Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V.

Programm 2017

haeberlstrasse-17.de

Häberlstr. 17 · 80337 München · Tel. (089) 550 678-0 · www.haeberlstrasse-17.de · U3/U6 Goetheplatz D · Bus 58 Kapuzinerplatz

Abendvorträge

Mo/Do 18:00 – 19:45 Uhr, im Café, ohne Anmeldung, 10 €, für Mitglieder kostenlos, bei Bedarf mit Gebärdendolmetscher, dies bitte anmelden

Januar

Mo 09.01.
Stillen ab der ersten Lebensstunde
in der Klinik und der ersten Zeit daheim.
Susanne Großkopf, Pädagogin, M.A., Beraterin frühkindliche Entwicklung

Do 19.01.
Elternzeit und Wiedereinstieg: Wichtige Infos und Austausch für Schwangere. Birgit Schniedermeier, System. Beraterin, Dipl. Kauffrau

Do 26.01.
Gut organisiert und entspannt ins Wochenbett
Hebammen Häberlstraße 17

Februar

Do 02.02.
Mehrere Sprachen zu Hause: ein Abend über mehrsprachige Erziehung
Andrea Wünsch, M.A., Internationale Forschungsstelle für Mehrsprachigkeit IFM

Do 09.02.
Eltern werden – Paar bleiben
Grundlagen für ein gelungenes Familienleben
Kirsten Hellwig, system. Paartherapeutin, Frank Schwarz, Elternberater

Do 16.02.
Familie leben – in Beziehung sein (ab 2. Kind)
Angelika Koch, FenKid®, familylab Familienberat.

Do 23.02.
Windelfrei – und Alternativen zur Kunststoffwindel Rosanna Schumacher, Kulturpädagogin

März

Do 09.03.
Krippe und Familienleben, worauf es Zuhause ankommt. Agnieszka Koziaczy, Dipl. Psychologin, Krippenleiterin

Mo 13.03.
Stillen ab der ersten Lebensstunde
Siehe auch 09.01.

Do 16.03.
Hausgeburt – eine persönliche, sichere Entscheidung Hausgeburtshebammen

Mo 20.03.
Ein guter Start ins Familienleben
Seminar für Paare mit erstem Kind "Sichere Bindung begleiten und fördern", Monika Ulm, GfG Familienbegleiterin®

Do 23.03.
Gut organisiert und entspannt ins Wochenbett
Hebammen Häberlstraße 17

Do 30.03.
Elternzeit und Wiedereinstieg: Wichtige Infos und Austausch für Schwangere. Birgit Schniedermeier, System. Beraterin, Dipl. Kauffrau

April

Do 06.04.
Eltern werden – Paar bleiben
Siehe auch 09.02.

Mo 24.04.
Stillen ab der ersten Lebensstunde
Siehe auch 09.01.

Do 27.04. Beginn 19 Uhr
Intercambio de profesionales que trabajan con personas hispanohablantes: Dr. Patricia Valenzuela-Stein, Helga Platz-Ceseña, Soz. Pädagogin Organizadoras

Mai

Mo 08.05. kostenlos
Reisen mit Baby Eindrücke und Erfahrungen einer 4monatigen Reise mit dem Dachzelt durch Südafrika, Anne Kombrink und Stefan Stautner

Do 11.05.
Gut organisiert und entspannt ins Wochenbett
Hebammen Häberlstraße 17

Mo 15.05.
Crianza bilingüe e intercultural
Patricia Vollmer, Dipl. Psych./UC de Chile

Do 18.05.
Familie leben – in Beziehung sein (ab 2. Kind)
Angelika Koch, FenKid®, familylab Familienberat.

Juni

Do 01.06.
Hausgeburt – eine persönliche, sichere Entscheidung Hausgeburtshebammen

Do 08.06.
Eltern werden – Paar bleiben
Siehe auch 09.02.

Mo 19.06.
Stillen ab der ersten Lebensstunde
Siehe auch 09.01.

