für Kinder von getrennt lebenden Eltern zur Aufrechterhaltung des Kontaktes zum getrennt lebenden Elternteil. Den Kindern wird die Möglichkeit gegeben, auch den getrennt lebenden Elternteil regelmäßig zu sehen, ihn lieben und wertschätzen zu dürfen – auch wenn zur Zeit keine Kommunikation zwischen den Eltern möglich ist. In einem Aufnahmegespräch, getrennt für jeden Elternteil, werden die individuellen Rahmenbedingungen für den Begleiteten Umgang besprochen und festgelegt. Es gibt *keine* Verpflichtung zu gemeinsamen Gesprächen. Ziel ist die konfliktfreie Begegnung von Eltern und Kindern.

Begleitete Übergabe

Bei der Übergabe der Kinder kommt es häufig zu Auseinandersetzungen und Streit zwischen den getrennt lebenden Eltern. Ziel der Begleiteten Übergabe ist es, Kinder davor zu schützen und eine konfliktfreie Übergabe zu ermöglichen.

Für wen?

Zielgruppe sind Eltern und wichtige Bezugspersonen, für die keine freien Besuchskontakte möglich sind.

Telefonsprechzeiten

Mo–Fr 9.30–12.30 Uhr

MVV

S-Bahnen Isartor oder Marienplatz,
Tram 17/18 Reichenbachplatz

Schwierige Lebenssituationen

Familienkonflikte

Weitere Beratungs- und Anlaufstellen bei Partnerschafts- und Familienkrisen

In München gibt es eine große Infrastruktur an Partnerschafts- und Familienberatungsstellen, die von der Stadt München, den Wohlfahrtsverbänden oder Kirchen getragen werden und die als Anlaufstellen in allen Familienkrisen dienen; zu Adressen und Einrichtungen siehe Kapitel „[Familie Partnerschaft Kinder](#)“.
Nachfolgend eine Liste weiterer Hilfs- und Krisendienste:

→ Familien-Notruf München e.V.

Pestalozzistraße 46
80469 München
[Fon 23 88 56-6](tel:2388566)
Fax 23 88 56-70
info@familien-notruf-muenchen.de
www.familien-notruf-muenchen.de

Der Familien-Notruf München bietet Familienberatung, Paarberatung, Einzelberatung, Mediation und begleiteten Umgang bei Beziehungskrisen, Trennung und Scheidung.

→ Wendepunkt e.V. Krisenmanagement für Frauen und Paare

Oberanger 38
80331 München
[Fon 26 90 02](tel:269002)
wendepunkt.ev@online.de
www.wendepunkt-ev.de

Die Einrichtung bietet Krisenmanagement für Frauen und Paare in Trennungs- und anderen Krisensituationen sowie Paar- und Familienmediation.

→ IETE – Intakte Elternschaft trotz Trennung/Scheidung

Beratungsstelle für Familien in
Krisen- und Trennungssituationen
Germersheimer Straße 26
81541 München
[Fon 452 44-31 20](tel:452443120)
Fax 452 44-31 11
info@iete-muenchen.org
www.iete-muenchen.org

IETE ist eine anerkannte Beratungsstelle für verheiratete und nicht-verheiratete Familien in Krisensituationen und allen Phasen von Trennung und Scheidung, die helfen möchte, Lösungen zu finden, die von allen Familienmitgliedern akzeptiert werden können. Sie bietet außerdem Unterstützung im Bereich begleiteter Umgang.

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **KinderschutzZentrum München**

Träger: Deutscher Kinderschutzbund und OV München e.V.
Kapuzinerstraße 9 D
(Innenhof/Aufgang D/2. Stock)
80337 München
Fon 55 53 56
Fax 55 02 95 62
kischuz@dksb-muc.de
www.kinderschutzbund-muenchen.de

↗ S. 112

→ **Mütterlobby e.V.**

bundesweite Informationen:
Fon 030/91 70 50-03
Fax 030/91 70 50-04

Region Bayern:
Fon 0177 97 37964
bayern@muetterlobby.de
www.muetterlobby.de

↗ S. 118

→ **VAMV OV München**

Verband allein erziehender
Mütter und Väter
Silberhornstraße 6
81539 München
Fon 692 70 60
Fax 69 37 29 26
info@vamv-muenchen.de
www.vamv-muenchen.de

Der Verband setzt sich dafür ein, dass das gemeinsame Sorgerecht nicht als Regelfall, sondern nur auf Wunsch beider Eltern erteilt wird.
Die Broschüre „So schaffe ich es allein“, ein Wegweiser durch den Paragraphendschungel, ist beim Verband erhältlich.

↗ S. 119

Schwierige Lebenssituationen

Beschwerdestellen

Landeshauptstadt München

→ **BürgerInnenbüro des Oberbürgermeisters**

Rathaus, Marienplatz 8

80331 München

Fon 233-925 27

Fon 233-252 41

buergerberatung.dir@muenchen.de

Im Rathaus nehmen MitarbeiterInnen des Oberbürgermeisters Anregungen und Beschwerden der Bürgerschaft entgegen. Sie überprüfen jedes einzelne Anliegen und versuchen, Lösungen zu finden.

Landeshauptstadt München

Büro des Oberbürgermeisters

→ **Gleichstellungsstelle für Frauen**

Marienplatz 8

80331 München

Fon 233-924 65

Fax 233-240 05

gst@muenchen.de

www.muenchen.de/frauengleichstellung

↗ S. 208

Landeshauptstadt München

→ **AMIGRA-Antidiskriminierungsstelle für Menschen mit Migrationshintergrund**

Burgstraße 4

80331 München

Fon 233 252 55

Fax 233-244 88

amigra.dir@muenchen.de

www.muenchen.de

Die Antidiskriminierungsstelle ist Anlauf- und Beratungsstelle für Menschen, die sich wegen ihrer Herkunft, Sprache, Hautfarbe oder Religion diskriminiert fühlen.

Landeshauptstadt München

→ **Zentrale Behördennummer**

Fon 115

Hier wird weitergeholfen – bei der Suche nach den richtigen AnsprechpartnerInnen und der Vermittlung an die richtige Stelle!

Landeshauptstadt München

→ **Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege**

Burgstraße 4
80331 München
Fon 233-969 66
Fax 233-219 73

staetdtsche_beschwerdestelle.altenpflege@
muenchen.de
www.muenchen.de/beschwerdestelle-
altenpflege

Angebot

Die Beschwerdestelle ist eine Einrichtung, die Beschwerden von BürgerInnen zu Pflegeeinrichtungen kompetent und lösungsorientiert bearbeitet. Sie ist für alle stationären Pflegeeinrichtungen, ambulanten Pflegedienste, betreutes Wohnen und neue Wohnformen zuständig – sofern sie sich im Münchner Stadtgebiet befinden. Die Beschwerdestelle ist im Vorfeld der Aufsichtsbehörden tätig.

Für wen?

An die Beschwerdestelle können sich zum einen die betroffenen pflegebedürftigen Menschen, ihre Angehörigen und Bezugspersonen sowie Nachbarn und Freunde wenden. Zum anderen ist sie Anlaufstelle für beruflich mit der Altenpflege Beschäftigte, wie beispielsweise Berufsbetreuerinnen oder Pflegekräfte.

Öffnungszeiten

Mo 9–12 Uhr und 13–16 Uhr
Di 9–12 Uhr
Mi 13–19 Uhr
Do 9–12 Uhr und 13–16 Uhr
Fr 9–12 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Marienplatz

Porträt

Hauptaufgabe der Beschwerdestelle ist die Bearbeitung von Bürgerbeschwerden zur Altenpflege. Darüber hinaus gibt die Beschwerdestelle Ratgeber für ältere Menschen heraus und informiert Betroffene und Interessierte im Rahmen von Veranstaltungen, insbesondere durch das „Bürgerforum Altenpflege“. Die Beschwerdestelle vertritt die Interessen der Betroffenen durch die Mitarbeit in Gremien und Arbeitskreisen.

Ziele

Das grundsätzliche Ziel ist, in jedem Einzelfall eine Verbesserung für die betroffenen älteren Menschen und ihre Angehörigen zu erreichen.

Team

Die Beschwerdestelle ist eine fünfköpfige Dienststelle. Alle Mitarbeiterinnen sind Pflegefachkräfte mit Zusatzausbildungen. Die Leitung ist Sozialpädagogin und Pflegefachkraft. Studierende und Auszubildende der Verwaltung ergänzen das Team.

Schwierige Lebenssituationen

Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt

Münchener Unterstützungsmodell

In München wird den Opfern häuslicher Gewalt im Rahmen des Münchener Unterstützungsmodells (MUM) nach einem Polizeieinsatz angeboten, dass sich eine Beraterin zeitnah mit ihnen in Verbindung setzt. Die am MUM beteiligten Hilfe- einrichtungen unterstützen sie dann bei den notwendigen Schritten.

Die Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartner sind:

→ **Beauftragte der Polizei für Frauen und Kinder im Kommissariat für verhaltensorientierte Prävention und Opferschutz**

www.polizei-bayern.de

→ **Frauen helfen Frauen e.V.**

www.frauenhaus-muenchen.de

→ **Frauenhilfe München, Beratungsstelle**

www.frauenhilfe-muenchen.de

→ **Frauennotruf München**

www.frauennotrufmuenchen.de

→ **Sozialdienst katholischer Frauen e.V.**

www.skf-muenchen.de

→ **Münchener Informationszentrum für Männer**

www.maennerzentrum.de

für Kinder:

→ **IMMA**

www.imma.de

→ **kibs**

www.kibs.de

Diese Einrichtungen sind im Handbuch ausführlich beschrieben.

→ Autonomes Frauenhaus München Frauen helfen Frauen e.V.

Adresse geheim
Postfach 900 446
81504 München
Fon 64 51 69
Fax 64 79 30
www.frauenhaus-muenchen.de

Angebot

- Notruftelefon und Aufnahme im Frauenhaus (geschützter Wohnraum) rund um die Uhr
- telefonische Beratung für von Gewalt betroffene Frauen, Angehörige, Fachstellen
- Beratung zum Gewaltschutzgesetz
- Sicherheitsberatung
- Krisenintervention
- Beratungsgespräche zu rechtlichen, finanziellen und sozialen Fragen
- Hilfestellung bei der Trennung und Verarbeitung der Gewalterfahrung in Einzel- und Gruppengesprächen
- Prozessvorbereitung und -begleitung
- Begleitung zu Ämtern
- Unterstützung beim Aufbau eines selbstbestimmten, gewaltfreien Lebens, bei Wohnungssuche, Umzug sowie Existenzaufbau
- Hilfe zur wirtschaftlichen Eigenständigkeit, Berufs(wieder)einstieg und Qualifizierung sowie nachgehende Beratung und Unterstützung
- Präventionsarbeit im Kinderbereich des Frauenhauses
- Unterstützung und Förderung der Mädchen und Jungen in Kleinkinder-, Kindergarten- und Schulkindergruppen

♀ Für wen?

Frauen und ihre Kinder, die körperlicher, psychischer oder sexueller Gewalt durch Ehemänner/Lebenspartner ausgesetzt oder davon bedroht sind

Kosten

Beratung kostenfrei; Mietanteil je nach Einkommen

Porträt

Der Verein wurde 1976 gegründet, um in München ein autonomes Frauenhaus einzurichten und Männergewalt gegen Frauen und Kinder zu skandalisieren.

Ziele

Frauen bei der Trennung vom gewalttätigen Partner unterstützen; Stärkung, Frauensolidarität, Befreiung von Männergewalt. Männergewalt gesellschaftlich ächten, effektive Prävention etablieren und die traditionellen Geschlechterrollen der Benachteiligung von Frauen und die Vorherrschaft von Männern überwinden.

Team

Dipl. SozialpädagogInnen, Erzieherinnen, Kinderpflegerin

Bürozeiten

Mo–Do 8.30–17.30 Uhr

Fr 9–15 Uhr

Notruftelefon rund um die Uhr

Schwierige Lebenssituationen

Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt

→ Frauennotruf München

Beratungsstelle bei sexueller Gewalt
Krisentelefon bei Gewalt
Saarstraße 5
80797 München
Fon 76 37 37
Fax 721 17 15
info@frauennotrufmuenchen.de
www.frauennotrufmuenchen.de

Angebot

Telefonische und persönliche Krisenintervention; Begleitung zu Polizei, Anwältinnen, zur Gerichtsverhandlung; Prozessvorbereitung; Beratung und Traumatherapie; Gruppen; Fortbildungen; Veranstaltungen und Aktionen

♀ Für wen?

- Frauen und Mädchen mit sexuellen Gewalterfahrungen (Beratungsstelle)
- Frauen und Mädchen mit allen Formen von Gewalterfahrungen (Krisentelefon)
- professionelle und private Bezugspersonen

Kosten

Beratung ist kostenlos; Teilnehmerinnenbeitrag für Gruppen ist einkommensabhängig; evtl. Eintrittspreis bei Veranstaltungen

Porträt

Der Frauennotruf wurde 1992 gegründet, er ging aus dem Selbsthilfeprojekt „Notruf für vergewaltigte Frauen und Mädchen“ hervor. Im Mai 2001 wurde das Krisentelefon bei Gewalt im Frauennotruf angesiedelt, so dass auch abends, an Wochenenden und Feiertagen ein telefonisches Beratungsangebot zur Verfügung steht.

Der Frauennotruf ist angeschlossen an den Paritätischen Wohlfahrtsverband Bayern, den Bundesverband Frauen gegen Gewalt e.V. (bff) und an das Münchner Frauennetz.

Ziele

Unterstützung von Frauen bei (sexueller) Gewalt – unabhängig vom Zeitpunkt der Tat oder ob Anzeige erstattet wurde – durch vielfältige Beratungs- und Therapieangebote. Durch Öffentlichkeits- und Vernetzungsarbeit soll die gesellschaftliche Bedingtheit von sexueller Gewalt aufgezeigt und sowohl individuelle wie institutionelle und gesellschaftliche Veränderung bewirkt werden.

Team

13 hauptamtliche Beschäftigte
Dipl.-Sozialpädagoginnen, Dipl.-Psychologinnen, Verwaltungsfachfrau

So können Sie mitwirken

Beitritt zum Trägerverein, Spenden

Öffnungszeiten

Beratungsstelle: Mo Fr 10–18 Uhr
Krisentelefon: täglich 18–24 Uhr



Mitbringen von Kindern
nach Absprache möglich

MVV

U2 Hohenzollernplatz

→ Frauenhilfe München

Beratungsstelle für Frauen
bei Partnergewalt
Winzererstraße 47
80797 München
Fon 35 82 81-0
Fax 35 82 81-10
beratungsstelle@frauenhilfe-muenchen.de
www.frauenhilfe-muenchen.de

Angebot

Das Angebot ist ausschließlich für von Partnergewalt betroffene Frauen; auf Wunsch anonyme Beratung; Telefonberatung und parteiliche psychosoziale Beratung (kurz- und längerfristig) nach Terminvereinbarung; offene Sprechzeit; Gruppen; Rechtsberatung durch Fachanwältinnen; Beratung für Angehörige, private und professionelle UnterstützerInnen; auf Wunsch Paargespräche; Elternberatung im familiengerichtlichen Verfahren

♀ Für wen?

Von Partnergewalt betroffene deutsche und ausländische Frauen mit und ohne Kinder. Es wird auch mit Dolmetscherinnen gearbeitet.

Kosten

Keine

Porträt

Die Beratungsstelle als eigenständiges Angebot besteht seit 1990. Das Konzept der Frauenhilfe sah von Anfang an auch Beratung für von Partnergewalt betroffene Frauen vor, für die das Frauenhaus keine Lösung ist. Sie ist auf folgenden Gebieten tätig: Sicherheitsberatung; psychosoziale Beratung und Gruppenarbeit; rechtliche Beratung vor allem zum Gewaltschutzgesetz; Beratung von Angehörigen und

Helferinnen von misshandelten Frauen; Prävention und Öffentlichkeitsarbeit. Die Frauenhilfe München gehört zum Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband (DPWV), Landesverband Bayern.

Ziele

Frauen ermutigen und stärken, sich aus einer Situation der Abhängigkeit und der Gewalt zu lösen und ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Durch die Beratungsangebote für Mütter erhalten auch (mit) betroffene Kinder Unterstützung im Kontext der Gewalt geprägten Lebenssituation.

Team

Sechs hauptamtliche Dipl.-Sozialpädagoginnen, z.T. mit systemischen/traumatheapeutischen Zusatzausbildungen

Öffnungszeiten

Telefonzeiten:

Mo–Do 10–13 Uhr,

Di 14–17 Uhr

In Notfällen rund um die Uhr:

Fon 354 83-0

Termine nach Terminvereinbarung

Offene Sprechzeit: Di 16–18 Uhr



MVV

U2, Haltestelle Hohenzollernplatz
Tram 27, Haltestelle Herzogstraße

Schwierige Lebenssituationen Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt

→ Frauenhaus

Frauenhilfe München gGmbH

Adresse geheim

Postfach 40 06 46

80706 München

Fon 354 83-0

Fax 354 14 92

frauenhaus@frauenhilfe-muenchen.de

www.frauenhilfe-muenchen.de

Angebot

Schutz vor weiteren Gewalttätigkeiten; vorübergehende Wohnmöglichkeit; partielle psychosoziale Beratung; Vermittlung von weiterführenden Diensten; Dolmetscherinnendienste bei Sprachbarrieren; pädagogische Einzel- und Gruppenangebote und heilpädagogische Förderung für Kinder; Unterstützung nach dem Frauenhausaufenthalt; Prävention und Öffentlichkeitsarbeit.

♀ Für wen?

Von Partnergewalt betroffene Frauen mit und ohne Kinder. Unser Haus ist offen für Frauen unabhängig von Herkunft, Kulturkreis und Nationalität.

Kosten

Beratung und Hilfe sind kostenlos, Mietkosten fallen nur bei eigenem Einkommen an.

Porträt

Das Frauenhaus bietet Ihnen alleine oder mit Ihren Kindern:

- Schutz vor weiterer Gewalt durch sicheres Wohnen
- Beratung und Hilfe in der momentanen Krisensituation
- Information über finanzielle und soziale Hilfen
- Unterstützung bei der Entwicklung neuer Lebensperspektiven
- Hilfe, um Ihre Rechte und Interessen wahrzunehmen

Jede Bewohnerin hat ein Zimmer für sich (und die Kinder) und organisiert ihr Leben selbstständig.

Ziele

Frauen ermutigen und stärken, sich aus einer Situation der Abhängigkeit und der Gewalt zu lösen und ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

Team

45 hauptamtliche Beschäftigte, vorwiegend in Teilzeit

→ **Beauftragte der Polizei für Frauen und Kinder**

Kommissariat 105 für verhaltensorientierte
Prävention und Opferschutz
Ettstraße 2
80333 München
Fon 29 10-44 44
Fax 29 10-44 00

Polizeinotruf: 110

Angebot

Beratung für BürgerInnen, die Opfer von Gewalt oder einer Straftat geworden sind oder polizeiliche Hilfe benötigen; die Beratung kann telefonisch oder persönlich nach vorheriger Anmeldung erfolgen. Der „POLIZEI-Kurs“ hilft mit, Zivilcourage und Selbstsicherheit zu erlernen. Das Kommissariat 105 koordiniert das Münchner Unterstützungs-Modell (MUM) gegen häusliche Gewalt. Beteiligt sind darin der Sozialdienst katholischer Frauen, die Frauenhilfe München, der Frauennotruf München, der Verein Frauen helfen Frauen e.V., die Interventionsstelle Landkreis München und das Münchner Informationszentrum für Männer. Allen, die von Partnergewalt betroffen sind, bietet MUM Beratung und Unterstützung.

Programm

Informationen bei allen Polizeidienststellen

Kosten

Keine

Für wen?

Von Gewalt betroffene Frauen und Kinder,
Opfer von Straftaten

pp-mue.muenchen.k105@polizei.bayern.de
www.polizei.bayern.de/muenchen/schuetzen-
zenvorbeugen/beratung/frauenundkinder

Porträt

Die Beratungsstelle wurde 1987 eingerichtet, um BürgerInnen den Weg zur Polizei über eine frauenspezifische Beratungsstelle zu erleichtern, wenn sie Opfer von Gewalt bzw. einer Straftat geworden sind oder polizeiliche Hilfe benötigen. Die Beratungsstelle ist auf dem Gebiet der Vorbeugung, Verbrechensbekämpfung und Opferhilfe, Öffentlichkeitsarbeit sowie Fortbildung tätig.

Ziele

Die Hemmschwellen der Opfer, eine Straftat anzuzeigen, abbauen und das Vertrauensverhältnis zur Polizei verbessern. Das Sicherheitsgefühl von Frauen soll gestärkt und das Dunkelfeld aufgeheilt werden, der Kriminalität soll vorgebeugt und Opfer über ihre Rechte aufgeklärt werden.

Beratungszeiten

Mo–Do 8–11 Uhr, 13–15 Uhr
Fr 8–11 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Marienplatz

Schwierige Lebenssituationen

Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt

Schwestern vom Guten Hirten
München, KÖR

→ Haus Hagar

Postfach 710 503

81455 München

Fon 74 44-12 22

Fax 74 44-12 26

Rufbereitschaft 0162 / 824 13 15

haushagar.st.gabriel@t-online.de

Angebot

Das Haus Hagar unterstützt Frauen dabei, dass sie so gut wie möglich wieder ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben führen können.

Anzahl der Plätze: 14 für Frauen,
16 für Kinder

♀ Für wen?

Jede bedrohte und körperlich/seelisch misshandelte Frau (mit und ohne Kinder), die Schutz vor weiterer Bedrohung und Misshandlung vor dem gewalttätigen Partner benötigt, findet Aufnahme im Haus Hagar. Ein Anteil von bis zu zwei Frauen (mit und ohne Kinder), die vor familiärer, aber nicht partnerschaftlicher Gewalt Schutz sucht, findet ebenfalls Aufnahme.

Porträt

Grundprinzip der Arbeit – Leitbild der Einrichtung:

Das Grundprinzip in der Arbeit mit den Frauen und Kindern, die durch Gewalterfahrungen in eine akute Krisensituation geraten sind, ist die Sicherung von Unterkunft, Schutz und finanzielle Absicherung.

Ziele

- Schutz der Frauen und ihrer Kinder vor Gewalt und vor der weiteren Verfolgung und Bedrohung durch die Täter
- Stärkung des Selbstwertgefühls der Frauen und ihrer Kinder durch Erkennen ihrer Fähigkeiten und Möglichkeiten zur eigenen Lebensgestaltung und zum selbstverantwortlichen Handeln
- Führung eines gewaltfreien und selbstbestimmten Lebens der Frauen und Kinder
- Überwindung der durch die Gewalterfahrungen erlittenen Verletzungen der Frauen und Kinder
- Finanzielle Unabhängigkeit der Frauen
- Verbesserung der Vernetzung von Institutionen und Behörden, die mit der Unterstützung der von häuslicher Gewalt betroffenen Frauen und Kinder befasst sind
- Förderung des Bewusstseins über strukturelle Gewalt gegenüber Frauen und Kindern in der Öffentlichkeit

Team

Sozialpädagoginnen, Erzieherin,
Hauswirtschaftlerin

→ Wildwasser München e.V.

Fachstelle für Prävention und Intervention
bei sexualisierter Gewalt gegen Frauen
und Mädchen

Rosenheim Straße 30
(im Motorama/V. Stock)

81669 München

Fon 600 39 331

Fax 614 66 287

info@wildwasser-muenchen.de

www.wildwasser-muenchen.de

Angebot

Angebote im Bereich Beratung
und Begleitung;

Beratungen können grundsätzlich per
E-Mail, telefonisch oder persönlich
stattfinden und immer auch anonym.

- Beratung von Frauen und Mädchen,
die sexualisierte Gewalt erleben
mussten oder erleben, oder eine
derartige Vermutung haben – auch
für Frauen mit Beeinträchtigungen
- Krisenintervention
- Beratung von Bezugspersonen von
Betroffenen
- Mediationsgespräche zwischen
betroffenen Frauen und deren Bezugs-
personen
- Beratung von Institutionen, PädagogIn-
nen und anderen Fachkräften
- Unterstützung bei der Suche nach
TherapeutInnen, Kliniken, ÄrztInnen,
RechtsanwältInnen etc.
- Vermittlung an andere Einrichtungen
- Begleitung im Vorfeld von und während
Strafprozessen
- Begleitung zu RechtsanwältInnen,
ÄrztInnen, Behörden etc.
- Aufsuchende Interventionsfachberatung
in Einrichtungen
- Beratung von Leitungen und Teams
z.B. in (Verdachts-)Fällen von
sexualisierter Gewalt

Traumatherapie

- für Frauen, die sexualisierte Gewalt
in der Kindheit erfahren mussten
- für Frauen mit Lern-/geistiger
Behinderung nach sexualisierter Gewalt

Selbsthilfegruppen

Die Selbsthilfegruppen beginnen mit einer
ca. drei- bis fünfmaligen fachlichen Anlei-
tung. In dieser Phase wird Sicherheit für
die Beteiligten geschaffen und eine Struk-
tur sowie Themen der weiteren Treffen
(ohne Anleitung) gemeinsam erarbeitet.

Telefonzeiten

Mo 10–12 Uhr

Mi 16–18 Uhr

Do 14–16 Uhr

oder per Rückruf

Persönliche Beratung nach Vereinbarung

MVV

S-Bahnen Rosenheimerplatz

Schwierige Lebenssituationen Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt

→ **kibs** (Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für männliche Opfer sexualisierter Gewalt)
Kinderschutz e.V.
Kathi-Kobus-Straße 9
80797 München
Fon 23 17 16 91 20
Fax 23 17 16 91 20
mail@kibs.de
www.kibs.de

Angebot

- Einzelberatungen, auf Wunsch anonym
- Familientherapien/-beratungen
- (trauma)therapeutische Hilfen
- webbasierte Onlineberatungen
- Gerichtsvorbereitungen und -begleitungen
- Selbstbehauptungskurse für Jungen
- Selbsthilfegruppen
- Fachberatungen von Institutionen
- Fachberatungen nach § 8a SGB VIII im Bereich sexualisierte Gewalt
- Fortbildungen und MultiplikatorInnen-schulungen für MitarbeiterInnen sozialer Einrichtungen
- Beratungen für Jungen ab 6 Jahren, die von häuslicher Gewalt betroffen sind und deren Angehörige

Für wen?

Für Jungen, junge Männer bis 27 Jahre, die von sexualisierter Gewalt betroffen sind. Für Jungen ab 6 Jahren, die von häuslicher Gewalt betroffen sind.
Für Eltern, Angehörige, PartnerInnen der Betroffenen, Fachkräfte, sowie alle weiteren Bezugspersonen.

Kosten

Kostenfrei

Porträt

Sexualisierte Gewalt an Jungen ist gesellschaftlich stark tabuisiert. Deshalb bietet kibs Unterstützung und Hilfen für Jungen und junge Männer bis 27 Jahre an und berät zudem Eltern, Geschwister, Partnerinnen und Partner, Fachkräfte, sowie weitere Bezugspersonen – auch bei Verdachtsmomenten.

Team

Dipl. SozialpädagogInnen, Dipl. PsychologInnen, Dipl. PädagogInnen mit z.T. spezieller Zusatzausbildung, z.B. Traumatherapie

So können Sie mitwirken

Spenden erwünscht

Öffnungszeiten

Termine nur nach Vereinbarung:

Mo–Fr 10–18 Uhr

Zusätzliche telefonische Beratung:

Mo 11–14 Uhr, Mi 12–15 Uhr



MVV

Tram 12, Bus 53 Barbarastraße

→ AMYNA e.V.

Institut zur Prävention von sexuellem Missbrauch | GrenzwertICH | Projekte & überregionale Angebote

Mariahilfplatz 9
81541 München
Fon 890 57 45-100
Fax 890 57 45-199
info@amyna.de
www.amyna.de

Angebot

- AMYNA e.V. arbeitet zum Thema „Prävention von sexuellem Missbrauch“:
- MultiplikatorInnenarbeit: Fortbildungen, Informationsveranstaltungen und Fachtage für MitarbeiterInnen der Kinder- und Jugendarbeit sowie für enge Bezugspersonen
- Informationsangebote: Publikationen, Broschüren und Handbücher sowie Präventionsberatung im Rahmen einer umfangreichen Präsenzbibliothek
- Begleitung bei der Entwicklung von Schutzkonzepten
- Interkulturelles Angebot: Spezielle Elternabende, Fortbildungen für Fachpersonal, Telefonzeiten und Literatur
- Medien- und Öffentlichkeitsarbeit

Für wen?

Zielgruppen sind ausschließlich Erwachsene die für Kinder Verantwortung tragen.

Kosten

Siehe Website

Porträt

Der Verein AMYNA e.V. wurde 1989 gegründet, seit 1992 existiert AMYNA – das Institut zur Prävention von sexuellem Missbrauch. Neben dem Institut gibt es noch die beiden Arbeitsbereiche „GrenzwertICH – sexuelle Übergriffe durch Kin-

der und Jugendliche verhindern“ sowie „AMYNA – Projekte & überregionale Angebote“. AMYNA ist die einzige Einrichtung im Münchner Raum, die ausschließlich im Vorfeld von sexueller Gewalt, also der Prävention tätig ist.

Ziele

AMYNA e.V. setzt sich in allen Arbeitsbereichen für den Schutz von Mädchen und Jungen vor sexueller Gewalt ein.

Team

SozialpädagogInnen und PädagogInnen

So können Sie mitwirken

Praktikum der Sozialpädagogik

Telefonzeiten

Di 10–12 Uhr und 14–16 Uhr

Do 10–12 Uhr

Öffnungszeiten Infothek:

Di 16–19 Uhr



MVV

Tram 27 Mariahilfplatz

Bus 25/152 Schweigerstraße

U2 Kolumbusplatz/Frauenhoferstraße

Schwierige Lebenssituationen Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt

→ Ärztliche Sprechstunde für Frauen in Problemsituationen

Erste Frauenklinik der LMU
Maistraße 11
80337 München
Fon 51 60-43 21
Fax 51 60-41 31
gyninn@med.uni-muenchen.de
www.frauenklinik-maistrasse.de

Angebot

Ausführliche Beratungsgespräche und gynäkologische Untersuchung durch Frauenärztinnen, die sich mit dem Thema sexuelle und/oder körperliche Gewalt gegen Frauen auseinandergesetzt haben, in einem geschützten Raum; falls gewünscht, psychosomatische Unterstützung und längerfristige medizinische Betreuung von Frauen in Problemsituationen.

♀ Für wen?

Frauen, die aktuell oder in der Vergangenheit sexuelle oder körperliche Gewalt erlebt haben; Frauen in Problemsituationen

Kosten

Keine

Sprechzeiten

nach Vereinbarung
Notaufnahme:
rund um die Uhr



MVV

U1/U2 Sendlinger Tor,
U3/U6 Goetheplatz

Porträt

Für Frauen und Mädchen mit Gewalterfahrungen kann die gynäkologische Untersuchung ein erneutes traumatisches Erleben darstellen. Daher bietet die Erste Frauenklinik der Universität eine besondere Sprechstunde für betroffene Frauen und Mädchen an. In der Sprechstunde sind ausschließlich Ärztinnen und Schwestern tätig, die sich mit dem Thema Gewalt gegen Frauen auseinandergesetzt haben.

Ziele

Frauen in Problemsituationen, insbesondere nach sexueller und/oder häuslicher Gewalterfahrung, sollen die Möglichkeit haben, die körperliche Untersuchung ausschließlich durch Frauenärztinnen in einem geschützten Raum durchführen zu lassen.

Team

Vier hauptamtliche Beschäftigte Frauenärztinnen, die jedoch auch andere klinische Aufgaben wahrnehmen

→ Ambulanz für Gewaltopfer

Institut für Rechtsmedizin der Universität
München
Nußbaumstraße 26
80336 München
Fon 2180-730 11
gewaltopferambulanz@med.uni-muenchen.de
www.rechtsmedizin.med.uni-muenchen.de

Angebot

(Anonyme) telefonische Beratung
kostenlose körperliche Untersuchung
Dokumentation der Verletzungen
Spurensicherung

Für wen?

Für alle, die häusliche Gewalt erleiden

Kosten

Keine

Ziele

Zeitnahe Dokumentation von Verletzungen
und Spurensicherung; ggf. Einbindung in
ein soziales Netzwerk

Team

Rechtsmedizinerinnen

Öffnungszeiten

8–17 Uhr, telefonisch
rund um die Uhr erreichbar



MVV

U-Bahn Sendlinger Tor/Goetheplatz,
U- und S-Bahn Hauptbahnhof

Schwierige Lebenssituationen Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt

Weitere Notfallambulanzen mit gynäkologischer Abteilung

Nachfolgend aufgeführte Krankenhäuser verfügen in ihren Notfallambulanzen zusätzlich über gynäkologische Abteilungen. Nach einer Vergewaltigung kann hier eine Erstversorgung mit Beweissicherung vorgenommen werden:

→ **Klinikum Harlaching**

Sanatoriumsplatz 2
81545 München
Fon 621 00-1
[www.klinikum-muenchen.de/
kliniken-zentren/harlaching](http://www.klinikum-muenchen.de/kliniken-zentren/harlaching)

→ **Klinikum rechts der Isar**

Ismaninger Straße 22
81675 München
Fon 414 00-0
www.mri.tum.de

→ **Klinikum Neuperlach**

Oskar-Maria-Graf-Ring 51
81737 München
Fon 67 94-1
www.kh-neuperlach.de

→ **Klinikum Großhadern**

Marchioninistraße 15
81377 München
Fon 70 95-0
www.klinikum.uni-muenchen.de

→ **Klinikum Schwabing**

Kölner Platz 1
80804 München
Fon 30 68-1
[www.klinikum-muenchen.de/
kliniken-zentren/schwabing](http://www.klinikum-muenchen.de/kliniken-zentren/schwabing)

Weitere Beratungsangebote und Schutzeinrichtungen für von Gewalt betroffene Mädchen und junge Frauen

→ **IN VIA Kofiza**

Goethestraße 12
80336 München
Fon 230 77-607
Fax 230 77-606
kofiza@invia-muenchen.de
www.invia-bayern.de

↗ S. 200

→ **Eine Liste der Frauenhäuser in Bayern steht unter**

www.stmas.bayern.de/gewaltschutz/familie/haeuser/php

→ **Anonyme Schutzeinrichtung Ada**

Fon 0800 664 77 99
info@ada-schutzhaus.de
www.ada-schutzhaus.de

Anonyme Schutzeinrichtung für Mädchen und junge Frauen mit Migrationshintergrund, die von physischer und/oder psychischer Gewalt und/oder Zwangsheirat betroffen sind.

↗ S. 203

Schwierige Lebenssituationen Gewalterfahrung und Schutz vor Gewalt

Schutz vor Frauenhandel, Zwangsheirat und Genitalverstümmelung

→ **(I)ntact e.V.**

Internationale Aktion gegen die Beschneidung von Mädchen und Frauen
Kontakt München:
Karin Schneider
werner-karin-schneider@t-online.de
www.intact-ev.de

Der Verein (I)ntact e.V. – Internationale Aktion gegen die Beschneidung von Mädchen und Frauen e.V., unterstützt seit 1996 afrikanische Frauen vor Ort in ihrem Kampf gegen Beschneidung. Gleichzeitig leistet er in Deutschland Aufklärungsarbeit zu genitaler Beschneidung/Genitalverstümmelung.

→ Das **Wohnprojekt Scheherazade** schützt junge Frauen bei drohender Zwangsheirat, über eine kostenfreie Hotline kann man sich direkt an das Wohnprojekt wenden.
[Hotline 0800 415 16 16](tel:08004151616)

→ **Terre Des Femmes**

Städtegruppe München
c/o Juliane von Krause
Praschlerstraße 30
81673 München
[Fon 43 65 14 74](tel:43651474)
muenchen@frauenrechte.de
www.terre-des-femmes-muenchen.de

Die Terre Des Femmes Städtegruppe befasst sich mit Menschenrechtsverletzungen an Frauen, wie etwa durch Frauenhandel, Zwangsheirat oder die genitale Verstümmelung von Frauen und Mädchen. Sie setzt sich dafür ein, dass Frauen vor Gewalt geschützt werden und selbstbestimmt leben können. Sie unterstützt Selbsthilfeprojekte weltweit, wie etwa das Projekt Florika in Bulgarien, das benachteiligte Mädchen fördert und Frauenhandel verhindert. Terre Des Femmes informiert durch Vorträge, Workshops und Infostände über Schwerpunktthemen, führt Aktionen und Kampagnen durch. Die Städtegruppe trifft sich einmal monatlich im SIAF in Haidhausen Sedanstraße 37, Café Glanz.

Allgemeine Unterstützung bei Gewaltdelikten

Neben den bereits vorgestellten Hilfsangeboten können Betroffene sich an verschiedene weitere Anlaufstellen wenden:

→ Weißer Ring e.V.

Kontakt München Andrea Hölzel
Fon 0151-55 16 46 87
lbbayernsued@weisser-ring.de

Zentrales Opfertelefon

116 006
info@weisser-ring.de
www.weisser-ring.de

Der Weiße Ring bietet Kriminalitätsoptionen und ihren Familien Unterstützung durch persönliche Betreuung, Hilfestellungen im Umgang mit den Behörden, Rechtsschutz, Begleitung zu Gerichtsterminen sowie Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen.

→ Opfer gegen Gewalt e.V.

Keyserlingstraße 37
81245 München
Fon 811 99 70
Fax 89 12 90 90
kontakt@opfer-gegen-gewalt.de
www.opfer-gegen-gewalt.de

Der Verein berät Opfer schwerer Gewaltverbrechen, insbesondere bei Tötungsdelikten und Sexualstraftaten, und verweist die Betroffenen gegebenenfalls an geeignete Hilfsstellen.

Schwierige Lebenssituationen Spezielle Angebote für Jugendliche

→ amanda – Projekt für Mädchen und junge Frauen

Gmunder Straße 7

81379 München

Fon 725 51 12

Fax 76 27 76

info@amanda-muenchen.de

www.amanda-muenchen.de

Angebot

Bei amanda werden Mädchen und junge Frauen in schwierigen Lebenslagen beraten, insbesondere zu

- Schule, Ausbildung, Berufswahl
- familiäre Probleme
- Konflikte mit der Freundin oder dem Freund
- Sexualität
- Coming-Out
- Schwangerschaft
- Persönlichkeitsprobleme, Selbstvertrauen

Zu diesen Themen bietet amanda fachkundige Information und Unterstützung, wenn nötig auch längerfristige Begleitung. Alle Gespräche werden vertraulich behandelt. amanda bietet außerdem Gruppen zum Thema Selbstbehauptung und Selbstbewusstsein an.

In Schulen und sozialen Einrichtungen macht amanda Projekte zu Sexualpädagogik, Gewaltprävention, Berufsorientierung und Gesundheitsprävention.

Pädagoginnen, Lehrerinnen und Eltern können sich von amanda zu den genannten Themen beraten lassen. Es werden auch Fortbildungen und Workshops für Fachkräfte angeboten.

Die aktuellen Angebote finden sich auf der Homepage oder können per Telefon erfragt werden.

♀ Für wen?

Mädchen und junge Frauen bis 27, sowie deren Bezugspersonen und Mädchengruppen in Schulen und sozialen Einrichtungen.

Kosten

Keine, für Gruppenangebote wird ein geringer Beitrag erhoben.

Porträt

amanda – Projekt für Mädchen und junge Frauen wurde 1978 als erstes Mädchenprojekt in Bayern gegründet und wird vom Stadtjugendamt finanziert.

Träger: Verein für psychosoziale Initiativen

Ziele

Wir bieten Mädchen und jungen Frauen die Möglichkeit, ihre Stärken und Fähigkeiten zu entdecken und zu entfalten und eine selbstbewusste Identität zu entwickeln.

Team

Vier hauptamtlich beschäftigte Sozialpädagoginnen mit Zusatzqualifikationen im Bereich Mediation und Traumafachberatung, sowie eine Verwaltungskraft.

Öffnungszeiten

Termine nach Vereinbarung



MVV

U3 Obersending

→ Zufluchtstelle für Mädchen und junge Frauen

IMMA e.V.

Postanschrift:

Jahnstraße 38

80469 München

Fon 18 36 09

Fax 18 86 96

Zufluchtstelle@imma.de

www.imma.de

Angebot

Die Zufluchtstelle bietet Mädchen und jungen Frauen in akuten Krisensituationen eine vorübergehende Wohnmöglichkeit und Schutz vor körperlicher, psychischer und sexueller Gewalt (Inobhutnahme und Hilfen für junge Volljährige). Die Mitarbeiterinnen der Zufluchtstelle unterstützen die Betroffenen dabei, gemeinsam mit den zuständigen Fachstellen des Sozialbürgerhauses/Jugendamtes Perspektiven und geeignete Lösungswege zu entwickeln.

♀ Für wen?

Mädchen und junge Frauen
von 13 bis 20 Jahren

Kosten

Keine

Porträt

Die Zufluchtstelle wurde 1988 als erste parteilich arbeitende Not- und Kriseneinrichtung für Mädchen und junge Frauen in München eröffnet. Die Grundhaltung der Mitarbeiterinnen ist von Akzeptanz und Wertschätzung geprägt. Das pädagogische Handeln basiert auf einer transparenten und am Prozess orientierten Arbeitsweise. Im Fokus der Betreuungsarbeit steht immer das Mädchen mit ihren Kompetenzen, Wünschen und Möglichkeiten.

Ziele

Ziel ist es, den Mädchen/jungen Frauen eine schnelle Gewährung von Schutz und Sicherheit bei Bedrohung und Gewalt jeglicher Art zu bieten. Neben dem Schutz vor Gewalt liegt das Hauptaugenmerk der pädagogischen Arbeit auf der Unterstützung, Stabilisierung und Entlastung der Mädchen während der Krisenbewältigung.

Team

Diplom Sozialpädagoginnen (FH), Sozialpädagoginnen BA, Diplom Psychologin

So können Sie mitwirken

Eine persönliche Mitwirkung ist leider nicht möglich

Öffnungszeiten

Telefon- und Betreuungszeiten
rund um die Uhr

MVV

Adresse ist anonym

Schwierige Lebenssituationen

Spezielle Angebote für Jugendliche

→ Zora – Gruppen- und Schulprojekte für Mädchen und junge Frauen

IMMA e.V.

Jahnstraße 38

80469 München

Fon 23 88 91-40

Fax 23 88 91-15

zora-gruppen@imma.de

www.imma.de

Angebot

Schülerinnen setzen sich aus unterschiedlichen Perspektiven mit dem Thema Gewalt auseinander und üben, ihre Wahrnehmung zu stärken und ein Gefühl für ihre eigenen Grenzen zu entwickeln.

Die Angebote werden in einer intensiven Zusammenarbeit mit den Lehrkräften, Mädchenbeauftragten und der Schulsozialarbeit durchgeführt. Mädchen experimentieren, erleben sich selbst und kommen miteinander in Kontakt.

→ Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen

IMMA e.V.

Jahnstraße 38

80469 München

Fon 260 75 31

Fax 26 94 91 34

beratungsstelle@imma.de

www.imma.de

www.onlineberatung.imma.de

Telefonische Beratungszeiten

Mo 14–16 Uhr, Mi 14–18 Uhr

und Do 10–12 Uhr

Offene Beratung

Die 14–16 Uhr

Beratungstermine nach telefonischer Vereinbarung

♀ Für wen?

Mädchen und junge Frauen von 12 bis 23 Jahren; Schulen

Kosten

Unkostenbeitrag für alle Angebote

Porträt

IMMA will Mädchen und jungen Frauen die Möglichkeit geben, Kompetenzen und eigene Ressourcen neu zu entdecken und mit Lust und Freude daran zu gehen, sie zu entfalten und zu stärken.

Ziele

Gewaltprävention

Team

Zwei pädagogische Fachkräfte

MVV

U1/U2 Fraunhoferstraße

U3/U6 Sendlinger Tor

Angebot

IMMA hilft Mädchen und jungen Frauen in unterschiedlichen Problemlagen. Sie berät deren Bezugspersonen sowie Fachkräfte aus psychosozialen Arbeitsfeldern, wenn es um sexualisierte Gewalterfahrungen, häusliche Gewalt sowie Folgen von Traumatisierung geht. Ziel ist es, sexueller Gewalt gegen Mädchen und Frauen entgegenzutreten und ein selbstbestimmtes, gewaltfreies Leben zu ermöglichen.

Für wen?

Mädchen und junge Frauen bis 27 Jahren, Bezugspersonen, Fachkräfte aus psychosozialen Arbeitsfeldern

Kosten

keine

→ Flexible Hilfen für Mädchen und junge Frauen

IMMA e.V.
Geyerstraße 32
80469 München
Fon 514 69 75 10
Fax 51 46 97 529
beratungsstelle@imma.de
www.imma.de

Angebot

Die intensive Sozialpädagogische Einzelbetreuung (ISE) der IMMA e.V. ist ein überregionales Jugendhilfeangebot für Mädchen, junge Frauen, Schwangere und junge Mütter, die in ihrer Persönlichkeitsentwicklung stark beeinträchtigt oder gefährdet sind.

Voraussetzung für eine Betreuung

- Wunsch des Mädchens/der jungen Frau
- Gewährung der Maßnahme durch das Jugendamt
- Zustimmung der Erziehungsberechtigten

♀ Für wen?

Mädchen und junge Frauen von 16 bis 21 Jahren; mitbetreut wird auch das soziale Bezugssystem

Kosten

Die Angebote sind gefördert von der Stadt München; der Zugang zu den Angeboten erfolgt über die Sozialbürgerhäuser der Stadt München

Porträt

Die flexiblen Hilfen wurden 1999 gegründet, um speziell für Mädchen und junge Frauen eine bedarfsgerechte intensive sozialpädagogische Einzelbetreuung in Apartments und Zweier-Wohngemeinschaften anzubieten.

Ziele

Mädchen und junge Frauen mit problembelasteten Biografien und/oder schwieriger aktueller Lebenssituation zu einem selbstverantwortlichen Leben mit tragfähigen Beziehungen zu befähigen.

Team

Einrichtungsleitung (Supervisorin DGSV), Fachdienst Bezugssystem (Systemische Familientherapeutin), sieben pädagogische Fachkräfte mit unterschiedlichen Fort- und Weiterbildungen (z.B. Trauma, Migration)

Telefonzeiten

ohne feste Sprechzeiten

MVV

Bus 58/131/132 Baldeplatz

Schwierige Lebenssituationen

Spezielle Angebote für Jugendliche

→ IB Jugendhilfe und Migration Mädchenschutzstelle

Fon 43 90 84 13

Fax 43 90 84 18

sst-muenchen@internationaler-bund.de

www.internationaler-bund.de

Angebot

Die Schutzstelle führt im Auftrag des Stadtjugendamtes München vorläufige Schutzmaßnahmen für Mädchen ab 13 1/2 Jahren durch. Voraussetzung für die Aufnahme ist die Entscheidung des Mädchens, aufgrund einer aktuellen Krisensituation in die Schutzstelle zu kommen. Die pädagogische Arbeit basiert auf den Grundlagen der parteilichen Mädchenarbeit. Gemeinsam mit dem Mädchen sollen Perspektiven für die Zeit nach dem Schutzstellenaufenthalt entwickelt werden.

♀ Für wen?

Mädchen ab 13 1/2 Jahren in Not- und Krisensituationen

Kosten

Keine

Porträt

Die Mädchenschutzstelle ist in der Trägerschaft des IB Internationaler Bund – Freier Träger der Jugend-, Sozial- und Bildungsarbeit e.V. und wurde 1984 mit einer Mädchenschutzstelle und einer stationären Cleaning- und Verselbständigungswohngruppe (Clever) für Mädchen eröffnet.

Diese stationären Angebote werden seit 1998 ergänzt durch das Familieninterventionsteam (FIT), das unterschiedliche ambulante therapeutische und beraterrische Angebote für Mädchen und ihre Familien bereithält.

