



FAMILIEN-ZENTRUM RAMERSDORF

JANUAR – MÄRZ 2024



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 freuen uns auf Deinen Besuch im Familien-Zentrum mit Dir und Deinen Kindern!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Kinder!

Montag bis Freitag: 9 – 12 Uhr

 089 491571

 familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de

Wir sind für Euch da!



Von links nach rechts: Kathrin Wiese (Sozialpädagogin), Emine Göktas (Verwaltungskraft), Melanie Luxem (Sozialpädagogin), Magdalena Lifka (Stellv. Einrichtungsleitung)



Bei Fragen und anderen Anliegen kannst Du Dich gerne an uns wenden.

Julia Sicheneder

Einrichtungsleitung, links im Bild

Magdalena Lifka

Stellv. Einrichtungsleitung, rechts im Bild

✉ julia.sicheneder@condrobs.de

✉ magdalena.lifka@condrobs.de



Familien-Café

Du kannst mit anderen Eltern reden.

Du kannst eine Pause machen.

Du kannst über Deinen Familien-Alltag sprechen, 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.

Du musst Dich nicht anmelden.

Wegen der Größe der Räume sind die Plätze begrenzt. Vielen Dank für Dein Verständnis.



Montag bis Donnerstag: 9.30 – 11.30 Uhr



Mittwoch: 15.30 – 17.30 Uhr

 089 491571



Fremdsprachen-Gruppen

Wir spielen, malen, singen und tanzen zusammen.
Du kannst mit Deinen Kinder kommen.
Ohne Anmeldung.



Ex-Jugoslawische Gruppe

Montag 14.30 – 16.30 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Deutsch-Arabische Gruppe

Freitag 16.30 – 18 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Deutsch-Englische Gruppe

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



Spanische Gruppe

Donnerstag 15 – 17 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Polnische Gruppe

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



Chinesische Gruppe

Freitag 16 – 17.30 Uhr (ca. 0 – 6 Jahre)



Baby-Treff

Zum Baby-Treff kommen Mütter und Väter mit ihren Babys.

Du triffst andere Eltern.

Und Dein Baby lernt andere Babys kennen.

Wir beraten Dich und helfen bei Deinen Problemen.
Wir können Deine Fragen zum Baby beantworten.

Alle 2 Wochen kommt eine Still-Beraterin.



Mittwoch: 9.30 – 11.30 Uhr

 089 491571



Krabbel-Gruppe

Zur Krabbel-Gruppe kommen Mütter und 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



Singen und Musizieren

Zum gemeinsamen Singen und Musizieren kommen Mütter und Väter mit ihren kleinen Kindern, um Musik kennenzulernen und spielend zu erleben.

Zusammen werden wir mit verschiedenen Materialien und Musik-Instrumenten spielen, tanzen und viel Spaß haben.

› Mit Anmeldung



Montag: 17 – 17.45 Uhr

15.1., 19.2., 18.3.24

 089 491571

 familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de



Wir haben die Räume – Du hast die Talente:

- als Gastgeber*in im Familien-Café
- als Kursleiter*in in Bewegungs- und Kreativ-Angeboten, wie z. B. Yoga, Singen, Tanzen
- als Kulturbotschafter*in bei Festen oder fremdsprachlichen Gruppen

Oder hast Du eine andere Idee, mit der Du Dich in unseren Räumen ehrenamtlich einbringen möchtest?

Wir sind international – lebendig – familiär.

**Du willst das Leben von anderen bereichern?
Dann sprich uns an!**

 089 491571

 familienzentrum-ramersdorf@condrobs.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.



Mittwoch: 15 – 17 Uhr

Kosten: 2 € pro Treffen für 1 Kind

1 € für jedes weitere Kind



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

Angelika Salomon freut sich auf Euch!





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 Pate oder Patin des Familien-Zentrums sein. Was ist das? Infos auf Seite 21.

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

Um mitzumachen, muss Dein Kind allein laufen können.



Dienstag: 16.30 – 17.30 Uhr

Kosten: 15 € pro Monat für 1 Kind
27 € pro Monat für 2 Kinder

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

 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-Treff
	12.30 – 13.30 Offene Beratung	12.30 – 14 Eltern-Baby-Kurs mit Anmeldung
14.30 – 16.30 Ex-Jugoslawische Gruppe 		15 – 17 Kreativ-Gruppe mit Anmeldung
	15.30 – 17.30 Deutsch-Englische Gruppe 	15.30 – 17.30 Familien-Café
17 – 17.45 Singen u. Musizieren mit Anmeldung	16.30 – 17.30 Turnen mit Anmeldung	



Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

<p>9.30 – 11.30</p> <p>Familien-Café</p>	<p>9.30 – 12.30</p> <p>Polnische Gruppe</p> 	<p>10 – 12</p> <p>Japanische 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 – 17</p> <p>Spanische Gruppe</p> 			
	<p>16 – 17.30</p> <p>Chinesische Gruppe</p> 		
	<p>16.30 – 18</p> <p>Deutsch-Arabisches Gruppe</p> 		

HAUSGEMACHTE SPEISEN, HERZLICHER SERVICE



Eine Einrichtung von
condrobs 
verstehen.helfen.begleiten.

