Rund um die Geburt

Angebote für Berg am Laim – Trudering – Riem

Around the birth

Offers for Berg am Laim – Trudering – Riem

REGSAM

Herausgeber:
REGSAM – Regionale Netzwerke für soziale Arbeit – Regionen 14 und 15
Kontakt: Nina Diemer, REGSAM-Moderation, info@regsam.net

Unsere Zusammenstellung der Informationen und Anlaufstellen in dieser Broschüre »Rund um die Geburt« ist zum Druckzeitpunkt aktuell, erhebt aber keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit.

Alle Angaben ohne Gewähr.

Erstellt wurde das Heft vom Facharbeitskreis Rund um die Geburt
Berg am Laim / Trudering / Riem

November 2024

Satz & Layout: Oliver Wick >> gestaltet Kommunikation
Illustrationen: KI-generiert mit Hilfe von Adobe Firefly

Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat

Gefördert durch das Gesundheitsreferat der Landeshauptstadt München

Inhalt
Contents

1. Schwangerschaftsberatung 7
2. Hebammen und Geburtsvorbereitung 9
3. Familienentlastende Angebote und Hilfen 10
4. Familienzentren 17
5. Hilfen bei besonderen Fragen und /oder Krisen 19
6. Kindertagesbetreuung 21
7. Notfallkontakte 22

1. Pregnancy-counseling 7
2. Midwives and birth preparation 9
3. Family support services and assistance 10
4. Family centers 17
5. Help with special questions and / or crises 19
6. Child day care 21
7. Emergency contacts 22

Die Broschüre finden Sie
in weiteren Sprachen auch hier:
You can also find the brochure
in other languages here:

Liebe Familien,

in dieser Broschüre finden Sie Adressen in der Nähe zu Themen vor, während und nach der Geburt.

Dear families,

in this booklet you will find addresses in your area on topics before, during and after birth.

Angebote für | Offers for:

- Berg am Laim
- Trudering – Riem
- beide | both

1. Schwangerschaftsberatung
Pregnancy counseling

In Schwangerschaftsberatungsstellen bekommen Sie Antworten auf Fragen und erhalten Unterstützung bei Problemen und Krisen.

Die Beratung ist vertraulich, kostenfrei, bei Bedarf mit Fremd- oder GebärdensprachdolmetscherInnen.

Beratung in den Beratungsstellen, per Video, per Mail oder telefonisch.

Beratung u.a. zu folgenden Themen:

- **Gesetzliche Regelungen (Mutterschutz, Elternzeit etc.)**
- **Vermittlung finanzieller Hilfen (Babyerstausstattung etc.)**
- **Familien- und Sozialleistungen (u.a. zu Elterngeld, Kindergeld, Bürgergeld ...)**
- **Sozialleistungen für Familien und Alleinerziehende**
- **Hebammensuche und Entbindungsmöglichkeiten**
- **Verhütung**
- **Leben mit einem Baby und Entwicklung von Kindern bis 3 Jahre**
- **Frühe Hilfen, Familienbildung, Vermittlung von Familienhebammen**
- **Früher Verlust der Schwangerschaft, bei Erkrankung oder Behinderung des Kindes**
- **Psychosoziale Beratung rund um Lebens- und Paarthemen**
- **Beratung rund um Kinderwunsch, (ungeplante) Schwangerschaft und Elternwerden bis zum 3. Lebensjahr**
- **Schwangerschaftskonfliktberatung / Schwangerschaftsabbruch (je nach Beratungsstelle mit oder ohne Beratungsschein)**
- **Vertrauliche Geburt**

SkF Sozialdienst katholischer Frauen München e.V.
Beratung für Schwangere und junge Familien
Werner-Eckert-Straße 11, 81829 München/Riem
089 94380142-0
www.skf-muenchen.de

Evang. Beratungszentrum München e.V. (ebz)
Staatlich anerkannte Beratungsstelle
für Schwangerschaftsfragen
Landwehrstraße 15 / Rgb., 80336 München
Außenstelle in Ramersdorf: Echardinger Straße 63
089 59048-150 / -250
ssb@ebz-muenchen.de
www.ebz-muenchen.de

