

Unsere Wurzeln

liegen in der Frauen- und Selbsthilfebewegung. Die Beratungsstelle wurde 1979 in ehrenamtlicher Arbeit von fünf engagierten Müttern, Pionierinnen der partnerschaftlichen Geburtsvorbereitung, gegründet. Heute bilden wir einen wesentlichen Teil der psychosozialen Versorgungsstruktur rund um die Geburt in München. Mit unserem frauen- und familienorientierten Ansatz spielen wir eine impulsgebende Rolle innerhalb der Fachwelt. Wir beraten und informieren unabhängig von kommerziellen Interessen.

Wir sind

ein Team von 50 Kolleg:innen verschiedenster Professionen, die neben ihrer fachspezifischen Qualifikation immer auch ihre Lebenserfahrung als Arbeitsgrundlage haben, z.B. haben alle Kinder.

Wir bieten

persönliche und telefonische Beratung (auch Englisch, Französisch und Spanisch)
Kriseninterventionen, Kurse zu Themen rund um die Geburt, von Geburtsvorbereitung bis zur Familienberatung, Veranstaltungen wie Seminare, Online Vorträge, FenKid®- Eltern-Kind-Kurse, Inhouse -Schulungen und Fort- und Weiterbildungen.

Wir setzen uns ein

für die Förderung einer frauengerechten Schwangerenbetreuung und Geburtshilfe, für die Stärkung der elterlichen Kompetenz in den ersten drei Lebensjahren sowie die geschlechtssensible Betrachtung des „Systems“ Familie, für Menschen mit Behinderung, damit sie über eine Teilhabe außerhalb der medizinischen Versorgung rund um die Geburt informiert, beraten und begleitet werden.

Besonderheiten unserer Fachstellen (alle gefördert durch LH München, GSR und Jugendamt):

Psychosoziale Beratung zu Pränataldiagnostik und bei belasteter Schwangerschaft

Andrea Singer und Kirsten Hellwig, vor Ort, telefonisch, online und E-Mail Beratungen

Wir beraten

- über die Möglichkeiten und Grenzen pränataldiagnostischer Untersuchungen.
- wenn Paare durch pränataldiagnostische Untersuchungen beunruhigt sind und überlegen, ob sie weitere Diagnostik durchführen lassen wollen.
- wenn Schwangere/Paare sich nach einem auffälligen Befund für das Weitertragen oder die Beendigung der Schwangerschaft entscheiden müssen.

Wir begleiten

- bei der Entwicklung von Perspektiven für ein Leben mit einem besonderen Kind.
- wenn sich das Paar während der Schwangerschaft auf den Tod ihres Kindes einstellen muss.
- bei der Vorbereitung auf einen Schwangerschaftsabbruch.
- in der Trauer nach dem Tod des Kindes.
- Beratung für Frauen und Paare
- während und nach einer belasteten Schwangerschaft
- Wenn Sie sich belastet fühlen, weil Sie...
- Angst vor der Geburt haben
- eine schwierige bzw. traumatische Geburt erleben mussten

- eine Fehlgeburt oder eine Totgeburt (stille Geburt) erlebt haben
- einen Schwangerschaftsabbruch nach Pränataldiagnostik hatten
- ein Kind mit einer Behinderung tragen oder geboren haben
- oder Ihre Schwangerschaft durch andere Sorgen und Ambivalenzen belastet ist
- ...beraten, begleiten und unterstützen wir Sie.

Gerne können Sie mit uns einen Termin vereinbaren:

<https://haeberlstrasse-17.de/de/beratung/pranataldiagnostik>

Beratung für Frauen und Paare

während und nach einer belasteten Schwangerschaft, nach einer schweren Geburt.

Wenn Schwangere Angst vor der Geburt haben, eine schwierige bzw. traumatische Geburt erleben mussten, eine Fehlgeburt oder eine Totgeburt (stille Geburt) erlebt haben, einen Schwangerschaftsabbruch nach Pränataldiagnostik hatten, ein Kind mit einer Behinderung tragen oder geboren haben, oder die Schwangerschaft durch andere Sorgen und Ambivalenzen belastet ist:

<https://haeberlstrasse-17.de/de/beratung/belastete-schwangerschaft>

Terminvereinbarungen unter 089 – 550 678 14 oder per E-Mail: beratung@haeberlstrasse-17.de

Die Beratung ist ergebnisoffen und unabhängig. Eine Spende von 30 € ist erwünscht.