Ziele

Die Entwicklung der Mädchen zu einer eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit.

Team

19 hauptamtliche Mitarbeiterinnen in unterschiedlichen Funktionen sowie mehrere Honorarkräfte

So können Sie mitwirken

Spenden

Öffnungszeiten

Aufnahmeanfragen
rund um die Uhr



→ Jugendschutzstelle für Mädchen

Innere Mission München e.V.
Oselstraße 31 a
81245 München
Fon 82 07 00 47
Fax 82 07 04 15
jugendschutz@im-muenchen.de
www.im-muenchen.de

Angebot

Krisenhilfe und Inobhutnahme für Mädchen

Die Jugendschutzstelle kann vorübergehend acht Mädchen aufnehmen, die in Einzelzimmern und in einem Doppelzimmer untergebracht sind. Gemeinsam benutzen sie zwei Bäder, mehrere Toiletten, den Aufenthaltsraum mit Küche, den Hobbyraum und einen großen Garten. Sie werden ganztägig betreut und auch nachts ist eine Aufnahme oder ein Krisengespräch möglich.

Gemeinsam mit den Betreuerinnen der Jugendschutzstelle erarbeiten die Mädchen für ihre individuellen Problemlagen weitere Perspektiven und Lösungsansätze. Die Mädchen leben ihren normalen Alltag, d.h. sie gehen zur Schule, in die Lehre und besuchen ihre FreundInnen. Arbeitslose Mädchen bekommen Unterstützung bei der Berufsfindung.



Für wen?

Mädchen zwischen 13 und 17 Jahren

Kosten

Keine

Porträt

Die Einrichtung entstand Mitte der 80er Jahre. Seither können sich Mädchen in Not an sie wenden. Der Träger der Einrichtung, die Innere Mission München, Diakonie in Oberbayern e.V., stellte ein schönes Haus mit Garten zur Verfügung.

Ziele

Ein selbstbestimmtes Leben ohne Gewalt

Team

Zehn hauptamtlich Beschäftigte
Dipl.-Sozialpädagoginnen, Dipl.-Psychologinnen, Verwaltungsfachfrau

So können Sie mitwirken

Auch kleine Spenden sind jederzeit willkommen

Öffnungszeiten

rund um die Uhr

MVV

S-Bahnen Pasing

Schwierige Lebenssituationen Spezielle Angebote für Jugendliche

Weitere Zufluchtsstätten für Kinder und Jugendliche in akuten Krisensituationen

Neben den oben vorgestellten Zufluchtsstätten speziell für Mädchen gibt es eine Reihe von weiteren Notdiensten mit Übernachtungsangebot für Kinder und Jugendlichen:

→ **Notschlafstelle**

Verein für Jugendpflege und
Jugendhilfe e.V. – Fluchtpunkt
Feigstraße 19
80999 München
Fon 81 88 69 23
Fax 81 88 69 25
Notruf 0160 / 96 70 43 92
info@fluchtpunkt.de
www.notschlafstelle.de

Hier steht jungen Frauen und Männern
zwischen 18 und 20 Jahren neben einer
Wohnmöglichkeit qualifizierte sozialpäda-
gogische Betreuung und Beratung zur
Verfügung.

Landeshauptstadt München
Sozialreferat, Stadtjugendamt

→ **Münchner Waisenhaus**

Waisenhausstraße 20
80637 München
Fon 233-341 00
Fax 233-341 11
waisenhaus.soz@muenchen.de

Das Münchner Waisenhaus bietet u.a.
intensivpädagogische Wohngruppen
und Kurzzeitunterbringung (maximal bis
zu einem Jahr) für Kinder (4–12 Jahre)
und Jugendliche (12–16 Jahre), Heilpäd-
agogische Heimgruppen und voll- und
teilbetreute Jugendwohngruppen an. Die
Kinder- und Jugendschutzstelle nimmt

Kinder und Jugendliche (4–14 Jahre) in
Obhut, die aus einer akut krisenhaften
Situation in ihren bisherigen Lebens-
zusammenhängen fliehen.

→ **Schnelle Hilfe**

Jugendhaus München e.V.
Mendelssohnstraße 2
81245 München
Fon 88 91 93 46
Fax 88 91 93 47
info@schnelle-hilfe.org
www.schnelle-hilfe.org

Die Schnelle Hilfe ist spezialisiert auf die
Inobhutnahme von Kindern und Jugend-
lichen von 0 bis 18 Jahren in Krisensitua-
tionen, bei Gewalt- und Missbrauchs-
erfahrungen.

→ **JuP – Die Jugendpension Wohnhilfe e.V.**

Nockherstraße 60
81541 München
Fon 43 66 29-0
Fax 43 66 29-99
berger@wohnhilfe-muenchen.de
www.wohnhilfe-muenchen.de

Die Jugendpension Wohnhilfe e.V. bietet
Jugendlichen zwischen 14 und 21 Jahren
verschiedene Formen von Unterbrin-
gungs- und Betreuungsangeboten. Ziel
ist, Obdachlosigkeit von Jugendlichen zu
verhindern.

Weitere Einrichtungen und Angebote

4

→ Marie-Luise-Schattenmann-Haus

Friedrich-Loy-Straße 16
80796 München
Träger: Verein für Internationale
Jugendarbeit, Ortsverein München e.V.
Fon 30 66 86 90
Fax 300 82 47
info@mlsh.de
www.mlsh.de

↗ S. 154

→ IMMA e.V.

Fachstelle Zwangsheirat

Goethestraße 47
80336 München
Fon 452 16 35-0
Fax 452 16 35-29
fachstelle-zwangsheirat@imma.de
www.imma.de

↗ S. 167

→ Nummer gegen Kummer e.V.

Kinder- und Jugendtelefon
www.kinderundjugendtelefon.de
Fon 08 00/111 03 33

Das Kinder- und Jugendtelefon will
Heranwachsenden helfen, mit ihren
Sorgen und Nöten umzugehen –
bundesweit, anonym und kostenlos.

Telefonzeiten, Mo–Fr 15–19 Uhr

Schwierige Lebenssituationen Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ Fachberatungsstelle JADWIGA für Opfer von Frauenhandel

„STOP dem Frauenhandel“ ökumenische gGmbH
Schwanthalerstraße 79
80336 München
Fon 38 53 44 55
Fax 54 32 19 37
muenchen@jadwiga-online.de
www.jadwiga-online.de

Angebot

Muttersprachliche Beratung und Begleitung; Vermittlung von sozialer, rechtlicher und medizinischer Hilfe sowie Rechtsbeistand in Gerichtsverfahren; Hilfen in Krisensituationen; Unterstützung von Zeuginnen in Strafprozessen; Besuche in Gefängnis- oder Abschiebehaft; Beratung und Unterstützung bei der Rückkehr ins Heimatland; Öffentlichkeitsarbeit; Referentinnen zum Thema Frauenhandel können angefordert werden

♀ Für wen?

Frauen und Mädchen, die Opfer des internationalen Menschenhandels zum Zwecke der sexuellen Ausbeutung oder der Arbeitsausbeutung geworden sind. Eine weitere Zielgruppe sind Frauen, die von Zwangsheirat bedroht sind. Das Wohnprojekt Scheherazade schützt junge Frauen bei drohender Zwangsheirat, über eine kostenfreie Hotline (0800 41 51 61 6) kann man sich direkt an das Wohnprojekt wenden.

Kosten

Keine

Porträt

Die Fachberatungsstelle JADWIGA engagiert sich auf den Gebieten Beratung und Krisenintervention, kooperative Zusammenarbeit mit Institutionen und Ämtern sowie anderen in- und ausländischen Beratungsstellen. JADWIGA hält Vorträge und Referate zum Thema Frauenhandel.

Ziele

Hilfe für Opfer von Frauenhandel und Zwangsverheiratung

Team

Interkulturelles Team, Sozialpädagoginnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit möglich
Voraussetzung: osteuropäische Sprachkenntnisse

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–12 Uhr
und nach Vereinbarung



MVV

U4/U5 Theresienwiese

→ SOLWODI München

Dachauer Straße 50
80335 München
Fon 27 27 58 59
Fax 27 27 58 60
muenchen@solwodi.de
www.solwodi.de

Angebot

Unser individuelles Beratungs- und Betreuungsangebot in München ist sehr weit und reicht von Migrations-, Integrations-, Sozial-, rechtlicher und psychosozialer Beratung über die Begleitung zu Arzt-, Behörden- und Gerichtsterminen bis zur intensiven Betreuung nach erlittener Gewalt, Unterbringung und Sicherstellung umfassender Schutzmaßnahmen bei akuter Gefährdung, zum Beispiel die sichere Unterbringung in einer SOLWODI-Schutzwohnung. Außerdem bietet SOLWODI ein Rückkehr- und Reintegrationsprojekt für Frauen, die in ihr Heimatland zurückkehren wollen oder müssen.

♀ Für wen?

Migrantinnen in Not- oder Problemlagen, wie Zwangsprostitution und Menschenhandel, Zwangsverheiratung, Gewalt in Ehe und Partnerschaft, aber auch in Ausbeutungssituationen am Arbeitsplatz und bei Asyl- und Aufenthaltsproblemen.

Kosten

Keine

Porträt

SOLWODI – SOLidarity with WOMen in DIstress – wurde 1988 durch Sr. Lea Ackermann gegründet und geht auf ihr

Engagement für von Menschenhandel zum Zweck der sexuellen Ausbeutung betroffene Frauen in Kenia zurück. Mittlerweile unterhält SOLWODI dreizehn Beratungsstellen deutschlandweit, sowie in Kenia, Rumänien und Österreich und einige Schutzwohnungen, die besonders für von Menschenhandel zum Zweck der sexuellen Ausbeutung betroffene Frauen unbürokratisch eine sichere Unterbringung darstellen.

Ziele

Individuelle Beratung, Betreuung und Begleitung

Team

Vier Teilzeit-Mitarbeiterinnen unterschiedlicher Qualifikation

So können Sie mitwirken

Z.B. FSJ, Praktikum, juristisches Referendariat, ehrenamtlich, etc.

Öffnungszeiten

Mo–Fr 10–15 Uhr



MVV

U1 Stiglmaierplatz
Tram 20/21 Stiglmaierplatz

Schwierige Lebenssituationen Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ IN VIA KOFIZA

Fachbereich Migration

Goethestraße 12/III

80336 München

Fon 548 88 95-0

mb@invia-muenchen.de

www.invia-muenchen.de/migration

Angebot

Individuelle Beratung und Information zu persönlichen, beruflichen, allgemein rechtlichen und familiären Fragen sowie in Krisensituationen, Vermittlung in Integrationskurse, Begleitung zu Behörden, zahlreiche Gruppenangebote

Für wen?

IN VIA KOFIZA unterstützt zugewanderte Frauen ab 18 Jahren und ihre Familien, die neu nach Deutschland gekommen sind oder bereits länger hier leben, vorwiegend aus Afrika, Asien und Lateinamerika.

Kosten

Keine

Porträt

IN VIA KOFIZA wurde 1989 gegründet und bietet Beratung und Begleitung sowie Informationen für zugewanderte Frauen und ihre Familien an.

Ziele

IN VIA KOFIZA will die Selbständigkeit und das eigene, aktive Handeln der Migrantinnen im Sinne des Empowerment-Prinzips fördern.

Team

Vier hauptamtliche Mitarbeiterinnen mit eigener Migrationserfahrung

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit ist willkommen

Öffnungszeiten

9–13 Uhr, Termine nach Vereinbarung

MVV

U- und S-Bahnen, Tram und Bus
Hauptbahnhof

→ IN VIA Migration – Haus TAHANAN

Goethestraße 12/III

80336 München

Fon 548 88 95-0

www.invia-muenchen.de/migration

Angebot

Notunterbringung für drei bis maximal fünf Frauen mit und ohne Kinder; ergänzend dazu umfassende Beratung und Unterstützung

♀ Für wen?

Frauen mit meist ungeklärtem Aufenthaltsstatus

Kosten

Die Nutzungsgebühr beträgt derzeit 364 € pro Monat für Erwachsene und 180 € pro Monat für Kinder. Eine Übernahme der Kosten kann gegebenenfalls über öffentliche Stellen ermöglicht werden.

Porträt

Das Haus TAHANAN besteht seit Oktober 1991. Dort finden Frauen Schutz und Zuflucht, die Gewalt erleben mussten oder die von Ausweisung nach Trennung, Scheidung, Abschiebehaft oder nicht zustande gekommener Heirat bedroht sind. Aber auch Frauen, die aus ausbeuterischen Arbeitsverhältnissen und Beziehungen fliehen konnten sowie Frauen, die beabsichtigen, in ihr Herkunftsland zurückzukehren, können aufgenommen werden.

Ziele

Schutz und Zuflucht für Frauen in Krisensituationen, Klärung des Aufenthaltsstatus, Hilfe bei der Integration in verschiedenen Bereichen, Vorbereitung auf die Rückkehr in das Herkunftsland.

Team

Eine hauptamtliche Mitarbeiterin

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit ist willkommen

Öffnungszeiten

9–13 Uhr, Termine nach Vereinbarung

MVV

U- und S-Bahnen, Bus und Tram
Hauptbahnhof

Schwierige Lebenssituationen Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ REFUGIO München

Rosenheimer Straße 38

81669 München

Fon 98 29 57-0

Fax 98 29 57-57

www.refugio-muenchen.de

Angebot

REFUGIO unterstützt erwachsene Flüchtlinge nach erzwungener Flucht bei der Bewältigung ihrer spezifischen Lebenssituation im Exil durch

- Psychotherapie
- Sozialberatung
- Migrationsberatung
- Muttersprachliche Elternseminare
- Ärztliche Diagnostik und Begutachtung
- Fortbildungen

Flüchtlingskinder werden bedarfsabhängig durch drei Hilfen gefördert

- Spiel- und Kunsttherapie im einzeltherapeutischen Setting
- Kunsttherapiegruppen an Schulen
- Kunstwerkstattgruppen in Gemeinschaftsunterkünften

Zusätzlich bietet REFUGIO das bürgerschaftliche Mentorenprojekt Welcome an. Münchner Bürger helfen hier ganz konkret Flüchtlingen bei lebenspraktischen Dingen. Sie suchen z.B. gemeinsam eine Wohnung oder lernen gemeinsam Deutsch.

Alle Angebote werden im Bedarfsfall von DolmetscherInnen begleitet. Das interdisziplinäre Angebot von REFUGIO ermöglicht traumatisierten Flüchtlingen, die psychischen und physischen Folgewirkungen von Folter, Krieg und Flucht zu verarbeiten und neue Lebensperspektiven zu entwickeln.

Porträt

REFUGIO München unterstützt Menschen, die aufgrund von Folter, politischer Verfolgung oder kriegerischen Konflikten ihr Herkunftsland verlassen mussten und in Deutschland im Exil leben. REFUGIO ist abgeleitet von dem lateinischen Wort Refugium, was „Zufluchtsort“ und „Schutz“ bedeutet.

Eine besondere Aufmerksamkeit gilt den Flüchtlingskindern. Sie erleben Gewalt und Flucht intensiver und bedrohlicher als Erwachsene. REFUGIO München ist anerkannter Träger der freien Jugendhilfe gemäß § 75 Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG).

So können Sie mitwirken

Durch Spenden, Mitgliedschaft, als MentorIn

Team

Sieben hauptamtliche Fachkräfte

Telefonische Beratung

Mo 10–12 Uhr

Do 14–16 Uhr

Bürozeiten

Mo–Do 8.30–12.30 Uhr, 13.30–17.00 Uhr

Fr 8.30–12.30 Uhr

MVV

S-Bahnen Rosenheimer Platz

→ Anonyme Schutzeinrichtung Ada

Fon 0800 664 77 99

info@ada-schutzhaus.de

www.ada-schutzhaus.de

Angebot

Anonyme Schutzeinrichtung für Mädchen und junge Frauen mit Migrationshintergrund, die von physischer und/oder psychischer Gewalt und/oder Zwangsheirat betroffen sind.

♀ Für wen?

Mädchen und junge Frauen im Alter von 13 bis 21 Jahre;
Aufnahme erfolgt nach §§ 34, 41, 42 SGB VIII sowie für Mütter mit Kind nach § 19 SGB VIII

Kosten

Die Kosten trägt das zuständige Jugendamt

Porträt

Die anonyme Schutzeinrichtung Ada richtet sich an Mädchen und junge Frauen mit Migrationshintergrund, die von physischer und/oder psychischer Gewalt und/oder Zwangsheirat betroffen sind und anonym untergebracht werden müssen.

Dafür stehen acht Plätze für mittel- und langfristige Unterbringungen zur Verfügung. Zudem verfügt die Einrichtung über einen Kriseninterventionsplatz, der jungen Frauen vorbehalten ist, die sich in einer akuten Gefährdungslage befinden.

Um die Mädchen/jungen Frauen insbesondere vor Übergriffen der Familie zu schützen und um einen sicheren Rahmen

zu schaffen, in dem die Mädchen/jungen Frauen zur Ruhe kommen und neue Lebensperspektiven erarbeiten können, unterliegt die Einrichtung einem besonderen Schutzcharakter.

Ziele

Schutz und Sicherheit für von Gewalt betroffene Mädchen/junge Frauen

Team

Weibliches Betreuungspersonal, interdisziplinär und interkulturell zusammengesetzt, interkulturelle Kompetenz, traumapädagogische Ausbildung

So können Sie mitwirken

Aufgrund der Anonymität leider keine Mitarbeit möglich

Öffnungszeiten

24 Stunden



Schwierige Lebenssituationen Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ Lia – mit und für geflüchtete Frauen

Augsburger Straße 13

80337 München

Fon 76 22 34

Fax 76 22 36

www.lia-bayern.de

www.fluechtlingsrat-bayern.de

lia@fluechtlingsrat-bayern.de

Angebot

Vermittlung, Vernetzung und Beratung,
regelmäßiges Frauencafe

♀ Für wen?

Geflüchtete Frauen in Bayern

Kosten

Keine

Porträt

Mit Lia, einem Projekt des Bayerischen Flüchtlingsrats ist eine Informations-, Vernetzungs- und Beratungsstelle für geflüchtete Frauen in Bayern geschaffen worden. Gerade bei geflüchteten Frauen besteht eine besondere Schutzbedürftigkeit, in den Herkunftsländern und auf der Flucht waren sie oftmals Opfer von Gewalt, aber auch in Deutschland sind sie gewaltbegünstigenden Faktoren wie z.B. durch die Lagerunterbringung ausgesetzt und haben kaum Zugang zu Beratungsmöglichkeiten.

Ziele

- Lia sensibilisiert BeraterInnen und UnterstützerInnen für die Anliegen geflüchteter Frauen
- Lia will die Unterstützungsmöglichkeiten für geflüchtete Frauen verbessern
- Lia will das „Know-How“ aus der Frauen- und Geflüchtetenarbeit zusammenführen
- Lia leistet bedarfsgerechte Beratung und Vermittlung für geflüchtete Frauen
- Lia entwickelt gemeinsam mit den Frauen Strukturen um ihre Isolation aufzubrechen.

Team

Zwei Sozialpädagoginnen und eine Juristin

So können Sie mitwirken

Lia ist immer auf der Suche nach Unterstützerinnen, z. B. ehrenamtlichen Dolmetscherinnen und Kinderbetreuerinnen

Telefonzeiten

Mo 14–17 Uhr

Di, Mi, Do 10–13 Uhr,
14–17 Uhr

Fr 10–13 Uhr

persönliche Beratungstermine
nach telefonischer Vereinbarung



MVV

U-Bahn Sendlinger Tor

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **Courage – Betreutes**

Einzelwohnen für Frauen

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
Baaderstraße 56 e
80469 München
Fon 24 24 47 90
Fax 242 44 79 22
courage@skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de/index.php/
wohnungsloshilfe/courage.html

Frauen, die psychisch krank sind oder sich in einer psychosozialen Krise befinden, finden hier Hilfe bei Wohnproblemen.

↗ S.157

→ **Netzwerkfrauen-Bayern**

Netzwerk von und für Frauen
und Mädchen mit Behinderung
in Bayern
Orleansplatz 3
81667 München
Fon 45 99 24 27
www.netzwerkfrauen-bayern.de

↗ S.315

Skype-Angebot
Mo 20.30–22 Uhr, Mi 11–13 Uhr
Skype: netzwerkfrauen-bayern

persönliche Beratung
jeden zweiten Dienstag im Monat
von 14–17 Uhr

→ **Wildwasser München e.V.**

Fachstelle für Prävention und Intervention bei sexualisierter Gewalt gegen Frauen und Mädchen
Rosenheim Straße 30
(im Motorama/V. Stock)
81669 München
Fon 60 03 93 31
Fax 61 46 62 87
info@wildwasser-muenchen.de
www.wildwasser-muenchen.de

Wildwasser bietet eine Traumatherapie für Frauen mit Lern-/geistiger Behinderung nach sexualisierter Gewalt und mit dem Angebot „Emma unantastbar!“ Prävention von sexualisierter Gewalt bei Mädchen mit Lern- oder geistiger Behinderung.

↗ S.181

Gesellschaft und Politik

Der Kampf um Gleichberechtigung und das Recht der Frauen, sich in gesellschaftliche Entwicklungen einzumischen, sind nicht voneinander zu trennen. Wir sind gefordert, uns gesellschaftlich zu engagieren und unser Selbstverständnis als Frau in die verschiedenen Lebens- und Arbeitsbereiche einzubringen. In den 1980er Jahren entstanden die ersten Frauenbüros und Gleichstellungsstellen. In diesem Kapitel finden Sie die wichtigsten Anlaufstellen, Netzwerke und weitere Möglichkeiten zur gesellschaftlichen Teilhabe in Kultur, Politik, Arbeitswelt und in Religionsgemeinschaften.

5

- Gleichstellungs- und Frauen-
beauftragte 208
- Netzwerke 218
- Interessenvertretung 232
- Kultur 242
- Parteien und Bezirksausschüsse 247
- Religion 250

Gesellschaft und Politik

Gleichstellungs- und Frauenbeauftragte

Landeshauptstadt München
Büro des Oberbürgermeisters

→ Gleichstellungsstelle für Frauen

Marienplatz 8
80331 München
Fon 233-924 65
Fax 233-240 05
gst@muenchen.de
www.muenchen.de/frauengleichstellung

Angebot

Die Gleichstellungsstelle für Frauen berät BürgerInnen und Beschäftigte der Landeshauptstadt München zum Thema Gleichberechtigung von Frauen und Männern und gibt konkrete Informationen, an wen man sich wenden kann, wenn ein Anliegen weitere Stellen betrifft.

Für wen?

Bürgerinnen und Bürger der Stadt München und alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadtverwaltung München

Kosten

Keine

Porträt

Mehr als die Hälfte der Münchner Stadtbevölkerung ist weiblich. Das muss sich im Angebot und im Handeln der Stadtverwaltung auch abbilden. Der Stadtrat hat bereits 1985 die Einrichtung der Gleichstellungsstelle für Frauen beschlossen, die unmittelbar dem Oberbürgermeister unterstellt und in der Erfüllung ihrer Aufgaben weisungsfrei ist. Geleitet und koordiniert wird die Arbeit der Gleichstellungsstelle durch die Gleichstellungsbeauftragte der LH München.

Ihre Aufgabe ist es, auf die Gleichstellung von Frauen und Männern in Beruf, Familie und Gesellschaft hinzuwirken. Die Wahr-

nehmung dieser Aufgabe erstreckt sich auf die gesamte Stadtverwaltung und auf die Münchner Bürgerinnen und Bürger. Dies bedeutet eine Aufgabenbreite, die sich sowohl auf die verwaltungsinterne Entwicklung von Gleichstellung zwischen Frauen und Männern, etwa im Personalbereich, erstreckt, als auch auf die Entwicklung und Umsetzung einer frauen- und geschlechtergerechten kommunalen Infrastruktur in allen Bereichen städtischer Einflussmöglichkeiten nach „innen“ und „außen“.

Ziele

Förderung der Gleichstellung der Geschlechter in der Münchner Stadtgesellschaft

Team

Acht Mitarbeiterinnen aus den Berufsfeldern der Soziologie, Psychologie, Sozialpädagogik, Politikwissenschaft, Betriebswirtschaft und Verwaltung.

Öffnungszeiten

Mo-Do 9-17 Uhr
Fr 9-12 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Marienplatz

Landratsamt München

→ Gleichstellungsstelle

Hanna Kollan

Frankenthaler Straße 5–9

81539 München

Fon 62 21-24 95

Fax 62 21-44 24 95

hanna.kollan@lra-m.bayern.de

www.landkreis-muenchen.de

Angebot

Beratung und Weitervermittlung von Bürgerinnen und Bürgern des Landkreises München zu Fragen der Gleichstellung von Frauen und Männern, insbesondere für

- Opfer von Partnergewalt (Häuslicher Gewalt) oder sexueller Gewalt, die auf der Suche nach Spezialberatungsstellen sind, oder einfach ein vertrauliches Gespräch bei einer Frau suchen
- Bürgerinnen und Bürger, die Rat und Hilfe benötigen
- Menschen, die sich gegen die Benachteiligung von Frauen engagieren wollen.

Für wen?

Bürgerinnen und Bürger des Landkreises München und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Landratsamtes München

Kosten

Keine

Porträt

Die Gleichstellungsstelle des Landkreises München existiert seit 1996 und wurde aufgrund eines Beschlusses des Kreisausschusses im Landratsamt installiert. Das Bayerische Gleichstellungsgesetz weist der Stelle Aufgaben innerhalb des Landratsamtes in Bezug auf die Realisierung der Gleichberechtigung zwischen weiblichen und männlichen Beschäftigten zu. Es beauftragt die Kommunalen

Gleichstellungsstellen aber auch mit einer Außenwirkung im Hinblick auf die Gemeinden und Städt mit deren Bürgerinnen und Bürgern.

Arbeitsweise

- Absolute Verschwiegenheit
- Freiwilligkeit
- Einverständnis
Jeder einzelne Schritt wird mit Ihnen abgesprochen; ohne Ihr Einverständnis wird nichts unternommen
- Hilfe zur Selbsthilfe
Unterstützung bei der Entdeckung und Aktivierung der eigenen Selbsthilfekräfte
- Hinweis auf andere Beratungsstellen
- Sofern Ihnen auch andere Fachstellen bzw. Beratungsstellen weiterhelfen können, werden Sie darauf hingewiesen
- Kooperation mit anderen Personen oder Stellen

Öffnungszeiten

Termin nach telefonischer Vereinbarung



MVV

U1/U2/U7 Fraunhoferstraße
oder Kolumbusplatz,
Tram 17 Mariahilfplatz,
Bus 52 Mariahilfplatz,
Bus 62 Schweigerstraße

Gesellschaft und Politik Gleichstellungs- und Frauenbeauftragte

→ Agentur für Arbeit München Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)

Kapuzinerstraße 26

80337 München

Postanschrift: 80304 München

Fon 51 54-30 54

Fax 51 54-66 34

Muenchen.BCA@Arbeitsagentur.de

Corinna.Ruggera@arbeitsagentur.de

www.arbeitsagentur.de

Angebote

Die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) ist Ansprechpartnerin in übergeordneten Fragen der

- Frauenförderung
- Gleichstellung von Frauen und Männern am Arbeitsmarkt sowie
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei beiden Geschlechtern.

Die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)

- berät und unterstützt Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber sowie deren Organisationen in diesen Fragen
- informiert über die Situation von Frauen auf dem Ausbildungs- und Arbeitsmarkt und zeigt Handlungsbedarfe auf, wo Benachteiligungen abgebaut werden müssen
- informiert über den Wiedereinstieg in den Beruf nach einer Familienphase sowie über Fragen der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit München ist zuständig für den Agenturbezirk München.

Für die Arbeitssuche und zur Vorbereitung auf die Berufsrückkehr nach einer Familienphase (Kindererziehung oder Pflege von Angehörigen) erhalten Sie in unserer Veranstaltungsreihe „Frauen auf

Erfolgskurs“ durch die BCA sowie von Fachreferentinnen und Fachreferenten viele Informationen, Tipps und Materialien zum Mitnehmen. Die Themen und Termine entnehmen Sie bitte dem Programmheft, das halbjährlich aktualisiert wird. Die Teilnahme ist für Sie kostenfrei, eine Anmeldung ist erforderlich (Muenchen.BCA@arbeitsagentur.de).

Auch für Themen wie Teilzeitberufsausbildung, Kinderbetreuung, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, etc. können Sie sich an die BCA wenden.

Für wen?

Arbeitssuchende oder arbeitslose Frauen und Männer (mit oder ohne Leistungsbezug)

Kosten

Keine

Öffnungszeiten

Mo–Fr 8–12.30 Uhr

Do 14–18 Uhr

MVV

U3/U6 Goetheplatz

→ **Jobcenter München**

Postanschrift:
Orleansplatz 11
81667 München
brigitte.wolfram@jobcenter-ge.de
www.muenchen.de/rathaus/
Stadtverwaltung/Sozialreferat/
Jobcenter.html

Angebot

Die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters München unterstützt und berät u.a. Arbeitgeber- und Arbeitnehmerorganisationen, Behörden und andere Netzwerkpartner. Dabei geht es um übergeordnete Fragen der Gleichstellung von Frauen und Männern in der Grundsicherung für Arbeitssuchende, der Frauenförderung sowie der Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei beiden Geschlechtern. Die Beauftragte für Chancengleichheit ist z.B. Ansprechpartnerin für Fragen zur Teilzeitberufsausbildung, zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf und zur jährlich stattfindenden Informationsmesse für Alleinerziehende.

Ziele

- Unterstützung der Wiedereingliederung von Frauen und Alleinerziehenden in den Arbeitsmarkt insbesondere durch passgenaue Aus- und Weiterbildung
- Verbesserung des Zugangs zu Kinderbetreuungsmöglichkeiten für Leistungsberechtigte in der Grundsicherung in Zusammenarbeit mit der Landeshauptstadt München
- Familienfreundliche Unternehmenspolitik für Leistungsberechtigte in der Grundsicherung.

Städtisches Klinikum München GmbH

Mit den fünf Kliniken Bogenhausen, Harlaching, Neuperlach, Schwabing, Thalkirchner Straße und den Servicebetrieben Akademie, Blutspendedienst und Medizet bietet die Städtisches Klinikum München GmbH eine umfassende Versorgung auf höchstem medizinischen und pflegerischen Niveau. Um geschlechtersensibel zu arbeiten wurden 2008 zwei Stellen installiert, die Stabsstelle Betriebliche Gleichbehandlung und die Fachstelle für Gender in Medizin und Pflege.

→ Stabsstelle Betriebliche Gleichbehandlung

Dr. Andrea Rothe
Fritz-Erler-Straße 30
81737 München
Fon 45 22 79-216
andrea.rothe@klinikum-muenchen.de
www.klinikum-muenchen.de

Angebot

Die Stabsstelle Betriebliche Gleichbehandlung

- berät und unterstützt die Geschäftsführung bei strategischen Fragen der Umsetzung von Gender Mainstreaming, der Gleichstellung von Frauen und Männern sowie der Gleichbehandlung nach dem Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG), initiiert und entwickelt Projekte und Maßnahmen, um existierende Benachteiligungen zu beseitigen und zu verhindern (Frauen in Führung, Männer in der Pflege, Vernetzung der Queer-Community, Interkult etc.)
- erstellt regelmäßige Statusanalysen hinsichtlich der erfassbaren AGG-Merkmale und reflektiert die Ergebnisse
- unterstützt und berät Betroffene und Führungskräfte bei Konfliktfällen im Zusammenhang mit der Gleichstellung von Frauen und Männern oder einem der AGG-Merkmale

- nimmt an Bewerbungsverfahren von Führungskräften hinsichtlich Gender- und Diversity-Kompetenz teil
- betreibt Öffentlichkeitsarbeit, um den Themen Gender und Diversity mehr Gewicht zu verschaffen
- arbeitet mit anderen Organisationen und Akteuren des Gender- und Diversity-Managements zusammen und initiiert gemeinsame Veranstaltungen zu relevanten Themen.

Für wen?

Für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Städtisches Klinikum München GmbH und alle Interessierten

Kosten

Keine

Ziele

Ziel der Stabsstelle Betriebliche Gleichbehandlung ist es, Gender Mainstreaming in der Organisations- und Personalentwicklung durch konkrete Maßnahmen und Sensibilisierung voranzutreiben und die Umsetzung der Gleichbehandlung zu fördern.

→ **Fachstelle für Gender in Medizin und Pflege**

Städtisches Klinikum München GmbH
Johanna Zebisch
Thalkirchner Straße 48
80337 München
Fon 51 47-67 10

johanna.zebisch@klinikum-muenchen.de
www.klinikum-muenchen.de

Angebot

Die Fachstelle für Gender in Medizin und Pflege

- initiiert und entwickelt Konzepte für die Umsetzung vorhandenen Gender-Wissens im klinischen Alltag
- bietet Fortbildungen für Ärztinnen, Ärzte, Pflegekräfte und Studierende an
- regt geschlechtsdifferenzierte Datenauswertung und Informationsgewinnung an (Patientenbefragungen, internes Beschwerdemanagement Rückmeldungen bei Patientenfürsprecher/-innen)
- versteht sich als Kontaktstelle zur Weitergabe von aktuellen Erkenntnissen über wichtige Geschlechtsaspekte in der Gesundheitsversorgung, welche die stark zunehmende Forschung auf diesem Gebiet gewinnt
- betreibt Öffentlichkeitsarbeit, um dem Thema Geschlecht und Gesundheitsversorgung mehr Gewicht zu verschaffen

- arbeitet mit anderen Organisationen und Akteuren der Gesundheitsversorgung zusammen und initiiert gemeinsame Veranstaltungen zu gendermedizinischen Themen.

Für wen?

Für alle Patientinnen, Patienten, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Städtisches Klinikum München GmbH

Kosten

Keine

Ziele

Ein geschlechtsdifferenzierter Blick in der medizinischen Diagnostik und Therapie sowie in der Pflege ist ein wichtiges Qualitätsmerkmal der Gesundheitsversorgung. Ziel der Fachstelle für Gender in Medizin und Pflege ist es, dieses Bewusstsein zu stärken und in die medizinische und pflegerische Versorgung einfließen zu lassen. Die Integration von Geschlechtsaspekten ermöglicht, dass unsere Patientinnen und Patienten zielgruppendifferenziert versorgt werden können. Genderorientierte Gesundheitsversorgung kann – neben dem Abbau von Benachteiligung – zu optimal abgestimmten und medizinisch effizienten Lösungen führen.

Gesellschaft und Politik

Gleichstellungs- und Frauenbeauftragte

Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration

→ Leitstelle für die Gleichstellung von Frauen und Männern

Winzererstraße 9

80797 München

Fon 12 61-15 15

Fax 12 61-16 33

lg_buero@stmas.bayern.de

www.stmas.bayern.de

Angebot

Die Leitstelle fördert die Gleichstellung von Frauen und Männern und unterstützt die Frauenbeauftragte der Bayerischen Staatsregierung. Sie ist Anlaufstelle in allen Fragen der Gleichstellung und Chancengleichheit.

Für wen?

Alle Bürgerinnen und Bürger in Bayern

Kosten

Keine

Porträt

Die Leitstelle für die Gleichstellung von Frauen und Männern achtet bei Gesetzes- und Verordnungsvorlagen auf die Einhaltung des Gleichbehandlungsgebotes und erarbeitet Vorschläge zur Beseitigung rechtlicher und tatsächlicher Benachteiligungen. Sie arbeitet zusammen mit

- dem Bayerischen Landesfrauenrat
- den bayerischen Gleichstellungsbeauftragten
- den bayerischen Frauenverbänden
- den Frauen- und Gleichstellungsreferaten anderer Länder
- der Bundesregierung
- ausländischen Gleichstellungsinitiativen

Ziele

Das Ziel der Leitstelle ist es, die Rahmenbedingungen dafür zu schaffen, dass in allen Lebensbereichen für Frauen und Männer echte Chancengleichheit existiert.

Öffnungszeiten

Mo–Fr 8.30–15.30 Uhr



MVV

U2 Josephsplatz,
Bus 154 Infanteriestraße Süd,
Tram 20/21/22 Lothstraße

→ Frauengleichstellungsstelle der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern (ELKB)

Landeskirchenamt
Katharina-von-Bora-Straße 11
80333 München
Fon 5595 422
Fax 5595-8-422

fgs@elkb.de
www.bayern-evangelisch.de/www/
engagiert/gleichstellung-von-frauen.php

Angebot

Die Gleichstellungsstelle der evangelischen Landeskirche thematisiert die Lebenswirklichkeit und die Interessen von Frauen in allen Bereichen der Kirche und ist Ansprechstelle für alle Benachteiligungen von Frauen in der evangelischen Kirche.

Für wen?

Insbesondere für Kirchenmitglieder

Kosten

Keine

Porträt

Von den ca. 2,5 Millionen evangelischen Kirchenmitgliedern in Bayern sind fast 54 Prozent weiblich. Frauen sind mit fast 70 Prozent die größte Gruppe der ehrenamtlich Mitarbeitenden und sie machen Dreiviertel aller Beschäftigten im kirchlichen Dienst aus; bei den Pfarreien im aktiven Dienst liegt der Anteil der Pfarrerrinnen in Bayern bei ca. 33 Prozent. Die Landessynode hat 1989 beschlossen, zur Förderung der Gleichstellung einen „Arbeitsbereich Frauen in der Kirche“ – seit 1989 mit der Bezeichnung „Frauengleichstellungsstelle der ELKB“ einzurichten. Die Aufgaben sind breit gefächert und durch den 1995 in die Kirchenverfassung aufgenommen Gleichstellungsartikel verankert und mit dem Kirchlichen Gleich-

stellungsgesetz, das 2002 in Kraft trat, operationalisiert. Danach bestellen die größeren kirchlichen und diakonischen Einrichtungen Gleichstellungsbeauftragte. Die Frauengleichstellungsstelle macht Öffentlichkeitsarbeit, insbesondere durch die Abo-Zeitschrift efi – evangelische Fraueninformationen für Bayern (viermal jährlich) und ergreift Initiativen, um die kirchliche Bewusstseinsbildung zur Gleichstellung zu fördern. Darüber hinaus wurde auf ihre Initiative die Argula-von-Grumbach-Stiftung zur Gleichstellungsförderung errichtet.

Ziele

Förderung der Gleichstellung von Frauen und Männern

Team

Zwei Mitarbeiterinnen unterschiedlicher Qualifikation

So können Sie mitwirken

Z.B. ehrenamtlich als Dekanatsfrauenbeauftragte, Arbeitskreis Frauen im Dekanatsbezirk München

MVV
U2/U7 Königsplatz,
U- und S-Bahnen
Hauptbahnhof



Gesellschaft und Politik

Gleichstellungs- und Frauenbeauftragte

Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte an Hochschulen und Universitäten

→ Frauenbeauftragte der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU)

Geschwister-Scholl-Platz 1
80539 München
Fon 21 80-36 44
Fax 2180-37 66
frauenbeauftragte@lmu.de
www.frauenbeauftragte.uni-muenchen.de

Die Frauenbeauftragte achtet auf die Vermeidung von Nachteilen für Wissenschaftlerinnen, weibliche Lehrpersonen und Studierende und ist Sprecherin der Landeskonferenz der Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten an bayerischen Hochschulen (LaKoF)
www.lakof-bayern.mwn.de

→ Technische Universität München Frauenbeauftragte

Arcisstraße 21
80333 München
Fon 289-223 35
Fax 289-233 89
sandmann@tum.de
www.mytum.de/frauenbeauftragte
www.diversity.tum.de

→ Hochschule für angewandte Wissenschaften Fachhochschule München Frauenbeauftragte

Lothstraße 34
80335 München
Fon 12 65-33 48
Fax 12 65-13 92
katina.warendorf@hm.edu
www.hm.edu

→ Katholische Stiftungsfachhochschule Frauenbeauftragte

Prof. Dr. Birgit Schaufler
Fon 480 92-13 03
birgit.schaufler@ksfh.de

→ Stellvertretende Frauenbeauftragte

Prof. Dr. Julia Seiderer-Nack
Abteilung Benediktbeuern
Fon 08857/88-588
julia.seiderer-nack@ksfh.de

Die Frauenbeauftragten der beiden Abteilungen arbeiten mit der Initiative der Frauenbeauftragten der Fachhochschulen in Bayern zur Förderung des weiblichen wissenschaftlichen Nachwuchses zusammen:
www.frauen-fh.de/frauenprogramme/rein-in-die-hoersaele.html

Weitere Gleichstellungsbeauftragte und deren Vernetzungsstrukturen

→ LAG

Landesarbeitsgemeinschaft der Bayerischen Gleichstellungsstellen für Frauen

www.gleichstellung-bayern.de

Die LAG ist ein bayernweites Bündnis von kommunalen Gleichstellungs- und Frauenbeauftragten aus Städten, Landkreisen, Gemeinden und sonstigen kommunalen Gebietskörperschaften.

→ BAG

Bundesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauenbüros und Gleichstellungsstellen

Brunnenstraße 128

13355 Berlin

[Fon 030/41 71 54 06](tel:03041715406)

[Fax 030/41 71 54 07](tel:03041715407)

bag@frauenbeauftragte.de

www.frauenbeauftragte.de

In der Bundesarbeitsgemeinschaft haben sich weibliche, hauptamtliche, kommunale Frauenbeauftragte und Gleichstellungsbeauftragte zusammengeschlossen, um die Interessen von Frauen auf Bundesebene zu vertreten, ein bundesweites Forum für frauenpolitische Diskussionen zu schaffen, den Erfahrungsaustausch und den Informationsfluss zwischen den Kolleginnen zu sichern und Fragen des eigenen Berufsstandes zu klären.

→ Vernetzungsstelle für Gleich- berechtigung, Frauenbeauftragte und Gleichstellungsbeauftragte

Sodenstraße 2

30161 Hannover

[Fon 0511/33 65 06-23](tel:051133650623)

[Fon 0511/33 65 06-20](tel:051133650620)

[Fax 0511/33 65 06 40](tel:051133650640)

kontakt@vernetzungsstelle.de

www.vernetzungsstelle.de

Die Vernetzungsstelle sammelt Arbeitsergebnisse zur Gleichberechtigung, Gleichstellung und Chancengleichheit, macht sie den Handelnden auf dem Felde der Gleichstellungspolitik zugänglich und unterstützt durch wissenschaftlich fundierte Beratung. Ziel ist es, einen kontinuierlichen Informationstransfer und eine systematische Zusammenarbeit derjenigen zu begleiten und zu fördern, die frauenpolitisch arbeiten.

→ **Erzbischöfliches Ordinariat Gleichstellungsbeauftragte**

Rochusstraße 5

80333 München

[Fon 21 37-22 08](tel:21372208)

[Fax 21 37-22 09](tel:21372209)

kdoetsch@eomuc.de

www.erzbistum-muenchen.de

→ **Stadtbund Münchner Frauenverbände**

Thierschstraße 17
80538 München
Fon 290 44 63
Fax 290 44 64
buero@frauenverbaende.de
www.frauenverbaende.de

Angebot

Der Stadtbund vertritt die Interessen der Münchner Frauen, fördert den gegenseitigen Austausch unter den Mitgliedsorganisationen, wirkt bei der Umsetzung gemeinsamer Initiativen und Projekte mit und fördert so den Einfluss von Frauen auf kommunaler Ebene.

Aktivitäten im Einzelnen:

- monatliche Treffen der Frauen aus der Mitgliederorganisationen
- regelmäßige Vorträge und Diskussionen zu aktuellen Themen
- Planung und Durchführung von frauenspezifischen Projekten
- aktives Gestalten von Frauenpolitik durch Vertretung und Mitarbeit in Gremien

♀ Für wen?

Münchner Frauenorganisationen und Zusammenschlüsse von Frauen

Kosten

Jahresbeitrag 80 €

Bürozeiten

Mo–Fr 9–13 Uhr

MVV

S-Bahnen Isartorplatz,
Tram 16/18

Porträt

Der Stadtbund Münchner Frauenverbände wurde 1914 von Luise Kiesselbach gegründet. Im Stadtbund sind derzeit über 50 Münchner Frauenorganisationen zusammengeschlossen.

Er ist vertreten in der Stadtratskommission zur Gleichstellung von Frauen der Landeshauptstadt München, im Ausländerbeirat, am Runden Tisch Aktiv gegen Männergewalt und am Runden Tisch der Muslime. Der Stadtbund arbeitet überparteilich und überkonfessionell.

Ziele

Die Visionen des Stadtbaus Münchner Frauenverbände sind:

- Gleiche Chancen für Frauen in allen gesellschaftlichen Bereichen
- Frauen gestalten Wirtschaft, Politik und Gesellschaft gleichberechtigt mit
- Umsetzung des in der Verfassung verankerten Grundsatzes der Gleichberechtigung

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit im Vorstand und als Delegierte von Mitgliedsorganisationen

→ **Münchner Frauennetz für eine frauengerechte Stadt**

Waltraud Dürmeier

Frauenhilfe München

Fon 35 48 30

Fax 354 14 92

w.duermeier@frauenhilfe-muenchen.de

www.frauennetz-muenchen.de

Angebot

Regelmäßige Treffen, Vernetzung und Kooperationen



Für wen?

Organisationen, Initiativen und engagierte Frauen in München

Kosten

Jährlicher Beitrag

Porträt

Das Münchner Frauennetz ist ein Zusammenschluss von Organisationen, Initiativen und engagierten Frauen in München.

Das Münchner Frauennetz ist aktiv

- indem es ein Forum zum Nachdenken, Austauschen und Handeln bietet
- indem es Vorträge und Diskussionsrunden zu frauen- und sozialpolitischen Themen veranstaltet
- indem es in regelmäßigem Austausch mit den Politikerinnen der Stadt steht
- und mit einem Sitz in der Stadtratskommission zur Gleichstellung von Frauen vertreten ist

Ziele

Das Münchner Frauennetz fördert die Vielfalt des Frauenlebens in München und setzt sich aktiv für die Belange von Mädchen und Frauen jedes Alters mit unterschiedlicher sexueller Orientierung, Religion, ethnischer Herkunft und für Frauen mit Behinderung ein.

→ Netzwerkfrauen-Bayern

LAG Selbsthilfe Bayern
Orleansplatz 3
81667 München
Fon 45 99 24 27
Fax 45 99 24 28
info@netzwerkfrauen-bayern.de
www.netzwerkfrauen-bayern.de

Angebot

Im Netzwerk organisieren sich Frauen und Mädchen mit Behinderungen oder chronischen Erkrankungen, um sich gemeinsam besser gegen Benachteiligungen und Diskriminierungen wehren und schützen zu können. Dies soll auch durch einen intensiven Kontakt innerhalb des Netzwerkes in Bayern erreicht werden. Erfahrungs- und Informationsaustausch sowie gegenseitige Unterstützung sollen dazu beitragen, die Situation von Frauen und Mädchen mit Behinderungen oder chronischen Krankheiten in allen Bereichen des Lebens verbessern, etwa in Schule, Beruf und Partnerschaft.

♀ Für wen?

Behinderte und chronisch kranke Mädchen und Frauen

Kosten

Keine

Bürozeiten

Mo–Do 10–15 Uhr
Fr 10–14 Uhr



MVV

S-Bahnen Ostbahnhof, U5 Ostbahnhof

Porträt

Im Juli 1999 wurde das Netzwerk in München gegründet; es entstand aus einem Gesprächskreis für behinderte Frauen, der sich im Rahmen eines Volkshochschulprogramms gebildet hatte. Im Netzwerk haben sich Mädchen und Frauen mit unterschiedlichen Behinderungen, Nationalitäten und Konfessionen zusammengeschlossen. Das Netzwerk ist der Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Bayern (LAG) angeschlossen, die als Dachorganisation und Träger fungiert.

