

Infobrief

für junge Familien mit Kindern
im Alter von 0 - 6Jahren in
Gremmendorf und Angelmodde

Februar und März 2024



Liebe Eltern mit kleinen Kindern, liebe werdenden Eltern, liebe Fachkräfte in Gremmendorf und Angelmodde

Mein Name ist Janis Winter und ich bin der Stadtteilkoordinator der Frühen Hilfen für Gremmendorf und Angelmodde. Ich bin Kindheitspädagoge (BA und MA), sowie Systemischer Familientherapeut und unterstütze Sie gerne bei sämtlichen Themen, welche Sie als Familie belasten.



Frühe Hilfen haben zum Ziel Familien zu stärken und die kindliche Entwicklung von Anfang an zu fördern. Dabei umfassen meine Aufgaben neben der Begleitung der Familien auch die Vernetzung und Weiterentwicklung der Angebote für junge Familien in unseren Stadtteilen.

Sie können sich an mich wenden, wenn Sie schwanger sind oder Kinder im Alter von 0-6 Jahren haben und zum Beispiel

- passende Angebote für sich und ihr Kind in Ihrem Stadtteil oder Münster suchen
- Hilfe beim Kitanavigator oder beim Ausfüllen von Anträgen brauchen
- Fragen zu den Themen Familie und Kind haben
- nicht wissen, an welche Beratungsstelle Sie sich mit einem Problem wenden können
- Sie Begleitung zu Ämtern, zum Kinderarzt, usw. wünschen
- Fragen zu Angeboten in diesem Newsletter haben, uvm.

Gerne können Sie mich bei Fragen anrufen oder mir eine E-Mail schreiben. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit Ihnen.

Alles Gute wünscht Ihnen

Janis Winter

Inhalt

Angebote für Eltern und Kinder.....	6
Angebote für Eltern	9
Deutschkurse	14
Beratungsangebote.....	15
Einige Beratungsstellen	18
... <i>im Stadtteil</i>	18
... <i>in Münster</i>	20
Impressum	24

Wichtige Telefonnummern

Elterntelefon	0800 111 0 550
Frauennotruf	0251 34443
Kinderkrisenhilfe	0251 1330444
Giftnotzentrale	0228 19240

**Offene Sprechstunde der Familien-, Paar-, und Lebensberatung
in Gremmendorf und Angelmodde**

Veränderungen können das Leben bereichern... oder belasten. Kommt es zu Spannungen oder Überforderungen, helfen die Angebote zu Familien-, Partnerschafts- und Lebensfragen des Beratungs- und BildungsCentrum der Diakonie Münster.

Wir unterstützen Sie gerne, um gemeinsam Lösungen zu finden.

Das Angebot der offenen Beratungsstunde ist für Ratsuchende kostenfrei.

Kommen Sie einfach vorbei oder melden Sie sich unter J.Gepp@diakonie-muenster.de mit dem Betreff "Sprechstunde in Gremmendorf/Angelmodde".

Die Beratung steht allen Unterstützungssuchenden offen. Herzlich willkommen!

Offene Beratungsstunde:

Wann? Immer Freitags von 10-12 Uhr

Wo? Heidestraße 1a, Gremmendorf (Hauseingang und Parkplätze auf der Hinterseite des Gebäudes)

Ansprechpersonen:

Judith Gepp, Kerstin Gondek, Janis Winter

Tel.: 0251/490150

Die Allgemeine Sozialberatung in Gremmendorf stellt sich vor

Das Beratungs- und BildungsCentrum der Diakonie Münster bietet für den Stadtteil Gremmendorf eine allgemeine Sozialberatung an. Wir sind im Auftrag der Stadt Münster Ihr Ansprechpartner für den Stadtteil, wenn Sie sozial(rechtlich)e Anliegen oder Fragen haben. So beraten und informieren wir unter anderem zu

- Sozialleistungen wie Wohngeld, Grundsicherung usw.
- Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag insbesondere im Alter und bei körperlichen oder psychischen Einschränkungen.
- sozialen Angeboten (im Stadtteil), die Ihren Interessen oder Bedürfnissen entsprechen.

Wir begleiten Sie auch bei der Suche nach passenden Dienstleistern, z.B. Hilfen im Haushalt oder bei der Pflege.

Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie Fragen oder ein Anliegen haben. Unsere Beratung ist für Ratsuchende kostenlos!

Falls dies erforderlich ist, können nach Absprache auch Hausbesuche bei mobilitätseingeschränkten Menschen stattfinden.

Ansprechpartnerin für Gremmendorf:

Martina Kischel

Tel.: 0251 49015-0 (Zentrale)

Handy 0151 55 34 28 82

m.kischel@diakonie-muenster.de

Bei Bedarf können Beratungstermine auch vor Ort in Gremmendorf (Büro in der Heidestraße 1a, 48167 Münster) vereinbart werden.

Die Schwangerschaftsberatung in Gremmendorf stellt sich vor

Kaum ein Ereignis verändert ein Leben so sehr wie eine Schwangerschaft. Sie verspricht Familienglück und verändert Lebenspläne. Freude und Unsicherheit liegen manchmal nahe beieinander. Die Themen rund um Schwangerschaft und Geburt sind vielfältig, unsere Beratungsgespräche gestalten sich facettenreich. So kann es auch sein, dass wir im Schwangerschaftskonflikt auf Wunsch der Frauen den sogenannten Beratungsschein ausstellen.

Zu unseren weiteren Beratungsangeboten in der Schwangerschaftsberatung zählen auch Themen wie:

- Paarbeziehung und Elternrolle,
- Erziehungs- und Entwicklungsfragen, Bindungsberatung,
- Kinderwunsch, Familienplanung, Gesundheit, Sexualität und Verhütung,
- Begleitung nach Abbruch, Totgeburt, Verlust eines Kindes uvm.

