



*Für Menschen.
Für Münster.*



Eltern – Infobrief

Münster / Bezirk West

Gievenbeck, Albachten, Mecklenbeck, Roxel

Für werdende Eltern und Familien mit Kindern im
Alter von 0-6 Jahren

Januar
-Juli
2026



*Für Menschen.
Für Münster.*

**Liebe werdende Eltern,
liebe Eltern mit kleinen Kindern,
liebe Fachkräfte im Westen von Münster,**



mein Name ist Bettina Ullmann,
ich bin Sozialarbeiterin beim Caritasverband für die Stadt Münster e.V. und arbeite als
Stadtteilkordinatorin für die Frühen Hilfen in Münsters Westen. Zum Bezirk West gehören
die Stadtteile Gievenbeck, Albachten, Mecklenbeck und Roxel.

Frühe Hilfen haben zum Ziel, Familien zu stärken und die kindliche Entwicklung von
Anfang an zu fördern. Sie richten sich an Schwangere und Eltern mit Kindern von 0-6
Jahren. Ich bin gerne für Ihre Anliegen und Fragen rund um das Leben mit Babys und
Kleinkindern da. Sie erreichen mich **telefonisch** über die Caritas Beratungsstelle West in
Gievenbeck und nach **Terminvereinbarung** auch persönlich, die Kontaktdaten finden Sie
auf der Rückseite.

Dieser Infobrief gibt einen Überblick über aktuelle Angebote in Münsters Westen.
Vielleicht ist ja für Sie etwas dabei!

Weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage:

<https://caritas-ms-familienberatung.de/>

**und auf den digitalen Kommunikationskanälen des Caritasverbandes für die Stadt
Münster e.V.: www.caritas-ms.de**

Facebook: www.facebook.com/CaritasMuenster

Instagram: www.instagram.com/Caritas_Muenster

Inhalt:

- 1. Wichtige Rufnummern**
 - 2. Angebote der Geburtskliniken**
 - 3. Offene Treffs und Angebote**
 - 4. Kurse mit Anmeldung**
 - 5. Beratungsangebote**
 - 6. Behörden**
 - 7. Sprachkurse**
 - 8. Links**
-

1. Wichtige Rufnummern

Polizei	110
Feuerwehr/Notarzt	112
Giftnotzentrale	0228-19240
Kindernotdienst (Clemenshospital)	116117 (kostenfrei)
Kinderschutzbund	0251 - 47180
Starthilfe Caritasverband	0251-53009-338 oder 0251-871040
Frauennotruf	0251-34443
Kinderkrisenhilfe	0251-1330444
Gewaltberatung für Männer/CV	0251-53009-343
Beratung bei häuslicher Gewalt/SKF	0162-8018910
Krisennotdienst (LWL-Klinik)	0251-915550
Einheitliche Behördennummer	115
Störungsdienst Stadtwerke	0251-694-0
Taxi	60011

2. Angebote der Geburtskliniken

- **Infoabende für werdende Eltern im UKM**

Ausführliche Informationen über alle Themen rund um Schwangerschaft und Geburt im UKM durch alle beteiligten Fachabteilungen.

2. und 4. Montag im Monat	18:00 – 19:00 Uhr	Albert-Schweitzer-Campus 1, 48149 Münster; Konferenzraum West, Ebene 05
---------------------------	-------------------	---

Infos: <https://ukm-geburtshilfe.de/kursangebot>

- **Infoabende für werdende Eltern im Clemenshospital**

1. und 3. Montag im Monat	19:15 Uhr	Düesbergweg 124, 48153 Münster Konferenzsaal im 1. OG
---------------------------	-----------	--

Infos: <https://www.clemenshospital.de/leistungen/abteilungen/geburtshilfe-eltern-kind-zentrum>

- **Digitale Infoabende für werdende Eltern im St. Franziskus Hospital**

Werdende Eltern können sich über die Vorbereitung einer natürlichen Geburt inklusive Wassergeburt und der vertikalen Geburtsmethoden informieren.

1. Do im Monat	18:30 – ca. 20:00 Uhr	DIGITAL Teilnahmelink auf der Homepage
05.02.26 und 07.05.26	18:30 – ca. 20:00 Uhr	PRÄSENZ Marienhaus

mit Anmeldung, Infos: <https://www.sfh-muenster.de/unsere-kompetenzen/geburtshilfe/klinik-fuer-geburtshilfe/>

- **Informationsabend für werdende Eltern mit Kreißsalführung im Herz-Jesu-Krankenhaus Hiltrup**

1. Di im Monat	18:30 Uhr – Treffpunkt Foyer	Westfalenstraße 109 48165 Münster-Hiltrup
----------------	---------------------------------	--

Infos: <https://www.hjk-muenster.de/unsere-kompetenzen/gynaekologie-und-geburtshilfe/klinik-fuer-geburtshilfe.html>

- **Frühgeburten - und Mehrlingssprechstunde UKM – Pränatal-Ambulanz**

Für Schwangere mit einem erhöhten Risiko für eine Frühgeburt oder Schwangere mit Zwillingen oder höhergradigen Mehrlingen.

