



FAMILIEN- UND BERATUNGSZENTRUM LUDLSTRASSE

JANUAR – MÄRZ 2025



Familien- und Beratungszentrum Ludlstraße

Du bist willkommen im Familien- und Beratungszentrum Ludlstraße! Hier findest Du das Familien-Zentrum von Condrops und die Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der Landeshauptstadt München.

Komm mit Deinen Kindern oder Enkel-Kindern im Alter von 0 – 6 Jahren oder schon in Deiner Schwangerschaft zu uns.

Wir haben viel Platz zum Spielen! Und Du kannst andere Familien treffen.

Bei uns bekommst Du Informationen und Beratung.

Wir sind für Dich da und Du kannst Fragen stellen.

Du bekommst Unterstützung bei Deinen Themen. Bei uns im Familien- und Beratungszentrum, per Telefon oder E-Mail.



Montag – Donnerstag: 9 – 15 Uhr



Freitag: 9 – 12 Uhr



089 326302371



familienzentrum-ludlstrasse@condrops.de



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.



Hinten von links nach rechts: Nadine Schreiber (sozialpädagogische Fachkraft), Rekha Kapoor (Reinigung/Hauswirtschaft), Emine Göktas (Verwaltung), Julia Sicheneder (Einrichtungsleitung); vorne von links nach rechts: Barbara Lipp, Susann Lange, Christian Uhl (sozialpädagogische Fachkräfte)



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

Julia Sicheneder (links)

Einrichtungsleitung

Magdalena Baumann (rechts)

Stellv. Einrichtungsleitung

✉ julia.sicheneder@condrobs.de

✉ magdalena.baumann@condrobs.de



Die städtische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Fragen zur Erziehung oder
zum Familienleben?!

Wir Psychologinnen beraten Sie gerne.
Kommen Sie vorbei!

Wir sind da für Kinder, Jugendliche, Eltern,
Großeltern und Personen in Elternrollen.

Die Beratung ist kostenlos, freiwillig und unterliegt der
Schweigepflicht. Wir freuen uns über Ihre Anfrage!



Offene Sprechstunde

Donnerstag: 10 – 11 Uhr
bei Barbara Niemiec

Fragen und Anmeldung persönlich bei uns

Montag – Mittwoch

 nina.holthaus@muenchen.de


 089 233772390 (Nina Holthaus)

 florentine.wedemeyer@muenchen.de

 0162 2556453 (Florentine Wedemeyer)

Mittwoch – Freitag

 barbara.niemiec@muenchen.de

 089 233772392 (Barbara Niemiec)

Weitere Informationen unter:

www.erziehungsberatung-muenchen.de

Wir sind München
für ein soziales Miteinander





Offenes Familien-Café

Im Familien-Café bist Du mit Deinen Kindern 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.

Es kostet nichts. Du musst nichts kaufen.

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



Dienstag: 15 – 17 Uhr



Mittwoch: 15 – 17 Uhr



Donnerstag: 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 und unterstützen Dich bei Deinen Themen.

Wir können Deine Fragen zum Baby beantworten.

Wir haben einen Ruheraum zum Stillen und Entspannen.

- › Aufgrund der Raumgröße sind die Plätze begrenzt
- › Ohne Anmeldung
- › Kostenfrei

Die Kinderkrankenpflegerin der Landeshauptstadt München kommt zu Besuch!

Sie berät zu den Themen:

- › 28.1.25 Der Weg zum Kita-Platz
- › 25.2.25 Sicherheit im Alltag
- › 25.3.25 Reisen mit Baby



Dienstag: 9.30 – 11.30 Uhr



Papa-Kind-Treff | Mama-Kind-Treff

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

- › Ohne Anmeldung
 - › Kostenfrei
 - › Einmal im Monat
-

Papa-Kind-Treff

Für Väter und Männer in Vater-Rolle
mit Kindern von 0 – 6 Jahren

Kursleitung: Christian Uhl



Donnerstag: 30.1., 27.2., 27.3.25
jeweils 15.30 – 17.30 Uhr

Mama-Kind-Treff

Für Mütter und Frauen in Mutter-Rolle
mit Kindern von 0 – 2 Jahren

Kursleitung: Mariana Papke



Freitag: 17.1., 14.2., 14.3.25
jeweils 16 – 17 Uhr



Bewegung und Spiel

Für Kinder vom Krabbelalter bis ca. 2 Jahre.

