

### KulturRaum Westend

Eintritt.Frei - kostenlose Kulturangebote in München  
[eintrittfrei@kulturraum-muenchen.de](mailto:eintrittfrei@kulturraum-muenchen.de)  
<https://www.eintrittfrei-muenchen.de>

### Junge Volkshochschule

Ob du beim Lernen für die Schule Unterstützung brauchst oder etwas ganz Neues probieren willst: Die Junge Volkshochschule ist für dich gemacht. Teste, was dir liegt, geh deiner Leidenschaft nach und vertiefe deine Kenntnisse! Fachliche Beratung: Tel. 089 – 48006 – 6761  
[jvhs@mvhs.de](mailto:jvhs@mvhs.de)

### Stadtbibliothek Westend

Mediennutzung vor Ort, Medienausleihe, Veranstaltungen, freies WLAN, PC-Arbeitsplätze  
Schießstättstr. 20 c, 80339 München  
Di - Fr 10 - 19 Uhr, Sa 10-15 Uhr  
Tel. 089 - 189378380  
[stb.westend.kult@muenchen.de](mailto:stb.westend.kult@muenchen.de)

### Stadtbibliothek Laim

Mediennutzung vor Ort, Medienausleihe, Veranstaltungen, freies WLAN, PC-Arbeitsplätze  
Fürstenrieder Str. 53, 80686 München  
Di-Fr 10-19 Uhr, Sa 10-15 Uhr  
Tel. 089 - 127 373 30  
[stb.laim.kult@muenchen.de](mailto:stb.laim.kult@muenchen.de)

### ► Verschiedenes ◀

### Kath. Jugendstelle Laim

Treffauerstr. 47  
81373 München  
Jugendreferentin 0160 677 592  
Jugendseelsorgerin 0151 679 567 35  
Tel.: 089 - 780 16 77-40

### Städtische Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche

Beratung kostenfrei und vertraulich  
Westendstr. 193, 80868 München  
Mo-Do 9-16 Uhr und Freitag 9-12 Uhr  
Tel. 089 - 233 49697

[Beratungsstelle-lsb.soz@muenchen.de](mailto:Beratungsstelle-lsb.soz@muenchen.de)

### Sozialdienst Katholischer Frauen e.V. „Start ins Leben“ Schwangerenberatung

Siglstraße 13, 80686 München  
Tel. 089 - 55981-179 oder 089 - 55981-227  
[start-ins-leben@skf-muenchen.de](mailto:start-ins-leben@skf-muenchen.de)

### Sozialbürgerhaus Laim/ Schwanthalerhöhe

Information, Beratung und Unterstützung in den Bereichen Familie, Alter, Krankheit, Behinderung, Arbeit, Wohnen, Wirtschaftliche Hilfen, Überschuldung.  
Dillwächterstr. 7, 80686 München  
Tel. 233-96801  
[sbh-ls.soz@muenchen.de](mailto:sbh-ls.soz@muenchen.de)  
[www.muenchen.de](http://www.muenchen.de)

### Nummer gegen Kummer – Tel. 11 6 111

Allein mit deinen Problemen? – Darüber reden hilft!  
Kinder - und Jugendtelefon und kostenlose Online Beratung  
Wir sind für dich da: montags bis samstags von 14 - 20 Uhr sowie montags+mittwochs+donnerstags von 10 - 12 Uhr  
Dein Anruf ist anonym und kostenlos aus dem deutschen Festnetz und vom Handy  
[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

### Wüstenrose - Fachstelle Zwangsheirat / FGM-C IMMA e.V.

Goethestr. 47, 80336 München  
Tel. 089 - 4521635-0  
[wuestenrose@imma.de](mailto:wuestenrose@imma.de)



Landeshauptstadt  
München



**Gut leben**  
in den Stadtteilen Laim  
und Schwanthalerhöhe  
**für Jugendliche**

Weitere Infos stadtwweit:  
Gratis-Broschüre „Günstiger leben in München“  
[www.muenchen-gegen-armut.de](http://www.muenchen-gegen-armut.de)