Terminvergabe: Montag bis Freitag 8:00 – 12:00 und 13:00 – 15:30 Uhr unter Tel. 0251 - 83 48 261	Albert-Schweitzer-Campus 1, Gebäude A1, Erweiterungsbau (IEZ) Ebene 07
--	--

Infos: <https://ukm-geburtshilfe.de/sprechstunden>

- **Kurs „Erste Hilfe für Eltern“ – Clemenshospital**

1. Di im Monat	19:00 – 21:00 Uhr	Düesbergweg 124, 48153 Münster
----------------	-------------------	--------------------------------

Kosten: 35 € pro Paar, 20 € pro Einzelperson, Anmeldung unbedingt erforderlich: erste-hilfe-fuer-Eltern.clemenshospital@alexianer.de (Bitte nicht im Clemenshospital anrufen!)

Begleitkinder dürfen nicht älter als ein Jahr sein!





3. Offene Treffs und Angebote

○ **Gievenbeck**

- **La Vie (Dieckmannstraße 127, Tel. 0251 – 62018-21)**

Familien treffen sich im Info-Café, um sich über Angebote im La Vie und dem Stadtteil zu informieren, sich mit anderen Besuchern zu unterhalten und neue Kontakte zu knüpfen.

Mo - Fr	15:00 - 18:00 Uhr	Info- Café
---------	-------------------	------------

- **Offener Treff – MuM (Gescherweg 75)**

Die Gastgeber:innen servieren im Offenen Treff leckeren Kaffee und Waffeln, es gibt ein kostengünstiges Frühstück und die Kinder können spielen.

Mo, Mi, Do, Fr	09:00 - 12:00 Uhr	Offener Frühstückstreff
Mi, Do	15:00 - 18:00 Uhr	Offener Nachmittagstreff

Infos: 0251-13348799 oder <https://www.mum-muenster.de/>

- **Still- & Fläschchenberatung im MuM**

Claudia Löchelt (Hebamme) steht als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

Jeden 1. und 3. Freitag im Monat	10:00 – 11:00 Uhr	MuM
----------------------------------	-------------------	-----

Kostenfrei, Infos: 0251-13348799 oder <https://www.mum-muenster.de/>

- **Inklusions-Café - MuM (Gescherweg 75)**

Ein Treffen für alle Eltern und Kinder mit Behinderungen zum Kennenlernen, Freundschaften knüpfen und Spaß haben. Egal, welche Besonderheiten ihr oder eure Kinder habt, alle sind willkommen! Es ist eine Art Selbsthilfegruppe, in der ihr Raum und Zeit findet, euch untereinander zu vernetzen und auszutauschen.

1. Sonntag im Monat	14:00 – 17:00 Uhr	MuM
---------------------	-------------------	-----

Infos: 0251-13348799 oder <https://www.mum-muenster.de/>

- **Alani – Selbsthilfegruppe für Familien mit Sternenkindern - MuM (Gescherweg 75)**

Trauerbegleitung und Hilfe bei Themen rund um Sternenkindern (Babys, die während der Schwangerschaft oder nach der Geburt gestorben sind).

2. Freitag im Monat	14:30 – 17:00 Uhr	MuM
---------------------	-------------------	-----

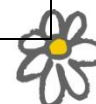
Infos: 0251-13348799 oder <https://www.mum-muenster.de/>

○ **Albachten**

- **Küken- Treff der KFD Albachten (Pfarrzentrum St. Ludgerus, Dülmener Str. 15)**

Treffpunkt für Eltern mit ihren Kindern zum Austausch, Singen, Spielen.

Mi	10:00–11:30 Uhr Kostenfrei	Mini-Küken, ab 0 Jahre bis zur Betreuung in der Kita oder bei der Tagesmutter
----	-------------------------------	---





Do	15:30 Uhr kostenfrei	Maxi-Küken, Kinder ab dem Laufalter Treffpunkt: Spielplätze in Albachten
----	-------------------------	---

Infos Miniküken: Anne Willmann (anne_willmann@web.de) oder
 Jacqueline Strob (j-strob@web.de)

Infos Maxiküken: Nadja Lange, 0152-51732097 oder kueken.albachten@gmail.com

- **Offenes Café für alle Generationen – FZ Claudius-Kindergarten**

Im Café der Generationen werden Kaffee, Cappuccino, Kakao, Wasser und Kuchen im Kinderrestaurant der Claudius-Kita angeboten. Es gibt eine Spielecke für Kinder (ohne Beaufsichtigung) und auch hohe Stühle bei Bedarf.

Mittwoch 13.01./18.02./18.03./15.04.26	15:45 – 17:00 Uhr 20.05./17.06.26	Familienzentrum Ev. Claudius- Kindergarten, Wierling 31
---	--------------------------------------	--

Kostenfrei, Infos: Ev. Claudius-Kita, Tel.: 02536-343883

- **Mecklenbeck**

- **Mini MuM in Mecklenbeck, Am Hof Hesselmann 10**

Offener Treff für Mamas, Papas und Großeltern mit ihren Kindern im Hof Hesselmann oder auf dem Spielplatz davor (außer in den Ferien).