Bei Bedarf buchen wir für Sie kostenfrei eine Dolmetscherin, auch für Gebärdensprache. Unsere Räume sind barrierefrei zugänglich.

Leere Wiege – Beratung und Kurse zur Rückbildung und Neufindung nach dem Verlust eines Kindes. Edeltraut Edlinger und Daniela Nuber-Fischer, buero@haeberlstrasse-17.de oder Tel. 089-550 678 0. Einzelberatung und Gruppe.

<https://haeberlstrasse-17.de/de/kurse/leere-wiege-rueckbildung>

Individuelle Geburtsvorbereitung und Begleitung ins Elternsein für junge Schwangere, Frauen und Paare in besonderen Lebenslagen

Sandra Lohrey, Beratungen vor Ort, telefonisch, aufsuchend, online, E-Mail.

Schwangere unter besonderen Belastungen oder die ein konkretes Anliegen haben, werden individuell beraten und begleitet, zum Beispiel haben sie:

Traumatisierung erfahren - sind von FGM/C (Femal Genital Mutilation) betroffen - eine psychische oder andere Erkrankung - eine Suchterkrankung. Selbstverständlich können die Partner und/oder auch eine andere Begleitung zum Termin mitkommen. Die Beratung ist kostenfrei, auch in englischer Sprache oder mit Dolmetscherin möglich. Auch Hausbesuche (z.B. wegen frühzeitiger Wehen oder anderer Komplikationen) werden angeboten.

Wir arbeiten zusammen mit Familienhebammen, Frühen Hilfen, Geburtsbegleiterinnen/GfG-Doulas®, sowie Fachärzt:innen und kooperieren mit verschiedenen sozialen Einrichtungen.

Terminvereinbarungen oder bei Fragen wenden Sie sich an:

sandra.lohrey@haeberlstrasse-17.de, Telefon: 089 - 550 678 17

Bindungsbasierte Eltern-Baby/Kleinkind-Beratung

Susanne Großkopf, Beratungen vor Ort, telefonisch, aufsuchend, online, E-Mail.

Im Rahmen der bindungsbasierten Elternberatung geht insbesondere um Fragen zu den Themen Schreien, Stillen und Schlafen. Ebenso wird die Beratung aufgesucht von Frauen/Paaren die Unterstützung in der Verarbeitung einer schweren Geburt, oder eines belasteten Wochenbetts benötigen.

Themenschwerpunkte der Beratung sind besonders der Schlaf von Babys und die Stärkung der elterlichen Ressourcen, Beratungen zur posttraumatischen Belastung (nach Geburt/Wochenbett) der Mütter, zum Stillen und zur Regulation der Babys.

Terminvereinbarung: Tel: 550678-15, elternberatung@haeberlstrasse-17.de,

<https://haeberlstrasse-17.de/de/schlafen>

Beratung für Frauen mit psychischen Krisen rund um die Geburt

Ulrike Wecker, Kirsten Minkos, Birgit Schniedermeier englisch

Deutsch/ englischsprachige Beratung vor Ort, telefonisch, aufsuchend, E-Mail, Video. Mit Dolmetscher:in möglich.

Eine Wochenbettdepression tritt vorrangig in den ersten Wochen nach der Geburt auf. Sogenannte peripartale Depressionen können aber schon in der Schwangerschaft und auch später in den beiden ersten Lebensjahren des Kindes entstehen. Dabei sind graduelle Abstufungen über leichte Anpassungsstörungen (oft auch Babyblues genannt) bis hin zu schweren Verläufen möglich. Insgesamt sind 10 – 20 % aller Mütter betroffen.