### ► Gebrauchtwaren ◀

#### Feebay München Laim

Aus Sachen Bares machen  
Agnes-Bernauer-Straße 88, 80687 München  
Tel. 089 – 20044112  
[muenchen@feebay.de](mailto:muenchen@feebay.de)

#### Weißer Rabe-Gebrauchtwarenhaus

Landsberger Str.146, 80339 München  
Mo – Fr 10 –18 Uhr, Sa 10 – 15 Uhr,  
Tel. 089 – 8894930  
[info@weisser-rabe.de](mailto:info@weisser-rabe.de)

## ► Kleidung & Flohmärkt ◀

### Midnightbazar im Zenith

Markt | Musik | Food | Drinks  
Ligsalzstraße 12, 80339 München  
[info@midnightbazar.de](mailto:info@midnightbazar.de)  
[www.midnightbazar.de](http://www.midnightbazar.de)

### Tauschcafé

Westendstr. 68, 80339 München  
jeden zweiten und vierten Freitag im Monat, 15-17 Uhr  
Flohmarkt und Tauschmöglichkeit

### Hofflohmärkte

<https://www.hofflohmaerkte.de>  
Schönes und günstiges in den Innenhöfen von Münchens  
Stadtvierteln!

## ► Werkstätten ◀

### Mobile Werkstatt mit Radlwerkstatt

Tel. 089 – 5003550  
[www.caritas-muenchen-innenstadt.de](http://www.caritas-muenchen-innenstadt.de)

## ► Lebensmittel ◀

### Jugendcafé „Habibi Café“ (IG Feuerwache)

Für wenig Geld Essen und Trinken kaufen  
Ganghoferstraße 41, 80339 München  
Tel. 089 - 510861-29 oder 0176 - 22106226 - gerne auch per  
WhatsApp  
Instagram: IG\_Feuerwache\_Jugendarbeit

### Café Bellevue di Monaco

Café wird gemeinsam mit Geflüchteten organisiert und umgesetzt,  
Brunch ab sofort jeden Samstag ab 10.00 Uhr, zahle  
zwischen 7 – 14 €  
Müllerstraße 6, 80469 München  
Tel. 089 - 55 05 77 55  
[cafe@bellevuedimonaco.de](mailto:cafe@bellevuedimonaco.de)

### Foodsharing Im EineWeltHaus

Schwanthalerstr. 80 Rgb im 1. Stock,  
80336 München  
Mo - So 9-22 Uhr

## ► Gesundheit ◀

### Donna Mobile AKA e.V.

Gesundheitsförderung, Kostenlose Gesundheitsberatung in  
vielen Sprachen, Bewegung, psychologische Beratung bei  
Problemen im Studium und Berufswahl für junge Menschen  
mit Migrationshintergrund  
Landsberger Str. 45a, 80339 München  
Tel. 089 - 50 50 05, Mo - Fr 10 - 16 Uhr  
[info@donnamobile.org](mailto:info@donnamobile.org)

### JIZ (Jugendinformationszentrum München)

Fragen? Wir haben die Antworten für dich!  
Tel. 089 - 550 521 50 oder 0160 - 994 123 94  
[info@jiz-muenchen.de](mailto:info@jiz-muenchen.de)  
Öffnungszeiten: Mo. 12 - 19 Uhr, Di. - Fr 13 - 18 Uhr  
Sendlinger Str. 7 (Innenhof)  
[www.jiz-muenchen.de](http://www.jiz-muenchen.de)

### SuchtHotline München – Tel. 089 - 28 28 22

Anonym und kostenlos, Telefonberatung für Betroffene und  
Angehörige in Bayern  
Informationen über Hilfsmöglichkeiten in Bayern  
Erreichbar: 6 – 0 Uhr (In Krisensituationen sind wir auch  
nachts erreichbar)  
<http://www.suchthotline.info>