Weitere staatl. anerkannte Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen

Frauen beraten e.V. München
www.frauen-beraten.de

Landeshauptstadt München
www.muenchen.de/schwangerenberatung

Landratsamt München
www.landkreis-muenchen.de/schwangerschaft

pro familia – Ortsverband München e.V.
www.profamilia.de

2. Hebammen und Geburtsvorbereitung
Midwives and birth preparation

HebaVaria e.V.
Für werdende Eltern und Familien aus Stadt
und Landkreis München

- Beratung zu Hebammenleistungen und zur Hebammensuche
- Hebammenvermittlung ab der 34. Schwangerschaftswoche
- Hausbesuchsdienst im Wochenbett für Familien
- Betreuung und Vermittlung von Familien mit besonderen Bedarfen
- Information und Beratung über ergänzende Betreuungsmöglichkeiten

089 12191204
hebammenhotline@hebavaria.de
hebavaria.de
www.heba4you.de – die digitale Hebammenvermittlung

Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V.
Häberlstraße 17, 80337 München
089 550678-0
https://haeberlstrasse-17.de/de

- Beratung zu Pränataldiagnostik, Fachstelle für Säuglingsfragen
- Schreibaby-, Schlaf- und Stillberatung
- Beratung zu Krisen
- Treffs, Kursprogramm, Selbsthilfegruppen
- Hebammensprechstunde

wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt
Praktische Hilfe durch ehrenamtliche Helferinnen für Mütter, die in den ersten Monaten nach der Geburt Hilfe brauchen. Dort, wo Hilfe gebraucht wird, weil es keine anderen helfenden Hände gibt, unterstützen die Ehrenamtlichen die Familien einmal in der Woche für 2 bis 3 Stunden ganz alltagspraktisch.
Häberlstraße 17, 80337 München
089 18947122
muenchen.ost@wellcome-online.de
www.wellcome-online.de

Frühe Hilfen
Kostenfreie Beratung zu Themen der frühen Kindheit, Hausbesuche, Begleitung und Unterstützung für Familien mit Babys und Kleinkindern
089 2170379530

Gemeinsam stark – von Anfang an
Ein Gruppen- und Hausbesuchsangebot für Jugendliche und junge Schwangere / Mütter bis 25 Jahren

SOS Familien- und Beratungszentrum Riem
kostenfrei
Mittbacher Straße 15, 81829 München
bz-riem@sos-kinderdorf.de

Leihomaservice München
Wasserburger Landstraße 178, 81827 München
089 48952761
info@leihomaservice.de
www.leihomaservice.de

Fabi – Paritätische Familienbildungsstätte München e.V.
Kurse für Eltern mit Kindern von 0-6 Jahren
Kurse rund um die Geburt, Babykurse, Krabbelgruppen, offene Treffen, Musik und Bewegung für die ganze Familie
Albert-Schweitzer-Straße 66, 81735 München
Infos und Kursanmeldung unter:
089 998480-40
www.fabi-muenchen.de

Sozialbürgerhaus Berg am Laim / Trudering / Riem
Vermittlung von weitergehenden Hilfen
Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch
Hilfen zur Überwindung besonderer persönlicher
und sozialer Schwierigkeiten
Beratung in wirtschaftlichen Notlagen
Streitfeldstraße 23, 81673 München
089 233-96808

Frühkindliche Gesundheitsförderung
des Gesundheitsreferats
Hausbesuche der Gesundheits- und
Kinderkrankenpfleger*innen
Eltern nach der Geburt, sowie Familien mit Kindern bis 6 Jahre erhalten eine kostenlose, individuelle Beratung zu allen Fragen rund ums Kind.