Mo & Mi	09:00 – 12:00 Uhr	Am Hof Hesselmann 10
Mi	14:00 – 17:00 Uhr	Am Hof Hesselmann 10

Ansprechpartnerin: Wendy Serrano, wendy.serrano-piloto@mum-muenster.de
 Infos: 0251-13348799 oder <https://www.mum-muenster.de/home/mini-mum-mecklenbeck/>

- **Roxel**

- **Jakobi-Café**

Das Jakobi-Café ist ein Café der Generationen. Es lädt Eltern, Kinder und Nachbarn zu Kaffee und selbstgebackenem Kuchen ein. Nette Gespräche, interessanter Austausch und Ideen zur Gestaltung des Hauses finden hier in einer gemütlichen Atmosphäre statt.

Jeden 1. Donnerstag im Monat 08.01.26 / 05.02. / 05.03.26 usw.	15:00 – 16:30 Uhr	Anne-Jakobi-Haus Im Seihof 16
---	-------------------	----------------------------------

Ansprechpartnerin: Silke Becker, 02534/581 18 96

- **Offener Treff: Gemeinsam ist´s schöner**

Wenn Sie als Mutter oder Vater oft alleine mit Ihren Kindern sind, ist dieser Treff genau das Richtige für Sie. Mütter oder Väter bereiten zusammen das Abendbrot vor und kommen dabei miteinander in Kontakt. Während dieser Zeit werden die Kinder betreut. Im Anschluss daran wird in großer Runde Abendbrot gegessen.





An jedem 1. Dienstag im Monat 03.02. / 03.03. / Termin April 26	16:30 – 18:30 Uhr nachfragen/05.05.26	Anne-Jakobi-Haus Im Seihof 16
--	--	----------------------------------

Bitte mitbringen: etwas zum Essen für das Abendbrot.
 Leitung: Gosha Nowakovski, Infos: 02534-581 18 96

○ **Stadt Münster**

● **Papazeit - Caritas Münster**

In der Papazeit treffen sich Väter mit ihren Kindern von null bis drei Jahren, um mit anderen Vätern und deren Kindern zu spielen, sich auszutauschen oder auch Antworten auf Fragen in der Erziehung zu bekommen.

Mittwochs	09:15 – 10:45 Uhr	MuM, Gescherweg 75
-----------	-------------------	--------------------

Kostenfrei, Anmeldung nicht erforderlich
 Infos: <https://caritas-ms-familienberatung.de/de/startseite/papazeit-start/>
 Ansprechpartner: Florian Frings, 0251-871040, florian.frings@caritas-ms.de

→ **Weitere Angebote für Väter** finden Sie unter: <https://caritas-ms-familienberatung.de/de/beratung/fuer-eltern/fuer-maenner/>

● **Move and Meet e.V.**

Die Angebote richten sich besonders an Frauen und Mädchen mit Migrations- und Fluchterfahrung und an Personen, die unterschiedliche Formen von Diskriminierung erfahren und im organisierten Sport unterrepräsentiert sind.
 Anmeldung/ Infos: 0176-42921472 / info@move-and-meet.de
www.move-and-meet.de

● **Regenbogenfamilientreff – Livas e.V. in Kooperation mit FamilienBildung Friedensstraße (ehem. Anna-Krückmann-Haus)**

Der Regenbogenfamilientreff ist ein offener Vernetzung- u. Spielertreff für queere Eltern & ihre Kinder U3

Termine erfragen bitte erfragen		FamilienBildung Friedensstraße, Friedensstraße 15
---------------------------------	--	--

Termine / kurzfristige Änderungen auch unter <https://livas.org/>
 Anmeldung erbeten: lydiabolte@livas.org

● **Naturkundemuseum (und alle Museen des LWL):**

Für Kinder unter 18 Jahren Eintritt frei! www.lwl-naturkundemuseum-muenster.de/de/

● **Flohmärkte für Familien, Ausflugtipps und Spielplätze in der Stadt:**

- <https://fgmuensterland.de/> / <https://fgmuensterland.de/spielplaetze-muenster/>
- www.muenster.de/veranstaltungskalender.html

● **Sporteln am Wochenende – Sportamt Münster - nur im Winterhalbjahr**

<https://www.stadtmuenster.de/sportamt/startseite/sporteln-am-wochenende>





4. Angebote mit Anmeldung

o Gievenbeck

- **Yoga für Schwangere – UKM in Kooperation ev. Fabi**

Körper-, Atem- und Meditationsübungen des Yoga für werdende Mütter, bitte eine Decke, bequeme Kleidung, ggf. eigene Matte und etwas zu trinken mitbringen.

