



2025

JAHRESBERICHT

Beratungsstelle für Natürliche
Geburt und Elternsein e.V.



Wir danken herzlich für die Unterstützung und Solidarität:

- dem Sozialreferat der Landeshauptstadt München für die Förderung im Rahmen der Kinder- und Jugendhilfe über das Stadtjugendamt
- dem Gesundheitsreferat der Landeshauptstadt München für die Förderung
- der Stiftungsverwaltung im Sozialreferat der Landeshauptstadt München für die Förderung von Gebärdensprachdolmetscher*innen in unseren Kursen
- den Vertreter*innen des Münchner Stadtrats
- der Heidehof Stiftung und allen privaten Spender*innen
- dem Netzwerk Geburt und Familie e. V.
- dem wellcome-Team
- dem Verbund Familienbildungsangebote in Programmen und Kursen
- allen Kooperationspartner*innen

Allen Mitarbeiter*innen und Kursleiter*innen für ihr außerordentliches Engagement!

INHALT

Was uns antreibt	05
Was wir bieten	08
Zahlen und Daten 2025	09
Berichte aus den Fachstellen	
• Individuelle Geburts- vorbereitung	11
• Psychische Krise	13
• Pränataldiagnostik	15
• Elternberatung	17
Wellcome München Mitte	19
FenKid® Weiterbildungen	21
Rückblick 2025	23
Unser Team	27

IMPRESSUM

Herausgeberin: Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein e. V. | Häberlstraße 17 | 80337 München
Redaktion und Text: Lena Schneck
Gestaltung, Satz und Layout: Lena Schneck
Bildnachweis: Deckblatt, S. 15, 20, 22: Daniela Pfeil | S. 25 Equal Care Day: Yavor Lalev | Weitere Fotos: privat



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stadtjugendamt



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stiftungsverwaltung



Landkreis München
Landratsamt München

Heidehof
Stiftung

Viele unserer Angebote werden gefördert durch:

- Sozialreferat der Landeshauptstadt München, Stadtjugendamt
- Gesundheitsreferat der Landeshauptstadt München
- Stiftungsverwaltung der Landeshauptstadt München
- Landkreis München
- und der Heidehof Stiftung



**UNTERSTÜTZE UNSERE ARBEIT
JETZT DIREKT
SPENDEN**







LIEBE* R LESER* IN,

im vergangenen Jahresbericht haben wir beschrieben, dass sich für unsere Beratungsstelle tiefgreifende Veränderungen ankündigen. Ein Jahr später sind wir mittendrin. Wandel gehört zu unserem Alltag. Er prägt die Weiterentwicklung unserer Organisation ebenso wie unsere Arbeit mit den Menschen, die zu uns kommen. Schwangerschaft, Geburt und Elternwerden gehören zu den prägendsten Übergängen im Leben. Sie verändern Beziehungen, Lebensentwürfe und das eigene Selbstverständnis. In unserer Arbeit geht es deshalb um weit mehr als die Vermittlung von Wissen oder die Beantwortung von Fragen. Wir schaffen Räume, in denen persönliche Entwicklung möglich wird – Räume für Orientierung, Selbstvertrauen und den Mut, den eigenen Weg zu finden.

Auch die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verändern sich weiter. Die Krisen und Umbrüche der Gegenwart hinterlassen Spuren – auch dort, wo Zukunft entsteht. Während der Wunsch nach Kindern weitgehend stabil bleibt, gehen die Geburtenzahlen zurück. Das zeigt, wie sehr gesellschaftliche Rahmenbedingungen beeinflussen, wann und unter welchen Voraussetzungen Menschen den Schritt ins Elternwerden gehen. Umso wichtiger ist es, sie in dieser besonderen Lebensphase verlässlich, ressourcenorientiert und stärkend zu begleiten.

Wandel bedeutet für uns auch, den Blick nach innen zu richten. 2025 haben wir unser Selbstverständnis geschärft und in einem Mission Statement zusammengefasst. Es bildet die Grundlage dafür, unsere Arbeit und unsere Kommunikation weiterzuentwickeln, ohne unsere Wurzeln aus dem Blick zu verlieren. Was Menschen bei uns findet, ist seit mehr als 45 Jahren konstant: hohe und stets aktuelle fachliche Expertise, eine respektvolle Haltung und eine Gemeinschaft, die trägt. Dafür engagieren sich unsere Mitarbeitenden, Kursleitungen, Kooperationspartner*innen und Ehrenamtlichen Tag für Tag mit großem Einsatz. Ihnen gilt unser herzlicher Dank.

B. Schniedermeier de Mejía & *Lena Schneck*

Birgit Schniedermeier de Mejía
Betriebswirtschaftliche Leitung

Lena Schneck
Fachliche Leitung

WAS UNS ANTREIBT

Warum wir tun, was wir tun, ist eng mit unserer Geschichte verbunden. **Unsere Wurzeln liegen in der Frauen- und Selbsthilfebewegung der 1970er-Jahre.** Als unsere Beratungsstelle 1979 von fünf engagierten Müttern gegründet wurde, war der Wunsch nach einer selbstbestimmten Schwangerschaft und Geburt noch längst keine Selbstverständlichkeit. Dieses Anliegen prägt unsere Arbeit bis heute. Besonders wertvoll ist für uns, dass wir noch immer eng mit drei der Gründungsfrauen verbunden sind. Ihr Erfahrungsschatz, ihr Vertrauen und ihr unermüdliches Engagement erinnern uns daran, woher wir kommen – und geben uns zugleich Kraft und Orientierung für die Zukunft.

Schwangerschaft, Geburt und das Elternwerden gehören zu den größten Übergängen im Leben eines Menschen. Aus Partner*innen werden Eltern – Mütter* und Väter*, vertraute Rollen verändern sich, neue Verantwortung entsteht und bisherige Gewissheiten geraten manchmal ins Wanken. Diese tiefgreifenden Entwicklungsprozesse – häufig auch als Muttertät und Vätertät beschrieben – brauchen Zeit, Aufmerksamkeit und Räume, in denen Fragen, Unsicherheiten und neue Perspektiven Platz haben. **Genau solche Räume schaffen wir.**



Wir begleiten Schwangere, Gebärende und (werdende) Eltern mit dem Ziel, Orientierung, Wissen und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu vermitteln. Wir sind überzeugt: **Gute Begleitung bedeutet nicht, Entscheidungen abzunehmen, sondern Menschen darin zu stärken, ihren eigenen Weg zu finden** und die Veränderungen dieser Lebensphase selbstbewusst zu gestalten.

Das zeigt sich in **all unseren Angeboten**. In der Beratung unterstützen wir Frauen*, Männer* und Paare bei Krisen, Herausforderungen und schwierigen Entscheidungsprozessen. In unseren Geburtsvorbereitungskursen vermitteln wir nicht nur Wissen rund um die Geburt, sondern stärken das Vertrauen in den eigenen Körper und die eigenen Ressourcen. Eltern-Kind-Angebote wie FenKid® begleiten die ersten gemeinsamen Jahre und fördern eine feinfühlig Beziehung zwischen Eltern und Kind. Mit Veranstaltungen, Vorträgen und Fortbildungen teilen wir Wissen, regen gesellschaftliche Diskussionen an und setzen Impulse für **bessere Bedingungen rund um Schwangerschaft, Geburt und Elternsein**. Wichtiges Anliegen ist uns eine inklusive Gesellschaft, in der Menschen mit Behinderung uneingeschränkt teilhaben. Als Teil der psychosozialen Versorgungsstruktur rund um die Geburt in München bringen wir unsere Expertise in Fachgremien und Netzwerken ein.

Welche Wirkung diese Arbeit entfaltet, zeigen uns die **Rückmeldungen, die wir erhalten**. Immer wieder berichten Teilnehmer*innen, dass sie sich bei uns verstanden, ernst genommen und bestärkt fühlen. Sie beschreiben, wie hilfreich der Austausch mit anderen Eltern ist, wie viel Sicherheit sie in unseren Kursen und Beratungen gewinnen oder wie sie durch unsere Begleitung den Mut gefunden haben, Entscheidungen selbstbewusst zu treffen. Unsere Arbeit geht weit über die reine Wissensvermittlung hinaus: Sie stärkt Selbstvertrauen, schafft Verbindung und ist einfach da in einer Lebensphase, die von tiefgreifenden Veränderungen geprägt ist.