Ziele

Das Netzwerk will auf die Situation von Frauen und Mädchen mit Behinderung in Bayern aufmerksam machen und die Emanzipation von Frauen und Mädchen mit Behinderungen oder chronischen Krankheiten unterstützen.

Team

Zwei halbe hauptamtliche Stellen
Regelmäßig zwei Praktikantinnen und fünf ehrenamtliche Sprecherinnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit erwünscht

→ **Münchener Fachforum für Mädchenarbeit**

c/o amanda – Projekt
für Mädchen und junge Frauen
Gmunder Straße 7
81379 München
Fon 725 51 12
Fax 76 27 76
info@fachforum-maedchenarbeit.de
www.fachforum-maedchenarbeit.de

♀ **Für wen?**

Für Frauen, die im Großraum München geschlechtsreflektierte, parteiliche Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen durchführen.

Porträt

Das Münchner Fachforum für Mädchenarbeit ist ein unabhängiges Fachgremium von interessierten Frauen, die im Großraum München geschlechtsreflektierte, parteiliche Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen durchführen.

Fünf Mal pro Jahr findet ein Plenum statt. Fester Bestandteil der Plenen sind fachpolitische Diskussionen, Strategieentwicklung, Informationsaustausch und aktuelle Themen der Münchner Mädchenpolitik. Die Entscheidungsstrukturen im Plenum sind basisdemokratisch, alle anwesenden Frauen sind gleichermaßen stimmberechtigt. Dabei spielt es keine Rolle, auf welcher Hierarchieebene eine Fachfrau innerhalb ihres Trägers arbeitet.

Die durch Diskussionen und Abstimmung erarbeiteten Beschlüsse sind verbindlich und haben den Charakter von fachlichen Empfehlungen.

Arbeitskreise sind ein wesentlicher Bestandteil des Fachforums. Dort finden fachlicher Austausch und fachpolitische Diskussionen zu verschiedenen Themen und Schwerpunkten der Mädchenarbeit statt.

Die Arbeitskreise geben Stellungnahmen zu ihren jeweiligen Bereichen ab, um Handlungsbedarfe deutlich zu machen. Die Arbeitskreis-Sprecherin berichtet im Plenum über die aktuellen Themen. In allen Arbeitskreisen sind neue Frauen jederzeit herzlich willkommen. Das Fachforum erhält finanzielle und organisatorische Unterstützung durch das Stadtjugendamt München.

Ziele

Ziel des Fachforums ist es, die Lebenssituation von Mädchen in München zu verbessern durch die Weiterentwicklung der mädchenpolitischen Fachdiskussion, die Formulierung von fachpolitischen Forderungen und deren Durchsetzung auf Stadtebene.

Das Fachforum leistet somit einen wichtigen Beitrag zur Umsetzung des KJHG § 9 (3): „Bei der Ausgestaltung und der Erfüllung der Aufgaben sind die unterschiedlichen Lebenslagen von Mädchen und Jungen zu berücksichtigen, Benachteiligungen abzubauen und Gleichberechtigung von Mädchen und Jungen zu fördern.“

So können Sie mitwirken

Interessierte Fachfrauen sind im Plenum und in den Arbeitskreisen herzlich willkommen.

→ **Kompetenz für Frauen e.V.**

Volkartstraße 23
80634 München
Postfach 190217
80602 München
Fon 16 52 03
Fax 16 08 04
info@frauenkompetenz.de
www.frauenkompetenz.de

Angebot

Seit einigen Jahren organisiert der Verein Kompetenz für Frauen e.V. in erster Linie Angebote für ältere Frauen, die sich zu IT und weiteren gesellschaftlich relevanten Themen vernetzen und informieren wollen.

Für wen?

Das Angebot wendet sich an Frauen mit Interesse an kulturellen, medialen und gesellschaftlichen Fragestellungen.

Kosten

Keine bzw. geringe Beiträge

Porträt

Die Aktivitäten der Vereinsfrauen dienen heute vielfach der besseren Vernetzung. Häufig richten sich die Angebote an Frauen der Generation 50 plus. Daneben hat der Verein bereits zahlreiche andere Projekte entwickelt und durchgeführt, etwa in den Bereichen IT, neue Medien, Kunst und Kultur, beispielsweise die ITClubs an Schulen.

Ziele

Der Verein fördert und unterstützt die Kompetenz von Frauen und will deren soziale Stellung verbessern helfen, insbesondere in einer sich rasch verändernden Informationsgesellschaft.

Team

Der Verein besteht aus Frauen mit unterschiedlichsten Lebenssituationen. Alle engagieren sich ehrenamtlich. Der Verein hat weder eine öffentlich zugängliche Geschäftsstelle, noch hauptamtlich tätiges Personal.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich

→ ZONTA München-Friedensengel

Dr. Birthe Blauth
Schneckenburgerstraße 17
81675 München
Fon 41 92 98 94
zc-friedensengel@gmx.de
www.zonta-muenchen-friedensengel.de

Weitere ZONTA-Gruppen:
www.zonta-muenchen-i.de
www.zonta-muenchen-2.de

Angebot

Die Münchner ZONTA Clubs bieten Mentoring für Berufsanfängerinnen an, schreiben Stipendien für Wissenschaftlerinnen aus, unterstützen berufstätige Mütter, deren Kinder unterhalb der Armutsgrenze leben oder die durch Gewalttätigkeit obdachlos geworden sind, und beteiligen sich an den gemeinsamen deutschen und internationalen Projekten von ZONTA.

♀ Für wen?

Zur aktiven Mitgliedschaft bei ZONTA werden Selbständige und Angestellte in leitender Position gebeten. Privatpersonen und Firmen können passives Mitglied von ZONTA werden.

Porträt

ZONTA wurde 1919 in den USA gegründet. 1931 entstand der erste deutsche Club. Heute gibt es bundesweit über 100 Clubs mit mehr als 3.000 Mitgliedern, weltweit sind rund 35.000 Mitglieder aktiv. ZONTA ist überparteilich, überkonfessionell und weltanschaulich neutral. Als Nichtregierungsorganisation hat ZONTA eine Stimme bei den Vereinten Nationen (UN) und dem Europarat. Die deutschen Clubs gehören außerdem dem deutschen Frauenrat an.

Ziele

ZONTA als Organisation berufstätiger Frauen will

- die berufliche, politische, rechtliche und wirtschaftliche Stellung der Frau fördern und hohe ethische Werte im beruflichen und privaten Bereich wahren
- persönliche, ideelle und finanzielle Hilfe im Rahmen lokaler, nationaler und internationaler Service-Projekte leisten
- durch internationale Zusammenarbeit und Freundschaft das gegenseitige Verständnis, die Achtung der Menschenrechte, Gerechtigkeit und das Grundrecht auf Freiheit fördern.

→ **Mütter gegen Atomkraft e.V.**

Frohschammer Straße 14

80807 München

Fon 35 56 53

Fax 35 56 53

kontakt@muettergegenatomkraft.de

www.muettergegenatomkraft.de

Angebot

- Regelmäßige Treffen in Regionalgruppen
- Öffentlichkeitsarbeit, wie beispielsweise die Zeitung Mütter Courage und Positionspapiere und Stellungnahmen zu Atomthemen
- Hilfsaktionen für Opfer der Tschernobylkatastrophe
- Demonstrationen, Mahnwachen und Radioaktivitätsmessungen

Für wen?

Mütter gegen Atomkraft wenden sich nicht nur an Frauen, sondern ebenso an interessierte Männer.

Kosten

Die Jahresmitgliedschaft kostet 26 €.

Programm

Erscheint dreimal im Jahr und wird auf Anfrage zugesandt; ausgelegt unter anderem in Fraueneinrichtungen und Gleichstellungsstellen

Porträt

Mütter gegen Atomkraft ist eine Bürgerinitiative, die sich nach dem Reaktorunglück von Tschernobyl im Mai 1986 spontan gebildet hat. Sie engagiert sich als überparteilicher Verein für den sofortigen Ausstieg aus der Atomkraft.

Ziele

- Ausstieg aus der Atomenergie
- Nutzung regenerativer Energieformen

Telefonzeiten

Mi 14.30–17 Uhr

→ Initiative Nahrungskette

Inci Sieber
Postfach 44 04 13
80753 München
Fon 300 11 22
Mobil 0172/847 66 59
Fax 300 31 38
info@nahrungs-kette.de
www.nahrungs-kette.de
www.belair-muenchen.de

Angebot

Die Vereinigung bietet die Möglichkeit, sich mittels verschiedenster Aktionen wie beispielsweise Unterschriftenaktionen und Demonstrationen für eine Verbesserung der Lebensmittelqualität einzusetzen.

Für wen?

Insbesondere für Eltern und Frauen

Porträt

Die Bürgerinitiative ist im Dezember 2000 aus einer Elterninitiative in München entstanden – als eine Aktionsgemeinschaft von Müttern, die sich berechnigte Sorgen um die Gesundheit und Zukunft ihrer Kinder machten. Einer der Arbeitsschwerpunkte ist die kritische Auseinandersetzung mit Gentechnik in Lebensmitteln und Landwirtschaft.

Ziele

Die Initiative Nahrungskette setzt sich für sichere und gesunde Lebensmittel ein. Insbesondere der Gesundheitsschutz der Kinder vor kontaminierter Nahrung und Umwelt ist ein wichtiges Ziel. Die Initiative plädiert für das Bewusstsein, dass nur durch Verbesserungen entlang der gesamten Nahrungskette – Umwelt, Pflanze, Tier, Mensch – sowie durch eine Kette der Solidarität unter den Verbrauchern nachhaltige Verbesserungen möglich sind.

→ Marie-Schlei-Verein e.V.

Regionalgruppe München

Kontakt: Elisabeth Adam

Fon 26 38 13

dueAdam@t-online.de

www.marie-schlei-verein.de

Angebot

Der Verein bietet die Möglichkeit, sich für die Bekämpfung der Armut von Frauen in Entwicklungsländern zu engagieren. Er fördert die Frauenausbildung und unterstützt ca. 300 Selbsthilfeprojekte in Afrika, Asien und Lateinamerika.

Kosten

Jahresbeitrag mindestens 35 €

Porträt

Der Marie-Schlei-Verein e.V. ist eine gemeinnützige Nichtregierungsorganisation, die 1984 in Erinnerung an die frühere Entwicklungshilfeministerin Marie Schlei gegründet wurde. Der Verein informiert über die Lage der Frauen in Afrika, Asien und Lateinamerika und baut partnerschaftliche Beziehungen zu den Frauengruppen und Frauenorganisationen in den jeweiligen Ländern auf. Gleichzeitig unterstützt der Marie-Schlei-Verein Frauenbildungsprojekte zur Verbesserung der Lebensbedingungen.

Ziele

Stärkung der Frauen in Afrika, Asien und Lateinamerika mit dem Ziel, Hunger, Armut und Gewalt überwinden zu können

→ Freiwilligen-Agentur Tatendrang München

Träger: Verein für Fraueninteressen e.V.
Liebherrstraße 5/Rgb.
80538 München
Fon 45 22 41 10
tatendrang@freiwilligenagentur.de
www.tatendrang.de

www.gute-geschaefte-muenchen.de
www.facebook.com/tatendrang.de
Twitter: @TatendrangFWA

Angebot

Sich engagieren: Senioren vorlesen, mit Kindern basteln, Flüchtlinge beim Deutschlernen unterstützen, Kranke besuchen ... Welches Engagement das Richtige ist, wird in einem persönlichen Beratungsgespräch herausgefunden. Dabei werden Vorlieben, Fähigkeiten, zeitliche Möglichkeiten und bevorzugter Stadtteil berücksichtigt. Wenn eigene Projektideen oder besondere Fähigkeiten/Hobbys eingebracht werden wollen, gibt es Hilfestellung. Tatendrang berät auch Organisationen und Projekte im Bereich Freiwilligenmanagement.

Für wen?

Für alle, die sich in München ehrenamtlich engagieren wollen.

Kosten

Beratung und Vermittlung sind kostenlos.

Porträt

„Spenden Sie Zeit statt Geld“: Unter diesem Motto vermittelt die Freiwilligen-Agentur Tatendrang seit 1980 erfolgreich Münchner Bürgerinnen und Bürger in Organisationen aus unterschiedlichsten Bereichen. Tatendrang ist Deutschlands älteste Freiwilligen-Agentur und somit ein erfahrener und in München bekannter Partner in allen Fragen des freiwilligen Engagements.

Ziele

Das Ziel ist es, für jede/n „AnbieterIn“ von Zeit und Hilfe die passende Aufgabe zu finden.

Team

Das Tatendrang-Team besteht aus hauptamtlichen und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und ist sehr interdisziplinär besetzt: Sozialpädagogin, BWLerin, Historikerin, Juristin, Innenarchitektin, Journalistin, Erzieherin, Physiotherapeutin, Ingenieurin, Werbefachfrau ... Die jeweiligen Talente und Kompetenzen fließen in die Projekte und Aktivitäten mit ein.

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–13 Uhr
Mo–Do 14–17 Uhr
Di 17–20 Uhr



Telefonzeiten

Mo–Fr 9.30–13 Uhr
Mo, Mi, Do 14–16.30 Uhr

MVV

S-Bahnen Isartor, Tram 16/18 Isartorplatz

**Hier eine Aufzählung von Einrichtungen,
die Ehrenamtliche vermitteln und
unterstützen:**

→ **Caritas-Freiwilligenzentren**

info@caritas-f-net.de
www.caritas-f-net.de

Vermittlungsstellen mit Kontakten zu vielen Organisationen in München und Werkstatt sozialer Aktion für Menschen, die Ideen für neue soziale oder kulturelle Projekte umsetzen wollen.

→ **Freiwilligenservice im Evangelisch-Lutherischen Dekanat München**

Herzog Wilhelm Straße 24
80331 München
[Fon 54 88 69 63](tel:54886963)
[Fax 54 88 69 64](tel:54886964)
freiwilligenservice-muc@elkb.de

Der Freiwilligenservice im Evangelisch-Lutherischen Dekanat München versteht sich als Brücke zwischen engagementbereiten BürgerInnen und verschiedenen Trägern der Freiwilligenarbeit. Breite Auswahl individueller Einsatzmöglichkeiten unterschiedlicher Art und Intensität.

→ **FöBE – Projektbüro
zur Förderung von Bürgerschaftlichem
Engagement**

Westendstraße 68
80339 München
[Fon 53 29 56 33](tel:53295633)
[Fax 53 29 56 32](tel:53295632)
info@foebe-muenchen.de
www.foebe-muenchen.de

Das Projektbüro FöBE ist Partner für soziale Institutionen, Politik und Verwaltung, Betriebe und Medien, die Fragen zum Thema Bürgerschaftliches Engagement haben. Das Ziel von FöBE ist die Weiterentwicklung von förderlichen und attraktiven Rahmenbedingungen für Bürgerschaftliches Engagement in München.

Damit Bürgerinnen und Bürger schnell und effektiv einen Überblick über die Fortbildungs- und Qualifizierungsangebote für alle Engagierten verschaffen können, bietet FöBE auf seiner Homepage eine Qualifizierungsbörse an.

→ Migrantinnen-Netzwerk Bayern

c/o Marienheim
Harmoniestraße 16
90489 Nürnberg
Fon 0911/58 68 69 41
Fax 0911/58 68 69 50
info@migrantinnen-bayern.de
www.migrantinnen-bayern.de

♀ Für wen?

Das Netzwerk ist offen für alle Frauen, die sich selbst als Migrantin bzw. Frau mit Migrationshintergrund bezeichnen und sich aktiv einbringen möchten. Jede engagierte Frau mit Migrationsgeschichte ist willkommen.

Kosten

Es gibt drei Beitragsmöglichkeiten, die jährlich zu entrichten sind, um als ordentliches Mitglied aufgenommen zu werden.
Ermäßigter Beitrag: 5 €
Standardbeitrag: 25 €
Solidarischer Beitrag: 50 €

Porträt

Das Projekt möchte Frauen mit Migrationsgeschichte stärken, die Probleme, Bedürfnisse und Sorgen kennenlernen, um gemeinsam nach Alternativen zu suchen.

Die Vernetzung dieser Frauen untereinander kann gleichzeitig anderen Hilfestellung geben, die in derselben Situation sind und keine Lösung sehen.

Den Frauen wird eine Stimme in der Öffentlichkeit gegeben, damit gemeinsam für die eigenen Bedürfnisse gekämpft werden kann.

Ziele

Ziel des Netzwerks ist die Selbstvertretung der Interessen von Migrantinnen in Bayern in Politik und Öffentlichkeit und zusätzlich der Erfahrungs- und Informationsaustausch in lokalen und überregionalen Netzwerken.

Team

Das Migrantinnen-Netzwerk ist ein buntes, interkulturelles Team aus unterschiedlichen Fachrichtungen, mit verschiedener Lebenserfahrung, aber mit einem gemeinsamen Ziel – Frauen eine Hilfestellung zu leisten!

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft, Fördermitgliedschaft

Weitere Einrichtungen und Vernetzungsangebote

→ **FAM – Frauenakademie München e.V.**

Baaderstraße 3
80469 München
Fon 721 18 81
Fax 721 38 30
info@frauenakademie.de
www.frauenakademie.de

↗ S. 25

→ **Frauenstudien München e.V.**

Balanstraße 39
81669 München
Postfach 81 03 12
81903 München
Fon 44 37 36 90
Fax 23 51 34 97
info@frauenstudien-muenchen.de
www.frauenstudien-muenchen.de

↗ S. 277

→ **Verein für Fraueninteressen e.V.**

Thierschstraße 17
80538 München
Fon 290 44 63
Fax 290 44 64
verein@fraueninteressen.de
www.fraueninteressen.de

↗ S. 275

→ **Kofra Kommunikationszentrum für Frauen zur Arbeits- und Lebenssituation e.V.**

Baaderstraße 30
80469 München
Fon 201 04 50
Fax 202 27 47
kofra-muenchen@mnet-online.de
www.kofra.de

↗ S. 14

→ **AUFF Autonomes Feministisches Forum**

Kontakt: Kofra
Baaderstraße 30
80469 München
Fon 201 04 50
Fax 20 22 747
kofra-muenchen@t-online.de
www.kofra.de

♀ Zusammenschluss und Interessen-
vertretung der autonomen Frauenprojekte
in München.

→ **Selbsthilfezentrum München (SHZ)**

Träger: FöSS e.V. (Verein zur Förderung
der Selbsthilfe und Selbstorganisation e.V.)
Westendstraße 68
80339 München
Fon 53 29 56-0, -11
Fax 53 29 56-49, -41
info@shz-muenchen.de
www.shz-muenchen.de

↗ S. 322

→ **Münchner Bündnis gegen Depression e.V.**

Landshuter Allee 11
Haus des Stiftens
80637 München
Fon 540451-20
Fax 540451-22
info@muenchen-depression.de
www.muenchen-depression.de

↗ S. 358

Gesellschaft und Politik

Interessenvertretung

Landeshauptstadt München

→ Stadtratskommission zur Gleichstellung von Frauen

Vorsitzende: Lydia Dietrich
c/o Gleichstellungsstelle für Frauen

Marienplatz 8

80331 München

Fon 233-924 65

Fax 233-24005

gst@muenchen.de

www.muenchen.de/frauegleichstellung

Angebot

Die Stadtratskommission zur Gleichstellung von Frauen wurde zur Begleitung der Arbeit der Gleichstellungsstelle, bei der auch die Geschäftsführung liegt, gebildet. Die Stadtratskommission zur Gleichstellung von Frauen der Landeshauptstadt München ist ein Gremium aus Vertreterinnen und Vertretern der Stadtratsfraktionen und der Münchner Frauengruppen und Organisationen. Die Mitglieder der Kommission werden von den jeweiligen Organisationen und den Parteien in die Kommission entsandt. Insgesamt besteht sie aus 23 Mitgliedern.

Sie hat die Aufgabe, die Arbeit der Gleichstellungsstelle für Frauen zu unterstützen und zu begleiten sowie Initiativen und Maßnahmen vorzubereiten und diese dem Stadtrat vorzuschlagen.

Darüber hinaus hat die Kommission das Recht, Stellungnahmen und Empfehlungen an den Stadtrat und den Oberbürgermeister zu verfassen, die innerhalb von drei Monaten behandelt werden müssen. Auch verfasst sie Stellungnahmen zu Beschwerden von Bürgerinnen und Bürgern, beispielsweise zu frauenfeindlicher Werbung. Die Kommission ist durch ihre breite Zusammensetzung ein zentrales Gremium der gleichstellungspolitischen Arbeit in München und zugleich ein wichtiger Ort der Vernetzung.

Für weitere Informationen über die Stadtratskommission zur Gleichstellung von Frauen gibt es eine Informationsbroschüre bei der Gleichstellungsstelle für Frauen oder im Internet.

MVV

U- und S-Bahn Marienplatz



Landeshauptstadt München

- **Koordinierungsstelle für gleichgeschlechtliche Lebensweisen**
Angertorstraße 7 (Eingang Müllerstraße)
80469 München
Fon 23 00 09 57, -42
Fax 23 00 19 82
kgl.dir@muenchen.de
www.muenchen.de/koordinierungsstelle

Angebot

- Fachpolitische Arbeit:
Beratung und Unterstützung des Oberbürgermeisters, der Stadtspitze und des Stadtrats; Leitung des Runden Tisches zur Gleichstellung von Lesben, Schwulen und Transgender; Mitwirkung am fachbezogenen Beschwerdemanagement
- Unterstützung der städtischen Referate:
Fachberatung und Beteiligung an der städtischen Gleichstellungs- und Antidiskriminierungsarbeit
- Unterstützung der LGBT-Community:
Netzwerken, Kooperationen, Maßnahmen koordinieren; Ressourcen vermitteln; Projekte fördern; Zuschüsse vergeben
- Akzeptanzförderung:
Öffentlichkeitsarbeit, Kampagnen, Projekte; Aufklärungs- und Bildungsarbeit, Fortbildungen, Fachberatung
- Beratung und Service:
Beratung für städtische Beschäftigte und für Bürgerinnen und Bürger, z.B. bei Schwierigkeiten mit der Stadtverwaltung; Information und Beratung zur Lebenspartnerschaft

Für wen?

Lesbische Frauen, schwule Männer, Transgender Personen

Kosten

Keine

Porträt

Die Koordinierungsstelle für gleichgeschlechtliche Lebensweisen arbeitet für Antidiskriminierung und Gleichstellung von Lesben, Schwulen und Transgender. Sie bündelt die städtischen Maßnahmen für Akzeptanz und unterstützt die LGBT-Community in München.

Ziele

Ziel ist, die Akzeptanz gleichgeschlechtlicher Lebensweisen zu fördern, die LGBT-Community in München zu stärken und Benachteiligungen sowie Diskriminierung entgegenzuwirken.

Team

Drei SozialpädagogInnen, eine Teamassistentin

Öffnungszeiten

Aufgrund häufiger Außentermine empfiehlt sich telefonische Terminvereinbarung!



MVV

U-Bahn Sendlinger Tor,
Tram Müllerstraße

Gesellschaft und Politik

Interessenvertretung

Landeshauptstadt München

→ **Ausländerbeirat**

Burgstraße 4

Fon 233-924 54

80331 München

auslaenderbeirat@muenchen.de

www.auslaenderbeirat-muenchen.de

Angebot

Die Aufgabe des Ausländerbeirats ist es unter anderem, Münchner BürgerInnen über die Möglichkeit des ehrenamtlichen Engagements – auch im MigrantInnenbereich – zu informieren. Er fördert integrative Projekte und Veranstaltungen im kulturellen und sportlichen Sektor und somit auch den Dialog zwischen den Kulturen in München. Der Beirat hält intensiven Kontakt zu den im Migrationsbereich tätigen Vereinen, Gruppen und Initiativen in München.

Für wen?

Ausländische MitbürgerInnen

Kosten

Keine

Porträt

Der Ausländerbeirat existiert seit 1974. Seit 1991 werden die Mitglieder des Ausländerbeirats von den in München lebenden ausländischen oder eingebürgerten MitbürgerInnen direkt gewählt.

Ziele

Der Ausländerbeirat engagiert sich öffentlich für die politische, rechtliche, soziale und kulturelle Gleichstellung von Deutschen und Nichtdeutschen. Er wendet sich gegen Rechtsradikalismus und Diskriminierung von Minderheiten.

Team

40 Frauen und Männer unterschiedlicher Nationalität, Religion, Volksgruppen und politischer Orientierung

Öffnungszeiten

Mo–Do 9.30–15 Uhr, Fr 9.30–13.30 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

MVV

U- und S-Bahnen Marienplatz

Landeshauptstadt München

→ Behindertenbeirat der Landeshauptstadt München

Burgstraße 4

80331 München

Fon 233-211 78

Fax 233-212 66

behindertenbeirat.soz@muenchen.de

www.behindertenbeirat-muenchen.de

Angebot

Der Behindertenbeirat ist keine BürgerInnenberatungsstelle, er vertritt die Interessen der Menschen mit Behinderung gegenüber dem Stadtrat und der Stadtverwaltung. In fünf Facharbeitskreisen werden schwerpunktmäßig folgende Bereiche behandelt:

Ambulante Dienste, Arbeit und berufliche Bildung, Freizeit und Bildung, Mobilität und Wohnen.

Für wen?

Menschen mit Behinderungen

Kosten

Keine

Porträt

Der Behindertenbeirat ist vom Stadtrat beauftragt, die Interessen von Menschen mit Behinderungen in München zu vertreten und den Stadtrat und die Stadtverwaltung zu beraten. Das Gremium existiert seit 1973. Derzeit haben zwei gewählte Mitglieder des Plenums den Vorsitz inne. Dem Gremium gehören Vertreterinnen und Vertreter des Stadtrates, der Wohlfahrtsverbände, der Stadtverwaltung, zahlreiche Betroffene und/oder engagierte MitbürgerInnen an.

Ziele

Lebens- und Arbeitsbedingungen von Menschen mit Behinderungen in München verbessern

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit erwünscht

Bürozeiten

Mo–Do 9.30–13 Uhr



MVV

S-Bahnen Marienplatz, U3/U6 Marienplatz

Landeshauptstadt München

→ Behindertenbeauftragter

Oswald Utz

Burgstraße 4

80331 München

Fon 233-244 52

behindertenbeauftragter.soz@muenchen.de

Der Behindertenbeauftragte wurde erstmals im Jahr 2005 benannt, er ist ehrenamtlich tätig und fungiert als Interessensvertreter für behinderte Menschen.

Gesellschaft und Politik

Interessenvertretung

Landeshauptstadt München

→ **Facharbeitskreis „Frauen“ innerhalb des Behindertenbeirats**

Burgstraße 4

80331 München

Fon 233-211 79

Fax 233 212 66

behindertenbeirat.soz@muenchen.de

www.behindertenbeirat-muenchen.de/
frauen.html

Angebot

Beratung zur Verbesserung der Lebenssituation von Frauen und Mädchen

Für wen?

Für Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen, Fachkräfte, Behörden und StadträtInnen

Kosten

Keine

MVV

U3/U6 und S-Bahn
Marienplatz



Mitbringen von Kindern
nach Absprache möglich

Porträt

Der Facharbeitskreis hat die Aufgabe, Frauen-, Mädchen- und Geschlechterfragen für den Behindertenbeirat der Landeshauptstadt München zu bearbeiten:

- Stellungnahmen, Vorschläge und Forderungen zu erarbeiten; den fachlichen Austausch und die Vernetzung zu fördern
- Konzepte zu entwickeln, die den Bedürfnissen von Menschen mit Behinderungen, insbesondere von Frauen und Mädchen, entsprechen
- in seinem Zuständigkeitsbereich den Beirat nach außen zu vertreten und Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben.

Ziele

Verbesserung der Lebenssituation von Frauen und Mädchen mit Behinderungen

Team

Eine Vorsitzende und zwei Stellvertreterinnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich als Betroffene, als Fachkraft oder als Vertreterin der Stadt

Landeshauptstadt München

→ **Seniorenbeirat**

Burgstraße 4

80331 München

Fon 233-211 66

Fax 233-254 28

seniorenbeirat.soz@muenchen.de

www.muenchen.de/seniorenvertretung

Angebot

Der Seniorenbeirat versteht sich als Sprachrohr für die Nöte und Sorgen der älteren MitbürgerInnen Münchens, ist Ansprechpartner für Stadtrat, Stadtverwaltung und die sozialen Verbände/ Einrichtungen, wirkt mit bei Planungen und Maßnahmen, die besonders die ältere Generation betreffen und berät die älteren BürgerInnen Münchens in eigens dafür angesetzten Sprechstunden.

Für wen?

Ältere BürgerInnen

Kosten

Keine

Porträt

Der Seniorenbeirat vertritt die Interessen der älteren MitbürgerInnen, er wird alle vier Jahre von den MünchnerInnen ab 60 Jahren per Briefwahl direkt gewählt, er ist überparteilich, überkonfessionell und verbandsunabhängig. Zur Unterstützung und Umsetzung seiner Arbeit bildet der Seniorenbeirat regionale Arbeitskreise und Fachausschüsse. Er ist in vielen örtlichen Arbeitsgemeinschaften der Altenhilfe vertreten.

Team

29 gewählte SeniorInnen

Sprechzeiten

Di, Do 9–12 Uhr

MVV

U- und S-Bahnen Marienplatz

→ DGB-Frauen

Schwanthalerstraße 64
80336 München
Fon 51 70 01 02
Fax 51 70 01 11
katharina.joho@dgb.de
www.dgb.muenchen.de

Angebot

Aktionen und Veranstaltungen
zu frauenpolitischen Themen

♀ Für wen?

Aktive weibliche Gewerkschaftsmitglieder

Kosten

Keine

Porträt

Die Interessen erwerbstätiger Frauen sind integraler Bestandteil aller Politikfelder des DGB und seiner Mitgliedsgewerkschaften. Die Gewerkschaftsfrauen wirken als Lobby für Frauen – nach außen, wie nach innen. Wir setzen uns dafür ein, dass die Interessen von Frauen in Betrieben und Verwaltung, in Politik und Gesellschaft, in der Öffentlichkeit und der eigenen Organisation wahrgenommen und berücksichtigt werden. Gewerkschaftliche Frauenpolitik will die Arbeits- und Lebensbedingungen von Frauen im Alltag verbessern. Nicht irgendwann, sondern jetzt: In Betrieben, Verwaltungen und Regionen werden konkrete Veränderungen angestrebt. Denn die Arbeitsbedingungen müssen den Frauen und deren Bedürfnissen angepasst werden, nicht umgekehrt.

Ziele

Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen von Frauen durch Frauenförderung und Gleichstellungspolitik. Aktuelle Schwerpunkte: Equal Pay, Frauen in Führungspositionen, Vereinbarkeit von Beruf und Familie, Bundesinitiative für Gleichstellung in der Privatwirtschaft, Frauen und prekäre Beschäftigung, Frauen in der Wirtschaftskrise.

Team

Ehrenamtliche Gewerkschaftsfrauen
unterschiedlicher Qualifikation

So können Sie mitwirken

Frauengruppen in Gewerkschaften,
monatliche Treffen der DGB-Frauen,
Seminare

MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof



Evangelisches Hilfswerk gGmbH

→ Mimikry

Beratungsstelle für Sexarbeiterinnen
Dreimühlenstraße 1
80469 München
Fon 725 90 83
Fax 74 79 39 43
mimikry@hilfswerk-muenchen.de
www.mimikry.org

Angebot

- Beratung von Sexarbeiterinnen in allen Lebensfragen
- Informationen zu allgemeinen und rechtlichen Bedingungen in der Prostitution
- Unterstützung bei der Entwicklung von beruflichen Alternativen zur Prostitution
- Begleitung zu Ämtern und Behörden
- Informationen zu Gesundheitsthemen und Beratung bei Drogengebrauch
- Bedarfsgerechte Weitervermittlung an andere Hilfseinrichtungen

Für wen?

Mimikry wendet sich an Frauen und Trans* jeder Altersgruppe und Nationalität, die in unterschiedlichen Bereichen sexuelle Dienstleistungen gegen Geld erbringen oder dieses erwägen. Außerdem gehören diejenigen zur Zielgruppe, die beabsichtigen, ihre Tätigkeit in der Sexarbeit zu beenden. Mimikry berät auch Angehörige, FreundInnen, PartnerInnen, etc.

Kosten

Keine

Porträt

Die Beratungsstelle Mimikry bietet sozialpädagogische Hilfen für Frauen in der Sexarbeit, für Aussteigerinnen aus der Prostitution und für ehemalige Prostituierte. Das Hilfsangebot richtet sich nach der konkreten Bedarfslage der Klientinnen. Die Beratung ist kostenfrei, auf Wunsch anonym und alle Beraterinnen unterliegen der Schweigepflicht. Bei Bedarf werden Dolmetscherinnen hinzugezogen.

Ziele

Das Beratungsangebot will die Lebens- und Arbeitsbedingungen von Frauen in der Sexarbeit verbessern und attraktive Alternativen zur Prostitutionstätigkeit entwickeln helfen.

Team

Sozialpädagoginnen

Telefonzeiten

Mo–Fr 10–13 Uhr
persönliche Beratung nach
telefonischer Terminvereinbarung



MVV

Bus 62/58 Kapuzinerstraße

Gesellschaft und Politik

Interessenvertretung

→ bkh-Berufsverband

Kath. Arbeitnehmerinnen in der Hauswirtschaft in Deutschland e.V.

Dantestraße 25
80637 München

Fon 356 75 94

Fax 359 70 95

info@bkhev.de

www.bkhev.de

Angebot

- Abschluss von Tarifverträgen
- kostenlose Rechtsberatung durch einen Verbandsjuristen
- Selbstständigen-Netzwerk Hauswirtschaftliche Dienstleistungen im bkh, das u.a. Werbung, Erfahrungsaustausch, die Zusammenarbeit mit Krankenkassen ermöglicht
- Angebote der Aus-, Fort- und Weiterbildung zum vergünstigten Tarif
- Möglichkeiten für den persönlichen Austausch auf beruflicher, geselliger und christlicher Ebene

Für wen?

ArbeitnehmerInnen in der Hauswirtschaft

Kosten

Mitgliedsbeitrag im Jahr 72 €

Auszubildende 30 €

Porträt

Der Berufsverband Katholischer Arbeitnehmerinnen in der Hauswirtschaft in Deutschland e.V. (bkh) vertritt die beruflichen, sozialen und kulturellen Interessen seiner Mitglieder. In der Öffentlichkeit nimmt er Einfluss auf die Gestaltung politischer Rahmenbedingungen, u.a. Abschluss von Tarifverträgen. Verbandsmitgliedern bietet er interne Netzwerke als Kommunikationsplattform – um voneinander lernen und miteinander wachsen

zu können. In der Tradition seiner über 100-jährigen Geschichte wendet sich der bkh gegen eine Politik, die hauswirtschaftliche Erwerbsarbeit dem Niedriglohnsektor zuordnet und die Beschäftigten dem Risiko der Verarmung aussetzt. Die christliche Sozialethik dient als Orientierung für die Arbeit im Verband, mit dem Ziel, das Leitbild einer humanen Arbeitswelt zu verwirklichen.

Ziele

Vernetzung der Beschäftigten im Bereich Hauswirtschaft und Vertretung ihrer berufs-, bildungs- und gesellschaftspolitischen Interessen

So können Sie mitwirken

Als Mitglied im bkh – stille Mitgliedschaft oder ehrenamtlich aktiv

Im Vordergrund stehen Vernetzung, Bildungs- und Imagearbeit sowie arbeitsrechtliche Problemlösungen.

Öffnungszeiten

Di, Do 9–13 Uhr telefonisch



MVV

U1 Westfriedhof

Weitere Organisationen

→ JIZ – Jugendinformationszentrum

Kreisjugendring
Herzogspitalstraße 24
(Eingang Herzog-Wilhelm-Straße)
80331 München
Fon 55 05 21 50
Fax 55 05 21 51
info@jiz-muenchen.de
www.jiz-muenchen.de

↗ S. 268

→ Deutscher Gewerkschaftsbund

Schwanthalerstraße 64
80336 München
Fon 51 70 01 02
Fax 51 70 01 11
katharina.joho@dgb.de
www.muenchen.dgb.de

Im Deutschen Gewerkschaftsbund haben sich acht Einzelgewerkschaften zusammengeschlossen. In jeder Einzelgewerkschaft besteht ein eigener Frauenausschuss.

↗ S. 238

→ Bayerischer Landesfrauenrat

Winzererstraße 9
80797 München
Fon 12 61-15 20
Fax 12 61-16 33
info@lfr.bayern.de
www.lfr.bayern.de

Der Bayerische Landesfrauenrat ist ein Zusammenschluss von derzeit 48 Landesfrauenverbänden und Frauengruppen gemischter Landesverbände. Sein Ziel ist die Verbesserung der Situation der Frauen in Staat, Wirtschaft und Gesellschaft.

Landeshauptstadt München

→ Kulturreferat

Burgstraße 4

80331 München

Fon 233-969 39

kulturreferat@muenchen.de

www.muenchen.de/kulturreferat

Kultur hat viele Aspekte und Wirkungen: Kunstgenuss und Lebensfreude, Erweiterung des Horizonts und Wahrnehmungsveränderung, Weiterbildung und Erkenntnisgewinn, soziale Integration und Identitätsbildung. Vor allem der Diskurs über Identitäten und die verstärkte Auseinandersetzung mit dem individuellen Kunstverständnis der unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen in der Stadtgemeinschaft sind Herausforderungen für die Zukunft. Das Kulturreferat der Landeshauptstadt München kümmert sich in seinen unterschiedlichen Abteilungen um die städtische Kulturförderung, kulturelle Bildungsarbeit, Stadtteilkulturen, internationalen Kulturaustausch und Zusammenarbeit.

Das Kulturreferat gibt die ThemenGeschichtspfade heraus. Das sind Rundgänge entlang historisch bedeutsamer Orte und Ereignisse, die bezirksübergreifend zu zentralen historischen Themen informieren. Die ThemenGeschichtspfade „Die Geschichte der Frauenbewegung in München“ und die „Geschichte der Lesben und Schwulen in München“ sind unter anderem bei der Gleichstellungsstelle der LH München kostenlos zu beziehen. Weitere Informationen unter www.muenchen.de/tgp

Abteilung 1

Bildende Kunst, Darstellende Kunst, Film, Literatur, Musik, Stadtgeschichte, Wissenschaft

Fon 233-285 00

Fax 233-212 69

kultur.foerderung@muenchen.de

Abteilung 2

Stadtteilkultur, Regionale Festivals, Kulturelle Infrastruktur, Veranstaltungstechnik

Fon 233-268 00

Fax 233-218 92

kultur.veranstaltungen@muenchen.de

Abteilung 3

Kulturelle Bildung, Internationales, Urbane Kulturen

Fon 233-285 66

Fax 233-277 76

kultur.bildung@muenchen.de

Öffnungszeiten

Termine nur nach Vereinbarung

MVV

U- und S-Bahnen Marienplatz

→ Kultur & Spielraum e.V.

Ursulastraße 5
80802 München
Fon 34 16 76
Fax 34 16 77
info@kulturundspielraum.de
www.kulturundspielraum.de
www.mini-muenchen.info

Angebot

Außerschulische Bildungsarbeit im öffentlichen Raum, sowie in zwei Kinder- und Jugendkulturwerkstätten, Kooperationen mit Schulen. Eine ausführliche Darstellung der Projekte – z.B. Spielstadt Mini-München, Kinder- und Jugendkulturwerkstatt Pasinger Fabrik – findet sich auf der Internetseite.

Für wen?

Das Angebot richtet sich an Kinder von 7–15 Jahren sowie an Schulen und bietet in unterschiedlichen Bereichen spezifische Projekte für Mädchen und junge Frauen an.

Kosten

Das Angebot ist weitgehend kostenfrei, für Kurse werden Kursgebühren erhoben.

Porträt

Kultur & Spielraum ist eine Gruppe von Sozial- und KulturpädagogInnen, KünstlerInnen und Lehrkräften. Seit über 30 Jahren plant und organisiert der Verein als selbständiger Maßnahmeträger des Jugendamtes der Landeshauptstadt München Kulturprojekte für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Jahr für Jahr werden damit 40.000–60.000 TeilnehmerInnen bzw. BesucherInnen erreicht. Viele dieser Projekte haben Modellcharakter gewonnen und dienen als Vorbild für ähnliche Aktionen in anderen deutschen Städten.

Ziele

Eines der Hauptanliegen ist es, Kinder und Jugendliche kompetenter im Umgang mit sich und anderen zu machen und ihnen zu helfen, ihre ganz persönlichen Stärken und Kräfte zu entwickeln. Daher wird sehr darauf geachtet, ein Umfeld zu schaffen, in dem es auf die Persönlichkeit ankommt und nicht aufs Outfit.

Team

Zwölf MitarbeiterInnen (Kulturpädagogen, Sozialpädagogen, Verwaltungskräfte, Schreiner)

→ GEDOK München – Gemeinschaft der Künstlerinnen und Kunstfreunde e.V.

Schleißheimer Straße 61
80797 München
Fon 24 29 07 15
mail@GEDOK-muc.de
www.gedok-muc.de

Angebot

Die Regionalgruppe München organisiert Ausstellungen, Konzerte, Lesungen, Vorträge, Führungen, Atelier- und Werkstattbesuche, Symposien sowie Mitgliedertreffen. Auf der Website wird ein Künstlerinnenverzeichnis geführt.

♀ Für wen?

Künstlerinnen aller Sparten und alle, welche die Ziele der GEDOK aktiv fördern möchten

Kosten

Unterschiedliche Jahresbeiträge

Porträt

Die GEDOK ist die größte und traditionsreichste interdisziplinäre Künstlerinnenorganisation in Deutschland. Sie wurde 1926 von Ida Dehmel gegründet. Die KunstförderInnen unterstützen insbesondere bildende Künstlerinnen durch aktive Mitarbeit und ideelle sowie finanzielle Hilfe. Die GEDOK München hat einen Sitz in der Kommission zur Gleichstellung von Frauen des Münchner Stadtrats.

Ziele

Die GEDOK möchte Künstlerinnen fördern und ihren Weg in die Öffentlichkeit erleichtern.

Öffnungszeiten

Di, Do 10–14 Uhr

MVV

U2 Josephsplatz

→ **Münchner Frauenchor e.V.**

Fon 08161/862 54 19
Katrin-Ehmer@web.de
www.muenchner-frauenchor.de

♀ Der Münchner Frauenchor bringt originale Frauenchorliteratur zur Auf-
führung. Interessierte Frauen, die gute
Chorerfahrung haben und unter profes-
sioneller Leitung in einem der führenden
Frauenchöre Deutschlands mitsingen
möchten, sind willkommen.

→ **Lilamunde Lesbenvocal**

c/o Sylvia Fiebich
Fon 28 80 49 06
Hinterbärenbadstraße 2
81373 München
info@lilamunde.de
www.lilamunde.de

♀ Lilamunde Lesbenvocal ist ein kleiner,
aber feiner Lesbenchor. Im Mai 1993
wurde Lilamunde gegründet. Mit viel
Spaß am Singen und Lust an der Musik
und am Auftreten singen und swingen
sich die Sängerinnen von Lilamunde durch
verschiedene Genres. Dabei ist Lilamunde
nichts heilig, kein Text und kein Thema.

→ **Melodiva e.V. – Lesbenchor München**

Hohenlohestraße 35
80637 München
melodiva@gmx.de
www.melodiva.com
www.facebook.com/MelodivaLesbenchor

↗ S. 289

→ **musica femina münchen e.V.**

c/o Anne Holler-Kuthe
Occamstraße 11
80802 München
Fon 39 69 64
Fax 89 33 44 77
info@musica-femina-muenchen.de
www.musica-femina-muenchen.de

♀ Der Verein will das Bewusstsein der
Öffentlichkeit für Frauen in der Musik aus
Gegenwart und Vergangenheit schärfen.
Angeboten werden Konzerte, ein Netz-
werk für Musikerinnen und viele weitere
Aktivitäten.

Weitere Einrichtungen und Angebote

Deutsches Museum

→ **Frauen führen Frauen**

Museumsinsel 1
80538 München

Fon 21 79-569

Fax 21 79-324

information@deutsches-museum.de

www.deutsches-museum.de

→ **Forum Homosexualität München e.V.**

Bayerstraße 77 a/Rgb./III. Stock
80335 München

Fon 23 26 97 94

info@forummuenchen.org

www.forummuenchen.org

↗ S. 286

♀ Immer mittwochs, jeweils um 10 und 17 Uhr veranstaltet das Deutsche Museum Führungen von Frauen für Frauen. Diese interessieren sich in der Regel besonders für die historischen und sozialen Zusammenhänge, aus denen die Objekte stammen. Die Erfahrungen haben gezeigt, dass Frauen technische und wissenschaftliche Themen unbefangener und aufgeschlossener diskutieren, wenn sie unter sich sind.

Die folgende Liste erwähnt in alphabetischer Reihenfolge politische Parteien und WählerInneninitiativen in München, die eigene frauen- und genderspezifische Strukturen haben.

→ **Bündnis 90/Die Grünen
Frauenreferat des
Landesverbands Bayern**

Sendlingerstraße 47

80331 München

Fon 21 15 97-21

Fax 21 15 97-24

www.gruene-bayern.de

→ **SPD München
Arbeitsgemeinschaft
sozialdemokratischer Frauen (AsF)**

Oberanger 38/IV

80331 München

Fon 23 17 11-40

Fax 23 17 11-47

www.spd-muenchen.de

→ **CSU München
Frauen Union München**

Geschäftsstelle der CSU

Adamstraße 2

80636 München

Fon 121 53 70

Fax 18 60 45

www.csu.de

→ **SPD München
Arbeitsgemeinschaft Lesben
und Schwule (Schwusos)**

Oberanger 38/IV

80331 München

Fon 23 17 11-40

Fax 23 17 11-47

schwusos@spd-muenchen.de

www.spd-muenchen.de

→ **FDP
Liberale Frauen**

Rindermarkt 6

80331 München

Fon 12 60 09-23

Fax 12 60 09-51

www.liberale-frauen-bayern.de

→ **WählerInneninitiative
Rosa Liste e.V.**

Postfach 140541

80455 München

Fon 0171/834 88 53

thomas.niederbuehl@rosaliste.de

www.rosaliste.de

→ **Feministische Partei DIE FRAUEN**

Kontakt: Renate Schmidtdorff-Aicher

Kleinhaderner Straße 3

80689 München

Fon 069/61 00 96 22

www.feministischepartei.de

Gesellschaft und Politik

Parteien und Bezirksausschüsse

Die Bezirksausschüsse sind lokale Organe der Landeshauptstadt München und dienen der Erörterung und Durchsetzung stadtbezirksbezogener Anliegen der BürgerInnen. Die meisten Bezirksausschüsse haben Frauenbeauftragte.

Die Geschäftsstellen der Bezirksausschüsse und die Stadtbezirke, für die sie zuständig sind:

→ **BA-Geschäftsstelle Mitte**

Tal 13
80331 München
Fon 22 80 26-66
Fax 22 80 26 74
bag-mitte.dir@muenchen.de

Die BA-Geschäftsstelle ist zuständig für die Stadtbezirke 1 Altstadt-Lehel, 2 Ludwigsvorstadt-Isarvorstadt, 3 Maxvorstadt, 4 Schwabing-West, 12 Schwabing-Freimann

→ **BA-Geschäftsstelle Süd**

Meindlstraße 14
81373 München
Fon 233-338 80
Fax 233-388 85
bag-sued.dir@muenchen.de

Die BA-Geschäftsstelle Süd ist zuständig für die Stadtbezirke 6 Sendling, 7 Sendling-Westpark, 8 Schwanthalerhöhe, 19 Thalkirchen-Obersendling-Forstenried-Fürstenried-Solln

→ **BA-Geschäftsstelle West**

Bürgerzentrum Rathaus Pasing
Landsberger Straße 486
81241 München
Fon 233-372 24
Fax 233-37356
bag-west.dir@muenchen.de

Die BA-Geschäftsstelle West ist zuständig für die Stadtbezirke 20 Hadern, 21 Pasing-Obermenzing, 22 Aubing-Lochhausen-Langwied, 23 Allach-Untermenzing, 25 Laim

→ **BA-Geschäftsstelle Nord**

Ehrenbreitsteinerstraße 28 a
80993 München
Fon 15 98 68 93-1
Fax 159 86 89 21
bag-nord.dir@muenchen.de

Die BA-Geschäftsstelle Nord ist zuständig für die Stadtbezirke 9 Neuhausen-Nymphenburg, 10 Moosach, 11 Milbertshofen-Am Hart, 24 Feldmoching-Hasenberg!