Mo 12.01.2026 10 Termine	18:30 – 20:00 Uhr	UKM Geburtshilfe Albert-Schweitzer-Campus 1, Gebäude A1, Entspannungsraum, Ebene 10 B West,
-----------------------------	-------------------	---

Kosten: 110/00 €, Infos/Anmeldung: 0251-4816780, anmeldung@ev-fabi-ms.de oder <https://ukm-geburtshilfe.de/kursangebot>

- **Babymassagekurs – MuM**

*Claudia Löchelt (Hebamme) bietet einen Babymassagekurs an, bei dem in entspannter Atmosphäre neue Massagetechniken kennengelernt werden können und es ist Zeit, Fragen zu stellen, die die Teilnehmer*innen beschäftigt.*

Aktuelle Termine auf Anfrage oder auf der Homepage	donnerstags, 9:30 – 10:30 Uhr	MuM, Gescherweg 75
---	----------------------------------	--------------------

Kosten: 20 € für 4 Termine; Infos/ Anmeldung: 0251-13348799, cora.georgi@mum-meunster.de

- **Liebevolltes Kinderparken im MuM**

Im Spielzimmer des MuM-Treffs werden Kinder ab einem Jahr liebevoll betreut, während Mutter/Vater diese Zeit z.B. für Arzttermine nutzen können. Dieses Angebot richtet sich an Kinder, die das MuM bereits kennen. Kinder können bis 10:00 Uhr gebracht werden.

Mo, Mi, Fr	09:00 – 12:00 Uhr	MuM, Gescherweg 75
------------	-------------------	--------------------

Kosten: eine Stunde 3,50 Euro, zwei Stunden 6 Euro, drei Stunden 8 Euro (MuM-Mitglieder erhalten 0,50 Euro Ermäßigung je Stunde); Anmeldung: Einen Öffnungstag vorab bis 12 Uhr im MuM-Büro. Die Plätze sind begrenzt.
 Anmeldung/ Infos: 0251-13 34 87 99, info@mum-muenster.de

- **Rückbildungsgymnastik - Haus d. Familie**

Do, 15.01. – 05.03.26 – 8 x 08.00€	18:15 – 19:30 Uhr	Familienzentrum DRK Bewegungskita Hand in Hand – Sonja-Kutner-Weg 2
Do 15.01. - 05.03.26 – 8 x 08,00€	19:45 – 21 Uhr	Familienzentrum DRK Bewegungskita Hand in Hand – Sonja-Kutner-Weg 2
Do 16.04.- 18.06.26 – 8 x 12,50€	18:15 – 19:30 Uhr	Familienzentrum DRK Bewegungskita Hand in Hand – Sonja-Kutner-Weg 2

Mit Hebamme Silke Rakass, Kosten: Verwaltungs- /Organisationpauschale
 Anmeldung/ Infos: 0251-418660, <https://www.haus-der-familie-muenster.de> ,





- **Rückbildungsgymnastik – MuM**

Der Kurs ist für Frauen nach Geburt und Wochenbett und beschäftigt sich mit Rückbildung und Rückfindung. Der Kurs findet ohne Kind statt.

Dienstags ab 06.01.- 31.03.26	17:15 – 18:15 Uhr	MuM, Gescherweg 75
----------------------------------	-------------------	--------------------

Kosten: die Krankenkasse übernimmt die Kosten für 10 Stunden einmalig bis zum 9. Monat nach der Geburt. Der Kurs steht auch Selbstzahlerinnen offen. Infos: 0251-13348799, Anmeldung bei der Hebamme Hashakara Hertzler: 0176-63412153

- **„Sure Start - Die Babyspielstunde“ - Haus der Familie**

Kostenlose, fachliche Begleitung und Beratung für Frauen mit ihren Babys, die es aufgrund ihrer finanziellen, familiären oder sozialen Situation schwer haben. Gemeinsam wird gespielt, erzählt, ausgetauscht und die Entwicklung des Babys begleitet.

Di, außer in den Ferien	09:15 - 11:30 Uhr kostenfrei	La Vie - Dieckmannstr. 127
-------------------------	---------------------------------	----------------------------

Anmeldung/ Infos: Ruth Ehrich, 0251-41866-17, ehrich@bistum-muenster.de

- **Eltern-Kind-Kurs – Kinder ab 1 Jahr - Haus der Familie**

In diesem Kurs findest du mit deinem Kind Zeit zum gemeinsamen Spielen, Singen, Lachen und voneinander Lernen.

