



Familientreffpunkt Giesing.

**FAMILIEN- UND BERATUNGSZENTRUM
FAMILIENSTÜTZPUNKT
Pöllatinsel.**



**Programm ab
Mai 2026**



Ansprechpartner:innen:

Familientreffpunkt Giesing



Annemarie Wörndl | Sozialpädagogin (B. A.)
Einrichtungsleitung
a.woerndl@gfsa-muenchen.de
089-90 42 148-23 & 0176-15 58 00 82



Julia Bernrieder | Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
j.bernrieder@gfsa-muenchen.de
089-90 42 148-11 & 0151-50 55 01 97



Simone Kremser-Czoer | Verwaltung
s.kremser-czoer@gfsa-muenchen.de
089-90 42 148-10 & 0159-06 13 97 91

Städtische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche



Nicole Wiedon | Dipl.-Psychologin
nicole.wiedon@muenchen.de
089- 233-735958

Akut4You.

Akutunterstützung für
Alleinerziehende in
Krisensituationen

Allgemeine Nummer für Anfragen:
089/44 77 89 28

Wir freuen uns auf Sie!

Zu unseren weitgehend kostenlosen Angeboten gehören Beratung, Information und Austausch zu allen Fragen rund um die Familie, Beziehung und Erziehung.

Die Sozialpädagoginnen des Familientreffpunkts begleiten die bunten Angebote und stellen sich dabei gerne all Ihren Fragen und Anliegen.

Durch das Engagement unserer ehrenamtlichen Helfer:innen kommen immer wieder neue Programmpunkte dazu.

Zusätzlich berät Sie eine Diplom-Psychologin der Städtischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche gerne zu Ihren Fragen rund um Erziehung und Entwicklung Ihres Kindes und das Zusammenleben als Familie.

Des Weiteren beraten die Sozialpädagog:innen von Akut4you alleinerziehende Elternteile in Krisensituationen.

Alle Beratungen sind unbürokratisch, kostenlos und selbstverständlich unter Schweigepflicht. Wir freuen uns auf Sie!



Für ein gutes Miteinander bei uns im FTG:

- ✓ Die Aufsichtspflicht liegt bei den Eltern
- ✓ Gegessen, getrunken und gesnackt wird nur am Tisch
- ✓ Wir gehen sorgsam mit Spielsachen um
- ✓ Der FTG ist ein Ort für Begegnung, wenn möglich lasst das Handy in der Tasche.
- ✓ Am Ende jedes Angebots räumen ALLE gemeinsam auf
- ✓ Viren bleiben vor der Tür - bei Krankheit bitte zu Hause bleiben
- ✓ Wir gehen respektvoll miteinander um
- ✓ Alle Familien sind willkommen
- ✓ Wir helfen einander





Zur

Programmübersicht



Programmübersicht im FTG

Montag

10-12
Offenes
Familien-café
(0-6 J)

10:30-11:30
1x monatlich
Kleine Kinder-
Große Fragen

16-17
1x monatl.
Musik-
Geschichten
(2-5 J.)

18:45-19:45
Yoga für
Erwachsene

Pink: ohne
Anmeldung
Schwarz: mit
Anmeldung

Dienstag

9:30-10:15
Musikgarten
(6-16 Mon.)

10-11:30
Deutsch-Kurs
Anfänger:innen

11:45-13:15
Deutsch-Kurs
Fortgeschrittene

Mittwoch

9-10
Krabbelgruppe
(6-12 Mon.)

9:30-11:30
Offenes Familiencafé
(0-3 J)

9:30-11:30
KITA-Beratung
(2x monatl.)

15-17
Offenes Familiencafé
(0-6 J)

15-17 Offene
Beratung für
Alleinerziehende
1x monatlich

16-17
Eltern-Kind-
Klangmeditation
1x/Monat (3-6 J)

Donnerstag

9:15-10:15
Kleinkindturnen
(1-2 J.)

10:45-11:45
Krabbelgruppe
(6-12 Mon.)

15-17
Offenes
Familiencafé
(0-6 J)

15:30-16:30
Kreative Tür
(3-6J)
2x monatlich

17:30-18.30
FIT durch die
Schwangerschaft
ab 21.5.2026

18:45-19:45
FIT-MOM Kurs
ab 21.5.2026

Freitag

10:30-11:30
Babygruppe
(0 -6 Mon.)