→ **BA-Geschäftsstelle Ost**

Friedenstraße 40
81660 München
Fon 233-61 48-0
Fax 233-614 90
bag-ost.dir@muenchen.de

Die BA-Geschäftsstelle Ost ist zuständig für die Stadtbezirke 5 Au-Haidhausen, 13 Bogenhausen, 14 Berg am Laim, 15 Trudering-Riem, 16 Ramersdorf-Perlach, 17 Obergiesing-Fasangarten, 18 Untergiesing-Harlaching

→ **Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd)**

Diözesanverband München und Freising
Marsstraße 5
80335 München
Fon 89 06 71 16
Fax 89 05 71 77
info@kfd-muenchen.de
www.kfd-muenchen.de

Angebot

- die bewegende Kraft des Glaubens erlebbar machen
- Einsatz für eine gerechte Teilhabe von Frauen in der Kirche
- Raum schaffen, um Begabungen zu entdecken und weiterzuentwickeln
- Engagement für gerechte, gewaltfreie und nachhaltige Lebens- und Arbeitsbedingungen in der Einen Welt
- ökumenisch handeln und lernen mit Frauen anderer Religionen
- das Miteinander der Generationen fördern

Für wen?

Frauen aus Stadt und Land aus der Diözese München und Freising

Kosten

Mitgliedsbeitrag in Höhe von 25 € jährlich

Porträt

Die Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands, Diözesanverband München und Freising (kfd) vertritt in der Diözese 20.000 Frauen. Der Verband ist die größte katholische Interessenvertretung und der größte Frauenverband mit bundesweit 550.000 organisierten Frauen. Die kfd ist eine Gemeinschaft, in der sich Frauen in verschiedenen Lebenssituationen gegenseitig unterstützen. Der Kontakt mit Frauen anderer Konfessionen und Kulturen ist

dabei ein deutliches Zeichen der Vielfalt der kfd. Die Interessen und Rechte von Frauen vertritt die kfd zielgerichtet in Kirche, Politik und Gesellschaft.

Ziele

- Die kfd fühlt sich ihrem Motto „leidenschaftlich glauben und leben“ verpflichtet und hat sich daher folgende Zielsetzungen gesetzt
- kfd – als katholischer Frauenverband eine kraftvolle Gemeinschaft
 - kfd – eine starke Partnerin in Kirche und Gesellschaft
 - kfd – ein Frauenort in der Kirche, offen für Suchende und Fragende

Team

Ehrenamtlich tätige Frauen aus allen gesellschaftlichen Schichten mit unterschiedlichsten Erwerbs- und Bildungsbiographien und drei hauptamtlich tätigen Frauen unterschiedlicher Qualifikation

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich auf Pfarrgruppen-, Dekanats- oder Diözesanebene

Öffnungszeiten

Mo–Do 8–15 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof

→ **Katholischer Deutscher Frauenbund (KDFB)**

Diözesanverband München – Freising
Dachauer Straße 5/IV
80335 München
Fon 59 91 87 80
Fax 550 17 09
kontakt@frauenbund-muenchen.de
www.frauenbund-muenchen.de

Angebot

- Beratung und Interessenvertretung
- Hilfe und Unterstützung
- qualifiziertes, umfangreiches Bildungsprogramm
- „Frauen-Insel“, ein Ort vielfältiger Begegnung in der Sendlinger Straße 30 in München
- monatliche Verbandszeitschrift
- Kommissionen, die zu Diskussion und Engagement einladen
- Arbeitshilfen und Informationen
- umfassenden Versicherungsschutz für Mitglieder



Für wen?

Alle katholischen Frauen

Kosten

Abhängig vom Angebot

Porträt

Die soziale Lage der Frauen veranlasste katholische Frauen 1904, sich für Frauenrechte auf der Grundlage christlicher Weltanschauung einzusetzen und den Verband zu gründen. Er gehört zum Diözesanverband München und Freising und ist Teil eines bundesweiten Verbandes mit 180.000 Mitgliedern allein in Bayern.

Ziele

- Frauen in allen Lebens- und Glaubenssituationen zu stärken
- Frauen zur Mitverantwortung und Mitwirkung in Gesellschaft, Politik und Kirche zu ermutigen

→ Deutscher Evangelischer Frauenbund

Landesverband Bayern e.V.

Geschäftsstelle

Kufsteiner Platz 1

81679 München

Fon 98 10 57 88

Fax 98 105 789

info@def-bayern.de

www.def-bayern.de

Angebot

Die drei „Standbeine“ der Tätigkeit des DEF sind Bildungsarbeit, soziale Arbeit und Gremienarbeit. Schwerpunktthemen sind unter anderem die Medienarbeit, der Umweltschutz sowie der demographische Wandel als Chance. Der DEF möchte Frauen Orientierungshilfen vermitteln und ihren Mut zum Engagement stärken, um sie auf diese Weise zu motivieren, Verantwortung zu übernehmen – für sich und für andere.

Porträt

„Verantwortung übernehmen für sich und andere“: Getragen von diesem Motto hat der 1899 gegründete Deutsche Evangelische Frauenbund (DEF) bereits vor über 110 Jahren gesellschaftspolitischen Einfluss genommen und zu einer Modernisierung des Frauenbildes beigetragen. Noch heute bestimmt dieses Prinzip die ehrenamtliche Arbeit im DEF, um das gesellschaftliche Leben überparteilich und ökumenisch offen mit zu gestalten.

Ziele

Ziel des Engagements ist es, Frauen unterschiedlicher Herkunft und Lebenssituationen anzusprechen, um gemeinsame Erfahrungen, Interessen und Sichtweisen in Kirche, Politik und Gesellschaft zur Geltung zu bringen. Die Stellung der Frau in der Gesellschaft soll gestärkt und die Bedeutung der von Frauen geleisteten Arbeit in allen gesellschaftlichen Bereichen sichtbar gemacht werden.

Bürozeiten

Mo, Di 8–15 Uhr

Do 13–17 Uhr

Fr 8–13 Uhr

MVV

Tram 18, Bus 54 Mauerkircher Straße

→ **Erzbischöfliches Ordinariat München**

Rochusstraße 5
80333 München
Fon 21 37-0
Fax 21 37-1585
generalvikariat@ordinariat-muenchen.de
www.erzbistum-muenchen.de

→ **Evangelisch-Lutherisches Dekanat München**

Gabelsbergerstraße 6
80333 München
Fon 28 66 19-10
Fax 28 66 19-19
dekanat-muc@muenchen-evangelisch.de
www.muenchen-evangelisch.de

→ **Israelitische Kultusgemeinde München**

Jüdisches Zentrum
Sankt-Jakobs-Platz 18
80331 München
Fon 20 24 00-100
Fax 20 24 00-170
info@ikg-m.de
www.ikg-m.de

→ **Islamisches Zentrum München e.V.**

Wallnerstraße 1–5
80939 München
Fon 32 50 61
Fax 32 50 77
sekretariat@islamisches-zentrum-muenchen.de
www.islamisches-zentrum-muenchen.de

→ **Netzwerk katholischer Lesben (NkaL)**

Regionalgruppe München
c/o Postfach 2844
55018 Mainz
info@netzwerk-katholischer-lesben.de
www.netzwerk-katholischer-lesben.de



Das Netzwerk besteht aus ca. 100 Frauen, die sich aufgrund ähnlicher Lebensumstände vernetzt haben. Aus Sorge vor Diskriminierung (z.B. durch einen drohenden Arbeitsplatzverlust bei einem öffentlichen lesbischen Bekenntnis) werden keine konkreten Adressen genannt. Interessierte können sich aber gerne über das Kontaktformular melden.

Mit einer ähnlichen Zielsetzung haben sich in der evangelischen Kirche Frauen zusammengeschlossen:

→ **Ökumenische Arbeitsgruppe Lesben und Kirche (LuK)**



c/o Dankeskirche
Keferloherstraße 70
80807 München
Fon 35 81 67 45
Fax 35 61 31 31
LuKMuenchen@web.de
www.lesben-und-kirche.de
PfarrerIn Heike Immel:
0179/409 42 35

Begegnung und Austausch

Begegnung, Austausch, Hilfe, Spaß haben und miteinander etwas bewegen – hierfür finden Sie in diesem Kapitel die richtigen Angebote.

Durch Begegnung und Austausch erweitern Sie Ihren Blickwinkel, erhalten neue Informationen und Kontakt zu anderen Frauen. Hier gibt es Raum für Diskussionen, gemeinsame Interessen und neue Perspektiven.

6

- Familienzentren und Nachbarschaftshilfen 256
- Kinder- und Jugendliche 267
- Frauenbewegt sein 275
- Lesbisch leben 285
- Spezielle Angebote für Mädchen 292
- Spezielle Angebote für Menschen im Alter 296
- Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund 304
- Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung oder besonderem Bedarf 315

Begegnung und Austausch Familienzentren und Nachbarschaftshilfen

→ SOS-Mütter- und Kindertageszentrum München

Wiesentfelser Straße 68

81249 München

Fon 87 13 20 9-0

Fax 87 13 20 9-20

mz-neuaubing@sos-kinderdorf.de

www.sos-mz-neuaubing.de

Angebot

Mütterzentrum:

- Offener Treffpunkt „Kaffeestube“ mit Kinderbetreuung
- Kurzzeitkinderbetreuung
- Eltern-Kind-Gruppen
- Mittagstisch
- Beratung
- Kurse/Workshops
- Second-Hand-Laden

– Freizeitangebote

Kindertageszentrum mit 77 Plätzen:

- zwei Gruppen altersgemischt von 1–6 Jahren
- zwei Gruppen altersgemischt 1.–4. Grundschulklasse
- eine Gruppe individuelle Lernförderung für 3.–5. Grundschulklasse

Für wen?

Eltern, Kinder, Großeltern, Nachbarschaft

Kosten

Die meisten Angebote sind kostenfrei. Für die Kurzzeitkinderbetreuung und die Kindertagesbetreuung werden Kosten berechnet, ebenso für einige Seminare, Kurse oder Workshops.

Porträt

Seit 1981 leistet das SOS-Mütter- und Kindertageszentrum München einen wichtigen Beitrag für die soziale Infrastruktur und die Wohnqualität im nachbarschaftlichen Umfeld. Wir unterstützen die Familien im Stadtbezirk und reagieren flexibel auf sich wandelnde Bedürfnisse und neue Lebensumstände. Wir verstehen uns als ein multikultureller, offener und generationsübergreifender Treffpunkt für die ganze Familie. Bei uns begegnen sich Jung und Alt, Familien finden Entlastung und viele Beteiligungsmöglichkeiten. Ein wichtiges Angebot für Familien ist unser Kindertageszentrum mit 77 Plätzen für Kinder im Alter von ein bis zwölf Jahren.

Ziele

- Unterstützung und Förderung von Familien
- Hilfe zur Selbsthilfe anbieten
- Frühe Förderung von Kindern
- Integration von Kindern und Erwachsenen fördern
- Teilhabechancen ermöglichen

Team

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit unterschiedlicher Qualifikation

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit und Praktika sind in allen Arbeitsbereichen möglich

→ **SOS-Beratungs- und
Familienzentrum Berg am Laim**
St.-Michael-Straße 7
81673 München
Fon 43 69 08 13
Fax 43 69 08 29
bz-muenchen@sos-kinderdorf.de
www.sos-bz-muenchen.de

→ **SOS Kinder- und Familientreff
Messestadt Ost**
Astrid-Lindgren-Straße 65
81829 München
Fon 24 41 03 63
Fax 24 41 03 644
kft-messestadt@sos-kinderdorf.de
www.sos-bz-muenchen.de

→ **SOS Familienzentrum Riem**
Mittbacher Straße 15
81829 München
Fon 18 94 05 50
www.sos-bz-muenchen.de

Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 8–17 Uhr

Mi 8–19 Uhr

Fr 8–14.30 Uhr

jeden ersten Samstag im Monat 9–13 Uhr



MVV

S4 Aubing, S8 Neuauubing oder Freiham

Bus 57/157 Wiesentfeller Straße

Begegnung und Austausch Familienzentren und Nachbarschaftshilfen

→ elly

Evangelische Familien-Bildungsstätte „Elly Heuss-Knapp“

Herzog-Wilhelm-Straße 24/1

80331 München

Fon 55 22 41-0

Fax 550 12 71

efbs@efbs-muc.de

www.efbs-muc.de

Angebot

Ein attraktives Angebot für alle Altersgruppen. Junge Eltern finden bei uns Begleitung und Unterstützung mit Babys ab der sechsten Lebenswoche, Mütter/Väter mit Kindern von 0–3 Jahren ein vielfältiges Programm und Kinder ab 3–9 Jahren ohne Eltern kreative Angebote auch in den Schulferien. Unsere Qualifizierungen/Fortbildungen für Tageseltern sowie Kurse im Informations-, Bewegungs- und Kreativbereich laden Frauen und Männer dazu ein sich fortzubilden und etwas für sich zu tun. Ergänzend dazu unsere Kindertheater-Vorstellungen sowie die Wochenenden für Väter und/oder Mütter mit Kindern außerhalb Münchens. Gezielte Unterstützung bietet die (Schrei)-Babysprechstunde, welcome-praktische Hilfe nach der Geburt, Opstapje – ein innovatives Spiel- und Lernprogramm (auch für MigrantInnen), die Kurberatung sowie die Begegnungsstätte „Treff für Familien und Nachbarn elly“ in München-Sendling.

Für wen?

Frauen/Mütter, Männer/Väter, Kinder

Kosten

siehe Kursprogramm

Porträt

Die Familienbildungsstätte ist Mitglied im FrauenWerk Stein e.V. in der Evang.-Luth. Kirche, im Evang. Bildungswerk München, im Diakonischen Werk/Innere Mission sowie in der Landes- und Bundesarbeitsgemeinschaft Evangelischen Familien-Bildungsstätten e.V.

Ziele

Familien und ihre Angehörigen unterstützen, begleiten und stärken, damit „Familie leben“ und Leben überhaupt gelingen kann.

Team

13 hauptamtlich Beschäftigte, ErzieherInnen, SozialpädagogInnen, Verwaltungsangestellte und ca. 100 Kursleiterinnen auf Honorarbasis

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit, Mitgliedschaft im Förderverein „Freunde der elly“ und Spenden

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–11.30 Uhr

Di, Do 15–17 Uhr



MVV

U-Bahnen, Tram Sendlinger Tor
U- und S-Bahnen, Tram Karlsplatz
(Stachus)

→ Projekt-Laden International Haidhausen

Metzstraße 37
81667 München
Fon 48 36 68
Fax 448 10 13
info@projekt-laden.de
www.projekt-laden.de

Angebot

Internationale Kinder-, Mädchen-, Näh- und Frauengruppen; themenbezogene Veranstaltungen, Spielaktionen, internationale Feste

Für wen?

Familien, Frauen, Mädchen, Kinder unterschiedlicher Herkunft

Kosten

Gruppen- und Veranstaltungsbeiträge sind einkommensabhängig

Porträt

Der Projekt-Laden International Haidhausen ist als sozialpädagogische Einrichtung Treffpunkt für Familien, Frauen und Kinder aus dem Stadtteil Haidhausen und den angrenzenden Wohnvierteln. Träger ist der Verein für Internationale Jugendarbeit e.V. Ortsverein München; der Dachverband ist das Diakonische Werk Bayern.

Ziele

Der Verein fördert Kinder und ihre Familien, um ihnen bessere Bildungschancen zu ermöglichen. Der Projekt-Laden bietet Raum für selbstbestimmte Aktivitäten, Kommunikation und Austausch, besonders für Frauen und Mädchen. Er sieht seine Aufgabe darin, Freundbilder aufzubauen unter dem Motto: Fremde werden Freunde.

Team

Drei Sozialpädagoginnen, eine Verwaltungskraft (alle in Teilzeit), PraktikantInnen, FSJ, Honorarkräfte und Ehrenamtliche

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliches Engagement ist immer willkommen

Öffnungszeiten

Mo–Fr 10–14 Uhr

MVV

S-Bahnen Ostbahnhof/Rosenheimer Platz
U4/U5 Max-Weber-Platz

Begegnung und Austausch Familienzentren und Nachbarschaftshilfen

→ Die Nachbarschaftshilfe – deutsche und ausländische Familien

Goethestraße 53

80336 München

Trägerverein „Freundschaft zwischen
Ausländern und Deutschen e.V.“

Fon 53 66 67 und 53 71 02

Fax 53 85 95 87

christaliebscher@die-nachbarschaftshilfe.de
kathrinneumann@die-nachbarschaftshilfe.de
oy@die-nachbarschaftshilfe.de
www.die-nachbarschaftshilfe.de

Angebot

Offene Angebote der interkulturellen
und interreligiösen Begegnung, wie z.B.
Informationsveranstaltungen und Feste,
„Gespräche zwischen den Religionen“;
„Konversationskreis für Frauen „Trau Dich
deutsch zu sprechen“; Cafe der Nationen
(Treffpunkt für Frauen); Literatur-Menü;
Begegnungsangebote für ältere Menschen
verschiedener Nationalitäten; Einzelfallhilfe
und Veranstaltungen für Menschen mit
Behinderungen

Für wen?

Für Münchner BürgerInnen mit und ohne
Migrationshintergrund, Flüchtlinge und
Asylbewerber – für Familien und Einzel-
personen verschiedener Nationalitäten,
Kulturen, Religionen und Altersgruppen

Kosten

Kostenfrei, bzw. geringer Teilnahmebeitrag

Porträt

Die Nachbarschaftshilfe – deutsche und
ausländische Familien wurde am 1.4. 1985
gegründet, um ein Zeichen zu setzen
gegen Fremdenfeindlichkeit und Rassis-
mus. Mit ihren interkulturellen und inter-
religiösen Angeboten initiiert und fördert
sie die Begegnung und Verständigung zwi-
schen Münchner Bürgern verschiedener
Nationalitäten, Kulturen und Religionen.

Ziele

Wir vermitteln Informationen über ver-
schiedene Länder, Kulturen und Religionen
und laden die Menschen ein, sich im Rah-
men von Veranstaltungen besser kennen
zu lernen, mehr voneinander zu erfahren,
sich zu begegnen und miteinander zu spre-
chen und zu feiern.

Team

Sozialpädagogin, Turkologin und Sprach-
lehrerin, Erzieher, Beratung in Türkisch
und Deutsch

So können Sie mitwirken

FSJ, ehrenamtliche Mitarbeit

Bürozeiten

Mo, Mi 12–14 Uhr

Do 16–18 Uhr



Arbeitsschwerpunkt

„Menschen mit Behinderungen“:

Di, Do 9–12 Uhr

MVV

U-Bahnen Goetheplatz,
Sendlinger-Tor und Hauptbahnhof,
Bus 58 Beethovenplatz

→ Nachbarschaftshilfe in der Au e.V.

Am Herrgottseck 4
81669 München
Fon 65.94.79

Angebot

Mutter-Kind-Gruppen in den Räumen „Am Herrgottseck“; Betreuung von kranken, alten und behinderten Menschen und ihren Familien; Unterstützung von jungen Müttern; Einzelbetreuung mit Hausbesuchen; Hilfe beim Einkaufen, Begleitung zu Arztbesuchen, auf Spaziergängen, Unterstützung bei Behördengängen; Hausaufgabenbetreuung und Kinderbeaufsichtigung

Für wen?

Hilfsbedürftige Menschen und Familien im Stadtteil Au

Kosten

Pro Hilfestellung 2,50 €

Porträt

Da es im Stadtteil an Unterstützung für hilfsbedürftige ältere Menschen und für junge Mütter fehlte, wurde dieser Verein 1982 zur Nachbarschaftshilfe gegründet. Er organisiert Mutter-Kind-Gruppen und unterstützt und betreut hilfsbedürftige Bürgerinnen und Bürger im Stadtteil. Die Nachbarschaftshilfe ist Mitglied im DPWV.

Ziele

Hilfe dort geben, wo hauptamtliche Kräfte nicht eingesetzt werden.

So können Sie mitwirken

Beitritt und ehrenamtliche Mitarbeit

Telefonzeiten

Mo–Fr 8–18 Uhr
außerhalb der Zeiten
Anrufbeantworter



Öffnungszeiten

Mutter-Kind-Gruppen:
Mo–Fr 8–18 Uhr und betreute Gruppen

MVV

U1/U2 Kolumbusplatz,
Bus 52 Schweigerstraße,
Tram 27 Mariahilfplatz

Begegnung und Austausch Familienzentren und Nachbarschaftshilfen

→ Nachbarschaft Neuhadern e.V. – Bewohnertreff

Stiftsbogen 93
81375 München
Fon 700 28 00
Fax 70 08 84 99
info@nachbarschaft-neuhadern.de
www.nachbarschaft-neuhadern.de

Angebot

Soziale Beratung z.B. bei familiären Schwierigkeiten, der Pflege und Versorgung im Alter; Hilfe beim Ausfüllen von Formularen; Vermittlung von Haushaltshilfen für alte und kranke BewohnerInnen; Mutter-Kind-Gruppen, Minikindergarten für 2- bis 4-Jährige; Hausaufgabenbetreuung; Selbsthilfegruppen für DiabetikerInnen und Multiple-Sklerose-Kranke; Kurse im kreativen und gesundheitlichen Bereich; Vorträge zu aktuellen Themen; Flohmärkte, Basare, Ausstellungen, Feste

Für wen?

BewohnerInnen aller Alterstufen und Nationalitäten aus Hadern

Kosten

Beratung kostenlos, Kurse und Gruppen bitte erfragen

Programm

Erscheint vierteljährlich; ausgelegt in öffentlichen Einrichtungen im Stadtviertel

Porträt

Der Verein wurde 1980 als BewohnerInnen-Initiative in einem der jüngsten Neubaugebiete Münchens gegründet. Seine Arbeitsfelder sind: Stadtteilarbeit, Unterstützung hilfsbedürftiger BewohnerInnen, Initiierung und Unterstützung von

Gruppen, Information und Beratung sowie Kooperation und Gremienarbeit im Stadtviertel.

Die Nachbarschaftshilfe gehört dem DPWV an.

Ziele

Die Lebenssituation der BewohnerInnen im Stadtteil verbessern. Wo direkte Nachbarschaftshilfe nicht mehr funktioniert, wird versucht, neue nachbarschaftliche Netze aufzubauen und zum Engagement anzuregen für sich selbst und den Nächsten.

Team

Dipl.-Sozialpädagogin

So können Sie mitwirken

Beitritt, Beitrittsvoraussetzungen:
BewohnerIn des Stadtbezirks Hadern
Beitragshöhe jährlich: 16 €
Ehrenamtliche Mitarbeit: möglich
bei allen Angeboten

Telefonzeiten

Mo-Do 9-13 Uhr, 14-16 Uhr
Fr 11-13 Uhr



MVV

U6 Haderner Stern,
Bus 167 Haltestelle Wolkerweg

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **Paritätische Familien-Bildungsstätte (Fabi) e.V.**

Giesinger Bahnhofplatz 2
81539 München
Fon 99 84 80 42
Fax 99 84 80 50
info@fabi-muenchen.de
www.fabi-muenchen.de

Zweigstellen in Bogenhausen,
Milbertshofen, Neuperlach, Pasing,
Thalkirchen-Sendling

↗ S. 87

→ **Haus der Familie – Katholische Familienbildungsstätte e.V.**

Schraudolphstraße 1/Rgb.
80799 München
Fon 28 81 31-0
Fax 280 05 77
info@hausderfamilie.de
www.hausderfamilie.de

Außenstelle Dantestraße 1

Fon 157 16 56

→ **Elternschule im Klinikum Dritter Orden**

Menzinger Straße 46
Fon 17 95-18 62

Eltern-Kind-Angebote in Münchner
Katholischen Pfarreien
Onlineanmeldung jederzeit möglich!

→ **Evang. Stadtakademie**

Herzog-Wilhem-Straße 24/II
80331 München
Fon 54 90 27-11
Fax 54 90 27-15
info@evstadtakademie.de
www.evstadtakademie.de

→ **Familienbildung im Kolpingwerk**

Kolpingwerk Diözesanverband
München und Freising
Adolf-Kolping-Straße 1
80336 München
Fon 59 99 69 50
Fax 59 99 69 59
info@kolping-dv-muenchen.de
www.kolping-dv-muenchen.de

→ **Münchner Bildungswerk e.V.**

Dachauer Straße 5
80335 München
Fon 54 58 05-0
Fax 54 58 05-25
mbw@muenchner-bildungswerk.de
www.muenchner-bildungswerk.de

↗ S. 30

→ **Initiative Familie – cvjm**

Landwehrstraße 13
80336 München
Fon 55 21 41-16
Fax 550 42 82
info@cvjm-muenchen.org
www.cvjm-muenchen.de

Begegnung und Austausch Familienzentren und Nachbarschaftshilfen

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ Netzwerk Geburt und Familie e.V.

Häberlstraße 17/Rgb.
80337 München
[Fon 530 75 10 12](tel:530751012)
[Fax 530 75 10 12](tel:530751012)
info@nguf.de
www.nguf.de

↗ S. 103

→ Internationales Mütterforum e.V.

Plinganserstraße 26
81373 München
[Fon 76 75 34 94](tel:76753494)
[Fax 76 75 34 94](tel:76753494)
muetterforum-muenchen@t-online.de

↗ S. 312

→ TREFFAM –

Treffpunkt Familie International

Tübinger Straße 11
80686 München
[Fon 502 55 92](tel:5025592)
[Fax 54 07 39 79](tel:54073979)
treffam@im-muenchen.de
www.im-muenchen.de

↗ S. 78

→ Ausländischer Elternverein e.V.

Goethestraße 28
80336 München
[Fon 538 91 64](tel:5389164)
[Fax 538 91 36](tel:5389136)
info@aev-muenchen.de
www.aev-muenchen.de

→ Familienzentrum Friedenskapelle

Kemptener Straße 73
Postanschrift: Allgäuer Straße 116
81475 München
[Fon 759 35 18](tel:7593518)
[Fax 74 94 59 40](tel:74945940)
familienzentruminfo@googlemail.com
www.esd-m-fuerstenried.de

→ Bürgertreff München-Süd

treff und tee e.V.
Forstenrieder Allee 65 b
81476 München
[Fon 755 93 73](tel:7559373) (Café)
[Fon 75 50 93 96](tel:75509396) (Büro)
[Fax 75 50 94 34](tel:75509434)
info@treff-und-tee.de
www.treff-und-tee.de

→ Mütter für Mütter e.V. –

Mütterladen Giesing

Rißbachstraße 12
81539 München
[Fon 69 37 03 71](tel:69370371)
[Fax 69 37 03 72](tel:69370372)
info@muetter.de
www.muetter.de

→ Familienzentrum Hadern-Blumenau e.V.

Rolf-Pinegger-Straße 3
80689 München
[Fon 70 92 90 92](tel:70929092)
[Fax 70 92 90 92](tel:70929092)
FAZBlumenau@aol.com

→ **Mütterzentrum Harthof**

Dientzenhoferstraße 68
80937 München
Fon 55 26 56-65
Fax 55 26 56-64
muetterzentrum.harthof@mnet-online.de
www.bewohnertreff-harthof.de

→ **Familienzentrum Laim**

Deutscher Kinderschutzbund e.V.
Valpichler Straße 36
80686 München
Fon 56 69 33
Fax 54 64 42 25
fam@dksb-muc.de
www.familienzentrum-laim.de

→ **Müttertreff Moosach e.V.**

Feldmochinger Straße 42
80993 München
Fon 14 95 90 38
service@muettertreff.org
www.muettertreff.org

→ **Mütter-Väter-Zentrum Neuhausen e.V.**

Landshtuter Allee 37
80634 München
Fon 18 83 07
Fax 12 77 98 74
info@mvz-neuhausen.de
www.mvz-neuhausen.de

→ **ZAK – „Zusammen aktiv in Neuperlach“
Verein für Gemeinwesenarbeit**

Stadtteilbüro
Adenauerring 12
81737 München
Fon 670 98 40
Fax 670 98 40
info@zak-neuperlach.de
www.zak-neuperlach.de

→ **Nachbarschaftshilfe Neu-Perlach e.V.**

Oskar-Maria-Graf-Ring 20
81737 München
Fon 67 78 26

→ **Mütterzentrum Ramersdorf e.V.**

Ödkarspitzstraße 20
81671 München
Fon 49 15 71
Fax 49 00 38 66
info@muetterzentrum-ramersdorf.de
www.muetterzentrum-ramersdorf.de

→ **Familienzentrum Messestadt Riem**

Helsinkistraße 10
81829 München
Fon 40 90 60 74
Fax 40 90 60 74
info@fameri.de
www.fameri.de

Begegnung und Austausch

Familienzentren und Nachbarschaftshilfen

Weitere Einrichtungen und Angebote

Wir verweisen in diesem Zusammenhang auf die Broschüre der Landeshauptstadt München „Wegweiser für Familien“, die Sie auch im Internet unter www.muenchen.de Suchbegriff „Familienwegweiser“ finden und auf der Website des Stadtjugendamts: www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Sozialreferat/Jugendamt

→ Eltern-Kind-Zentrum Schwabing/

Maxvorstadt e.V.

Nordendstraße 53
80801 München
[Fon 0172/731 05 34](tel:01727310534)
www.elki-schwabing.de

→ Nachbarschaft Schwabing in der Seidlvilla

Nikolaiplatz 1 b
80802 München
[Fon 39 82 99](tel:398299)
Fax 39 82 99
nachbarschaft@seidlvilla.de
www.seidlvilla.de/nachbarschaft.html

→ Mütterzentrum Sendling e.V.

Brudermühlstraße 42
81371 München
[Fon 77 77 44](tel:777744)
Fax 74 79 22 60
info@muetterzentrum-sendling.de
www.muetterzentrum-sendling.de

→ Familienzentrum Trudering e.V.

Dompfaffweg 10
81827 München
[Fon 452 42 07-0](tel:45242070)
info@familienzentrum.com
www.familienzentrum.com

→ VaMuKi e.V. im Pfarrgarten St. Ruppert

Gollierstraße 61
80339 München
[Fon 540 74 47 23](tel:540744723)
internet@vamuki.de
www.vamuki.de

→ Kreisjugendring München-Stadt

Paul-Heyse-Straße 22

80336 München

Fon 51 41 06-0

Fax 51 41 06-45

info@kjr-m.de

www.kjr-m.de

Angebot

Jede Freizeitstätte des KJR hat ihr eigenes Profil, richtet sich nach den Bedürfnissen im Stadtviertel und vor allem nach den Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Gemeinsam ist allen Freizeitstätten: sie bieten Raum für sinnvolle Freizeitgestaltung mit kompetenter Betreuung durch unsere fast 400 Freizeit-Profis: unsere Pädagoginnen und Pädagogen. Viele Häuser bieten spezielle Mädchenangebote (z.B. im Bereich Tanz, Kreativ) und/oder eigene Mädchenöffnungstage. Auf der Internetseite des Kreisjugendrings gibt es ausführliche Informationen über das komplette Angebot, z.B. über die Freizeitstätten und die Kindertageseinrichtungen, es gibt Jugendinfos und einen Veranstaltungskalender.

Porträt

Etwa 250.000 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 6 und 25 Jahren gibt es in München. Und viele von ihnen kommen zum Kreisjugendring, in die fast 70 Jugendverbände unter diesem Dach und in die offenen Kinder- und Jugendtreffs. 49 städtische Freizeitstätten betreibt der KJR in München, außerdem zahlreiche Projekte für Kinder und Jugendliche.

Im Kreisjugendring München-Stadt gibt es eine Mädchenbeauftragte und eine Fachstelle für Jungenarbeit. Sie kümmern sich um die fachliche Weiterentwicklung der geschlechtsspezifischen Arbeit im Kreisjugendring.

Für wen?

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene von 6 bis 27 Jahren

Kosten

I.d.R. keine

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–16 Uhr

MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof

Begegnung und Austausch Kinder und Jugendliche

Kreisjugendring München-Stadt

→ JIZ – Jugendinformationszentrum München

Sendlinger Straße 7

80331 München

Fon 55 05 21 50

Fax 55 05 21 51

info@jiz-muenchen.de

www.jiz-muenchen.de

www.under18.de

(Veranstaltungskalender für Teenager)

www.ferien-muenchen.de

(Datenbank mit Ferienangeboten)

www.info4mux.de

(online-Beratungsforum von Jugendlichen für Jugendliche)

Angebot

Allgemeine Beratung (auch im Krisenfall) und Weitervermittlung an Fachstellen; spezielle Beratungsangebote: Rechtsberatung, Jugendschuldenberatung, Beratung für Auslandsaufenthalte, Mobbingberatung für Kinder und Jugendliche, Beratung für den Übergang Schule-Beruf. Hunderte von Publikationen zu allen Jugendthemen zum Mitnehmen, vielfältige Internetangebote.

Für wen?

Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 14 bis 27 Jahren sowie für alle Personen, die privat oder beruflich mit Jugendlichen zu tun haben (Eltern, LehrerInnen, SozialpädagogInnen usw.)

Kosten

Alle Angebote des JIZ sind kostenlos (einzige Ausnahme: PC- und Internetnutzung kostet für Erwachsene über 27 Jahre 0,50 €/30 Minuten)

Porträt

Das JIZ ist das älteste und größte Jugendinformationszentrum Deutschlands (Gründung 1967). Es versteht sich als Informationsdrehscheibe und Vernetzungsstelle, um allen Ratsuchenden eine lösungsorientierte Beratung und die Vermittlung an weiterführende Angebote zu ermöglichen.

Ziele

Den Nutzerinnen und Nutzern werden umfassende Informationen zu Jugendthemen zur Verfügung gestellt, Unterstützung und Beratungsmöglichkeiten angeboten sowie eine große Bandbreite von Informationen im Internet zur Verfügung gestellt.

Team

Im pädagogischen Team sind qualifizierte Fachkräfte angestellt (SozialpädagogInnen und Diplom-PädagogInnen).

Öffnungszeiten

Mo–Fr 13–18 Uhr

Kinderaktionen der

Spiellandschaft Stadt:

Sa 12–16 Uhr (wechselndes

Programm, keine Beratung!)



Hinweis: Toiletten nicht für Rollstuhlfahrer geeignet

MVV

S-Bahnen, U4/U5 Karlsplatz (Stachus)

→ Verein für Internationale Jugendarbeit, Ortsverein München e.V.

Friedrich-Loy-Straße 16

80796 München

Fon 306 68 69 35

Fax 306 68 69 36

verein@vij-muenchen.de

www.vij-muenchen.de

Angebot

Au-pair Beratung, Vermittlung und Begleitung, ClubIn Treff für junge Leute, Wohnheim für Mädchen und junge Frauen
Therapeutische Wohngruppen (voll und teilbetreut) für Mädchen und junge Frauen von 16–23 und von 21–30 Jahren

Für wen?

Au-pairs, ausländische StudentInnen, MigrantInnen im Alter von 17 bis 27
Mädchen und junge Frauen in Ausbildung
Mädchen und junge Frauen mit persönlichen Schwierigkeiten

Kosten

Richten sich nach Art des Angebots

Porträt

Gegründet 1882 als Deutscher Nationalverband des Vereins „Freundinnen junger Mädchen“. Er ist Mitglied des Diakonischen Werkes und der Evangelischen Frauenarbeit in Deutschland. Auf internationaler Ebene ist er der World Young Women's Christian Association (YWCA) angeschlossen.

Der Verein bietet jungen Menschen und Familien Beratung, Begleitung und Unterstützung – gleich welcher Nationalität und Religion.

Er leistet interkonfessionelle und interkulturelle Arbeit in verschiedenen Arbeitsfeldern.

Ziele

Junge Menschen und Familien fördern und deren Teilhabe stärken

Team

Sozialpädagoginnen, Psychologisch-therapeutische Fachkräfte, Verwaltungsfachkräfte

So können Sie mitwirken

Z.B. ehrenamtlich in den Arbeitsbereichen ClubIn, Projekt-Laden International und Marie-Luise-Schattenmann-Haus

Öffnungszeiten

Mo–Do 10–16 Uhr,
nach vorheriger Anmeldung



Kinder können je nach Angebot mitgebracht werden

MVV

U2 Hohenzollernplatz, Tram 12/27

Begegnung und Austausch Kinder und Jugendliche

→ MOP Integrativer Jugendtreff

Fallmerayerstraße 2

80796 München

Fon 30 40 73

Fax 3082406

info@mopjugendtreff.de

www.mopjugendtreff.de

Angebot

Offenes Jugendcafé, geschlechtsspezifische Angebote (für Mädchen und Jungen), Workshops und Projekte, Freizeit und Ferienprogramm, Schulkooperationen

Für wen?

Jugendliche mit und ohne Körper- und/oder Sinnesbehinderung zwischen elf und 18 Jahren

Kosten

In der Regel keine, bei Veranstaltungen ggf. entsprechender Unkostenbeitrag

Porträt

Der gemeinnützige Trägerverein Modellprojekt 27 e.V. für MOP Integrativer Jugendtreff wurde 1977 gegründet. Er entstand aus einer studentischen Initiativgruppe.

Ziele

Inklusion von Jugendlichen mit und ohne Behinderung

Team

Vier pädagogische Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft, Spenden (gegen Spendenquittung möglich), ehrenamtliche Mitarbeit: in allen Bereichen möglich

Öffnungszeiten

Mo–Mi 15–18 Uhr

Do 15–19 Uhr

Fr 12–20 Uhr (1x monatlich
12–22 Uhr)



MVV

U2 Hohenzollernplatz

Tram 12/27/28 Kurfürstenplatz

Bus 53/144 Kurfürstenplatz

→ **ClubIn, Internationaler Treff für junge Leute von 17 bis 27**

Träger: Verein für Internationale Jugendarbeit
Friedrich-Loy-Straße 16
80796 München
Fon 300 85 84
Fax 308 45 34
clubbuero@vij-muenchen.de
www.clubin-muenchen.de

Angebot

Kontakt- und Treffpunkt, Beratung zum Au-pair Aufenthalt, Studium sowie zu Freiwilligen Diensten in Deutschland, Kultur- und Freizeitprogramm

Für wen?

Au-pairs, ausländische StudentInnen, MigrantInnen im Alter von 17 bis 27

Kosten

Richten sich nach Art des Angebots

Ziele

Integration junger Menschen, interkulturelle Begegnung und Austausch, Ausbildung interkultureller Kompetenzen, Förderung ehrenamtlichen Engagements

Team

Eine Sozialpädagogin, eine M. A. Interkulturelle Kommunikation

So können Sie mitwirken

Z.B. ehrenamtlich im offenen Betrieb, bei der Durchführung gezielter Gruppenangebote, Dolmetschen

Öffnungszeiten

Beratung im Clubbüro:

Di–Mi 10–12 Uhr

offener Treff:

Do 19.30–22 Uhr

Fr 19.30–24 Uhr



MVV

U2 Hohenzollernplatz, Tram 12/27

Begegnung und Austausch Kinder und Jugendliche

Weitere Freizeitangebote für Kinder und Jugendliche

Es gibt derzeit in den Münchner Stadtteilen an die 100 Freizeittreffs für Kinder und Jugendliche. Fast alle wenden sich mit speziellen Aktionen und Projekten an die Zielgruppe Mädchen.

Aktuelle Termine für Veranstaltungen, Workshops und Projekte nur für Mädchen gibt es im Internet unter der Adresse www.under18.de unter „girls only“. Hier ist beispielhaft eine Auswahl aus dem umfangreichen Angebot der unterschiedlichen Träger aufgeführt, die keine Wertung darstellt.

Wir verweisen in diesem Zusammenhang auf die Broschüre der Landeshauptstadt München „Wegweiser für Familien“, die Sie auch im Internet unter www.muenchen.de Suchbegriff „Familienwegweiser“ finden und auf der Website des Stadtjugendamts: www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Sozialreferat/Jugendamt

→ Kultur & Spielraum e.V.

Ursulastraße 5
80802 München
Fon 34 16 76
Fax 34 16 77
info@kulturundspielraum.de
www.kulturundspielraum.de
www.mini-muenchen.info

↗ S. 243

→ Kinder- und Jugendkulturwerkstatt Pasinger Fabrik

August-Exter-Straße 1
81245 München
Fon 888 88 06
Fax 820 5978
kjwpasing@kulturundspielraum.de
www.kulturundspielraum.de

Die Kinder- und Jugendkulturwerkstatt Pasinger Fabrik ist Geschäftsstelle (jks@kulturundspielraum.de) und Mitglied der Münchner Jugendkunstschulen (www.jugendkunstschule-muenchen.de).

Bürozeiten
Mi–Fr 10–13 Uhr, 14–18 Uhr
Sa 14–18 Uhr
Öffnungszeiten
Mi– Sa 14.30–18 Uhr

MVV
S-Bahn Bahnhof Pasing
(Nordausgang)

→ HEI Haus der Eigenarbeit

Wörthstraße 42/Rgb.
81667 München
Fon 448 06 23
Fax 48 95 22 04
welcome@hei-muenchen.de
www.hei-muenchen.de

Zusammen mit den Eltern kann hier mit vielen Materialien gewerkt werden. Es gibt es eine offene Kinderwerkstatt. Im Angebot stehen viele Kurse, auch für Erwachsene.

Öffnungszeiten
Di–Fr 15–21 Uhr, Sa 12–18 Uhr

→ Kindertreff Oly

Teestube für Kinder und Jugendliche
Helene-Mayer-Ring 9/Eingang g
80809 München
Fon 230 69 57-22
Fax 230 69 57-25
kindertreff@diakonie-moosach.de
www.diakonie-moosach.de
Offener Treff für Kinder und Jugendliche mit vielen Angeboten wie Bastelaktionen, Spielwagen, Ferienfreizeiten und Holzwerkstatt.

Öffnungszeiten
Mo, Di, Do 14.30–18.30 Uhr Kindertreff
Mi 14.30–18.30 Uhr Jungentreff
Fr 14.30–18.30 Uhr Mädchentreff

→ Infofon e.V.

Ein Beratungsdienst von Jugendlichen für Jugendliche
Rupprechtstraße 29
80636 München
Fon 189 50 79-17 (Büro)
Fax 189 50 79-19
team@infofon.muc.kobis.de
www.infofon.muc.kobis.de

Infofon 121 50 00
Telefonzeiten für Jugendliche

Öffnungszeiten
täglich von 17–22 Uhr

Unter der Nummer 121 50 00 beraten Jugendliche am Telefon, jeden Tag im Jahr, jeweils von 17 bis 22 Uhr. Kino, Weggehen, Partys, Bars, Behörden, Betreuung, Migration, Sport, Kunst, Bus und Bahn ist eine Auswahl von Themen, über die das Infofon für den Münchner Raum informiert. Für die Beratungstätigkeit auf den verschiedenen Themengebieten wurden die Jugendlichen bei Infofon umfangreich ausgebildet. Sollten sie bei sehr schwierigen Problemen einmal nicht weiterhelfen können, ist stets eine pädagogische Fachkraft anwesend.

Begegnung und Austausch Kinder und Jugendliche

Landeshauptstadt München
Sozialreferat

→ Ferienangebote/Familienpass

Meindlstraße 16
81373 München
Fon 233-338 33

ferienangebote.soz@muenchen.de
www.muenchen.de/ferienangebote

Für Kinder und Jugendliche, die in München wohnen, organisiert die Stadt München alljährlich umfangreiche Ferienprogramme, die von Workshops, Spielnachmittagen bis hin zu mehrtägigen Ausflügen, Zeltfreizeiten und Ferienlagern reichen. Es gibt auch immer Angebote speziell für Mädchen wie zum Beispiel Pferdefreizeiten. Damit niemand des Geldes wegen daheim bleiben muss, können Familien mit geringem Einkommen Zuschüsse aus Stiftungsmitteln beantragen.

Eine Übersicht über die Ferienangebote gibt es auf der Website, dort können aktuelle Broschüren, zum Beispiel zum Sommerferienprogramm, auch heruntergeladen werden. Die aktuellen Angebote liegen auch in der Stadt-Information im Rathaus am Marienplatz aus.

→ DONNA MOBILE

Projekt: LiA (Liked in Action)

Trägerverein AKA e.V.
Landsberger Straße 45 a
80339 München
Fon 72 64 96 27

Fax 50 50 99
nimet.goekmenoglu@donnamobile.org
www.donnamobile.org

↗ S. 308

→ Freizeitstätte Hirschgarten

Evang. Jugend München
Arnulfstraße 251
80639 München
Fon 17 80 98 81
Fax 17 80 98 83
www.hirschgarten-online.de

Öffnungszeiten
Mo, Mi, Fr Cafébetrieb 15–20 Uhr
Do Mädchentag 15–19 Uhr

→ Verein für Fraueninteressen e.V.

Thierschstraße 17

80538 München

Fon 290 44 63

Fax 290 44 64

verein@fraueninteressen.de

www.fraueninteressen.de

Angebot

Seminare, Kurse, Beratung und Vermittlung für Frauen, denen Familie und Beruf gleichermaßen wichtig sind und die das soziale und wirtschaftliche Leben mitgestalten wollen.

Der Verein für Fraueninteressen ist auf folgenden Gebieten tätig: Freiwilligen-Agentur Tatendrang München, Hauswirtschaftliche Beratung für verschuldete Familien, FIT – FinanzTraining, „Neuer Start“, Zu Hause gesund werden (häuslicher Betreuungsdienst für kranke und genesende Kinder), Münchner Frauenforum, Seniorenbörse, SPURWECHSEL?, „fremd – vertraut“, Betreuer Umgang – Betreute Übergabe, Gesprächsforum: PolitikFrauenGesellschaft.

♀ Für wen?

Frauen

Kosten

Beratung und Dienstleistungen im Rahmen der sozialen Projekte meist kostenlos; Gebühren für Seminare und Kurse bitte erfragen

Programm

Erscheint halbjährlich und wird auf Anfrage zugesandt, ausgelegt in der Thierschstraße 17 und den Einrichtungen des Vereins

Porträt

Anita Augspurg und Sophie Goudstikker gaben 1894 den Anstoß zur Gründung des Vereins als Zentrum der Münchner Frauenbewegung. Im Verein für Fraueninteressen entstanden die erste Rechtsschutzstelle, Berufsberatung und Arbeitsvermittlung für Mädchen und Frauen.

Der Verein ist Ortsring des Deutschen Frauenrings (DFR), Mitglied im Stadtbund Münchner Frauenverbände und DER PARITÄTISCHE, im International Council of Women (ICW) und im International Alliance of Women (IAW).

Team

Eine hauptamtlich Vollzeitbeschäftigte, 16 hauptamtlich Teilzeitbeschäftigte, 20 Honorarkräfte, 65 geringfügig Beschäftigte und ehrenamtliche MitarbeiterInnen mit unterschiedlicher Qualifikation

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–13 Uhr



MVV

S-Bahnen Isartor, U4/U5 Lehel,
Tram 18 Isartor oder Mariannenplatz

Begegnung und Austausch Frauenbewegt sein

→ **münchener frauenforum**

Verein für Fraueninteressen e.V.
Rumfordstraße 25
80469 München
Fon 29 39 68
Fax 29 16 23 91
info@muenchner-frauenforum.de
www.muenchner-frauenforum.de

Angebot

Das münchener frauenforum ist ein Treffpunkt für Frauen mit Ideen und Initiative in und um München. Das Angebot des mff umfasst Information und Vernetzung, individuelle Beratung, Coaching und ein Veranstaltungsforum mit Vorträgen und Workshops zu den Themen Beruf, Finanzen, Gesundheit, Rechtsfragen, Kunst und Kultur, Wohnen, Umwelt.

