

**KINDER-, FAMILIEN- UND
BERATUNGSZENTRUM**



HOCHÄCKERSTRASSE

OKTOBER – DEZEMBER 2026



Kinder-, Familien- und Beratungszentrum Hochäckerstraße

Du bist willkommen im Kinder-, Familien- und Beratungszentrum Hochäckerstraße!

Hier findest du das Kinder- und Familien-Zentrum von Condrops und die Caritas Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien Perlach.

- › **Komm mit deinen Kindern zu uns.**
- › **Bei uns sind alle Familien-Formen willkommen.**
- › **Wir haben viel Platz zum Spielen. Und du triffst andere Familien.**
- › **Bei uns bekommst du Informationen und Beratung.**
- › **Wir helfen dir – im Zentrum, am Telefon oder per E-Mail.**

Montag – Donnerstag: 9 – 14 Uhr

Freitag: 9 – 12 Uhr

Telefon: 089 326302380

kfbz-hochaeckerstrasse@condrops.de



 **Für mehr Infos**

Wir stehen für Vielfalt, Gender Diversity und Antidiskriminierung, symbolisiert durch die Genderflagge auf der Vorderseite. Wir verwenden aufgrund der leichten/einfachen Sprache zum Teil geschlechtsspezifische Begriffe. Wenn möglich, streben wir eine geschlechtsneutrale Formulierung an. Bitte beachte, dass alle Bezeichnungen geschlechtsneutral zu verstehen sind und alle Geschlechter gleichermaßen einschließen.

Das Team vom Kinder- und Familien-Zentrum

Leitungsteam



Julia Sicheneder

Einrichtungsleitung

julia.sicheneder@condrops.de

Sozialpädagogische Fachkräfte



Jacqueline Mazuran

Verwaltung und Hauswirtschaft



Magdalena Baumann

Stellv. Einrichtungsleitung

magdalena.baumann@condrops.de



Joey Göhler



Jasmin Stiefried





Fragen zur Erziehung/ Herausforderungen im Familienleben?!

Wir beraten Sie gerne, kommen Sie vorbei!

Anmeldung unter:

Tel: (089) 92 74 77 23

E-Mail: beratung-kfbz@caritasmuenchen.org

Die Beratung ist freiwillig, kostenlos und unterliegt der Schweigepflicht.

Zuhören. Beraten. Lösungen suchen.



Wir sind **Lisa Pröls** und **Kerstin Hein**
(Psychologinnen) und beraten Sie von
Montag bis Donnerstag im Kinder-,
Familien- und Beratungszentrum
Hochäckerstraße.

gefördert durch:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



Offenes Familien-Café



Im Familien-Café seid ihr als Familie
herzlich willkommen.

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.

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

› **Ohne Anmeldung**

› **Kostenfrei**

Montag: 9.30 – 11.30 Uhr

Mittwoch: 9.30 – 11.30 Uhr

Mittwoch: 15.30 – 17.30 Uhr

Freitag: 9.30 – 11.30 Uhr



Baby-Treff

Zum Baby-Treff kommen Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr.

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.

- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**

Dienstag:
9.30 – 11 Uhr



Kleinkind-Gruppe

Zur Kleinkind-Gruppe kommen Eltern mit ihren kleinen Kindern.

Du triffst andere Eltern.
Du kannst dich austauschen.
Dein Kleinkind lernt andere Kinder kennen.

- › **Alter: 9 Monate – 2 Jahre**
- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**

Donnerstag:
9.30 – 11.30 Uhr



Vorschul-Füchse



Hier sind alle Vorschul-Kinder willkommen!

Wir lesen spannende Bücher.

Ihr könnt dazu malen, die Geschichten nachspielen, weiter erzählen und vieles mehr.