Die Beratung und Begleitung richtet sich an Einzelpersonen, Paare, Familien und Ein-Eltern-Familien.

Unser Angebot steht allen Ratsuchenden kostenfrei zur Verfügung und ist unabhängig von Geschlechtszugehörigkeit und Konfession

Ansprechpartnerin für Gremmendorf:
Kerstin Gondek
Tel.: 0251 49015-0
k.gondek@diakonie-muenster.de

Beratungstermine können vor Ort in Gremmendorf (Büro in der Heidestraße 1a, 48167 Münster) vereinbart werden.

Offene Sprechstunde der Frühen Hilfen Stadtteilkoordination

Es gibt immer wieder Themen oder Fragestellungen von jungen Familien, bei den man nicht mehr weiterweiß oder sich Unterstützung wünscht. Für diese Anliegen stehe ich gerne in der offenen Sprechstunde zur Verfügung und bemühe mich Unterstützung, Orientierung, und wenn möglich weitere Hilfen anzubieten.

Wann: Montags 12:00 – 13:30
Wo: Heidestraße 1a (Hauseingang und Parkplätze auf der Hinterseite des Gebäudes)
Wer: Janis Winter (Tel: 015119670005; Mail: j.winter@diakonie-muenster.de)

Angebote für Eltern und Kinder

„Café Knirps vor Ort“ Offener Treff für Eltern mit Kindern

Hier im "Café Knirps vor Ort" freuen wir uns über jede Mutter und jeden Vater mit Kind. Bei uns können Sie sich mit Freunden treffen oder auch neue Kontakte knüpfen, während die Kinder Möglichkeit zum Spielen haben.

- Zeit:** Montags 9:15 -11:30 Uhr (nicht in den Schulferien)
Ort: Ev. Friedenskirche, Zum Erlenbusch 15
Gebühr: geringer Kostenbeitrag für Kaffee
Veranstalter: Kooperation Ev. Friedenskirche, Fabi Münster, Diakonie Münster–Beratungs- und BildungsCentrum, Amt für Gesundheit, Veterinär- und Lebensmittelangelegenheiten
Ansprechpartner: Janis Winter (015119670005)

Sure Start Die Babyspielstunde in Angelmodde



Wohnortnah bietet dieses Angebot eine kostenlose fachliche Begleitung und Beratung für Frauen mit ihren Babys, die es aufgrund ihrer finanziellen, familiären und sozialen Situation schwer haben.

Gemeinsam wird gespielt, erzählt, ausgetauscht und die Entwicklung des Babys begleitet.

- Zeit:** Donnerstag 11.01.2024 bis 21.03.2024, 09:00 - 13:00, 11 Termine
Ort: Familienzentrum St. Bernhard, Clemens-August-Platz 8, Angelmodde
Kursleitung: Mechtild Hagemann
Veranstalter: Haus der Familie Münster
Anmeldung: 0251-41866-24, Gaby Gerigk-Kues,

Vater-Mutter-Kind-Turnen

Eltern und Kinder im Kindergartenalter haben Spaß an gemeinsamer Bewegung in der Turnhalle der Eichendorffschule. In der Turnhalle sind nur Schuhe mit hellen bzw. abriebfesten Sohlen erlaubt.

- Zeit:** Samstags, 10:00 – 11:30 Uhr (außer in den Schulferien)
Ort: Turnhalle der Eichendorffschule
Eichendorffstraße 36, 48167 Münster
Veranstalter: Treffpunkt Waldsiedlung e.V.
Infos: 0251/9619704, Mail: treffpunkt-waldsiedlung@web.de
Gebühr: 20 €/Jahr (Mitgliedschaft im Verein)

Eltern-Kind-Turnen

- Zeit:** Montags, 16:00 – 17:15 Uhr
Dienstags, 9:30 – 10:45 Uhr
Donnerstags, 16:30 – 17:45 Uhr
- Ort:** Sporthalle Gremmendorf, Anton-Knubel-Weg 24
- Veranstalter:** Sport Club Gremmendorf 1946 e.V.
- Anmeldung:** Geschäftsstelle SC Gremmendorf 1946 e.V., Gremmendorfer Weg 7,
<https://www.sc-gremmendorf.de/>
- Gebühr:** Mitgliedsbeitrag Verein

Kinderturnen

- Zeit:** Montags, 15:10 – 16:10 Uhr (Kinder 4-5 Jahre)
Mittwochs, 16:00 – 17:00 (Kinder 3-4 Jahre, nach Anmeldung)
- Ort:** Sporthalle Gremmendorf, Anton-Knubel-Weg 24
- Veranstalter:** Sport Club Gremmendorf 1946 e.V.
- Anmeldung:** Geschäftsstelle SC Gremmendorf 1946 e.V., Gremmendorfer Weg 7
<https://www.sc-gremmendorf.de/>
- Gebühr:** Mitgliedsbeitrag Verein

Handball für Kinder

Ab 2 bis 5 Jahren

Beim Training geht es hauptsächlich darum, dass die Kinder Spaß haben und spielerisch die Bewegung mit und ohne Ball erlernen. Dies passiert beispielsweise durch das Überqueren von aufgebauten Parcours, Spielen mit Luftballons oder einfachen Fangspielen, wie "Brückenfangen" oder "Haifischbecken". Unsere Jüngsten sollen von klein auf die Werte wie Sportlichkeit, Fairness und Toleranz in der Gemeinschaft erleben - alles wofür der Handball-sport und die HSG stehen.