Hier ist Platz und Raum zum Bewegen und Spielen.

- › Mit einem Elternteil
- › Aufgrund der Raumgröße sind die Plätze begrenzt
- › Ohne Anmeldung
- › Kosten: auf Spendenbasis



Mittwoch: 10 – 11 Uhr

Kindermuseum
München

Jetzt in der
Messestadt Riem

Unterwegs in meiner Stadt

Eine Familienausstellung, ab 4 Jahren
15. JUNI 2024 – 09. MÄRZ 2025

In Kooperation mit:
Landeshauptstadt
München
Mobilitätsreferat

MÜNCHEN
UNTERWEGS

www.kindermuseum-muenchen.de



Fremdsprachen-Gruppen

Wir spielen, singen und tanzen zusammen.

Wir malen und lesen vor.

- › Mit Eltern
- › Ohne Anmeldung
- › Kosten: auf Spendenbasis

Ukrainisch-sprachige Gruppe

Für Kinder von 1 – 2 Jahren

Montag: 16.15 – 17.15 Uhr

Kursleitung: Emiliya Mykhaylyuk

Vorlesen und Spielen auf Chinesisch

Für Kinder von 3 – 6 Jahren

Freitag, alle 2 Wochen:

24.1., 7.2., 21.2., 7.3., 21.3.25

jeweils von 16.15 – 17.15 Uhr

Kursleitung: Chao Ding

Persische Gruppe

Für Kinder von 0 – 6 Jahren

Freitag, alle 2 Wochen:

10.1., 24.1., 7.2., 28.2., 7.3., 21.3.25

jeweils von 16 – 17.30 Uhr

Kursleitung: Sara Sharifipour



Bewegung und Musik

Hier ist Raum zum Singen, Klatschen und Stampfen!

Wir probieren Instrumente aus und lauschen den Klängen.

Wir hüpfen, tanzen, kullern und spielen.

- Mit einem Elternteil
- Aufgrund der Raumgröße sind die Plätze begrenzt
- Kosten: auf Spendenbasis

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



für Kinder von 1 – 2 Jahren:

Dienstag: 15 – 16 Uhr | mit Anmeldung



für Kinder von 4 – 5 Jahren:

Mittwoch: 16 – 17 Uhr | mit Anmeldung

Kursleitung:

Barbara Lipp | Kurs für 1 – 2 Jahre

Martina Rothmeier | Kurs für 4 – 5 Jahre



Kreativ-Atelier

Wir tauchen ein in die Welt der Farben.

Wir drucken, malen, zeichnen, klecksen, lassen Farbe fließen und experimentieren.

Wir gestalten, formen und bauen mit Papier, Ton, Holz und anderen Materialien.

- Aufgrund der Raumgröße sind die Plätze begrenzt
- Kosten: 2,50 € pro Stunde für 1 Kind, Geschwister-Kinder 1,50 €

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



für Kinder von 3 – 6 Jahren:

Donnerstag: 15 – 16 Uhr | mit Anmeldung



für Kinder von 5 – 6 Jahren:

Donnerstag: 16.30 – 17.30 Uhr | mit Anmeldung

Kursleitung:

Franziska Fischer | Kurs für 3 – 6 Jahre

Susann Lange | Kurs für 5 – 6 Jahre



Im Überblick

Montag	Dienstag	Mittwoch
	9.30 – 11.30 Baby-Treff	
10 – 11.30 Offenes Büro für Deine Anträge alle 14 Tage (Termine siehe S. 17)	10 – 12 Mama lernt Deutsch	10 – 11 Bewegung und Spiel
	15 – 16 Bewegung und Musik für Kinder von 1 – 2 Jahren	
	15 – 17 Familien-Café	15 – 17 Familien-Café
16 – 17 Ukrainisch-sprachige Gruppe		16 – 17 Bewegung und Musik für Kinder von 4 – 5 Jahren