In 2025 haben wir uns mit der Frage beschäftigt, was unsere Arbeit im Kern ausmacht und in einem gemeinsamen Prozess ein **Mission Statement** erarbeitet:

Mit unseren Angeboten rund um Schwangerschaft, Geburt und Elternsein geben wir Raum für persönliche Entwicklung, Selbstwirksamkeit und Vielfalt.

So verändern wir, wie Geburt und Elternschaft in unserer Gesellschaft gelebt und gesehen werden.

“

Menschen in einer der prägendsten Lebensphasen begleiten, sie in ihrer Selbstwirksamkeit stärken und dazu beitragen, dass Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft selbstbestimmt, respektvoll und vielfältig gelebt werden können.

”

WAS WIR BIETEN

BERATUNGS- ANGEBOTE

- Zu Pränataldiagnostik
- Während und nach belasteter Schwangerschaft
- Nach belastender Geburtserfahrung
- Bei Depression / psychischer Krise rund um die Geburt
- Stillen, Schlafen, Schreibaby
- Für Familien als Begleitung

KURSE

Geburtsvorbereitung, Yoga für Schwangere, (werdende) Väter unter sich, Babypflege, Rückbildung-Neufindung, Fit im 1. Babyjahr, Babymassage, Frauen nach Kaiserschnitt, Leere Wiege, Beckenboden intensiv, Frauen in Bewegung, FenKid® Eltern-Kind-Kurse u.v.m.

VORTRÄGE & VER- ANSTALTUNGEN

Rund um Schwangerschaft, Geburt und Elternsein, z. B. Geburt in München, Stillen ab der ersten Lebensstunde, Wochenbett, Eltern werden - Paar bleiben, Mehrsprachigkeit, Gleichberechtigte Elternschaft, Große Gefühle gut begleiten, Schulworkshop Pränataldiagnostik

OFFENE TREFFS

zu Leben mit Baby, Stillen, Schlafen, frühkindlicher Entwicklung und Familienleben

SELBSTHILFE- GRUPPEN

- Unerfüllter Kinderwunsch
- Krise/Depression rund um die Geburt
- Vorgeburtliche Diagnose

**Viele Angebote auch in englisch, französisch, spanisch, italienisch,
bei Bedarf mit Dolmetscher*in, auch Gebärdensprache.
Der Zugang zu den Beratungsräumen ist barrierefrei.**

ZAHLEN & DATEN 2025

BERATUNGEN, TREFFS, VERANSTALTUNGEN

Offene Treffs:

- Baby- & Still-Treff: 38 Termine, 225 Eltern, 224 Kinder
- Spanischer Stilltreff: 36 Termine, 325 Eltern, 244 Kinder
- Langzeit-Stillgruppe: 10 Termine, 78 Eltern, 78 Kinder
- Interkultureller Treff spanisch: 38 Termine, 304 Eltern, 280 Kinder
- Baby Drop In, Englisch: 17 Termine: 56 Eltern, 50 Kinder
- Café Convivial, Französisch: 38 Termine, 231 Eltern, 200 Kinder
- Interkultureller Treff italienisch: 24 Termine, 48 Eltern, 32 Kinder
- Windelfrei Treff: 10 Termine, 41 Eltern, 32 Kinder
- Geschlechtsoffene Begleitung von Kindern: 7 Termine, 21 Eltern, 15 Kinder
- Treff für Frühchen-Eltern: 10 Termine: 17 Eltern
- Treff für Zwilling-Eltern: 11 Termine: 28 Eltern, 45 Kinder
- **NEU** Treff für Eltern von Kindern mit Behinderung: 8 Termine, 38 Eltern

Veranstaltungen:

- 105 Online (Abend-)Veranstaltungen mit 699 Teilnehmer*innen
- 1 Equal-Care-Day-Veranstaltung mit rund 160 Teilnehmer*innen
- 1 Live Podcast „Eltern ohne Filter“ mit 10 Teilnehmer*innen
- 1 Gespräch und Austausch „Wild Feelings“ mit 78 Besucher*innen
- 1 Lesung „Im Leben nebenan“ rund 80 Teilnehmer*innen
- 1 Filmvorführung und Gespräch „Witches“ mit 32 Teilnehmer*innen
- 1 Selfcare Day „Resilienz für Fachkräfte rund um die Geburt“ mit 38 Teilnehmer*innen
- 2 Seminare für Eltern mit insgesamt 10 Teilnehmer*innen
- **NEU** 4 Workshops für Geschwister mit 85 Teilnehmer*innen
- 5 Seminare und Workshops für Frauengesundheit mit 51 Teilnehmer*innen

Familien- & Paarberatungen

- 77 Beratungstermine in 61 Beratungsprozessen

Schwerpunkte: Autonomiekonflikte, Umgang mit großen Gefühlen z.B. Wut, Konflikte unter Geschwisterkindern, Organisation von Familien, Care Arbeit.

KURSE

Kurse vor der Geburt

- Geburtsvorbereitung für Paare, für Frauen, für Alleinerziehende: 38 Kurse mit 195 Schwangeren und 162 Partner*innen
- Geburtsvorbereitung Englisch & Spanisch: 19 Kurse mit 120 Schwangeren und 120 Partner*innen
- Yoga und Gymnastik in der Schwangerschaft: 78 Teilnehmer*innen
- Yoga in der Schwangerschaft Englisch & Französisch: 40 Teilnehmer*innen
- Babypflege: 6 Kurse, 33 Schwangere, 21 Partner*innen (gestiegen)
- Unter werdenden Vätern: 10 Kurse, 50 werdende Väter / Partner*innen
- Meditation für Schwangere: 1 Kurs, 5 Schwangere

Kurse nach der Geburt

- Rückbildung-Neufindung mit Baby oder abends ohne Baby: 22 Kurse, 165 Teilnehmer*innen, 111 Babys
- Rückbildung-Neufindung Englisch & Spanisch: 12 Kurse, 74 Teilnehmer*innen und 74 Babys
- Rückbildung Leere Wiege: 10 Kurse, 66 Teilnehmer*innen
- Rückbildung Leere Wiege Partnertag: 5 Kurse, 36 Teilnehmer*innen
- Rückbildung aufbauend: 50 Teilnehmer*innen und 50 Babys
- Fit mit Kleinkind: 7 Kurse, 46 Teilnehmer*innen und 46 Kleinkinder
- Yoga Maman-Bébé: 4 Kurse, 17 Teilnehmer*innen und 17 Babys
- Yoga mit Baby: 3 Kurse, 21 Teilnehmer*innen und 21 Babys
- **NEU** Yoga Leere Wiege: 1 Kurs, 9 Teilnehmer*innen
- Babymassage Deutsch & Spanisch: 18 Kurse, 95 Teilnehmer*innen und 95 Babys
- Singen mit Babys: 1 Kurs, 7 Teilnehmer*innen und 7 Babys

FenKid® Eltern-Kind Kurse:

- FenKid® 3-18 Monate: 82 Kurse, 640 Eltern und 640 Kinder
- FenKid® Maxi ab 18 Mon. bis 3 Jahre: 10 Kurse, 82 Eltern und 82 Kinder
- FenKid® Spanisch, Englisch, Französisch, Italienisch: 36 Kurse, 266 Eltern und 266 Kinder
- FenKid® Weiterführende Gespräche: 15 Kurse, 93 Eltern

Kurse Frauengesundheit:

- Rückenschule, Beckenboden, Gymnastik: 17 Kurse, 132 Teilnehmer*innen

INDIVIDUELLE GEBURTS- VORBEREITUNG



Sandra Lohrey

Wer wir sind: Kurzbeschreibung und Zielsetzung

Mit der Fachstelle „Individuelle Geburtsvorbereitung und Beratung für Schwangere mit besonderen Bedarfen“ schaffen wir für Schwangere, die aufgrund belastender Erfahrungen oder schwieriger Lebensumstände keine regulären Gruppenangebote wahrnehmen können, einen geschützten Rahmen zur Vorbereitung auf Geburt und das Elternwerden. Die Individuelle Geburtsvorbereitung kann auch gemeinsam mit dem*der Partner*in wahrgenommen werden. Ziel ist es, durch vertrauensvolle und individuelle Begleitung den Zugang zu einer auf die besonderen Bedürfnisse und Lebensumstände passenden Vorbereitung auf die Geburt zu ermöglichen: ressourcenorientiert, niedrigschwellig und Selbstwirksamkeits-stärkend. Das Angebot richtet sich u. a. an Frauen mit traumatischen Erfahrungen, FGM/C-Betroffene, psychisch oder chronisch Erkrankte, Frauen mit Substanzmittelmissbrauch, Minderjährige, wohnungslose Frauen oder Schwangere, die geflüchtet sind und in Unterkünften leben.

