

Liebe Eltern!

Dieser GESUNDHEITSWEGWEISER ist im Rahmen des Projektes „Gesunde Schulen Giesing“ entstanden. Sechs Grund- und Mittelschulen – die **Grund- und Mittelschulen an der Icho- und Fromundstraße**, die **Grundschule an der St. Martin-Straße** sowie die **Mittelschule Perlacher Straße** – stellen sich in diesem Projekt der Frage: Wie muss eine Schule aussehen und funktionieren, damit sie ein gesundes Umfeld für LehrerInnen und SchülerInnen bietet? Regelmäßige Bewegung, ausgewogene Ernährung und Entspannung von Kindern und Jugendlichen legen den Grundstein für ein gesundes Leben und sollen nachhaltig als Gesundheitsförderung an diesen Schulen verankert werden. Auch die Vernetzung mit dem Stadtteil und seinen Einrichtungen ist ein wesentlicher Teil des Projektes. Für die Finanzierung konnten sieben gesetzliche Krankenkassen im Verbund gewonnen werden: TK, AOK, DAK, KKH, Barmer GEK, IKK classic und Knappschaft. Darüber hinaus wird das Projekt mit Mitteln des Referats für Gesundheit und Umwelt (RGU) der Landeshauptstadt München und aus dem Verfügungsfonds der „Sozialen Stadt Giesing“ realisiert und durch das Quartiersmanagement der Sozialen Stadt im Stadtteil Giesing unterstützt. Mit der Projektumsetzung ist die Münchner Aktionswerkstatt G'sundheit (MAG's) beauftragt. Die Auswahl der Angebote erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und wir behalten uns Irrtümer vor. Da sich auch regelmäßige Termine ändern können, verweisen wir jeweils auf die Kontaktadresse bzw. Homepage, wo Sie sich selbst aktuell informieren können. Wir hoffen, der GESUNDHEITSWEGWEISER unterstützt Sie dabei, passende gesunde Angebote für Ihre Kinder und für Sie selbst in Ihrer Nähe zu finden.



Münchner Aktionswerkstatt G'sundheit



Impressum:

Herausgeber: Münchner Aktionswerkstatt G'sundheit, MAG's, Stadtteilgesundheitsförderung Giesing, Christl Riemer-Metzger
Zusammenstellung der Daten: Elisabeth Hoffmann, MAG's, Stand: Juni 2013
Gefördert mit Mitteln der Städtebauförderung im Bund-Länder-Programm „Stadtteile mit besonderem Entwicklungsbedarf – Soziale Stadt“ und mit Mitteln der Landeshauptstadt München.

Gestaltung: www.neu-gierig.de

Bücherbus – Haltestellen in Giesing und Umgebung

Fromundstraße 1 (Di ungerade KW 8 - 10 Uhr)
Weißenseestraße 45 (Di ungerade KW 10:15 - 13 Uhr)
Agilolfingerplatz 1 (Mo ungerade KW 8 - 10:45 Uhr)
Mangfallplatz (Mi 16:30 - 19 Uhr)
Fasangarten - Balanstr. 358 (Di 12 - 13:30 Uhr)
Das Angebot ist kostenlos.
Der Bücherbusausweis ist vor Ort erhältlich.
www.muenchner-stadtbibliothek.de/bibliotheken/fahrbibliotheken

We love cooking – Kochworkshops für Kinder und Erwachsene in der Küche des Erlebniskraftwerks Kulti-Kids. Der Workshop ist kostenlos. Lebensmittelbeitrag 1,- EUR pro TeilnehmerIn.
Grafinger Straße 6, 81671 München
Tel. 08142-593069, E-Mail: info@kinderleicht-ev.de
www.kinderleichtmuenchen.de

Eltern-Kind-Angebote zu Sport und Bewegung

unter: www.kulti-kids.org

Verband alleinerziehender Mütter und Väter, VaMV e.V. ist eine Selbsthilfeorganisation und Beratungsstelle für Alleinerziehende und ihre Kinder. Silberhornstr. 6, 81539 München
Tel. 089/6927060, E-Mail: info@vamv-muenchen.de
www.vamv-muenchen.de

