



**Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V.**



**Beratung und Kurse 2020**

Häberlstr. 17 · 80337 München · Tel. (089) 550 678-0 · [haeberlstrasse-17.de](http://haeberlstrasse-17.de) · U3/U6 Goetheplatz · Bus 68/58 Kapuzinerplatz

Viele Angebote bei Bedarf mit Dolmetscher, auch in Gebärdensprache. Unsere Beratungsräume sind barrierefrei zugänglich.

**Bürozeiten:** Mo, Mi, Do, Fr 9:00 – 13:00 Uhr und Di, Do 15:00 – 17:00 Uhr

Anfragen/Anmeldungen/Beratungstermine auch unter [buero@haeberlstrasse-17.de](mailto:buero@haeberlstrasse-17.de)

Por favor escribanos a nuestro correo

Pour plus d'information, contactez-nous par e-mail



Kurstermine und weitere Informationen unter [haeberlstrasse-17.de](http://haeberlstrasse-17.de) see our website for details

bitte mit Anmeldung / please register

**Persönliche Beratung**

**Geburt in München**

Informationen zur Schwangerenvorsorge und zu Wahlmöglichkeiten des Geburtsortes: Münchner Kliniken – Geburtshaus – Praxisgeburt – Hausgeburt MI 17:00 – 18:30 UHR 15 €

**Birthing in Munich**

Get information to make informed and individual decisions during the entire perinatal period in the Munich area

SAT 11:00 – 12:30 A.M. 15 €

**Beratung zu Pränataldiagnostik und bei belasteter Schwangerschaft**

Wir beraten Sie

- über Methoden und mögliche Konsequenzen von Pränataldiagnostik.
- wenn Sie durch auffällige Befunde beunruhigt sind.
- wenn Ihre Schwangerschaft durch andere Sorgen belastet ist.
- auch nach einer belasteten Schwangerschaft.

Bei Bedarf buchen wir kostenlos eine Dolmetscherin, auch Gebärdensprache  
**Anmeldung Tel. 550 678-14** oder [beratung@haeberlstrasse-17.de](mailto:beratung@haeberlstrasse-17.de)  
30 € Spende erwünscht

**Info-Abend zur Pränataldiagnostik**

für werdende Eltern in der Frühschwangerschaft  
TERMINE SIEHE WEBSITE

**Geburtsbegleitung durch GfG-Doula®**

Die konstante Begleitung durch eine vertraute, geburtserfahrene Frau während der Geburt erfüllt das grundlegende Bedürfnis nach Sicherheit und Geborgenheit.

**Individuelle Geburtsvorbereitung für junge Schwangere und Frauen mit besonderen Bedürfnissen**

Mit Babypflege und Begleitung ins Elternsein  
[christine.brenner@haeberlstrasse-17.de](mailto:christine.brenner@haeberlstrasse-17.de)  
auch

30 €/Std.

**Beratung zu psychischen Krisen**

rund um die Geburt – Zu Fragen bei Angst und Zwangserkrankungen, Depression o.ä.  
[uli.wecker@haeberlstrasse-17.de](mailto:uli.wecker@haeberlstrasse-17.de)  
auch

30 €/Std.

**Familienberatung**

durch das Fachteam der Häberlstrasse  
einzeln oder Paar/Familie: 70 €/Std.

**Bindungsbasierte Elternberatung**

**Schlaf** – was Kinder beruhigt und Eltern entspannt  
**Stillen** – vom Neugeborenen bis zum Kleinkind, und alles, was neben Muttermilch und Formula nährend ist

**Entwicklung** – kindliche Bedürfnisse verstehen und darauf eingehen

**Schreibbabys** – was Halt gibt und die elterliche Anstrengung entlastet

Susanne Großkopf, MA Pädagogin, Beraterin frühkindl. Entwicklung, Emotionelle Erste Hilfe

**Telefonberatung 550 678-15** – 10 Min. kostenlos  
[elternberatung@haeberlstrasse-17.de](mailto:elternberatung@haeberlstrasse-17.de)  
auch

30 €/Std.