- Zeit:** Donnerstags, 16:30 – 17:30 Uhr („Handballküken“, 2-3 Jahre)
- Ort:** Halle der Idaschule, Vörnste Esch 19

- Zeit:** Dienstags, 15:30 – 16:30 Uhr („Superminis“, 4-5 Jahre)
- Ort:** Gremmendorfer Halle, Anton Knobel Weg

Veranstalter: HSG Gremmendorf-Angelmodde (Handballabteilung SC Gremmendorf und TSV Angelmodde)

Infos: www.handball-muenster.de/Mannschaften/Mannschaften/Superminis.php

Gebühr: Mitgliedsbeitrag Verein

Musikalische Früherziehung

Für Kinder ab 3 Jahren

Zeit: Dienstag, 15:30 – 16:15 Uhr (ab 3 Jahre)
Dienstag, 16:30 – 17:15 Uhr (ab 5 Jahre)
Ort: Ev. Friedenskirche, Zum Erlenbusch 15
Veranstalter: Sigrun Lips-Scherer
Infos/ <http://www.scherer-lips.de/>
Anmeldung: Tel.: 0251/ 617732 oder musikschule@scherer-lips.de
Gebühr: auf Anfrage

Musikalische Früherziehung

Für Kinder ab 4 Jahren

Singen, Tanzen, Musizieren – in der Musikalischen Früherziehung kommen die Kinder möglichst vielfältig und abwechslungsreich mit Musik in Berührung. Ziel ist es, ihr musikalisches Potential zu stärken und ihnen Raum und Zeit zu geben, Musik zu entdecken und lieben zu lernen.

Zeit: Auf Anfrage
Ort: Janusz-Körzszak-Haus, Zwi-Schulmann-Weg 25, 48167 Ms-Gremmendorf
Veranstalter: Westfälische Schule für Musik
Information/ www.stadt-muenster.de/musikschule/startseite.html
Anmeldung: Fachbereichsleitung Dr. Gudrun Koch, Tel.: 0251-492 4418
Gebühr: Auf Anfrage

Bunte Welt Spiel-, und BewusstSeinsgruppe

Die "Bunte Welt" ist eine Spiel- und BewusstSeinsGruppe, geleitet durch Hebamme Sandra Rohlmann und Sandra Wächter. Wir öffnen den Raum mit Spiel- und Entwicklungsangeboten, so wie Informationen über körperliches und emotionales Wachstum, intuitive Stillprozesse und Nahrung darreichen, FamilienSein im Alltag für Kinder ca. ab der 8./10. LW bis zum 1.LJ.

Mit BewusstSeinsWirken und Hebammen spezifischen Themen für die Eltern, begleiten Wir Euch durch diese spannende Zeit.

Gemeinsam lernen wir uns kennen und tauschen uns aus. Für Spielen, Singen, Kuschneln, Materialien entdecken und Kinderversorgung jeglicher Art wird Raum geboten.

Wir Entdecken und Wachsen Gemeinsam zum Wir und Sind bereit für diese neue "Bunte Welt"... haben Wir Euer Interesse geweckt?

Fühlt Euch herzlich Willkommen!

Anmeldungen gerne unter WhatsApp
Hebamme Sandra Rohlmann
0173. 8771613 oder
Spielgruppenleitung Sandra Wächter
0151. 70304045 oder
SaSasBunteWelt@web.de

Angebote für Eltern

Outdoor- Fitness für Mütter in Angelmodde

Du möchtest gerne Sport machen und dabei dein Kind ungern in fremde Hände geben?
Dann bist du hier richtig!

Wann? Ab Dienstag 16.01.2024; 9:30 – 10:30 (8Termine)
Wo? Treffpunkt: AWO Kindergarten, Alt Angelmodde 11
Wer? Christine Lewe und Team
Anmeldung: Haus der Familie 0251 41866 0
Gebühr: 62,40€

Schwangerschaftsrückbildungskurs

Rückbildungskurs mit Baby

Wann: 1. Kurs montags 9:15 bis 10:15
2. Kurs montags 10:45 bis 11:45
Wo: Ev. Friedenskirche, Zum Erlenbusch 15
Wer: Sandra Rohlmann (01738771613)

Rückengymnastik - in Angelmodde

1. Kurs

Wann: 08.01.2024 bis 18.03.2024, 17:45 - 18:30, 11 Termine
Wer: Iris Bunte-Bach
Wo: Pfarrzentrum St. Bernhard, Höftestraße 24, Angelmodde

2. Kurs

Wann: 08.01.2024 bis 18.03.2024, 18:45 - 19:30, 11 Termine
Wer: Iris Bunte-Bach
Wo: Pfarrzentrum St. Bernhard, Höftestraße 24, Angelmodde

Yoga in der Schwangerschaft

Die Schwangerschaft ist eine einzigartige Zeit mit vielen Veränderungen. Yoga lässt Körper, Geist und Seele im Einklang sein und hilft eine innige Verbindung zum ungeborenen Kind aufzubauen. Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer werden verbessert. Die Atem- und Entspannungsübungen verhelfen zu mehr Ruhe und Gelassenheit, dem eigenen Körper zu vertrauen, um so gut vorbereitet für die Geburt zu sein. YogaAuszeit nur für Dich!

Zeit: dienstags 18:00 – 19:00 Uhr
Ort: Ev. Friedensgemeinde, Raum 5
Zum Erlenbusch 15, Münster-Gremmendorf
Veranstalter: Lydia Frühling
Anmeldung: Tel.: 0251664436, Mobil: 01626644900, Mail: Lydia-Fruehling@gmx.de
Gebühr: 10 Termine 150€
Website: www.yogaauszeit-muenster.de

Outdoor-Fitness für Mütter – Aktiv mit Baby

Du möchtest gerne Sport mit anderen Müttern machen und dabei dein Kind ungern in fremde Hände geben? Dann bist du hier richtig!