Mo, 12.01. – 16.03.26 Kosten: 76,50 €	09:00 – 10:30 Uhr	La Vie - Dieckmannstr. 127
--	-------------------	----------------------------

Anmeldung/ Infos: 0251-41866-0, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

- **Eltern-Baby-Treff - Haus der Familie**

Für Eltern mit ihren Babys ab der 6. Lebenswoche

Mo, 12.01. – 16.03.26 Kosten: 84,50 €	10:30 – 12:00 Uhr Geburtsmonate 08/2025 – 09/2025	La Vie, Dieckmannstr. 127
Di, 13.01. – 17.03.26 Kosten: 92,50 €	09:00 – 10:30 Uhr Geburtsmonate 05/2025 – 07/2025	

Anmeldung/ Infos: 0251-41866-0, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

- **Kidix-Eltern-Kind-Kurse in russischer Sprache von 1-3 und 4-6 Jahren - Haus der Familie**

Mi. 14.01. – 18.03.26	15:30 – 17:00 Uhr (1-3 J.)	La Vie, Dieckmannstr. 127
Mi. 14.01. – 18.03.26	17:00 – 18:30 Uhr (4-6 J.)	
Kosten: 92,50 €		

Anmeldung/ Infos: 0251-41866-0, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

- Das **Haus der Familie** bietet in Gievenbeck verschiedene **Themenveranstaltungen für Eltern** an, u.a. zu den Themen bedürfnisorientierte Erziehung, Erziehung zwischen Partizipation und Begrenzungen, Entwicklung





der kindlichen Sexualität, Schlafbegleitung bei Babys, Übergang Kita – Schule.
 Infos: 0251-418660 oder <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

○ **Albachten**

Yoga für Kinder im Alter von 4-6 Jahren

Yoga bringt Kindern Entspannung und eine bessere Körperwahrnehmung. Es fördert Konzentration, Kreativität und soziales Verhalten.

23.01. 6 x / 06.03. 4 x	16:00 – 16:45 Uhr	Familienzentrum Ev. Claudius-Kindergarten, Wierling 31
17.04. 5 x / 12.06.26 6 x		

Kosten: 6 x 30 €/5 x 25 €/4 x 20 €, Anmeldung / Infos: FamilienBildung Friedensstr., Tel.: 0251/392908-0, www.familienbildung-friedensstrasse.de

● **Wald- und Wiesenstrolche – Haus der Familie**

Erlebnismittage in Wald und Flur für Eltern und Kinder ab 2 Jahren.

Mi. 13.05. - 17.06.26, 6x	16:30 – 18:00 Uhr	Spielplatz am Haus Wiek
---------------------------	-------------------	-------------------------

Kosten: 52,10 €

Anmeldung/ Infos: 0251-41866-0, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

○ **Mecklenbeck**

● **Rückbildungsgymnastik - Haus der Familie**

Di. 13.01. – 03.03.26	18:15 – 19:30 Uhr	Hof Hesselmann, Am Hof Hesselmann 10 mit Hebamme Silke Rakass
Di. 13.01. – 03.03.26	19.45 – 21.00 Uhr	
Di. 14.04. – 02.06.26	18.15 – 19.30 Uhr	
Di. 09.06. – 21.07.26	18:15 – 19:30 Uhr	

Kosten: 20 €/24€ Verwaltungs- /Organisationpauschale und Raummiete

Anmeldung/ Infos: 0251-41866-0, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

● **Der bedürfnisorientierte Eltern-Baby-Kurs - Haus der Familie**

Zeit, um anzukommen, Energie zu tanken, die Bindung zu stärken, Fragen loszuwerden, Kontakte zu knüpfen und Zeit zu zweit zu genießen.

Mo. 12.01.– 16.03.26 9x, Kosten: 76,70 €	09:15 – 10:30 Uhr	Hof Hesselmann Am Hof Hesselmann 10
Mo. 12.01.– 16.03.26 9x, Kosten: 76,70 €	10:30 – 11:45 Uhr Geburtsmonate Mitte 09/2025 – Mitte 11/2025	
Di. 13.01.- 17.03.26 10x, Kosten: 85,20€	09:15 – 10:30 Uhr Geburtsmonate 04/2025 -06/2025	
Di. 13.01.- 17.03.26 10x, Kosten: 85,20€	10:30 – 11:45 Uhr Geburtsmonate 07/2025 – Mitte 09/2025	

Anmeldung/ Infos: 0251-41866-0, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>





- **Wald- und Wiesenstrolche**

Erlebnismittage in Wald und Flur für Eltern und Kinder ab 2 Jahren.

Mi. 15.04. – 29.04.26, 3x	16:30 – 18:00 Uhr	Treffpunkt: Spielplatz Am Dill
Mi. 01.07. – 15.07.26, 3x	16:30 – 18:00 Uhr	

Kostenfrei, Anmeldung/ Infos: 0251-719834, Kita Maria Aparecida

<https://www.haus-der-familie-muenster.de>

- **Selbstbehauptungskurs für Vorschulkinder mit Beteiligung der Eltern**

Großer Löwe – Starke Maus

Mo. 02.02. – 03.03.26 6x	09:00 – 11:15 Uhr	Familienzentrum Maria Aparecida
--------------------------	-------------------	---------------------------------

Kosten: 15€, Anmeldung/ Infos, nur telefonisch ab 06.01.26: 0251-719834, Kita Maria Aparecida <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

- **Stadt Münster**

- **Stillvorbereitungskurs für Paare/ Einzelpersonen mit Hebamme Heike Stoeveken – Kooperation UKM, ev. Fabi und Südapotheke**