Adressen für Alleinerziehende

Alle Angebote und Einrichtungen für Alleinerziehende in Ihrem Stadtteil und Münchenweit finden Sie unter: www.alameda-netzwerk.de

Naturerfahrung mit Kindern

findet im Ökologischen Bildungszentrum (ÖBZ) in Bogenhausen statt. Es werden dort auch Kurse zu Ernährung, Kochen und Bewegung angeboten. Einmal im Monat gibt es das Sonntagscafé: Gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen zu günstigen Preisen. Kinder können basteln und im großen Parkgelände des ÖBZ spielen. Termine, Programm und Infos: Ökologisches Bildungszentrum München ÖBZ, Engelschalkinger Straße 166, 81927 München
Tel. 089/9394890, E-Mail: mail@oebz.de, www.oebz.de

Radfahren

Den **kostenlosen Radstadtplan** gibt es im Rathaus und einen Radlroufenplaner unter www.muenchen.de/fahrrad.
Infos und Tipps für RadlerInnen: www.radlhauptstadt.de

Viele Infos und Tipps zum Thema Radfahren gibt es auch beim **Allgemeinen Deutschen Fahrradclub ADFC**, Platenstr. 4, 80336 München, Tel. 089/773429, E-Mail: info@adfc-muenchen.de
www.adfc-muenchen.de und www.fahrrad-muenchen.de

Dynamo-Fahrrad-Service

Fahrradreparatur und Verkauf von gebrauchten Damen-, Herren- und Kinderfahrrädern. Bei Vorlage eines Bescheides über Arbeitslosengeld, Sozialhilfe oder BaFöG gibt es 20 % Rabatt auf Kauf eines Gebrauchtrades oder Reparatur. Einmal im Jahr findet ein Radreparaturkurs für Kinder mit dem Stadtjugendamt statt. Haager Str. 11, 81671 München, Tel. 4487200, info@dynamo-muenchen.de
www.dynamo-muenchen.de

Münchenweite Service- und Beratungsangebote

DIVERSE BERATUNGSANGEBOTE

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Stadtjugendamts Obergiesing, Untergiesing, Harlaching. Die Beratung ist grundsätzlich freiwillig, kostenfrei und unterliegt der Schweigepflicht. Im Sozialreferat, Oberbibberger Straße 49, 81547 München, Tel. 089/23335959, beratungsstelle-gh.soz@muenchen.de

Gesundheitsladen München e.V.

Patientenberatung, Gesundheitsförderung, Gesundheitspolitik, Patientenrechte, Veranstaltungen und vieles andere.
Waltherstraße 16 a, 80337 München, Tel.: 089/77 25 65
mail@gl-m.de, www.gl-m.de
Barrierefreier Zugang. Induktionsschleife für HörgeräteträgerInnen.

Bildungspaket

ist ein staatlicher Zuschuss für Schulausflüge, Nachhilfe, Schulesen, Musikunterricht und Sport für bedürftige Kinder. Wer es beantragen kann, Formulare zum downloaden und Infos in mehreren Sprachen finden Sie unter: www.bildungspaket.bmas.de oder für München unter: www.muenchen.de/themen/bildung/schule/bildungspaket

Münchener Kinder- und Familieninformation

Tel. 233-25025, kinderbeauftragte.soz@muenchen.de

Wegweiser für Familien

der Stadt München.
Zum Herunterladen unter: www.muenchen.de/kinderbeauftragte

Staatliche Schulberatungsstelle für München

Die erste Anlaufstelle bei schulischen Problemen sind immer die SchulpsychologInnen und BeratungslehrerInnen an den Schulen. Informationen zu Angeboten der Schulberatung erhalten Sie über die

Staatliche Schulberatungsstelle München, Pündterplatz 5
Tel: 089-383849-50
oder unter www.schulberatung.bayern.de/schulberatung/muenchen

Deutscher Kinderschutzbund München e.V.