**Familienberatung – Asesoría psicológica en español durante el embarazo y en los primeros años de crianza.**

[patricia.vollmer@haeberlstrasse-17.de](mailto:patricia.vollmer@haeberlstrasse-17.de)

30 €/Std.

**Beruflicher Wiedereinstieg oder Impulse zur Neuorientierung**

[buero@haeberlstrasse-17.de](mailto:buero@haeberlstrasse-17.de)

auch einzeln oder Paare: 70 €/Std.

**Offene Treffs im Café: für Schwangere und Eltern**

Alle aktuellen Termine finden Sie auf unserer Website: [www.haebelstrasse-17.de](http://www.haebelstrasse-17.de) (QR-Code siehe oben)

**Baby-Treff**

Stillen + Füttern, Pflegen, Beruhigen, etc.  
MI 10:00 – 11:30 UHR 3 €

**Langzeitstilltreff**

1 x monatlich MO 10 – 11:30 UHR

**babySignal-Treff**

Austausch zur Kommunikation mit Gebärd., für Eltern mit hörenden oder gehörlosen Kindern ab 10 Monate

MO 17.02./18.05./19.10./14.12  
10:00 – 11:30 UHR 3 €

**Windelfrei Treff**

1 x monatlich MO 10 – 11:30 UHR

**Neu! Treff Erziehung? Beziehung!**

Austausch zu individuellen Fragen, mit fachlicher Begleitung durch abwechselnde Beraterinnen. Für Eltern mit Kleinkindern und Fragen zu: Verwöhnen, Überfordern, Umgang mit Frust und großen Gefühlen, Geschwisterliebe, Grenzen zeigen, gleichwürdiger Sprache u.v.m.

1 x monatlich DI 10:00 – 11:30 UHR 3 €

**Baby-Treff: DROP-IN**

Talk about: Breastfeeding – Sleep – Unsettled crying babies – Changing relationships

THU 10:00 – 11:30 A.M. 3 €

**Baby-Treff: Encuentros para madres que amamantan con asesoría especializada en el tema lactancia, sin inscripción previa**

LUN 10:30 – 11:45 HRS. 3 €

**Treff zur mehrsprachigen Erziehung: „Café en español“ un momento de encuentro y diálogo para madres y padres de habla hispana**

Excepto en períodos de vacaciones escolares. Sin inscripción previa

MIÉ 10:00 – 11:30 HRS. 3 €

**Baby-Treff: Café convivial en français**

Rencontres entre parents, futurs parents et enfants autour de thèmes comme: la grossesse, le projet de naissance, les différences culturelles, la parentalité, le post-partum, l'allaitement et le sommeil du bébé. Sans inscription

JEUDI 12H15 – 13H45 3 €

**Kurse vor und nach der Geburt**

**Individuelle Geburtsvorbereitung**

für Frauen/Paare

**Geburtsvorbereitungskurse:**

auch für Paare wöchentlich oder Wochenende für Frauen mit einem Partnertag für Frauen/Paare ab dem 2. Kind für Alleinerziehende

Geburtsverlauf – Atemformen – Gebärhaltungen – Umgang mit Schmerz – Besonderheiten der Schwangerschaft – unterstützende Partnerübungen – Entspannung – Massagen – spezielle Infos für werdende Väter.

Zusätzlich je eine Veranstaltung:

- „Wochenbett“ mit Hebamme,
- „Stillen ab der ersten Lebensstunde“
- „Unter werdenden Vätern“
- „Eltern werden – Paar bleiben“ oder „Familie leben“ – ab 2. Kind

+ 1 Treffen nach der Geburt mit den Babys  
Die Kosten werden zum Teil erstattet.