- › **Alter: 5 – 6 Jahre**
- › **Ohne Eltern**
- › **Mit wöchentlicher Anmeldung**
- › **Kosten: auf Spendenbasis**

Dienstag:
16.15 – 17 Uhr

Bewegungs-Zwerge



Wir hüpfen, springen und laufen gemeinsam mit unseren Kindern.

Hier ist Platz zum Bewegen und Spielen.
Über große Bausteine klettern, Höhlen bauen.
Eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Dein Kind muss sicher laufen können.

- › **Alter: 1,5 – 4 Jahre**
- › **Mit einem Erwachsenen**
- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kosten: 2 € pro Familie**

Anzeige

Kindermuseum
München

ISS WAS ?!

Eine Mitmachausstellung
übers Riechen, Essen und Schmecken
für Kinder und Familien ab 4 Jahren

21. MÄRZ – 8. NOV. 2026

www.kindermuseum-muenchen.de

Dieses Projekt wird gefördert von der
Landeshauptstadt
München
Kulturreferat

Donnerstag:
15.30 – 16.30 Uhr



Sportkurse für Schwangere und Mütter



- › **Start: Dienstag, 6.10.26**
- › **Kosten: 160 € pro Kurs**
(krankenkassenzertifiziert)
- › **Anmeldung über unsere Trainerin:**
personaltrainingmuc@gmail.com

Dienstag:

17.30 – 18.30 Uhr

Ab der 12. Woche
der Schwangerschaft

1. Kurs:

**Fit durch die Schwangerschaft –
Fit für den Mama-Alltag**

2. Kurs:

**FitMom – Ganzkörper-
workout für Mamas**

Dienstag:

18.45 – 19.45 Uhr

Ohne Baby

Veronika Kneisel

(zertifizierte Pränatal-
und Postnatal-Trainerin)

Zumba



Fitness-Programm für Erwachsene, die Musik
lieben und sich gerne dazu bewegen. Mach mit!

- › **Start: für neue Termine im Büro nachfragen**
- › **Mit Anmeldung**
- › **Kosten: 25 € für 6 Wochen (6 Termine)**

Donnnerstag:

19.30 – 20.15 Uhr



Themen-Café



Zum Themen-Café kommen Eltern.
Deine Kinder kannst du auch mitbringen.

Du triffst hier andere Eltern.
Du kannst dich austauschen.

Die Psychologin der Erziehungs-Beratung
informiert dich zu Fragen rund um den Alltag mit
deinen Kindern.

- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**
- › **Du kannst Getränke kaufen**

**Ängste bei Kindern
– was ist noch "normal"?**

Montag 19.10.26

15 – 16 Uhr

Donnerstag 29.10.26

11 – 12 Uhr

**Hilfe – mein Kind isst nur
Pizza und Pommes**

Montag 30.11.26

15 – 16 Uhr

Donnerstag 10.12.26

11 – 12 Uhr



Lisa Pröls

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.

- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**
- › **Die Beratung ist auch zu einem anderen
Termin möglich, wenn du zu unseren Zeiten
nicht kommen kannst.**

Jeden 2. Mittwoch im Monat (14.10., 11.11., 16.12.26)
16 – 17 Uhr

und jeden 1. Montag im Monat (5.10., 2.11., 7.12.26)
10.30 – 11.30 Uhr
Psychologinnen der Caritas-Familienberatung