Do 22.06.
Jetzt reicht's!!! Wohin mit der Wut? Kathrin Schickinger, FenKid®, familylab-Familienberat.

Do 29.06.
Gut organisiert und entspannt ins Wochenbett
Hebammen Häberlstraße 17

Juli

Do 06.07.
Familie leben – in Beziehung sein (ab 2. Kind)
Angelika Koch, FenKid®, familylab Familienberat.

Mo 10.07.
Krippe und Familienleben, worauf es Zuhause ankommt. Agnieszka Koziaczy, Dipl. Psychologin, Krippenleiterin

Mo 17.07.
Windelfrei – und Alternativen zur Kunststoffwindel Rosanna Schumacher, Kulturpädagogin

Do 20.07.
Eltern werden – Paar bleiben
Siehe auch 09.02.

August

Mo 07.08.
Stillen ab der ersten Lebensstunde
Siehe auch 09.01.

Do 17.08.
Gut organisiert und entspannt ins Wochenbett
Hebammen Häberlstraße 17

September

Do 07.09.
Hausgeburt – eine persönliche, sichere Entscheidung Hausgeburtshebammen

Do 14.09.
Familie leben – in Beziehung sein (ab 2. Kind)
Angelika Koch, FenKid®, familylab Familienberat.

Do 21.09.
Eltern werden – Paar bleiben
Siehe auch 09.02.

Oktober

Do 05.10.
Gut organisiert und entspannt ins Wochenbett
Hebammen Häberlstraße 17

Mo 09.10.
Stillen ab der ersten Lebensstunde
Siehe auch 09.01.

Do 12.10. Beginn 19 Uhr
Intercambio de profesionales que trabajan con personas hispanohablantes: Dr. Patricia Valenzuela-Stein, Helga Platz-Ceseña, Soz. Pädagogin Organizadoras

Mo 16.10.
Ein guter Start ins Familienleben
Siehe auch 20.03.

Do 19.10. kostenlos
Reisen mit Baby Eindrücke und Erfahrungen einer 4monatigen Reise mit dem Dachzelt durch Südafrika, Anne Kombrink und Stefan Stautner

Do 26.10.
Eltern werden – Paar bleiben
Siehe auch 09.02.

November

Do 09.11.
Familie leben – in Beziehung sein (ab 2. Kind)
Angelika Koch, FenKid®, familylab Familienberat.

Mo 13.11.
Welche Betreuungsform passt zu unserer Familie? Relevante Entscheidungsfaktoren für die Betreuung durch Tagesmutter, Großeltern, Großtagespflege, Kinderkrippe. Agnieszka Koziaczy, Dipl. Psychologin, Krippenleiterin

Do 16.11.
Windelfrei – und Alternativen zur Kunststoffwindel Rosanna Schumacher, Kulturpädagogin

Mo 20.11.
Stillen ab der ersten Lebensstunde
Siehe auch 09.01.

Do 23.11.
Mehrere Sprachen zu Hause: ein Abend über mehrsprachige Erziehung
Andrea Wünsch, M.A., Internationale Forschungsstelle für Mehrsprachigkeit IFM

Do 30.11.
Gut organisiert und entspannt ins Wochenbett
Hebammen Häberlstraße 17

Dezember

Mo 04.12.
Poner límites con amor (para niños menores de 3 años), Patricia Vollmer, Dipl. Psych./UC de Chile

Do 07.12.
Hausgeburt – eine persönliche, sichere Entscheidung Hausgeburtshebammen

Do 14.12.
Eltern werden – Paar bleiben
Siehe auch 09.02.