**Rückenfit in der Schwangerschaft**

Atem – Bewegung – Entspannung – Tanz Als Präventionskurs möglich

8 x 90 Min. 120 €

**Babypflege – Alles für einen guten Start**

Tipps und praktische Vorbereitung auf das Leben mit dem Baby

5 Std. am Wochenende 75 € / Paar 120 €

**ANGEBOTE FÜR WERDENDE VÄTER:**

Frank Schwarz, Anselm Kusser

**Pflege & Co. für (werdende) Väter**

1 x 3 Std. 50 €

**Unter werdenden Vätern**

Wissenswertes rund um die Geburt

1 x 2 Std. 33 €

**Alles Wichtige zu Tragetuch und Tragehilfen**

für Schwangere und Eltern mit kleinen Babys

22 € / Paar 32 €

**Singen – Tönen – Klingen**

Kinderlieder und Lieder aus aller Welt für Schwangere, Eltern mit ihren Babys, Großeltern und alle, die gerne singen.

8 x 60 Min. 72 €

**Neu! Morgengruß – Yoga in der frühen Schwangerschaft**

Sanfter Vinyasa Flow

6 x 60 Min., DI 8:15 – 9:15 UHR, 66 €

**Yoga für Schwangere**

6 x 90 Min., DI oder DO 18:30 – 20:00 UHR, 99 €

**New! Prenatal Yoga**

6 x 75 m., WED 5:30 – 6:45 p.m., Fee 84 €

**Yoga pour femmes enceintes**

6 x 90 Min., JEUDI 18H – 19H30, 99 €

**Yoga – maman – bébé**

6 x 90 Min., LUNDI 13H10 – 14H40, 99 €

**Luna Yoga: Tageskurse mit Adelheid Ohlig**

SO 16.02.

SO 05.04.

SO 12.07.

SO 15.11.

[www.luna-yoga.com](http://www.luna-yoga.com)

jeweils 16:00 – 19:00 UHR 60 € / Paar 110 €

**Babymassage + Vortrag Familie leben**

Masaje para el bebé

Baby Massage

6 x 60 Min. 68 €

**Rückbildung – Neufindung**

Entlastung und Stärkung von Beckenboden, Bauch, Rücken. Informationen für die neue Lebensphase.

+ Vortrag Familie leben

9 x 100 Min. tagsüber mit Kinderbetr. 158 €

9 x 90 Min. abends ohne Babys 129,50 €

**After childbirth**

remission and re-orientation

9 x 90 Min. with baby 135 €

**Rückbildung – Leere Wiege**

beim frühen Verlust eines Kindes

Edeltraut Edlinger, Bewegungspädagogin und Trauerbegleiterin, Tel. 75 55 249

7 x 3 Std. inkl. 1 Einzelgespräch 239 €

**Fit im 1. Babyjahr**

6 x 90 Min. tagsüber mit Kinderbetr. 108 €

**Frauen nach Kaiserschnitt**

Körperarbeit und Gespräch

6 x 120 Min. 150 €

**Beckenboden intensiv – Präventionskurs**

12 x 60 Min. 144 € – Erstattung möglich

**Ganzheitliche Rückenschule für Fortgeschrittene – Präventionskurs**

10 x 90 Min. 150 € – Erstattung möglich

**Unser Team hält sich durch regelmäßige Fortbildungen, Supervisionen und fachlichen Austausch stets auf dem aktuellen Stand.**

Bei finanziellen Schwierigkeiten fragen Sie nach Ermäßigungen.



Eltern freuen sich über einen Geschenkgutschein

**FenKid®**



**Kindern liebevoll Halt geben**

FenKid® Eltern-Kind-Kurse für die ersten 3 Jahre

- In vorbereiteter Umgebung mit anregenden, hochwertigen Erfahrungsmaterialien und altersgemäßen Bewegungselementen.
- Mit wertvollen Impulsreferaten zu Themen wie feinfühligere Zuwendung, frühkindlicher Bewegungsentwicklung, dem Umgang mit Konflikten und vielen mehr.
- Mit FenKid-Zumikos und moderierten Gesprächen in achtsamer Atmosphäre.