Ziel der Doulabegleitungen, die wir über die Fachstelle „vermitteln“, ist es, hochbelastete Frauen durch eine verlässliche Unterstützung durch die Doula während der Geburt zu entlasten und ihnen Sicherheit zu geben. Der Auftrag der Doulas besteht darin, die Frauen psychosozial in einer der herausforderndsten Schwellenphasen des Lebens zu begleiten. Hierfür ist es bei Bedarf auch wichtig, (sprachlich) zwischen geburtshilflichen Teams und der Gebärenden zu vermitteln. Unsere Klient*innen sind oft ohne unterstützendes Netzwerk bzw. müssten alleine zur Geburt gehen, oft sprechen sie kein Deutsch, sind nicht alphabetisiert, traumatisiert, haben körperliche / kognitive Einschränkungen und in der Regel liegen Mehrfachbelastungen vor. Dies kann aufgrund der aktuellen strukturellen Gegebenheiten im geburtshilflichen System meist nicht durch Hebammen und Ärzt*innen aufgefangen werden. Diese Lücke können teilweise durch Doulas mit abgedeckt werden.

- **429 Beratungsstunden**
- **79 Beratungsprozesse mit 97 Personen, v.a. Schwangere alleine oder mit Partner*in**
- **78 % mit Migrationsgeschichte**
- **52 % jünger als 28 Jahre alt, 9% minderjährig**

Was wir beobachten: Themenschwerpunkte und Trends 2025

Im Berichtsjahr 2025 zeigte sich wieder eine hohe Komplexität der Beratungsfälle. Viele Schwangere sind mehrfach belastet, sodass häufig mehrere Beratungstermine notwendig sind. Vordergründig steht zwar die Geburtsvorbereitung im Fokus, im Verlauf der Beratung werden jedoch oftmals weitere Themen sichtbar. Dazu zählen unter anderem ein ungeklärter Geburtsort, gesundheitliche Fragestellungen, Partnerschaftskonflikte sowie belastende Geburts-, Gewalt- oder Fluchterfahrungen. Ebenso häufig thematisiert werden die Suche nach einer Nachsorgehebamme oder auch die Möglichkeit einer ergänzenden Begleitung zur Geburt mit Vermittlung einer Doula.

Im Mittelpunkt der Beratung steht die individuelle Vorbereitung auf die Geburt sowie die Stärkung der Schwangeren für die bevorstehende Lebensphase. Durch die hebammenspezifische Perspektive werden dabei häufig auch medizinische und / oder psychosoziale Unterstützungsbedarfe sichtbar, sodass bei Bedarf eine Weitervermittlung an geeignete Fachstellen erfolgen kann. Aus Scham, Angst vor Stigmatisierung oder Unsicherheit werden reguläre Zugangswege häufig nicht ausreichend genutzt. Besonders Schwangere mit Fluchterfahrung, die in Gemeinschaftsunterkünften leben, befinden sich oftmals in prekären Lebenssituationen. Die medizinische Versorgung ist oft lückenhaft – auch bei schwerwiegenden Erkrankungen wie HIV, Hepatitis oder Gestationsdiabetes. Für geflüchtete Paare erschweren zusätzlich fehlende familienfreundliche Rahmenbedingungen in den Unterkünften die Situation. Im Vergleich zu den Vorjahren waren aufgrund der restriktiveren Asylpolitik insgesamt etwas weniger geflüchtete Schwangere in der Beratung zu verzeichnen.

Viele junge und sehr junge Schwangere nehmen das Beratungsangebot wahr.

Was wir ableiten: Perspektiven

Die Personengruppe, die wir begleiten, hat kein Sprachrohr und keine Lobby und läuft Gefahr in Zeiten des Sparens als eine der vulnerabelsten Gruppen als erstes aus dem Blick und der Unterstützung zu fallen. Diese Entwicklung sehen wir bei allen inklusiv ausgerichteten Angeboten. Die Kürzungen im gesamten Hilfesystem nehmen wir besonders bei den Schwangeren, die in die Individuelle Geburtsvorbereitung kommen, wahr (v.a. medizinische und psychosoziale Unterversorgung). Ein stärkendes, zugangssicherndes Angebot wie die Individuelle Geburtsvorbereitung bleibt gerade in der vulnerablen Phase der Schwangerschaft und des Elternwerdens notwendig.



Kirsten Minkos

PSYCHISCHE KRISE

Was wir machen: Kurzbeschreibung und Zielsetzung

Das Angebot „Psychische Krise rund um die Geburt“ richtet sich an betroffene Frauen und Männer, etwa bei Depressionen, Angst- oder Zwangserkrankungen, nach belastenden Geburtserfahrungen oder mit psychischen Vorerkrankungen im familiären Umfeld. Die Beratungen finden während der Schwangerschaft oder nach der Geburt statt, persönlich vor Ort, telefonisch oder im Rahmen eines Hausbesuches. Möglich sind kurzfristig verfügbare Gespräche ebenso wie eine längerfristige Begleitung, auch als Überbrückung während der Wartezeit auf einen Therapieplatz. Ziel ist es, Betroffene frühzeitig zu stabilisieren, zu entlasten und präventiv zu unterstützen.

- **102 Beratungsstunden**
- **72 Beratungsprozesse mit 74 Personen**
- **35 % mit Migrationsgeschichte**
- **v.a. Überforderung, Lebenskrise durch äußere Umstände, Ängste & Depressionen**

Was wir beobachten: Themenschwerpunkte und Trends 2025

Die Hauptzugangswege in unsere Beratung erfolgten im Jahr 2025 über Selbstmeldung und über niedergelassene Ärztinnen und Ärzte.

Wie im Jahr 2024 berieten wir besonders zu den Themen Depressionen, Überforderung und Krisen durch äußere Umstände. Meist tragen viele Faktoren zum Entstehen einer Krise bei.

Wir können in der Begleitung auf die Zusammenarbeit mit unserem Netzwerk bauen, beispielsweise die Frühen Hilfen oder die Familienhebammen. Bei psychiatrischem oder psychologischem Bedarf verweisen wir an Ärzt*innen und Therapeut*innen. Auch an die Peripartalsprechstunde der Psychiatrischen Institutsambulanz des kbo können wir schnell verweisen, oder mit den Psychiatern*innen der Peripartalsprechstunde Klient*innen parallel gut begleiten. Enger Kontakt und regelmäßiger Austausch besteht mit der Selbsthilfegruppe Schatten & Licht – Krise rund um die Geburt.

Im Jahr 2025 berieten wir viele Personen mit Migrationshintergrund; insgesamt rund 35%. Wir vermuten, dass gerade hier oft das familiäre Netzwerk vor Ort fehlt und es so schnell zu Überforderung und Einsamkeit im Zuge des Elternseins kommt.

Insgesamt gingen die Beratungsstunden und -fälle zurück, da die Fachstelle rechtlich notwendig von Honorarbasis auf einen Minijob umgestellt werden musste. So standen insgesamt deutlich weniger Beratungsstunden zur Verfügung.

