



*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

August -
Dezember
2024



*Für Menschen.
Für Münster.*

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



mein Name ist Heidrun Wellenkötter,
ich bin Sozialpädagogin beim Caritasverband für die Stadt Münster e.V. und arbeite als Stadtteilkoordinatorin 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 | 0251-53009343 |
| 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, Gebäude: A1, 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 | ONLINE Videokonferenzdienst WebEx |
|-----------------|-----------------------|--------------------------------------|

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

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

| | | |
|----------------|-----------|---|
| 1. Di im Monat | 19:00 Uhr | Westfalenstraße 109 48165 Münster-Hilstrup |
|----------------|-----------|---|

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

- **Frühgeburten - und Mehrlingssprechstunde UKM - Pränatalambulanz**

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

| | |
|--|--|
| Terminvergabe: Montag bis Freitag 8:00 – 15:30 Uhr unter Tel. 0251 - 83 48 261 | Albert-Schweitzer-Campus 1, Gebäude A, Westturm Ebene 05 |
|--|--|

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 Raum "Alexius" im 1. OG |
|----------------|-------------------|---|

Kosten: 35 Euro pro Paar, 20 Euro 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 – 6201821)**

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/>

- **Offenes Still- & Fläschchencafé im MuM**

Claudia Löchelt (Hebamme) steht Ihnen als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

| | | |
|----------------------------------|-------------------|----------------------|
| Jeden 1. und 3. Freitag im Monat | 10:00 – 11:00 Uhr | MuM Gescherweg 75 |
|----------------------------------|-------------------|----------------------|

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

- **Inklusions-Café**

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 Gescherweg 75 |
|---------------------|-------------------|----------------------|

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

- **Alani – Selbsthilfegruppe für Familien mit Sternenkindern**

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 Gescherweg 75 |
|---------------------|-------------------|----------------------|

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

○ **Albachten**

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

Treffpunkt für junge Mütter mit ihren Kindern zum Austausch, Singen, Spielen.





| | | |
|----|-------------------|------------------------|
| Mo | 10:15 – 11:45 Uhr | Mini-Küken (0-1 Jahre) |
| Mi | 15:30 – 17:00 Uhr | Maxi-Küken (1-3 Jahre) |

Ansprechpartnerin: Kristina Becker (becker_kristina@gmx.de)

- **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.

| | | |
|---|-------------------|--|
| 3. Mittwoch im Monat nächster Termine 18.09.24 | 15:30 – 17:00 Uhr | 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 | 9:00 – 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**

- **Offener Treff für Familien: Café Knirps – ev. Fabi**

Das Café Knirps ist ein offener Treff für junge Familien und besonders geeignet, Eltern, Familien und Kinder kennenzulernen. Sie können in Ruhe Kaffee trinken, während die Kinder spielen. Sie können sich über Themen und Fragen rund um Ihr Kind austauschen. Mit offener Sprechstunde der Stadtteilkoordinatorin Frühe Hilfen, Heidrun Wellenkötter, von der Caritas-Beratungsstelle Gievenbeck.

| | | |
|------------------------------------|-------------------|---|
| Mittwochs (außer in den Ferien) | 10:00 – 12:15 Uhr | Jugendzentrum im Anne-Jakobi-Haus Im Seihof 16 |
|------------------------------------|-------------------|---|

Kostenfrei, Leitung: Loubna Bali

Ansprechpartnerin: Merle Menke, 0151-6159 8151, m.menke@diakonie-muenster.de

- **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.

| | | |
|------------------------|-------------------|----------------------------------|
| 1. Donnerstag im Monat | 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.

| | | |
|----------------------|-------------------|----------------------------------|
| 1. Dienstag im Monat | 16:30 – 18:30 Uhr | Anne-Jakobi-Haus Im Seihof 16 |
|----------------------|-------------------|----------------------------------|

Bitte mitbringen: etwas zum Essen für das Abendbrot.