**FenKid Infoabend für Kursteilnehmer\*innen**

Sobald Sie einen FenKid Kurs besuchen, freuen wir uns darauf, Ihnen unsere Inhalte und Herangehensweisen im Gespräch, anhand von Fotos und Kurzfilmen vorzustellen und Ihre Fragen zu beantworten.

DI 21. 01./17. 03./26. 05./21. 07./06.10. 18 – 19. 45 Uhr im Café Netzwerk

**FenKid® – Eltern begleiten die frühe Persönlichkeits- und Bewegungsentwicklung ihrer Kinder**

Die Bindung stärken und Erziehungssicherheit aufbauen. Ab ca. 3. Monat.

10 x 75 Min. inkl. Infoabend 140 €

**FenKid® Maxi – für Eltern mit Kindern ab 18 Monaten**

– mit einer Stunde Gesprächen rund um Erziehung und Elternsein, diese inkl. Kinderbetreuung

6 x 120 Min. 162 €

**FenKid® für Alleinerziehende**

8 x 90 Min. 102 €

**FenKid® für Väter**

6 x 90 Min. am Wochenende 102 €

**FenKid® en español**

– Estos cursos están dirigidos a madres y padres interesados en acompañar y aprender a observar el desarrollo de sus bebés a partir de los 3 meses.

10 x 75 Min. 140 €

**FenKid® Parenting classes:**

**Mum and Baby FenKid 2 - 6 months old**

This course follows the FenKid concepts. It includes some baby massage, how to hold/soothe your baby.

**Crawler FenKid® – Your baby is on the move**

This course follows topics more relevant to this age group.

6 x 75 Min. 84 €

**FenKid® – groupe parents avec enfants**

Ce cours suit la méthode FenKid. Accompagnement du développement de l'enfant.

10 x 75 Min. 140 €

**FenKid® – Weiterführende Gespräche**

Zeit für persönliche Fragen zur Erziehung. Die Perspektiven von Eltern und Kindern im Blick behalten. Mit Tipps und Anregungen

6 x 120 Min. abends, 1 x monatlich 120 €

Informationen und Termine zu unseren FenKid Weiterbildungen für Kursleiter\*innen und für pädagogische Fachkräfte in Krippen und (Groß)Tagespflege, sowie zu den neuen Fortbildungstagen FenKid Krippenpädagogik finden Sie unter:

[www.fenkid.de/weiterbildungen](http://www.fenkid.de/weiterbildungen)

FenKid® ist eine geschützte Marke unserer Beratungsstelle.

Nur von uns lizenzierte Kursleiterinnen nutzen den Namen FenKid® für ihre Kurse in Deutschland.



Wir finanzieren unsere Beratungsstelle zum größten Teil durch Kursgebühren und Spenden.

Jede Spende unterstützt damit Familien, die in einer prägenden Lebensphase Hilfe und Begleitung brauchen.

Bitte spenden Sie auf unser Konto:

Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V.

IBAN: DE32 7002 0500 0007 8904 00

BIC: BFSWDE33MUE

Wir danken herzlich für die Förderung vieler unserer Angebote:



**Mit uns unter einem Dach: [www.haebelstrasse-17.de](http://www.haebelstrasse-17.de)**

**Hebammen Sprechstunde**

aufBerlinische Geburtshilfe

**GfG Doulas®**

Praktische Hilfe für Familien

Nach der Geburt

Tel. 550 678-55

[muenchen.mitte@wellcome-online.de](mailto:muenchen.mitte@wellcome-online.de)



**NETZWERK**

Geburt und Familie e.V. [www.nguf.de](http://www.nguf.de)

Café Mo bis Do 9 – 14:30 Uhr

Tel. 530 75 10 17

**Frühe Hilfen**

Tel. 530 75 10 23 Fachkräfte

Tel. 530 75 10 26 Familienhebammen

**Ambulante Erziehungshilfen**

Tel. 530 75 10 15

**Näherwerkstatt**

Tel. 45 21 51 98

**Kinderkrippe Walterstraße**

Tel. 520 33 585

**Selbsthilfegruppen**