Hilfe für Kinder, Jugendliche und Eltern, Schulberatung. Viele weiterführende Adressen und Links auf der Homepage.
Kapuzinerstraße 9 c, 80337 München, Tel. 089/555359
E-Mail: info@dksb-muc.de, www.dksb-muc.de

Familien-Notruf München

Bei Krisen, Trennung, Scheidung. Pestalozzistraße 46, 80469 München, Tel. 089/2388566, E-mail: info@familien-notruf-muenchen.de
www.familien-notruf-muenchen.de

Elterntelefon

0800-1110550
Mo + Mi 9-11 Uhr, Di + Do 17-19 Uhr

Telefonseelsorge der kath. und ev. Kirche

0800-1110111 oder 0800-1110222
anonym, rund um die Uhr besetzt.

Muslimisches Seelsorge-Telefon

030-44 35 09 821, www.mutes.de

Telefonische Hilfe bei Gewalt in der Familie

Deutschlandweite staatliche Beratung für Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund bei Gewalt in der Familie und drohender Zwangsheirat. Berät zu Fragen des Aufenthaltsrechts im Falle von Trennung/Scheidung. Die Beratungsstelle sitzt in Berlin und vermittelt geeignete Anlaufstellen in Ihrem Wohnort.
Täglich von 9:00 bis 24:00 Uhr, Tel. 030/6110300

Siaf e.V. - Beratung für Frauen

Der Verein hat Mutter-Kind-Gruppen und Angebote für Eltern und Alleinerziehende, auch mit behinderten Kindern. Er bietet Beratung für Frauen, auch in Englisch oder mit Übersetzung.
Kontakt: E-Mail: info@siaf.de, www.siaf.de

Donna Mobile

Veranstaltungen zu Gesundheits- und Familienthemen, psychosoziale Beratung, Gymnastik-, Bewegungs- und Fahrradkurse für Frauen mit Migrationshintergrund. Die Vorträge und Beratungen finden in verschiedenen Sprachen statt. Programm und Infos: DONNA MOBILE, Landsberger Straße 45a/Rückgb., 80339 München, Tel. 089/505005
E-Mail: info@donnamobile.org
www.donnamobile.org

Schulden

Schuldnerberatung im Caritas-Zentrum Giesing
Hohenschwangastr. 24, 81549 München, Tel: 089/69390811
Betreuungsstelle der Stadt München

Mathildenstr. 3 a, 80336 München, Tel. 23324353, E-Mail: [schuldn-nerberatung.soz@muenchen.de](mailto:schuldnerberatung.soz@muenchen.de)
Schuldnerberatung des DGB und der AWO im DGB-Haus, Haus C, 5. Stock, Raum 5.19, Schwanthalerstr. 64, 80336 München. Tel. 089/51556450, E-Mail: [schuldn-nerberatung@awo-muenchen.de](mailto:schuldnerberatung@awo-muenchen.de), www.muenchen.dgb.de/service/beratungsangebote/schuldnerberatung
Telefonische Beratungszeiten auf der Homepage.
Persönliche Beratung nur nach telefonischer Vereinbarung.

Allgemeine Hilfe und Beratung

Bei Schulden, Insolvenz, Verwahrlosung, Vermüllung, psychischen Krankheiten, drohender Heim- oder Klinikeinweisung. **H-Team e.V.**, Plinganserstraße 19, 81369 München, Tel.: 089/7473620, E-Mail: info@h-team-ev.de, www.h-team-ev.de

ESSSTÖRUNGEN

ANAD e.V. - Rat und Hilfe bei Essstörungen

Poccistr. 5, 80336 München, Tel. 089/2199730, Mo.–Do. 9-17 Uhr, Fr. 9-16 Uhr, E-Mail: kontakt@anad.de, www.anad.de

Cinderella – Beratungsstelle für Essstörungen

Westendstr. 35, 80339 München, Tel. 089/5021212,
E-Mail: cinderellalberatg@aol.com
www.cinderella-rat-bei-essstoerungen.de

SEXUELLER MISSBRAUCH

Wildwasser München e.V.