Leitung: Gosha Nowakovski, Infos: 02534-581 18 96

- **Stadt Münster**

- **Geburtsvorbereitung für Männer – ev. Fabi**

Offenes Angebot für werdende Väter mit Prof. Dr. Walter Klockenbusch, ehemaliger Chef der Geburtshilfe am UKM.

| | | |
|--------------|-------------------|---|
| Mi. 20.11.24 | 18:00 – 19:30 Uhr | Ev. Fabi Münster Kinderhauser Str. 112 |
|--------------|-------------------|---|

Kosten: 5 €, Infos: 0251-4816780, <https://www.ev-fabi-ms.de/programm/eltern-kinder-und-familien/kurs/Geburts-Vorbereitung-fuer-Maenner/002-424-F>

- **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 | 9:15 – 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/>

- **Zwillings-Treff (0 - 8 Monate) und für werdende Zwillingeltern – Ev. Fabi**

| | | |
|-------------------------------------|-------------------|--|
| Fr. 13.09./ 11.10./ 15.11./06.12.24 | 15:15 - 17:30 Uhr | Ev. Fabi Münster, Kinderhauser Str. 112 |
|-------------------------------------|-------------------|--|

Kostenlos, Infos: 0251-4816780, Anmeldung über die Homepage: www.ev-fabi-ms.de

- **Zwillings-Treff (8 Monate bis 3. Lebensjahr) – Ev. Fabi**

| | | |
|--------------------------------------|-------------------|--|
| Fr. 23.08./ 27.09./ 08.11./ 13.12.24 | 15:30 - 17:45 Uhr | Ev. Fabi Münster, Kinderhauser Str. 112 |
|--------------------------------------|-------------------|--|

Kostenlos, Infos: 0251-4816780, Anmeldung über die Homepage: www.ev-fabi-ms.de

- **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 – Anna-Krückmann-Haus**

Raum und Möglichkeit für Regenbogenfamilien zum Kennenlernen, Austausch und Spielen.

| | | |
|-------------------------------------|----------------------|--|
| So, 08.09./ 13.10./10.11./ 08.12.24 | 10:00 – 13:00 Uhr | Anna-Krückmann-Haus Friedensstr. 5, 48145 Münster |
|-------------------------------------|----------------------|--|

Kostenfrei, Anmeldung/ Infos: Anna-Krückmann-Haus, Tel.: 0251 – 3929080
<https://www.anna-krueckmann-haus.de/>

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

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

4. Angebote mit Anmeldung

Gievenbeck

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

Mit den Körper-, Atem- und Meditationsübungen des Yoga können werdende Mütter lernen, diesen neuen Entwicklungen gelassener und ruhiger zu begegnen. Eine Decke, bequeme Kleidung, ggf. eigene Matte und etwas zu trinken mitbringen.

| | | |
|---------------------|-------------------|---|
| Mo, 26.08.-07.10.24 | 17:45 – 19:15 Uhr | UKM Geburtshilfe |
| Mo, 28.10.-16.12.24 | | Albert-Schweitzer-Campus 1, Gebäude A1, Entspannungsraum, Ebene 10 B West, |

Kosten: 77 €/88 €, Infos/Anmeldung: 0251-4816780, anmeldung@ev-fabi-ms.de

- **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 | donnerstags, 9:30 – 10:30 Uhr | MuM, Gescherweg 75 |
|------------------------------|----------------------------------|--------------------|

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

- **Liebevoller 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 | 9:00 – 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, 22.08. – 10.10.24 – 7 x | 18:15 – 19:30 Uhr 19:45 – 21:00 Uhr | Familienzentrum DRK Bewegungskita Hand in Hand – Roxeler Str. 372 mit Hebamme Silke Rakass, |
| Do, 31.10. – 19.12.24 – 8x | 18:15 – 19:30 Uhr | |
| Do, 09.01. – 27.02.25 – 8x | 18:15 – 19:30 Uhr | |