- Stillen und Ernährung
- Pflege des Babys
- Regulationsstörungen
- Gesundheitsvorsorge
- Förderung der kindlichen Entwicklung
- Förderung der Eltern-Kind-Beziehung
- Tipps zur Sicherheit im Alltag
- Hinweise zum Medienkonsum
- Informationen über Einrichtungen für Familien mit Kindern in Ihrem Stadtteil
- Bei Bedarf Vermittlung weiterer Hilfen (z.B. Frühe Hilfen)

089 233-47333
Montag bis Donnerstag, 9 bis 15 Uhr,
Freitag, 9 bis 12 Uhr,
danach ist ein Anrufbeantworter geschaltet.
gvo12.gsr@muenchen.de
www.muenchen.de/fruehkind

Frühe Hilfen der Stadt München
Träger: Städt. Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
Werdende Eltern und Mütter und Väter von Säuglingen und Kleinkindern bis 3 Jahre erhalten eine kostenlose, individuelle Beratung zu folgenden Themen

- Informationen rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt, Gesundheit sowie Kinder und Familie
- Unterstützung, ihr Kind besser zu verstehen
- Beratung in schwierigen Alltagssituationen
- Begleitung bei Unsicherheit und Überforderung
- Beistand bei fehlender familiärer Unterstützung
- Hilfe bei Krankheit und psychischer Belastung

Der Zugang zu den „Frühen Hilfen“ erfolgt über die Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger*innen des öffentlichen Gesundheitsdienstes im Gesundheitsreferat.

089 233-47911
Montag bis Donnerstag, 9 bis 15 Uhr,
Freitag, 9 bis 12 Uhr,
gvo12.gsr@muenchen.de

Nachbarschaftstreff baum20
Baumkirchner Straße 20, 81673 München
089 46131206
baum20@mags-muenchen.de

- Internationales Frauen-Frühstück
- Forschernachmittag für Kinder
- Kreativangebote für Kinder
- Wechselnde Angebote für Familien
- Orientierung zu Themen rund um die Familie

Nachbarschaftstreff Maikäfertreff
Bad-Schachner- Str. 69, 81671 München
089 66063664
maikaefertreff@mags-muenchen.de

- Mama lernt Deutsch
- Frauen-Cafe mit Kinder
- Deutschförderkurse für Kinder
- Yoga und Bauchtanz
- Wechselnde Angebote für Familien
- Orientierung zu Themen rund um die Familie

Nachbarschaftstreff Weha-Treff
Westerhamerstraße 14, 81671 München
089 67976797
nbt-westerhamer@mags-muenchen.de

- Spielgruppe
- KiTa-Finder-Sprechstunde
- Sanfte Ganzkörperfitness mit und ohne Baby
- Kinderkleidertauschregal
- Interkulturelle Frauengruppe
- Wechselnde Angebote für Familien
- Orientierung zu Themen rund um die Familie

GesundheitsTreff Riem
Willy-Brandt-Allee 44, 81829 München
089 233-727820
gesundheit-riem.gsr@muenchen.de
muenchen.de/gesundheitstreff
barrierefreier Zugang
Persönliche Beratungszeiten:
Mo bis Do, 9 bis 15 Uhr, Di zusätzlich bis 17 Uhr
Telefonische Beratungszeit:
Fr, 9 bis 12 Uhr
oder nach Vereinbarung

- Ärztliche Beratung
- Nachholen versäumter Kinder-Vorsorge-Untersuchungen (U-Untersuchungen)
- Soziale Beratung zu gesundheitlichen Themen
- Impfberatung
- Fit mit Kind
- Hebammen von HebaVaria e.V.:
  Offene Sprechstunde, Schwangerschaftsberatung, Wochenbett-Betreuung, Stillberatung, Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse
  Genaue Zeiten unter www.hebavaria.de
- Hausbesuche unserer Gesundheits- und KinderkrankenpflegerInnen
  Vermittlung von passenden Hilfsangeboten
  Für telefonische Beratung oder Hausbesuch, melden Sie sich unter 089 233-747911

Kindertageszentrum Haus am See
Heinrich-Böll-Straße 133, 81829 München
089 231716-7753
Verschiedene Angebote für Familien wie z.B.
Elterncafé, Elterntalk, Krabbelgruppe, Elternsprechstunde,
Kitafinder-Beratung etc.
Tauschregal