Fachstelle für Prävention und Intervention bei sexualisierter Gewalt gegen Frauen und Mädchen, Rosenheimerstraße 30, 81669 München, Tel. 089/60039331
info@wildwasser-muenchen.de, www.wildwasser-muenchen.de

Amyna e.V. Institut zur Prävention von sexuellem Missbrauch
Elternabende und Beratung zur Prävention für Eltern.
Mariahilfplatz 9/2. Stock, 81541 München, Tel. 089/8905745100
E-Mail: info@amyna.de, www.amyna.de



Gesundheitswegweiser für Kinder in Giesing



Hallo liebe Kinder aus Giesing! Gesund ist, was Spaß macht!

Würdet ihr gerne Fußball spielen, aber ihr wisst nicht, wo? Wart ihr schon mal auf dem Wasserspielplatz? Wusstet ihr, dass an eurer Schule ein Sportverein trainiert? Wollt ihr gerne Klettern lernen? Kennt ihr Cheerleading, Zumba oder Rope-Skiing?

In diesem Faltblatt findet ihr viele Orte, wo ihr Spielen, Toben und Sport machen könnt. Es kostet wenig oder gar kein Geld. In eurem Viertel gibt es viel zu entdecken.

Viel Spaß beim Ausprobieren,
wünscht euch eure
Münchner Aktionswerkstatt G'sundheit



Angebote für Kinder von 6 -10 Jahren

FREIZEIT

Münchner Ferienpass

Der Ferienpass bietet für 14 EUR ermäßigte und teilweise kostenlose Angebote für Sport und Freizeit für Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre incl. Nutzung von Schwimmbädern und MVV in den Sommerferien und das Ferienpassprogramm. Kontakt: Severinstraße 2, 81541 München, Tel.: 089/23320060
E-Mail: ferienpass.soz@muenchen.de
www.muenchen.de Bei Suche eingeben: „Ferienpass“

Kindertreff AKKU

Mittagstisch, Hausaufgabenbetreuung, Freizeit, Spiele, Spaß und Ausflüge. Agilolfingerplatz 1, 81543 München, Tel: 089/659034
Email: kt.aku@kjr-m.de

103 er - Freizeittreff Obergiesing

Treffpunkt für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren.
Perlacher Str. 103, 81539 München, Tel.: 089/6915892
E-Mail: info@kjr-m.de, www.103er-muenchen.de

Fezi - Kinder- und Jugendtreff am Wettersteinplatz

Neben vielen anderen Freizeitaktivitäten kannst du hier Fußball, Basketball, Volleyball, Tischtennis, Kicker, Billard und Dart spielen. Es gibt eine Kochgruppe. Fromundstraße 1, 81547 München
Tel.: 089/6920173, E-Mail: fezi-wetterstein@kjr-m.de
www.fezi-wetterstein.de

Giesinger Mädchentreff

ist eine offene Freizeitsstätte für Mädchen ab 6 Jahren. Im Angebot: Hausaufgabenhilfe, Handwerken und Basteln, offener Treff, Beratung, gesunde Ernährung, Reiterferien und vieles mehr. Rotwandstr. 28 (Eingang um die Ecke am Walchenseepark), 81539 München
E-Mail: info@giesinger-maedchen-treff.de
www.giesinger-maedchen-treff.de

Offener Pausenhof für alle Kinder

In der Grundschule Fromundstr. 5:
Mo – Do bis 20 Uhr, Fr bis 15:30 Uhr. Nicht in den Schulferien!
Und in der Grundschule Ichostr. 2:
Mo – Do bis 20 Uhr, Fr bis 17 Uhr. Nicht in den Schulferien!

Weißenseepark

Hier gibt es einen Wasserspielplatz, Bolzplatz, Wiesen zum Spielen und vieles mehr. Im Frühling und Sommer finden hier viele Veranstaltungen für Kinder statt. Der Park befindet sich zwischen den U-Bahn-Haltestellen St. Quirin Platz und Untersbergstraße.

