



FAMILIEN-ZENTRUM RAMERSDORF

APRIL – JUNI 2022



Jetzt wechseln!

BKK
ProVita



Gesundheit ist
unsere Welt.

Mit unseren Bonusprogrammen belohnen wir Ihr gesundheitsbewusstes Verhalten. Versicherte der BKK ProVita profitieren gleich doppelt. Von mehr Gesundheit und Fitness – und außerdem von attraktiven Bonuszahlungen. Auch schon bei Kindern.

Nachhaltig krankenversichert: BKK ProVita – Die Kasse fürs Leben.

www.bkk-provita.de/bonus

Unser ganzes
Wissen für Ihre
Gesundheit.

aquila
apotheke 

- **im Gesundheitszentrum Giesing**
Giesinger Bahnhofplatz 7 • 81539 München
Tel 089 - 620 001 45 • Fax 089 - 620 000 58
- **am Innsbrucker Ring**
Bad-Schachener-Str. 69 • 81671 München
Tel 089 - 400 409 • Fax 089 - 493 042

 Finde uns auf
Facebook

www.aquila-apotheke.net

Familien-Zentrum Ramersdorf

Du bist willkommen im Familien-Zentrum Ramersdorf!

Komm mit Deinen Kindern zu uns. Wir haben viel Platz zum Spielen! Und Du kannst andere Familien treffen.

Bei uns bekommst Du Information und Beratung. Wir sind für Dich da und Du kannst Fragen stellen.

Du bekommst Hilfe bei Problemen. Bei uns im Familien-Zentrum, per Telefon, E-Mail, Chat oder Video-Anruf.

Wir müssen uns alle vor dem Corona-Virus schützen: Es können jetzt nicht so viele Kinder und Familien ins Familien-Zentrum kommen.

Bitte informiere Dich immer aktuell im Internet unter www.condrobs.de/einrichtungen/familienzentrum-ramersdorf

Wir sind für Euch da:



Emine Göktas
Magdalena Lifka
Kathrin Wiese
Julia Sicheneder

Wir freuen uns auf Dich und Deine Kinder!

Montag bis Freitag: 9 – 12 Uhr

 089 491571

 familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de



Familien-Café

Du kannst mit anderen Eltern reden.

Du kannst eine Pause machen.

Du kannst über Deinen Familien-Alltag sprechen und über die Erziehung und viele andere Dinge.

Deine Kinder können mit anderen Kindern spielen.

Es kostet nichts.

Du musst nichts kaufen.

Du kannst Kaffee, Tee oder zum Beispiel eine Breze kaufen.

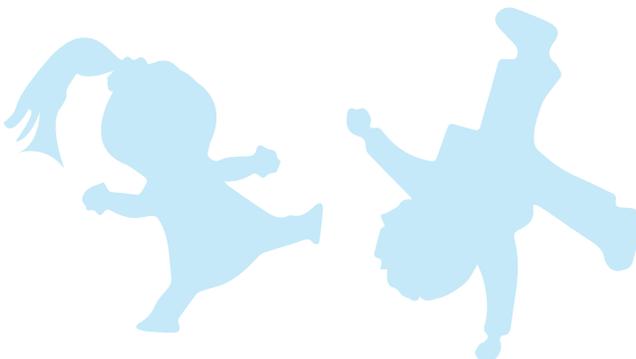


Montag bis Donnerstag: 9.30 – 11.30 Uhr



Dienstag und Mittwoch: 15.30 – 17.30 Uhr

 089 491571





Fremdsprachen-Gruppen

Wir spielen, malen, singen und tanzen zusammen.
Du bist mit Deinen Kindern dabei. Ohne Anmeldung.



Ex-Jugoslawische Kinder-Gruppe

Montag 15.30 – 17.30 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Italienische Kinder-Gruppe

Donnerstag 15.30 – 17.30 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Polnische Kinder-Gruppe

Freitag 9.30 – 12.30 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Spanische Kinder-Gruppe

Freitag 15 – 17 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Arabische Kinder-Gruppe

Freitag 17 – 18.30 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Baby-Treffen

Zum Baby-Treffen kommen Mütter mit ihren Babys.

Du triffst andere Mütter.

Und Dein Baby lernt andere Babys kennen.

Wir beraten Dich und helfen bei Deinen Problemen.

Wir können Deine Fragen zum Baby beantworten.