Für wen?

Für Frauen in und um München

Kosten

Information und Erstberatung kostenlos, (Spende erwünscht),
Veranstaltungen auf Anfrage

Programm

Erscheint 5-mal im Jahr und liegt in der Stadtinformation am Marienplatz, den Stadtbüchereien, dem münchener frauenforum und vielen Münchner Einrichtungen aus.

Portrait

Das münchener frauenforum wurde 1988 als Projekt des Vereins für Fraueninteressen e.V. gegründet, um Frauen in beruflicher und persönlicher Um- und Neuorientierung zu unterstützen.

Ziele

Eigeninitiative und Eigenständigkeit stärken

Team

7 Teilzeitkräfte

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft im Verein für Fraueninteressen e.V., ehrenamtliche Mitarbeit

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–12 Uhr,
Mo und Mi 15–18 Uhr



MVV

S-Bahnen Isartor
Tram 17/18 Reichenbachplatz

→ Frauenstudien München e.V.

Postfach 81 03 12
81903 München
Fon 44 37 36 90
Fax 23 51 34 97
info@frauenstudien-muenchen.de
www.frauenstudien-muenchen.de

Angebot

Frauenstudien München ist ein Denkraum für Debatten, Ideen, Alternativen, Experimente. Unsere Veranstaltungen stecken ein ebenso breites Spektrum ab: Es gibt Diskussionsabende, Workshops, Vorträge, jährlich auch Filmabende und Stadtrundgänge. Wir wollen mit Ihnen ins Gespräch kommen, wollen diskutieren, was Frausein heute bedeutet. Wollen erforschen, wo es Gewinn sein kann und an welchen Stellen es noch immer Benachteiligung bedeutet.

Für wen?

Der Verein wendet sich an Feminismus-interessierte jeden Alters.

Kosten

Veranstaltungen ab 3 €, Mitgliedsbeitrag 50 € pro Jahr.

Öffnungszeiten

Telefon-Sprechstunde Di 15–16 Uhr

MVV

S-Bahnen Rosenheimer Platz

Porträt und Ziele

Frauenstudien gibt es seit 1988, 2013 fand ein Generationenwechsel statt. Auch im neuen Programm liegt der Schwerpunkt auf Debatten, Ideen, Alternativen, Experimenten. Einzelne Veranstaltungen werden mal stärker in den Bereich Politik hineingehen, andere sich mit unserer Alltagskultur beschäftigen, wieder andere werden sich in Gebiete wagen, in denen die Frauenstudien bisher nicht präsent waren: zum Beispiel ins Internet, aber auch zwischen die Reihen der Slutwalks oder hin zu neuen Kunstformen.

Team

Vorstand: Susanne Klingner,
Barbara Streidl, Cornelia Roth
Koordination: Karin Sausner

So können Sie mitwirken

Aktuelle Informationen erscheinen regelmäßig über den Newsletter: www.frauenstudien-muenchen.de/newsletter. Anmeldung für das kostenlose Programmabo ist per E-Mail unter dem Stichwort „Programmabo“ über info@frauenstudien-muenchen.de möglich.

Begegnung und Austausch Frauenbewegt sein

→ **siaf e.V.**

sozial, integrativ, aktiv für Frauen
Sedanstraße 37
81667 München
Fon 45 80 25-0
Fax 45 80 25-13
info@siaf.de
www.siaf.de

Angebot

- Café Glanz für Frauen mit frisch gekochtem Mittagstisch, Getränken, Kaffee und Kuchen, Veranstaltungen, Kunstausstellungen, Raumvermietung.
- Beratung für Frauen (Existenzsicherung, Berufsorientierung, Wiedereinstieg in den Beruf, Situation am Arbeitsplatz, Krisensituationen, Erziehungsfragen und Fragen zur Entwicklung des Kindes, Elternschaft, Beratung zu Themen und Problemen des Alleinerziehens, Trennung und Scheidung, Umgangsregelungen).
- Angebote für allein erziehende Frauen mit den Projekten allfa_m (allein erziehende Frauen in München) und allfabeta (allein erziehende Frauen mit Kindern mit Behinderung).
- Mutter-Kind-Bereich mit verschiedenen Mutter-Kind-Gruppen und Kursen, Veranstaltungen zu pädagogischen Themen und offene Kinderbetreuung. Offene Sprechstunde für Eltern in Kooperation mit dem Kinderhaus Haidhausen.

Für wen?

Für Frauen des Stadtteils und darüber hinaus

Kosten

Je nach Veranstaltung

Porträt

siaf e.V. ist 1985 aus der Selbsthilfeinitiative allein erziehender Frauen in Haidhausen entstanden. Heute ist siaf e.V. ein gemeinnütziger Trägerverein für unterschiedliche Frauenprojekte.

Ziele

Ziel von siaf e.V. ist die Verwirklichung von Frauenrechten und Gleichberechtigung und Gleichstellung – auch im Zusammenleben mit Kindern – zu fördern.

Team

Hauptamtliche Mitarbeiterinnen (Sozialpädagoginnen, Erzieherin, Finanzbuchhalterin, Öffentlichkeitsarbeit)

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit, Mitgliedschaft im Verein und Spenden

Öffnungszeiten

siaf e.V. Geschäftsstelle:

Mo 13–16 Uhr, Di 9–12

Mi 9–12 Uhr und 13–15 Uhr

Café Glanz:

Di, Mi, Do 9.30–18 Uhr und

Fr 9.30–14 Uhr



MVV

S-Bahnen Ostbahnhof oder

Rosenheimer Platz, U5 Ostbahnhof

→ Café Glanz

Sedanstraße 37
81667 München
Fon 45 80 25-0
Fax 45 80 25-13
info@siaf.de
www.siaf.de

Angebot

Als Tagescafé ist das Café Glanz Dreh- und Angelpunkt der Aktivitäten des Vereins siaf e.V. Treffpunkt für Frauen und ihre Kinder, Cafébetrieb mit frisch gekochtem Mittagstisch, Getränken, Kaffee und Kuchen, Kunstraum mit regelmäßigen Ausstellungen. Filmabende und Feste, Veranstaltungen. Raum für Gruppen und private Treffen, auch zum Mieten. Offene Kinderbetreuung.

♀ Für wen?

Frauen und Kinder des Stadtteils und darüber hinaus

Kosten

Moderate Preise im Café, Konditionen für Raummiete und Veranstaltungen bitte bei der Geschäftsstelle erfragen.

Porträt

Mit zahlreichen Angeboten ist das Café Glanz eine kinderfreundliche Anlaufstelle für Frauen. Es ist auch ein Aktionsraum für Kunst, Kultur, Politik und Veranstaltungsort der Vorträge, Vernissagen, Workshops, Gruppentreffen und Seminare von siaf e.V., allfa_m und allfabeta.

Ziele

Förderung sozialer Vernetzung und gesellschaftlichen Lebens, Begegnung von Vereinzelung und isolierten Lebensweisen von Frauen. Förderung von Vielfalt, Integration und Inklusion vielfältiger Lebensstile und Kulturen. Förderung bürgerschaftlichen Engagements durch einen offenen, nichtkommerziellen Treffpunkt.

Team

Hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiterinnen, die an einem Qualifizierungs- und Beschäftigungsprojekt teilnehmen

Öffnungszeiten

Di-Do 9.30–18 Uhr
Fr 9.30–14 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Ostbahnhof und
Rosenheimer Platz

Begegnung und Austausch Frauenbewegt sein

→ Frauen-Insel

Katholischer Deutscher Frauenbund e.V.
Sendlinger Straße 30
80331 München
Fon 260 64 32
kontakt@frauenbund-muenchen.de
www.frauenbund-muenchen.de

Angebot

Offene Begegnungszeiten; Gesprächskreise und Kurse zu Themen wie: Frauen ab der Lebensmitte, Trauerbegleitung, Glaube und Religion; Schreibwerkstatt; Deutsch für Migrantinnen; Englisch-Konversation, Literatur; Lern- und Erziehungsfragen; wechselnde Ausstellungen mit Werken von Künstlerinnen

♀ Für wen?

Frauen aller Altersgruppen

Kosten

Zwischen 1,60 und 3€ pro Veranstaltung

Programm

Erscheint monatlich, ausgelegt in der „Frauen-Insel“, wird auf Anfrage zugesandt

Porträt

Der Katholische Deutsche Frauenbund eröffnete 1992 die Begegnungsstätte „Frauen Insel“, die Kontakte und Gesprächspartnerinnen für unterschiedliche Interessensgebiete suchen. Träger der „Frauen-Insel“ ist der Katholische Deutsche Frauenbund, Diözesanverband München und Freising e.V.

Ziele

Austausch, Gemeinsamkeit und Solidarität fördern

Team

15 ehrenamtliche Mitarbeiterinnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit möglich, Beitritt zum Trägerverein, Mitgliedsbeitrag 20€

Öffnungszeiten

Mo–Do 15–17.30 Uhr
Gesprächskreise und Kurse auf Anfrage, bitte vorher im Monatsprogramm über das Angebot informieren!



MVV

U-Bahn und Tram Sendlinger Tor

→ TauschRausch-Café

Kontakt: Kofra
Baaderstraße 30
80469 München
Fon 201 04 50
Fax 202 27 47
kofra-muenchen@t-online.de
www.kofra.de

Angebot

Beim offenen Tausch-Café treffen sich interessierte Frauen zum Tauschen von Dingen (selbst gemachte Marmelade, Kleidung, Bücher, Geräte, Schmuck, Geschirr u. ä.), Leistungen (z.B. handwerkliche Arbeiten, Hilfe bei Internetnutzung oder bei Umzügen) und Informationen. Frauen, die etwas anbieten, kommen bei Kaffee, Tee und Kuchen ins Gespräch mit Frauen, die etwas suchen.

♀ Für wen?

TauschRausch-Teilnehmerin kann jede Frau werden, die etwas beitragen möchte und sich zuvor persönlich anmeldet.

Kosten

Jahresbeitrag 5 €

Porträt

Der Tauschring ist eine Selbsthilfe-Initiative von Frauen, die sich in Eigenverantwortung engagieren. Er ist aus dem Arbeitskreis Matriarchales Wirtschaften hervorgegangen. Die monatlichen Treffen finden im Kofra statt. Der Tausch von Diensten und Dingen zwischen Tauschpartnerinnen wird mit einer alternativen Währung verrechnet.

Ziele

Der Tauschring

- will solidarisches und kommunikatives Handeln unterstützen
- will eine neue Kultur des Gebens und Nehmens aufbauen
- strebt nach mehr Unabhängigkeit vom Arbeits- und Geldmarkt
- will Kontakte und soziale Netze fördern

Öffnungszeiten

Kofra
Mo–Do 16–22 Uhr,
Fr 14–18 Uhr



MVV

S-Bahnen Isartor, U1/U2 Fraunhoferstraße,
Bus 52 Baaderstraße
Tram 16/18 Reichenbachplatz

Begegnung und Austausch Frauenbewegt sein

→ Frauentreffpunkt Neuperlach e.V.

Oskar-Maria-Graf Ring 20

81737 München

Fon 670 64 63

Fax 67 92 09 71

info@frauentreffpunkt-neuperlach.de

www.frauentreffpunkt-neuperlach.de

Angebot

Offenes Frauencafé, Mutter-Kind-Gruppe mit Stilltreff, Feierabendtreff, Deutschtraining, Vorträge und Kurse, Offenes Singen, Ausstellungen, Nachbarschaftsfeste, Beratung und Information

♀ Für wen?

Frauen aus aller Welt, jeden Alters, mit und ohne Kinder

Frauen, die Kontakt und Anregung suchen, sich informieren wollen

Kosten

Offene Angebote, Information und Beratung kostenlos, geringe Unkostenbeiträge für Veranstaltungen und Kurse, für Vereinsfrauen ermäßigt oder kostenfrei

Porträt

Der Frauentreffpunkt Neuperlach e.V. ist eine gemeinnützige, unabhängige Selbsthilfeeinrichtung für Frauen, die 1975 von Frauen im Stadtteil gegründet wurde.

Der Frauentreffpunkt wird von den Vereinsfrauen selbst verwaltet und lebt durch die Eigeninitiative und das Engagement aktiver Frauen.

Er wird gefördert von der LH München und ist Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband, im Münchner Frauennetz und bei REGSAM.

Ziele

Förderung von internationalen Kontakten, von sozialer Integration und der Eigeninitiative von Frauen, Verbundenheit schaffen

Team

15 Frauen aus sieben Nationen zwischen 25 und 70 Jahren, sozial engagiert, offen für gesellschaftliche Entwicklungen und ehrenamtlich aktiv

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft im Verein und/oder ehrenamtliche Mitarbeit in allen Bereichen

Öffnungszeiten

Mo 9.30–12 Uhr, 15–18 Uhr

Di 10–13 Uhr

Mi 10–13 Uhr

Do 9–11 Uhr, 16–18 Uhr

Fr 10–13 Uhr



MVV

U5, Bus 55/198 Krankenhaus Neuperlach

Bus 197 Oskar-Maria-Graf-Ring

→ Truderinger Frauenstammtisch

Renate Geier
Sulzer-Belchenweg 3
81825 München
Fon 430 08 25
Fax 45 14 50 17
truderinger.frauenstammtisch@gmx.de

Angebot

Vorträge (jeden zweiten Dienstag im Monat. Beginn: 19 Uhr, Programmbeginn ca. 20 Uhr), Wanderungen, Theater-, Kino- und Museumsbesuche, Literaturkreis, Spiele-Nachmittage, eintägige Städtereisen und einmal im Jahr eine mehrtägige Reise innerhalb Deutschlands oder in eines unserer europäischen Nachbarländer.

♀ Für wen?

Jede interessierte Frau – derzeit gibt es 150 weibliche Mitglieder

Kosten

Beitritt, Beitragshöhe jährlich 20 €

Programm

Erscheint monatlich und wird auf Anfrage zugesandt

Porträt

Der Truderinger Stammtisch wurde 1975 im „Jahr der Frau“ gegründet, um Frauen aus ihrer Isolation herauszuholen und ihnen die Möglichkeit zu Gesprächen, Bildung, Kreativität und Information über den häuslichen Alltag hinaus zu geben und für Frauen im Münchner Osten einen Treffpunkt zu schaffen.

Ziele

Durch regelmäßige Vorträge zu frauen-, gesellschaftspolitischen und kulturellen Themen wird ein Forum für die Interessen von Frauen geschaffen.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit

Veranstaltungsort

Kulturzentrum Trudering
Wasserburger Landstraße 32
(Eingang Feldbergstraße)
81825 München

MVV

S4 Trudering, U2 Trudering,
Bus 193



Mitbringen von Kindern
nach Absprache möglich

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ Kofra

Kommunikationszentrum für Frauen zur Arbeits- und Lebenssituation e.V.

Baaderstraße 30
80469 München
Fon 201 04 50
Fax 202 27 47
kofra-muenchen@mnet-online.de
www.kofra.de

↗ S. 14

→ Karla 51 Frauencafé

Karlstraße 51
80333 München
Fon 54 91 51-0
Fax 54 91 51-30
karla51@hilfswerk-muenchen.de
www.hilfswerk-muenchen.de

↗ S. 142

→ Münchner Frauennetz für eine frauengerechte Stadt

Waltraud Dürmeier
Frauenhilfe München
Fon 35 48 30
Fax 354 14 92
w.duermeier@frauenhilfe-muenchen.de
www.frauennetz-muenchen.de

↗ S. 219

→ Stadtbund Münchner Frauenverbände

Thierschstraße 17
80538 München
Fon 290 44 63
Fax 290 44 64
buero@frauenverbaende.de
www.frauenverbaende.de

↗ S. 218

→ LeTRa – Zentrum

Angertorstraße 3
80469 München
Fon 725 42 72
Fax 725 42 72
info@letra.de
www.letra.de

Angebot

Veranstaltungen rund um LGBTI-Themen,
Räume für Gruppen der LGBTI-Community

Für wen?

Lesben, Bisexuelle, Transgender
und FreundInnen

Kosten

Je nach Veranstaltungen unterschiedlich

Porträt

Durch den Umzug der Lesbenberatungsstelle LeTRa in die Blumenstraße 29 können die Räume der Angertorstraße 3 zukünftig noch mehr als Treffpunkt, Veranstaltungsraum und Beratungsort von Einzelnen sowie Lesben-Gruppen genutzt werden. Somit wurde zusätzlich zu den bisherigen Säulen unserer Arbeit das LeTRa-Zentrum geschaffen.

Telefonzeiten

Mo, Mi 14.30–17 Uhr
Di 10.30–13 Uhr



Öffnungszeiten

Do 19–20 Uhr

MVV

U-Bahnen, Tram Sendlinger Tor

Ziele

- Förderung der lesbischen Sichtbarkeit und des lesbischen Lebens in München
- Unterstützung bei Bildung und Durchführung von lesbischen Gruppen und lesbischem Ehrenamt
- Räume bereitstellen für lesbische Gruppen
- Anlaufstelle für Lesben und Interessierte
- Info über lesbisches Leben und Ausleihe von Literatur und Filmen
- Das Projekt soll lesbische Identität auf vielen Ebenen stärken und lesbische Sichtbarkeit und Gleichstellung fördern

Team

Die Organisation des LeTRa-Zentrums und die Koordination der Gruppen sowie der Ehrenamtlichen werden durch Sozialpädagoginnen geleistet; die Aktivitäten gestalten ehrenamtliche Frauen.

So können Sie mitwirken

Frauen, die ehrenamtlich mitwirken wollen, können sich z.B. bei Infodiensten, offenen Treffs, der Bibliothek und bei kulturellen Veranstaltungen engagieren.

Begegnung und Austausch Lesbisch leben

→ Forum Homosexualität München e.V.

Bayerstraße 77 a/Rgb./III. Stock
80335 München
Fon 23 26 97 94
info@forummuenchen.org
www.forummuenchen.org

Angebot

Das Forum Homosexualität München e.V. – Lesben und Schwule in Geschichte und Kultur fördert Forschung und Dokumentation lesbischen, schwulen und trans* Lebens und wird unterstützt vom Kulturreferat der Landeshauptstadt München. Es veranstaltet u. a. Erzählcafés, Vorträge, Ausstellungen, Stadtführungen, bietet ein Forum für konstruktive Auseinandersetzung mit Lebensentwürfen von Menschen verschiedener sexueller Identitäten und möchte die Begegnung von älteren und jüngeren Lesben, Schwulen und Trans* ermöglichen.

Im „Gustl-Angstmann-Archiv“ und im Lesbenarchiv München werden Archivalien von ZeitzeugInnen gesammelt und Nachlässe aus München und Bayern verwaltet. Die Archive und die Bibliothek stehen Interessierten offen und können für wissenschaftliche Recherche zu lesbischer, schwuler und trans* Geschichte genutzt werden.

Das Forum freut sich auch über Bücher- und Zeitschriftenspenden, bei Nachlässen bitte melden.

Für wen?

Lesben, Schwule, Transmenschen und andere Interessierte

Kosten

Veranstaltungshinweise auf der Homepage

Team

Geschichtsinteressierte unterschiedlicher Professionen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit

Sprechzeiten

Di 15–18 Uhr

Do 10–13.30 Uhr

Jeden ersten Dienstag
im Monat 19 Uhr offenes
Aktiventreffen im Forum



MVV

Tram 19/18, Bus 58 Holzkirchner Bahnhof

→ JuLeZ – Der offene Treff für junge lesbische und bisexuelle Frauen

IMMA e.V.
Jahnstraße 38
80469 München
Fon 23 88 91-30
Fax 23 88 91-15

zora-gruppen@imma.de
kontakt.informationsstelle@imma.de
www.imma.de

Angebot

JuLeZ (Junge Lesben bei Zora) ist ein offener Treff für junge bisexuelle und lesbische Mädchen und Frauen bis 27 Jahre und eines von vielen Angeboten von Zora. Hier gibt es Möglichkeiten zu Begegnung und Austausch rund um Coming-Out und Lesbisch-Sein, man kann Gleichgesinnte treffen, lernen, lachen, diskutieren, im Internet surfen (kostenlos), kochen, essen, eigene Themen und Ideen einbringen, Kickern und andere Spiele spielen, in der umfangreichen Bibliothek stöbern, und vieles mehr.

♀ Für wen?

Mädchen und junge Frauen
von 12 bis 27 Jahren

Kosten

Überwiegend kostenfrei, Unkostenbeiträge für Wochenend-/Ferienfahrten

Programm

Das aktuelle Programm kann angefordert oder unter www.imma.de nachgeschlagen werden.

Ziele

Mit vielfältigen Angeboten Freiräume entdecken, zum Entfalten eigener Fähigkeiten anregen sowie die Selbstbestimmung und Akzeptanz von Mädchen und jungen Frauen fördern. Außerdem: Lust darauf machen, gemeinsam mit anderen etwas Neues zu entdecken.

Team

Zwei Sozialpädagoginnen

Öffnungszeiten

donnerstags von 18–22.30 Uhr
(außer Schulferien)



MVV

U1/U2 Fraunhoferstraße
U3/U6 Sendlinger Tor

Begegnung und Austausch Lesbisch leben

→ rosaAlter – Beratungs- und Vernetzungsstelle für ältere Lesben, Schwule und Transgender

Münchner Aids – Hilfe gGmbH
Lindwurmstraße 71
80337 München
Fon 543 33-119
Fax 563 33-111
info@rosa-alter.de
www.rosa-alter.de

Angebot

- Beratung, Begleitung und Weitervermittlung bei allen Fragen rund ums Älterwerden: Erkrankungen, (häusliche) Versorgung, Trauer, u.v.m.
- Beratung und Vermittlung von individuellen Wohn- und Versorgungsformen (ambulant und stationär)
- Unterstützung bei behördlichen und finanziellen Angelegenheiten
- Hausbesuche möglich
- Vermittlung von ehrenamtlicher Unterstützung und Begleitung durch die Nachbarschaftshilfe unterm Regenbogen
- Vermittlung zu Selbsthilfegruppen
- Förderung von Austausch und Kontakten für pflegende PartnerInnen, FreundInnen und Angehörige
- Angebote für Hinterbliebene
- Gruppenangebote
- Informationsveranstaltungen, sowohl für Betroffene als auch Fachpublikum

Für wen?

Lesbische Frauen, schwule Männer und Transgender der älteren Generation

Kosten

Keine

Porträt

Das Beratungsangebot richtet sich an lesbische Frauen, schwule Männer und Transgender, die in unterschiedlichen

Fragestellungen rund um das Älterwerden Unterstützung benötigen. Hausbesuche sind möglich.

Ziele

- Aufbau eines individuellen Versorgungsnetzes für lesbische, schwule und transgender lebende SeniorInnen
- Sensibilisierung der gängigen Altenhilfe für die speziellen Bedürfnisse älterer lesbischer Frauen, schwuler Männer und Transgender
- Sichtbarkeit älterer lesbischer Frauen, schwuler Männer und Transgender in der Münchener Gesellschaft und in der LGBTI-Community

Team

Drei SozialpädagogInnen, ein Theologe

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich in der Nachbarschaftshilfe unterm Regenbogen

Öffnungszeiten

Mo 10–13 Uhr

Mi 13–17 Uhr

Telefonzeiten: täglich persönlich
oder auf Anrufbeantworter sprechen



MVV

U3/U6 Goetheplatz

→ Melodiva e.V. – Lesbenchor München

Hohenlohestraße 35
80637 München
melodiva@gmx.de
www.melodiva.com
www.facebook.com/MelodivaLesbenchor

Angebot

Mehrstimmiger Chorgesang mit Klavierbegleitung und Auftritte mit Gesang, Choreographie, Kostümen und Bühnenshow



Für wen?

Lesben, Frauen

Kosten

Vereinsbeitrag

Porträt

Der Lesbenchor Melodiva präsentiert sich mit 30 Sängerinnen, einer Dirigentin und einer Klavierspielerin. Viele Texte stammen aus dem Fundus lesbischer Lebenswelten. Dasselbe gilt auch für die Geschichten, die bei abendfüllenden Programmen erzählt werden. Musikalisch bewegt sich Melodiva irgendwo zwischen Pop und Musical, aber auch das eine oder andere klassische oder traditionelle Stück ist dabei. Acht Musiktheaterstücke entstanden seit 1995, daneben gab es viele kurze Auftritte. Alle Stücke, Texte, Arrangements stammen aus eigener Feder.

Ziele

Als Lesben öffentlich und humorvoll auftreten und sichtbar werden und die Freude am Singen ausleben und weitergeben

So können Sie mitwirken

Interessierte Sängerinnen bitte melden, Fördermitgliedschaften oder Spenden möglich

Probenzeiten

Mi 19.30–21.30 Uhr

MVV

U1 Mailingstraße

Begegnung und Austausch Lesbisch leben

→ **Lesben und Schwule Tanzen** **L.U.S.T. Latein- und Standard- Tanzsportclub 2000 e.V.**

Tumblingerstraße 34 a/Rgb./I. Stock
80337 München
Fon 0176/44 49 99 20
info@Tanz-Lust.de
www.Tanz-Lust.de

Für wen?

Ob Sie mit Ihr, Er mit Ihm oder Sie mit Ihm, ob Walzer, Tango, Slowfox, Quickstepp, Discofox oder Samba, Cha-Cha, Rumba, Paso, Jive, Salsa oder Freestyle, Formation und Show, ob als Einsteiger, Single oder Paar, ob Hobby- oder Turniertanz, ab 22,90 € Monatsbeitrag wird ein schöner und großer Tanzsaal in zentraler Lage geboten, Nähe Goetheplatz, mit tollen Trainern, für alle die *Lust* am Tanzen haben.

Tanzen bei der Nr. 1 im deutschen
Equality-Tanzsport!

Kosten

Ab 22,90 €/Monat

Angebot

Tanz-Training
Mo ab 19 Uhr Tango-Argentino
Di ab 19 Uhr FreiesTanzen
Mi ab 19 Uhr LateinPLUS
Do ab 19 Uhr Einsteiger/HOBBY,
StandardPLUS
Fr ab 19 Uhr Einsteiger/HOBBY
Sa ab 19 Uhr FreiesTanzen
So ab 18 Uhr Salsa, Disco, etc.

MVV
U3/6 Goetheplatz

Weitere Angebote für Lesben

Auf der Website www.muenchen.de/themen/lesben-schwule.de können Sie sich über lesbisches und schwules Leben in München informieren.

Die Koordinierungsstelle für gleichgeschlechtliche Lebensweisen der Landeshauptstadt München veröffentlichte 2013 das Handbuch „Lesben l(i)eben in München“. Es ist als PDF über www.muenchen.de/koordinierungsstelle unter dem **Stichwort „Veröffentlichungen“** zum Herunterladen verfügbar und auch bei der Gleichstellungsstelle der LH München zu erhalten.

Das Kulturreferat gibt die ThemenGeschichtspfade heraus. Das sind Rundgänge entlang historisch bedeutsamer Orte und Ereignisse, die bezirksübergreifend zu zentralen historischen Themen informieren. Der ThemenGeschichtspfad „Geschichte der Lesben und Schwulen in München“ ist unter anderem bei der Gleichstellungsstelle der LH München kostenlos zu beziehen.

Weitere Informationen unter www.muenchen.de/tgp

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Mädchen

→ Giesinger Mädchen-Treff

Rotwandstraße 28
(Eingang um die Ecke, Walchenseeplatz)
81539 München
Fon 691 33 62
info@giesinger-maedchen-treff.de
www.giesinger-maedchen-treff.de

Angebot

- Offener Treff
- Beratung und Krisenintervention
- Computerarbeit
- Berufsorientierung und Lebensplanung
- Gewaltprävention
- Bildungsseminare und erlebnis-pädagogische Maßnahmen im Rahmen von Freizeit-Fahrten

♀ Für wen?

Mädchen von 6 bis 18 Jahren

Kosten

Für die Teilnahme an den Fahrten ist ein Teilnahmebeitrag zu entrichten.

Programm

Das aktuelle Programm wird auf Wunsch zugesandt und kann auch im Internet eingesehen werden

Porträt

Der Giesinger Mädchen-Treff wurde 1991 von der Christlichen Arbeiterjugend (CAJ) München und Freising gegründet. 2002 wechselte die Trägerschaft zur Pfadfinderrinnenschaft St. Georg (PSG) unter dem Dachverband des BDKJ (Bund deutscher katholischer Jugend).

Ziele

Die Förderung der Gleichberechtigung von Mädchen unter Berücksichtigung ihrer unterschiedlichen Lebenslagen. Dabei stehen die Fähigkeiten und Stärken der Mädchen im Vordergrund.

Team

Drei hauptamtlich beschäftigte Dipl.-Sozialpädagoginnen

So können Sie mitwirken

- Mädchen ab sechs Jahren können die Programmgestaltung der Einrichtung im Rahmen des offenen Treffs mitbestimmen
- durch Spenden

Öffnungszeiten

Offener Treff:
Di-Do 16–20 Uhr
Fr 15–20 Uhr

MVV

U2 Untersbergstraße

→ Pfadfinderinnenschaft St. Georg

Preysingstraße 93
81667 München
Fon 480 92 22 40
Fax 480 92 22 09
info@psg-muenchen.de
www.psg-muenchen.de

Angebot

Projektarbeit; Auslandsfahrten und internationale Jugendbegegnungen; Zeltlager und Ferienfreizeiten; kreative Werkwochenenden; religiöse Angebote; Gruppenleiterinnenausbildung für Leiterinnen von Mädchengruppen

♀ Für wen?

Das Angebot ist ausschließlich Frauen und Mädchen (ab 6 Jahren) vorbehalten. Es gibt vier Altersgruppen: Wichtel: zwischen 6 und 10 Jahren; Pfadis: zwischen 10 und 14 Jahren; Caravelles: zwischen 14 und 16 Jahren und Ranger: ab 16 Jahren.

Kosten

Wochenenden ca. 20–25 €, Mitgliedermäßigung

Programm

Erscheint jährlich und wird auf Anfrage zugesandt

Bürozeiten

Mo–Do 9.30–13.30 Uhr

MVV

S-Bahnen Ostbahnhof und Rosenheimer Platz
Tram 19/15/25 Wörthstraße,
U4/U5 Max-Weber-Platz



Porträt

Die PSG wurde als Verband katholischer Pfadfinderinnen 1947 in München gegründet. Pfadfinderinnen gibt es seit 1931 in Deutschland. Ihr Verband wurde 1935 von den Nationalsozialisten verboten. Der Bund der Deutschen Katholischen Jugend (BDKJ) Deutschland ist Dachverband der PSG. Sie ist Mitglied im Ring Deutscher Pfadfinderverbände (RDP) und der World Association of Girl Guides and Girl Scouts (WAGGS).

Ziele

Die PSG will Mädchen stark machen sowie bewusstes Leben in der Gemeinschaft unterstützen. Die PSG ergreift Partei dafür, dass Mädchen und Frauen in der Gesellschaft selbstständig werden und selbstbewusst handeln.

Team

Eine Dipl.-Sozialpädagogin, eine Theologin, eine Verwaltungskraft

So können Sie mitwirken

Beitritt; Beitrittsvoraussetzung: Mindestalter 6 Jahre
Beitragshöhe: 34 €, Geschwister zahlen die Hälfte, es gibt einen Sozialbeitrag
Ehrenamtliche Mitarbeit: möglich bei Gruppenleitung in den örtlichen Gliederungen, Seminaren und Freizeiten etc.

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Mädchen

→ Projekt-Laden International Haidhausen

Metzstraße 37
81667 München
Fon 48 36 68
Fax 448 10 13
info@projekt-laden.de
www.projekt-laden.de

Angebot

Internationale Mädchengruppe:
Ob groß, ob klein – alle Mädchen, die Lust haben zum Quatschen, Musik hören, Tanzen, Spielen, Geburtstag feiern und die gerne andere Mädchen kennenlernen wollen, sind in der Internationalen Mädchengruppe genau richtig. Über gewisse Dinge lässt es sich einfach leichter unter Mädchen reden, außerdem macht es Spaß, Aktionen gemeinsam zu planen und zu unternehmen.

♀ Für wen?

Mädchen zwischen acht und zwölf Jahren unterschiedlicher Herkunft

Kosten

Bei einzelnen Aktionen

Öffnungszeiten

Fr 14–16 Uhr

MVV

S-Bahnen Ostbahnhof und
Rosenheimer Platz
U4/U5 Max-Weber-Platz

Porträt

Der Projekt-Laden International Haidhausen ist als sozialpädagogische Einrichtung Treffpunkt für Familien, Frauen und Kinder aus dem Stadtteil Haidhausen und den angrenzenden Wohnvierteln. Träger ist der Verein für Internationale Jugendarbeit e.V. Ortsverein München; der Dachverband ist das Diakonische Werk Bayern.

Team

Drei Sozialpädagoginnen, eine Verwaltungskraft (alle in Teilzeit), PraktikantInnen, FSJ, Honorarkräfte und Ehrenamtliche

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliches Engagement ist immer willkommen

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **amanda – Projekt für Mädchen und junge Frauen**

Gmunder Straße 7
81379 München

Fon 725 51 12

Fax 76 27 76

info@amanda-muenchen.de

www.amanda-muenchen.de

↗ S.190

Aktuelle Termine für Veranstaltungen,
Workshops und Projekte nur für Mädchen
gibt es im Internet unter der Adresse
www.under18.de Stichwort „girls only“.

schule beruf e.V.

→ **mira | mädchenbildung**

Hermann-Lingg-Straße 13
80336 München

Fon 513 96 96 96

Fax 51 39 96 55

mira@miramue.de

www.miramue.de

↗ S.17

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Menschen im Alter

Alten- und Service-Zentren

Die Alten- und Service-Zentren sind offene Treffpunkte für die älteren BürgerInnen im Stadtteil, unabhängig von Nationalität, Religion, Hautfarbe, Geschlecht oder sexueller Orientierung. Darüber hinaus berät und informiert geschultes Personal, vermittelt Dienste und organisiert sozialpädagogische Gruppenarbeit. Im Bereich der Stadt München gibt es derzeit 32 Alten- und Service-Zentren (ASZ) mit jeweils vielfältigen Angeboten auch an Kursen und Veranstaltungen. Die Hauptanliegen der ASZ-Arbeit sind die Förderung einer selbstbestimmten Lebensgestaltung im Alter, die Unterstützung beim Verbleib in der eigenen häuslichen Umgebung, die Stärkung und der Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit und die Förderung sozialer Kontakte zur Vermeidung von Vereinsamung und Ausgrenzung. Die älteren Menschen und ihre Angehörigen erhalten durch die sozialpädagogischen Fachkräfte im ASZ Beratung und konkrete Hilfen. Nachfolgend die Adressen:

→ ASZ Allach-Untermenzing

Manzostraße 105
80997 München
[Fon 171 19 69-0](tel:17119690)
Fax 171 19 69 24
asz1allach@paritaet-bayern.de

→ ASZ Altstadt

Sebastiansplatz 12
80331 München
[Fon 26 40 46](tel:264046)
Fax 26 35 75
info@asz-altstadt.de
www.asz-altstadt.de

→ ASZ Au

Balanstraße 28
81669 München
[Fon 45 87 40 29](tel:45874029)
Fax 45 87 40 17
asz-au@caritasmuenchen.de
www.asz-au.de

→ ASZ Aubing

Am Aubinger Wasserturm 30
81249 München
[Fon 86 46 68 10](tel:86466810)
Fax 864 66 81 29
asz-aubing@caritasmuenchen.de
www.asz-aubing.de

→ ASZ Berg-am-Laim

Berg-am-Laim-Straße 141
81673 München
[Fon 43 43 13](tel:434313)
Fax 43 56 94 68
info@asz-bergamlaim.de
www.asz-bergamlaim.de

→ ASZ Bogenhausen

Rosenkavalierrplatz 9
81925 München
[Fon 46 13 34 64 -0](tel:461334640)
Fax 46 13 34 64 -90
asz-bogenhausen@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

→ ASZ Freimann

Edmund-Rumpler-Straße 1
80939 München
[Fon 32 98 93-0](tel:3298930)
Fax 32 98 93 24
asz-freimann@brk-muenchen.de

→ ASZ Fürstenried

Züricher Straße 80
81476 München
[Fon 759 55 11](tel:7595511)
Fax 745 91 21
info@asz-fuerstenried.de
www.asz-fuerstenried.de

→ **ASZ Haidhausen**

Wolfgangstraße 18
81667 München
Fon 46 13 84-0
Fax 46 13 84-29
asz-haidhausen@im-muenchen.de
www.im-muenchen.de/altenhilfe/
asz_haidhausen

→ **ASZ Harlaching**

Rotbuchenstraße 32
81547 München
Fon 699 06 60
Fax 69 34 04 87
asz-harlaching@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

→ **ASZ Isarvorstadt**

Hans-Sachs-Straße 14
80469 München
Fon 232 39 88 40
Fax 232 39 8846
asz-isarvorstadt@caritasmuenchen.de
www.asz-isarvorstadt.de

→ **ASZ Kleinhadern-Blumenau**

Alpenveilchenstraße 42
80689 München
Fon 580 34 76
Fax 58 48 14
asz-kleinhadern@caritasmuenchen.de
www.asz-kleinhadern.de

→ **ASZ Laim**

Kiem-Pauli-Weg 22
80686 München
Fon 57 50 14
Fax 57 50 15
asz-laim@awo-muenchen.de

→ **ASZ Lehel**

Christophstraße 12
80583 München
Fon 237 33 11
Fax 237 34 43 20
asz-lehel@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

→ **ASZ Maxvorstadt**

Gabelsbergerstraße 55 a
80333 München
Fon 41 11 84 40
Fax 41 11 8 44 26
asz-maxvorstadt@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

→ **ASZ Milbertshofen**

Schleißheimer Straße 378
80809 München
Fon 35 62 77 33 0
Fax 356 277 33 33
asz-milbertshofen@awo-muenchen.de
www.asz-milbertshofen.de

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Menschen im Alter

Weitere Alten- und Service-Zentren

→ ASZ Moosach

Gubestraße 5
80992 München
Fon 14 00 24 23
Fax 14 00 24 07
asz-moosach@awo-muenchen.de
www.awo-muenchen.de/senioren/
seniorentreffs-und-service/alten-und-
service-zentren/einrichtung-in-ihrer-naehe/
alten-und-service-zentrum-moosach

→ ASZ Neuhausen

Nymphenburger Straße 171
80634 München
Fon 13 99 82 83
Fax 13 99 82 85
asz-neuhausen@caritasmuenchen.de
www.asz-neuhausen.de

→ ASZ Obergiesing

Werinherstraße 71
81541 München
Fon 690 61 62
Fax 69 34 19 01
asz-obergiesing@awo-muenchen.de

→ ASZ Obermenzing

Packenreiterstraße 48
81247 München
Fon 89 16 81 70
Fax 891 68 17 33
asz-obermenzing@caritasmuenchen.de
www.asz-obermenzing.de

→ ASZ Pasing

Bäckerstraße 14
81241 München
Fon 829 97 70
Fax 82 99 77 15
aszpasing@caritasmuenchen.de
www.asz-pasing.de

→ ASZ Perlach

Theodor-Heuss-Platz 5
81737 München
Fon 67 82 02 60
Fax 67 82 02 15
asz-perlach@caritasmuenchen.de
www.caritas-ramersdorf-perlach.de

→ ASZ Ramersdorf

Rupertigaustraße 61 a
81671 München
Fon 67 34 68 79-0
Fax 499 12 06
asz-ramersdorf.soz@muenchen.de

→ ASZ Riem

Platz der Menschenrechte 10
81829 München
Fon 41 42 43 96 0
Fax 41 42 43 96 25
Ansprechpartner:
Martin Feichtenbeiner
asz-riem@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

→ ASZ Schwabing-Ost

Siegesstraße 31
80802 München
Fon 308 81 89
Fax 30 60 02 01
aszschwabingost@gmx.de

→ ASZ Schwabing-West

Hiltenspergerstraße 76
80796 München
Fon 30 00 76 60
Fax 30 00 76 69
asz-schwabing-west@caritasmuenchen.de
www.asz-schwabing-west.de

→ ASZ Sendling

Daiserstraße 37
81371 München
Fon 77 92 54
Fax 76 46 73
asz-sendling@awo-muenchen.de

→ ASZ Solln-Fürstenried

Herterichstraße 58
81479 München
Fon 75 07 54 70
Fax 750 75 47 20
asz-solln@caritasmuenchen.de
www.asz-solln.de

→ ASZ Thalkirchen

Emil-Geis-Straße 35
81379 München
Fon 741 27 79-0
Fax 741 27 79-55
asz-thalkirchen@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

→ ASZ Untergiesing

Kolumbusstraße 33
81543 München
Fon 66 11 31
Fax 65 99 39
info@asz-untergiesing.de
www.asz-untergiesing.de

→ ASZ Westend

Tulbeckstraße 31
80339 München
Fon 54 03 08 20
Fax 540 30 82 10
asz-westend@caritasmuenchen.de
www.asz-westend.de

→ ASZ Westpark

Badgasteiner Straße 5
81373 München
Fon 760 98 24
Fax 76 97 45 29
asz-westpark@caritasmuenchen.de
www.asz-westpark.de

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Menschen im Alter

Verein für Fraueninteressen e.V.

→ **Seniorenbörse**

Rumfordstraße 25

80469 München

Fon 29 16 24 77

Fax 29 16 24 78

info@muenchner-seniorenboerse.de

www.muenchner-seniorenboerse.de

Angebot

Informations- und Beratungsstelle, Kurse und Arbeitskreise, Netzwerk Senioren für Senioren

Für wen?

Aktive SeniorInnen ab 55, die sich beschäftigen und weiterbilden wollen

Kosten

Kostenlos, bzw. kleiner Beitrag je nach Veranstaltung

Programm

Ausgelegt in der Seniorenbörse, in der Stadt-Information im Rathaus, in Büchereien; wird auf Wunsch gegen Porto zugesandt

Porträt

Die Seniorenbörse wurde vom Verein für Fraueninteressen e.V. 1995 als Beratungs- und Vernetzungsangebot für SeniorInnen eingerichtet.

Ziele

Die Ressourcen der SeniorInnen aktivieren

Team

Acht hauptamtliche und sieben ehrenamtliche Mitarbeiterinnen

So können Sie mitwirken

Aktive Mitarbeit, Einbringen von Fähigkeiten

Öffnungszeiten

Mo-Do 11-16 Uhr, Fr 11-14 Uhr

MVV

S-Bahnen Isartor, U3/U6 Marienplatz,
Tram 17/18 Reichenbachplatz

Verein für Fraueninteressen e.V.

→ SPURWECHSEL? Neue Chancen nach der Lebensmitte

Thierschstraße 17

80538 München

Fon 290 44 63

Fax 290 44 64

verein@fraueninteressen.de

www.fraueninteressen.de

Angebot

SPURWECHSEL? Neue Chancen
nach der Lebensmitte:

Dieser Orientierungskurs wendet sich an Frauen ab 55, die auf ihrem Lebensweg an einem Punkt der Neuorientierung angelangt sind. Nach Jahren beruflicher Beanspruchung und/oder familiärer Tätigkeit überdenken sie zusammen mit erfahrenen Dozentinnen ihre derzeitige Lebenssituation.

Inhaltlich geht es dabei um:

- die Rückschau und Würdigung wichtiger Lebensstationen
- das Erkennen der eigenen besonderen Erfahrungen
- Bedürfnisse und Fähigkeiten
- das Entwickeln von Perspektiven für den neuen Lebensabschnitt

Der Kurs wird seit 1994 zweimal pro Jahr durchgeführt. Er findet an zwei Vormittagen pro Woche statt und dauert zehn Wochen.

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–13

MVV

S-Bahnen Isartor

U4/ U5 Lehel, Tram 17 Mariannenplatz

♀ Für wen?

Frauen ab 55

Kosten

225 € (Gefördert von der Landeshauptstadt München)

Porträt

Der Verein für Fraueninteressen will das politische, wirtschaftliche und soziale Leben in München mitgestalten und unterstützt Frauen ab 55 bei der Planung ihrer Zukunft.

Ziele

Frauen nach der Erwerbstätigkeit eine Orientierungshilfe zu geben, ihr Leben aktiv und selbstverantwortlich zu gestalten

Team

Kursleiterin, fünf Referentinnen, Dipl.-Soziologin (Kursleitung), Paar- und Familientherapeutin, Dipl.Soz.Päd., Lehrerin, Künstlerin

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft im Verein für Fraueninteressen e.V., ehrenamtliches Engagement im Verein in einzelnen Projekten erwünscht.

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Menschen im Alter

→ ZAB – Zusammen Aktiv Bleiben e.V.

Verein für Freizeit, Soziales
und Gesundheit
Rumfordstraße 21 a/Rgb.
80469 München
Fon 29 99 20
Fax 228 38 74
zab@zab-ev.de
www.zab-ev.de

Angebot

– Kurse in den Bereichen Sport und
Gesundheit, Kultur und Bildung sowie
Selbsterfahrung; Tages- und Mehrtages-
ausflüge; Vermittlung sozialer Hilfsdienste
– zusätzlich zum Freizeitprogramm bietet
der ZAB soziale Beratung an und fördert
den Aufbau sozialer Netze im Gruppen-
betrieb

Für wen?

Frauen und Männer unterschiedlicher
Altersgruppen, insbesondere Menschen
ab 55 Jahre und Kinder im Vorschulalter
Unser Angebot ist offen für Frauen und
Männer, wobei schwerpunktmäßig Frauen
teilnehmen. Allein der Kurs „Bauchtanz“
wird nur für Frauen angeboten.

Kosten

Unterschiedliche Teilnahmegebühren;
bei Beratung nach Absprache

Programm

Erscheint halbjährlich und wird auf Anfrage
zugestellt; ausgelegt im ZAB

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–13 Uhr
Mo, Do 14–16 Uhr

MVV

S-Bahnen Isartor,
Tram 17/18 Reichenbachplatz

Porträt

Der Verein ZAB e.V. wurde 1981 unter dem
Motto „gemeinsam statt einsam“ mit der
Absicht gegründet, seelisches und
körperliches Wohlbefinden zu erreichen
und beizubehalten. Der Verein ist Mitglied
im DPWV; im Behinderten- und Versehr-
ten-Sportverband Bayern e.V. und im Bay-
erischen Landes-Sportverband e.V.

Ziele

ZAB will eine Begegnungsmöglichkeit für
Jung und Alt schaffen, zu einer aktiven
Freizeitgestaltung ermuntern und die ganz-
heitliche Gesundheit (Körper, Geist, Seele)
fördern und fordern.

Team

Vier hauptamtliche Beschäftigte
Dipl.-SozialpädagogInnen, Erzieherin,
Dipl.-Sportlehrer

So können Sie mitwirken

Beitritt ist keine Pflicht, um an Angeboten
teilzunehmen
Beitragshöhe jährlich 42 €, Ermäßigung
nach Absprache
Bürgerschaftliches Engagement unter
dem Motto „mitreden, mitentscheiden,
mittragen“ ist möglich bei der Gestaltung
von Festen, bei sozialer Betreuung und
im Bürodienst.

Weitere Einrichtungen und Angebote

→ **rosaAlter – Beratungs- und
Vernetzungsstelle für ältere Lesben,
Schwule und Transgender**

Münchner Aids – Hilfe gemeinnützige
Betriebs- und Verwaltungs GmbH
Lindwurmstraße 71
80337 München
Fon 543 33-119
Fax 563 33-111
info@rosa-alter.de
www.rosa-alter.de

↗ S. 288

→ **Caritas
Promenadentreff**

Ottilienstraße 28a
81827 München
Fon 43 70 76 61
Fax 43 70 76 70
promenadentreff@caritasmuenchen.de

Öffnungszeiten
Mo–Fr 9–17 Uhr

Begegnung und Austausch Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ „fremd – vertraut“

Leben in Deutschland – Interkultureller Dialog für Frauen

Verein für Fraueninteressen e.V.

