„Rund um die Geburt“

Angebote für München - Laim und Schwanthalerhöhe

Unterstützung und Begleitung in Schwangerschaft, Geburt und in den ersten Lebensjahren

Liebe Eltern,

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

In der Region Laim- Schwanthalerhöhe und der Umgebung gibt es viele Angebote und Hilfen für Mütter, Väter und Familien. Alle Einrichtungen unterstützen und begleiten Sie gern während der Schwangerschaft und in der Zeit nach der Geburt. Dieses Faltblatt soll Ihnen helfen, einen Überblick über die vielfältigen Begegnungs- und Unterstützungsangebote zu bekommen und sie auch passend zu Ihrer Lebenslage zu nutzen.

Die Projektgruppe „Flyer rund um die Geburt“, vertreten durch den Elementaren REGSAM-Facharbeitskreis Familien mit Kindern von 0-6 Jahren.

Was Sie von Hebammen bekommen können:
Hebammenhilfe kann während der ganzen Schwangerschaft, während der Geburt, im Wochenbett und danach in Anspruch genommen werden. Jede Frau kann sich direkt und ohne Rezept an eine Hebamme wenden. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.
Hebammen leisten:

- Geburtsvorbereitung
- Persönliche Beratung bei Ihnen zu Hause
- Schwangerenvorsorge
- Betreuung von Mutter und Kind im Wochenbett
- Stillberatung
- Rückbildungskurse
- Ernährungsberatung

Eine aktuelle Hebammenliste finden Sie auch unter www.hebammenliste-muenchen.de oder www.hebammensuche.bayern

In Laim / Schwanthalerhöhe tätige Hebammen:

Ute Hochholzer
Banatstr.4, 81377 München
Tel.: 089 / 7191619

Sylvia Klier
Hartelstr.1, 80689 München
Tel.: 089 / 56822950

Beate Mayer
Härtingerstr.8e, 81247 München
Tel.: 089 / 8115535

Ulrike Weiß
Wälsungenstr. 11, 80634 München
Tel.: 089 / 169516

Nina Rentsch
Junkerstraße 45, 80689 München
Tel.: 089 / 20206360

Hebammenpraxis Rundum
Fürstenriederstr. 284, 81377 München
www.hebammenpraxis-rundum.net

Geburtshaus München
Fäustlestr. 5, 80636 München
Tel. 089 / 164184
www.geburtshaus-muenchen.de

Familienhebammen können bei sozialer Belastung vermittelt werden über die
Bezirkssozialarbeit im Sozialbürgerhaus Laim / Schwanthalerhöhe
Dillwächterstr. 7, 80686 München
Tel.: 089 / 233-87521 (Infothek)
Die Bezirkssozialarbeit berät in schwierigen Situationen und kann Hilfen vermitteln.

Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen

LH München, Referat für Gesundheit und Umwelt
Bayerstr. 28A, 80335 München
Tel:. 089 / 233-47871
schwangerenberatung.rgu@muenchen.de

Evang. Beratungszentrum München e.V.
Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München
Tel.: 089 / 59048-150
www.ebz-muenchen.de

Pro Familia
Bodenseestr. 226, 81234 München
Tel.: 089 / 8976730
www.profamilia.de
Familienberatung, Mehrlingsberatung

Sozialdienst Kath. Frauen e.V.
Dachauer Str. 48, 80335 München
Tel.: 089 / 55981-227
www.skf-muenchen.de
Begleitung von der Schwangerschaft bis zur Vollendung des 3. Lebensjahres des Kindes

Frauen beraten e.V.
Lindenschmitstr. 37, 81371 München
Tel.: 089 / 747235-0
www.frauen-beraten.de

Beratungsmöglichkeiten und Hilfen nach der Geburt

Städtische Kinderkrankenschwester im Referat für Gesundheit und Umwelt
Telefonische Beratung und Terminabsprache für einen Hausbesuch: Tel.: 089 / 5890949424
Mütter und Väter mit Kindern bis 3 Jahre erhalten eine kostenlose, individuelle Beratung zu allen Fragen rund ums Baby.
- Stillen und Ernährungsberatung
- Entwicklungsberatung
- Impfberatung
- Unfallverhütung
- Informationen zu Einrichtungen für Familien mit Kindern im Stadtteil
- Bei Bedarf Vermittlung an die „Frühen Hilfen“ oder weitere Hilfen

Frühe Hilfen der Stadt München – Region Laim / Schwanthalerhöhe
Träger: Kinderschutzzentrum München
- Vermittlung über die Kinderkrankenschwester (Referat für Gesundheit und Umwelt)
- für Mütter und Väter mit Kindern von 0-3 Jahren
- Unterstützung und Beratung bei kleinen und größeren Belastungen
- Hausbesuche für die Dauer von ca. 3 Monaten
- kostenlos und freiwillig

Städtische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
Westendstr. 193, 80686 München
Tel: 089 / 233-49697
beratungsstelle-lsb.soz@muenchen.de

Kinderzentrum München
Heiglhofstr. 63, 81377 München
Tel.: 089 / 71009-330 (telefonische Anmeldung und Überweisung durch den Kinderarzt)
Krisentelefon für Schreibabys. 0800 / 7100900
(Mi., Fr., Sa., So. von 19:00 - 22:00 Uhr)

Offener Stilltreff in der Pfarrei Namen Jesu
Stürzerstr.39, 80689 München
Tel.: 089 / 70009538
Ingrid Kloster, Still- und Laktationsberaterin

Kinderkliniken
Die Ambulanzen der Kinderkliniken stehen Ihnen rund um die Uhr 24 Stunden zur Verfügung.