Kosten: 7 €/8 € Verwaltungs- /Organisationpauschale

Anmeldung/ Infos: 0251-418660, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>,

- **„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 | 09:15 - 11:30 Uhr | La Vie - Dieckmannstr. 127 |
|----|-------------------|----------------------------|

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

- **Elternstart NRW - Haus der Familie**

"Elternstart NRW" ist ein gebührenfreies Angebot der Familienbildung für Eltern mit Kindern unter einem Jahr. Jede Familie kann ein Mal pro Kind teilnehmen. Zeit zum Spiel mit anderen Kindern, Erfahrungsaustausch der Eltern, miteinander spielen, lachen und singen.

| | | |
|-----------------------|--|-------------------------------|
| Mo, 26.08. – 23.09.24 | 9:00 – 10:30 Uhr Geburtsmonate 03 – 04/ 2024 | La Vie - Dieckmannstr. 127 |
| Di, 27.08. – 24.09.24 | 10:30 – 12:00 Uhr Geburtsmonate 05 – 06/ 2024 | |
| Di, 29.10. – 26.11.24 | 9:00 – 10:30 Uhr Geburtsmonate 07 – Anfang 09/ 2024 | |

5 Termine, kostenlos, Anmeldung/ Infos: 0251-418660, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

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

Für Eltern mit ihren Babys ab der 6. Lebenswoche

| | | |
|---|--|------------------------------|
| Di, 27.08. – 08.10.24 7x, Kosten: 53,70 € | 09:00 – 10:30 Uhr Geburtsmonate 09 – 10/2024 | La Vie, Dieckmannstr. 127 |
| Mo 26.08. – 09.12.24 14x, Kosten: 118,30 € | 10:30 – 12:00 Uhr Geburtsmonate 12/2023 – 01/2024 | |

Anmeldung/ Infos: 0251-418660, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>



- **Kidix-Eltern-Kind-Kurse in russischer Sprache von 3 -5 Jahren - Haus der Familie**

| | | |
|---|-------------------|---------------------------|
| Mi 28.08. – 11.12.24 14x, Kosten: 118,30 € | 15:30 – 17:00 Uhr | La Vie, Dieckmannstr. 127 |
|---|-------------------|---------------------------|

Anmeldung/ Infos: 0251-418660, <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. Kinder sind geborene Yogis und freuen sich, die Welt mit kreativen Yoga- und Bewegungsspielen sowie Körper- und Entspannungsübungen begleitet durch Lieder und Klänge zu entdecken.

| | | |
|--|-------------------|--|
| Fr, 30.08. – 11.10.24, 7x Fr, 08.11. – 20.12.24, 7x | 16:00 – 16:45 Uhr | Familienzentrum Ev. Claudius-Kindergarten, Wierling 31 |
|--|-------------------|--|

Kosten: 35 €, Anmeldung / Infos: Anna-Krueckmann-Haus, Tel.: 0251/392908-0, www.anna-krueckmann-haus.de

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

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

| | | |
|---------------------------|-------------------|-------------------------|
| Di, 27.08. – 10.09.24, 3x | 16:30 – 18:00 Uhr | Spielplatz am Haus Wiek |
|---------------------------|-------------------|-------------------------|

Kosten: 20,10 €

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

- **Mecklenbeck**

- **Rückbildungsgymnastik - Haus der Familie**

| | | |
|--|-------------------|---|
| 27.08. – 08.10.24, 7x 29.10. – 17.12.24, 8x | 18:15 – 19:30 Uhr | Hof Hesselmann, Am Hof Hesselmann 10 mit Hebamme Silke Rakass |
|--|-------------------|---|