Thierschstraße 17

80538 München

Fon 290 44 63

Fax 290 44 64

verein@fraueninteressen.de

www.fraueninteressen.de

Angebot

Das Dialogangebot wendet sich an Frauen aus aller Welt, die schon einige Zeit in Deutschland leben, über Grundkenntnisse der deutschen Sprache verfügen und sich hier noch fremd fühlen, sowie an deutsche Frauen (ehrenamtliche deutsche Lern-Partnerinnen), die Interesse an einem Austausch mit Migrantinnen haben.

Auf der Basis von Gesprächen zu verschiedenen Themen wird das gegenseitige Verständnis der unterschiedlichen Nationalitäten gefördert, werden die Sprachkenntnisse erweitert und wird die Alltagskompetenz in einer noch fremden Kultur erworben. Unterstützend dazu werden Exkursionen zu verschiedenen städtischen Einrichtungen angeboten. Zusammen mit den ehrenamtlichen deutschen Lern-Partnerinnen wird das selbstbewusste Auftreten und Kommunizieren gestärkt. Das Angebot eignet sich als Anschlussmaßnahme an einen Deutschkurs.

♀ Für wen?

Frauen mit Migrationshintergrund und deutsche Frauen mit Interesse an anderen Kulturen

Kosten

Kostenlos (gefördert von der Landeshauptstadt München)

Porträt

Der Verein für Fraueninteressen will das politische, wirtschaftliche und soziale Leben in München mitgestalten und unterstützt Frauen mit Migrationshintergrund bei der Integration.

Ziele

Ein Willkommensangebot für Frauen aus anderen Kulturen mit dem Ziel, Vorurteile abzubauen und eine mitmenschliche Begegnung zu ermöglichen. Die Stadt München wird so vorgestellt, dass sie eine neue Heimat werden kann.

Team

Fünf Referentinnen (Honorarkräfte); Dip. Soz. (Kursleiterin), Paar- und Familientherapeutin, Germanistin, Lehrerin, Juristin; Fünf ehrenamtliche Lernpartnerinnen unterschiedlicher Qualifikation

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft im Verein für Fraueninteressen e.V., ehrenamtliches Engagement im Verein in einzelnen Projekten erwünscht

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–13 Uhr

MVV

S-Bahnen Isartor, U4/U5 Lehel,
Tram 17 Mariannenplatz

→ AKA – Aktiv für interKulturellen Austausch e.V.

Rosenheimer Straße 123
81667 München
Fon 48 45 42
Fax 448 30 45
info@aka-muenchen.de
www.aka-muenchen.de
www.facebook.com/AKA.Muenchen

Angebot

- Kultur- und Bildungsarbeit
- Rechtsinformation und Sozialberatung
- Integrationskurse, Jugendintegrationskurse
- Informations- und Kulturveranstaltungen
- wie Seminare, Vorträge, Gesprächskreise
- Filme, Feste, Tanz- und Musikabende

Für wen?

Kinder, Mädchen, Erwachsene, SeniorInnen und insbesondere Frauen

Kosten

Rechtsinformation 10 €
Integrationskurse 1,20 €/Unterrichtsstunde

Porträt

Der AKA fördert die Anerkennung der in Deutschland tatsächlich existierenden multikulturellen Gesellschaft, setzt sich mit demokratischen Mitteln für die rechtliche, politische und soziale Gleichstellung und gesellschaftliche Teilhabe der nicht-deutschen BürgerInnen ein und fördert den Austausch und die Verständigung zwischen den einzelnen Kulturen.

Ziele

Zentrales Ziel ist eine Gesellschaft der Vielfalt, in der alle Kulturen gleichwertig sind und gleichberechtigt im Dialog miteinander stehen. Diese Gesellschaft basiert auf einer demokratischen Grundlage. Daher zielt die Arbeit darauf ab, Fähigkeiten, Fertigkeiten und soziale Kompetenzen im Lebensalltag zu aktivieren und zu fördern, Handlungsspielräume zu vergrößern, Alternativen aufzuzeigen und Selbsthilfepotenziale zu wecken und zu stärken.

Team

18-köpfiges multiprofessionelles Team aus den Fachbereichen Sozialpädagogik, Pädagogik, M. A. s, Ethnologie, Psychologie, Politologie, Philologie, Kommunikationswissenschaft u.a.

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft, Ehrenamt

Öffnungszeiten

Mo, Di, Mi 9–12 Uhr
und nach Vereinbarung

MVV

S-Bahnen Rosenheimerplatz

Begegnung und Austausch Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ Projekt-Laden International Haidhausen

Metzstraße 37
81667 München
Fon 48 36 68
Fax 448 10 13
info@projekt-laden.de
www.projekt-laden.de

Angebot

Internationale Nähgruppe:
Gemeinsames Nähen mit anderen Frauen
in einer freundlichen und geselligen Atmo-
sphäre. Die richtige Gelegenheit für kreati-
ve Freundschaft aller Frauen, die Spaß am
Nähen und anderen Handarbeiten haben.
Nähmaschinen sind vorhanden, Stoffe und
Ideen dürfen gerne mitgebracht werden.
Kinderbetreuung auf Anfrage

♀ Für wen?

Frauen und Mädchen

Kosten

Unkostenbeitrag

Öffnungszeiten

Mo 17–19 Uhr

MVV

S-Bahnen Ostbahnhof
oder Rosenheimer Platz
U4/U5 Max-Weber-Platz

Porträt

Der Projekt-Laden International Haidhau-
sen ist als sozialpädagogische Einrichtung
Treffpunkt für Familien, Frauen und Kinder
aus dem Stadtteil Haidhausen und den
angrenzenden Wohnvierteln. Träger ist der
Verein für Internationale Jugendarbeit e.V.
Ortsverein München; der Dachverband ist
das Diakonische Werk Bayern.

Team

Drei Sozialpädagoginnen, eine Verwal-
tungskraft (alle in Teilzeit), PraktikantInnen,
FSJ, Honorarkräfte und Ehrenamtliche

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliches Engagement ist immer
willkommen

→ Projekt-Laden International Haidhausen

Metzstraße 37
81667 München
Fon 48 36 68
Fax 448 10 13
info@projekt-laden.de
www.projekt-laden.de

Angebot

Internationaler Frauentreff mit Kinderbetreuung:
Hier treffen sich Frauen zum gemeinsamen Frühstück, um andere Frauen kennen zu lernen, sich auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen. Zu Gesundheit, Erziehung etc. werden Vorträge organisiert, eigene Ideen zu weiteren Themen sind erwünscht. Während die Mütter sich austauschen, werden die Kleinen betreut.



Für wen?

Frauen unterschiedlicher Herkunft

Kosten

Bei einzelnen Aktionen

Porträt

Der Projekt-Laden International Haidhausen ist als sozialpädagogische Einrichtung Treffpunkt für Familien, Frauen und Kinder aus dem Stadtteil Haidhausen und den angrenzenden Wohnvierteln. Träger ist der Verein für Internationale Jugendarbeit e.V. Ortsverein München; der Dachverband ist das Diakonische Werk Bayern.

Team

Drei Sozialpädagoginnen, eine Verwaltungskraft (alle in Teilzeit), PraktikantInnen, FSJ, Honorarkräfte und Ehrenamtliche

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliches Engagement ist immer willkommen

Öffnungszeiten

Mi 9.30–12 Uhr



MVV

S-Bahnen Ostbahnhof
oder Rosenheimer Platz
U4/U5 Max-Weber-Platz

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ DONNA MOBILE

Projekt: LiA (Liked in Action)

Trägerverein AKA e.V.

Landsberger Straße 45a

80339 München

Fon 72 64 96 27

Fax 50 50 99

nimet.goekmenoglu@donnamobile.org

www.donnamobile.org

Angebote

- Nachhilfe für TeilnehmerInnen, Bewerbungstrainings
- MultiplikatorInnenschulungen
- Fotokurse, Filmworkshops
- Grafik-Design
- Graffiti- und Stencilworkshops
- Kreativworkshops
- Musikworkshops (DJ-Kurse, Trommelkurse)
- PC Grundkenntnisse
- Eventmanagement
- Elternarbeit mit Migrantenfamilien

Für wen?

Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 15–27 Jahren mit und ohne Migrationshintergrund aus München West, Zentrum und Neuaußing

Kosten

Kostenlos, gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den europäischen Sozialfonds

Ziele

Benachteiligte Jugendliche und junge Erwachsene aktivieren, qualifizieren und bei der beruflichen und sozialen Integration intensiv begleiten und unterstützen. Jugendliche sollen konstruktiven Umgang mit kultureller Vielfalt sensibilisiert werden.

Team

Projektleitung: Nimet Gökmenoglu
Aylin Palecek, Pädagogin, Grafikdesignerin

Öffnungszeiten

9–17 Uhr



MVV

Tram 18/19 Holzapfelstraße
S-Bahnen Hackerbrücke,
Donnersbergerbrücke

→ EineWeltHaus München e.V.

Schwanthalerstraße 80/Rgb.
80336 München
Fon 856 37 50
Fax 85 63 75 12
geschaeftsstelle@einewelthaus.de
www.einewelthaus.de

Angebot

- Internationales und interkulturelles Begegnungszentrum
- Treffpunkt für mit internationalen Fragen befasste Gruppen
- Informations- und Kontaktstelle, Beratungszentrum
- Raum für Seminare und Bildungsangebote
- Anlaufstelle für Flüchtlinge in München
- Treffpunkt aller Generationen bei internationalem Essen und Trinken und Feiern

Für wen?

Frauen und Männer

Kosten

Viele kostenlose Veranstaltungen;
Mietpreise für Räume sind unterschiedlich
nach Größe und Tageszeit

Porträt

Seit Juli 2001 gibt es das EineWeltHaus als einen Ort, an dem das friedliche und solidarische Miteinander zwischen Menschen aller Kulturen gelebt wird. Es ist ein lebendiges Haus, in dem interkulturelle, migrations- und entwicklungspolitische Themen diskutiert und vielfältige kulturelle Highlights wie Lesungen, Ausstellungen, Konzerte oder Filmvorführungen angeboten werden.

Ziele

Ziel des EineWeltHauses ist es, einen Raum für MünchnerInnen aller Kulturen zu schaffen, um gemeinsam an einer lebenswerten Zukunft zu arbeiten.

Öffnungszeiten

Geschäftsstelle
Mo, Mi, Fr 8.30–12.30 Uhr
Di, Do 8.30–16 Uhr

MVV

U4/U5 Theresienwiese

Begegnung und Austausch Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ **Afghanische Frauen in München e.V**

Kontakt: Dr. Mahbuba Maqsoodi
Büroadresse: Sedanstraße 37
81667 München
Fon 99 20 93 32
Mobil 0157/30 39 46 74
maqsoodi@nexgo.de

Angebot

- Veranstaltungen
- Kontakte
- Vorträge Seminare Vermittlung von Deutschkursen
- Sprachkurse für Persisch und Paschtu für Kinder
- Beratung für afghanische Frauen zum deutschen Schul- und Bildungssystem

Für wen?

Frauen und Mädchen aus Afghanistan

Kosten

Keine

Öffnungszeiten

Do 15–18 Uhr



MVV

U- und S-Bahnen Ostbahnhof

Porträt

Im Laufe der Geschichte und der Entwicklung der gesellschaftlichen Strukturen wurde Frauen gegenüber Männern nur eine nachrangige Position zugestanden. In mehreren westlichen Ländern hat sich die Lage der Frauen verbessert, aber in vielen anderen wie Afghanistan sind die Probleme die gleichen geblieben. Die afghanischen Frauen in München möchten sich gegenseitig helfen.

Ziele

- Förderung von internationaler Gesinnung, Toleranz und Völkerverständigung
- Ziel ist die Gleichberechtigung von Mann und Frau an; deshalb wirken die Afghaninnen darauf hin, dass sich Frauen ihres eigenen Wertes bewusst werden.

Team

Beratung durch Frau Malalai Hamidi

→ Fraueninitiative Milbertshofen e.V. (FIM e.V.)

Alter St.-Georgs Platz 4
80809 München
Fon 354 37 57
Fax 354 46 40
fim@verein-stadtteilarbeit.de
www.verein-stadtteilarbeit.de

Angebot

- Beratung und Unterstützung bei persönlichen und familiären Problemen
- Beratung in Deutsch, Türkisch, Spanisch und Englisch
- Mutter-Kind-Gruppen, Sprachförderung für Mütter und Kinder, Frauengruppen,
- Integrationskurse und Kurse im Gesundheitsbereich

♀ Für wen?

Frauen aus Milbertshofen und den angrenzenden Stadtteilen

Kosten

Beratungen sind kostenlos; Gruppen, Kurse und Freizeitangebote je nach Angebot

Porträt

Die Initiative wurde 1980 von türkischen Frauen und Studentinnen der Fachhochschule für Sozialwesen gegründet, da trotz des hohen Anteils von Familien mit Migrationserfahrungen in Milbertshofen die Bedürfnisse von Frauen im Stadtteil nicht ausreichend berücksichtigt wurden. 1983 erfolgte die Vereinsgründung. Die FIM ist Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband, im Verein Stadtteilarbeit sowie im VIA – Verband für interkulturelle Arbeit. Der Verein finanziert sich durch Zuschüsse der LH München sowie durch Spenden.

Ziele

Die FIM will die Lebensqualität von Frauen im Stadtteil verbessern und interkulturelle Begegnung ermöglichen. Eigeninitiative und Selbsthilfepotentiale der Frauen werden gefördert und neue Perspektiven eröffnet.

Team

Drei hauptamtliche Sozialpädagoginnen und Honorarkräfte

So können Sie mitwirken

Beitritt oder ehrenamtliche Mitarbeit

Öffnungszeiten

Mo–Do 10–16 Uhr



MVV

U2 Frankfurter Ring,
Bus 50/177/178 Moosacher Straße

Begegnung und Austausch Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ Internationales Mütterforum München e.V.

Plinganserstraße 26

81369 München

Fon 76 75 34 94

Fax 76 75 34 94

muetterforum-muenchen@t-online.de

Porträt

Das Internationale Mütterforum München e.V. ist ein Begegnungsort mit internationaler Ausrichtung für Mütter, Väter, Kinder und Interessierte.

Angebot

- Offenes Café (ohne Konsumzwang) mit kostenloser Kinderbetreuung
- Offene mehrsprachige Eltern-Kind-Gruppen
- Afrikanischer Familientreff
- Kreative Gestaltung für Mütter
- Offene Kleinkinder-Spielgruppe ohne Eltern
- Kleinkinderbetreuung ohne Eltern (drei Tage/Woche)
- Englisch/ Französisch für Grundschulkinder
- Englisch für Vorschulkinder
- Theatergruppe
- Kreative und kulturelle Veranstaltungen
- Freizeitaktivitäten
- Vorträge rund um die Familie
- Mittagsbetreuung

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–11.30 Uhr

Mo, Di 15.30–17.30 Uhr
(offenes Café)



Bürozeiten

Mo, Di 9–12 Uhr,

Mi 15.30–17.30 Uhr,

Fr 10–14 Uhr

MVV

S7, U6 Harras,

Bus 53/132 Margaretenplatz

Weitere Treffpunkte für Menschen mit Migrationshintergrund

Einen guten Überblick über die Initiativen, Projekte und Einrichtungen von und für MigrantInnen haben beispielsweise das Selbsthilfzentrum München [↗ S. 322](#) und der Ausländerbeirat München [↗ S. 234](#)

Nachfolgend eine kleine Auswahl der weiteren Angebote für MitbürgerInnen ausländischer Herkunft:

→ **AÇILIM – Präventive Arbeit mit Migrantenfamilien**

Orleansstraße 13
81671 München
Träger: AKA – Aktiv für
interkulturellen Austausch e.V.
Fon 44 11 97 80
Fax 44 11 97 81
acilim@aka-muenchen.de
www.acilim.de

[↗ S. 127](#)

→ **Griechisches Haus Westend**

Bergmannstraße 46
80339 München
Fon 50 80 88-0
Fax 50 80 88-19
griechischeshaus@t-online.de
www.griechisches-haus.de

Das Griechische Haus Westend in München ist ein Kultur-, Bildungs- und Begegnungszentrum für Griechen, Deutsche und Menschen anderer Nationalität. Es ist ein Haus im Westend für das Westend, aber auch für München und seine Umgebung. Ein griechischer Frauenchor und eine Frauengruppe treffen sich auch im Griechischen Haus.

→ **IAZ**

Initiative Afrika Zentrum e.V.

Westendstraße 68
80339 München
Fon 0157/77 74 07 95
olaja@gmx.de

Die IAZ München versteht sich als Dachorganisation afrikanischer Vereine in München.

→ **IN VIA Kofiza**

Goethestraße 12
80336 München
Fon 230 77-607
Fax 230 77-606
kofiza@invia-muenchen.de
www.invia-bayern.de

Das Kontakt-, Förderungs- und Integrationszentrum für außereuropäische Frauen und deren Familien bietet Beratung und interkulturelle Begegnungen in verschiedenen Gruppenangeboten.

[↗ S. 200](#)

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

→ **TREFFAM –**

Treffpunkt Familie International

Tübinger Straße 1

80686 München

Fon 502 55 92

Fax 54 07 39 79

treffam@im-muenchen.de

www.im-muenchen.de

TREFFAM bietet seit 1980 ein vielfältiges Angebot an Beratung und Unterstützung für nichtdeutsche Frauen und ist ein internationaler Treffpunkt für Familien, Alleinerziehende und binationale Partnerschaften. Träger der Einrichtung ist die Inner Mission München e.V.

↗ S.78

→ **Ausländischer Elternverein e.V.**

Goethestraße 28

80336 München

Fon 538 91-64

Fax 538 91-36

info@aev-muenchen.de

www.aev-muenchen.de

→ **Türkischer Frauenverein**

Arcisstraße 46a

80799 München

Fon 27 77 48 30

Fax 27 77 48 31

→ Netzwerkfrauen-Bayern Netzwerk von und für Frauen und Mädchen mit Behinderung in Bayern

Orleansplatz 3
81547 München
Fon 45 99 24 27/ -24
Fax 45 99 24 28
info@netzwerkfrauen-bayern.de
www.netzwerkfrauen-bayern.de

Angebot

- Vernetzung Selbstbetroffener im Sinne der Selbsthilfe (Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch vor Ort und online)
- Arbeitskreise und Workshops
- Beratung nach Prinzip des Peer-Counselings (professionelle Beratung wird ergänzt durch eigene Erfahrungen Selbstbetroffener) zu Themen wie Familiengründung, Leben mit Assistenz, Gewalterfahrungen, Identität als Frau mit Behinderung u.v.m., vor Ort oder online über Skype-Beratung

♀ Für wen?

Frauen und Mädchen
mit Behinderung in Bayern

Kosten

Keine

Porträt

Die Netzwerkfrauen Bayern sind ein offener Zusammenschluss von und für Frauen und Mädchen mit Behinderung in Bayern. Träger ist die Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Bayern, gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration. Das Netzwerk entstand 1999 infolge eines Gesprächskreises selbstbetroffener Frauen an der Münchener Volkshochschule. Hierbei kristallisierte sich die doppelte Diskriminierung behinderter Frauen (zum

einen als Frau zum anderen aufgrund ihrer Behinderung) heraus und der Bedarf für ein Selbsthilfenetzwerk.

Mittlerweile organisieren sich in diesem Zusammenschluss über 250 Frauen.

Ziele

Verbesserung der Lebenslage behinderter Mädchen und Frauen
Ermöglichung einer selbstbestimmten und gleichberechtigten Teilhabe an der Gesellschaft in allen Lebensbereichen

Team

Vier Mitarbeiterinnen unterschiedlicher Qualifikation

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich als Sprecherin, Multiplikatorin oder einfach durch Teilnahme an Workshops, Arbeitskreisen oder Diskussionen online

Öffnungszeiten

Mo–Do 10–15 Uhr
Fr 10–14 Uhr



MVV

U5 Ostbahnhof, S-Bahnen Ostbahnhof

Begegnung und Austausch

Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung oder besonderem Bedarf

→ oba München

Offene Behindertenarbeit – evangelisch
in der Region München
Blutenburgstraße 71
80636 München
Fon 12 66 11-60
Fax 12 66 11-59
info@oba-muenchen.de
www.oba-muenchen.de

Angebot

Das Freizeit- und Begegnungszentrum im Löhe Haus steht allen Menschen offen, mit und ohne Behinderung. Es gibt ein kleines Café und verschiedene Freizeit- und Bildungsangebote, auch eine Frauengruppe für Frauen mit Behinderung.

Für wen?

Frauen und Männer unterschiedlicher Altersgruppen (Kinder, Jugendliche, Erwachsene, SeniorInnenen) mit und ohne Behinderung und deren Angehörige

Kosten

Kostenfrei, für einzelne Angebote werden Unkostenbeiträge erhoben

Porträt

Die Offene Behindertenarbeit (OBA) ist ein Dienst im Evang.-Luth. Dekanatsbezirk München, der Freizeit- und Bildungsangebote für Menschen mit und ohne Behinderung gestaltet.

Ziele

- Beiträge zu einer inklusiveren Gesellschaft
- Begegnungsmöglichkeiten für Menschen mit und ohne Behinderung schaffen
- Förderung von Selbst- und Mitbestimmung

- Schaffen von Freizeitangeboten, die Selbstbesinnung und Selbstfindung ermöglichen (Sinnfindung des Lebens)
- Förderung der kulturellen Selbstentfaltung und Kreativität (Spiel, Sport, Kunst, kulturtechnische Fertigkeiten, schöpferische Tätigkeiten)
- Begleitung und Unterstützung (z.B. in schwierigen Lebensphasen)
- Initiierung und Vernetzung von Hilfen
- Weitergabe von Informationen (z.B. persönliches Budget)
- Unterstützung bei der persönlichen Lebensplanung
- Unterstützung bei Konflikten

Team

Pädagogische Fachkräfte (SozialpädagogInnen, SonderpädagogInnen, Diakone)
Ehrenamtlich Engagierte
Freiwillige soziale HelferInnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich

Öffnungszeiten

Di-Do 17-21 Uhr
Fr wechselnd
Sa 16-22 Uhr



MVV

U1 Rotkreuzplatz

Weitere Einrichtungen

Neben den ausführlich porträtierten Vereinen und Institutionen können sich Menschen mit Handicap und deren Angehörige in München bei einer Vielzahl von Einrichtungen Unterstützung holen. Hier eine Auswahl:

- **Club Behinderter und ihrer Freunde e.V.**
Johann-Fichte-Straße 12
80805 München
Fon 356 88 08
Fax 359 65 00
info@cbf-muenchen.de
www.cbf-muenchen.de
- Der CBF ist ein Zusammenschluss behinderter und nichtbehinderter Menschen, der sich in München seit 30 Jahren für die Verbesserung der Lebenssituation behinderter Menschen einsetzt.
- **Evang.-luth. Dekanatsbezirk München**
Offene Behindertenarbeit
Blutenburgstraße 71
80636 München
Fon 12 66 11-60
Fax 12 66 11-59
info@oba-muenchen.de
www.oba-muenchen.de
- Der Arbeitsbereich offene Behindertenarbeit will mit pädagogischen Fachkräften und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen integrative Freizeitangebote schaffen, die sowohl für Menschen mit einer geistigen Behinderung als auch für Nichtbehinderte attraktiv sind. Familien geistig behinderter Menschen werden entlastet und beratend begleitet.
- **Verein zur Betreuung und Integration behinderter Kinder und Jugendlicher (BiB) e.V.**
Offene Behindertenarbeit, Familienentlastungsdienst, Schulbegleitung
Baaderstraße 72
80469 München
Fon 316 50 08
Fax 316 54 47
info@bib-ev.org
www.bib-ev.org
- **Deutsche Pfadfinderschaft St. Georg (DPSG), B 13 – Arbeitskreis für Inklusion und Sensibilisierung**
Preysingstraße 93
81667 München
Fon 480 92-110
Fax 20 23 96 13
b13@dpsg1300.de
www.dpsg1300.de
- **FTZ – Tagesstätte EigenSinn**
FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V.
Blutenburgstraße 19, Seiteneingang
80636 München
Fon 99 01 37 60
Fax 99 01 37 76
eigensinn@ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de



Gesundheit

Sich im eigenen Körper wohl fühlen, körperliche, geistige und soziale Fähigkeiten ausschöpfen und Anforderungen bewältigen, selbstbestimmt, produktiv und kreativ leben – das ist Gesundheit.

Dieses Ideal ist nicht immer zu verwirklichen.

Wir haben Informationen zusammengestellt zu den verschiedenen Bereichen, in denen Frauen ganz konkrete Hilfe benötigen: bei körperlichen und seelischen Erkrankungen, aber auch zur Vorbeugung und zur Wiedergenesung nach Krankheit oder Beeinträchtigung.

Ein Teilkapitel widmet sich dem Sport.

Wohlergehen

7

- Allgemeine Gesundheitsförderung und -beratung 320
- Hilfe bei körperlicher Erkrankung 327
- Hilfe bei Suchterkrankung 338
- Hilfe bei psychischer Erkrankung 351
- Sport 360
- Spezielle Angebote für Jugendliche.. 363
- Spezielle Angebote für Menschen im Alter 364
- Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund 367

Gesundheit

Allgemeine Gesundheitsförderung und -beratung

Landeshauptstadt München

→ Referat für Gesundheit und Umwelt

Bayerstraße 28 a

80335 München

Fon 233-963 00

rgu@muenchen.de

www.muenchen.de/rgu

Das Referat für Umwelt und Gesundheit bearbeitet im ganzheitlichen Ansatz individuelle und soziale, ökologische, wirtschaftliche und technische Themen. Im Rahmen der gesundheitlichen Aufgaben ist es besonders denen verpflichtet, die benachteiligt, gefährdet oder krank sind.

Dienststellen des RGU für den Gesundheitsbereich sind:

- Referat für Gesundheit und Umwelt, Bayerstraße 28 a
- Gesundheitshaus, Dachauerstraße 90
- Beratungshaus Paul Heyse 20, Paul-Heyse-Straße 20

Auf der Internetseite des Referats gibt es ausführliche Darstellungen zu einzelnen Themenbereichen, auf denen alles Wissenswerte zu finden ist: z.B. Ärztliche Beratungsstellen, Frauengesundheit, Schuleingangsuntersuchung, Gesundheit im Alter, Drogenberatung, Alkohol- und Medikamentenberatung, Psychiatrische Hilfen, AIDS, Masern, Influenza, Impfwesen, Medikamentenhilfe, Gesundheits- und Krankenpflege, Hospiz- und Palliativversorgung ...

Nachfolgend die Kontaktadresse der „Fachstelle Frau & Gesundheit“, die wir hier besonders erwähnen möchten:

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

Fachstelle Frau & Gesundheit

Sachgebiet Gesundheitsförderung

Fon 233-479 27

Fax 233-479 03

Bayerstraße 28 a

80335 München

gvo6.rgu@muenchen.de

www.muenchen.de/frauengesundheit

Die „Fachstelle Frau & Gesundheit“ initiiert, unterstützt sowie vernetzt Frauengesundheitsprojekte und organisiert Informationsveranstaltungen für die Fachöffentlichkeit und interessierte Bürgerinnen und Bürger zu Gesundheitsthemen, die für Frauen von besonderem Interesse sind. Außerdem soll sie Verwaltung und Vorsorgeeinrichtungen für die Belange von Frauen sensibilisieren.

→ FrauenGesundheitsZentrum e.V.

Grimmstraße 1
80336 München
Fon 129 11 95
Fax 129 84 18
fgz@fgz-muc.de
www.fgz-muc.de

Angebot

- Kurzberatung:
um ÄrztInnen, eine Adresse,
eine Selbsthilfegruppe zu suchen
- Beratungsgespräche:
um in Ruhe über ein Thema
reden zu können
- Beratung:
zu Inhalten, die der Gynäkologie
zugeordnet werden – z.B. Myome,
unerfüllter Kinderwunsch, Gebärmutter-
erkrankungen, Brustgesundheit,
Zyklusstörungen, Wechseljahre, HPV,
Operationen, Verhütung – sowie
HIV-Infektion, sexuelle Entwicklung
von Kindern und Jugendlichen,
chronische Schmerzen, Psychosomatik,
Prävention von Krankheiten, Älterwerden.

♀ Für wen?

Alle Frauen sind eingeladen – hetero, bi
oder lesbisch lebend, mit viel oder wenig
Geld, mit deutscher oder anderer Mutter-
sprache. Bei Bedarf wird eine Dolmet-
scherin hinzugezogen.

Kosten

Beratungen: 15–55 €. Kurse je nach
Angebot. 2,50 € pro Einheit für Frauen
mit Münchenpass

Porträt

Die Arbeit des FGZ ist getragen von
einem ganzheitlichen Verständnis. Es ist
sein Anliegen, jedes Mädchen und jede
Frau mit ihren aktuellen Themen in ihrer
eigenen Lebenssituation zu sehen. Schul-
medizinisches Wissen wird mit komple-
mentärmedizinischen Herangehensweisen
verbunden. Jede Einzelne wird darin unter-
stützt, den für sie besten Weg zu finden.
Die FGZ-Räume sind leider nicht „beroll-
bar“. Es gibt die Möglichkeit, Beratungs-
gespräche extern in rollstuhlgerechten
Räumen durchzuführen.

Team

Dipl.-Psychologin, Dipl. Soz.-Pädagogin,
Gestalttherapeutin, Verwaltungsfrau

So können Sie mitwirken

Ehrenamtlich

Telefonzeiten

Mo 15–17 Uhr
Di–Mi 10–12 Uhr
Do–Fr 9.30–11 Uhr



Mitbringen von Kindern
nach Absprache möglich

MVV

U3/U6 Poccistraße

Gesundheit

Allgemeine Gesundheitsförderung und -beratung

→ Selbsthilfzentrum München (SHZ)

Träger: FöSS e.V. (Verein zur Förderung der Selbsthilfe und Selbstorganisation e.V.)

Westendstraße 68

80339 München

Fon 53 29 56-0, -11

Fax 53 29 56-49, -41

info@shz-muenchen.de

www.shz-muenchen.de

Angebot

- Beratung von interessierten Einzelpersonen und Einrichtungen
- Begleitung bei Gruppengründungen
- Vermittlung in und Unterstützung von Selbsthilfegruppen und -initiativen
- Beratung zur finanziellen Förderung
- Durchführung von Fortbildungsangeboten
- Bereitstellung von kostenfreien Räumlichkeiten für Gruppentreffen
- Öffentlichkeitsarbeit

Für wen?

Einzelpersonen, Gruppen, Einrichtungen

Kosten

Keine

Öffnungszeiten

Beratung und Vermittlung

Mo, Do 14–18 Uhr

Di, Mi 10–13 Uhr



Mitbringen von Kindern nach Absprache möglich

MVV

S-Bahnen Donnersberger Brücke,

Hackerbrücke

U4/U5 Schwanthalerhöhe

Tram 18/19 Schrenkstraße

Porträt

Das Selbsthilfzentrum München (SHZ) ist seit 1985 die zentrale Anlaufstelle für Selbsthilfe und Selbstorganisation in München. Menschen, die eine Gruppe suchen oder gründen wollen, werden durch Fachpersonal beraten. Initiativen unterstützt das SHZ mit Fortbildung, Beratung, Bereitstellung von Räumen und Medien. Fachstellen im Sozial- und Gesundheitsbereich begleiten wir, um vor Ort Selbstorganisation einzubinden.

Darüber hinaus kooperiert das SHZ mit verschiedenen Facheinrichtungen und verbreitet den Selbsthilfgedanken durch Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit in Politik und Gesellschaft.

Ziele

Unterstützung und Förderung von Selbsthilfe und Selbstorganisation im bürgerschaftlichen Engagement

Team

Sieben hauptamtlich Beschäftigte (fünf Dipl. SozialpädagogInnen; ein Dipl. Soziologe; ein Pädagogin M.A.); Verwaltungs-kraft; Hausmeister

So können Sie mitwirken

Teilnahme/Aktive Mitarbeit in Selbsthilfegruppen; ehrenamtliches Engagement; Mitgliedschaft im Trägerverein FöSS e.V.

→ WECF e.V., Women in Europe for a Common Future

Sankt-Jakobs-Platz 10
80331 München
Fon 232 39 38-0
Fax 2323938-12
wecf@wecf.eu
www.wecf.eu

Angebot

Informationen zum Thema Umwelt und Gesundheit; Workshops zur Vermeidung von Innenraumluftverschmutzung für Kindertageseinrichtungen, Schulen, Gesundheitssektor; Informationen zur Vermeidung gesundheitsschädlicher Chemikalien; Mitarbeit bei lokalen, nationalen und internationalen Projekten zum Thema Umwelt und Gesundheit

Für wen?

Interessierte an politischer NGO Arbeit auf lokaler, nationaler und internationaler Ebene, Kindertageseinrichtungen, Personen aus dem Gesundheitssektor

Kosten

Workshops nach Vereinbarung

Porträt

Women in Europe for a Common Future (WECF) ist ein internationales Netzwerk von über 150 Frauen-, Umwelt- und Gesundheitsorganisationen in mehr als 50 Ländern.

Themenschwerpunkte sind:

- Energie und Klimaschutz
- Chemikalien, Gesundheit und Abfallmanagement
- Wasser, Sanitärversorgung und Abwassermanagement
- Nahrungsmittel und Erhalt der Biodiversität

– Gleichberechtigung, Umweltrechte und Öffentlichkeitsbeteiligung
Ein europaweites Projekt von WECF ist Nestbau. Weitere Infos unter www.nestbau.info

Ziele

WECF setzt sich weltweit für den Schutz von Umwelt und Gesundheit sowie Armutsbekämpfung ein. WECF strebt danach, Umwelt, Gesundheit und Wirtschaft ins Gleichgewicht zu bringen und dabei die unterschiedlichen Bedürfnisse und Perspektiven von Frauen und Männern zu berücksichtigen. Wir ermöglichen es Frauen und Männern, sich auf lokaler, nationaler und globaler Ebene an politischen Prozessen für eine nachhaltige Entwicklung zu beteiligen.

Team

In München zehn Personen

So können Sie mitwirken

Z.B. FSJ, ehrenamtlich, Praktikum, als Maßnahme der Agentur für Arbeit

Öffnungszeiten

Mo–Do 10–15 Uhr,
bitte vorher anrufen



MVV

U- und S-Bahnen Marienplatz/
Sendlinger Tor

Gesundheit

Allgemeine Gesundheitsförderung und -beratung

→ Gesundheitsladen München e.V.

Informations- und
Kommunikationszentrum
Waltherstraße 16a
80337 München
Fon 77 25 65
Fax 725 04 74
mail@gl-m.de
www.gl-m.de

Angebot

- Orientierungshilfe und Wegweisung im Gesundheitswesen
- Aufklärung über Patientenrechte
- Beratung und Hilfe bei Beschwerden über Mängel in der Gesundheitsversorgung, über Ärzte und Krankenkassen
- Unterstützung bei einem Verdacht auf Behandlungsfehler
- Vermittlung von Betroffenenkontakten
- Vorträge zu Patientenrechten, Zahnersatz, Individuellen Gesundheitsleistungen, u.a.
- Teilnahme an und Unterstützung von Arbeitsgruppen
- Neben der persönlichen Beratung werden verschiedene Broschüren bereitgestellt

Porträt

Der Gesundheitsladen München e.V. ist ein gemeinnütziges Beratungs-, Informations- und Kommunikationszentrum. Er bietet seit 1980 eine Anlaufstelle für Ratsuchende und ein Forum für alle, die im Gesundheitswesen aktiv werden wollen. Der Gesundheitsladen bietet Patientenberatung und allgemeine Gesundheitsinfos, organisiert Vorträge und Veranstaltungen und gibt Broschüren und Rundbriefe heraus. Der Gesundheitsladen wirkt in kommunalen Gremien wie dem Gesundheitsbeirat, dem Arbeitskreis Migration und Gesundheit, dem Arbeitskreis kommunale Gesundheitsförderung und in der Stadtteilarbeit mit.

Öffnungszeiten

Mo 16–19 Uhr
Mi, Do und Fr 10–13 Uhr

→ FTZ – Frauentherapiezentrum, Fortbildung und Supervision

FrauenTherapieZentrum –
FTZ München e.V.

Goethestraße 21
80336 München

Fon 41 11 19-662

Fax 41 11 19-699

fortbildung@ftz-muenchen.de

www.ftz-muenchen.de

Angebot

Fortbildungsseminare und Supervision

Für wen?

Fachkolleginnen und -kollegen und Teams aus den Bereichen Sozialpsychiatrie, Sucht-, Wohnungslosen- und Jugendhilfe sowie aus den Bereichen psychosoziale, frauenspezifische, migrationsspezifische Hilfen

Kosten

Nach Vereinbarung und Programm; für bestimmte Seminare wird eine Zertifizierung bei der Psychotherapeutenkammer beantragt

Programm

Unter www.ftz-muenchen.de

Porträt

Das Fortbildungsangebot entstand aufgrund der großen Nachfrage nach frauenspezifischer Fort- und Weiterbildung. Die Einrichtung wird getragen vom FrauentherapieZentrum – FTZ München e.V. und ist Mitglied im DPWV, Landesverband Bayern, und im Münchner Frauennetz.

Ziele

Verbesserung der psychosozialen und sozialpsychiatrischen Fachkompetenz und Infrastruktur

Team

Dipl.-Psychologinnen, Dipl.-Sozialpädagoginnen

Telefonzeiten

Mo–Fr 10–15 Uhr



MVV

U3/U6 Poccistraße

Bus 61/131 Poccistraße

Weitere Adressen und Einrichtungen

→ FTZ 1 – Psychosoziale/ Psychoonkologische Beratung

FrauenTherapieZentrum –
FTZ München e.V.
Güllstraße 3
80336 München
Fon 74 73 70-0
Fax 74 73 70-80
psychosoziale.beratungsstelle@
ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

↗ S. 354

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

→ Gesundheitsvorsorge für Kinder und Jugendliche Gesundheitsberatung Hasenberg

Wintersteinstraße 14
80933 München
Fon 314 49 47
Fax 31 40 24 38
gesundheit-hasenberg.l.rgu@muenchen.de

Beratung und Unterstützung bei gesundheitlichen Fragen und Problemen, Vermittlung sozialer Hilfen, ärztliche und schulärztliche Untersuchungen. Auch Nichtversicherte werden behandelt.

Evangelisches Hilfswerk gGmbH
→ **Mimikry**
Beratungsstelle für Sexarbeiterinnen
Dreimühlenstraße 1
80469 München
Fon 725 90 83
Fax 74 79 39 43
mimikry@hilfswerk-muenchen.de
www.mimikry.org

↗ S. 239

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

→ Anonyme Beratung zu Aids und sexuell übertragbaren Krankheiten

Bayerstraße 28a
80335 München

Fon 233-233 33

Fax 233-478 39

aids-sti-beratung.rgu@muenchen.de

www.muenchen.de/aidsberatung

Angebot

Anonyme und kostenlose Beratung und Testmöglichkeit zu HIV und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten; Einzel- und Paarberatung; Gruppenarbeit; Informationsveranstaltungen; Frauen steht auf Wunsch eine Beraterin zur Verfügung

Ambulanz für sexuell übertragbare Infektionen (STI-Ambulanz):

Das Angebot richtet sich vor allem an Menschen mit einem erschwerten Zugang zur ärztlichen Versorgung (z.B. Menschen ohne Krankenversicherung).

Für wen?

Münchner BürgerInnen, insbesondere Mädchen und junge Frauen in gesundheitlich und sozial benachteiligten Lebenslagen; Menschen mit HIV und anderen chronischen, sexuell übertragbaren Krankheiten und deren PartnerInnen

Kosten

Keine

Porträt

Die Beratungsstelle wurde 1985 auf Beschluss des Stadtrats errichtet und räumlich, personell und inhaltlich vom Sachgebiet „Bekämpfung übertragbarer Krankheiten“ getrennt. Damit sollte ein deutliches Signal gesetzt werden, dass die Beratungsstelle keinen ordnungspoli-

tischen Auftrag erfüllt, sondern anonyme Beratung und Hilfestellung anbietet.

Ziele

Die Anonyme Aids-Beratung will Münchner BürgerInnen durch Wissensvermittlung, psychosoziale Beratung und Präventionsarbeit befähigen, HIV-Übertragungsrissen zu vermeiden.

Team

hauptamtliche Beschäftigte: ÄrztInnen, Dipl.-Sozialpädagoginnen, Streetworkerin, Verwaltungsangestellte

Sprechstunden mit Testung

(ohne Voranmeldung)

Mo, Mi, Do 08–11 Uhr

Di 14–18 Uhr

Do 14–15 Uhr



Telefonische Beratung

Mo, Mi, Do 8–12 Uhr, 14–15 Uhr

Di 14–18 Uhr

Öffnungszeiten der STI-Ambulanz

Mi 13–15 Uhr

MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof,
Tram 18/19 Hermann-Lingg-Straße

Gesundheit Hilfe bei körperlicher Erkrankung

→ Projekt „Positive Frauen“

FrauenGesundheitsZentrum e.V.
Grimmstraße 1
80336 München
Fon 129 11 95
Fax 129 84 18
fgz@fgz-muc.de
www.fgz-muc.de

Angebot

Sie finden hier:

- Telefonische oder persönliche Beratung, z.B. zu Themen wie: Safer Sex, HIV-Test, Angst vor HIV, Leben mit HIV
- Offene Gruppenabende für HIV-positive Frauen.
- Unterstützung in Krisen.
- Workshops für Mädchen/junge Frauen zu Sexualität, Verhütung, Prävention von sexuell übertragbaren Infektionen inklusive HIV.
- Publikationen und Infomaterial zu HIV und Aids.
- Lesungen von Texten HIV-positiver Frauen.
- Fortbildungen für Fachkräfte

♀ Für wen?

Angebote speziell für HIV-positive Frauen und für deren PartnerInnen und Präventionsangebote an alle Mädchen bzw. Frauen.

Kosten

Beratung und Gruppenabende kostenlos, Workshops z.T. kostenpflichtig

Porträt

Das Projekt „Positive Frauen“ im Frauen-GesundheitsZentrum München entstand 1993 aus einer Gruppe von Frauen mit HIV/Aids. Im Mittelpunkt stehen Information, Beratung und Unterstützung in allen Fragen rund um das Thema HIV/Aids.

Ziele

Die Ziele sind

- Mädchen und Frauen vor einer HIV-Infektion zu schützen
- Frauen und Mädchen Raum für ihre Fragen und Gefühle zum Thema HIV zu geben
- Die Lebenssituation von Frauen mit HIV/Aids ganzheitlich zu berücksichtigen
- die Selbsthilfemöglichkeiten von Frauen zu stärken
- die Öffentlichkeit über die Situation von Mädchen und Frauen zu informieren

Team

Dipl.-Psychologin, Dipl.-Soz.-Pädagoginnen

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit ist willkommen

Telefonzeiten

Mo 15–17 Uhr
Di–Mi 10–11 Uhr
Do 10–11 Uhr



Mitbringen von Kindern
nach Absprache möglich

MVV

U3/U6 Poccistraße

→ **Psychosoziale Beratungsstelle der Münchner Aids-Hilfe e.V.**

Lindwurmstraße 71–73
80337 München
Fon 543 33-0
Fax 543 33-111
info@muenchner-aidshilfe.de
www.muenchner-aidshilfe.de

Angebot

Sozialpädagogische und psychologische Einzelberatung, Paarberatung, Gruppenangebote, Betreuung, Vermittlung, Testberatung, Freizeitangebote für Betroffene; Workshops; Informationen zu sämtlichen Aspekten von HIV und Aids; betreutes Wohnen, Vernetzung und Unterstützung von betroffenen Frauen

Für wen?

Menschen mit HIV und Aids, insbesondere Schwule, DrogengebraucherInnen

Kosten

Die Beratung ist anonym und kostenlos.

Porträt

Die Münchner Aids-Hilfe wurde 1984 als unabhängiger gemeinnütziger Selbsthilfverein von Menschen gegründet, die durch die Krankheit Aids und deren gesellschaftspolitische Folgen betroffen sind. 1986 wurde die Psychosoziale Beratungsstelle eröffnet. Sie ist tätig auf den Gebieten Beratung, Betreuung, Prävention und Öffentlichkeitsarbeit.

Die Aids-Hilfe ist Mitglied in der Arbeitsgemeinschaft Aids, im Arbeitskreis „Frauen und Aids“, in der Deutschen Aids-Hilfe e.V., im DPVV sowie im Bundesverband Homosexualität.

Ziele

Hilfestellung zur Selbsthilfe geben, den Abbau von Diskriminierung unterstützen, Solidarität mit den Betroffenen erreichen sowie durch Aufklärung, Information und Beratung dazu beitragen, Neuinfektionen zu vermeiden.

Team

Fünf hauptamtliche Beschäftigte
Dipl.-SozialpädagogInnen,
Dipl.-Psychologin

So können Sie mitwirken

Beitritt, ehrenamtliche Mitarbeit möglich bei der Öffentlichkeitsarbeit, Telefonberatung, im Café Regenbogen, bei der Betreuung

Öffnungszeiten

Beratungsstelle:
Mo–Do 10–16 Uhr,
Fr 10–14 Uhr
Café Regenbogen:
Mo–Fr 11.30–14 Uhr
Di–Fr 17–23 Uhr



MVV

U3/U6 Goetheplatz

Gesundheit Hilfe bei körperlicher Erkrankung

→ **Psychosoziale Aids-Beratungsstelle der Caritas München**

Schrenkstraße 3

80339 München

Fon 50 03 55 20

Fax 50 03 55 26

aidsberatung@caritasmuenchen.de

www.aidsberatung-caritasmuenchen.de

Porträt

Die Beratungsstelle bietet Menschen mit HIV und Aids, deren Angehörigen und FreundInnen fachliche und persönliche Unterstützung. Durch Informations- und Präventionsmaßnahmen soll eine Reduzierung der Neuinfektionen erreicht werden, diese Präventionsarbeit erfolgt ganzheitlich und bezogen auf den individuellen Lebenskontext, sie fördert die Eigenverantwortung. Bewusst wird den Ratsuchenden ein bewertungsfreier Raum in der Beratungsstelle geboten.

Es gibt die Möglichkeit, Kontakt mit anderen Betroffenen aufzunehmen und Unsicherheiten und Ängste zu benennen, ohne Diskriminierung und Ausgrenzung befürchten zu müssen. Vertraulichkeit ist garantiert.

Anonyme Telefonberatung

Mo-Do 9-17 Uhr

Fr 9-13 Uhr

online-Beratung

www.beratung-caritas.de

→ Krebsberatungsstelle

Bayerisches Rotes Kreuz –
Kreisverband München
Seitzstraße 8/Rgb./III. Stock/Zi. 328
80538 München
Fon 23 73-276, -278
Fax 23 73-442 76
krebsberatung@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/krebsberatung

Angebot

Neben der Beratung und Information mit sozialrechtlichen Inhalten und der psychosozialen Begleitung von Betroffenen und ihren Bezugspersonen in Einzelgesprächen bieten wir diverse Gruppenangebote wie beispielsweise unser Kontaktcafé, die angeleiteten Treffen unserer krankheits-spezifischen Selbsthilfegruppen (u. a. für Frauen mit Unterleibskrebs) und verschiedene Kurse wie „Bewegung-Atem-Entspannung“, „Mit Musik das Wohlbefinden steigern“ und „Aktivierung der Selbstheilungskräfte“ an.

Für wen?

Das Angebot richtet sich an Menschen, die an Krebs erkrankt sind, deren Angehörige und FreundInnen.