Im November zeigten wir Fachkräften rund um die Geburt den Dokumentarfilm „Witches“ - eine britische Dokumentation über postpartale Krisen und ihre gesellschaftliche Einordnung. Der Film beleuchtet u.a. die große Hemmschwelle für Betroffene, sich mit dem Thema einer postpartalen Krise medizinischem Fachpersonal gegenüber zu öffnen. Hier herrschen oft große Scham- und Schuldgefühle. Das ist etwas, was auch wir beobachten.

Unser Beratungsangebot zeichnet sich durch seine besondere Niederschwelligkeit aus. Betroffene finden einen Raum, um über ihre Themen zu sprechen ohne verurteilt zu werden. Dies trägt häufig schon zu einer spürbaren Entlastung bei.

Was wir ableiten: Perspektiven

Mit diesem niederschweligen Beratungsangebot (in deutscher und englischer Sprache) sind wir ein Pilotprojekt in Deutschland. Aktuell gibt es unserer Kenntnis nach kein vergleichbares Projekt bundesweit.

Das Thema „Psychische Krisen rund um die Geburt“ ist gesellschaftlich noch immer sehr tabuisiert und auch für Fachleute wie Gynäkolog*innen oder Hebammen ist es herausfordernd, schnell und passgenau zu verweisen. Zeit ist ein kritischer Faktor, je früher Unterstützung gegeben ist, desto besser sind Stabilisierungs- und Heilungschancen. Die allgemeine Versorgungslage ist schwierig. Es dauert oft sehr lange, bis die Betroffenen einen Therapieplatz oder einen Termin bei Fachärzt*innen bekommen, was oft langes Leid verursacht.

Aufgrund der geringen verfügbaren Stunden können wir nur stark eingeschränkt Multiplikator*innen- und Öffentlichkeitsarbeit machen. Gerade hier besteht jedoch ein großer Bedarf, um zur Sensibilisierung und zum Abbau von Stigmata von Fachleuten und Öffentlichkeit beizutragen.

Wir streben weiterhin die Erweiterung der Stelle auf eine halbe Stelle mit 19,5 Wochenstunden an.

PRÄNATALDIAGNOSTIK UND BELASTETE SCHWANGERSCHAFT



Anja Singer



Kirsten Hellwig

Was wir machen: Kurzbeschreibung und Zielsetzung

Die Fachstelle hat drei Beratungsschwerpunkte:

- Zentral ist die Beratung von werdenden Eltern, deren Ungeborenes einen Verdacht auf oder eine Diagnose für eine schwerwiegende Erkrankung oder eine Behinderung hat. Wir unterstützen diese Eltern bei der Entscheidungsfindung und allen weiteren Schritten. Das Ziel der Beratung ist in erster Linie, die Mütter und Väter mitfühlend zu begleiten und sie bei der Bewältigung dieser extrem herausfordernden Lebenssituation zu unterstützen, so dass sie das Geschehen langfristig als einen Teil ihres Lebens begreifen und akzeptieren können.
- Der zweite Schwerpunkt ist die Beratung von Frauen und Paaren in einer Folgeschwangerschaft nach einem oder mehreren vorhergehenden Verlusten. Diese Schwangerschaften sind in der Regel von Ängsten und Sorgen belastet. Hier geht es in erster Linie darum, diese Ängste als einen notwendigen Bestandteil einer solchen Folgeschwangerschaft zu akzeptieren und zu lernen, damit zu leben. So kann auch anderen Gefühlen wie Vertrauen und Freude wieder mehr Raum gegeben werden.
- Ein weiteres zentrales Thema in der Fachstelle sind belastende Geburtserfahrungen. Diese lassen Gebärende oft zurück mit Gefühlen von Schuld, Versagen und Inkompetenz, natürlich auch mit Wut. Dazu kommt die Angst, dass sich bei der nächsten Geburt das Erlebte wiederholen könnte. Die traumasensible Beratung hat hier zum Ziel, die Verletzung bzw. das traumatische Erleben anzuerkennen, das Geschehene und die damit verbundenen Gefühle zu sortieren sowie den zentralen Moment des Schmerzes genauer anzuschauen und zu verarbeiten. Dies hat meist eine Neubewertung der Situation mit entlastender Wirkung für die Betroffenen zur Folge.

Was wir beobachten: Themenschwerpunkte und Trends 2025

Das Angebot der Pränataldiagnostik und Humangenetik erweitert sich ständig und wird immer selbstverständlicher in Anspruch genommen. Der nichtinvasive Pränataltest (NIPT) ist nach der Kassenzulassung zu einem Screening auf Trisomie 21 geworden – obwohl der Gesetzgeber die Kostenübernahme eigentlich nur für „Risikoschwangere“ vorgesehen hatte.

Die meisten Schwangeren entscheiden sich nach einem auffälligen Befund für

die Beendigung der Schwangerschaft – und fühlen gleichzeitig eine emotionale Überforderung, weil sie eine solche Entscheidung treffen müssen. Im letzten Jahr berieten wir auch 13 Elternpaare, die sich für das Weitertragen der Schwangerschaft entschieden – meist mit Diagnose Trisomie 21 oder Herzfehler.

Die Nachfrage nach Beratungen zum Thema belastende Geburtserfahrung steigt weiterhin an. Die Frauen kommen oft auf Empfehlung von Hebammen, Gynäkolog*innen oder auch Freund*innen. Das Thema wird immer präsenter, was wir mit der größeren Sichtbarkeit des Themas in sozialen Medien erklären.

Was wir ableiten: Perspektiven

Menschen mit Behinderungen und ihre Eltern sind in unserer Gesellschaft immer noch in vielfacher Hinsicht diskriminiert. Ausschlaggebend für die Entscheidung gegen das Weitertragen des eigentlich erwünschten Kindes ist oft die Angst, was mit dem Kind geschieht, wenn die Eltern sich nicht mehr kümmern können. Menschen mit Behinderung bzw. Familien mit einem Kind mit Behinderung müssen in unserer Gesellschaft Bedingungen vorfinden, die ihnen ein gutes Leben ermöglichen. Nur so können sich Eltern wirklich „frei“ auch für das Leben ihres Kindes mit Behinderung entscheiden.

Der fraktionsübergreifende Antrag an den Deutschen Bundestag, der ein Monitoring der Konsequenzen der Kassenzulassung des nicht-invasiven Pränataltests fordert, hat hierbei das Potential, auch diesen Themen Sichtbarkeit zu geben. Die Kassenzulassung besteht seit 2022 und wird als medizinisch nicht sinnvoll und ethisch umstritten gesehen. Wir hoffen daher sehr darauf, dass die für Juli 2026 geplante Abstimmung für das Monitoring Erfolg haben wird.

Für die Beratung für werdende Eltern im Kontext von Pränataldiagnostik ist es wichtig, dass zeitnah Termine vergeben werden können. Die Eltern sind in akuter Not, nicht selten geht es um einen tatsächlichen Zeitdruck vor einem möglichen Schwangerschaftsabbruch. Im Moment ist dies mit dem Stundenkontingent der Fachstelle meist zu leisten, allerdings kommt es in Zeiten hoher Nachfrage zu Engpässen. Deshalb müssen hier die Kapazitäten gut im Blick behalten werden.

- **rund 560 Beratungsstunden**
- **238 Beratungsprozesse mit 314 Personen**
- **16 % mit Migrationsgeschichte**
- **v.a. nach PND - Diagnose / Verdacht, belastende Geburtserfahrung, belastete Schwangerschaft**

BINDUNGSBASIERTE ELTERNBERATUNG



Susanne Großkopf

Was wir machen: Kurzbeschreibung und Zielsetzung

Die bindungsbasierte Elternberatung richtet sich an Eltern mit Babys und Kleinkindern in den ersten drei Lebensjahren. Im Mittelpunkt stehen Themen wie Schlaf, Stillen, Regulation bei sogenannten Schreibabys sowie posttraumatische Belastungen und emotionale Krisen. Seit 2025 rücken zunehmend auch Thematiken im Zusammenhang mit Kinderwunschbehandlungen in den Fokus. Die Beratung verbindet Wissensvermittlung aus Pädagogik, Bindungstheorie und Entwicklungspsychologie mit systemischem Denken und Methoden der körperpsychotherapeutisch orientierten Emotionellen Ersten Hilfe.