Einmal im Monat kommt eine Still-Beraterin.

Der Treff ist nur für Mamas.



Mittwoch: 9.30 – 11.30 Uhr

 089 491571



Krabbel-Gruppe

Zur Krabbel-Gruppe kommen Mütter oder Väter mit ihren kleinen Kindern (ab 6 Monate bis 1,5 Jahre).

Du triffst andere Eltern. Du kannst Dich austauschen.

Dein Kleinkind lernt andere Kinder kennen.



Montag: 9.30 – 11.30 Uhr

 089 491571



La Leche Liga

Breastfeeding and setting limits

April 4th

Mother's Day – stone and feather

May 2nd

The baby arrives: the family and the breastfed baby

June 13th



once a month from 12.30 – 2 p.m.

 089 6804925 (Catherine Pilgram)

 catherine.pilgram@t-online.de



Kreativ-Gruppe

Wir singen, tanzen, machen Musik, basteln oder malen zusammen!

Bitte schreibe eine E-Mail oder rufe an, um Dich und Dein Kind anzumelden.

Für Kinder ab 1,5 Jahren



Donnerstag: 15.30 – 17.30 Uhr

 089 491571

 familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de



Betreute Spiel-Gruppe

Wir betreuen Deine Kinder.

Das heißt: Wir passen auf Deine Kinder auf.

Wenn Du zum Einkaufen gehen musst.

Oder wenn Du zum Arzt musst.

Oder wenn Du Zeit für Dich brauchst.

Wir spielen mit Deinen Kindern.

Sie können im Garten spielen, singen

und etwas essen und trinken.

Die ersten Male bleibst Du mit Deinem Kind

bei uns, damit Dein Kind die Spiel-Gruppe

kennen lernt.

Bitte rufe vorher an und melde Dein Kind an!



Dienstag und Donnerstag: 9 – 11.30 Uhr

Betreuungs-Zeit: 2,5 Stunden

Kosten: 8,50 € pro Tag

 089 491571



Turnen

Sich zusammen bewegen und spielen ist gesund und macht Spaß! Wir hüpfen, springen und laufen gemeinsam mit unseren Kindern.

Wenn Du kommen willst, musst Du Patin oder Pate des Familien-Zentrums sein. Was ist das? Infos auf Seite 17.

Bitte schreibe eine E-Mail oder rufe an, um Dich und Dein Kind anzumelden.

Ort:

Sportgemeinschaft Siemens München Ost
St.-Cajetan-Straße 33 | 81669 München

Um mitzumachen, muss Dein Kind allein laufen können.



Dienstag: 16.45 – 17.45 Uhr

Kosten: 15 € pro Monat für 1 Kind

27 € pro Monat für 2 Kinder

 089 491571





Im Überblick

Montag	Dienstag	Mittwoch
9.30 – 11.30 Familien-Café	9.30 – 11.30 Familien-Café	9.30 – 11.30 Familien-Café
9.30 – 11.30 Krabbel-Gruppe für kleine Kinder	9 – 11.30 Betreute Spiel-Gruppe mit Anmeldung	9.30 – 11.30 Baby-Treffen
14.30 – 15.45 Babymassage extra Anmeldung		13 – 14 Eltern-Kurs mit Anmeldung
15.30 – 17.30 Ex-Jugoslawische Kinder-Gruppe 	15.30 – 17.30 Familien-Café	15.30 – 17.30 Familien-Café
	16.45 – 17.45 Turnen mit Anmeldung Ort: Siemens Sporthalle	
	19 – 20.30 Comadres Frauen-Gruppe extra Anmeldung	



Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

<p>9.30 – 11.30</p> <p>Familien-Café</p>	<p>9 – 12.30</p> <p>Polnische Kinder-Gruppe</p> 	<p>10 – 12</p> <p>Japanische Kinder-Gruppe „Popponokai“</p>  extra Anmeldung	
<p>9 – 11.30</p> <p>Betreute Spiel-Gruppe mit Anmeldung</p>			
		<p>13 – 19.30</p> <p>Hier kannst Du unsere Räume mieten für Kinder-Geburtstage</p>	<p>13 – 19.30</p> <p>Hier kannst Du unsere Räume mieten für Kinder-Geburtstage</p>
<p>15.30 – 17.30</p> <p>Kreativ-Treff mit Anmeldung</p>	<p>15 – 17</p> <p>Spanische Kinder-Gruppe</p> 		
<p>15.30 – 17.30</p> <p>Italienische Kinder-Gruppe</p> 	<p>17 – 18.30</p> <p>Arabische Kinder-Gruppe</p> 		



Opstapje

Opstapje ist ein Programm zum Spielen und Lernen.
Für Kinder und für ihre Eltern.