Kosten

Die Beratung, die Teilnahme an den Selbsthilfegruppen und die Teilnahme an der Musikgruppe für Kinder krebserkrankter Eltern ist kostenfrei. Die Kursangebote sind kostenpflichtig; eine Ermäßigung bzw. Befreiung ist möglich.

Porträt

Die Krebsberatungsstelle des Bayerischen Roten Kreuzes ist seit nunmehr 30 Jahren – ergänzend zur ärztlich, medizinischen Nachsorge – ein Ansprechpartner für Menschen, die an Krebs erkrankt sind, deren Angehörige und FreundInnen.

Ziele

Menschen, mit einer Krebserkrankung und deren Angehörige und FreundInnen zu beraten, zu informieren und zu begleiten.

Team

Das Team der Krebsberatungsstelle besteht aus einer Diplom-Medizinpädagogin mit Zusatzausbildung Heilpraktikerin (Psychotherapie) und einer Diplom-Sozialpädagogin (FH) mit dem Zusatz Case-Management (DGCC)

So können Sie mitwirken

Spenden, ehrenamtliche Mitarbeit und BRK-Mitgliedschaft

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–15 Uhr
und nach Vereinbarung



MVV

U4/U5 oder Tram 18 Lehel

Gesundheit

Hilfe bei körperlicher Erkrankung

→ Bayerische Krebsgesellschaft e.V.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle
München
Nymphenburger Straße 21 a
80335 München
Fon 54 88 40-21, -22, -23
Fax 54 88 40-40
info@bayerische-krebsgesellschaft.de
www.bayerische-krebsgesellschaft.de

Angebot

- Information über die Erkrankung, Früherkennungs- und Nachsorgeuntersuchungen sowie gesunde Lebensführung
- Unterstützung bei der Bewältigung der Erkrankung und ihrer Folgen
- Beratung bei sozialrechtlichen Fragen
- Vermittlung von Kontakten zu Kurs- und Gruppenangeboten sowie zur Selbsthilfe

Für wen?

Krebskranke und deren Angehörige, Interessierte und onkologisch Tätige

Kosten

Keine, Spenden erwünscht

Programm

Der Veranstaltungsflyer informiert über aktuelle Kurse, Gruppen und Vorträge und wird auf Anfrage zugeschickt.

Porträt

Die Bayerische Krebsgesellschaft e.V. hilft seit 1925 Menschen mit Krebs und deren Angehörigen bei der Bewältigung der Krankheit. Die Psychosoziale Krebsberatungsstelle München ist eine von 20 Krebsberatungsstellen und Psychoonkologischen Diensten (PODs) in Bayern, in denen qualifizierte Mitarbeiter Ratsuchende beraten und sie in allen psychischen und sozialen Fragen begleiten – kompetent,

vertraulich und kostenfrei. Vorträge und Kurse sowie medizinische Fragestunden ergänzen unser umfassendes Angebot. Unsere rund 200 ehrenamtlich tätigen Selbsthilfegruppen, die wir bei ihrer Arbeit professionell unterstützen, leisten in ganz Bayern unschätzbare Hilfestellung: von Betroffenen für Betroffene – direkt vor Ort.

Ziele

Menschen mit Krebs und deren Angehörige professionell beraten und begleiten, die gegenseitige Unterstützung in Selbsthilfegruppen fördern, die Öffentlichkeit informieren

Team

Multiprofessionelles Team aus Diplom Sozialpädagoginnen und Diplom Psychologen

So können Sie mitwirken

Spenden/Mitgliedschaft ab 12 € jährlich
Ehrenamtliche Mitarbeit

Öffnungszeiten

Mo–F 9–13 Uhr, Mi 13–16 Uhr
sowie nach Vereinbarung

MVV

U1 und Tram 20/21 Stiglmaier Platz

Weitere Angebote bei Krebserkrankung

Neben den bereits vorgestellten Institutionen gibt es noch folgende weitere Einrichtungen, die sich auf die Beratung und Unterstützung krebsskranker Menschen und ihrer Angehöriger spezialisiert haben:

→ **Frauenseלבsthilfe nach Krebs**

Gruppe München
Ansprechpartnerinnen
Helga Höß
Fon 612 46 79
Andrea Gressmann
Fon 679 24 56
Felicitas Ujvari
Fon 431 58 71

→ **N-PSOM – Netzwerk PsychoSoziale Onkologie**

pia.heussner@med.uni-muenchen.de
[www.klinikum.uni-muenchen.de/
Medizinische-Klinik-und-Poliklinik-III/](http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Medizinische-Klinik-und-Poliklinik-III/)

Das Netzwerk will TumorpatientInnen eine Orientierungshilfe im Dschungel psychotherapeutischer Angebote und psychosozialer Informationen geben. Es bietet Kriseninterventionen und überbrückende Kurzzeittherapien in assoziierten klinischen Einrichtungen und Beratungsstellen, hilft bei der Suche, Kontaktaufnahme und Rücksprache mit niedergelassenen PsychotherapeutInnen.

→ **Psychosomatische Beratungsstelle e.V. für Krebskranke, psychosomatisch Kranke und Angehörige**

Richard-Wagner-Straße 9
80333 München
Fon 52 64 63
info@psychosomatische-beratungsstelle.de
www.psychosomatische-beratungsstelle.de

Kranke, insbesondere Krebskranke, finden Unterstützung in der Frage, wie sie sich mit ihrer Krankheit aktiv auseinandersetzen und wie sie den weiteren Verlauf ihres Lebens gestalten wollen. Durch Aktivierung natürlicher Selbstheilungskräfte und die Entfaltung eines persönlichen Lebens wird eine medizinische Behandlung unterstützt. Die Beratungsstelle arbeitet auch mit Kindern und Jugendlichen.

Bürozeiten
Mo–Do 10–12 Uhr

Weitere Angebote bei Krebserkrankung

→ **Rehabilitationssport nach Krebserkrankungen**

Behinderten- und Rehabilitations
Sportverband Bayern e.V.
Haus des Sports
Georg-Brauchle-Ring 93
80992 München
Fon 54 41 89-0
Fax 54 41 89-99
bvs@bvs-bayern.com
www.bvs-bayern.com

Im Rahmen des Rehabilitationssports werden abwechslungsreiche Gymnastik mit Musik, Herz- und Kreislauftraining, Formen der Körperwahrnehmung, Koordinationsschulung sowie Entspannungsübungen geboten.

→ **Gesellschaft zur Biologischen Krebsabwehr e.V. (GfBK)**

Beratungsstelle München
Schmied-Kochel-Straße 21
81371 München
Fon 26 86 90
Fax 23 00 16 99
gfbk-muenchen@biokrebs.de
www.biokrebs.de

Die GfBK geht davon aus, dass Krebs nicht nur als lokale Erkrankung angesehen werden kann, sondern ganzheitlich behandelt werden muss. Sie bietet Einzelberatung über begleitende biologische Krebsbehandlung.

→ **brustkrebs-muenchen e.V.**

Lise-Meitner-Straße 6
85562 Hohenbrunn
Fon 60 19 09-23
Fax 60 19 09-24
info@brustkrebs-muenchen.de
www.brustkrebs-muenchen.de
Kostenlose Brustkrebshotline
0800/011 71 12

Angebot

Im Verein brustkrebs-muenchen e.V. engagieren sich Betroffene, Nichtbetroffene, Ärztinnen und Pflegekräfte für mehr Bewusstsein für Brustkrebs und für dessen wissenschaftliche Erforschung. Der Verein informiert, berät, begleitet und unterstützt vor allem Betroffene und ihre Angehörigen. Daneben bietet er psychotherapeutisch begleitete Kunst- und Tanztherapie, sozialrechtliche Unterstützung, Wandern, Chor, regelmäßige Treffen.

Für wen?

Betroffene und Angehörige, Fachleute

Kosten

Je nach Angebot

Programm

Siehe Internet

Porträt

Der Verein wurde im Jahr 2001 aufgrund der zunehmenden Häufigkeit von Brustkrebs gegründet. Er will Betroffenen im medizinischen Bereich helfen, aber auch im psychosozialen Bereich Unterstützung bieten.

Ziele

Bewusstsein für Brustkrebs entwickeln, informieren, helfen, forschen lassen

Team

Multiprofessionelles Team

So können Sie mitwirken

Mitgliedschaft oder Spende

Sprechstunde

Klinikum Großhadern:

Di 10–12.30 Uhr

Anmeldung:

Fon 70 95 68 06



MVV

U6 Klinikum Großhadern

Gesundheit

Hilfe bei körperlicher Erkrankung

Weitere Einrichtungen mit speziellem Angebot für Brustkrebs-Patientinnen

→ FrauenGesundheitsZentrum e.V.

Grimmstraße 1
80336 München
Fon 129 11 95
Fax 129 84 18
fgz@fgz-muc.de
www.fgz-muc.de

♀ Das FTZ bietet Beratung, Vorträge, Kurse, Selbsthilfe, Früherkennung und Anleitung zur Selbstuntersuchung bei und nach Krebserkrankungen.

➔ S. 321

Öffnungszeiten
Mo 15–17 Uhr, Di–Mi 10–12 Uhr,
Do–Fr 9.30–11 Uhr

→ FrauenTherapieZentrum Psychoonkologische Beratung

Güllstraße 3
80336 München
Fon 74 73 70-13
Fax 74 73 70-80
psychosoziale.beratungsstelle@
ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

♀ Frauen, die von einer Krebserkrankung betroffen sind oder waren, erhalten hier Beratung und Unterstützung in der Auseinandersetzung mit der Krankheit, ihrer persönlichen Lebenssituation und Lebensplanung. Dazu bietet das FTZ Einzelberatung, Gruppenkurse, Workshops, Haus- und Klinikbesuche.

➔ S. 354

→ Pro familia – Mamma Care

Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V.

Türkenstraße 103

80799 München

Fon 33 00 84-0

Fax 33 00 84-16

muenchen-schwabing@profamilia.de

www.profamilia.de

Pro familia gibt Anleitung zur Selbstuntersuchung nach Mamma Care und berät darüber, welche Schritte bei einer Erkrankung notwendig sind und welche Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten es gibt.

→ mamazone Frauen und Forschung gegen Brustkrebs e.V

Max-Hempel-Straße 3

86153 Augsburg

Fon 0821/521 31 44

Fax 0821/521 31 43

info@mamazone.de

www.mamazone.de

→ Regionalgruppe München

Elternschule im Klinikum Dritter Orden

Menzinger Straße 48

Telefonberatung

Fon 755 51 97,

Fon 81 80 16 78

Weitere Hinweise auf Selbsthilfegruppen zu unterschiedlichen Erkrankungen finden Sie auf der Seite des Selbsthilfezentrum München (SHZ).

↗ S. 231

Suchtberatungsstellen der Stadt München

Auch die Stadt München unterhält eine Reihe von Einrichtungen zur Suchtberatung und -prävention:

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

→ Suchtberatung

Paul-Heyse-Straße 20
80336 München
Fon 233-472 48

Fax 233-472 53

Clearingstelle

Fon 233-472 10 oder 233-472 11
drogenberatung.rgu@muenchen.de
clearingstelle.rgu@muenchen.de

Die Einrichtung bietet Beratung und Information für SuchtmittelkonsumentInnen. Sie unterstützt bei der Beantwortung von Fragen in den Bereichen Arbeit, Wohnen und Therapiemöglichkeiten ebenso wie bei der Bewältigung von Notlagen. Sie hilft bei der Suche nach geeigneten Einrichtungen, bietet regelmäßige Gespräche und Hilfe bei der Antragstellung vor einer Therapie ebenso wie bei der Festigung des Therapieerfolges.

Die MitarbeiterInnen unterliegen der Schweigepflicht und beraten auf Wunsch anonym.

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–17 Uhr, Fr 9–15 Uhr

Offene Sprechstunden

ohne Voranmeldung:

Di–Do 15–17 Uhr, Fr 10–12 Uhr

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

→ Alkohol- und Medikamentenberatung

Paul-Heyse-Straße 20
80336 München
Fon 233-472 24

alkoholberatung.rgu@muenchen.de

Diese Beratungsstelle bietet Hilfe bei Alkohol-, Medikamenten-, Nikotin- und Spielsucht für Betroffene und Menschen aus deren persönlichem Umfeld. Im multiprofessionellen Team arbeiten sozialpädagogische, psychologische und ärztliche Fachkräfte zusammen. Alle MitarbeiterInnen unterliegen der Schweigepflicht. Die Beratungsstelle ist weltanschaulich unabhängig.

Zusätzlich werden für Betriebe und Bildungseinrichtungen Informationsveranstaltungen und Fortbildungen zu Alkohol und anderen Suchtformen durchgeführt.

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–12 Uhr, Mo–Do 13–15 Uhr
und nach Vereinbarung

Weitere Anlauf- und Beratungsstellen

→ **SuchtHotline**

Fon 28 28 22
(rund um die Uhr)

→ **Anonyme Alkoholiker (AA)**

Landwehrstraße 9
80336 München
Fon 192 95

Sprechzeiten 18–21 Uhr

→ **AI Anon Familiengruppen**

Anonyme Selbsthilfegruppen
für Angehörige und Freunde
von Alkoholikern
Fon 55 02 99 16

→ **Dogenotdienst München „L 43“**

prop e.V.
Landwehrstraße 43
80336 München
Fon 54 90 86 30

„L 43“ bietet ein niedrighschwelliges
Angebot mit 24-Stunden-Beratung,
einem Kontaktladen mit Cafébetrieb
und eine Notschlafstelle.

Kontaktladen täglich 14–20 Uhr

Anmeldung Notschlafstelle
täglich 18–20 Uhr

→ **Club 29 e.V.**

Sucht-Hilfe erfahren
Fon 599 89 30
Fax 59 98 93 11
kontakt@club29.net
www.club29.net

→ FTZ FrauenTherapieZentrum 2

Suchtberatung
Güllstraße 3
80336 München
Fon 747 37 00
Fax 74 73 70 80
suchtberatung@ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

Angebot

Einzelberatung, ambulante medizinische Rehabilitation, Klinikvermittlung, Selbsthilfegruppe, Rückfallpräventionstraining, Alkoholinformationskurs, Online-Beratung, Fachberatung und Fortbildung

♀ Für wen?

Frauen mit Alkohol- und Medikamentenproblemen, Frauen mit Essstörungen, Angehörige, FachkollegInnen und MultiplikatorInnen

Kosten

Beratung kostenlos, medizinische Rehabilitation wird vom Rentenversicherungsträger übernommen

Programm

Informationsmaterial wird auf Anfrage zugesandt

Porträt

Da es eine große Nachfrage nach frauenspezifischer psychosozialer und psychotherapeutischer Versorgung gab, wurde 1978 das FTZ als eine feministische psychosoziale Einrichtung in Selbsthilfe gegründet.

Die Suchtberatung ist eine Einrichtung des FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH und Mitglied im DPWV, Landesverband Bayern, sowie im Münchner Frauennetz.

Ziele

Die Verbesserung der biopsychosozialen Situation von Frauen mit Alkohol-, Medikamenten- und Essproblemen

Team

Fünf hauptamtliche Beschäftigte
Dipl.-Psychologinnen/psychologische Psychotherapeutinnen, und Dipl.-Sozialpädagogin, alle mit psychotherapeutischen Zusatzausbildungen

So können Sie mitwirken

Beitritt zum Trägerverein FrauenTherapieZentrum München e.V.
Beitrittsvoraussetzungen: weiblich
Beitragshöhe jährlich: 30 €

Telefonzeiten

Mo–Do 10–13, 15–17 Uhr,
Di bis 19 Uhr
Fr 10–13 Uhr

MVV

U3/U6 Poccistraße
Bus 131/132 Poccistraße

→ **Condrobs e.V.**

Prima Donna
Stäblistraße 29
81476 München
Fon 719 42 85
Fax 714 77 86
primadonna@condrobs.de
www.condrobs.de

Angebot

Prima Donna bietet (ehemals) suchtmittelabhängigen, mehrfachbelasteten Frauen Unterstützung und Beratung zur Stabilisierung der allgemeinen Lebenslage in unterschiedlichen Betreuungsformen. Das Ziel ist es, ein unabhängiges, selbstbestimmtes Leben auf eigenverantwortlicher Basis führen zu können.



Für wen?

Für rückfallgefährdete, mehrfachbelastete Frauen ab 21 Jahren in instabilen Lebenslagen

Kosten

Leistungen der Eingliederungshilfe nach SGB XII

Porträt

Prima Donna beinhaltet verschiedene Angebote in Wohngemeinschaften oder betreutem Einzelwohnen in unterschiedlicher Betreuungsintensität für Frauen, die aufgrund ihrer Suchtmittelabhängigkeit und damit einhergehender weiterer Erkrankungen Unterstützung in der Bewältigung vielfältiger Probleme benötigen. Gemeinsam werden individuell abgestimmte tragfähige Ziele für ein gesundes Lebenskonzept entwickelt, im Alltag erprobt, reflektiert, umgesetzt und schließlich gefestigt.

Die betreuten Frauen werden in ihrer gesamten Persönlichkeit mit ihren Lebenserfahrungen, Einstellungen, Beeinträchtigungen und Ressourcen gesehen. Der Arbeitsansatz ist frauenspezifisch, das heißt: Auseinandersetzung mit typisch weiblichen Suchtmustern, Stärkung der weiblichen Identität, Erkennen spezifischer weiblicher Reaktionsmuster und Lebensbewältigungsstrategien mit entsprechender Anpassung einer wirksamen Hilfeform.

Ziele

Stabilisierung der allgemeinen Lebenslage, Verbesserung der psychischen und physischen Gesundheit, berufliche (Re-)Integration, gesellschaftliche Teilhabe

Team

Sozialpädagoginnen, Psychologinnen, frauenspezifische Ausrichtung

So können Sie mitwirken

Praktikum, Festanstellung bei fachlicher Eignung in einschlägigen Berufen

Telefonzeiten

Mo–Fr 10–18 Uhr

MVV

U3 Forstenried



Gesundheit

Hilfe bei Suchterkrankung

→ extra e.V. – Suchthilfe für Frauen und Angehörige

Corneliusstraße 2
80469 München
Fon 23 60 63
Fax 23 60 69
extra@extra-ev.org
www.extra-ev.org

Angebot

Suchtberatung, Telefonberatung, Gruppen, Therapievermittlung, Mutter-Kind-Betreuung, aufsuchende Arbeit, Angehörigen- und Paargespräche, kollegiale Fachberatung, Workshops, Seminare

♀ Für wen?

Die Angebote richten sich an alle suchtmittelgefährdete und -abhängige Frauen, Mädchen und deren Angehörige unabhängig von kultureller und sozialer Herkunft, Alter, Religion, Weltanschauung, Behinderung oder sexueller Identität.

Kosten

Beratung kostenlos. Kosten für Seminare und Workshops nach Vereinbarung

Porträt

extra e.V. – Suchthilfe für Frauen und Angehörige existiert seit über 15 Jahren als gemeinnütziger Verein und wurde von Frauen für Frauen gegründet. Der Verein unterhält zwei Einrichtungen: „extra-ambulant“ und „extra-stationär“. extra e.V. ist weder parteipolitisch noch konfessionell gebunden.

Ziele

Ziel und Zweck des Vereins ist es Mädchen und Frauen mit Suchtproblemen, ihren Kindern, den Familienmitgliedern und weitere Bezugspersonen zu unterstützen. Die Vereinsphilosophie ist, die Klientinnen hin zu einem drogenfreien Leben zu führen.

Team

Das interdisziplinäre Team von extra e.V. besteht aus Psychologinnen, Sozialpädagoginnen, Erzieherinnen, „Ex-Userinnen“ und ehrenamtlich engagierten Frauen.

So können Sie mitwirken

Beitritt in den Verein, ehrenamtliche Mitarbeit, Spenden

Öffnungszeiten

Mo-Do 9–17.30,
Fr 9–16 Uhr
und nach Vereinbarung



Offene Sprechstunde

Di 17–18.30 Uhr

MVV

U1/U2 Fraunhoferstraße,
Tram 16/17/18 Müllerstraße,
Bus 152 Blumenstraße

→ **Tal 19 – Beratungs- und Therapiezentrum für Suchtgefährdete und Abhängige**

Tal 19
80331 München
Fon 24 20 80-0
Fax 24 20 80-11
sucht@tal19.de
www.tal19.de

Angebot

Information, frauenspezifische Beratung und Betreuung, ambulante Therapie; Vermittlung in stationäre Einrichtungen; Nachsorgegruppe für cleane Frauen; psychosoziale Betreuung substituierter Frauen; Informations- und Präventionsveranstaltungen für MultiplikatorInnen, Fortbildungen und Fallsupervision; Kinderbetreuung möglich

♀ Für wen?

Frauen und Mädchen, die suchtmittelgefährdet oder -abhängig sind, und Frauen aus dem sozialen oder beruflichen Umfeld der Betroffenen sowie Multiplikatorinnen

Kosten

Für Beratung und Betreuung wird um Spenden gebeten. Die ambulante Therapie wird über die Kostenträger abgerechnet; für Fortbildungen und Supervisionen Honorar nach Absprache.

Programm

Aktuelle Angebote und Veranstaltungshinweise erscheinen in der lokalen Presse. Der Jahresbericht wird auf Anfrage zugesandt.

Porträt

Die Frauenberatungsstelle wurde 1990 eröffnet, um mehr suchtmittelabhängige Frauen und Mädchen in ihrer besonderen Abhängigkeitsproblematik zu erreichen und ihnen frauenspezifische Beratung und therapeutische Hilfe anzubieten. Die Einrichtung gehört dem Beratungs- und Therapiezentrum für Suchtgefährdete und Abhängige sowie dem Deutschen Orden Suchthilfe und dem Caritas-Verband an.

Ziele

Frauenspezifische Suchtarbeit in eigenen Räumen und mit spezialisierten Mitarbeiterinnen soll den abhängigen Frauen sowohl Schutz als auch die Erfahrung von Wertschätzung und eigener Kompetenz vermitteln.

Team

Neun hauptamtlich Beschäftigte
Dipl.-Psychologinnen, Dipl.-SozialpädagogInnen, FachärztInnen

Öffnungszeiten

Mo–Do 10–18 Uhr,
Fr 9–15 Uhr
und nach Vereinbarung



MVV

U- und S-Bahnen Marienplatz
oder Isartor

Gesundheit

Hilfe bei Suchterkrankung

→ **Condrobs e.V.**

ConAction Streetwork für Jugendliche

Müllerstraße 43 a

80469 München

Fon 260 36 85

Fax 260 38 85

conaction@condrobs.de

www.condrobs.de

Angebot

Die StreetworkerInnen von Condrobs sind direkte AnsprechpartnerInnen auf der Straße sowie in den Büro- und Gesprächsräumen zentral in München. Sie bieten schnelle und unkomplizierte Beratung bei Schul-, Sucht-, Familien- oder persönlichen Problemen, unterstützen bei Wohnungssuche, Behördenkontakten, Arztbesuchen etc. Auf Wunsch auch anonym und ohne Eltern.

Für wen?

Jugendliche und junge Erwachsene bis 21 Jahre mit psychosozialen Belastungen, Suchtgefährdung oder Suchtmittelkonsum

Kosten

Keine

Porträt

ConAction gibt es seit 1997, seit 2002 ist aus der zunächst für Mädchen und junge Frauen konzipierten Einrichtung ein Angebot für alle Jugendlichen und jungen Erwachsenen geworden. Der konzeptionell verankerte geschlechtsspezifische Ansatz stellt sicher, dass die unterschiedlichen Bedarfe der Mädchen/jungen Frauen und Jungen/jungen Männern berücksichtigt werden.

Seit 2012 setzt ConAction zudem das Projekt Streetwork auf der Partymeile um – mit dem Ziel der Prävention und Intervention bei Sucht- und Gewaltgefährdung für Jugendliche bis 27 Jahre, die sich im öffentlichen Raum auf und um die Feiermeile in München aufhalten.

Ziele

Ausgleich sozialer Benachteiligungen und Überwindung individueller Probleme und Beeinträchtigungen durch frühzeitige Intervention und ggf. Vermittlung in weitere höherschwelligere Hilfen. Für langfristig gesellschaftliche Teilhabe und soziale Integration.

Team

Dipl.-SozialpädagogInnen, PraktikantIn, externer Fachdienst (Kinder- und JugendlichenpsychotherapeutIn)

So können Sie mitwirken

Praktikum, Festanstellung bei fachlicher Eignung in einschlägigen Berufen

Öffnungszeiten

Mo–Fr



MVV

U- und Trambahnen,
Bus 62 Sendlinger Tor

→ **Blaues Kreuz München**

Psychosoziale Beratungs- und
Behandlungsstelle für Suchtgefährdete
und Suchtkranke – Frauenberatung
Kurfürstenstraße 34
80801 München
Fon 33 20 20
Fax 39 50 31
beratungsstelle@blaueskreuz-muenchen.de
www.blaueskreuz-muenchen.de

Weitere Anlaufstellen

Berg-am-Laim-Straße 131
81673 München
Fon 45 46 98 51

Schleißheimer Straße 487
80933 München
Fon 171 19 23 80

Für wen?

Suchtgefährdete, Suchterkrankte, ihre
Angehörigen, Freunde und Freundinnen

Kosten

Keine, Spenden auf freiwilliger Basis

Porträt

Das Blaue Kreuz München wurde 1905
gegründet. Seit 1969 gibt es Beratungs-
stellen und Selbsthilfegruppen. Die unvor-
ingenommene Begegnung und wert-
schätzende Beziehung zu den suchtkran-
ken Menschen und ihren Angehörigen ist
neben der professionellen Herangehens-
weise Dreh- und Angelpunkt des Wirkens.

Ziele

Beratung und Behandlung von suchtmittel-
abhängigen Frauen. Auch Frauen, die
nicht selbst betroffen sind, sondern in
ihrem näheren sozialen Umfeld mit einer
Abhängigkeitsproblematik konfrontiert
sind, finden Beratung und Unterstützung.

Team

Dipl.-SozialpädagogInnen, Sozialthera-
peutInnen, Dipl.-PsychologInnen,
Verwaltungsangestellte

Offene Frauensprechstunde

Mo 10–12 Uhr

Telefonische Erreichbarkeit

Mo, Di, Do 10–12 Uhr, 14–17 Uhr

Mi 14–17 Uhr

Fr 10–13 Uhr

MVV

Bus 53, Tram 12/27

Kurfürstenstraße

→ Cinderella e.V. – Beratungsstelle für Essstörungen

Westendstraße 35
80339 München
Fon 502 12 12
Fax 502 25 75
cinderellaberatg@aol.com
www.cinderella-rat-bei-essstoerungen.de

Angebot

Telefonische und E-Mail-Beratung, persönliche Einzelberatung, differenziertes Gruppenangebot, Adipositasgruppe, internetbasiertes Bulimie-Selbsthilfeprogramm „Salut“, Ernährungsberatung, Fortbildung, Prävention.

Für wen?

Mädchen, Frauen, (junge) Männer die unter einer Essstörung leiden, sowie deren Angehörige oder Freunde. Multiplikatorinnen und Fachkräfte von Institutionen, Einrichtungen und Schulen.

Kosten

Einzelberatung (ca. eine Stunde) 20 €, ermäßigt für Schülerinnen und Studentinnen 10 €, kostenlose Beratung möglich.

Porträt

Im Verlauf einer bundesweiten Untersuchung der Nervenklinik der LMU München wurde ein großer Bedarf nach Beratung für Menschen offenkundig, die unter einer Essstörung leiden. Das Untersuchungsteam gründete daraufhin 1984 den Aktionskreis Ess- und Magersucht e.V. Die Einrichtung ist Mitglied im DPWV und im Bundesverband Essstörungen.

Ziele

Klärung der derzeitigen Situation, Motivation und Weitervermittlung an geeignete therapeutische Maßnahmen oder andere geeignete Hilfemaßnahmen sowie Nachsorge. Prävention an Schulen sowie Schulung von Lehr- und Fachkräften.

Team

Dipl.-Psychologin und Psychologische Psychotherapeutin, Dipl.-Sozialpädagogin, sowie ein Team aus Honorarkräften und einer Ernährungsberaterin.

So können Sie mitwirken

Fördermitgliedschaft mit einer jährlichen Beitragshöhe von 40 €, ermäßigt 20 €. Ehrenamtliche Mitarbeit: möglich in der Beratung, Öffentlichkeitsarbeit und Prävention

Öffnungszeiten

Mo–Do 11–13 Uhr, 14–18 Uhr



MVV

S-Bahn Hackerbrücke
U4/U5 Theresienwiese,
Tram 18/19 Holzapfelstraße

→ ANAD® e.V.

Fachstelle bei Essstörungen, Borderline-Störung und posttraumatischer Belastungsstörung
Poccistraße 5
80336 München
Fon 21 99 73-0
Fax 21 99 73-13
Kontakt@anad.de
www.anad.de
www.anad-dialog.de

Angebot

Der gemeinnützige Verein ANAD® e.V. ist die Fachstelle, wenn es um Essstörungen aller Art, Borderline-Störungen und posttraumatische Belastungsstörungen geht. Zum Einen betreibt der Verein eine Beratungsstelle mit der interaktiven Beratungsplattform ANAD®-Dialog (www.anad-dialog.de) und zum Anderen sechs Intensivtherapeutische Wohngruppen für Menschen mit Essstörungen. Die Wohnformen unterscheiden sich nach Altersgruppe und Betreuungsintensität.

Für wen?

Die Angebote richten sich an Menschen mit Essstörungen, Borderline-Störungen und Posttraumatischer Belastungsstörung und deren Angehörige; an Schulen, TherapeutInnen, ÄrztInnen, Kliniken, Medien.

Porträt

ANAD® e.V. wurde 1984 als Elterninitiative gegründet und engagiert sich seither durch innovative Konzepte und Behandlungsformen im Kampf gegen die Erkrankung. Der Verband ist korporatives Mitglied in AWO Bezirksverband Oberbayern.

Ziele

Frühes Erreichen der Betroffenen durch niederschwellige Angebote und professionelle Hilfen durch Fachpersonal bei Anorexie, Bulimie, Binge Eating, Adipositas, Borderline-Störungen und Posttraumatischer Belastungsstörung

Team

Dipl.-SozialpädagogInnen, Dipl.-PsychologInnen, Dipl.-ÖkotrophologInnen/DiätassistentInnen, PsychiaterInnen

Öffnungszeiten

Mo–Fr 9–17 Uhr

MVV

U3/U6 Poccistraße

Gesundheit

Hilfe bei Suchterkrankung

→ Caritas-Fachambulanz für Essstörungen

Arnulfstraße 83/ IV

80634 München

Fon 724 49 94 00

Fax 724 49 94 90

faessstoerungen@caritasmuenchen.de

www.caritasmuenchen.de

Angebot

- Information, telefonische und persönliche Beratung, Angehörigenberatung, Diagnostik, Clearing
- ambulante Behandlung durch Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppentherapie; Körper-, Tanz und Maltherapie; vor- und nachstationäre Behandlung
- Familien- und Elterngruppe, Ernährungsberatung und Essplanberatung
- Hilfestellung bei der Vermittlung zu niedergelassenen ÄrztInnen, PsychotherapeutInnen, in ambulante, (teil-)stationäre Einrichtungen
- Prävention, Nachsorge, MultiplikatorInnenerschulung, Supervision

Für wen?

Kinder, Jugendliche, Frauen und Männer mit Essstörungen sowie deren familiäres und soziales Umfeld; MultiplikatorInnen

Kosten

Die Beratung ist kostenlos, Therapiekosten übernehmen in der Regel die Krankenkassen.

Telefonzeiten

Mo–Fr 8.30–14 Uhr
und nach Vereinbarung



MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof/
Karlsplatz

Porträt

Seit 1982 berät und behandelt die Caritas in München essgestörte Menschen und deren Angehörige. 1986 wurde aufgrund steigender Nachfrage die Fachambulanz für Essstörungen gegründet. Die Fachambulanz ist spezialisiert auf alle Formen von Essstörungen: Magersucht, Ess-/Brechsucht sowie Übergewicht.

Ziele

Die Verbesserung der psychosozialen Situation von Essgestörten sowie die Verbesserung ihrer sozialen Kompetenz, psychische Stabilität, Selbst- und Körperakzeptanz; das Erlernen, nach Hunger und Sättigung zu essen und auf Diäten zu verzichten.

Team

Fünf hauptamtliche Beschäftigte
Psychologische Psychotherapeutin,
Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Dipl.-Sozialpädagoginnen,
Verwaltungsmitarbeiterin

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche Mitarbeit: möglich
in den Selbsthilfegruppen

→ **Therapienetz Essstörung®**

Beratung, Begleitung, Therapeutische
Wohngruppen
Sonnenstraße 2/IV. Stock
80331 München
Fon 72 01 36 78-0
Fax 72 01 36 78-11
info@tness.de
www.therapienetz-essstoerung.de

Angebot

Es gibt drei Angebote:

- Beratungsstellen in München und Umgebung
- Therapeutische Wohngruppen für junge Frauen ab 14 Jahre und Erwachsene in München.
- Außerdem bieten wir das Einzelbetreute Wohnen in München und Umgebung an.

Für wen?

Beraten werden Jugendliche und Erwachsene, Frauen und Männer, junge und alte Menschen, Einzelpersonen, Paare und Familien. Die Wohngruppen sind für Frauen und junge Mädchen ab 14 Jahre da. Das Einzelbetreute Wohnen können Frauen und Männer in Anspruch nehmen.

Kosten

Man kann bis zu fünf kostenfreie, unverbindliche und bei Wunsch auch anonyme Beratungstermine erhalten. Die Kosten für die Therapeutischen Wohngruppen und das Einzelbetreute Wohnen werden teilweise vom Jugendamt bzw dem Bezirk bezahlt.

Porträt

In der Beratungsstelle des Therapienetz Essstörung werden alle beraten, die sich um das Thema Essen ernsthafte Sorgen machen – ob bei sich selbst oder bei einem

nahe stehenden Menschen. Beraten werden Eltern, deren Kinder nicht bereit sind, zu einer Beratung mitzukommen und Jugendliche, die auf keinen Fall wollen, dass ihre Eltern etwas von ihrer Essstörung erfahren.

In einer Jugend-Wohngruppe sind Jugendliche und junge Erwachsene von 14 bis 20 Jahren stationär untergebracht. Die Wohngruppe für Erwachsene richtet sich an Frauen ab 21 Jahre, die an einer Essstörung leiden.

Ziele

Menschen mit einer Essstörung qualifiziert und zeitnah zu helfen – durch Beratung und Begleitung

Team

30 Beschäftigte, SozialpädagogInnen, Psychologinnen, Pädagoginnen, Erzieherinnen, Oecothrophologinnen und Diätassistentinnen

Öffnungszeiten

Mo–Do 8.30–18 Uhr

Fr 8.30–16 Uhr

und nach Vereinbarung



MVV

U- und S-Bahnen, Tram Karlsplatz/Stachus

Gesundheit

Hilfe bei Suchterkrankung

→ TCE Therapie-Centrum für Ess-Störungen München

Hanselmannstraße 20
80809 München
Fon 35 80 47-3
Fax 35 80 47-47
tce@dritter-orden.de
www.t-c-e.de

Porträt

Das Therapiekonzept des TCE richtet sich an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Es gibt ein teilstationäres, tagklinisches Therapieprogramm in Kombination mit therapeutischen Wohngruppen.

Das Therapieprogramm lebt von der Eigenverantwortung und der gegenseitigen Hilfe und Unterstützung der Gruppenmitglieder.

Beratungstelefon

für Betroffene und Angehörige,
angeboten von Patientinnen des TCE:

Fon 35 75 59 27

Di-Do 17-18 Uhr

Städtisches Klinikum München-Harlaching
→ **Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie**
Sanatoriumsplatz 2
81545 München
Fon 62 10-28 96 (Sekretariat Chefärztin)
Fax 62 10-28 98
psychosomatik.kh@klinikum-muenchen.de
www.klinikum-muenchen.de/kliniken-zentren/harlaching

Angebot

Behandlung auf einer der drei Stationen und einer Tagesklinik
Ein ganzheitlich psychosomatisches Krankheitsverständnis führt zu einer umfassenden Behandlung durch verschiedene Therapieangebote

Für wen?

Menschen jeden Erwachsenenalters mit seelischen und psychosomatischen Störungen

Kosten

Kostenübernahme erfolgt durch alle gesetzlichen Krankenkassen bzw. Privatversicherungen. Bei letzteren empfiehlt es sich, die Kostenübernahme vor der Behandlung abzuklären.

Porträt

Behandelt werden Menschen in akuten seelischen Krisen, mit Ängsten, Depressionen, bestimmten Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen wie der Magersucht und der Bulimie, funktionelle psychosomatische Beschwerden mit Krankheitswert, behandlungsbedürftige seelische Folgen aufgrund körperlicher Erkrankungen oder nach Trauma, berufsbezogene Störungen.

Ziele

Stabilisierung, Schritte der Veränderung einleiten, in eine ambulante Therapie vermitteln.

Team

Ärztliche und psychologische Fachpsychotherapeuten, Therapeuten für Kunst- und Konzentrative Bewegungstherapie, Krankenschwestern und -pflegern sowie Sozialpädagoginnen.

So können Sie mitwirken

FSJ, Bundesfreiwilligendienst, berufs-spezifische Praktika

Öffnungszeiten

telefonische Anfragen:
9–16 Uhr

Infogruppe Mittwoch:
10.15–11 Uhr
(Haus A1, Erdgeschoß,
Seminarraum E 36)



Stationär ist barrierefrei,
teilstationär ist nicht barrierefrei

Enge Kooperation mit der Klinik für Kinder- und Jugendpsychosomatik. Dort werden Kinder mit- oder eigenständig behandelt.

MVV

Tram 15/25 Klinikum Harlaching

Gesundheit

Hilfe bei psychischer Erkrankung

Sozialpsychiatrische Dienste (SPDi)

Die Sozialpsychiatrischen Dienste beraten und betreuen psychisch Kranke und Menschen in psychosozialen Krisensituationen (Alter 18 bis 60 Jahre) sowie deren Angehörige und Bezugspersonen gemeindenah, ambulant und anonym. Auch eine längerfristige Begleitung ist möglich. Die Angebote sind in der Regel kostenlos und umfassen Einzel- und Familiengespräche, Hausbesuche, Beratung und Information, Hilfestellung (beziehungsweise Vermittlung von Hilfen) bei Alltags-, Familien-, Arbeits- und sozialen Problemen.

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

→ Sozialpsychiatrischer Dienst Stadtmitte

Paul-Heyse-Straße 20

80336 München

Fon 233-472 34

Fax 233-472 35

sozialpsychiatrischerdienst.rgu@
muenchen.de

→ München-Nord

Pfarrer-Steiner-Zentrum

Riemerschmidstraße 16

80933 München

Fon 31 20 96 50

Fax 31 20 96 51

spdi@diakonie-hasenberg.l.de

www.diakonie-hasenberg.l.de

→ München-Schwabing

Dachauer Straße 9

80335 München

Fon 33 00 71-30

Fax 33 00 71-45

spdi-schwabing@caritasmuenchen.de

www.caritas-schwabing.de

→ München-Perlach

Peschelanger 11

81735 München

Fon 67 10 51

Fax 678 98 45

spdi.perlach@projekteverein.de

www.projekteverein.de

→ München-West

Landsberger Straße 509

81241 München

Fon 83 70 43

Fax 83 92 81 51

spdi.west@projekteverein.de

www.projekteverein.de

→ München-Giesing

Pilgersheimerstraße 32

81543 München

Fon 65 20 21

Fax 65 01 93

spdi.giesing@projekteverein.de

www.projekteverein.de

→ **München-Laim**

Westendstraße 245
80686 München
Fon 54 70 20-30
Fax 54 70 20-13
spdi-laim@caritasmuenchen.de
www.caritas-laim-sending.de

→ **Bogenhausen/Region Nord-Ost**

Denninger Straße 255
81927 München
Fon 93 20 03
Fax 99 30 11 35
spdi-bogenhausen@im-muenchen.de
www.spdi-bogenhausen.de

→ **München Neuhausen-Nymphenburg**

Blutenburgstraße 71
80636 München
Fon 12 69 91-452
Fax 12 69 91-459
spdi-neuhausen@im-muenchen.de
www.im-muenchen.de

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

→ **Kinder- und Jugendpsychiatrische Beratungsstelle**

Dachauer Straße 90
80335 München
Fon 233-378 53
Fax 233-378 51
kinderpsyberatungsstelle.rgu@muenchen.de

Die Beratungsstelle ist telefonische Anlaufstelle für Sorgeberechtigte von Kindern und Jugendlichen bis zu 18 Jahren, die im Stadtgebiet München wohnen, und für alle Institutionen oder Fachkräfte, die Kinder oder Jugendliche betreuen. Ein Team aus ÄrztInnen für Kinder- und Jugendpsychiatrie und für Kinderheilkunde, PsychologInnen, PsychotherapeutInnen und SozialpädagogInnen klärt in einem telefonischen Gespräch das Problem ab und berät bezüglich notwendiger Hilfsmaßnahmen bei Entwicklungsproblemen und -verzögerungen, psychischen Problemen und Verhaltensauffälligkeiten, Leistungs- oder Anpassungsschwierigkeiten in der Schule, seelischer, geistiger, körperlicher oder mehrfacher Behinderung oder drohender Behinderung.

Telefonzeiten
Mo–Do 9–12 Uhr, Mo und Mi 14–16 Uhr

Gesundheit Hilfe bei psychischer Erkrankung

→ FrauenTherapieZentrum

FTZ 1 – Psychosoziale/ Psychoonkologische Beratung

Güllstraße 3
80336 München
Fon 74 73 70-0
Fax 74 73 70-80

psychosoziale.beratungsstelle@
ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

Angebot

- Telefonische Information/Beratung, Kurzberatung, Einzelberatung, Paarberatung für lesbisch lebende Frauen
- Geleitete Gruppen
- Selbsthilfegruppen
- Supervision/Coaching/Fortbildung für Fachkolleginnen
- Jahresprogramm (Workshops, Vorträge, etc.) zu wechselnden Themen

Ziele

Die Verbesserung der psychosozialen und psychotherapeutischen Versorgung von Frauen durch Beratungs-, Selbsthilfe- und Therapieangebote sowie eine generelle Verbesserung der Lage von Frauen durch Öffentlichkeits- und Gremienarbeit.

Team

Sieben hauptamtlich Beschäftigte Sozialpädagoginnen, Psychologinnen, Pädagogin (alle mit therapeutischen Zusatzausbildungen)

♀ Für wen?

Mädchen und Frauen

Kosten

Nach Einkommen gestaffelt, teilweise kostenlose Angebote

Programm

Liegt in der Beratungsstelle aus und wird auf Anfrage zugesandt

Portrait

Da es eine große Nachfrage nach frauenspezifischer psychosozialer und psychotherapeutischer Versorgung gab, wurde 1978 das FTZ als eine feministische Einrichtung gegründet. Die Einrichtung wird getragen vom FTZ FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V. und ist Mitglied im DPWV, Landesverband Bayern und im Münchner Frauennetz.

So können Sie mitwirken

Beitritt zum Trägerverein FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V.

Telefonzeiten

Mo–Fr 10–13 Uhr,

Mo–Do 15–17 Uhr

MVV

U3/U6 oder Bus 131/152 Poccistraße

→ FrauenTherapieZentrum

FTZ 3 – Psychiatrische Beratungsstelle

Sozialpsychiatrischer Dienst für Frauen

Güllstraße 3

80336 München

Fon 747 37 70-70

Fax 74 73 70-80

psychiatrische.beratungsstelle@

ftz-muenchen.de

www.ftz-muenchen.de

7

Angebot

- Telefonische und persönliche Beratung
- Beratung für Migrantinnen mit Dolmetscherinnen in vielen Sprachen möglich
- Informationen zur seelischen Gesundheit
- Krisenintervention
- Angehörigenberatung
- Aufsuchende Hilfen nach Möglichkeit: Klinik- und Hausbesuche
- Case-Management: zeitlich begrenzte intensive Unterstützung bei umfangreichem Hilfebedarf
- Vermittlung in weiterführende Hilfen wie z.B. Psychotherapie
- Zusammenarbeit mit sozialen Einrichtungen, Psychiater/innen, Kliniken u.a. (bei Entbindung von der Schweigepflicht)
- Ressourcenorientierte Gruppe für Frauen mit wenig Deutschkenntnissen

Porträt

Die Psychiatrische Beratungsstelle wurde 2002 als erster frauenspezifischer Sozialpsychiatrischer Dienst in Deutschland gegründet. Ihre inhaltlichen Schwerpunkte liegen in der Beratung für psychisch erkrankte (werdende) Mütter und für Migrantinnen sowie in der Beratung für Frauen mit Gewalterfahrungen. Die Finanzierung erfolgt im Rahmen der Sozialpsychiatrischen Dienste durch den Bezirk Oberbayern und wird bezuschusst durch die Stadt München/Referat für Umwelt und Gesundheit. Die Einrichtung gehört dem FTZ – FrauenTherapieZentrum gemeinnützige GmbH an und ist Mitglied im DPVV, Landesverband Bayern.

Ziele

Stabilisierung, Vermittlung in weiterführende Hilfen, Aufbau von Kontakten

Team

Fachteam mit sechs Frauen (in Teilzeit) Sozialpädagoginnen, Psychologin, Verwaltungskräfte, Ärztin auf Honorarbasis

So können Sie mitwirken

Beitritt zum Trägerverein, ehrenamtliches Engagement, Spenden

♀ Für wen?

Frauen in seelischen Krisen und mit psychischen Erkrankungen

Kosten

Beratungen sind vertraulich und kostenfrei

Telefonzeiten

Mo–Fr 10–13 Uhr,
Mo–Do 15–17 Uhr,
Di 17–19 Uhr



MVV

U3/U6 Poccistraße, Bus 131/62

Gesundheit Hilfe bei psychischer Erkrankung

→ FTZ Praxis für Ergotherapie Mitte

Blutenburgstraße 19

80636 München

Fon 18 97 99 24

Fax 18 97 94 27

ergotherapie@ftz-muenchen.de

www.ftz-muenchen.de

Angebot

Einzeltherapien

- Handwerkliche und gestalterische Tätigkeiten zum Kennenlernen von Bedürfnissen, Wünschen und Motivation und Verbesserung der Selbstkompetenz

- Abbau von Spannungen und Ängsten

- Konzentrationstraining

- Körpererfahrung und Schulung der Wahrnehmungen mit allen Sinnen

Gruppentherapien

- Hinführung zu Schule und/oder Ausbildung und dem Ziel, die Informationsverarbeitung zu steigern

- Arbeitstrainingsgruppen in den Bereichen Büro, Hauswirtschaft, Natur, Kreativ und Montage

- „Greifen-Begreifen-Erlernen-Prinzip“ zur Verbesserung der sozialen Fähigkeiten

- Gruppen zum Erlernen von Stressbewältigungsstrategien

- Mentales Fitnessstraining

- Psychomotorik

THEAmobil

- Therapie und Hilfe im Alltag für ältere Frauen

- Richtet sich an Frauen, die unter altersspezifischen Erkrankungen leiden

- Berücksichtigt sowohl die physischen wie auch psychischen individuellen Bedürfnisse der Frauen

FTZ Praxis für Ergotherapie Nord

Schleißheimer Straße 504

80933 München

Fon 55 29 33 06

Fax 55 29 33 08

ergotherapie@ftz-muenchen.de

www.ftz-muenchen.de

- Ist ein ergotherapeutisches Angebot im Rahmen von Hausbesuchen

- Wird von der Landeshauptstadt München, Referat für Gesundheit und Umwelt unterstützt

♀ Für wen?

Mädchen ab 13 Jahren und erwachsene Frauen jeden Alters mit Psychiatrieerfahrungen, Suchterkrankungen, psychischen Störungen, Essstörungen, dementiellem Syndrom, hirnorganischem Syndrom und/oder Krebserkrankungen

Porträt

Ergotherapie ist eine handlungsorientierte Methodik für Frauen, die in ihrer Handlungsfähigkeit in wesentlichen Bereichen eingeschränkt sind.