Ziel der Beratung ist es, Eltern und Kinder in ihrer individuellen Beziehung zu stärken. Eltern finden einen Weg, der zum Entwicklungsstand ihres Kindes passt, sie verstehen sich als Koregulator*innen beim Schlafen, Schreien und im emotionalen Erleben. Durch Selbstanbindung lernen sie, die Signale ihres Babys feinfühlig wahrzunehmen und darauf einzugehen. Krisen oder traumatische Erfahrungen rund um Schwangerschaft und Geburt können verarbeitet und integriert werden. Alle Familienmitglieder werden in ihren Grenzen und Stärken wertgeschätzt und erleben sich als wirksam.

- **knapp 500 Beratungsstunden**
- **163 Beratungsprozesse mit 202 Personen**
- **30 % mit Migrationsgeschichte**
- **v.a. Regulation & Emotionale Probleme, Kindliche Entwicklung, Stillen / Beikost**

Was wir beobachten: Themenschwerpunkte und Trends 2025

Regulationsschwierigkeiten und der Umgang mit herausfordernden Emotionen ziehen sich durch nahezu alle Beratungen – ob beim Babyschlaf, in Krisensituationen oder nach belastenden Schwangerschaften und Geburten. Hinter Gesundheitsthemen stehen häufig länger andauernde psychische Belastungen bei Müttern und auch bei Vätern – etwa PTBS, postpartale Depressionen oder Angst- und Zwangserkrankungen – sowie seltener chronische Erkrankungen beim Kind, die eine intensivere Begleitung erfordern.

Hinter den Themen „Kindliche Entwicklung“ und „Erziehung“ verbirgt sich häufig ein Verhalten des Kindes, das Eltern als dauerhaft herausfordernd erleben – oft bereits ab den ersten Lebensmonaten. Wir diskutieren zwei mögliche Ursachen: Zum einen können belastende Erfahrungen von der Entstehung, über die Schwangerschaft, bis ins Wochenbett die Selbstregulationsfähigkeit des Kindes einschränken. Haben gleichzeitig auch die Eltern starke Belastungen erlebt, erschwert ein dauerhaft erhöhtes Stressniveau den feinfühligem Zugang zum Kind – nicht weil die Kompetenz fehlt, sondern weil sie unter Belastung schwerer abrufbar ist. Hier bietet die Emotionelle Erste Hilfe wirksame Unterstützung. Zum anderen gibt es Kinder ohne erkennbare Belastungsbiografie, die aufgrund besonderer Wahrnehmungs- und Regulationsbedürfnisse hohe Anforderungen stellen. Der Blick auf Neurodivergenz hilft, ihr Verhalten einzuordnen, entlastet Eltern von Schuldgefühlen und würdigt ihre Erschöpfung als vollkommen nachvollziehbar. In manchen Fällen wirken beide Aspekte zusammen – ein Zusammenspiel, das sich möglicherweise auch epigenetisch erklären lässt und das die Komplexität unserer Beratungsarbeit verdeutlicht.

In 80 % der Fälle ist keine Weitervermittlung notwendig – ein deutlicher Hinweis auf die Wirksamkeit der Beratung. Wo ergänzende Unterstützung sinnvoll ist, werden gezielt Familien- und Mütterpflegerinnen, Mütterkuren oder die Frühen Hilfen empfohlen. Die Klientel kommt aus allen Stadtteilen Münchens. Der Hauptzugangsweg führt über das eigene Netzwerk aus Kursleiterinnen und Kolleginnen (39 %), gefolgt von Empfehlungen aus dem persönlichen Umfeld (21 %) und den Frühen Hilfen (14 %).

Was wir ableiten: Perspektiven

Die Nachfrage übersteigt die verfügbaren Kapazitäten bereits seit Jahren deutlich. 54 % der Anfragenden warten fünf Wochen oder länger auf einen Ersttermin, nur 10 % erhalten innerhalb einer Woche einen Platz – viel zu wenig für Familien mit Neugeborenen oder Schreibabys in akuter Not. Durch den Wegfall von Honorarkräften musste das Angebot 2025 bereits reduziert werden; für 2026 drohen weitere Einschnitte, die unsere Sichtbarkeit zusätzlich verringern würden – ohne dass der Bedarf sinkt. Er wächst. Umso wichtiger wäre es, die politischen Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass bindungsbasierte Frühberatung als das anerkannt wird, was sie ist: eine Investition in gesunde Familien und eine resiliente Gesellschaft.

WELCOME - MÜNCHEN MITTE



Katrin Lietz

Wer wir sind: Kurzbeschreibung und Zielsetzung

wellcome München Mitte richtet sich an junge Familien in den Stadtteilen Mitte, Lehel, Schwanthaler Höhe, Sendling, Obersendling, Thalkirchen, Solln, Fürstenried, Forstenried und Großhadern, die sich eine Unterstützung im ersten Lebensjahr des Kindes wünschen. Ziel ist es, Eltern in der sensiblen ersten Zeit nach der Geburt durch ehrenamtliches Engagement alltagsnah und individuell zu entlasten und ein gutes Ankommen als Familie in der neuen Situation zu ermöglichen - unabhängig von Einkommen, Nationalität, gelebter Familienform oder Religionszugehörigkeit. *wellcome* ist Nachbarschaftshilfe und wird durch unsere Ehrenamtlichen, auch *wellcome*-Engel genannt, gelebt. Dabei erhalten vor allem Mütter für ein paar Stunden die Möglichkeit, eine kurze Zeit aus der ständigen Anforderung und Verantwortung, die das Leben mit einem Baby mit sich bringt, herauszutreten und so neue Kräfte für die Alltagsbewältigung zu sammeln. Neben der Vermittlung von praktischer Unterstützung leistet *wellcome* bei vielen Anfragen Beratung und vermittelt bedarfsgerecht zu weiteren Unterstützungsangeboten, wie der Fachstelle der städtischen Kinderkrankenschwestern oder der Frühen Hilfen (Lotsenfunktion).

Was wir beobachten: Themenschwerpunkte und Trends 2025

wellcome hat auch in diesem Jahr bei den Familien einen breiten Zuspruch gefunden und kann auf eine gleichbleibend hohe Nachfrage blicken:

- 44 Familien (33 abgeschlossene und 11 laufende Einsätze zum Jahreswechsel) konnten durch insgesamt 831 Stunden in einem Einsatz begleitet werden
- nach wie vor finden die meisten Familien über die Empfehlung durch Familie, Freund*innen oder Bekannte den Zugang zu *wellcome* (Mund-zu-Mund-Propaganda durch positive Erfahrungen)
- bei 69 Anfragen war *wellcome* nicht die passende Unterstützung (zu frühe oder zu späte Anfragen, Notfallsituationen, langfristige Unterstützung oder Haushaltshilfe)
- für 15 anfragende Familien stand leider keine Ehrenamtliche zur Verfügung

- **44 Familien durch ehrenamtliches Engagement im Alltag begleitet und betreut**
- **33 Einsätze mit 831 Stunden abgeschlossen**
- **7 Alleinerziehende, 4 Zwillingsfamilien**

Das Team der *wellcome*-Ehrenamtlichen bleibt in seiner Größe gleich, obwohl eine Erweiterung Zielsetzung war:

- im laufenden Jahr waren 31 Frauen ehrenamtlich aktiv; es konnten 10 neue Ehrenamtliche gewonnen werden, 11 Ehrenamtliche beendeten ihr Engagement
- die Ehrenamtsakquise ist nach wie vor herausfordernd; deutlich ist dabei zu spüren, dass *wellcome* München seit 2 Jahren keine Möglichkeit einer Teilnahme an der stadtweiten Freiwilligenmesse bekommen hat; andere stadtteilbezogenen Messen oder Veranstaltungen erbringen nicht den gleichen Effekt des (nachwirkenden) Interesses an einem *wellcome*-Ehrenamt
- durchschnittlich wurde das *wellcome*-Engagement durch Frauen getragen, die mehrere Jahre dabei sind

Was wir ableiten: Perspektiven

Im letzten Jahr zeigte sich bei einigen Vermittlungen und Einsätzen, dass die regelmäßige Unterstützung über mehrere Monate und die damit verbundene Verbindlichkeit aufgrund des heutigen Verständnisses von Elternschaft, gesellschaftlicher Erwartungen, Individualität und Flexibilität nicht immer in den Alltag der Familien passt. Diese Einsätze fanden nur unregelmäßig und mit sehr wenigen Stunden statt oder wurden nach wenigen Terminen abgebrochen. Obwohl der erhoffte Effekt der spürbaren Entlastung nicht erfahren wurde, wird die Idee von *wellcome* bei diesen Familien trotzdem geschätzt. Das zeigt, dass Familien heute zum Teil noch flexiblere als auch individuellere Unterstützungsformate brauchen, um die hohen Erwartungen als auch die Themenvielschichtigkeit des Familienalltages psychisch und pädagogisch gut zu bewältigen und zu leben.