Klinikum Dritter Order
Franz-Schrank-Str.8, 80638 München,
Tel. 089 / 179511

Dr. von Haunersches Kinderspital
Lindwurmstr.4, 80337 München
Tel. 089 / 516028

Familienzentren, Familienbildungsstätte

Treffam (Treffpunkt Familie International)
Tübinger Str. 11, 80686 München
Tel.: 089 / 5025592
www.im-muenchen.de
Bildung und Beratung für Familien mit Kindern von 0 bis 6 Jahren – Eine Einrichtung für Familien aller Nationalitäten, besonders auch für Alleinerziehende und binationale Familien. Information, Gespräche und Seminare zu:
- Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Baby
- Gesunde Entwicklung und Förderung der Kinder
- Partnerschafts- und Erziehungsprobleme
- Deutsch- Integrationskurs mit Kinderbetreuung im Krippenalter

FamilienZentrum Laim
Valpichlerstraße 36, 80686 München
Tel.: 089 / 566933
www.familienzentrum-laim.de
Kontakte und Hilfestellungen im Stadtteil, Gruppen und Kurse rund ums Baby
- Geburtsvorbereitung und Rückbildung, PEKiP, Babymassage
- Familienberatung
- Spendenbörse für Babyausstattung

Familienzentrum VaMuKi e.V.
Gollierstr. 61, 80339 München
Tel.: 089 / 55055886
www.vamuki.de

Beratungsstelle für natürliche Geburt
Häberlstr. 17, 80337 München
Tel.: 089 / 5506780
www.haeberlstrasse-17.de

Evang. Familien-Bildungsstätte „Elly Heuss-Knapp“
Herzog-Wilhelm-Str.24, 80331 München
Tel.: 089 / 552241-0
www.efbs-muc.de

Stillen und Beratung Rund ums Stillen

La Leche Liga
Hilfe zu allen Fragen rund ums Stillen per Telefon und E-Mail durch ehrenamtliche Stillberaterinnen der La Leche Liga.
Telefonische Auskunft über „Infoline für die Stillberatung“ unter Telefonnr.: 02241 / 1232404
Homepage: www.lalecheliga.de

Arbeitsgemeinschaft freier Stillgruppen
AFS ist ein ehrenamtlich arbeitender, gemeinnütziger Verein zur Förderung des Stillens.
Hotline 0228 / 92959999 zum Ortstarif aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk max. 0.42 ct. pro Minute.
Homepage: www.afs-stillen.de

Kontakte im Notfall

Kinder- und Neugeborenen-Notarzt
Notruf Tel.: 112 - (24 Stunden)
Giftnotruf Tel.: 089 / 19240 (24 Stunden)
Kinderschutzzentrum
Hilfen für Eltern und Kinder in Krisen
Kapuzinerstraße 9 (Innenhof, Aufgang D) I 80337 München I beim Goetheplatz
Mo. - Fr., 9:00 - 12:00, 13:30 - 16:00 Uhr
Zusätzliche Telefonberatung Mo. - Fr., 19:00 - 20:00 Uhr
Sa., So. und Feiertage 9:30 - 11:30 Uhr
Tel.: 089 / 555356 (auch anonyme Beratung)
Deutscher Kinderschutzbund
Elterntelefon („Nummer gegen Kummer")
Mo. und Mi. 9:00 - 11:00 Uhr, Di. und Do. 17:00 - 19:00 Uhr
Tel.: 0800 / 1110 550 (kostenfrei)
Telefonseelsorge
evang. Tel.: 0800 / 1110111 (24 Std., gebührenfrei)
kath. Tel.: 0800 / 1110222 (24 Std. gebührenfrei)

Impressum: Juli 2016

MAG'S
Herausgegeben von der Münchner Aktionswerkstatt Gesundheit
MAG's
Schwanthaler Straße 82, 80336 München
Tel.: 089 / 53295653, E-Mail: e.bruns@mags-muenchen-de
www.mags-muenchen.de

Mit freundlicher Unterstützung der
Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt

Verantwortlich: REGSAM Elementarer Facharbeitskreis Laim / Schwanthalerhöhe
Redaktion:
Gaby Prölß (Koordination „Frühe Hilfen im Sozialbürgerhaus Laim-Schwanthalerhöhe) und
Christiane Rolny (FamilienZentrum Laim)
Layout: STRUGGER DESIGN, www.strugger-design.de