Elternforum

Montags 15:30 – 17:15 Uhr, im Café, Anmeldung erforderlich: Tel. 550 678-0, 12 €, Spielecke, zu manchen Vorträgen mit Kinderbetreuung, siehe Website

Januar

Mo 23.01.
Liebevoll Grenzen setzen – von Anfang an bis 12 Mon. Katre von Pfeil, FenKid® und familylab-Seminarleiterin

Mo 30.01.
Beruf, Familie und ich, Teil I: Was will ich – was ist möglich? Birgit Schniedermeier, Systemische Beraterin, Diplomkauffrau

Februar

Mo 06.02.
Beikost und Familientisch Brei oder Baby-led weaning (Fingerfood für das Baby)?
Susanne Großkopf, Pädagogin, M.A., Beraterin frühkindliche Entwicklung

Mo 13.02.
Poner límites con amor (para niños menores de 3 años), Patricia Vollmer, Dipl. Psych./UC de Chile

Mo 20.02.
Jetzt reicht's!!! Wohin mit der Wut? Kathrin Schickinger, FenKid®, familylab-Familienberat.

März

Mo 06.03.
Liebevoll Grenzen setzen – von Anfang an ab 12 Mon. Monika Ulm, FenKid® und GfG Familienbegleiterin®

Mo 13.03.
Weaning – first foods at the family table
Puree or Baby-led weaning?
Julie Mason, Breastfeeding Counsellor, Midwife

Mo 20.03.
Schlaf, Baby, schlaf! Von Familienbett bis Schlafprogramm – was sorgt für ruhigere Nächte und eine gute Schlafentwicklung?
Susanne Großkopf, Pädagogin, M.A., Beraterin frühkindliche Entwicklung

Mo 27.03.
Beruf, Familie und ich, Teil II: Work-Life-Balance oder der Alltag als ewiger Kraftakt?
Birgit Schniedermeier, Systemische Beraterin, Diplomkauffrau

April

Mo 03.04.
Liebevoll Grenzen setzen – von Anfang an bis 12 Mon. Monika Ulm, FenKid® und GfG Familienbegleiterin®

Mo 24.04.
Teil I: **Einführung und Umgang mit klassischer Homöopathie für Säuglinge und Kleinkinder** wann und wie ist sie sinnvoll?
Claudia Heidger, HP, Homöopathin

Mai

Mo 08.05.
Beikost und Familientisch Brei oder Baby-led weaning (Fingerfood für das Baby)?
Susanne Großkopf, Pädagogin, M.A., Beraterin frühkindliche Entwicklung

Mo 15.05.
Teil II: **Homöopathie für Säuglinge und Kleinkinder** Praktische Anwendung bei Kinderkrankheiten, Claudia Heidger, HP, Homöopathin

Mo 29.05.
"Das ist so ungerecht, Mama!"
Wie Eltern streitenden Geschwistern gerecht werden können. Kathrin Schickinger, FenKid®, familylab-Familienberaterin

Juni

Mo 26.06.
Liebevoll Grenzen setzen – von Anfang an ab 12 Mon. Monika Ulm, FenKid® und GfG Familienbegleiterin®

Juli

Mo 03.07.
Preparándonos para la entrada a la Krippe
Patricia Vollmer, Dipl. Psych./UC de Chile

Mo 11.07.
Schlaf, Baby, schlaf! Von Familienbett bis Schlafprogramm – was sorgt für ruhigere Nächte und eine gute Schlafentwicklung?
Susanne Großkopf, Pädagogin, M.A., Beraterin frühkindliche Entwicklung

Oktober

Mo 16.10.
Liebevoll Grenzen setzen – von Anfang an bis 12 Mon. Katre von Pfeil, FenKid® und familylab-Seminarleiterin

Mo 23.10.
Berührungen die Babys beruhigen
Susanne Großkopf, Pädagogin, M.A., Beraterin frühkindliche Entwicklung

November

Mo 06.11.
Jetzt reicht's!!! Wohin mit der Wut? Kathrin Schickinger, FenKid®, familylab-Familienberat.

Mo 13.11
Crianza bilingüe e intercultural
Patricia Vollmer, Dipl. Psych./UC de Chile

Mo 27.11.
Weaning – first foods at the family table
Puree or Baby-led weaning?
Julie Mason, Breastfeeding Counsellor, Midwife.