Spielplätze in Giesing

Wo kann man Fußballspielen, wo sind Wasserspielplätze? Das findet ihr auf dem Kinderstadteilplan (siehe unten) oder unter:
www.spielplatznet.de und www.spielplatztreff.de

Kinderstadteilplan für Giesing

Einen Stadtplan extra nur für Kinder, mit allem, was für euch interessant ist, könnt ihr euch online ansehen unter:
www.weiterbildungspiel.de/kinder/kinderstadtplaene/giesing

Spiellandschaft Stadt

Auf dieser Seite finden Kinder und Eltern, was wo in München zum Thema Spielen und Abenteuer los ist und wo es die Kinder-Infoläden gibt. www.weiterbildungspiel.de

SPORT UND BEWEGUNG

SPORTANGEBOTE AN SCHULEN IN GIESING

Das Training findet in den Turnhallen der Schulen statt. Die Anmeldung erfolgt über den jeweiligen Verein!

Tae Kwon Do

Für Kinder ab 7 Jahre. Der **Polizeisportverein** trainiert den koreanischen Kampfsport in der Icho-Schule, Ichostr. 4.

Kosten 15,- EUR pro Monat für Kinder. Kontakt: Tel. 089/404652
www.psvmuenchen.de oder www.polizei-sv-muenchen.de. In der Grundschule Fromundstr. 5: Hier trainiert der **Agfa-Sportverein**. Mitgliedsbeitrag 30,- EUR pro Jahr für Kinder und Jugendliche. Kontakt: Agfa-Sportverein e.V., Tegernseer Landstr. 161, 81539 München, Tel. 089/6922447, agfa-sportverein@t-online.de

Capoeira

Für Kinder der 1. und 2. Klasse. In der Rotbuchenschule, Rotbuchenstr. 81, 81547 München
und im Gemeinderaum der Philipuskirche, Bodelschwinghstr. 16, 81539 München. U 1 Haltestelle St. Quirin Platz. Kontakt: Andre Moraes, Tel. 089/69396494, capoeiranovaalianca@gmx.de, www.capoeiranovaalianca.de

Wing Tzun – Selbstverteidigung

für Kinder ab 6 Jahren. In der Grundschule St.-Martin-Str. 30, Kosten: 25,- EUR pro Monat. Während der Schulferien findet das Training in der Wingtzun-Schule statt: Ganghoferstr. 41, 80339 München-Westend.
Kontakt: Tel. 0177 6460429 oder 01577 2035061
E-Mail: info@wingtzun-muenchen.de, www.wingtzun-muenchen.de

Cheerleading

für 4 bis 10 Jährige. In der Mittelschule Perlacher Str. 114, 81539 München. Anmeldung und Infos über den TSV-Turnerbund (Kontakt siehe Sportvereine).

WEITERE SPORT-ANGEBOTE IN GIESING UND UMGEBUNG

TSV Turnerbund

Hier können zahlreiche Sportarten trainiert werden. Alle Sportstätten befinden sich in und um Giesing. Für Kinder gibt es: Fußball, Volleyball, Trampolin, Karate, Kinder-Turnen (gemischt), Mädchen- und Buben-Turnen, Rope-Skiing (=modernes Seilhupfen zu Musik), Cheerleading, Ski und Snowboard. Trainingsorte und -zeiten unter: www.tsv-turnerbund.de Mitgliedsbeitrag 72,- EUR pro Jahr für Kinder bis 14 Jahre. Ein Schnuppertraining kostet 4,- EUR.
Kontakt: TSV Turnerbund München e.V., Säbenerstr. 49, 81547 München, Tel. 089/6926749, E-Mail: info@tsv-turnerbund.de

TSV München Ost

Hier können Kinder folgende Sportarten trainieren: Basketball, Fußball, Handball, Judo, Karate, Leichtathletik, Modern Dance (Mädchen), Akrobatik (Mädchen), Leistungsturnen (Mädchen). Trainingsorte und -zeiten unter: www.tsv-muenchen-ost.de
Mitgliedsbeitrag 9,- EUR pro Halbjahr für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre. Kontakt: TSV München Ost e.V., Sieboldstr. 4, 81669 München, Tel. 089/487341, E-Mail: verein@tsv-ost.de