Opstapje kommt zu Euch nach Hause!
Opstapje heißt „Schritt für Schritt“.

Wir gehen gemeinsam Schritt für Schritt.
Wir spielen und lernen zusammen.

Damit Eure Kinder selbstbewusste kleine
Menschen werden!

Opstapje dauert 18 Monate und kostet
monatlich 10 €. Es bietet:

- › Jede Woche ein Besuch zu Hause mit
tollen Spiel-Sachen
- › Viele Ideen zum Sprache lernen und
Bewegung üben
- › Gruppen-Treffen für Eltern und Kinder

☎ 0176 13410182 (Kathrin Wiese)

☎ 089 491571

✉ kathrin.wiese@condrobs.de



OPSTAPJE

ist ein Programm von
IMPULS
CONDROBS
STIFTUNG GbR



Eltern-Talk

Eltern-Talks sind Treffen für Eltern.

Eltern treffen sich in einer kleinen Runde zu Hause oder im Familien-Zentrum.

Gastgeber sind andere Mütter oder Väter.

Ihr sprecht über Erziehung, Medien-Nutzung und Sucht-Vorbeugung.

Wir bieten Eltern-Talks auch in Englisch, Französisch, Arabisch und Polnisch an.

So werdet Ihr starke Eltern!

Die Teilnahme ist für alle Eltern kostenlos.

Wir suchen auch Eltern, die Spaß daran haben, unsere Eltern-Talks zu leiten!

 0176 13410001 (Magdalena Lifka)

 089 491571

 magdalena.lifka@condrobs.de



mona lea



Qualifizierung für Migrantinnen



Kind und Karriere? Bei mona lea können sich Migrantinnen ab dem Sprachniveau Deutsch A2 ein Jahr lang sprachlich und beruflich in den Berufsfeldern Büromanagement, Empfang, Verkauf, Kinderpflege sowie Gesundheits- und Krankenpflege weiterqualifizieren – kostenlos und mit Kinderbetreuung ab dem 30. Mai 2022.



Münchner
Volkshochschule

Gefördert durch das **MBQ**
Münchner Beschäftigungs-
und Qualifizierungsprogramm



Landeshauptstadt
München

Referat für Arbeit
und Wirtschaft
Sozialreferat



www.mvhs.de/monalea

GOP.

CIRCUS

Festival der Artisten

**17. März bis
1. Mai 2022**

**OSTERFERIEN
SPECIAL!**
Freier Eintritt für
Kinder bis 14 Jahre*

*gilt für jedes Kind in Begleitung eines regulär
zahlenden Erwachsenen

GOP. Varieté-Theater
München

variete.de





Events mit Anmeldung

Baby- und Kinder-Flohmarkt

Samstag, 30.04.2022 | 10 – 13.30 Uhr

Kinder-Fotos vom Fotografen

Samstag, 21.05.2022 | 14 – 18 Uhr

Stadtteil-Sommerfest²

Stadtteil-Rallye und Abschluss-Veranstaltung

Freitag, 24.06.2022 | 14 – 19 Uhr

**Bitte meldet Euch für alle Events per E-Mail
oder Telefon im Familien-Zentrum an!**

 089 491571

 familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de





Raum zum Feiern

Am Wochenende kannst Du unsere Räume und den Garten mieten:

Am Samstag und Sonntag Nachmittag.

Dort kannst Du Kinder-Geburtstag feiern.

Für Kinder bis zum 6. Geburtstag.

Wir haben schöne Spiel-Sachen!

Alle Paten und Patinnen können mieten.

Infos auf Seite 17.

Bitte schreibe uns eine E-Mail, wann Du den Raum mieten möchtest, und schreibe uns Deine Telefonnummer.

Wir rufen dann bei Dir an und bestätigen den Termin.

Du mietest den Raum von 13 – 19.30 Uhr.
Es kostet 50 €.

 familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de





Hilf dem Familien-Zentrum! Mit einer Patenschaft.