Dezember

Mo 04.12.
Beikost und Familientisch Brei oder Baby-led weaning (Fingerfood für das Baby)?
Susanne Großkopf, Pädagogin, M.A., Beraterin frühkindliche Entwicklung

Mo 11.12.
Liebevoll Grenzen setzen – von Anfang an ab 12 Mon. Monika Ulm, FenKid® und GfG Familienbegleiterin®

Seminare und Weiterbildungen

Alle bitte mit Anmeldung

Seminare für Eltern und Fachleute:

Achtsame Kommunikation mit Kindern
Seminar mit Lienhard Valentin.
Die Praxis der Achtsamkeit sowie einige wichtige Erkenntnisse aus der Gehirn- und Bindungsforschung sind eine wesentliche Hilfe, einen inneren Kompass auszubilden, der uns auch bei hohem Wellengang im Leben mit Kindern auf Kurs hält.
Fr/Sa/So 03. – 05.02. 180 €
Fr 18 – 20 Uhr, Sa 10 – 18 Uhr, So 10 – 13 Uhr

Kindernotfälle – Intensiv Praktische Erste Hilfe am Kind, mit lebensechten Kinderpuppen. Niklas Schäfer, Lehrrettungsassistent, Ausbilder, Dozent für Notfallmedizin und HP
Fr jeweils 24.02./30.06./29.09./08.12.
14 – 18 Uhr 35 €/Paare 60 €

Der Schlaf der Kleinen – warum ist der so schwierig? Das Schlafen sollte doch das einfachste Ding der Welt sein. In Wirklichkeit aber entzünden sich daran die ersten Konflikte in der jungen Familie. Die Kleinen scheinen sich das mit dem Schlaf irgendwie anders vorzustellen. Warum ist das so? Und was können wir tun, um die Kinder beim Schlafen zu unterstützen?
Dr. Herbert Renz-Polster, www.kinder-verstehen.de
Di 14.03. 18 – 20:30 Uhr 15 €/Paare 20 €

Lustwandel – Seminar für Frauen zum Thema Sexualität. Informationen, Reflexionen und Wahrnehmungen über weibliche Lust und Unlust.
Kirsten Hellwig, systemische Paar- und Sexualtherapeutin
Sa 04.03. 14 – 17:30 Uhr 35 €

Herausfordernde Gefühle im Familienleben
Von Aggression bis Empathie – Mit Übungen zur achtsamen Kommunikation, Gespräch und Reflexion. Susanne Großkopf, Kathrin Schickinger, familylab Familienberaterinnen
So jeweils 12.03./19.11. 10 – 17 Uhr
90 €/Paare 150 €

Ein Samstag voller Achtsamkeit. Ein Tag der Selbstsorge durch Achtsamkeitsübungen, Gespräche zu Erziehungsfragen und Gesang. Kathrin Schickinger, FenKid®, mbsr, familylab-Familienberaterin
Sa jeweils 11.03./18.11. 11 – 16 Uhr
80 €/Paare 140 € – inklusive kaltes Buffet

Lebendiger Beckenraum – Freie Schultern
Bewegungsprozesse reflektieren u. anleiten üben. Edeltraut Edlinger, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin (Dore-Jakobs-Fachschule) mit Rückenschullizenz
Fr/Sa 06./07.10. Fr 16 – 19 Uhr, Sa 9 – 16 Uhr
130 €

Freundschaft schließen mit sich selbst – Achtsamkeit und Selbstmitgefühl für Eltern
In diesem Seminar stellen wir Praktiken aus dem 'Mindful Self-Compassion Program', aus der Achtsamkeitsmeditation und aus der Essentiellen Gestaltarbeit vor, die dabei helfen können, die eigenen negativen Programme zu erkennen und hinter uns zu lassen. Lienhard Valentin, Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, Buchautor
Fr/Sa/So 01. – 03.12. 180 €
Fr 18 – 20 Uhr, Sa 10 – 18 Uhr, So 10 – 13 Uhr

Weiterbildungen für Fachleute:

FenKid® Weiterbildung zur Leitung von Eltern-Kind-Kursen Die Bewegungs- und Persönlichkeitsentwicklung von Kindern begleiten
München: Teil 1: 24./25./26.03. Teil 2: 05./06./07.05.
München: Teil 1: 20./21./22.10. Teil 2: 24./25./26.11.
Fr 14 – 19 Uhr, Sa 9.30 – 18 Uhr, So 9.30 – 16 Uhr
Teil 1 + 2: 930 €
inkl. Script, 2 Hospitationen, Zertifikat

FenKid® Weiterbildung für pädagogische Fachkräfte in Kitas / U3 oder Groß-Tagespflege Bewegungsentwicklung – achtsame Pflege – Dialog mit Eltern – Konfliktbegleitung – Selbstfürsorge
Termine 2017/18 siehe www.fenkid.de

Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V.

Das Zentrum für werdende Eltern und Familien mit kleinen Kindern in München

Wir vertreten einen frauen- und familienorientierten Standpunkt, beraten und informieren unabhängig von kommerziellen Interessen.

Beratung und Kurse 2017

haeberlstrasse-17.de

Häberlstr. 17 · 80337 München · Tel. (089) 550 678-0 · www.haeberlstrasse-17.de · U3/U6 Goetheplatz (D) · Bus 58 Kapuzinerplatz

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

English spoken office hours:
Mon, Wed, Thu, Fri 9:00 a.m. – 1:00 p.m. and Tue, Thu 3:00 – 5:00 p.m.

Hablamos español en la oficina: Los lunes y jueves de las 9:00 – 13:00

Weitere Informationen und Kurstermine unter **www.haeberlstrasse-17.de**
Anfragen / Anmeldungen / Beratungstermine unter **buero@haeberlstrasse-17.de**
oder **Telefon 550 678-0**

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

Beratung

Bitte mit Anmeldung

Beratung vor der Geburt

Geburt in München
Informationen zur Schwangerenvorsorge und zu Wahlmöglichkeiten des Geburtsortes: Münchner Kliniken – Geburtshaus – Praxisgeburt – Hausgeburt
b.strehler-heubeck@haeberlstrasse-17.de
Mi | 17 – 18:30 Uhr | 15 €

Geburtsbegleitung mit GfG-Doula®
Die konstante Begleitung durch eine vertraute, geburtserfahrene Frau während der Geburt erfüllt das grundlegende Bedürfnis nach Sicherheit und Geborgenheit.

Beratung zu Pränataldiagnostik und bei belasteter Schwangerschaft
Wir beraten Sie
- über Methoden und mögliche Konsequenzen von PND.
- wenn Sie durch auffällige Befunde beunruhigt sind.
- wenn Ihre Schwangerschaft durch andere Sorgen belastet ist.
- auch nach einer belasteten Schwangerschaft.

- **Info-Abend zur Pränataldiagnostik**
  Für werdende Eltern in der Frühschwangerschaft
  Termine auf der Website

Bei Bedarf buchen wir kostenlos eine Dolmetscherin, auch Gebärdensprache
Anmeldung Tel. 550 678-14 oder
beratung@haeberlstrasse-17.de
30 € Spende erwünscht

Begleitung für minderjährige und junge Schwangere – Vorbereitung auf die Geburt sowie Begleitung ins Elternsein
anne.stelzer@haeberlstrasse-17.de auch

Beratung nach der Geburt

Bindungsfördernde Elternberatung und Schreibaby-Sprechstunde
Schreibaby – wenn Regulationsstörungen zu ständiger Unruhe, Quengeligkeit und übermäßigem Schreien führen
Schlaf – ruhigere Nächte ohne Stressprogramm
Stillen – vom Neugeborenen bis zum Kleinkind, z.B. Milchfluss, Saugtechnik, entspannte Still-Mahlzeiten
Ernährung – Beikost + Familientisch, wie das Kind gerne isst (auch Ess-Störungen)
Entwicklung – das Spiel- und Bewegungsbedürfnis verstehen und fördern.
Telefonberatung 550 678-15 – 10 Min. kostenlos
elternberatung@haeberlstrasse-17.de
30 € / Std. auch