16-17
Eltern-Kind Yoga
(3-6J.)

16:30-17:30
Arabisch lernen für
Kinder
(4-5 J.)

Pink: ohne
Anmeldung
Schwarz: mit
Anmeldung

Samstag

9:30-12
Väterfrühstück
(2x monatl.)

9:30-11:30
Zwillings- u.
Mehrlingstreff
(1x monatl.)

10-19
Vermietung
E-Mail an:
[vermietung-ftg@gfsa-
muenchen.de](mailto:vermietung-ftg@gfsa-muenchen.de)

Sonntag

10-19
Vermietung
E-Mail an:
[vermietung-ftg@gfsa-
muenchen.de](mailto:vermietung-ftg@gfsa-muenchen.de)

A photograph of a woman with dark hair tied back, smiling warmly at a young child with light hair and blue eyes. The child is sitting on the woman's lap, wearing a white t-shirt with a small graphic and a necklace with beads. The background is a blurred outdoor setting with a building and trees. The entire image has a light teal overlay.

**Unsere Angebote
im Detail**







Offene Familien- Cafés



- ✓ Kontakte knüpfen mit anderen Eltern
- ✓ Kinder haben Kontakt mit anderen Kindern
- ✓ Austausch über den Familienalltag, über Erziehung und vieles mehr
- ✓ Das Angebot ist kostenlos, Essen und Trinken zu kleinen Preisen
- ✓ Keine Anmeldung - einfach vorbei kommen!



-  **Montag: 10-12 Uhr** für Familien mit Kindern von 0-6 Jahren mit kleinem Frühstücksangebot
-  **Mittwoch: 9:30-11:30 Uhr** für Familien mit kleinen Kindern von 0-3 Jahren mit frisch gebackenen Waffeln
-  **Mittwoch: 15-17 Uhr** für Familien mit Kindern von 0-6 Jahren
-  **Donnerstag: 15-17 Uhr** für Familien mit Kindern von 0-6 Jahren



Für Eltern und Babys von 6-16 Monaten

Erste musikalische Sinneseindrücke für Babys

Singen, erkunden von Geräuschen, z. B. Klanghölzer und Rasseln, Fingerspiele, Knireiter uvm.

6x Gesamtkosten 42€



6x dienstags von 9:30-10:15 Uhr

Nächster Kurs ab 12.05.2026

Mit Anmeldung:

a.woerndl@gfsa-muenchen.de



Deutsch-Kurse für Mütter und Väter mit Kinderbetreuung

DEUTSCHKURS



Anfänger:innen-Kurs

Immer dienstags von 10:00 – 11:30 Uhr

Fortgeschrittenen-Kurs

Immer dienstags von 11:45-13:15 Uhr

Kostenlos

Mit Anmeldung:

ftg@gfsa-muenchen.de

FenKid®



CHILL & RELAX



Bedürfnisorientierte Eltern-Kind-Gruppe Wann?

7 Kurstermine ab **Mittwoch 25. Feb 2026**

(25.2., 4.3., 18.3., 25.3., 8.4., 15.4., 22.4.2026)

13.30 bis 14.45 Uhr für Kinder, die zwischen **Dez 24 und Jun 25** geboren sind (G1)

12 bis 13 Uhr für Kinder, die zwischen **Jul 25 und Okt 25** geboren sind (G2)

Es gibt Kontingentplätze.

Wende dich bitte dazu per Mail an:
ftg@gfsa-muenchen.de

Wo?

Familientreffpunkt Giesing
Pöllatstraße 15, 81539 München

Über Fenkid

Fenkid- "FrüheEntwicklung von Kindern begleiten" ist inspiriert undbasiert auf den Fünf Säulen von Maria Montessori, Emmi Pikler, Elfriede Hengstenberg, Jesper Juul und verschiedenen Achtsamkeitsmethoden.