Das VIVA CLARA Bistro in München-Sendling bringt Qualität, Frische und Genuss auf den Teller! In unserem Bistro mit Sonnenterrasse genießt Du hausgemachte Köstlichkeiten der internationalen Küche – alles auch to go. Wir freuen uns auf Deinen Besuch!

VIVA CLARA Bistro

Kistlerhofstraße 144 | 81379 München | Tel: 089 130101-0 | vivaclara@condrobs.de
Ein sozialer Betrieb von Condrobs. Geförderte Beschäftigung für benachteiligte Frauen*.

 [vivaclara.de](https://www.instagram.com/vivaclara.de) | www.vivaclara.de

Mit freundlicher Unterstützung von



Landkreis München

bezirk



oberbayern

jobcenter 

VIVA CLARA wird durch das
Münchner Beschäftigungs- und
Qualifizierungsprogramm (MBQ)
gefördert. Weitere Informationen
unter www.muenchen.de/mbq

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



Landeshauptstadt
München
**Referat für Arbeit
und Wirtschaft**

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



Events

Mit Kind zurück in den Job. Wie kann das gelingen?

Informationsveranstaltung mit der Beauftragen für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit

Mittwoch, 24.1.24 | 15 – 16.30 Uhr
mit Anmeldung | kostenlos

Faschingsfeier

Mittwoch, 7.2.24 | 15 – 17 Uhr
mit Anmeldung





e:du

e:du – Eltern und Du ist ein Programm zum Spielen und Lernen für Kinder und für ihre Eltern.

e:du kommt zu Euch nach Hause!

Wir spielen und lernen zusammen.

Damit Eure Kinder selbstbewusst und stark werden!

e:du 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





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!

 0159 04137162 (Melanie Luxem)

 089 491571

 melanie.luxem@condrobs.de





Offene Beratung

Wir sind für Dich da und Du kannst Fragen stellen.

Du bekommst Hilfe bei Problemen: mit der Entwicklung Deiner Kinder, mit der Erziehung, mit Deiner Familie oder anderes.

Wir helfen Dir, einen Kita-Platz zu finden mit dem „kita finder+“.

- **nach Vereinbarung**
- **ohne Anmeldung**
- **kostenlos**



Dienstag: 12.30 – 13.30 Uhr

☎ 0159 04137162 (Melanie Luxem)

☎ 089 491571

✉ familienzentrum-ramersdorf@condrobs.de





La Leche Liga

La Leche Liga Breastfeeding support group

- › 8.1.24
- › 5.2.24
- › 4.3.24



once a month from 12.30 – 2 p.m.

Mit Anmeldung

 089 6804925 (Catherine Pilgram)

 catherine.pilgram@lalecheliga.de

Wir stehen für Vielfalt, Gender Diversity und Antidiskriminierung, symbolisiert durch die Genderflagge auf der Vorderseite. Das machen wir auch sprachlich deutlich und benutzen das Gender*Sternchen, das alle Geschlechter sichtbar macht.



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.

Mehr Infos auf Seite 21.

Bitte schreibe uns eine E-Mail, wann Du die Räume mieten möchtest, und schreibe uns Deine Telefon-Nummer.

Wir rufen dann bei Dir an und bestätigen den Termin.

Du mietest die Räume 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 Pate oder Patin.

Du bezahlst jeden Monat 4 € oder
einmal im Jahr 48 €, oder gerne mehr!

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.

Wir unterstützen Menschen, die keine Wohnung haben.
Und vieles mehr.

Informationen unter **www.condrobs.de**

condrobs 
verstehen.helfen.begleiten.

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
Ottobrunner Str. 61 · 81737 München
www.gartencenter-seebauer.de



Eltern-Baby-Kurs

Unser Eltern-Baby-Kurs ist für Eltern mit Babys bis 12 Monate.

Der Eltern-Baby-Kurs kostet pro Termin 2,50 €.

Du kannst Dich für jeden Termin einzeln anmelden.

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



Mittwoch: 12.30 – 14 Uhr

☎ 0159 04137162 (Melanie Luxem)

☎ 089 491571

✉ melanie.luxem@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