Hebammen – Notfallsprechstunde
Die Sprechstunde ist für Wöchnerinnen die keine Nachsorge-Hebamme im Wochenbett haben, aber dringend den Rat einer Hebamme suchen.
Anmeldung Tel. 550 678-0 oder
buero@haeberlstrasse-17.de
Eine Terminvereinbarung ist erst nach der Geburt des Kindes möglich.
Bitte bringen Sie mit: Mutterpass, Kinder-Untersuchungsheft und Versichertenkarte.
Diese Leistung zahlt Ihre Krankenkasse.

Familienberatung
durch das Fachteam der Häberlstrasse-17
60 € / Std. Einzeln oder als Paar/Familie

Familienberatung – Asesoría psicológica en español durante el embarazo y en los primeros años de crianza.
patricia.vollmer@haeberlstrasse-17.de
30 € / Std.

Beruflicher Wiedereinstieg oder Impulse zur Neuorientierung
60 € / Std. Einzeln o. Paare, auch

Beratung zu psychischen Krisen
rund um die Geburt – Zu Fragen bei Angst und Zwangserkrankungen, Depression o.ä.
uli.wecker@haeberlstrasse-17.de
30 € / Std. auch

wellcome
Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt
Tel. 550 678-55
muenchen.mitte@wellcome-online.de

Offene Treffs im Café

Baby-Treff
Stillen + Füttern, Pflegen, Beruhigen, etc.
Mi | 10:30 – 11:45 Uhr | 2 €

Baby-Treff: Baby DROP IN – No need to register, just turn up. Talk about: Breastfeeding – Weaning – Sleep – Changing relationships – in a relaxed environment
Thu | 10:30 – 11:45 a.m. | 2 €

Baby-Treff: Encuentros para madres que amamantan con asesoría especializada en el tema lactancia, sin inscripción previa
Lun | 10:30 – 11:45 hrs. | 2 €

Treff zur mehrsprachigen Erziehung – „Café en español" un momento de encuentro y diálogo para madres y padres de habla hispana
Excepto en periodos de vacaciones escolares. Sin inscripción previa
Mié | 10 – 11:30 hrs. | 2 €

Un café convivial: rencontres, échanges et partages d'expériences autour de thèmes concernant la parentalité, entre et pour futurs parents, parents et leurs enfants.
(sauf pendant les vacances) sans inscription
Mardi | 10h30 – 11h45 | 2 €

Windelfrei Treff
1 x monatlich – Termine auf der Website

Kurse vor und nach der Geburt

Unsere Kursleiterinnen halten sich durch regelmäßige Fortbildungen, Supervisionen und fachlichen Austausch stets auf dem aktuellen Stand.

Bei finanziellen Schwierigkeiten fragen Sie nach Ermäßigungen.

Kurse vor der Geburt

Individuelle Geburtsvorbereitung
für Frauen/Paare, auch

Geburtsvorbereitungskurse:
für Paare wöchentlich o. Wochenende
für Frauen mit einem Partnertag
für Frauen/Paare ab dem 2. Kind
für Alleinerziehende
für Junge Frauen

Geburtsverlauf – Atemformen – Gebärhaltungen – Umgang mit Schmerz – Besonderheiten der Schwangerschaft – unterstützende Partnerübungen – Entspannung – Massagen – spezielle Infos für Väter. Zusätzlich je eine Abendveranstaltung:
- „Wochenbett" mit Hebamme,
- „Stillen ab der ersten Lebensstunde"
- „Eltern werden – Paar bleiben" oder „Familie leben" – ab 2. Kind

+ 1 Treffen nach der Geburt mit den Babys
ab 112 € 80 € werden erstattet

Rundum fit in der Schwangerschaft:
Gymnastik für Schwangere – Zeit für mich
Atem – Bewegung – Entspannung – Tanz
Als Präventionskurs möglich
6 x 120 Min. | 105 € | Erstattung möglich
Anschl. Termine individ. buchbar: 17,50 €