Yvonne Mackroth-Tanzer

Entspannungspädagogin für Kinder,
Kursleiterin für PME nach Jacobsen,
AT nach Schultz, Meditation,
und Fenkid sowie Mütterpflegerin

fenkid@chill-and-relax.de

www.chill-and-relax.de

hey_chillandrelax



Eltern-Kind Klangmeditation



Ein Raum für Beruhigung und Regeneration. In Begleitung ihrer Eltern lauschen Kinder von 3-6 Jahren den Klängen, entspannen und erholen sich

Das Angebot ist kostenlos und ohne Anmeldubg.



Mittwochs 1x im Monat von 16 -17 Uhr mit Evi

Termine: 22.4., 13.5., 24.6.2026

Krabbelgruppen



Eltern kommen mit ihrem Kind.

Mamas und Papas lernen andere Eltern kennen.

Krabbelkinder knüpfen Kontakte mit anderen Krabblern.

Das Angebot ist kostenlos.



**Mittwoch: 9-10 Uhr
für Krabblern von 6-12 Monate**

**Mit Anmeldung:
ftg@gfsa-muenchen.de**



**Donnerstag: 10:45-11:45 Uhr
für Krabblern von 6-12 Monate**

**Mit Anmeldung:
ftg@gfsa-muenchen.de**

Kleinkindturnen



Sport, Spiel und Spaß für Kinder im Alter von 1-2 Jahren mit ihren Eltern. In unserem abwechslungsreichen Programm turnen, tanzen und bewegen wir uns und lassen uns immer wieder Neues einfallen. Die Kinder sollten bereits laufen können.

Das Angebot ist kostenlos und mit Anmeldung.



Donnerstag von 9:15-10:15 Uhr

**Anmeldung unter:
ftg@gfsa-muenchen.de**

Fit durch die Schwangerschaft

➤ *Fit bleiben während der Schwangerschaft*

➤ *Ab der 12. Schwangerschaftswoche*

➤ *Beckenboden & Core - Training*

- Krankenkassen- zertifiziert
- Kosten: 160€ - Bis zu 80% Erstattung möglich
- Start: ab dem **21. Mai** immer **donnerstags 17.30 - 18.30 Uhr**
- 10 Termine

Ort: Familientreffpunkt Giesing
Pöllatstraße 15
81539 München



Anmeldung:

personaltrainingmuc@gmail.com

Fit-Mom Kurs für Frauen nach der Rückbildung

➤ *Fit für den Mamaalltag*

➤ *Ganzkörpertraining*

➤ *Beckenboden und Core*

- Krankenkassen- zertifiziert
- Kosten: 160€ - Bis zu 80% Erstattung möglich
- Start: ab dem **21. Mai** immer **donnerstags 18.45 - 19.45 Uhr**
- 10 Termine

Ort: Familientreffpunkt Giesing
Pöllatstraße 15
81539 München



Anmeldung:

personaltrainingmuc@gmail.com

Babygruppe



Eltern kommen mit ihrem Baby

Mamas und Papas lernen andere Eltern kennen

Babys knüpfen erste Kontakte mit anderen Babys

Kostenlos



**Freitag: 10:30-11:30 Uhr
für Babys von 0-6 Monate**

**Mit Anmeldung bei Hermine:
h.zimmermann@gmx-topmail.de**

Eltern-Kind-Yoga



Bewegung und Entspannung für Kinder von 3-6 Jahren

Eltern begleiten ihre Kinder dabei

Kostenlos



Freitag: 16-17 Uhr

Mit Anmeldung bei Sarah A.:
0176-61 01 31 10
arvin.yogastudio@gmail.com



Arabisch lernen für Kinder



Ein Begegnungsangebot für ALLE Kinder in JEDER Muttersprache von 4-5 Jahren

Singen, spielen, malen...

Kinder können in spielerischer Atmosphäre neue Kontakte knüpfen und dabei die arabische Sprache und Kultur kennen lernen.

Kostenlos





Freitag: 16:30-17:30 Uhr

Mit Anmeldung:
ftg@gfsa-muenchen.de

Feiern mit dem FTG



-  **Woche der Münchner Familienzentren:**
am Donnerstag, 7.5.2026 von 15:30 - 16:30 Uhr führt das Purzelraumtheater das Stück Bli-Bla-Blütentanz im FTG auf.
-  **Sommer im Park:** am Freitag 03. Juli 2026 von 14 - 18 Uhr findet ihr uns mit einem Bastelangebot an unserem Stand im Weißenseepark



Kostenlos und ohne Anmeldung



Am Wochenende



Väterfrühstück



Brezn oder Börek?