Kosten: 17,50 €/20 €

Anmeldung/ Infos: 0251-418660, <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, 02.09. – 07.10.24 6x, Kosten: 47,10 € | 09:15 – 10:30 Uhr Geburtsmonate 08 – 11/2023 | Hof Hesselmann Am Hof Hesselmann 10 |
| Mi, 04.09. – 09.10.24, 6x, Kosten: 47,10 € | 09:15 – 10:30 Uhr Geburtsmonate 12/2023 – 02/2024 | |
| Mo, 28.10. – 16.12.24 8x, Kosten: 62,60 € | 09:15 – 10:30 Uhr Geburtsmonate 08 – 11/2023 | |

Anmeldung/ Infos: 0251-418660, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>



- **Wald- und Wiesenstrolche**

Erlebnismittag in Wald und Flur für Eltern und Kinder ab 1,5 Jahren.

| | | |
|-----------------------------|-------------------|---|
| Di 27.08. – 03.12.2024, 13x | 15:30 – 17:00 Uhr | Treffpunkt: Kleine Aaseebrücke, auf der Höhe der Mecklenbecker Str. 143 |
|-----------------------------|-------------------|---|

Kosten: 104,50 €

Anmeldung/ Infos: 0251-418660, <https://www.haus-der-familie-muenster.de>

- **Stadt Münster**

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

| | | |
|--------------------------------------|-------------------|---|
| 19.09./ 26.09.24 28.11./ 05.12.24 | 18:00 – 20:30 Uhr | Südapotheke Hammer Str. 101, Münster |
|--------------------------------------|-------------------|---|

Kosten: 45 € Einzelperson, 65 € pro Paar für zwei Abende

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

- **Rückbildungsgymnastik – UKM**

| | | |
|----|------------------|--|
| Mo | 9:15 – 10:15 Uhr | ONLINE Videokonferenzdienst WebEx der Firma Cisco |
|----|------------------|--|

Kosten: 48 € zzgl. MwSt. für 6 Einheiten

Infos/ 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 – Kooperation UKM, 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.

| | | |
|--|----------------|--|
| 2. und 4. Montag im Monat (nicht am 09.09./ 23.12.24) | 14:30 – 16 Uhr | UKM Geburtshilfe, Eb. 10B West, Familiencafe-Entspannungsraum |
|--|----------------|--|

Kostenlos, Anmeldung erforderlich: info@heikestoeveken.de

Infos: 0251 – 4816780 und info@heikestoeveken.de

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

- **Beikostberatung – Ev. Fabi**

| | | |
|--|-------------------|--|
| 2. und 4. Montag im Monat (nicht am 09.09./ 23.12.24) | 13:30 – 14:30 Uhr | UKM Geburtshilfe, Eb. 10B West, Familiencafe-Entspannungsraum |
|--|-------------------|--|

2 € pro Treffen, Anmeldung erforderlich: info@heikestoeveken.de

Infos: 0251 – 4816780





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. und 3. Donnerstag im Monat | 10:00 - 12:00 Uhr Frühstückstreff | MuM Gescherweg 75, Gievenbeck |
| 1. Montag im Monat | 9:30 - 11:00 Uhr | Mini MuM - Hof Hesselmann Am Hof Hesselmann 10, Mecklenbeck |
| 20.08./03.09./18.09./ 01.10./15.10./29.10./ 19.11./27.11./10.12.24 | 8:30 - 9:30 Uhr | Familienzentrum Ev. Claudius- Kindergarten, Wierling 31, Albachten |
| Mi (nicht in den Ferien) | 10:00 - 12:00 Uhr Café Knirps | Jugendzentrum im Anne-Jakobi-Haus Im Seihof 16, Roxel |

Heidrun Wellenkötter, Tel. 0251 - 871040, 0151 - 57148914

heidrun.wellenkoetter@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 | 9:00 - 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 eMail 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.

| | | |
|--|-------------------|----------------------------------|
| 4. 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 | 9:30 – 11:30 Uhr | La Vie, Gievenbeck Dieckmannstr. 127 |
|-----------------------|------------------|---|