Die Outdoorfitness Kurse in Kooperation mit mamavitalis bieten dir unter professioneller Anleitung Konditionsstärkung und Muskulaturaufbau. Besonders achten wir auf die Stärkung der Beckenbodenmuskulatur und Anleitung zur Schließung des Bauchspaltes sowie Alltagschulung, um gesund mit Kind wieder fit zu werden nach der Entbindung.

Geeignet ist der Kurs für Mamas mit Babys ab der 10. Lebenswoche, idealerweise nach dem Rückbildungskurs, kann aber auch parallel begonnen werden.

Wo: AWO Kindergarten Angelmodde, Alt Angelmodde 11, Angelmodde
Bei nachträglicher Anmeldung bitte vor der Teilnahme den aktuellen Startpunkt in der Praxis mamavitalis unter 02506 3033685 oder info@mamavitalis.de erfragen.
Wann: Dienstags 9:30 – 10:30
Dozent:in: Christine Lewe und Team
Gebühr: 62,40€

Bewegungsangebote TSV Angelmodde

Sunshine Aerobix

Die gute Laune Fitness

- tänzerisches Ausdauertraining zu caribischer Musik
- elementares Krafttraining der aufrichtenden Muskulatur
- wohltuende Entspannungssequenz

Mittwochs 18 - 19 Uhr Sporthalle an der Eichendorffschule

Yogagymnastik

Sensomotorisches Kompensationstraining

- Spannungen lösen
- grundlegende Alltagsbeweglichkeit verbessern
- Körpergefühl und innere Ruhe vertiefen

Dienstags 18.30 – 20 Uhr Sporthalle an der Eichendorffschule

Sonntags 12.– 13.30 Uhr Sporthalle an der Annetteschule

Kontakt: Maria und Lothar Zimmermann
zimmermanns.muenster@gmx.de

Weitere Sport- und Bewegungsangebote für Erwachsene

Es gibt diverse Sport- und Bewegungsangebote für Erwachsene in Gremmendorf und Angelmodde. Hier möchte ich auf einige Anbieter mit ihren Kontaktdaten hinweisen:

Vereine

- SC Gremmendorf 1946 e.V., Gremmendorfer Weg 7, Tel.: 0251-615045
www.sc-gremmendorf.de
- TSV Angelmodde 1967 e.V., Juffernkamp 5 48167 Münster Tel.: 02506-7469
tsv-angelmodde.de
- Treffpunkt Waldsiedlung e.V., Tel.: 0251/96197, Mail: treffpunkt-waldsiedlung@web.de
www.treffpunkt-waldsiedlung.de

Familienbildungsstätten

- Ev. Fabi Münster : www.ev-fabi.ms , Tel.: 0251-4816780 (Angebote in Gremmendorf)
- Haus der Familie Münster: www.haus-der-familie-muenster.de/, Tel.: 0251-418660

Nähkurs
Treffpunkt Waldsiedlung

Unter Anleitung einer erfahrenen Schneidermeisterin kann schöne Kleidung für den eigenen Bedarf erstellt werden.

Zeit: Montags, 9:30 – 11:45 Uhr
Donnerstags, 09.30 - 11.45 Uhr
Freitags, 14:30 – 16:45 Uhr

Ort/ Veranstalter: Treffpunkt Waldsiedlung e.V., Bonnenkamp 73

Anmeldung/Information: 0251/96197, Mail: treffpunkt-waldsiedlung@web.de

Mode zum Selbernähen
Nähkurs für alle die kreativ ihre Kleidung gestalten möchten

- Nähkurs für Fortgeschrittene -
Kreativ arbeiten mit schönen Stoffen.
Wie kommen meine Modeideen zum Tragen?
Profitieren Sie von Tipps und Tricks der Fachleute und entwerfen Sie Ihre Mode selbst!
Vertiefen Sie Ihre Fähigkeiten in Schnitt- und Verarbeitungstechniken.
Trauen Sie sich auch an komplizierte Nähvorgänge.
Anhand unterschiedlichster Schnittmuster sammeln Sie weitere Erfahrungen und realisieren unter fachlicher Anleitung Ihre Modeideen.
So entsteht ein individuelles und maßgeschneidertes Kleidungsstück ganz nach Ihren Vorstellungen.

Wann? 08.01.2024 bis 05.02.2024 und 19.02.2024 bis 18.03.2024, 09:00 - 12:00

Wer? Birgit Tenfuß-Niehues

Wo? Haus der Begegnung St. Ida, Nachtigallenweg 25, Gremmendorf

VerwertBar

Du hast noch etwas noch gut Erhaltenes abzugeben, was du nicht mehr benötigst?
Oder du kannst etwas von dem gebrauchen, was angeboten wird?