Du kannst dem Familien-Zentrum Ramersdorf helfen!

Wie? Du wirst Patin oder Pate.

Du bezahlst jeden Monat 4 € oder
einmal im Jahr 48 €.

Das hilft dem Familien-Zentrum, damit junge
Familien kommen können.

 089 491571

 familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de

Das **Familien-Zentrum Ramersdorf**
ist ein Angebot von Condrobs.

Der Verein Condrobs bietet in ganz Bayern soziale Hilfs-Angebote an.

Wir begleiten Kinder, Familien, Jugendliche und junge Erwachsene
mit Schwierigkeiten.

Wir helfen jugendlichen und erwachsenen Geflüchteten.

Wir sind da für süchtige Frauen* und Männer* und für ältere
Menschen mit Sucht-Problemen.

Und vieles mehr.

Informationen unter **www.condrobs.de**

Vorsorge ab dem 1. Zahn



Dr. Angela Freundorfer 
■ ● ▲ Kinderzahnarzt-Praxis

Giesinger Bahnhofplatz 2

81539 München

Tel.: 089 21 58 96 800

Mo – Fr 09.00 – 17.00 Uhr

Sa 09.00 – 15.00 Uhr

www.kinderzahnarzt-freundorfer.com

Seebauer-Kinderwelt



Taucht ein in die spannende
Welt der Pflanzen: Spiel und
Spaß bei unseren Aktionen im
Gartencenter und auf unserer
Kinder-Website!

Jetzt online:
kinderwelt.gartencenter-seebauer.de

Seebauer
Das Pflanzenparadies seit 1864.

Gartencenter Seebauer KG
Otto Brunner Str. 61 · 81737 München
www.gartencenter-seebauer.de



Eltern-Kurse

Unsere Eltern-Kurse sind für Eltern mit Babys bis 12 Monate.

Die Eltern-Kurse kosten 25 € für 10 Termine.

Du kannst Neues lernen über:

- Entwicklung und Bindung:
Was braucht Dein Baby?
- Wie Dein Baby schlafen lernt
- Wie Du Dein Baby fütterst
- Eltern-sein und Partnerschaft

Bitte melde Dich für die Kurse an.



Mittwoch: 13 – 14.30 Uhr

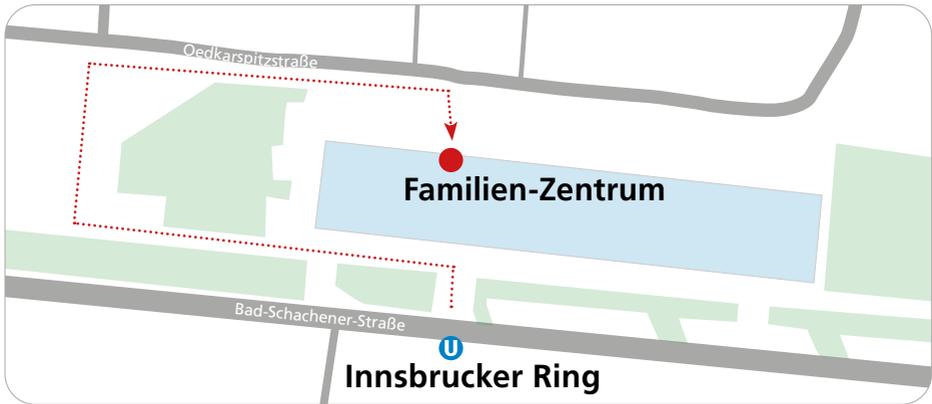
 0176 13410182

 089 491571

 kathrin.wiese@condrobs.de



Hier findest Du uns:



U-Bahn:

U2, U7, U5 Innsbrucker Ring

Der Eingang ist auf der Rückseite der Parkgarage.

Condrobs Familien-Zentrum Ramersdorf

Oedkarspitzstraße 20 | 81671 München

☎ 089 491571

☎ 089 49003866

✉ familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de

Condrobs ist Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband und im fdr Fachverband Drogen- und Suchthilfe.



Wir haben einen Eingang für Rollstühle, sind für Gehörlose und Schwerhörige offen und haben eine Behindertentoilette.

Das Familien-Zentrum Ramersdorf wird gefördert von



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stadtjugendamt



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration



Wir arbeiten
gemeinwohlorientiert