Yoga für Schwangere
Yoga para embarazadas
Pregnancy Yoga
Yoga pour femmes enceintes
6 x 90 Min. | 84 €

Eltern gefällt das!
Ein Geschenkgutschein für unsere Kurse

Kurse vor und nach der Geburt

Tragetuchkurs
für Schwangere und Mütter mit kleinen Babys
22 €/Paar 32 €

Babypflege – Alles für einen guten Start
Tipps und praktische Vorbereitung auf das Leben mit dem Baby
6 Std. am Wochenende | 75 €/Paar 120 €

Pflege & Co. für (werdende) Väter
Frank Schwarz, Kinderkrankenpfleger
1 x 3 Std. | 50 €

Unter werdenden Vätern
Wissenswertes rund um die Geburt
1 x 2 Std. | 25 €

Unter Vätern
Austausch im 1. Babyjahr
1 x 2 Std. | 25 €

Frank Schwarz,
Kinderkrankenpfleger, Elternberater

Doppeltes Glück – Zwillingsgespräche
während Schwangerschaft und im ersten Babyjahr. Offene Gruppe ohne Anmeldung.
Monika Ulm, Zwillingsmutter, Fenkid®-Kursleiterin.
1 x monatl. 90 Min. | 17 €

Singen und Kreistänze
für Schwangere, Mütter, Väter, Großeltern oder Tanten mit Kindern von 4 – 18 Monaten
10 x 90 Min. | 120 €

Kurse nach der Geburt

Rückbildung – Neufindung Entlastung und Stärkung von Beckenboden, Bauch, Rücken. Informationen für die neue Lebensphase.
Inkl. Seminar „Familie Leben" 1. Kind/ab 2. Kind
9 x 100 Min. tagsüber | 138 € | Kinderbetreuung
9 x 90 Min. abends | 115 € | ohne Babys

Recuperación y cuidados después del embarazo con guarderia para niños
9 x 100 Min. | 138 €

Rückbildung – Leere Wiege
beim frühen Verlust eines Kindes
Edeltraut Edlinger, Bewegungspädagogin u. Trauerbegleiterin, Tel. 75 55 249
7 x 3 Std. | 239 € | inkl. 1 Einzelgespräch

Babymassage
Inkl. Seminar „Familie Leben" 1. Kind/ab 2. Kind
Masaje para el bebé
Baby Massage
6 x 60 Min. | 66 €

Yoga mit Baby
Inkl. Seminar „Familie Leben" 1. Kind/ab 2. Kind
Mother and Baby Yoga
Yoga – maman – bébé
6 x 90 Min. | 90 €

Fit im 1. Babyjahr
tagsüber mit Kinderbetreuung / abends ohne
6 x 90 Min. | 96 €

Kurs für Frauen nach Kaiserschnitt
Körperarbeit und Gespräch
6 x 120 Min. | 120 €

Beckenboden intensiv – Präventionskurs
12 x 60 Min. | 144 € | Erstattung möglich

Ganzheitliche Rückenschule für Fortgeschrittene – Präventionskurs
12 x 75 Min. | 162 € | Erstattung möglich

Luna Yoga, Adelheid Ohlig, www.luna-yoga.com
So | 02.04. | 10 – 14 Uhr | **Info zur Ausbildung**

Sa | 14.01. | **Kreativität und Kinderwunsch**
14 – 18 Uhr | 75 €/Paar 140 €

Sa | 25.02. | **Frühlingsfrische**
Sa | 01.07. | **Sommerstärke**
So | 22.10. | **Herbsthimmel**
Sa | 25.11. | **Winterwärme**
jeweils 14 – 18 Uhr | 75 €

Mütter tanzen und singen mit ihren Kindern
– ab 18 Monaten. Anmeldung Anna Daenzer, Tel. 76 66 62, adaenzer@web.de