KISS – die Kindersportschule des TSV München Ost

Spiel und Spaß ohne Leistungsdruck. Für alle Kinder geeignet, auch mit gesundheitlichen Einschränkungen. Es gibt je eine Gruppe für 7 bis 8 Jährige und 9 bis 10 Jährige. Training zwei Mal pro Woche. Die Teilnahme ist nur über eine Mitgliedschaft im Verein möglich. Vereinsbeitrag pro Halbjahr: 9,- EUR für Kinder. Zusatzbeitrag für KISS pro Halbjahr: 20,- EUR.
Infos: www.tsv-muenchen-ost.de

Straßenfußball

Die interkulturelle Straßenfußballliga **bunt kickt gut** trainiert jeden Donnerstag um 14:30 Uhr und 16 Uhr auf dem Bolzplatz im Weißenseepark, das ganze Jahr und bei jedem Wetter. Die Teilnahme von Mädchen ist erwünscht. Infos und Anmeldung: Tel. 0177 4539064 oder 0171 3659215 oder 089/51086114
E-Mail: team@buntkicktgut.de, www.buntkicktgut.de

Spielenachmittag im Ostpark

Von Mai bis Oktober finden bei schönem Wetter jeden Sonntag zwischen 14:30 und 18 Uhr im Ostpark kostenlose Spielnachmittage statt. Bewegungsspiele mit und ohne Geräte. Die Teilnahme ist kostenlos. Den genauen Treffpunkt im Park und weitere Infos findet ihr unter: www.muenchen.de Link „Sportangebote“ -> „Spielaktionen im Sommer“

Schwimmen

Hallenbad Giesing-Harlaching, Klausener Straße 22, 81547 München, E-Mail: m-baeder@swm.de. Anfahrt mit der MVG: U1, Bus 147, Bus 220 (St.-Quirin-Platz) oder Tram 15, 25 (Kurzstraße)
Freibad
Schyrenbad, Claude-Lorrain-Straße 24, 81543 München, E-Mail: m-baeder@swm.de, Anfahrt mit der MVG: U1, U2, U7, Bus 52 (Kolumbusplatz) oder Bus 58 (Claude-Lorrain-Straße)
Alle Münchner Schwimmbäder und Infos
unter: www.swm.de/privatkunden/m-baeder/schwimmen

Bolzplätze

öffentliche Plätze, auf denen ihr Fußball spielen könnt:
- Kistlerstr., Ecke Silberhornstr.
- Freizeitanlage Ständlerstr. Süd, östlich Görzerstr.78 / Freizeitpark Görzerstr.
- Untersbergstr., am „Katzenbuckel“
- Perlacher Str., gegenüber Haus-Nr.51
- Weißenseestr., Freizeitpark Mitte
- Paula-Herzog-Weg

Mehr unter: www.muenchen.de/freizeit/sport/bolzplaetze

Erlebniskraftwerk Kulti-kids

Spielhalle zum Klettern und Toben: Von Fr. bis So. für Kinder und Eltern. Eintritt: Kinder 2,50 EUR. Eltern 1,- EUR. Gruppen (nur mit Anmeldung!): 1,- EUR pro Kind. Daneben gibt es anmeldungspflichtige Angebote für **Zumba, Hip Hop, Ballett, Akrobatik und Kochen** (ab 8 Jahre). Kulti-Kids e.V., Grafinger Str.6, 81671 München
Tel. 089/62834450, E-Mail: info@kulti-kids.de, www.kulti-kids.org

Klettern

Kinderkurse ab 6 Jahre bei **IG Klettern München und Südbayern e.V.**, in der Kletterhalle der Kultfabrik, Grafinger Straße 6, 81671 München, Tel. 089/200030715, E-Mail: info@kletternmachtspass.de, www.kletternmachtspass.de, Bürozeiten: Mo-Fr 8-11:30 Uhr. Außerhalb dieser Zeit in der Halle melden: 089/20003070