Donnerstag

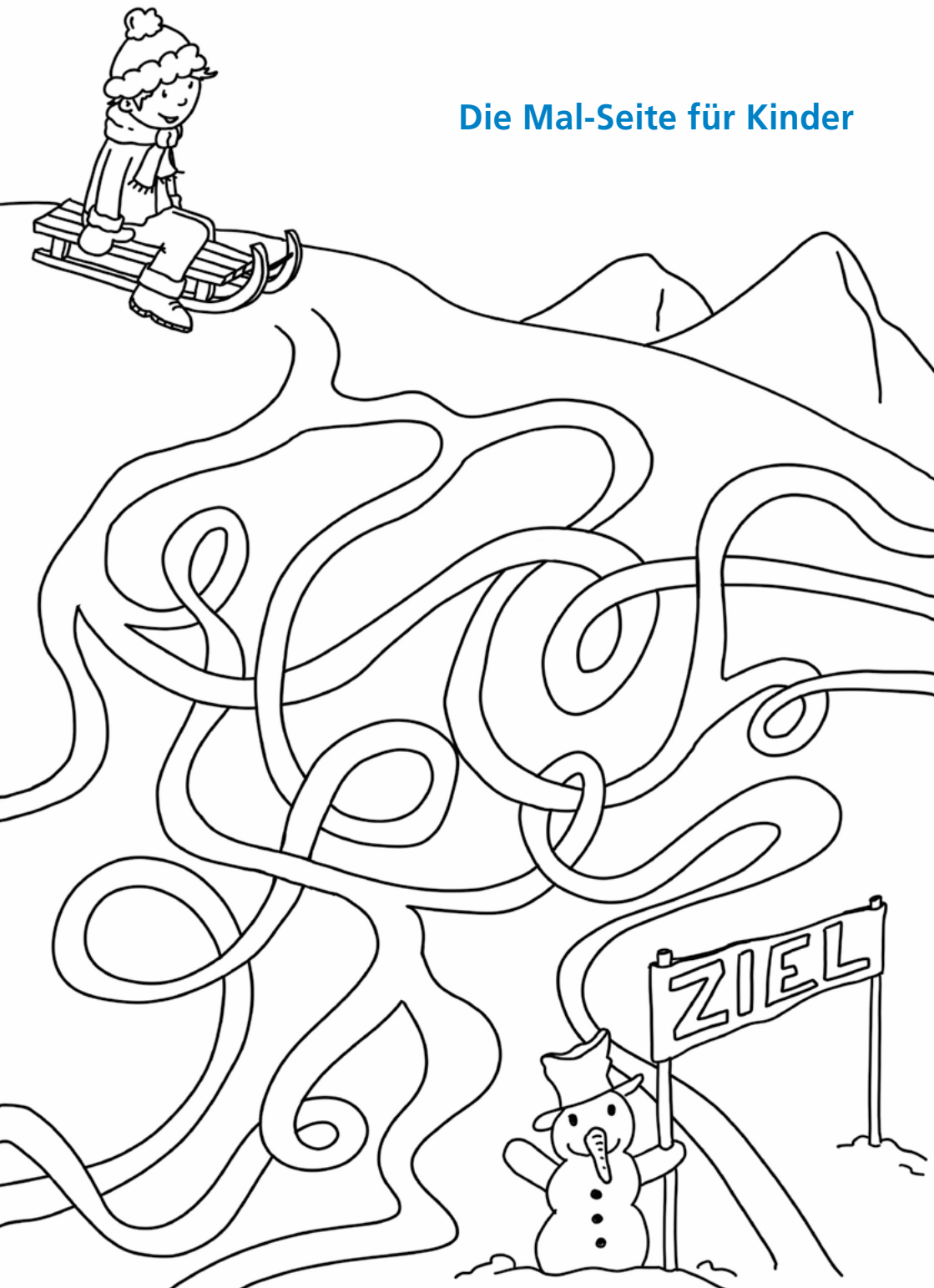
Freitag

Samstag

Sonntag

<p>9.30 – 11.30 Familien-Café</p>			
		<p>10.30 – 12.30 Treff für Alleinerziehende 1x im Monat ab Februar (Termine siehe S. 19)</p>	
		<p>13 – 19.30 Hier kannst Du unsere Räume mieten für Kinder-Geburtstage</p>	<p>13 – 19.30 Hier kannst Du unsere Räume mieten für Kinder-Geburtstage</p>
<p>15 – 16 Kreativ-Atelier für Kinder von 3 – 6 Jahren</p>	<p>16 – 17 Mama-Kind-Treff 1x im Monat (Termine siehe S. 7)</p>		
<p>15.30 – 17.30 Papa-Kind-Treff 1x im Monat (Termine siehe S. 7)</p>	<p>16 – 17.30 Persische Gruppe alle 14 Tage (Termine siehe S. 9)</p>		
<p>16.30 – 17.30 Kreativ-Atelier für Kinder von 5 – 6 Jahren</p>	<p>16.15 – 17.15 Vorlesen und Spielen auf Chinesisch alle 14 Tage (Termine siehe S. 9)</p>		

Die Mal-Seite für Kinder





Themen-Café

Für Mütter und Väter. Für Großeltern.
Für alle Personen in Elternrollen.

Mit oder ohne Kinder.

Du triffst andere Eltern. Du kannst Dich austauschen.

Die Psychologinnen der städtischen Beratungsstelle informieren Dich zu Fragen rund um den Alltag mit Deinen Kindern, z. B. Wie setze ich meinem Kind Grenzen?

- › Ohne Anmeldung
- › Kostenfrei



Montag: 10 – 11 Uhr

17.2.25

Grenzen setzen – aber wie?

17.3.25

Fernsehen, Tablet, Handy... Darf mein Kind das? Und wie lange?



Mama lernt Deutsch

Sprechen, lesen, schreiben.

Alle Frauen sind herzlich willkommen!