22.01. + 29.01 / 19.03. + 26.03. /11.06. + 18.06.26	18:00 – 20:30 Uhr 18.00 – 20.30 Uhr	Südapotheke Hammer Str. 101, Münster
--	--	---

Kosten: 50,00 € Einzelperson, 70 € pro Paar für zwei Abende

Anmeldung / Infos: 0251-7774880, Frau Glitz oder info@heikestoeveken.de

- **Rückbildungsgymnastik – UKM**

Mo	09:15 – 10:15 Uhr	ONLINE Videokonferenzdienst WebEx der Firma Cisco
----	-------------------	--

Kosten: 48,00 € zzgl. MwSt. für 6 Einheiten,

Anmeldung: ze_pel@ukmuenster.de / <https://ukm-geburtshilfe.de/kursangebot>

- **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.

Infos: 0251-4816780 und muenster1@wellcome-online.de

- **Stilltreff mit Hebamme Heike Stoeveken – ev. Fabi**

In dieser offenen Stillgruppe ist jede Mutter mit ihrem Säugling willkommen, die gerne mit anderen Müttern Erfahrungen austauscht oder auch Antworten auf ihre Fragen in der gesamten Stillzeit sucht.

13.01. /10.02. / 17.03.26	14:00 – 16:15 Uhr	Ev. Familienbildungsstätte, Seit Januar 26: Alter Steinweg 34, 48143 Münster
------------------------------	-------------------	---

Kostenlos, Anmeldung erforderlich: <https://www.ev-fabi-ms.de/programm/eltern-kinder-und-familien/elternstart-nrw?Contrast=808Mit>

Infos: 0251 – 4816780 und

<https://www.heikestoeveken.de/angebote-termine-1/stilltreff/>





- **Spielgruppe für deutsch-russisch und - ukrainisch sprechende Eltern und Kindern von 1-3 Jahren**

Ein Angebot mit entwicklungsspezifischen Spielen mit Musik und Bewegung wie Kreistänze, Fingerspiele, Lieder und auch Bastelangebote. Die Eltern erhalten Anregungen um die Entwicklung der Kinder zu fördern.

Do 15.01. – 19.03.2026	15:30 – 17:00 Uhr	An der Meerwiese 25, Coerde
------------------------	-------------------	-----------------------------

Kosten: 10 x für 80,00 €, Gebühr ab dem 2. Kind 40,00 €, Leitung Svitlana Divinska, Anmeldung / Infos: Tel: 0251 - 3929080 E-Mail: info@familienbildung-friedensstrasse.de

5. Kostenfreie Beratungsangebote

- **Münsters Westen**

- **Stadtteilkoordination Frühe Hilfen Bezirk West - Caritas Münster**

Information, Beratung und Unterstützung rund um das Leben mit Babys und Kleinkindern in Gievenbeck, Albachten, Mecklenbeck und Roxel.

Mo	16:00 - 18:00 Uhr und Termine nach Vereinbarung	Caritasberatungsstelle Heinrich-Ebel-Str. 41, Gievenbeck
1 x Monat	Termine/Uhrzeit in der Beratungsstelle nachfragen	Familienzentrum Ev. Claudius- Kindergarten, Wierling 31, Albachten

Infos: Caritasberatungsstelle Tel. 0251 - 871040
beratungsstelle.gievenbeck@caritas-ms.de

- **Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche - Caritas Münster**

Beratung bei Erziehungsfragen, bei Problemen im familiären Zusammenleben, bei Fragen zur Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und zu Trennungs- und Scheidungssituationen. Ein Angebot auch für Fachkräfte.

Offene Sprechstunde: montags und Termine nach Vereinbarung	16:00 – 18:00 Uhr	Heinrich-Ebel-Straße 41, Gievenbeck
---	-------------------	--

Dorit Kleinen, Florian Frings und Bianca Elpers, Tel. 0251 – 871040

- **„Starthilfe“ - Caritas Münster**

Entwicklungspsychologische Beratung für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern rund um die Themen Schreien, Schlafen und Füttern.

Offene Sprechstunde: montags und Termine nach Vereinbarung	09:00 – 11:00 Uhr	Heinrich-Ebel-Str. 41, Gievenbeck
---	-------------------	--------------------------------------

Dorit Kleinen und Bianca Elpers, Tel. 0251 – 871040

- **Beratung für Familien, Eltern, Großeltern - MuM**

Gescherweg 75, 48161 Münster

Bei Interesse schreiben Sie eine E-Mail an karen.paterson@mum-muenster.de oder rufen Sie an unter: 0251-13348799

Auch Beratung zu den Themen Einzel- und Familiencoaching, Wiedereinstieg in den Beruf, Schulabschlüsse nachholen, muttersprachliche Unterstützung.





- **Willkommensgespräche vom Team Familienbüro mit Hebamme - Amt für Kinder, Jugendliche und Familien**

Das Angebot richtet sich an Familien mit Neugeborenen und zugezogene Familien mit kleinen Kindern bis zum Ende des 2. Lebensjahres.