Beim Väterfrühstück geht's nicht nur ums Essen, aber auch! Väter und ihre Kinder knüpfen Kontakte mit anderen Vätern und Kindern

Für Kinder von 0-6 Jahren

Das Angebot ist kostenlos.



Samstag, 1x im Monat immer von 09:30-12 Uhr

Die nächsten Termine für 2026:

4.4., 2.5., 13.6., 4.7., 1.8., 3.10., 7.11. und 5.12.2026

Mit Anmeldung bei Jeff:

0176 96900765

Kleinkinder-Väterfrühstück



Beim Väterfrühstück geht's nicht nur ums Essen, aber auch!

Papas und ihre Kleinkinder können in entspannter Atmosphäre neue Kontakte knüpfen, spielen und frühstücken, während die Mamas eine kleine Auszeit genießen.

Für Kinder von 0-3 Jahren

Das Angebot ist kostenlos.



1x im Monat immer von 09:30-12 Uhr

Sa, 28.3., 25.4., 23.5., 27.6. und 25.7., 26.9., 31.10., 28.11.,

19.12.2026

Mit Anmeldung bei Andreas:

0163 2525630

Zwillings- und Mehrlingstreff



Für Familien mit Zwillingen oder Mehrlingen von 0-6 Jahren

Familien knüpfen Kontakte mit anderen Familien

Kostenlos



**Samstag, 1x im Monat von 9:30-11:30 Uhr:
11.4., 9.5., 6.6., 11.7. (von 12:30-18:30 Uhr) ,
19.9., 10.10., 14.11. und 12.12.2026**

(Ein Angebot v. Kindergesundheit München e. V.)

**Mit Anmeldung:
info@kimue.de**



Mieten im Familientreffpunkt

Sie möchten einen Kindergeburtstag bei uns feiern?

Freie Termine finden Sie auf unserer Website unter "Raumvermietung"

Wenn Sie einen passenden Termin gefunden haben, schreiben Sie bitte an die u.g. Email Adresse mit Ihrem Buchungswunsch (Datum, Anlass, erwartete Personenanzahl, Uhrzeit und welche Räume).

Die Raummiete richtet sich nach der Anzahl der gemieteten Räume.

Fixe Beträge sind:

100 € Kaution

20 € Reinigungspauschale Café

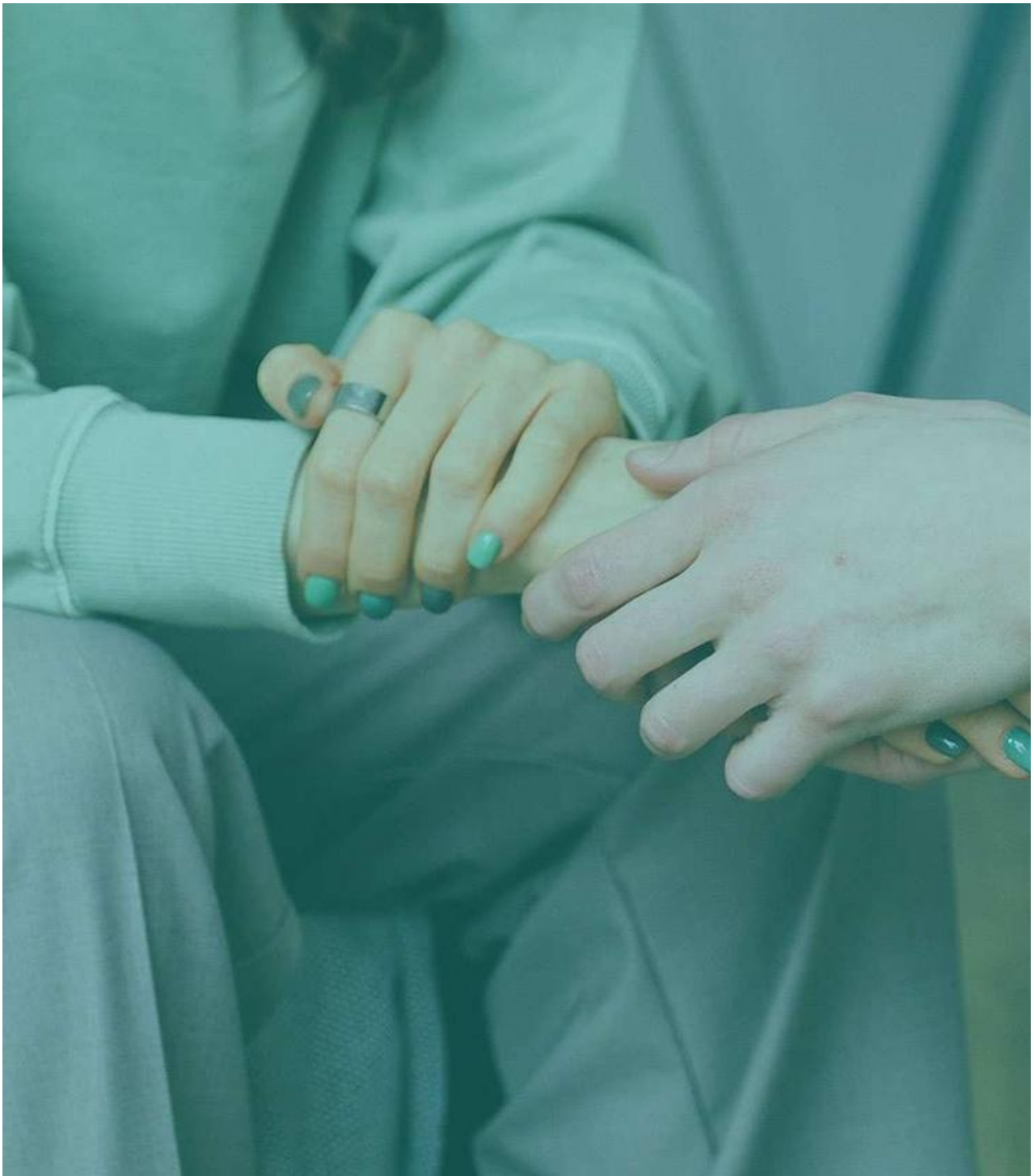
30 € Reinigungspauschale Café und Panda

Sollten mehrere Anfragen für denselben Termin eingehen, bevor wir den Termin streichen können, werden die Räumlichkeiten nach Eingang der Mail vergeben. Wir bitten hierfür um ihr Verständnis. Über die auf der Website stehenden Termine hinaus, können wir leider keine Räume anbieten.



E-Mail:

vermietung-ftg@gfsa-muenchen.de



Beratungen bei uns:

- **kostenlos**
- **unbürokratisch**
- **unter Schweigepflicht**





Familientreffpunkt Giesing.



- Sie haben Fragen rund um das Familienleben
- Sie suchen Angebote für sich und ihr Kind
- Sie haben Fragen zum Kitaalltag
- Sie sind gestresst vom Alltag und wünschen sich einfach mal ein offenes Ohr
- Sie haben ein Formular bekommen und wissen nicht weiter



Dann melden Sie sich gerne bei uns für einen Termin



Annemarie Wörndl
Sozialpädagogin (B.A.)

a.woerndl@gfsa-muenchen.de
oder 0176-15 58 00 82



Julia Bernrieder
Dipl.-Sozialpädagogin (FH)

j.bernrieder@gfsa-muenchen.de
oder 0151-50 55 01 97

Wir freuen uns auf Sie!

Sie sind alleinerziehend und wissen nicht mehr weiter



Wir beraten Sie gern:

- zeitnahe Termine
- außerhalb des Hilfeplanverfahrens
- kostenlos
- Offene Beratung im FTG am 27. 5., 24.6. und 29.7., 23.9. und 28.10.2026 von 15-17 Uhr

Anfragen unter:
089/44 77 89 28



Wir freuen uns auf Sie!



Offen für Ihre Fragen...

- zur Entwicklung Ihres Babys oder Kindes?
- zum Schlaf Ihres Babys oder Kindes?
- zum Essverhalten Ihres Babys oder Kindes?
- zum Weg weg von der Windel?
- zum Umgang mit der „Trotzphase“?
- zu anderen Themen rund um Ihr Kind?
- oder wie Sie sich als Eltern besser gegenseitig unterstützen?
- ...?