Silvia Schwarzbauer, 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 Bartmann, 0171-4191562 oder p.bartmann@diakonie-muenster.de

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

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

| | | |
|-------------|-------------------|---|
| Di, 14tägig | 15:00 – 16:00 Uhr | Familienzentrum Anne-Jakobi-Haus, Im Seilhof 16, Roxel |
|-------------|-------------------|---|

Ansprechpartnerin: Frau Supe
 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: Frau Sticht, Tel. 0251-53009346 ursula.sticht@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. 0251-4925444



6. Behörden

- **Kommunaler Sozialdienst Stadt Münster/ Bezirk West**

Der Kommunale Sozialdienst ist eine Einrichtung des Amtes für Kinder, Jugendliche und Familien der Stadt Münster und richtet sich an Kinder, Jugendliche, Familien und Senioren.

Rüschausweg 17, 48161 Münster

Tel. 0251-4925603

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 8:00 – 12:00 Uhr
Donnerstag 14.30 – 18:00 Uhr

- **Familienbüro der Stadt Münster**

Das Familienbüro berät und informiert bei allen Fragen rund um Familie, Elternschaft und Erziehung und bei der Suche nach Kinderbetreuungsangeboten.

Hafenstraße 32, 48153 Münster

Tel.: 0251-492-5151

Öffnungszeiten: Montag, Donnerstag: 8:00 - 16:00 Uhr
Dienstag, Mittwoch, Freitag: 8:00 – 12:00 Uhr

Stichtag Kitanavigator-Anmeldung: 31.01.2025

<https://muenster.kita-navigator.org/>

- **Beratungsstelle für Kindertagespflege - Amt für Kinder, Jugendliche und Familien der Stadt Münster**

Hafenstraße 30, 48153 Münster

Tel. 02 51/492-5680

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

Zentrale Dienste (Elterngeld, Elternzeit, Vaterschaft, Unterhalt, Unterhaltsvorschuss)

Hafenstraße 30, 48153 Münster

Elterngeldstelle (Elterngeld, Elternzeit) Tel. 02 51/4 92-2891

Beistandschaften (Vaterschaft, Unterhalt) Tel. 02 51/4 92-5189

Unterhaltsvorschuss Tel. 02 51/4 92-5190

Öffnungszeiten: Montag, Donnerstag: 8:00 - 16:00 Uhr
Dienstag, Mittwoch, Freitag: 8:00 – 12:00 Uhr

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

Besucheranschrift: Dutumerstr. 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**

| | | |
|-----------------------|------------------|---------------------------------|
| Fr, 23.08. – 20.12.24 | 9:00 – 10:30 Uhr | Kita St. Michael II, Wickenkamp |
|-----------------------|------------------|---------------------------------|

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 21.08. – 18.12.24 | 8:45 – 12:30 Uhr | La Vie – Seminarraum – Dieckmannstr. 127 |
|----------------------|------------------|--|

Kostenfrei, Anmeldung/ Info: direkt vor Ort im Kurs

- **Deutschtreff – MuM**

In kleinen Gruppen können Sprachkenntnisse verbessert werden.

| | | |
|--------|------------------|--------------------|
| Di, Mi | 9:15 – 12:00 Uhr | MuM, Gescherweg 87 |
|--------|------------------|--------------------|

Ansprechpartnerin: Karen Paterson, 0251-13348799 oder Karen.Paterson@mum-muenster.de

○ Albachten

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

| | | |
|----------------------|------------------|--|
| Di 27.08. – 17.12.24 | 9:00 – 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, 22.08. – 19.12.24 | 9:00 – 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

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/>
- 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

Stadtteilkoordination Frühe Hilfen West
Caritas-Beratungsstelle West, Heinrich-Ebel-Str. 41, 48161 Münster
Tel. 0251 – 871040
Mobil. 0151-57148914
Mail: heidrun.wellenkoetter@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/>