## ► Freizeit ◀

### Buntkicktgut

Fussballspielen an der „IG Feuerwache“  
Ganghoferstr.41, 80339 München  
Tel. 089 – 51086111, Mo – Fr 8 – 18 Uhr  
[team@buntkicktgut.de](mailto:team@buntkicktgut.de)

### Das Laimer – Jugendzentrum

Fußball oder Streetball im Garten, Billard, Kicker, Tischtennis,  
kostenloser Internetzugang in einem großen PC-Raum, Play-  
station, XBOX, Wii und Computerspiele, Mädchenzimmer nur  
für Mädchen, Partys, Ausflüge, Kochen und Backen  
Von-der-Pfordten-Str. 59, 80686 München, Tel. 089 - 587138  
[das.laimer@kjr-m.de](mailto:das.laimer@kjr-m.de)

### Das Multikulturelle Jugendzentrum Westend (MKJZ)

Gesund Essen, Entspannen, Musik hören, Billard, Tennis,  
Kicker, Computerspiele, Dart, Trampolin, Fitness, usw.  
Westendstraße 66a, 80339 München  
17-20 Uhr Jugendtreff, Tel. 089 – 505414  
[westend@kjr-m.de](mailto:westend@kjr-m.de), [www.Mkjz.de](http://www.Mkjz.de)  
[www.facebook.com/mkjz.westend](http://www.facebook.com/mkjz.westend)

### Donna Mobile AKA e.V.

Gesundheitsförderung und kostenlose Nutzung des Bewe-  
gungsraums für Mädchengruppen.  
Fahrrad- und Schwimmkurse für junge Frauen  
Landsberger Straße 45a, 80339 München  
Tel. 089 - 50 50 05  
Mo - Fr 10-16 Uhr  
[info@donnamobile.org](mailto:info@donnamobile.org)

### Freizeitstätte „IG-Feuerwache“, Initiativgruppe

Bildungsangebote für Jugendliche bis zum Alter von 27 Jahren  
Projekt MIKADO: Musikurse (Sax, Gitarre, Schlagzeug, Kla-  
vier) oder Tanz- und sportliche Bewegungskurse  
Mercator-Projekt: Förderunterricht für Kinder und Jugendliche  
mit Migrationshintergrund

### FreizeitSport

Kostenlose Teilnahme für Jugendliche und junge Erwachsene  
am Programm des FreizeitSport  
Tickets unter [www.muenchenticket.de](http://www.muenchenticket.de)  
Tel. 089 – 54818181 oder im Rathaus am Marienplatz (Stadt-  
information)  
Mo - Fr 9.30 - 19.30 Uhr, Sa 10 - 16 Uhr

### Ferien-Pass

Kinder und Jugendliche von 6 – 17 Jahren mit interessanten  
und günstigen Angeboten für die Feriengestaltung  
Erhältlich im Sozialbürgerhäusern, der Schulsozialarbeit und in  
verschiedenen Freizeitstätten  
[www.muenchen.de/ferien-pass](http://www.muenchen.de/ferien-pass)

## ► Bildung & Kultur ◀

### Artists for Kids

Kreative Jugendhilfe, Schulprojekte, Hausaufgaben  
Schießstättstr.16, 80339 München  
Tel. 089-89048675  
[www.artists-for-kids.de](http://www.artists-for-kids.de)

### BildungsLokal Schwanthalerhöhe

Angebote für Jugendliche, freie PC-Arbeitsplätze, kostenfreie  
Beratung bei Bewerbungen  
Ligsalzstr. 2, 80339 München  
Tel. 089 – 50028749

### Kösk - offspace für junge Kunst und Kultur

Schrenkstr. 8, 80339 München  
Tel. 089 - 55064585 oder 0177 – 7646340  
[koesk@kjr-m.de](mailto:koesk@kjr-m.de)