Dem gegenüber steht, dass *wellcome*-Ehrenamtliche, vor allem gerade auch ältere, in ihrem Engagement diesen Bedarf oft nur durch eine enge fachliche Begleitung gerecht werden können und ausreichend Raum für Reflexion und Rückhalt benötigen. Zu sehr gehen in diesen Fällen Erwartungen als auch Verbindlichkeiten, die mit einem Einsatz verbunden sind, aufgrund von unterschiedlich gelebten Lebensrealitäten auseinander. Die Folge sind Verständnis Konflikte, die zunehmend eine Mehrarbeit in der Vermittlung und Koordination bedeuten.

FENKID® WEITERBILDUNGEN



Katre von Pfeil

Wer wir sind: Kurzbeschreibung und Zielsetzung

Auch im Jahr 2025 haben wir in der Beratungsstelle unsere beiden FenKid®-Weiterbildungsformate angeboten: die FenKid®-Kursleitungsweiterbildung für die Leitung von Eltern-Kind-Kursen sowie die FenKid®-Weiterbildung für pädagogische Fachkräfte im U3-Bereich.

Beide Formate basieren auf dem seit über 20 Jahren etablierten FenKid®-Konzept, das Erkenntnisse aus Entwicklungspsychologie, Bindungsforschung und Neurobiologie mit einer ressourcen- und beziehungsorientierten Haltung verbindet. Im Mittelpunkt stehen die achtsame Beobachtung kindlicher Entwicklung, die Stärkung der Elternkompetenz sowie die Förderung sicherer Beziehungen als Grundlage für ein gesundes Aufwachsen.

Ziel unserer Weiterbildungen ist es, Fachkräfte darin zu stärken, Familien und Kinder kompetent und präventiv zu begleiten, Entwicklungsprozesse besser zu verstehen und Räume zu schaffen, in denen Vertrauen, Beziehung und individuelle Entwicklung wachsen können.

Was wir beobachten: Themenschwerpunkte und Trends 2025

Auch 2025 zeigte sich eine anhaltende Nachfrage nach qualifizierten Angeboten für Familien mit kleinen Kindern. Neben bereits sehr erfahrenen Fachkräften interessierten sich auch wieder Quereinsteiger*innen für die FenKid®-Kursleitungsweiterbildung, um Eltern in den ersten Lebensjahren ihrer Kinder professionell und mit fundiertem Wissen zu begleiten. Gleichzeitig sahen wir weiter Interesse von pädagogischen Fachkräften daran, Kinder im U3-Bereich achtsam zu begleiten und vertrauensvoll mit den Eltern zusammenzuarbeiten.

Thematische Schwerpunkte waren Bindung und Beziehungsgestaltung, feinfühliges Begleiten, kindliche Entwicklung, Co-Regulation sowie die Stärkung elterlicher Kompetenzen. Zunehmend ist bei Fachkräften das Interesse an Informationen zur Social-Media- und App-Nutzung bei Eltern sowie bei Kleinkindern zu beobachten. Diese Bereiche wurden mit Fachwissen auf unseren Vertiefungstagen für FenKid®-Lizenznehmer*innen abgedeckt.

An den Praxisbegleittagen für FenKid®-Lizenznehmer*innen hatten die Teilneh-

mer*innen die Möglichkeit die Verbindung von Fachwissen, genauer Beobachtung und Reflexion der eigenen Haltung zu erleben. Sie berichten von mehr Sicherheit in der Begleitung von Familien, einer vertieften Wahrnehmung kindlicher Bedürfnisse und einer gestärkten professionellen Haltung.

Neu ist, dass FenKid® seit April 2025 mit einem eigenen Instagram-Kanal aktiv ist. Dadurch machen wir unsere fachlichen Impulse und Weiterbildungsangebote sichtbarer, erreichen neue Interessierte und stärken die Vernetzung rund um das FenKid®-Konzept. Gemeinsam mit der FenKid®-Website bildet der Kanal eine wichtige Plattform für Information und Öffentlichkeitsarbeit.

- **3 FenKid®-Kursleitungsweiterbildungen mit 32 Teilnehmer*innen**
- **1 FenKid®-Weiterbildung für pädagogische Fachkräfte mit 5 Teilnehmer*innen**
- **3 Praxisbegleittage mit 42 FenKid®-Lizenznehmer*innen**
- **1 fachlicher Vertiefungstag für FenKid®-Lizenznehmer*innen mit 8 Teilnehmer*innen**

Was wir ableiten: Perspektiven

Die Entwicklungen des Jahres 2025 bestätigen die hohe Relevanz der FenKid®-Weiterbildungen. Der Bedarf an Fachkräften, die Familien ressourcenorientiert und beziehungsstärkend begleiten können, wird auch zukünftig bestehen bleiben.

Unser Ziel ist es, die hohe Qualität der Weiterbildungen noch stärker sichtbar zu machen, aktuelle Erkenntnisse aus Entwicklungspsychologie, Bindungsforschung und früher Bildung einzubeziehen und neue Fachkräfte zu gewinnen. Die Vernetzung der FenKid®-Lizenznehmer*innen und der fachliche Austausch bleiben dabei wichtige Bestandteile unserer Arbeit.

FenKid® steht weiterhin für die Stärkung von Eltern und ihren Kindern in den ersten Lebensjahren und für die Weiterbildung von Fachkräften, die Kinder achtsam begleiten, Ressourcen sichtbar machen und gute und sichere Beziehungen fördern.

RÜCKBLICK 2025 IN AUSZÜGEN

EQUAL CARE DAY

Inhaltlich stand beim zweiten Münchner Equal Care Day die Frage im Mittelpunkt: Wie sollte eine Care-gerechte Stadt aussehen? Neben verlässlicher und guter Kinderbetreuung, einem barrierefreien öffentlichen Mobilitätsangebot und Mitbestimmungsstrukturen für Care-Orte wie Kitas wurden auch Räume des Zusammenkommens als essenziell hervorgehoben – Orte, an denen für einander gesorgt wird und Menschen sich zusammenschließen können. Kristina Weber (BR, Eltern ohne Filter), die durch den Tag führte, sagte in ihrer Einführung über uns: „Die Häberlstraße ist ein Ort, an dem sich um Mütter gekümmert wird. Ein Ort, an dem für Sorgende gesorgt wird.“

Der Equal Care Day war weit mehr als eine reine Informationsveranstaltung: Er hat Solidarität gestärkt, Menschen vernetzt und ein Gefühl des Zusammenhalts geschaffen, ganz im Sinne des bundesweiten Equal Care Day-Mottos: #gemeinsamlauter.

LEBEN MIT TRISOMIE 18

Anlässlich des Trisomy 18 Awareness Day (18. März) veranstalteten wir am 19. März einen Vortrag und Gespräch zu Leben mit Trisomie 18. Während die Diagnose Trisomie 18 in der Schwangerschaft von Ärzt*innen oft als infaust betrachtet wird, gibt es Kin-

der, die damit leben – und Mütter und Väter, die sehr froh darüber sind, Zeit mit ihrem Kind zu verbringen oder verbracht zu haben. Zwei dieser Mütter, Victoria Karampinis und Veronica Güldner-Zierer, haben uns an diesem Abend von ihren Erfahrungen erzählt.