Wann: Jeden 1. Mittwoch im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr

Wo: Treffpunkt Waldsiedlung, Bonnenkamp 73, 48167 Münster

Frauen- Café

Neu: Frauen-Café (auch mit Kindern): immer der letzte Dienstag im Monat: 15-17 Uhr
Nächster Termin: 27.02.2024

Wo: Bonnenkamp 73

Wer: Treffpunkt Waldsiedlung

Mamavitalis

Mamavitalis bietet während und nach der Schwangerschaft Kurse oder Einzelbehandlungen an z.B:

- 1. Schwangerschaftskurs** „Fit durch die Schwangerschaft“: Regelmäßiger und sanfter Sport stärkt den Körper für die Geburt und hilft aufkommende Beschwerden zu lindern oder gar zu vermeiden. Der Kurs bietet körperliche Fitness, aber auch Zeit für sich, um Energie zu tanken und sich in dieser Zeit wohl zu fühlen.
- 2. Outdoorfitness mit Kind** ab der 10 Woche idealerweise nach abgeschlossenem Rückbildungskurs möglich. Du wünschst dir deine alte Figur zurück, findest aber keine Zeit für Sport und willst dein Kind ungern in fremde Hände geben? Der Outdoor-Kurs von mamavitalis ist die perfekte Lösung! Dieser Kurs bietet dir die Möglichkeit, Zeit mit deinem Kind an der frischen Luft zu verbringen und gleichzeitig unter professioneller Anleitung etwas für dich zu tun.
- 3. Fit am Abend:** Ein Misch aus Cardio sowie Übungen für Rücken, Bauch, Beine und Po, zum Auspowern. Für Mütter nach der Rückbildung ab 5 Monaten nach der Entbindung.
- 4. Outdoorfitness for Men:** Väter trainieren zusammen mit ihrem Kind nicht nur die Muskeln, sondern auch die Vater-Kind-Bindung. Papavitalis trainiert ohne Geräte, dafür mit Kind sowohl indoor als auch outdoor. Geeignet für Väter mit Kindern ab 2 Monaten bis 5 Jahren.

Infos über aktuelle Kursangebote: <http://mamavitalis.de>

Anmeldung: Sie sind an einem Kurs oder einer Probestunde interessiert, dann schreiben Sie gerne eine E-Mail an mamavitalis@t-online.de, oder rufen Sie unter 0157/72187890 an.

„Unsere Bunte Welt“ Flurausstellung

Entdecken sie Sri Lanka mit all seinen bunten Facetten

Wann? 21.02.24 ; 14.30-16-30 Uhr

Wo? Kita St. Bernhard

Elternabend „Was tun-mein Kind ist gestürzt?!

An diesem Abend wählt die Gruppe einzelne Themen aus den Bereichen Erste Hilfe bei Stürzen, Verbrennungen und Verschlucken aus, auf die eingegangen wird.

Wann? 05.03.24 20-22.15 Uhr

Wo? Familienzentrum St. Bernhard, Clemens-August-Platz 8, Angelmodde

Wer? Maurizio Ciardullo

Kosten Die Kursgebühr wird vom Familienzentrum übernommen

Anmeldung im Familienzentrum St. Bernhard unter 02506-8101150

Deutschkurse

Mütter lernen - Kinder profitieren in Angelmodde Deutsch-Sprach- und Alphabetisierungskurs für Mütter von Kindergartenkindern

Im Kursgeschehen werden anhand des Kindergartenalltags sowie der Erfahrungs- und Erlebniswelt der Kinder, Mütter in die deutsche Sprache eingeführt. Der Tagesablauf im Kindergarten, die Spiele, Erziehungsthemen und Elternarbeit stehen bei der allmählichen Erweiterung des Wortschatzes im Mittelpunkt. Jüngere Geschwisterkinder werden zeitgleich im Kindergarten betreut.

Wann: 16.01.2024 bis 02.07.2024, 09:00 - 10:30, 23 Termine
Wer: Hildegard Stredulla-Gleitz
Ort: Familienzentrum Kita St. Bernhard, Clemens-August-Platz 8
Ansprechpartnerin: Tel. 0251 41866-24, Gaby Gerigk-Kues

Deutsch lernen für Frauen/Mütter

Sie sind keine Deutsche. Sie sind Mutter. Und Sie leben in Münster. Sie sprechen aber kein Deutsch. Sie möchten Ihr Kind trotzdem gut begleiten. Deswegen möchten Sie Deutsch lernen.

In diesem Kurs lernen Sie:

- Deutsch sprechen
- Deutsch lesen
- Deutsch schreiben

Sie brauchen sich nicht anmelden. Sie können jederzeit vorbeikommen.

Zeit: Mittwoch, 10:45 – 12:45 Uhr
Ort: Familienzentrum Kita Kleine Riesen, Eichendorffstr. 42, Angelmodde

Zeit: Freitag, 9:00 – 11:00 Uhr
Ort: DRK-Familienzentrum Schatzkiste, Wiegandweg 36, Gremmendorf
Leitung: Zenab Mahmoud
Anmeldung: Fabi Münster, 0251/4816780 oder www.ev-fabi.ms
Gebühr: keine

Orientierungscoaching (Sprachförderung)

- 3 Monate
- 95 UE
- Einzelcoachings, 2x wöchentlich Workshop-Angebote und Berufsfelderkundungen
- Sozialpädagogischer Mittagstisch im Salam Kitchen
- Laufender Einstieg und Maßnahmen-Wechsel (z.B. in das „Begleitende Coaching nach Arbeitsaufnahme“) möglich

Ziele:

- Abbau von sozialen, beruflichen und sprachlichen Hemmnissen
- Stärkung des beruflichen Profils
- Aufbau und Rückgewinnung von Motivation

Ihre Ansprechpartnerin:

Frau Anastasia Milke

Tel.: +49 (0) 251 5906511-7

Mail: anastasia.milke@selma-muenster.de

Info: jeden Montag um 11 Uhr (offene Sprechstunde im Salam Kitchen)

Beratungsangebote

Sprechstunde der Frühen Hilfen

Diese Sprechstunde bietet Beratung zu allen Fragen rund ums Kind vor und nach der Geburt, zu Betreuungsangeboten und finanziellen Fragen. Außerdem wird vermittelt in Angebote im Stadtteil, zu anderen Beratungsstellen oder Einrichtungen für Eltern und Familien.