Manchmal entstehen rund um die Geburt auch Angstzustände und Zwangsgedanken, die ebenfalls zu den peripartalen psychischen Krisen zählen. Unser Beratungsangebot „Psychische Krisen rund um die Geburt“ bietet betroffenen Frauen und Männern während der Schwangerschaft und nach der Geburt Information, Beratung und Begleitung.

Durch die besondere Niederschwelligkeit erreichen wir die Frauen früh und können die sensible Zeit des Wartens auf einen Therapie- oder Klinikplatz bzw. des Einschleichens von Medikamenten überbrücken. Danach fühlen sich viele Betroffene durch unsere Selbsthilfegruppe gut weiterbetreut.

kirsten.minkos@haeberlstrasse-17.de, oder telefonisch unter 089-5506780

<https://haeberlstrasse-17.de/de/psychische-krise-0>

Zusätzliche Beratungsangebote:

Familienberatung

Angelika Koch, Astrid Draxler, Birgit Schniedermeier englisch, Anna Lisa Bertolo italienisch.

Individuelle Familienberatungen, je nach Einkommen zwischen 30 - 70 €/Std.

E-Mail buero@haeberlstrasse-17.de oder Tel. 089-550 678 0

Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt

Katrin Lietz, Koordinatorin für München Mitte, Sendling, Sendling-Westpark, Schwanthaler Höhe, Thalkirchen, Forstenried, Fürstenried, Solln, Telefon 089-550 678 55,

muenchen.mitte@wellcome-online.de



Treffs im Café Netzwerk Häberlstraße 17:

Montags: 10:30 - 11:45 Uhr, **Spanischer Stilltreff** im Nebenraum, mit Marisa Großmann:

<https://www.haeberlstrasse-17.de/es/kurse/grupo-de-amamantamiento>

Montags: 10:00 - 11:30 Uhr, monatlich, **Langzeitstilltreff**, Susanne Großkopf, bei der Spielecke:

<https://www.haeberlstrasse-17.de/de/kurse/langzeit-stilltreff>

Montags: 15:00 – 16:30 Uhr, monatlich, **Treff für Frühchen-Eltern**, Claudia Vogt, monatlich, Raum 2,

1. Stock links: <https://haeberlstrasse-17.de/de/kurse/treff-fur-fruhchen-eltern>

Dienstags: 11:00-12:30 Uhr, **italienischer Elterntreff**, Anna Lisa Bertolo, bei der Spielecke:

<https://www.haeberlstrasse-17.de/de/kurse/interkultureller-elterntreff-italienisch>

Mittwochs: 10:00 – 11:30 Uhr, wöchentlich, **Babytreff**, Susanne Großkopf, im Nebenraum:

<https://www.haeberlstrasse-17.de/de/kurse/stilltreff-babytreff>

Mittwochs: 10:00 – 11:30 Uhr, wöchentlich, **spanischer Elterntreff**, Ninoska Molina:

<https://www.haeberlstrasse-17.de/es/kurse/cafe-abierto-para-familias-bilinguismo-y-crianza-intercultural>

Donnerstags: 10:30 - 12:00 Uhr, 14tägig, **englischer Elterntreff**, Julia Preu, im Nebenraum:

<https://www.haeberlstrasse-17.de/en/kurse/baby-drop>

Donnerstags: 12:15 - 13:45 Uhr, wöchentlich, **französischer Elterntreff**, Marianne Häberle

<https://www.haeberlstrasse-17.de/fr/kurse/cafe-convivial>

Freitags: 10:00 – 11:30 Uhr, **Windelfrei Treff**, Rosanna Schumacher im Nebenraum,

<https://www.haeberlstrasse-17.de/de/kurse/windelfrei-treff>

Freitags: 10:00 – 11:30 Uhr, monatlich, **Treff geschlechtsoffene Begleitung von Kindern**, Angelika

Koch, <https://haeberlstrasse-17.de/de/kurse/geschlechtsoffene-begleitung-von-kindern>

Selbsthilfegruppen

Unerfüllter Kinderwunsch – Via Nova, zur Unterstützung nach pränataler Diagnose
Krise/Depression rund um die Geburt (Schatten & Licht) – Sternen Kinder München

<https://haeberlstrasse-17.de/de/beratung/selbsthilfegruppen>