Besonderes Anliegen ist es, hinsichtlich der besonderen Lebenssituationen der Frauen gemeinsam deren Ressourcen zu entdecken und ihre Fähigkeiten zu stärken.

Team

Ergotherapeutinnen mit Spezialisierung

Telefonzeiten

Mo–Fr 9–14 Uhr

MVV

U1/U7 Maillingerstraße

→ FTZ – Tagesstätte EigenSinn

FrauenTherapieZentrum –
FTZ München e.V.
Blutenburgstraße 19, Seiteneingang
80636 München
Fon 99 01 37 60
Fax 99 01 37 76
eigensinn@ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

Angebot

Die Tagesstätte ist ein Begegnungs- und Bestätigungsraum, in der Frauen gemeinsam kochen und essen, sich austauschen und Kontakte knüpfen und auch an handwerklichen und kreativ gestalterischen Angeboten teilnehmen können. Es gibt Projektgruppen zu unterschiedlichen Themen.



Für wen?

Frauen mit Psychiatrie-Erfahrung und Frauen, die in ihren inneren Lebensgrundlagen verunsichert, verwirrt oder bedroht sind

Kosten

Keine; für das Mittagessen sowie für spezielle Veranstaltungen fällt ein geringer Betrag an

Programm

Ausgelegt im FTZ und anderen Einrichtungen

Porträt

Die Tagesstätte EigenSinn für psychiatrienerfahrene Frauen wurde 1994 als Tochterprojekt des FrauenTherapieZentrums eingerichtet, um das sozialpsychiatrische Netz für Frauen zu verbessern. Sie gehört dem FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V. – an sowie dem DPWV, Landesverband Bayern.

Ziele

Eigensinn ist ein Raum, in dem Frauen unterstützt werden, sich ihrer eigenen Kompetenzen und Grenzen bewusst zu werden. Gegenseitige Stärkung und Unterstützung sowie Erfahrung neuer Handlungsstrategien – auch zur beruflichen Rehabilitation – werden in der Tagesstätte ermöglicht. Eigensinn ist ein Ort, um die eigene Art zu entdecken und die Sinne zu entfalten.

Team

Multiprofessionelles Team von sechs hauptamtlichen Beschäftigten

Öffnungszeiten

Mo 11–16 Uhr
Di, Do 11–19 Uhr
Mi, Fr 11–16 Uhr
So (zwei Mal im Monat)
11–14 Uhr

MVV

U1 Maillingerstraße

Weitere Adressen und Einrichtungen

→ Krisendienst Psychiatrie München (KPM)

Fon 729 59 60

info@krisendienst-psychiatrie.de

www.krisendienst-psychiatrie.de

↗ S. 164

Evangelischer Beratungsdienst für Frauen

→ Ambulanter Beratungsdienst und Unterstütztes Wohnen

Träger: Ev. Hilfswerk München gGmbH

Schellingstraße 65

80799 München

Fon 28 77 83-0

Fax 28 77 83-26

ev-beratungsdienst@hilfswerk-muenchen.de

www.frauenberatungsdienst-muenchen.de

↗ S. 144

→ Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker

Landesberger Straße 135

80339 München

Fon 502 46 73

Fax 51 08 63 26

apk-muenchen@t-online.de

www.apk-muenchen.de

→ Münchner Bündnis gegen Depression e.V.

Landshuter Allee 11

Haus des Stiftens

80637 München

Fon 54 04 51-20

Fax 54 04 51-22

info@muenchen-depression.de

www.muenchen-depression.de

Der Verein bietet eine regelmäßige Laufgruppe, einen monatlichen Stammtisch, Wanderungen, Vorträge und Informationen und Kontakte zu Beratungsangeboten in München an. Das Münchner Bündnis gegen Depression selbst führt *keine* Beratungen durch.

Telefonzeiten, Mo–Fr 9–17 Uhr

→ **kbo-Isar-Amper-Klinikum** München Ost
Mutter-Kind- und Frauenstation
Station 71
Casinostraße 71
85540 Haar
Fon 45 62-36 26
station_71@kbo.de
www.iak-kmo.de

Porträt

Haus 71 ist eine offene Therapiestation für Frauen mit unterschiedlichen psychischen Erkrankungen sowie einem speziellen Behandlungsangebot für Mütter mit Kindern unter 4 Jahren.

Wenn bei einer psychisch erkrankten Mutter die Notwendigkeit einer stationären psychiatrischen Behandlung besteht, kann Mutter und Kind eine belastende Trennung erspart bleiben. Die umfassende Betreuung soll sich positiv auf die Bindungsentwicklung zwischen Mutter und Kind auswirken. Während des Aufenthaltes soll die Mutter entlastet, das Verhältnis zum Kind nachhaltig auf Dauer verbessert werden. Hilfsmöglichkeiten zur Erziehung und Frühförderung des Kindes sollen angeboten und auf Wunsch beantragt werden. Behandlungsschwerpunkte sind depressive Störungen, Angsterkrankungen, Trauma-folgestörungen, Belastungsreaktionen und Persönlichkeitsstörungen.

→ FFC Wacker München 99 e.V.

Wackersbergerstraße 65
81371 München
info@ffc-wacker.de
www.ffc-wacker.de

Angebot

- Frauenfußballteams für diverse Leistungsniveaus
- Qualitätsvolle und professionelle Mädchenarbeit
- Fußball für Frauen aller Altersstufen

♀ Für wen?

Frauen und Mädchen ab sechs Jahren

Kosten

80 € für Schüler, Studenten, Mütter, Passive
100 € für Aktive, Arbeitende und 120 € für Familienbeitrag

Öffnungszeiten

keine festen
Öffnungszeiten



MVV

U6 Harras

Porträt

Der FC Wacker München gehört zu den Pionieren des Frauenfußballs in Deutschland. Bereits 1970, gleich nach der Verbotsaufhebung durch den DFB, stürmten die ersten Frauen über den grünen Rasen des traditionsreichen Sportvereins im Süden der bayrischen Landeshauptstadt. Im Mai 1999 erfolgte dann die Verselbstständigung der Frauen-Abteilung zum FFC Wacker München 99 e.V., dem bislang einzigen Frauenfußballclub in ganz Bayern. Seit November 2005 kooperiert der Verein mit dem TSV München 1860 e.V. Mit mehr als 190 aktiven Spielerinnen in vier Frauen- und fünf Mädchen-Mannschaften zählt der FFC Wacker München zu den größten Frauenfußballvereinen in ganz Deutschland. Neben sportlichen Erfolgen macht Wacker auch durch seine Jugendarbeit von sich reden, für die er im September 2002 von der Sepp-Herberger-Stiftung ausgezeichnet wurde. Seine Heimat ist die Bezirkssportanlage im Herzen des Münchner Stadtteils Sendling.

Ziele

Ziel des Vereins ist es Frauenfußball in München anzubieten. Die Verbreitung und Professionalisierung von Frauenfußball soll vorangetrieben werden.

Weitere Adressen und Einrichtungen

→ **Damen-Schwimm-Verein München von 1903 e.V.**

Thalkirchner Straße 153
81371 München
Fon 72 30 06 25
Fax 72 30 08 06
dsv-muenchen@t-online.de
www.dsv-muenchen.de

Der Damen-Schwimm-Verein wurde 1903 gegründet, zu einer Zeit, als der Frauensport in der Öffentlichkeit noch auf heftige Ablehnung stieß. Bekannteste Gruppe beim DSVM sind die „Isarnixen“ eine Kunstschwimmgruppe, die schon über 100 Titel erschwommen hat. Seit 1980 nimmt der Verein auch Männer als Mitglieder auf.

→ **Lesben und Schwule Tanzen L.U.S.T. Latein- und Standard- Tanzsportclub 2000 e.V.**

Tumblingerstraße 34a/Rgb./I. Stock
80337 München
Fon 0176 /44 49 99 20
info@Tanz-Lust.de
www.Tanz-Lust.de

↗ S. 290

Stadtwerke München

→ **Frauenbadetag**
Müller'sches Volksbad
Rosenheimer Straße 1
81667 München
Fon 23 61-50 50
m-baeder@swm.de
www.swm.de



Der Frauenbadetag findet immer dienstags zwischen 15 und 20 Uhr in der Damenhalle im Müller'schen Volksbad statt. In der Damenhalle wird am Frauenbadtag ausschließlich weibliches Personal eingesetzt (Wasseraufsicht, Reinigungspersonal). An der Kasse und in der großen Schwimmhalle arbeiten auch Männer. Die Damenhalle ist nicht einsehbar und vom restlichen Bade- und Saunabetrieb ideal abgetrennt.

Weitere Adressen und Einrichtungen

→ **Amazonen-Frauensportverein München e.V.**

Kontakt: Kofra
Baaderstraße 30
80469 München
Fon 201 04 50
Fax 202 27 47
frauensport-amazonen@gmx.de
www.amazonen-muenchen.de

♀ Der Frauensportverein Amazonen wurde 1987 gegründet. Im Angebot sind Volleyball, Basketball, Fußball und Badminton. Es handelt sich um einen Freizeitverein, im Vordergrund steht also nicht so sehr die sportliche Leistung als vielmehr die sportliche Begegnung und der Spaß an Bewegung. Die Amazonen nehmen regelmäßig an Freizeitsport-Turnieren teil.

→ **ZAB – Zusammen Aktiv Bleiben e.V.**

Rumfordstraße 21 a/Rgb.
Fon 29 99 20
Fax 228 38 74
zab@zab-ev.de
www.zab-ev.de

ZAB bietet viele Kurse und Angebote in den Bereichen Sport, gemeinschaftliche Freizeitgestaltung, Gesundheit, Kultur und Bildung. Zielgruppe des Vereins sind insbesondere Menschen ab 55 Jahre und Kinder im Vorschulalter.

↗ S. 302

Landeshauptstadt München
Referat für Bildung und Sport

→ **Sportamt**

Bayerstraße 28
80335 München
Fon 233-967 77
Fax 233-321 35
spa.rbs@muenchen.de
www.sport-muenchen.de

Das Sportamt bietet Beratung und Unterstützung rund um alle zum Sport relevanten Fragen:

- Datenbank zu Sportangeboten in München
- Veranstaltungsüberblick zu Sportevents
- Schulsport
- Sportstättenübersicht
- Herausgeber der Jahresdokumentationen
- Spielaktionen und Spielgeräteverleih
- Sport für Menschen mit Migrationshintergrund
- Sport für Menschen mit Behinderung

Öffnungszeiten

Mo–Do 9–15 Uhr, Fr 9–12 Uhr

→ pro familia

Sexualpädagogik-München

Rupprechtstraße 29

80636 München

Fon 316 27 00

Fax 316 33 59

muenchen-neuhausen@profamilia.de

www.profamilia.de

pro familia Sexualpädagogik bietet Beratung und sexualpädagogische Veranstaltungen zur psychosexuellen Entwicklung und sexuellen Sozialisation von Mädchen und Jungen in verschiedenen Altersstufen an. Themen sind: Körper- und Sexualaufklärung, Sexualität und Gesellschaft, Umgang mit Sexualität in der Familie, Peergroup und Schule, Neue Medien, Sexualität und Sprache, Sex und Gender, Partnerschaft und Sexualität, sexuelle Belästigung und sexuelle Gewalt.

Telefonzeiten

Di–Fr 10–14 Uhr

telefonische Jugendberatung

Mo 15–17 Uhr

→ amanda – Projekt für Mädchen und junge Frauen

Gmunder Straße 7

81379 München

Fon 725 51 12

Fax 76 27 76

info@amanda-muenchen.de

www.amanda-muenchen.de

↗ S.190

→ Giesinger Mädchen-Treff

Rotwandstraße 28

(Eingang um die Ecke, Walchenseeplatz)

81539 München

Fon 691 33 62

info@giesinger-maedchen-treff.de

www.giesinger-maedchen-treff.de

↗ S.292

Gesundheit

Spezielle Angebote für Menschen im Alter

→ FTZ VielFalten

Gerontopsychiatrische Fachstelle
und Betreutes Wohnen
FrauenTherapieZentrum –
FTZ gemeinnützige GmbH
Goethestraße 21
80336 München
Fon 411 11 94 20
Fax 411 11 94 99

eva.gebhardt@ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

Angebot

- Telefonische und persönliche Beratung
- Hausbesuche, Betreuung in der eigenen Wohnung
- Klinikbesuche und Kliniknachsorge
- Information und Vermittlung von Hilfs- und Entlastungsangeboten
- Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags
- Einleitung und Sicherstellung von Hilfen (z.B. Umgang mit Ämtern und Behörden, Begleitung, Organisation von Pflegediensten, Begleitung zu ÄrztInnen)
- Angehörigenberatung
- Schutzraum für unsere Klientinnen

Kosten

Kostenfrei

Porträt

VielFalten arbeitet frauenspezifisch, ressourcenorientiert, trauma- und kultursensibel.

Ziele

VielFalten will Frauen ab 60 Jahren ein weitestgehend selbstbestimmtes Leben unter Berücksichtigung ihrer Bedürfnisse und Wünsche in ihrer gewohnten Umgebung ermöglichen.

Team

Bei uns arbeiten Sozialpädagoginnen und Psychologinnen.

So können Sie mitwirken

Ehrenamtliche engagierte Mitarbeit

Telefonzeiten

Mo–Do 14–17 Uhr
Di–Mi 13–15 Uhr



Öffnungszeiten

nach Terminabsprache
Mo–Fr 9–16 Uhr

MVV

U- und S-Bahnen Hauptbahnhof
U-Bahnen und Bus Goetheplatz

♀ Für wen?

- Für Frauen ab 60 Jahren aus allen Kulturkreisen mit Wohnsitz in München wenn sie:
- seelische Probleme und psychische Erkrankungen haben
 - einen problematischen Umgang mit Suchtmitteln haben
 - unter Orientierungsproblemen leiden
 - mit ihrer momentanen Lebenssituation nicht zurechtkommen
 - einsam und isoliert sind
 - Beratung, Hilfe, Unterstützung und Entlastung suchen
 - Angehörige, Bezugsperson, NachbarIn, FreundIn, PartnerIn, KollegIn sind
 - gesetzliche/r BetreuerIn einer Frau ab 60 Jahren mit diesen Anliegen sind.

Gerontopsychiatrische Dienste

Der Gerontopsychiatrische Dienst ist Teil des Sozialpsychiatrischen Dienstes und speziell für ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen und deren Angehörige zuständig, weil ältere Menschen oft andere und insbesondere zeitintensivere Hilfsangebote und Versorgungsstrukturen benötigen als jüngere, um in ihrer Wohnung weiter leben zu können.

→ Gerontopsychiatrischer Dienst

München-Süd

Hansastraße 134

81373 München

Fon 72 60 95-0

Fax 72 60 95-10

gpdi-sued@caritasmuenchen.de

www.caritas-laim-sendling.de

→ Gerontopsychiatrischer Dienst

München-Ost

Schwanseestraße 16

81539 München

Fon 691 48 02

Fax 69 76 08 04

gpdi.ost@projekteverein.de

www.projekteverein.de

→ Gerontopsychiatrischer Dienst

München-West

Gubestraße 5

80992 München

Fon 14 00 28-33

Fax 14 00 28-34

gpdi.west@projekteverein.de

www.projekteverein.de

→ Gerontopsychiatrischer Dienst

München-Nord

Troppauer Straße 10

80937 München

Fon 552 79 37-0

Fax 552 79 37-19

gpdinord@diakonie-hasenbergl.de

www.diakonie-hasenbergl.de

Gesundheit

Spezielle Angebote für Menschen im Alter

Weitere Einrichtungen und Adressen

Weitere Informationen zu Pflege und häuslicher Versorgung finden Sie auf der Internetseite www.muenchen.de unter dem Suchbegriff „Senioren“.

Landeshauptstadt München
Direktorium

→ **Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege**

Burgstraße 4
80331 München
Fon 233-969 66
Fax 233-21973
[staedtische_beschwerdestelle.altenpflege@
muenchen.de](mailto:staedtische_beschwerdestelle.altenpflege@muenchen.de)
[www.muenchen.de/
beschwerdestelle-altenpflege](http://www.muenchen.de/beschwerdestelle-altenpflege)

↗ S. 173

→ **ZAB – Zusammen Aktiv Bleiben e.V.**

Verein für Freizeit, Soziales
und Gesundheit
Rumfordstraße 21 a/Rgb.
80469 München
Fon 29 99 20
Fax 228 38 74
zab@zab-ev.de
www.zab-ev.de

↗ S. 302

→ DONNA MOBILE

Trägerverein AKA e.V.
Landsberger Straße 45a
80339 München
Fon 50 50 05
Fax 50 50 99
info@donnamobile.org
www.donnamobile.org

Angebot

- Gesundheitsförderung und Prävention um Frauen zu stärken, auch schwierige familiäre, gesundheitliche oder soziale Situationen zu meistern
- Qualifizierungen und Sprachkurse um Migrantinnen die gleichberechtigte Teilhabe am Berufs- und Gesundheitsleben zu ermöglichen
- Darüber hinaus kulturelle Angebote für junge MigrantInnen, um neue Bildungsperspektiven zu entwickeln
- Fahrradkurse für MigrantInnen die nicht Fahrrad fahren können
- Öffentlichkeitsarbeit
- Altenarbeit

Porträt

Donna Mobile ist für alle MigrantInnen und ihre Familien offen, unabhängig von Alter, Migrationssituation und kulturellem Hintergrund. Sie arbeitet nach dem Empowerment Gedanken, ressourcenorientiert und unterstützt durch Gesundheitsförderung und Qualifizierung.

Die Angebote sind interkulturell und werden von deutschsprachigen sowie muttersprachlichen Fachfrauen durchgeführt. Donna Mobile verfügt über ein großes Netzwerk, entsprechende Ressourcen und ein mehr als 24-jährige Erfahrung, um MigrantInnen entsprechend zu fördern und zu qualifizieren. MigrantInnen, auch Erwerbslose können Angebote zur berufli-

chen Qualifizierung, Sprach- und Gesundheitsförderung in Anspruch nehmen. Die Angebote orientieren sich an ihren spezifischen Bedürfnissen und Bedarfslagen.

Für wen?

Frauen und Männer mit Migrationshintergrund

Kosten

Gefördert durch Landeshauptstadt München

Ziele

Eine verbesserte gesundheitliche Versorgung und berufliche Qualifizierung für MigrantInnen zu erreichen.

Team

Mitarbeiterinnen aus unterschiedlichen Berufsfeldern, z.B. Soziologinnen, Ärztinnen, Psychologinnen, Pädagoginnen, Pflegepersonal

Öffnungszeiten

9–17 Uhr



MVV

Tram 18/19 Schrenkstraße
S-Bahnen Hackerbrücke,
Donnersbergerbrücke

Gesundheit Spezielle Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

Neben dem oben vorgestellten Angebot können sich Menschen mit Migrationshintergrund an folgende Einrichtungen wenden:

Landeshauptstadt München

Referat für Gesundheit und Umwelt

→ **Fachstelle Migration und Gesundheit**

Bayerstraße 28a

80335 München

Fon 233-479 28

Fax 233-47903

gvo-gf6.rgu@muenchen.de

Die „Fachstelle Migration und Gesundheit“ des Referats für Gesundheit und Umwelt setzt sich für die Gesundheitsförderung von MigrantInnen ein. Sie bietet Vernetzung, Beratung und modellhafte Durchführung von Projekten. Sie leistet MultiplikatorInnenarbeit, informiert die Fachöffentlichkeit, unterstützt die Interkulturelle Öffnung im Referat für Gesundheit und Umwelt und verfasst fachliche Stellungnahmen zu Migration und Gesundheit.

→ **REFUGIO München**

Rosenheimer Straße 38

81669 München

Fon 98 29 57-0

Fax 98 29 57-57

www.refugio-muenchen.de

↗ S. 202

→ **Café 104**

Aufenthaltsrechtliche Beratung und medizinische Hilfe für Schwangere mit ungesichertem Aufenthalt

Görresstraße 43

80797 München

Fon 45 20 76 56

Fax 45 20 76 57

cafe104@live.de

www.cafe104.maxverein.de

Das Café 104 vermittelt medizinische Hilfen für Flüchtlinge und MigrantInnen, die wegen ihres Aufenthaltsstatus keinen Zugang zur öffentlichen Gesundheitsversorgung haben.

↗ S. 128

→ **(I)ntact e.V.**

Internationale Aktion gegen die Beschneidung von Mädchen und Frauen

Kontakt München:

Karin Schneider

werner-karin-schneider@t-online.de

www.intact-ev.de

↗ S. 188

VERZEI-
CHNIS
DER
EINRICHT-
TUNGEN



Verzeichnis der Einrichtungen/ Register

Abkürzungen

AWO = Arbeiterwohlfahrt
 BRK = Bayerisches Rotes Kreuz
 DPVV = Deutscher
 Paritätischer Wohlfahrtsverband
 IM = Innere Mission
 LHM = Landeshauptstadt München
 SkF = Sozialdienst katholischer Frauen

Ausführliche Infos

Bei Einrichtungen, die auf mehreren Seiten verzeichnet sind, ist die Seite mit der ausführlichen Information hervorgehoben. Hier ein Beispiel: **97, 258**

A

- AÇILIM – Präventive Arbeit mit
 Migrantenfamilien **127, 313**
- Afghanische Frauen in München e.V. **310**
- Agentur für Arbeit **11, 52**
- Agentur für Arbeit, Beauftragte für Chancen-
 gleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) **61, 66, 210**
- agentur Mädchen in Wissenschaft und Technik **19**
- AKA – Aktiv für interkulturellen
 Austausch e.V. **79, 305**
- Aktionsgemeinschaft der Angehörigen
 psychisch Kranker **358**
- AI Anon Familiengruppen **339**
- Alkohol- und Medikamentenberatung, LHM **338**
- Alleinerziehende Frauen und Männer,
 Erzbischöfliches Ordinariat **117**
- alfa_m, Allein erziehende Frauen in München **115**
- alfabeta, Kontakt_Netz für
 allein erziehende Frauen **114, 139**
- Alten- und Service-Zentren, LHM **296–299**
- amanda – Projekt für Mädchen
 und junge Frauen **23, 125, 190, 295, 363**
- Amazonen-Frauensportverein München e.V. **362**
- Ambulanter Beratungsdienst und
 Unterstütztes Wohnen **144, 358**
- Ambulanz für Gewaltopfer **185**
- AMIGRA-Antidiskriminierungsstelle
 für Menschen mit Migrationshintergrund **172**
- Amt für Ausbildungsförderung, LHM **12**
- Amt für Wohnen und Migration, LHM **147**
- AMYNA e.V., Institut zur Prävention
 von sexuellem Missbrauch **98, 183**
- ANAD e.V. Fachstelle bei Essstörungen **347**
- ANAD e.V. Intensivtherapeutische Wohnformen ... **156**
- Andernet **22**
- Anderwerk GmbH **80**
- Anonyme Alkoholiker (AA) **339**
- Anonyme Beratung zu Aids und sexuell
 übertragbaren Krankheiten, LHM **327**
- Anonyme Schutzeinrichtung Ada **187, 203**
- Arbeitskreis Frauen im Ingenieurberuf **44**
- Arbeitslosenzentrum München Nord **62**
- Arche – Suizidprävention und Hilfe
 in Lebenskrisen e.V. **165**
- Ärztliche Sprechstunde für Frauen
 in Problemsituationen **184**
- Ärztlicher und Psychiatrischer
 Bereitschaftsdienst **165**
- Atelier La Silhouette **20, 81**
- Atriumhaus **166**
- AUFF – Autonomes Feministisches Forum **230**
- Au-pair Beratung, Vermittlung
 und Begleitung **23, 65, 97**

Verzeichnis der Einrichtungen

Ausländerbeirat, LHM	234
Ausländischer Elternverein e.V.	264, 314
Autonomes Frauenhaus München	151, 175
Avanta Lettershop	57
Avanta Prüfungszentrum	18
Avanta Steps	56
azuro – Ausbildungs- & Zukunftsbüro	21

B

→ Bahnhofsmision München	147
Bayerischer Landesfrauenrat	241
Bayrische Krebsgesellschaft e.V.	332
Bayrischer Beamtenbund – BBB	47
Behindertenbeauftragter, LHM	235
Behindertenbeirat, LHM	235
Bella Castella – Betreutes Wohnen für junge Frauen, IM	152
Beratung für Schwangere und junge Familien, SkF	105
Beratungsstelle für ältere Menschen, DPVV	126
Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V.	102
Beratungsstelle für pflegende Angehörige und ältere Menschen, AWO	126
Berufliche Fortbildungszentren der Bayrischen Wirtschaft (bfz) gemeinnützige GmbH	59
Berufs-Informations-Zentrum (BIZ)	13
Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege, LHM	173, 366
Betreuer Umgang, Verein für Fraueninteressen e.V.	120, 169
Bezirksausschüsse, BA Geschäftsstellen, LHM	248–249

BfE München Consult GmbH	35
Bildungsberatung International, LHM	109
Bildungsberatung, LHM	10, 81, 83
bkh-Berufsverband Katholische Arbeitnehmerinnen in der Hauswirtschaft in Deutschland e.V.	240
Blaues Kreuz München	345
brustkrebs-muenchen e.V.	335
BücherFrauen e.V.	44
BürgerInnenbüro des Oberbürgermeisters, LHM	172
Bündnis 90/Die Grünen, Frauenreferat	247
Bürgertreff München-Süd	264
Bundesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauen- büros und Gleichstellungsstellen (BAG)	217
Bundesverband unabhängiger Finanzdienstleisterinnen e.V. (BuF)	44
Business Professional Women (BPW) e.V.	36

C

→ Café 104	105, 128, 368
Café Glanz	279
Caritas Promenadentreff	303
Caritas-Fachambulanz für Essstörungen	348
Caritas-Freiwilligenzentren	228
Caritaszentrum Landwehrstraße	129
Christiane Nüsslein-Volhard-Stiftung	32, 49
Cinderella e.V. – Beratungsstelle für Essstörungen	346
Club 29 e.V.	339
Club Behinderter und ihrer Freunde e.V.	317
Clubin, Internationaler Treff für junge Leute von 17 bis 27	81, 271
Condrops e.V.	341
Condrops e.V. ConAction Streetwork für Jugendliche	344

Verzeichnis der Einrichtungen

Connecta – Das Frauennetzwerk e.V.	45	Erzbischöfliches Ordinariat	
Courage – Betreutes Einzelwohnen für Frauen, SkF	157, 205	Gleichstellungsbeauftragte	217
Cross Mentoring München	29	Erzbischöfliches Ordinariat München	253
CSU München, Frauenunion	247	Evang.-luth. Dekanatsbezirk München	317
D		Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Mütter	116
→ Damen-Schwimm-Verein München von 1903 e.V.	361	Evangelische Stadtakademie	30, 263
Deutsche Pfadfinderschaft St. Georg (DPSG)	317	Evangelische TelefonSeelsorge	88, 166
Deutscher Akademikerinnenbund e.V.	37	Evangelischer Beratungsdienst für Frauen	165
Deutscher Ärztinnenbund e.V. (DÄB)	44	Evangelischer Beratungsdienst für Frauen – Stationäres Wohnen	145
Deutscher evangelischer Frauenbund e.V. (DEV)	252	Evangelisches Beratungszentrum München e.V. (ebz)	89, 165
Deutscher Gewerkschaftsbund	241	Evangelisch-Lutherisches Dekanat München	253
Deutscher Ingenieurinnenbund (dib) e.V.	44	EVG – Eisenbahn- und Verkehrsgewerkschaft	46
Deutscher Juristinnenbund (DJB)	38	EWMD Deutschland e.V.	41
Deutscher Kinderschutzbund	112	extra e.V. – Suchthilfe für Frauen und Angehörige	342
DGB-Frauen	238	F	
DONNA MOBILE	367	→ Facharbeitskreis Frauen innerhalb des Behindertenbeirats, LHM	236
– Projekt Betreuungs-/Pflegeassistentin	72	Fachschule für Familienpflege, Berufsfachschulen für Altenpflege	23
– Projekt Grundqualifikation	71	Fachstelle häusliche Versorgung, LHM	126
– Projekt LiA	274, 308	Fachstelle Migration und Gesundheit, LHM	368
– Projekt Vera	73	FAM – Frauenakademie München e.V.	25, 230
Drogennotdienst München L 43	339	Familienbildung im Kolpingwerk	263
E		Familien-Notruf München e.V.	170
→ EineWeltHaus München e.V.	309	Familienzentrum Friedenskapelle	264
Einspruch e.V. München	61, 160	Familienzentrum Hadern-Blumenau e.V.	264
elly – Evangelische Familien-Bildungsstätte „Elly-Heuss-Knapp“	97, 258	Familienzentrum Laim	265
Eltern-Kind-Zentrum Schwabing/ Maxvorstadt e.V.	266	Familienzentrum Messestadt Riem	265
Elternschule im Klinikum Dritter Orden	90, 263	Familienzentrum Trudering e.V.	266

Verzeichnis der Einrichtungen

FDP, Liberale Frauen	247		
Feministische Partei DIE FRAUEN	247		
Ferienangebote/Familienpass, LHM	63, 110, 274		
FFC Wacker München 99 e.V.	360		
FiBS – Frauen in Beruf und Schule	74		
FIT-FinanzTraining	97, 161		
FöBE – Projektbüro zur Förderung von Bürgerschaftlichem Engagement	228		
Forum Homosexualität München e.V.	246, 286		
Frau und Beruf GmbH	51		
Frauen beraten e.V.	106–107		
Frauen führen Frauen	246		
Frauenbadetag Müller'sches Volksbad	361		
FrauenGesundheitsZentrum e.V.	321, 336		
Frauengleichstellungsstelle der Evangelischen- Lutherischen Kirche in Bayern (ELKB)	215		
Frauenhaus, Frauenhilfe München gGmbH ...	151, 178		
Frauenhilfe München gGmbH	177		
Fraueninitiative Milbertshofen e.V. (FIM e.V.)	134, 311		
Frauen-Insel, Katholischer Deutscher Frauenbund e.V.	280		
Frauennetzwerk Münchner Wirtschaftsforum e.V.	45		
Frauennotruf München	176		
FrauenSelbsthilfe nach Krebs	333		
Frauenstudien München e.V.	230, 277		
FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V. – FTZ Betreutes Einzelwohnen und TWG ...	155, 156		
– FTZ Frauentherapiezentrum, Fortbildung und Supervision	29, 325		
– FTZ Praxis für Ergotherapie Mitte, Nord	356		
– FTZ Tagesstätte EigenSinn	317, 357		
– FTZ VielFalten	364		
		– FTZ 1 – Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung	165, 326, 336, 354
		– FTZ 2 – Frauentherapiezentrum Suchtberatung	340
		– FTZ 3 – Psychiatrische Beratungsstelle	355
		Frauentreffpunkt Neuperlach e.V.	282
		FrauenWohnen eG	149
		Freiwilligen-Agentur Tatendrang München	227
		Freiwilligenservice im Evangelisch-Lutherischen Dekanat München	228
		Freizeitstätte Hirschgarten	274
		„fremd – vertraut“ Leben in Deutschland – Interkultureller Dialog für Frauen	81, 304
		G	
		→ GEDOK München – Gemeinschaft der Künstlerinnen und Kunstfreunde e.V.	244
		Gemeinsam Leben Lernen e.V.	138
		Gerontopsychiatrische Dienste, LHM	365
		Gesellschaft Deutscher Akademikerinnen e.V. (GDA)	45
		Gesellschaft zur Biologischen Krebsabwehr e.V. (GfBK)	334
		Gesundheitsladen München e.V.	324
		Gesundheitsvorsorge für Kinder und Jugendliche, Gesundheitsberatung Hasenberg!	326
		Gewerkschaft der Polizei – GdP	47
		Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft – GEW	47
		Gewerkschaft Nahrung-Genuss-Gaststätten – NGG	46
		Giesinger Mädchen-Treff	292, 363
		Girl's Day, Arbeitskreis LHM	16
		Gleichstellungsstelle für Frauen, LHM	11, 172, 208

Verzeichnis der Einrichtungen

Gleichstellungsstelle Landratsamt München	209	IG Bauen, Agrar, Umwelt – IG Bau	46
Griechisches Haus Westend	313	IG Bergbau, Chemie, Energie – IG BCE	46
GründerRegio M –		IG Metall	46
Gründungsinitiative für Frauen	35, 60	IG-Frauenprojekt, Interkulturelle Begegnung	
guide – Beratung und Unterstützung		und Bildung	75
für Existenzgründerinnen	33	IMMA e.V.	
H		– Flexible Hilfen für Mädchen	
→ Handwerkskammer (HWK) für		und junge Frauen	28, 125, 193
München und Oberbayern	34	– Fachstelle Zwangsheirat	167, 197
Haus Debora	150	– Zufluchtstelle für Mädchen und	
Haus der Familie – Katholische		junge Frauen	191
Familienbildungsstätte e.V.	90, 263	– Zora – Gruppen- und Schulprojekte	192
Haus Domocilia, SkF	150	– Beratungsstelle	192
Haus Dorothee, Begegnungsstätte	117	– JuLeZ – Der offene Treff für junge lesbische	
Haus für Mutter und Kind, DPWV	150	und bisexuelle Frauen	287
Haus Hagar	151, 180	– Kontakt- und Informationsstelle	28
Haus Karolina, SkF	150	IN VIA Kofiza	
Haus Monika – Betreutes Wohnen für schwangere		– IN VIA Jugendmigrationsdienst	123, 134
oder alleinerziehende Mütter, SkF	150	– IN VIA Kofiza Fachbereich	
HausGemacht eG	58	Migration	131, 187, 200, 313
HEI Haus der Eigenarbeit	273	– IN VIA Migration – Haus TAHANAN	201
Hilfe im Alter – gemeinnützige GmbH, IM	126	Industrie- und Handelskammer (IHK)	
Hochschule für angewandte Wissenschaften,		für München und Oberbayern	34, 79
Fachhochschule München Frauenbeauftragte	216	Infonov e.V.	273
I		Initiative Familie – cvjm	263
→ IAZ Initiative Afrika Zentrum e.V.	313	Initiative Nahrungskette	225
IB Jugendhilfe und Migration		InitiativGruppe – Interkulturelle	
Mädchenschutzstelle	125, 194	Begegnung und Bildung e.V.	76, 80, 134
IBPro Zentrum Beruf & Familie	54, 120	(I)ntact e.V.	188, 368
IETE – Intakte Elternschaft trotz Trennung/		Internationaler Bund	
Scheidung	170	Projekte „Schule mal anders“	77
		Internationales Mütterforum e.V.	264, 312
		Islamisches Zentrum München e.V.	253
		Israelitische Kultusgemeinde München	253

J

→ JADWIGA Fachberatungsstelle für Opfer von Frauenhandel	198
JIZ – Jugendinformationszentrum	98, 241, 268
Jobcenter München	11
Jobcenter München, Beauftragte für Chancengleichheit	211
JOBChancen	53
Journalistinnenbund e.V. (JB)	39
Jugendamt, Abteilung Beistandschaft, Vormundschaft, Unterhaltsvorschuss, LHM	113
Jugendmigrationsdienst, AWO	133
Jugendschutzstelle für Mädchen, IM	195
JuP – Die Jugendpension	196

K

→ Karla 51 Frauencafé	142, 284
Karla 51 Frauenobdach	143
KARLA START Beruf und Bildung	60
Katholische Arbeitnehmerbewegung – KAB	47
Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd)	250
Katholische Stiftungsfachhochschule, Frauenbeauftragte	216
Katholische Telefonseelsorge München	166
Katholischer Deutscher Frauenbund (KDFB)	251
kbo-Isar-Amper-Klinikum, Mutter-Kind- und Frauenstation	359
kibs (Kontakt-, Informations-, Beratungsstelle) für männliche Opfer sexualisierter Gewalt	98, 182
Kinder- und Jugendpsychiatrische Beratungsstelle, LHM	353
KinderschutzZentrum München	112, 171
Kindertreff Oly	273

KKT – Kleinkindertagesstätten e.V.	64
Klartext e.V.	80
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie	166, 351
Kofra – Kommunikationszentrum für Frauen zur Arbeits- und Lebenssituation e.V.	14, 230, 284
KOMBA Gewerkschaft Bayern – Die KommunalGewerkschaft	47
Kompetenz für Frauen e.V.	29, 222
Kompetenznetzwerk für Arbeit, Qualifizierung und Transfer (KompAQT)	61
Konsens e.V. Mobbing Beratung München	62
Koordinierungsstelle für gleichgeschlechtliche Lebensweisen, LHM	122, 233
Krebsberatungsstelle BRK	331
Kreisjugendring München-Stadt	267
Krisendienst Psychiatrie München (KPM)	164, 358
Kultur & Spielraum e.V.	243, 272
Kulturreferat, LHM	242

L

→ L.U.S.T. Latein- und Standard-Tanzsportclub 2000 e.V.	290, 361
Landesarbeitsgemeinschaft der Bayrischen Gleichstellungsstellen für Frauen (LAG)	217
Frauenbeauftragte der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU)	216
Landeskongress der Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten an bayrischen Hochschulen (LaKoF)	216
Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e.V.	135
Leitstelle für die Gleichstellung von Frauen und Männern, Bayerisches Staatsministerium	214

Verzeichnis der Einrichtungen

LeTra – Lesbenberatungsstelle	121	Münchner Unterstützungsmodell MUM	174
LeTra – Zentrum	285	Münchner Volkshochschule GmbH	30
Lia – mit und für geflüchtete Frauen	204	Münchner Waisenhaus, LHM	196
Lilamunde Lesbenvocal	245	Mütter für Mütter e.V. – Mütterladen Giesing	264
M		Mütter gegen Atomkraft e.V.	224
→ MALZ Münchner Arbeitslosenzentrum	62	Mütterlobby e.V.	118, 171
mamazone Frauen und Forschung		Müttertreff Moosach e.V.	265
gegen Brustkrebs e.V.	337	Mütter-Väter-Zentrum Neuhausen e.V.	265
Marie-Luise-Schattenmann-Haus	154, 197	Mütterzentrum Harthof	265
Marie-Schlei-Verein e.V.	226	Mütterzentrum Ramersdorf e.V.	265
Melodiva e.V. – Lesbenchor München	245, 289	Mütterzentrum Sendling e.V.	266
MFM-Projekt	124	musica femina münchen e.V.	245
Migrantinnen-Netzwerk Bayern	229	N	
Migrationsberatung für		→ Nachbarschaft Neuhadern e.V. – Bewohnertreff ...	262
erwachsene Zuwanderer (MBE), BRK	133	Nachbarschaft Schwabing in der Seidvilla	266
Mimkry	166, 239, 326	Nachbarschaftshilfe in der Au e.V.	261
mira I mädchenbildung	17, 295	Nachbarschaftshilfe Neu-Perlach e.V.	265
MKB – Mutter-Kind Betreuung	150	Nachbarschaftshilfe – deutsche und	
MOP Integrativer Jugendtreff	270	ausländische Familien	260
MTU Studien-Stiftung	49	Nachbarschaftlich Leben für Frauen im Alter e.V.,	
Münchner Aids-Hilfe e.V.,		Förderverein	148
Psychosoziale Beratungsstelle	329	Netzwerk Geburt und Familie e.V.	70, 103, 264
Münchner Bildungswerk e.V.	30, 263	Netzwerk katholischer Lesben (NkaL)	253
Münchner Bündnis gegen Depression e.V. ...	231, 358	Netzwerkfrauen-Bayern	
Münchner Existenzgründungs-Büro (MEB)	34, 79	– LAG Selbsthilfe	83, 139, 220
Münchner Fachforum für Mädchenarbeit	221	– Netzwerk von und für Frauen und Mädchen	
Münchner Frauenchor e.V.	245	mit Behinderung in Bayern	205, 315
Münchner Frauenforum	276	Notfallambulanzen mit	
Münchner Frauennetz für		gynäkologischer Abteilung	186
eine frauengerechte Stadt	219, 284	Notnetz, Tageseltern München e.V.	70
Münchner Insel	166	Notschlafstelle	196
Münchner Pflegebörse	126	N-PSOM – Netzwerk PsychoSozialeOnkologie ...	333
Münchner Tafel e.V.	162		

Verzeichnis der Einrichtungen

Nummer gegen Kummer e.V.
Kinder und Jugendtelefon 197

O

→ oba München Offene Behindertenarbeit –
evangelisch 83, 316
Ökumenische Arbeitsgruppe Lesben
und Kirche (LuK) 253
Opfer gegen Gewalt e.V. 189

P

→ Paritätische Familien-Bildungsstätte
(Fabi) e.V. 87, 263
Pasinger Fabrik,
Kinder- und Jugendkulturwerkstatt 272
Pfadfinderinnenschaft St. Georg 293
PIB – Pädagogisch-psychologische
Informations- und Beratungsstelle 110
Polizei, Beauftragte für Frauen und Kinder 179
power_m Projektverbund 29, 50
Prinzessin Therese von Bayern-Stiftung 32, 48
pro familia
– Beratungsstelle für Kinder, Eltern und
Jugendliche Bodenseestraße 105, 111
– Mamma Care 337
– Partnerschafts- und Sexualberatung
Türkenstraße 99, 105
– Schwangerenberatung Blodigstraße 104
– Sexualpädagogik-München
Rupprechtstraße 125, 363
Positive Frauen 328
Projekt-Laden International Haidhausen 259
– Frauentreff 307
– Mädchenruppe 294
– Nähgruppe 306

Psychologischer Dienst für Ausländer, Caritas 132
Psychologischer Dienst für MigrantInnen, AWO ... 133
Psychosomatische Beratungsstelle e.V.
für Krebskranke, psychosomatisch Kranke
und Angehörige 333
Psychosoziale Aids-Beratungsstelle der
Caritas München 330
Psychosozialer Beratungsdienst, AWO 133

R

→ Rechtshilfe für Ausländerinnen und
Ausländer München e.V. 79, 130
Referat für Arbeit und Wirtschaft, LHM 11, 34
Referat für Bildung und Sport,
Abteilung KiTa, LHM 63
Referat für Gesundheit und Umwelt, LHM 320
REFUGIO München 202, 368
Rehabilitationssport nach Krebserkrankungen 334
rosaAlter – Beratungs- und Vernetzungsstelle
für ältere Lesben, Schwule
und Transgender 288, 303

S

→ SBS – Sexualberatungsstelle der Gesellschaft
für Partnerschaftliche Kommunikation e.V. 100
Scheherazade, Wohnprojekt 188
Schnelle Hilfe Jugendhaus München e.V. 196
Schulberatung International, LHM 12
SchuldnerInnenberatungen 163
Selbsthilfezentrum München (SHZ) 231, 322
Seminar „Neuer Start“ 27, 61
Seniorenbeirat, LHM 237
Seniorenbörse 126, 300
siaf e.V. 278

Verzeichnis der Einrichtungen

Social Sense gemeinnützige GmbH	15	Stiftung Pfennigparade	82
SOLWODI München	199	Studentenwerk München	13, 31
SOS Familienzentren	97, 256–257	Stützpunkt und Beratung für Jugendliche (STÜPS)	22
Sozialbürgerhäuser, LHM	93–96	Suchtberatung, LHM	338
Sozialdienst für MigrantInnen aus ehem. Jugoslawien/Türkei/Tunesien/ Marokko, AWO	133	Suchthotline	339
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. München	146, 165	T	
Sozialpädagogisch betreutes Wohnen	150	→ Tageseltern München und Umgebung e.V.	66, 92
Sozialpsychiatrische Dienste (SPDi), LHM	352–353	Tal 19 – Beratungs- und Therapiezentrum für Suchtgefährdete und Angehörige	343
Sozialverband VdK	138	TauschRausch-Café	162, 281
SPD München, Arbeitsgemeinschaft sozialdemokratischer Frauen (AsF), Arbeitsgemeinschaft Lesben und Schwule (Schwusos)	247	TCE Therapie-Centrum für Ess-Störungen München	350
Sportamt, LHM	362	Technische Universität München (TUM)	32
SPURWECHSEL? Neue Chancen nach der Lebensmitte	301	Technische Universität München Frauenbeauftragte	216
Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen, LHM	101	TERRES DES FEMMES	188
Staatliche Schulberatungsstelle	12, 109	texttreff.de	45
Stadtbund Münchner Frauenverbände	218, 284	Therapienetz Essstörung	166, 349
Städtische Schul- und Bildungsberatung, LHM	109	TREFFAM, Treffpunkt Familie International	78, 264, 314
Städtisches Klinikum München Fachstelle für Gender in Medizin und Pflege	213	Truderinger Frauenstammtisch	283
Städtisches Klinikum München Stabstelle Betriebliche Gleichbehandlung	212	Türkischer Frauenverein	314
Stadtjugendamt, Sachgebiet Wirtschaftliche Jugendhilfe, LHM	139	TuSch – Trennung und Scheidung – Frauen für Frauen e.V.	98, 168
Stadtratskommission zu Gleichstellung von Frauen, LHM	232	TWIN – TwoWomenWin	35
Stadtteil Sozialdienst für Migration, IM	133	U	
Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk ..	69, 97	→ Unternehmerfrauen im Handwerk München e.V. (UFH)	28

V

→ VaMuKi e.V. im Pfarrgarten St. Ruppert	266
VAMV OV München, Verband allein erziehender Mütter und Väter	119, 171
VBA Selbstbestimmt Leben e.V.	138
ver.di – Vereinte Dienstleistungsgewerkschaft	46
Verband binationaler Familien und Partnerschaften – iaf e.V.	91, 134
Verband deutscher Unternehmerinnen e.V. (VdU) ..	44
Verein für Fraueninteressen e.V.	230, 275
Verein für Internationale Jugendarbeit, Ortsverein München e.V.	269
Verein zur Betreuung und Integration behinderter Kinder und Jugendlicher (BiB) e.V.	136, 317
Vereinigung für Frauen im Management (FIM)	45
Vernetzungsstelle für Gleichberechtigung, Frauenbeauftragte und Gleichstellungsbeauftragte ...	217
Verselbständigungsgruppe für junge Frauen, IM ..	153
VIF – Vereinigung Integrationsförderung e.V.	137
Viva Clara Gastronomie	55

W

→ WählerInneninitiative Rosa Liste e.V.	247
webgrrls.de – Regionalgruppe Bayern	40
WECF e.V., Women in Europe for a Common Future	323
Weißer Ring e.V.	189
Wendepunkt e.V. Krisenmanagement für Frauen und Paare	170
WIFTG – Women in Film & TV Germany e.V.	43
Wildwasser München e.V.	181, 205
Wirtschaftsweiber e.V.	42

Z

→ ZAB – Zusammen Aktiv Bleiben e.V.	302, 362, 366
ZAK – „Zusammen aktiv in Neuperlach“, Verein für Gemeinwesenarbeit	265
ZAK (jetzt MOVE) – Zentrum für angewandte Kompetenz und Mentoring.....	26, 61
Zentrale Behördennummer, LHM	172
Zentrale Wohnungslosenhilfe (ZEW), LHM	147
Zentraler Schulpsychologischer Dienst, LHM	109
Zentrales Opfertelefon	189
ZONTA München-Friedensengel.....	223
Zu Hause gesund werden	68

Impressum

Herausgeberin

Landeshauptstadt München
Gleichstellungsstelle für Frauen
Marienplatz 8, 80331 München
gst@muenchen.de

Verantwortlich

Michaela Pichlbauer, Leiterin der Gst
Marion Bär, Gst

Redaktion

Dagmar Fries, freie Redakteurin
Marion Bär, Gst
Judith Still, Praktikantin Gst

Gestaltung

Wolfgang Gebhard
:Visuelle Kommunikation

Druck

Crossover-Mediagroup
Druck und Veredelungs GmbH, München
Gedruckt auf Papier
aus 100 % Recyclingpapier

März 2014