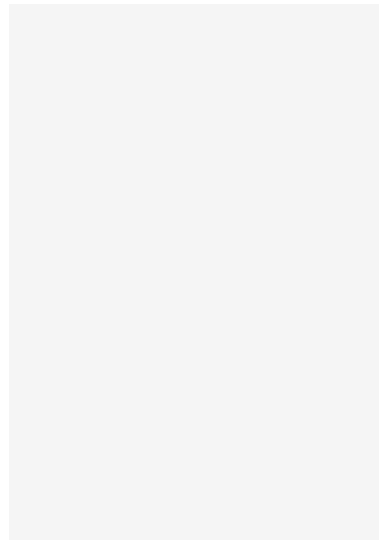
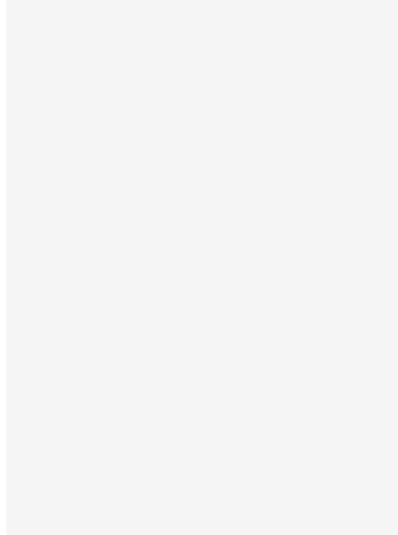
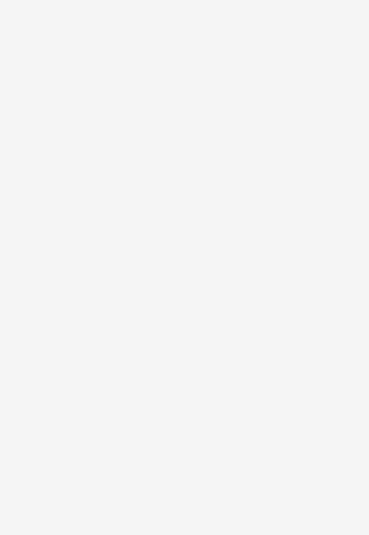
Anschließend berichtete Prof. Oliver Muensterer vom Dr. von Haunerschen Kinderspital über medizinische Aspekte in der Betreuung von Kindern mit Trisomie 18.

TREFF FÜR ELTERN VON KINDERN MIT BEHINDERUNG

Ende März 2025 fand zum 1. Mal der Offene Treff für Eltern von Kindern mit Behinderung, unter der Leitung von Marie Wolfram und Moritz Adlon, statt. Das Treff hat sich im Laufe des Jahres gut etabliert und wird von den Teilnehmer*innen als sehr wertvoll wahrgenommen.

GEBURTSHILFE UND STERBEBEGLEITUNG

Unsere Kollegin Sandra Lohrey war im Mai eingeladen zu einem Gespräch im Chroistopherus Hospiz. Unser Leben wir umgrenzt von tiefgreifenden Erfahrungen: Geboren werden und Sterben. Diesem Erleben haben sich Sandra Lohrey (Hebamme) und Elisabeth Scheib (Palliative Care-Fachkraft) angenähert und ihre Erfahrungen geteilt. Es war ein bewegender Austausch, der in 2026 erneut stattfinden soll.



TAG DER OFFENEN TÜR

Am 10. Mai gastierten die Hofflohmärkte hier im Viertel und auch wir öffneten an diesem Samstag unsere Tore. Zu unserem Tag der Offenen Tür waren alle herzlich eingeladen. Wir starteten eine kleine Verlosungsaktion, waren für Fragen und Gespräche da und präsentierten uns und unsere Arbeit vor.

100.000 MÜTTER VOR DEM BRANDENBURGER TOR

Gemeinsam mit einer kleinen Gruppe Münchner*innen sind wir zeitgleich zu unserem Tag der Offenen Tür nach Berlin gereist – zur Demo 100.000 Mütter vor dem Brandenburger Tor. Eine bundesweite Initiative, die Müttern und Care-Arbeit endlich mehr Sichtbarkeit verschaffen will. „Wir stehen auf für die Rechte von Müttern und allen, die Fürsorge leisten – für echte Gleichberechtigung, Solidarität und eine lebenswerte Zukunft“, so das Anliegen der Veranstalter*innen. Klar, das wir uns diesem angeschlossen haben.

GESTAFFELTER MUTTERSCHUTZ NACH FEHLGEBURT

Im Juni 2026 trat eine Neuregelung im Mutterschutzgesetz in Kraft. Schwangere, die eine Fehlgeburt ab der 13. Schwangerschaftswoche haben, erhalten seither gestaffelte Schutzfristen, je nach Schwangerschaftsdauer. In diesen Zeiten dürfen Arbeitgeber-

*innen Betroffene nicht beschäftigen – es sei denn, dies ist ausdrücklich von der Frau gewünscht. Zudem besteht in dieser Zeit Anspruch auf Mutterschaftsleistungen.

Diese Gesetzesänderung ist ein bedeutendes Zeichen der Anerkennung: für das, was Eltern erleben, wenn sie ihr Kind verlieren und für das Recht auf Schutz, Rückzug und Trauer.

GESUNDHEITS- KONFERENZ ZU FRAUENGESUNDHEIT

Im Rahmen der Gesundheitskonferenz des Gesundheitsbeirats der Landeshauptstadt München brachte unsere Beraterin Kirsten Hellwig in 2 Workshops ihre Expertise zum Thema „Entscheidungen in der Schwangerschaft: Pränataldiagnostik und Spätabbrüche“ ein und vermittelte diese an teilnehmende Fachkräfte.

LIVE PODCAST ELTERN OHNE FILTER

Der erfolgreiche ARD-Podcast „Eltern ohne Filter“ war im Juli bei uns für eine Live Podcast Aufnahme zu Gast.

Wie fühlt es sich wirklich an, Mutter oder Vater zu werden?

Die Hosts Kathrin, Elisabeth und Lukas haben ehrlich und sehr persönlich darüber gesprochen, wie sie das Elternwerden erlebt haben: Was war anders als gedacht? Was hat überfordert, was gestärkt, was hat sie verändert? Im Mittelpunkt stand der Austausch über die Mutter- und Vaterschaft als Prozess, mit all ihren Wider-

sprüchen, schönen Seiten, Herausforderungen und Entwicklungen.

LESUNG IM LEBEN NEBENAN

Bei der Buch & Bohne Lesung von Anne Sauer „Im Leben nebenan“ war unser großer Veranstaltungssaal bis auf den letzten Platz belegt. Anne Sauer erzählt in „Im Leben nebenan“ die Geschichte(n) von Toni und Antonia – ein Leben ohne Kind, eines mit. Keine Wertung der Autorin hebt die Spannung und Ambivalenzen dieser beiden Möglichkeiten auf.

KLAUSURTAG (SELBST-)FÜRSORGE

Unseren Klausurtag widmeten wir inhaltlich dem Thema (Selbst-)Fürsorge. Aus einer feministischen Perspektive haben wir als Team auf (Selbst-)Fürsorge und Resilienz geblickt und gemeinsam insbesondere darauf fokussiert, wie wir auf Organisationsebene (Selbst-)Fürsorge fördern können und wo wir hierfür ansetzen müssen.

Aus dem Klausurtag haben wir Aufgabenpakete mitgenommen, die wir nach und nach umsetzen werden.

DR. ELIANE RETZ IM GESPRÄCH

Mit Dr. Eliane Retz haben wir darüber gesprochen, wie Eltern die Wut und großen Gefühle ihres Kindes liebevoll und regulierend begleiten können, ohne sich selbst zu verleugnen.