Erziehung? Beziehung!
Über die individuellen Entwicklungsschritte und Erziehungsfragen im Gespräch bleiben.
6 x 14-tägig, 120 Min. vormittags | 120 €

FenKid®

Mehr über unser beliebtes und erfolgreiches Kurskonzept unter www.fenkid.de

FenKid® – Eltern begleiten die frühe Persönlichkeits- und Bewegungsentwicklung ihrer Kinder
Die Bindung stärken und Erziehungssicherheit aufbauen. Ab ca. 3. Monat. Inkl. Infoabend
10 x 75 Min. | 120 €

FenKid® Maxi – für Eltern mit Kindern ab 18 Monaten – mit Gesprächen (60 Min.*) rund um Erziehung und Elternsein.
6 x 120 Min. | 162 € | inkl. * Kinderbetreuung

FenKid® für Alleinerziehende
10 x 90 Min. | 120 €

FenKid® für Väter – inkl. Infoabend
6 x 90 Min. am Wochenende | 99 €

FenKid® – Weiterführende Gespräche
Zeit für persönliche Fragen zur Erziehung. Die Bewegungs- u. Persönlichkeitsentwicklung von Kindern U3 im Blick haben.
Mit Tipps und Anregungen
6 x abends, 1 x monatlich | 120 €

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.
http://fenkid.de/fenkid-kurse-en-espanol
10 x 75 Min. | 120 €

FenKid® Parenting Classes – Parents take pleasure in the infants' unfolding development and play. They also gain confidence in "reading" the child's needs and fulfilling those needs in a responsive manner. The prepared playing environment encourages babies to be curious, active and explorative. Time to discuss current parenting topics.
6 x 75 Min. | 72 €

Mit uns unter einem Dach in der Häberlstraße 17

www.haeberlstrasse-17.de

Hebammen Sprechstunde
außerklinische Geburtshilfe,
Vor- und Nachsorge

Geburtsbegleitung
GfG Doulas®

NETZWERK
Geburt und Familie e.V.
www.nguf.de

Café Netzwerk
Mo bis Do 9 – 14:30 Uhr, Tel. 530 75 10 17

Frühe Hilfen
Tel. 530 75 10 23

Ambulante Erziehungshilfen
Tel. 530 75 10 15

Nähwerkstatt
Tel. 45 21 51 98

Kinderkrippe Walterstraße
Tel. 520 33 585

Selbsthilfegruppen

Bitte alle nur mit Anmeldung

Unerfüllter Kinderwunsch
für Frauen und Männer
3. Di im Monat, 19 Uhr, Tel. 550 678-14

Krise/Depression rund um die Geburt
„Schatten und Licht", 1. und 3. Do im Monat
uli.wecker@haeberlstrasse-17.de

Zu früh geboren
Treff für Eltern mit einem frühgeborenen Kind
Katja Schlegtendal, Tel. 272 03 65

Sternenkinder – glücklose Schwangerschaft
ein Dienstag-Abend im Monat
Anita Kögl-Schinzel, Tel. 642 68 88

Via Nova – vorgeburtliche Diagnose: kindliche Fehlbildung, Tel. 550 678-14

Ihre Spende fördert zu 100 %

Wir finanzieren unsere Beratungsstelle zum größten Teil durch Kursgebühren und Spenden.
Für bestimmte Angebote erhalten wir Zuschüsse.
Für ihre finanzielle Unterstützung danken wir der Landeshauptstadt München

Wir danken dem „Runden Tisch der Krankenkassen der Region München" für die finanzielle Unterstützung der Selbsthilfegruppen.

Jede Spende fördert unsere gemeinnützige Arbeit und unterstützt damit Familien, die in einer prägenden Lebensphase Hilfe brauchen.
Spendenkonto: Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e.V., IBAN DE32 7002 0500 0007 8904 00 bei der Sozialbank

Gestaltung: www.corporate-design-solutions.de
Abb.: BNG-Archiv