Nachbarschaftstreff Galeriatreff
Lehrer-Wirth-Straße 21, 81829 München
089 2317167980
b.hinterberger@kinderschutz.de

- Kleidertauschregal
- Handarbeitscafé und Möglichkeit, zu nähen,
  auch mit Kindern möglich
- Formularservice, Antragshilfe
- Möglichkeit, Räumlichkeiten zu mieten
  für z.B. Kindergeburtstage
- Wechselnde Angebote für Familien

Nachbarschaftstreff Heinrich trifft Böll
Heinrich-Böll-Straße 69, 81829 München
089 2317167970
b.ertl@kinderschutz.de

- Formularservice
- Möglichkeit, Räumlichkeiten zu mieten
- Büchertauschregal für Kinder und Erwachsene
- Wechselnde Angebote für Familien

4. Familienzentren
Family-centers

Familienzentrum Messestadt Riem e.V.
Helsinkistraße 10, 81829 München
089 40906074
www.fameri.de

Offene Angebote und Kurse mit und ohne Anmeldung,
viele davon kostenfrei
Babytreff, Spielgruppen, Mutter-Kind-Gruppen,
Ukrainisches Café, Familiencafé, Sprachcafé

SOS-Familienzentrum Riem
Mittbacher Straße 15, 81829 München
089 2170379-420
fz-riem@sos-kinderdorf.de
www.sos-kd-muenchen.de

Offene Angebote und Kurse mit und ohne Anmeldung,
viele davon kostenfrei
Babytreff, verschiedene Familiencafés, Musik-, Bewegung- und Bastelangebote, Jahreszeitenfeste, soziale Beratungen

Familienzentrum Ramersdorf
Oedkarspitzstraße 20, 81671 München
089 491571
familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de
www.condrobs.de/einrichtungen/familienzentrum-ramersdorf
Bürozeiten: Mo bis Fr, 9 bis 12 Uhr
Offen für Familien mit Kindern zwischen 0 und 6 Jahren
Krabbelgruppen, offene Familiencafés, Mehrsprachige-Gruppe, Spielgruppen, Eltern-Kind-Turnen, Eltern-Baby-Kurse, Events wie Flohmärkte, Sommerfest, Kasperltheater ..., Beratung

SOS Kinder- und Familientreff Messestadt Ost
Astrid-Lindgren-Straße 65, 81829 München
089 2170379-430
kft-messestadt@sos-kinderdorf.de
www.sos-kd-muenchen.de

SOS Beratungs- und Familienzentrum München
St.-Michael-Straße 7, 81673 München
089 2170379-510
Offene Angebote und Kurse mit und ohne Anmeldung, viele davon kostenfrei
Babymassage, Hebammensprechstunde, Geburtsvorbereitungskurse, Mütter- und Vätertreff, Familiencafé, Mutter-Kind-Oase, Babytreff, internationale Spielgruppen, Töpfern, Schach

Familienzentrum Trudering – ein Dach für Generationen
Dompfaffweg 10, 81827 München
089 4524207-0
kontakt@familienzentrum.com
www.familienzentrum.com
Mo bis Do, 8:30 bis 22 Uhr, Fr, 9 bis 22 Uhr
Angebote rund um die Geburt (z.B. Geburtsvorbereitung, Rückbildung u.a.), Mutter/Vater-Kind-Gruppen, Kindergruppen ohne Eltern, Gruppen- und Kursangebote mit Spiel und Spaß, Bewegung, Kreativität und Musik, Offene Treffs, Vorträge und gesellige Veranstaltungen für alle Generationen

5. Hilfen bei besonderen Fragen und / oder Krisen
Help with special questions and / or crises

KinderschutzBund München
Nummer gegen Kummer
Elterntelefon: 0800 1110550

SOS Beratungs- und Familienzentrum München
Beratungszentrum für Eltern, Kinder und Jugendliche, Familien – kostenfrei
St.-Michael-Straße 7, 81673 München
089 2170379-510
fz-muenchen@sos-kinderdorf.de
www.sos-kinderdorf.de