Für Mamas mit oder ohne Kinder.

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



Dienstag: 10 – 12 Uhr





Offenes Büro für Deine Anträge

Für Eltern mit Kindern von 0 – 6 Jahren.

Du kommst mit den vielen Papieren und Anträgen nicht zurecht?

Im „Offenen Büro“ kannst Du die Geräte vom Familien-Zentrum nutzen:

› Laptop, Kopierer, Drucker

Gemeinsam mit anderen Eltern kannst Du Dir Zeit nehmen, um Deine Papiere zu ordnen. Du kannst den Sozialpädagoginnen Fragen stellen.

Und Deine Kinder können spielen.

- › Ohne Anmeldung
- › Kostenfrei



Montag: 10 – 11.30 Uhr

13.1., 27.1., 10.2., 24.2., 10.3., 24.3.25



Freitag-Abend-Auszeit für Alleinerziehende

Der Verband alleinerziehender Mütter und Väter München lädt Euch herzlich ein zum Kennenlernen, zum Austauschen und um uns gegenseitig zu unterstützen!

Wir können zusammen essen und starten gemeinsam ins Wochenende.

- Mit oder ohne Kinder
- Mit Anmeldung

Kosten: Mitglieder des VAMV: 3 €;
Nicht-Mitglieder: 6 €

Wir freuen uns auf Dich!



Freitag: 17 – 19 Uhr

31.1.25



089 6927060



info@vamv-muenchen.de



Anmeldung über die Geschäftsstelle vom
Verband alleinerziehender Mütter und Väter:
www.vamv-muenchen.de



Treff für Alleinerziehende

Nimm Dir eine Auszeit vom Alltag!

Hier ist Raum, in dem alleinerziehende Mütter und Väter sich kennenlernen, austauschen und gegenseitig unterstützen können.


Wir können gemeinsam essen.