Zirkus TRAU DICH

Einrad, Hochrad, Jonglage, Stelzen-, Seil- u. Lauffkugellaufen, Vorstellungsansage. Ab 5 Jahre. Teilnahme kostenlos, Einstieg jeder Zeit möglich, keine Anmeldung oder Vorkenntnisse. Vier Mal im Jahr öffentliche Vorstellung. Übungsstunden im Gemeindesaal St.-Matthäus am Sendlinger-Tor-Platz. Montags in der Kultfabrik (Ostbahnhof). In den Schulferien finden Ferienworkshops statt. Uhrzeiten und Infos unter: Tel. 089/535611 (Anrufbeantworter),
E-Mail: post@zirkus-trau-dich.com, www.zirkus-trau-dich.com

Rodeln/Wintersport

Im Ostpark könnt ihr im Winter Schlittschuhfahren und Langlaufen. Der Schlittenberg ist in der Nähe der Gaststätte Michaeliabad. Infos zu Sport im Winter: www.winter-muenchen.de

HILFE BEI PROBLEMEN

Nummer gegen Kummer für Kinder und Jugendliche

0800-1110333, Mo bis Sa 14-20 Uhr. Anrufe kostenlos!

Kids hotline

Online Beratung für junge Menschen bis 21 Jahre anonym, kostenlos, rund um die Uhr, zu allen Fragen in deinem Leben. www.kids-hotline.de

Jugendinformationszentrum (JIZ)

Beratung für Kinder und Jugendliche zu Schule, Ausbildung, Arbeit, Mobbing, Eltern, Wohnen, Schulden etc. Herzogspitalstr. 24. Mo–Fr 13–18 Uhr. Tel. 089/55052150, info@jiz-muenchen.de
www.jiz-muenchen.de

Angebote für Eltern und Kinder

Stadteilladen Giesing

Hier erfahren Sie, was in Giesing und der Sozialen Stadt los ist, auch zum Thema Gesundheit.
Tegernseer Landstr. 113, 81539 München, Tel.: 089/46134999
E-Mail: info@stadteilladen-giesing.de www.stadteilladen-giesing.de

Mütterladen Giesing, Mütter für Mütter e.V.

Treffen und Veranstaltungen für Eltern und Kinder. Reißbachstr. 12, 81539 München, Tel 089/69370371, E-Mail: info@muetter.de
www.muetter.de

Verein Giesinger Familien e.V.

setzt sich für die Förderung von Familien im Stadtteil ein, mit Entspannungs- und Fitness-Angeboten, Musikunterricht, Kursen und Vorträgen. Severinstraße 2, 81541 München, Tel. 089/23320083
E-Mail: info@verein-giesinger-familien.de
www.verein-giesinger-familien.de

Nachbarschaftstreff Walchenseepark

Bayrischzeller Str. 5, Kontakt: Monika Thym, Tel.: 089/69393388
E-Mail: m.thym@s-balt.de

Liste günstiger Gelegenheiten in Giesing

Eine Broschüre mit Adressen in Giesing zu den Themen günstig Essen, Einkaufen und Hilfsangebote können Sie sich herunterladen unter: www.mags-muenchen.de/gesundundguenstig

Soziale Einrichtungen im Stadtteil

Hier können Sie sich über Aktivitäten in Ihrem Stadtteil informieren:
www.muenchen-info-sozial.de und **www.regsam.net**
Obergiesing/Untergiesing/Harlaching finden Sie unter:
www.regsam-17-18.de, E-Mail: info@regsam.net

Stadteillbibliotheken

bieten ein umfangreiches Angebot an Büchern und weiteren Medien zu den Themen Gesundheit, Lebenshilfe, Ernährung, Kochen, Sport und Freizeit. Das Angebot ist für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre kostenfrei. Der Ausweis kann in jeder Stadtbibliothek ausgestellt werden. Allgemeine Öffnungszeiten: Mo, Di, Do u. Fr 10-19 Uhr, Mi 14-19 Uhr. www.muenchner-stadtbibliothek.de
Stadtbibliothek Obergiesing
Schliersseestr. 47, 81539 Mnchen, Tel. 089/23343836
E-Mail: stb.obergiesing.kult@muenchen.de
Stadtbibliothek Giesing
St.-Martin-Str. 2, 81541 München, Tel. 089/18931290
E-Mail: stb.giesing.kult@muenchen.de