SOS Familien- und Beratungszentrum Riem – kostenfrei
Mittbacher Straße 15, 81829 München
089 2170379-420 (Familienzentrum)
fz-riem@sos-kinderdorf.de
089 2170379-530 (Beratungszentrum)
bz-riem@sos-kinderdorf.de
www.sos-kd-muenchen.de

Babysprechstunde
Hilfe für erschöpfte, besorgte Eltern durch fachlich geschulte PsychologInnen und PädagogInnen – kostenfrei

SOS Kinder- und Familientreff Messestadt Ost
Astrid-Lindgren-Straße 65, 81829 München
089 2170379-430
kft-messestadt@sos-kinderdorf.de
www.sos-kd-muenchen.de

Begegnungsstätte für Alleinerziehende Haus Dorothee
Veranstaltungen, Begleitung und Beratung, Gruppen- und Einzelangebote mit Kinderbetreuung
St.-Michael-Str. 88, 81671 München
089 668708
alleinerziehende@eomuc.de
www.alleinerziehende-programm.de

Kbo Kinderzentrum München
Kbo Kinderzentrum München ist spezialisiert auf die frühe Diagnostik und Therapie von Entwicklungsstörungen und Behinderungen
Heiglhofstraße 69, 81377 München
089 71009-0
info-kinderzentrum@kbo.de
www.kbo-kinderzentrum-muenchen.de
Anmeldung zur Schreibabyambulanz:
089 71009-1421 oder -1422
Krisentelefon: Fr, Sa, So, 19 bis 22 Uhr 0800 7100900 kostenfrei

Schatten und Licht e.V.
Hilfe bei Krisen vor und nach der Geburt wie z.B. Peripartale und postpartale Depression
bundesweites Selbsthilfegruppen- und Beraterinnen-Netz, umfangreiche Fachleute-Liste, Informationen zu stationären Mutter-Kind-Einheiten, Fachliteratur
08293 965864
info@schatten-und-licht.de
www.schatten-und-licht.de/index.html

München Info Sozial – die Suchmaschine für Soziales
www.muenchen-info-sozial.de

6. Kindertagesbetreuung
Child day care

Kitafinder+
Mit dem Kitafinder+ können sie ihr Kind in einer Münchner Kindertageseinrichtung anmelden und Finden Informationen zu den Kindertageseinrichtungen, Tagesheimen und Großtagespflegen
🌐 kitafinder.muenchen.de/elternportal/de

Elternberatung zur Kinderbetreuung
🌐 stadt.muenchen.de/service/info/geschaeftsbereich-kita/10239397

7. Notfallkontakte
Emergency contacts

Bereitschaftspraxis am Elisenhof
Prielmayerstraße 3, 80335 München
089 116117 (kostenfrei)
Ärztlicher Notdienst:
Montag, Dienstag, Donnerstag, 19 bis 23 Uhr
Mittwoch und Freitag, 14 bis 23 Uhr
Samstag, Sonntag, Feiertag, 8 bis 23 Uhr

Kinderabteilung Krankenhaus Harlaching
Sanatoriumsplatz 2
81545 München
089 62102717
Bereitschaftspraxis:
Samstag, Sonntag, Feiertag, 9 bis 20 Uhr
Notfallambulanz: 24 h

Klinikum Schwabing
Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendmedizin
der Technischen Universität München
Kölner Platz 1 (Zugang: Parzivalstraße 16)
80804 München
089 30682589
Bereitschaftspraxis:
Samstag, Sonntag, Feiertag, 9 bis 20 Uhr
Notfallambulanz: 24 h

Klinikum Dritter Orden
Kinderklinik
Notaufnahme
Franz-Schrank-Straße 8
80638 München
089 17951187
Notaufnahme: 24 h

Kinderklinik im Dr. von Hauner'schen Kinderspital
Notaufnahme
Lindwurmstraße 4
80337 München
089 440052811
Notaufnahme: 24 h

NOTFALL

Rettungsleitstelle München	**112**
Krankentransport	**19222**
Giftnotruf	**19240**
Kinderärztlicher Notdienst	**551771**
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	**116117**