- Zeit:** jeden 1. Dienstag im Monat
Jeweils 12:30 – 14:00 Uhr
- Ort:** Familienzentrum Kleine Riesen, Eichendorffstr. 42
- Veranstalter:** Diakonie Münster, Beratungs- und BildungsCentrum
- Anmeldung erforderlich:** Kita Kleine Riesen, Frau Fuhrer 0251 14208188,
mf.familienzentrum@web.de

Beratungssprechstunde für Eltern

Diese Sprechstunde bietet die Möglichkeit, sich mit einer pädagogischen Fachkraft, z.B. über Familienprobleme, Erziehungsprobleme, Geschwisterhass, oder anderen Belastungen, die Sie innerhalb der Familie haben, auszutauschen.

- Zeit:** 1. Dienstag im Monat
Jeweils 15:00 – 16:00 Uhr
- Ort:** DRK Familienzentrum Schatzkiste, Albersloher Weg 424
- Veranstalter:** Diakonie Münster, Beratungs- und BildungsCentrum

Sprechstunde der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Familie ist mit das Schönste, was es gibt und gleichzeitig eine große Herausforderung. Wenn es um Konflikte zwischen Eltern und Kindern geht, Sie unsicher sind, ob das Verhalten Ihres Kindes normal ist oder Sie die Bedürfnisse Ihres Kindes gut erfüllen können, bin ich gerne für Sie da.

Zeit: Jeden 3. Donnerstag im Monat 8:30 - 10:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Kita St. Bernhard, Clemens-August-Platz 8, 48167 Münster
Veranstalter: Susanne Vogeley Caritas Beratungsstelle Münster

Sprechstunde Frühe Hilfen Kita St. Bernhard

Wann: 1. Donnerstag im Monat von 8.30- 9.30 Uhr
Wer: Katharina Weßling von Frühe Hilfen
Wo: Kita St. Bernhard

Sprechstunde Familienbesuche

Wann: 3. Freitag im Monat ab 8:30
Wer: Frau Mareike Lummer-Lenfens und Frau Alexa Ohlow
Team Familienbesuche der Stadt Münster
Wo: Kita St. Bernhard

Ganzheitliches Vermittlungscoaching

Zielgruppe:

Menschen die eine Tätigkeit/ Ausbildung suchen
Einzelpersonen mit Deutschkenntnissen mindestens auf B2-Niveau
Bereitschaft zur Mitwirkung

Ziele:

Vermittlung in Tätigkeit
Persönliches Profil/ Medienkompetenz/ berufliche Orientierung
Bewerbungstraining/ Kommunikationstraining/ Stellensuche

Umfang: Max. 100 UE in 8 Monaten

Weitere Angebote:

Orientierungscoaching:

Was: neue Ziele entwickeln
verschiedene Berufe kennenlernen
Ihre sprachlichen Kenntnisse ausprobieren
Mittag essen und in Ruhe mit unseren Coaches sprechen

Ihr Ansprechpartner

Herr Stefan Herrmann

Tel.: +49 (0) 251 5906511-1

Mail: stefan.herrmann@selma-muenster.de

Info: jeden Mittwoch um 11 Uhr (offene Sprechstunde)

Kurberatung

Die Kurberatung

- klärt mit Ihnen den Behandlungsbedarf ab
- informiert Sie über die Inhalte der Kurmaßnahmen
- unterstützt Sie bei der Antragstellung sowie bei Widersprüchen
- hilft Ihnen bei der Wahl der passenden Klinik
- unterstützt Sie in der Vorbereitung der Maßnahme
- berät Sie bei Fragen zur Finanzierung.

Zeit: 1. Montag im Monat
Ab 14.30 Uhr nach telefonischer Vereinbarung

Ort: Familienzentrum St. Bernhard, Clemens-August-Platz 8, Angemodde

Veranstalter: Roswitha Heidges, Caritas Beratungsstelle

Einige Beratungsstellen

... im Stadtteil

Bindungsorientierte Familienbegleitung und Beratung

Möchtest Du Dich auf das Stillen vorbereiten oder hast du aktuell Stillschwierigkeiten? Fragst du Dich, ob Du genug Milch hast und Dein Baby wird? Tut Stillen immer weh? Möchtest du das Stillen reduzieren oder abstillen? Vielleicht sind Eure Nächte unruhig und du fragst Dich, wann Dein Kind endlich durchschläft oder ob Dein Kind es jemals ohne Pezziball oder Einschlafstillen ein- und durchschläft? Möchtet ihr den Papa mehr in die Schlafsituation mit einbeziehen oder macht ihr Euch Sorgen um den Schlaf in der Kita? Bist Du Dir unsicher, wann Du mit der Beikost beginnen sollst und was es zu beachten gibt? Was darf Dein Kind essen, was lieber nicht und wie sieht es mit den Nährstoffen und Allergien aus?

Diese und weitere Fragen beantworte ich Dir gerne. Als bindungsorientierte Familienbegleiterin unterstütze ich Familien rund um die Themen Stillen, Baby- und Kleinkindschlaf sowie Beikost – mit viel fundiertem Wissen, Vertrauen und ganz viel Herz. Damit ihr Euren eigenen individuellen Weg findet und wieder mehr Zuversicht und Selbstvertrauen erlangt.

Ob bei Dir Zuhause, per Videokonferenz (z.B. Zoom) oder telefonisch, wir finden den richtigen Rahmen für dein Anliegen. In jedem Fall biete ich Dir einen sicheren Ort für alle deine Fragen und Sorgen.