Freitag: 10 – 11 Uhr
Sozialpädagoginnen des Familien-Zentrums



Lisa Pröls



Jacqueline Mazuran



Kerstin Hein

WOCHENPROGRAMM

MONTAG

9.30 – 11.30
Familien-Café

10.30 – 11.30
Offene Beratung
Jeden 1. Montag
im Monat

16 – 18
Russisch-deutsche
Gruppe

15 – 17
Kreativ-Kids

DIENSTAG

9 – 11
Mama
lernt Deutsch
ab dem 22.9.26

9.30 – 11
Baby-Treff

9.30 – 11
Musik und Bewegung
1 – 3 Jahre

15.30 – 16.15
Musik-Gruppe
2 – 6 Jahre

16.15 – 17
Vorschul-Füchse
5 – 6 Jahre
mit wö. Anmeldung

MITTWOCH

9.30 – 11.30
Familien-Café

15.30 – 17.30
Familien-Café

16 – 17
Offene Beratung
Jeden 2. Mittwoch
im Monat

15 – 17
Magische Kinder

DONNERSTAG

9.30 – 11.30
Kleinkind-Gruppe

15.30 – 16.30
Bewegungs-Zwerge

16.45 – 18.30
Ukrainisch-deutsche
Gruppe

19.30 – 20.15
Zumba
mit Anmeldung

15 – 17.30
Offener Kidsclub

FREITAG

9.30 – 11.30
Familien-Café

10 – 11
Offene Beratung

15 – 18
Offener Kidsclub

SAMSTAG

9.30 – 11.30
Papa-Kind-Treff
Jeden 1. Samstag
im Monat

9.30 – 11.30
Indisch-deutsche-Gruppe
Jeden 2. Samstag
im Monat

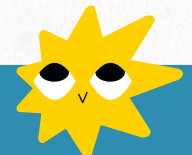
10 – 12
Zwillings-Treff
Jeden letzten Samstag
im Monat

13 – 19.30
Hier kannst du unsere
Räume mieten
für Kinder-Geburtstage

SONNTAG

9.30 – 11.30
Alleinerziehenden Treff
Jeden letzten Sonntag im Monat

13 – 19.30
Hier kannst du unsere
Räume mieten
für Kinder-Geburtstage



**OFFENER
KIDSClub**

Musik und Bewegung



Hier ist Raum zum Singen, Klatschen, Stampfen und Rasseln.

Sei mit deinem Kind dabei!

Wir singen Lieder und bewegen uns dazu.

Wir hüpfen, tanzen, kullern und spielen.

- › **Alter: 1 – 3 Jahre**
- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kosten: 2 € pro Familie**

Dienstag:
9.30 – 11 Uhr

Musik-Gruppe



Kommt zum Singen, Tanzen und Musik machen!
Wir singen Lieder und bewegen uns dazu.

Wir lernen Musik-Instrumente kennen und hören,
wie sie klingen. Wir hüpfen, tanzen und spielen.

- › **Alter: 2 – 6 Jahre**
- › **Mit einem Erwachsenen**
- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kosten: 2 € pro Familie**

Dienstag:
15.30 – 16.15 Uhr

Fremdsprachen-Gruppen



Du kannst mit anderen Eltern in deiner Muttersprache reden. Deine Kinder können mit anderen Kindern spielen.

Wir malen, spielen und singen zusammen.

- › **Alter: 0 – 6 Jahre**
- › **Ohne Anmeldung**

русско-немецкая группа Russisch-deutsche Gruppe

Montag: 16 – 18 Uhr

- › **Kostenfrei**

українська німецька група Ukrainisch-deutsche Gruppe

Donnerstag: 16.45 – 18.30 Uhr

- › **Kosten: 2 € pro Familie**

Indian-German Group Indisch-deutsche Gruppe

Samstag: Jeden 2. Samstag im Monat
9.30 – 11.30 Uhr

- › **Kostenfrei**



Alleinerziehenden-Treff



Manche Eltern leben zusammen, andere nicht. Aber Eltern bleibt ihr immer.

Egal ob du getrennt bist, alleine erziehst oder als Solo-Elternteil lebst: Hier kannst du dich austauschen, Kraft tanken und andere Eltern treffen.

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

- › **Mit oder ohne Kinder**
- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**

Jeden letzten Sonntag im Monat: 9.30 – 11.30 Uhr



Papa-Kind-Treff



Zum Papa-Kind-Treff kommen Väter und Männer in Vater-Rolle mit ihren Kindern.