- Mit oder ohne Kinder
- Mit Anmeldung



Samstag: 10.30 – 12.30 Uhr

22.2., 29.3.25

 089 326302371

 familienzentrum-ludlstrasse@condrobs.de



Wir haben die Räume – Du hast die Talente:

- › als Gastgeber im Familien-Café
- › als Kursleitung in Bewegungs- und Kreativ-Angeboten, wie z. B. Yoga, Singen, Tanzen
- › als Kulturbotschafter 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 326302371

 familienzentrum-ludlstrasse@condrobs.de



Events

Erste Hilfe am Kind

vom Malteser Hilfsdienst e. V.

Donnerstag, 23.1.25 | 18 – 21 Uhr
Mit Anmeldung, 15 € pro Person

Kinder-Kino

für Kinder von 3 – 6 Jahren

Donnerstag, 6.2.25 | 16.30 Uhr
Ohne Anmeldung | Kostenfrei

Karneval der Tiere – Kommt gerne verkleidet!

für Kinder von 3 – 6 Jahren

Montag, 3.3.25 | 15 – 17 Uhr
Mit Anmeldung | 3,50 € pro Kind





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: 60 € + Patenschaft
(siehe nächste Seite)

Samstag und Sonntag: 13 – 19.30 Uhr

Bitte schreibe eine E-Mail mit Wunsch-Datum und Telefonnummer.

Wir melden uns bei Dir mit allen wichtigen Infos.

✉ familienzentrum-ludlstrasse@condrobs.de

☎ 089 326302371



Auf unserer Homepage findest Du alle wichtigen Informationen zur Raum-Miete.



Hilf uns mit einer Patenschaft!

Du kannst das Familien- und Beratungszentrum Ludlstraße unterstützen.

Wie? Du wirst Pate.

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

Das hilft dem Familien- und Beratungszentrum, damit junge Familien kommen können.

Das **Familien- und Beratungszentrum** ist ein Angebot von Condrops.

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.

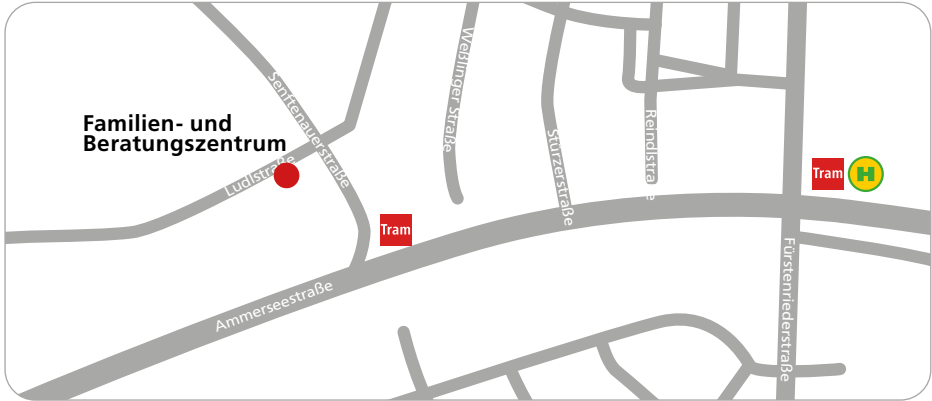
Wir sind da für süchtige Frauen und Männer und für ältere Menschen mit Sucht-Problemen.

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

Informationen unter **www.condrops.de**



Hier findest Du uns:





Tram: Linie 18, Haltestelle Senftenauer Straße

Bus: 51/151 Ammerseestraße

Condrobs Familien- und Beratungszentrum Ludlstraße

Ludlstraße 5 | 80689 München

 089 326302371

 089 326302375

 familienzentrum-ludlstrasse@condrobs.de

Wir haben einen Eingang für Rollstühle, sind für Gehörlose und Schwerhörige offen und haben ein barrierefreies WC.

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

Das Familien- und Beratungszentrum wird gefördert von der



Zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001



Wir arbeiten
gemeinwohlorientiert