Weitere Informationen zu meinen Angeboten findest du hier: <https://www.elternkindgerecht.com>

Email: info@elternkindgerecht.de

Caritas vor Ort

Familie ist das Schönste, was es gibt und gleichzeitig eine große Herausforderung. Wenn es um Konflikte zwischen Eltern und Kindern geht, Sie unsicher sind, ob das Verhalten ihres Kindes normal ist oder wie Sie die Bedürfnisse Ihres Kindes gut erfüllen können, bin ich gerne für Sie da.

Beratungsstelle SüdOst

Bonnenkamp 73, 48167 Münster

Telefon: 0251 625837

Beratungsstelle.suedost@caritas-ms.de

Sprechstunde der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Jeden 3. Donnerstag im Monat 8:30 - 10:00 Uhr

Susanne Vogeley (Diplom Psychologin)

Familienzentrum Kita St. Bernhard, Clemens-August-Platz 8, 48167 Münster

Ganzheitliche & individuelle Babyberatung

Hej! Wir von Babyheld:innen begleiten euch auf der Reise des Elternwerdens. Falls ihr beim Umgang mit eurem Baby noch unsicher seid, ihr eine:n kompetente:n Ansprechpartner:in mit Fachwissen benötigt, oder sonstige Unterstützung wünscht, seid ihr hier genau richtig!

Als examinierte Gesundheits- & Kinderkrankenpflegerin mit über 10 Jahren Berufserfahrung im Krankenhaus begleiten wir unsere Kund:innen auf der Reise des Elternwerdens. Unsere Dienstleistungen bieten wir in Form von folgenden Paketen bei (werdenden) Eltern Zuhause an:

1. Kinästhetik Infant Handling
2. Säuglingspflege
3. Schlafberatung
4. Babymassage
5. Erste-Hilfe-Crashkurse (buchbar mit Freunden oder Familie bei euch Zuhause)
6. Vorbereitung auf das Baby (All-In-1 Paket)

Zeit: Termin auf Anfrage unter <https://www.babyheld-in.de/>, über Instagram: https://www.instagram.com/babyheld_innen/

Dauer: je nach Paket bis zu 3 Stunden

E-Mail: kontakt@babyheld-in.de

Tel.: +49(0)15781631489

Sozialbüro „Oase am Kirchturm“

Haus der Begegnung St. Ida, Nachtigallenweg 25

E-Mail: sozialbuero-oase@st-nikolaus-muenster.de

Sprechstunden: jeden 1. und 3. Montag im Monat
Von 15:30 bis 17:30 Uhr

Kommunaler Sozialdienst – Bezirk Ost/Südost

Beratung und Schutz

Amt für Kinder, Jugendliche und Familien

Für die Stadtteile: Mauritz-Ost, Gelmer, Handorf, Gremmendorf, Angelmodde und Wolbeck
Albersloher Weg 550, 48167 Münster

Tel.: 0251-492-5607

Kommunaler-Sozialdienst-Ost@stadt-muenster.de

Öffnungszeiten: montags bis freitags, 8:00 – 12:00 Uhr
donnerstags 14:30 – 18:00 Uhr
und nach Vereinbarung.

...in Münster

Diakonie Münster - Beratungs- und Bildungszentrum

Beratung zu den Themen: Ehe und Partnerschaft, Erziehung, Schwangerschaft, Finanzen und Schulden, Gesundheit, Älter werden, Migration, Qualifizierung und Beschäftigung, Rechtliche Betreuung, Sucht und Abhängigkeit, Wohnungsnot

Alter Steinweg 34, 48143 Münster

Tel.: 0251-490150

E-Mail: Beratungs-und-Bildungszentrum@diakonie-muenster.de

Bei Fragen und Vermittlungsbedarf können Sie sich gerne an mich, Janis Winter, 0151-19670005, j.winter@diakonie-muenster.de, wenden.

Donum vitae Münster e.V.

Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung

Geiststr. 57, 48151 Münster

Tel.: 0251-1448818

E-Mail: beratung@donum-vitae-muenster.de

Pro Familia

Beratung zu den Themen: Sexualität, Schwangerschaft, Partnerschaft und Familienplanung

Ludgeriplatz 12, 48151 Münster

Tel.: 0251-45858

E-Mail: muenster@profamilia.de

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

Umfassende Hilfe für Frauen. Schwangerschaftsberatung

Beratungsangebote

Tel: 0251-13 32 23-0

Frauen- und
Kinderschutzhäuser

Tel: 0251-1312500-0

frauenhaus@skf-muenster.de

Wohnungslosenhilfe

Tel: 0251-89 936-0

Kita/Familienzentrum

Tel: 0251-89936-13

kita@skf-muenster.de

Geschäftsstelle

Wolbecker Str. 16a
48155 Münster

Tel: 0251-13 32 23-0

info@skf-muenster.de

Stadt Münster

Beratungsstelle für Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung

Hafenstraße 30, 48153 Münster

Tel.: 02 51/4 92-56 81 oder 02 51/4 92-56 85

E-Mail: schwangerschaftsberatung@stadt-muenster.de

Hebammennetzwerk Münsterland e.V.

Die Betreuung durch Hebammen vor und nach der Geburt ist für Sie kostenfrei! Benötigt wird nur Ihre Versichertenkarte von der Krankenkasse. **Bitte denken Sie daran, sich bereits zu Beginn der Schwangerschaft um eine Hebamme zu kümmern!**

Übersicht aller Hebammen in Münster: <http://www.hebammenzentrale-muenster.de/hnm/>

"Starthilfe" – Beratung bei „schwierigen“ Babys – Caritas Münster

Kontakt

Telefon: 0251 53009338

starthilfe@caritas-ms.de

Caritasverband für die Stadt Münster e.V.