Du kannst eine Pause machen und eine schöne Zeit mit deinen Kindern verbringen.

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

- › **Alter: 0 – 6 Jahre**
- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**

**Jeden 1. Samstag im Monat:
9.30 – 11.30 Uhr**

Zwillings-Treff



Du bist mit deinen Mehrlingen herzlich willkommen.

Du kannst dich mit anderen Zwillings- oder Drillings-Eltern austauschen.

Deine Kinder können mit anderen Kindern spielen. Du kannst Kaffee, Tee oder zum Beispiel eine Breze kaufen.

- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**

**Jeden letzten Samstag im Monat:
10 – 12 Uhr**

Mama lernt Deutsch



Sprechen, lesen, schreiben.

Du bist herzlich willkommen!

Wir freuen uns über jede Teilnehmerin.

Für Mamas mit oder ohne Kinder.

- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**
- › **Mit Kinder-Betreuung**
- › **Findet nicht in den Schulferien statt**
- › **Dieser Kurs ist ein Angebot vom Verein für Fraueninteressen e. V.**

Dienstag: 9 – 11 Uhr



Events



Ausflug zur Kinder- und Jugendfarm

Mittwoch, 7.10.26 | 9.45 – 11.30 Uhr

Mit Anmeldung | 5 € pro Familie

Herbst-Basteln

Mittwoch, 14.10.26 | 15.30 – 17.30 Uhr

Ohne Anmeldung | Materialkosten: 2,50 € pro Kind

Halloween-Feier

Freitag, 30.10.26 | 15.30 – 17.30 Uhr

Mit Anmeldung | 3,50 € pro Kind

Die Bücherei kommt zu Besuch

Freitag, 13.11.26 | 10 – 11 Uhr

Ohne Anmeldung | Kostenfrei

Kleidertausch im Familien-Café

Mittwoch, 18.11.26 | 15.30 – 17.30 Uhr

Ohne Anmeldung | 2 € pro Familie

Advents-Café mit Fotoaktion

Mittwoch, 9.12.26 | 15.30 – 17.30 Uhr

Ohne Anmeldung | 4 € pro Familie für das Buffet

Materialkosten: 2,50 € für Foto mit Bilderrahmen

A close-up photograph of a child's hand drawing on a dark asphalt surface with colorful chalk. The child is wearing a red and white striped shoe. The background is blurred, showing other people and a light-colored wall. The text is overlaid on a light-colored, cloud-like shape on the left side of the image.

Wir haben die Räume – du hast die Talente.

- › als Gastgebernde im Familien-Café
- › als Kursleitung in Bewegungs- und Kreativ-Angeboten, wie z. B. Yoga, Singen, Tanzen
- › als Kulturvertretung bei Festen oder fremdsprachlichen Gruppen

Oder hast du eine andere Idee, mit der du dich in unseren Räumen ehrenamtlich einbringen möchtest?

Wir sind vielfältig – lebendig – familiär.

Du willst das Leben von anderen bereichern?

Dann sprich uns an!

Telefon: 089 326302380

kfbz-hochaeckerstrasse@condrobs.de

OFFENER KIDSLUB

Dir ist nach der Schule langweilig?

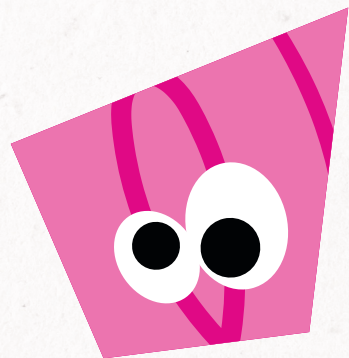
- Du willst dich mit deinen Freunden treffen und neue Freunde kennenlernen?

Du hast Lust, neue Spiele auszuprobieren und bei tollen Aktionen dabei zu sein?
Dann lerne den Kidsclub kennen!

Wenn du das erste Mal kommst, bring gerne deine Eltern mit.