Jeden letzten Freitag im Monat (nicht in den Ferien)	10:00 – 12:00 Uhr	MuM, Gievenbeck Gescherweg 75
--	-------------------	----------------------------------

Kostenlos, Infos: 02 51/4 92 – 5151 und <https://www.stadt-muenster.de/jugendamt/eltern-und-familien/familienbuero.html>

- **Schwangerschaftsberatung - Donum Vitae**

Geiststr. 57, 48151 Münster

Di, nur mit Anmeldung, 1. Etage	09:30 – 11:30 Uhr	La Vie, Gievenbeck Dieckmannstr. 127
---------------------------------	-------------------	---

Anmeldung/ Infos: 0251-1448818, beratung@donum-vitae-muenster.de oder <https://www.donum-vitae-muenster.de/home.html>

- **Sozialdienst Wohnungsnotfälle Stadtbezirk West - Diakonie Münster**

Alter Steinweg 34, 48143 Münster

Offene Sprechstunde: 1. und 3. Mittwoch im Monat	15:00 – 17:00 Uhr	La Vie, Gievenbeck Dieckmannstr. 127
---	-------------------	---

Philipp Isenbeck, Mobil: 0171-4191562

- **Offene Sprechstunde - Beratungs- und BildungsCentrum der Diakonie Münster**

Psychologische Beratung mit den Schwerpunkten Erziehungs-, Partnerschafts- und Lebensberatungsfragen

Jeden 2. Do im Monat	14:00 – 15:00 Uhr	Familienzentrum Anne-Jakobi-Haus, Im Seilhof 16, Roxel
----------------------	-------------------	---

Anmeldung/ Infos: 02534-5811896, Silke Becker

○ **Stadt Münster**

- **Kurberatung - Caritas Münster**

Die Kurberatung informiert Mütter, Väter und pflegende Angehörige über eine mögliche Kur und hilft bei der Antragstellung.

Josefstr. 2, 48151 Münster, Ansprechpartnerin: Angelika Krahe,
 Tel. 0251-53009-346, angelika.krahe@caritas-ms.de

- **Beratungsstelle Frühe Hilfen im Gesundheitsamt - Stadt Münster**

Kindesentwicklung im Blick: Beratung, Diagnostik, Frühförderung, aufsuchende Hilfen durch Familienhebammen und Familienkinderkrankenschwestern
 Stolbergstraße 2a, 48147 Münster, Tel. 0251-492-5444



6. Behörden

- **Kommunaler Sozialdienst / Bezirk West – Amt für Kinder, Jugendliche und Familien**
Beratung für Kinder, Jugendliche und Familien bei sozialen und pädagogischen Fragen, Schutz Minderjähriger und anderer schutzbedürftiger Menschen.

Rüschhausweg 17, 48161 Münster

Tel. 0251-492-5603

Öffnungszeiten: Montag und Donnerstag 8:00 – 16:00 Uhr
Dienstag, Mittwoch, Freitag 8:00 – 12:00 Uhr
und nach Vereinbarung

- **Beratungsstelle für Kindertagespflege - Amt für Kinder, Jugendliche und Familien**

Hafenstraße 30, 48153 Münster

Tel. 02 51/492-5680

- **Kundenzentrum – Amt für Kinder, Jugendliche und Familien**
(Elterngeld, Elternzeit, Vaterschaft, Unterhalt, Unterhaltsvorschuss)

Hafenstraße 32, 48153 Münster

Tel. 0251-492-5151

Öffnungszeiten: Montag, Donnerstag: 08:00 - 16:00 Uhr
Dienstag, Mittwoch, Freitag: 08:00 – 12:00 Uhr
und nach Vereinbarung



und

Familienbüro der Stadt Münster

familienbuero@stadt-muenster.de

... eine offene Informations- und Beratungsstelle für alle Fragen rund um die Themen Familie, Elternschaft und Erziehung.

- Unterstützung und Beratung bei der Suche nach Kinderbetreuungsangeboten
- Eingabeportal für den Kita-Navigator
- Willkommensgespräche für Familien mit Neugeborenen und zugezogenen Familien mit kleinen Kindern bis zum Ende des 2. Lebensjahres
- Aktuelle Informationen von Familienangeboten in der Stadt Münster
 - **Stichtag Kitanavigator-Anmeldung: 31.01.2026**
 - <https://muenster.kita-navigator.org/>

- **Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit in Rheine**
- Zuständig für den Kindergeldantrag -

Besucheranschrift: Dutumer Str. 5, 48431 Rheine
Tel.: 0800-4555530

Postanschrift: Familienkasse Nordrhein-Westfalen Nord
44785 Bochum

Kinderzuschlags – Check

<https://familienportal.de/familienportal/rechner-antraege/kiz>



7. Sprachkurse

○ Gievenbeck

- **Deutsch-Sprach- und Alphabetisierungskurs für Mütter von Kindergartenkindern – Haus der Familie**

Freitags 09.01.-17.07.26, außer in den Ferien	09:00 – 10:30 Uhr	Kita St. Michael II Wickenkamp 1
--	-------------------	-------------------------------------

Kostenlos, Einstieg laufend möglich! Jüngere Geschwisterkinder werden zeitgleich im Kindergarten betreut.