Josefstraße 2, 48151 Münster

www.caritas-ms.de

Offene Sprechstunden (zur Zeit telefonisch)

Gievenbeck: Montag 9:00 – 11:00 Uhr, Tel. 0251 87104-0

Stadtmitte: Dienstag 9:00 – 11:00 Uhr, Tel. 0251 53009-338

Kinderhaus: Mittwoch 9:00 – 11:00 Uhr, Tel. 0251 87104-0

Hiltrup: Freitag 9:00 – 11:00 Uhr, Tel. 0251 530090

Kontaktstelle Kitanavigator

Hafenstraße 30

Montag bis Freitag 9 bis 12 Uhr

Donnerstag auch 14.30 bis 18 Uhr

Tel. 02 51/4 92-58 77

kita-navigator@stadt-muenster.de

Wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt

wellcome ist ein Angebot für alle Familien, die sich im ersten Jahr nach der Geburt eines Kindes Unterstützung wünschen.

Mütter werden heute meist nach wenigen Tagen aus der Klinik entlassen. Zu Hause beginnt – trotz aller Freude über das Baby – der ganz normale Wahnsinn einer Wochenbett-Familie: das Baby schreit, niemand kauft ein, das Geschwisterkind ist eifersüchtig und der besorgte Vater hat keinen Urlaub mehr. Wer keine Hilfe von Familie, Nachbarn oder Freunden hat, bekommt sie von wellcome. Ehrenamtliche entlasten die Familie im Alltag.

Kontakt

Ev. Familienbildungsstätte Münster
Friedrichstr. 10
48145 Münster

Tel.: 0251 4816787

Mail: muenster1@wellcome-online.de

Kontaktstelle für Kindertagespflege

Junkerstraße 1/Ecke Hafenstraße, 48153 Münster
Tel.:0251-492-5108
E-Mail: kindertagespflege@stadt-muenster.de

Ansprechpartnerin für Gremmendorf: Rabea Duscha
Tel.:0251-492-5523

Ansprechpartnerin für Angelfmodde: Silvia Lenz
Tel.:0251-492-5865

Prävention und Frühe Hilfen **Amt für Kinder, Jugendliche und Familien**

Hafenstraße 30, 48153 Münster
Tel. 02 51/4 92-55 27 oder
Tel. 02 51/4 92-55 26
praevention@stadt-muenster.de
Montag bis Freitag 9 bis 12 Uhr
Donnerstag auch 14.30 bis 18 Uhr

Amt für Kinder, Jugendliche und Familien

Jedes neugeborene Kind und seine Eltern in Münster werden besucht – wenn diese es wünschen. Die in Form einer "Begrüßungsmappe" zusammengestellten Informationen zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten in der Stadt Münster werden erläutert, wie zum Beispiel Angebote der Familienbildung und -beratung oder Möglichkeiten der Kindertagesbetreuung.

Hafenstraße 30, 48153 Münster

familienbesuche@stadt-muenster.de

Beratungsstelle Frühe Hilfen im Gesundheitsamt

Es gibt Momente, da haben Eltern Zweifel, ob sich ihr Kind normal entwickelt - weil es zum Beispiel zu spät oder zu wenig spricht, sich anders als Gleichaltrige bewegt, nicht zuhört, unruhig ist, wenig spielt, kaum auf Ansprache oder Anlächeln reagiert oder auch dem Lerntempo im Kindergarten oder in der Schule nicht gewachsen ist. Es gibt Kinder mit Behinderungen, durch die für Eltern viele Fragen und Sorgen entstehen. Bei diesen und ähnlichen Fragen helfen Ihnen die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle Frühe Hilfen im Gesundheitsamt.

Stolbergstraße 2a, 48147 Münster

Sekretariat: Sabine Wies

Tel.: 02 51/4 92-54 44

fruehehilfen@stadt-muenster.de

Telefonische Erreichbarkeit

Montag bis Mittwoch: 8 - 16 Uhr

Donnerstag: 8 - 17 Uhr

Freitag: 8 - 13 Uhr

Außerhalb der üblichen Sprechzeiten läuft ein Anrufbeantworter, so dass Sie rund um die Uhr eine Nachricht auf Band hinterlassen und mit einem zeitnahen Rückruf rechnen können.

Familienbüro Münster

Amt für Kinder, Jugendliche und Familien

Das Familienbüro ist eine offene, unverbindliche Anlaufstelle und berät sowie informiert bei allen Fragen rund um Familie, Elternschaft und Erziehung.

Junkerstraße 1, 48153 Münster

Tel.: 02 51- 4 92-51 08

E-Mail: familienbuero@stadt-muenster.de

Impressum

Diakonie Münster – Beratungs- und BildungsCentrum GmbH

Dienstsitz

Alter Steinweg 34

48143 Münster

Tel.: 0251.490150

Fax: 0251.4901530

Email: Beratungs-und-BildungsCentrum@diakonie-muenster.de

www.diakonie-muenster.de

Geschäftsführung: Marion Kahn, Frank Olivier, Pfarrer Sven Waske

Registergericht Amtsgericht Münster Handelsregister B 9933

Geschäftssitz: Fliednerstraße 15, 48149 Münster

Diese Übersicht erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, ggf. sind Änderungen möglich.

Für die Inhalte und Durchführung der Veranstaltungen sind ausschließlich die jeweiligen Veranstalter verantwortlich.

Hinweis: Sollten Sie selbst in und um Gremmendorf und Angelnmodde Angebote für Familien mit kleinen Kindern haben und finden diese hier nicht wieder, melden Sie sich unter j.winter@diakonie-muenster.de bei mir, ich nehme sie sehr gerne in den nächsten Newsletter mit auf!

Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten möchten schicken Sie bitte eine E-Mail an:

j.winter@diakonie-muenster.de