Bei Fragen erreichst du uns per Telefon oder E-Mail.

- › **Alter: 6 – 10 Jahre**
- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**



Donnerstag: 15 – 17.30 Uhr
Freitag: 15 – 18 Uhr

Kreativ-Kids

Montag | 15 – 17 Uhr

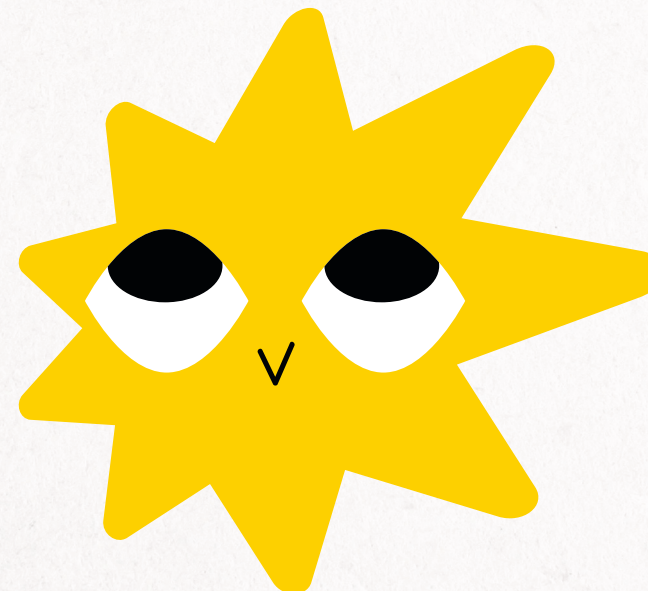
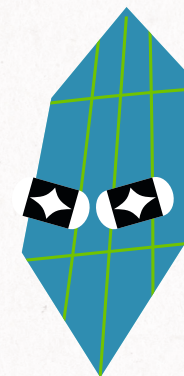
Medienprojekte, Kochen und Backen, Bewegung und kreativ sein – bring gern Ideen mit!

Magische Kinder

Mittwoch | 15 – 17 Uhr

Kreativangebote, Tanz, Wissenswelt, deine Wünsche

- › **Alter: 6 – 10 Jahre**
- › **Ohne Anmeldung**
- › **Kostenfrei**



Raum zum Feiern



Hier kannst du ein Fest für dein Kind feiern.

Für Kinder bis zum 10. Geburtstag.

- › **Du kannst unseren Gruppenraum mit Spiel-Ecke und den Café-Bereich (insgesamt ca. 90 m²) mieten.**
- › **Es gibt Tische und Stühle für 30 Personen.**
- › **Du kannst auch unsere Spiel-Sachen nutzen.**
- › **Kosten: 70 € + 100 € Kautions + Patenschaft (siehe nächste Seite)**

Bitte schreibe eine E-Mail mit Wunsch-Datum und deiner Telefonnummer an:

kfbz-hochaeckerstrasse@condrobs.de



Für mehr Infos

Samstag und Sonntag:
13 – 19.30 Uhr

Hilf dem Kinder- und Familien-Zentrum! Mit einer Patenschaft.



Du kannst das Kinder- und Familien-Zentrum unterstützen.

Wie? Du wirst Pate.

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

Wir freuen uns über deine Patenschaft.

Der Verein Condrops 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**



Für mehr Infos

Hier findest du uns:



Bus: 139 Anneliese-Fleyenschmidt-Straße

Condrops Kinder-, Familien- und Beratungszentrum Hochäckerstraße

Anneliese-Fleyenschmidt-Straße 25 | 81737 München

Telefon: 089 326302380

kfbz-hochaeckerstrasse@condrops.de

Für mehr Infos:



Zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001



Wir arbeiten
gemeinwohlorientiert

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

Das Kinder-, Familien- und Beratungszentrum
wird gefördert von



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stadtjugendamt