Anmeldung nur telefonisch in der Kita St. Michael II unter Tel. 0251 864411

- **Deutsch als Zweitsprache - Haus der Familie**

Kurs für Männer und Frauen, die ohne ihre Kinder den Kurs besuchen.

Mi 14.01. – 15.07.26	08:45 – 12:30 Uhr	La Vie – Seminarraum – Dieckmannstr. 127
----------------------	-------------------	--

Kostenfrei, Anmeldung/ Info: direkt vor Ort im Kurs

○ Albachten

- **Deutsch-Sprach- und Alphabetisierungskurs für Mütter von Kindergartenkindern – Haus der Familie**

Di 13.01. – 14.07.26 außer in den Ferien	09:00 – 10:30 Uhr	Kinder- und Jugendeinrichtung „Albatros“ Rottkamp 51
---	-------------------	---

Kostenlos, Einstieg laufend möglich! Jüngere Geschwisterkinder werden zeitgleich im Kindergarten betreut. Anmeldung nur telefonisch in der Städt. Kita Albachten unter Tel. 02536-1661

○ Mecklenbeck

- **Deutsch-Sprach- und Alphabetisierungskurs für Mütter von Kindergartenkindern – Haus der Familie**

Do, 08.01. – 16.07.26 außer in den Ferien	09:00 – 10:30 Uhr	Pfarrheim St. Anna Dingbängerweg 61
--	-------------------	--

Kostenlos, Einstieg laufend möglich! Jüngere Geschwisterkinder werden zeitgleich im Kindergarten betreut. Anmeldung nur telefonisch in der Städt. Kita Mecklenbeck unter Tel. 0251-3995245

○ Stadt Münster

- **Sprachkurs für Jung und Alt – Caritas Münster**

Habt ihr Lust, gemeinsam deutsch sprechen zu üben? Erst anmelden, dann kommen!

Montags	16:00 – 18:00 Uhr	Goldstr. 30
---------	-------------------	-------------

Kostenfrei, Anmeldung/ Info: Marie Brückmann, 0251-53009-770 oder

Marie.Brueckmann@caritas-ms.de



8. Links

- Amt für Kinder, Jugendliche und Familien, Stadt Münster:
<http://www.muenster.de/stadt/jugendamt/>
- Ärztliche Kinderschutzambulanz DRK Kreisverband Münster:
<http://www.drk-muenster.de>
- Beratungsstelle Frühe Hilfen im Gesundheitsamt, Stadt Münster:
<http://www.stadt-muenster.de/gesundheit/kinder-und-jugendgesundheit/beratungsstelle-fruehe-hilfen.html>
- Caritasverband für die Stadt Münster e.V.:
<http://www.caritas-ms.de>
- Donum Vitae Münster e.V.:
<http://www.donum-vitae-muenster.de/home.html>
- Evangelische Familienbildungsstätte Münster:
<http://www.ev-fabi-ms.de/>
- Fachwerk Gievenbeck, Stadt Münster:
<http://www.muenster.de/stadt/fachwerk/>
- Familienbildung Friedensstraße:
<https://www.familienbildung-friedensstrasse.de/>
- Frauennotruf
<https://www.frauennotruf-muenster.de>
- Haus der Familie:
<http://www.haus-der-familie-muenster.de/>
- Hebammennetzwerk Münsterland e. V.:
www.hebammenforum-muenster.de
- Kitanavigator, Stadt Münster:
<https://muenster.kita-navigator.org/>
- La Vie, Stadt Münster:
<http://www.muenster.de/stadt/lavie/>
- Mehrgenerationenhaus und Mütterzentrum - MuM:
<http://www.mum-muenster.de/>
- UKM - Geburtshilfe
http://geburtshilfe.klinikum.uni-muenster.de/index.php?id=angebote_schwangerschaft_geburt



Heidrun Wellenkötter – in Vertretung Bettina Ullmann

Stadtteilkoordination Frühe Hilfen West
Caritas-Beratungsstelle West, Heinrich-Ebel-Str. 41, 48161 Münster
Tel.0251 – 871040
Mail: Beratungsstelle.gievenbeck@caritas-ms.de
<https://caritas-ms-familienberatung.de/>

Dieser Infobrief erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, ggf. sind Änderungen möglich.
Die jeweiligen Veranstalter sind ausschließlich für die Inhalte und Durchführung der
Veranstaltungen verantwortlich.

Bitte melden Sie sich bei mir, wenn Sie selbst ein Angebot in Münsters Westen durchführen, ich
nehme es dann gerne in den nächsten Infobrief oder die regelmäßigen Newsletter
mit auf!

Download dieses Infobriefs unter: <https://caritas-ms-familienberatung.de/de/materialien/>