Die Teilnehmer*innen bekamen Impulse, wie sie alte Muster aus der eigenen Kindheit hinter sich lassen und zu einem Familienalltag finden der nicht von Druck oder Schuldgefühlen bestimmt ist, sondern von Beziehung.

FILMVORFÜHRUNG WITCHES

Elizabeth Sankey erzählt in der Doku „Witches“ von ihrer postpartalen Depression und verknüpft persönliche Erfahrungen mit historischen Bildern von Hexen. Ein Film über das Tabu psychischer Krisen nach der Geburt und gesellschaftliche Bilder von Mutterschaft

Die Filmvorführung haben wir mit einem Gespräch über unsere Erfahrungen in der Beratung zu psychischen Krisen rund um die Geburt gerahmt. Die Veranstaltung wurde durch Fachpersonen rege wahrgenommen, was uns sehr gefreut hat.

LEERE WIEGE YOGA

Iris-Anne Markfort startete ab November ein neues Yoga Angebot, das sich speziell an Sternemütter richtet. Das Ziel der Stunden ist neben einem verbesserten körperlichen Wohlbefinden auch einen Raum zu schaffen, in dem sich die Teilnehmer*innen (wieder) mit sich selbst verbinden können – auf der Matte und im Alltag. Der Kurs wurde direkt bei Start sehr gut angenommen und findet seither regelmäßig statt.

UNSER TEAM

Vorstand	Charlotte Glas-Illner Andrea Hubbuch Monika Stahlhofer	
Geschäftsführung betriebswirtschaftliche Leitung	Birgit Schniedermeier de Mejia	Tel. 089-55 06 78-12 birgit.schniedermeier@haeberlstrasse-17.de
Geschäftsführung fachliche Leitung	Lena Schneck	lena.schneck@haeberlstrasse-17.de Tel. 089-55 06 78-13
Assistenz der Geschäftsführung und Öffentlichkeitsarbeit	Verena Böck	verena.boeck@haeberlstrasse-17.de
Büroteam Organisation und Erstberatung auch englisch, spanisch	Eva Lindinger Angela Nagl Bettina von Thomsen	buero@haeberlstrasse-17.de Tel. 089-55 06 78-0
Fachstelle Beratung zu Pränataldiagnostik und bei belasteter Schwangerschaft	Kirsten Hellwig Andrea Singer	praenataldiagnostik@haeberlstrasse-17.de Tel. 089-55 06 78-14
Fachstelle Beratung zu Psychischen Krisen rund um die Geburt	Kirsten Minkos	kirsten.minkos@haeberlstrasse-17.de Tel. 089-55 06 78-19
Fachstelle Individuelle Geburtsvorbereitung	Sandra Lohrey	sandra.lohrey@haeberlstrasse-17.de Tel. 089-55 06 78-17
Fachstelle Bindungsbasierte Elternberatung	Susanne Großkopf	susanne.grosskopf@haeberlstrasse-17.de Tel. 089-55 06 78-15
wellcome – praktische Hilfe für Familien nach der Geburt	München Mitte: Katrin Lietz	muenchen.mitte@wellcome-online.de Tel. 089-55 06 78-55
FenKid® Weiterbildungen	Katre von Pfeil	katre.von.pfeil@haeberlstrasse-17.de Tel. 089-55 06 78-18

Kursleiterinnen und Weiterbildnerinnen:

- Birgit Ablinger
- Sabine Agosta
- Katharina Aichner
- Kathrin Aigner
- Anna Lisa Bertolo
- Verena Böck
- Christine Brenner
- Sabine Briggel
- Marjory Castellanos
- Flor del Rocio Sip Chu
- Sabine Dix
- Astrid Draxler
- Edeltraut Edlinger
- Isabella Ernst
- Marianne Faille-Häberle
- Reka Forster-Pal
- Susanne Großkopf
- Marisa Großmann
- Ulrike Hagen
- Anna Harms
- Bettina Herman
- Jutta Hohenberger
- Anja Jablonski-Sacher
- Angelika Koch
- Agnieszka Koziaczy
- Sabine Lebas
- Mabel Madrigal
- Ulrike Mann-Drewes
- Iris Markfort
- Sarah Melita
- Ninoska Molina
- Birgit Müller
- Daniela Nuber-Fischer
- Lea Prachhart
- Didi Roijen
- Mascha Rehbein
- Birgit Schniedermeier de Mejia
- Sophia Schucan
- Andrea Singer
- Monika Ulm
- Katre von Pfeil
- Laura Werther

Kinderbetreuerinnen:

- Anna Baumann
- Sophie de Mejía
- Nicole Prasse
- Karin Schönig

Wir sind Mitglied im:

- Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband
- AKF Arbeitskreis Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie und Gesellschaft e.V.
- Netzwerk gegen Selektion durch Pränataldiagnostik
- Verbund Familienbildungsangebote in Programmen und Kursen
- LAG Bayer. Familienbildungsstätten e.V.
- Babyfreundlich Initiative von WHO und UNICEF
- FÖSS e.V. – Verein zur Förderung der Selbsthilfe und Selbstorganisation
- GfG® - Gesellschaft für Geburtsvorbereitung, Familienbildung und Frauengesundheit Bundesverband e.V.
- Bündnis Equal Care München
- Netzwerk Väterarbeit München e. V.

Auszug von Kooperationspartner*innen, mit denen wir regelmäßig und eng zusammenarbeiten:

- Netzwerk Geburt und Familie e. V.
- GfG-Doulas®
- Geburtshaus München
- Hebavaria e.V.
- Downkind e.V.
- Lebenshilfe München
- Münchner Netzwerk Kinderwunsch
- Bayerischer Hebammenverband
- Beratungsstelle Studieren mit Kind der Zentralen Studienberatung der LMU
- Selbsthilfezentrum München
- Schatten und Licht e.V.
- Münchner Bündnis seelische Gesundheit
- Verwaiste Eltern e.V.
- Gesundheitsladen München
- Niedergelassene Ärzt*innen der verschiedenen Fachrichtungen

BERATUNGSSTELLE FÜR NATÜRLICHE GEBURT UND ELTERNSEIN E. V.

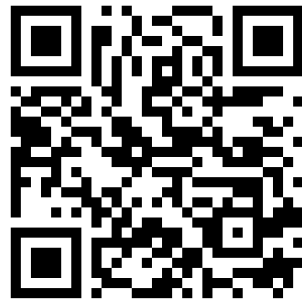
Unterstütze unsere Arbeit mit einer Spende❤️

Für viele soziale Organisationen – auch bei uns – werden die finanziellen Mittel knapp, denn die finanziellen Mittel der Kommunen werden weniger. Wir sind daher mehr denn je dringend auf Spenden angewiesen, um Beratungsangebote wie *Krise rund um die Geburt* oder die *Individuelle Geburtsvorbereitung* für Schwangere in sehr schwierigen Lebenslagen weiter in Qualität und Quantität aufrechtzuerhalten. Wenn du unsere Arbeit schätzt und uns unterstützen möchtest oder jemanden kennst, die*der das könnte: Jede Spende hilft uns sehr. Wirklich JEDER Beitrag zählt!

Da gerade langfristige Angebote wie unsere Beratungen eine verlässliche Finanzierung brauchen, besteht auch die Möglichkeit, uns eine regelmäßige Spende zukommen zu lassen, monatlich, vierteljährlich oder jährlich.

Wir haben das Ziel all unsere wichtigen Beratungs-, Kurs-, Treff- Vortrags- und Veranstaltungsangebote im aktuellen Umfang anbieten zu können und (werdende) Eltern so auch weiterhin stärkend zu begleiten.

**UNTERSTÜTZE UNSERE ARBEIT
JETZT DIREKT
SPENDEN**



UNTERSTÜTZE UNSERE ARBEIT JETZT DIREKT SPENDEN



BERATUNGSSTELLE FÜR NATÜRLICHE GEBURT UND ELTERNSEIN E. V.

Häberlstraße 17 | 80337 München

Telefon 089-550 678 0 | E-Mail: buero@haeberlstrasse-17.de | www.haeberlstrasse-17.de