Egal welche Frage, rund um Erziehung oder Entwicklung Ihres Kindes oder im Zusammenleben als Familie, Sie gerade beschäftigt. Im gemeinsamen Gespräch finden sich leichter neue Ideen und Wege!

Frau Wiedon, Diplom-Psychologin der **Städtischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche** im Familien- und Beratungszentrum auf der **Pöllat-Insel**, berät Sie gern zu allen Ihren Fragen.

Die Beratung ist immer **kostenlos** und unter Schweigepflicht.

Vereinbaren Sie einen persönlichen Termin unter:

089 – 233 – 73 59 58

Eingang-Nordseite: Neuschwansteinplatz 12
Klingel: Familientreffpunkt Beratung

Wir sind München
für ein soziales Miteinander



Mütter und Arbeitsmarkt



- Vereinbarkeit Familie und Beruf?
- Zeitmanagement, Kinderbetreuung während der Arbeit...?
- Was will ich machen?
- Will ich mich beruflich umorientieren?
- Wie bewerbe ich mich?
- Brauche ich einen berufsbezogenen Deutsch-Kurs oder eine Weiterbildung oder...?
- Ich möchte eine Ausbildung machen - was brauche ich?

Keine Anmeldung - einfach vorbeikommen!

Kostenlos



Nächster Termin: Mittwoch, 01. Juli 2026

Beratung rund um das Thema "KITA in München"



Fragen und Unterstützung zur Anmeldung in der Kita

Fragen und Unterstützung zum Kita-Finder+

Fragen rund um Krippe, Kindergarten und alternative Betreuungsformen

Keine Anmeldung - einfach vorbeikommen!

Kostenlos



**Mittwoch, 2x im Monat alle zwei Wochen,
immer von 09:30-11:30 Uhr**

**Die nächsten Termine: 1.4., 15.4., 29.4.,
13.5., 10.6., 24.6., 8.7. und 22.7.2026**

Ein Kooperationsangebot mit der Diakonie -
Jugendhilfe Oberbayern Kita Einstieg Giesing



Fühkindliche Gesundheit von 0 - 6 Jahren



Die Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin der Landeshauptstadt München berät zu allen gesundheitlichen Fragen rund ums Kind von 0-6 Jahre.

Keine Anmeldung - einfach vorbeikommen!

Kostenlos



**Nächste Termine: Mittwoch 25.3., 22.4., 20.5., 17.6.,
15.7 und 12.8.2026
von 10 -11:30 Uhr**

Ein Kooperationsangebot mit der Landeshauptstadt München
Gesundheitsreferat
SG Frühkindliche Gesundheitsförderung



Hilfe

Zu verschenken:



Verschenkeregale

Für alle Familien!

Second Hand Ware für Familien zu verschenken

Nach dem Stöbern bitte die Sachen, die nicht mitgenommen werden, wieder ordentlich zurücklegen

Wer was zu verschenken hat für Kinder oder auch Ausstattung für Schwangere, gibt die Dinge beim FTG-Team ab.

Das FTG Team kümmert sich dann ums Verschenken.



Vielen lieben Dank!



**Wir suchen
ehrenamtliche
Helfer:innen:**



Mitmachen bei uns im FTG

Wen wir suchen:

Mütter, Väter, Studierende, Senior:innen, Alltagsheld:innen...

... Menschen mit Lust und Zeit sich im FTG zu engagieren.

Was wir bieten:

Möglichkeit die eigenen Kinder mitzubringen

Ausgleich zum Alltag

Raum für Austausch

Regelmäßige Ehrenamtstreffen

Gerne bei uns melden:

0176-15 58 00 82

a.woerndl@gfsa-muenchen.de

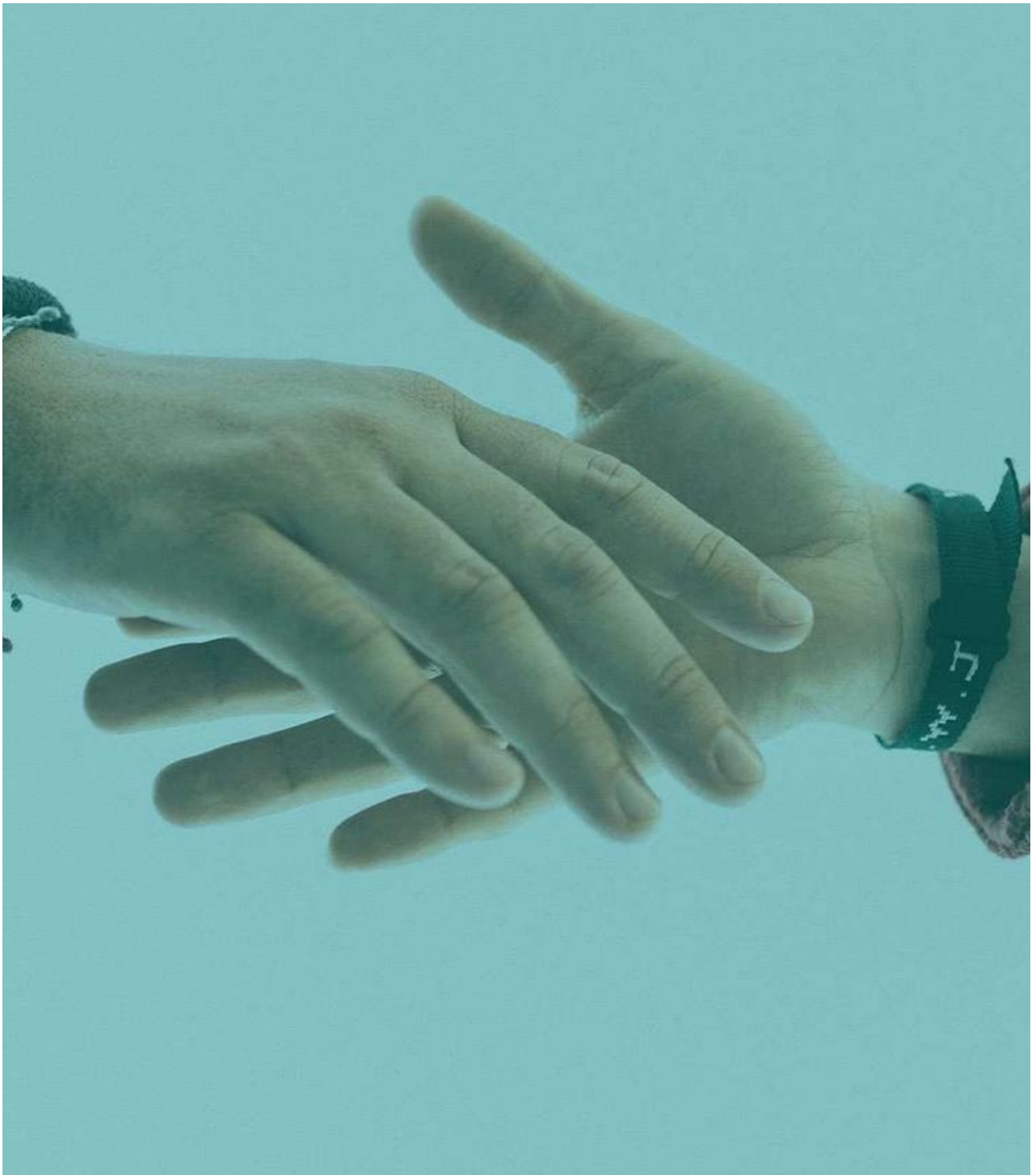
0151-50 55 01 97

j.bernrieder@gfsa-muenchen.de



Wir suchen:

- ✓ Ehrenamtliche für Tanzangebote
- ✓ Ehrenamtliche für Bewegungsangebote



**Haben Sie ein
Anliegen?**



Hugo der Feedback-Kasten



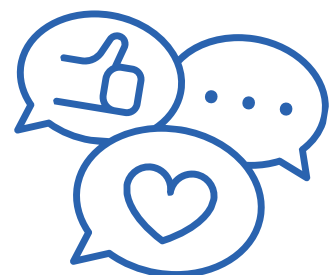
Hugo hängt an der Wand unter der Uhr im Café Bereich.

Haben Sie ein Anliegen, Beschwerden, Rückmeldungen...?

Gerne können Sie Ihre Nachricht in unseren Hugo-Feedback-Kasten einwerfen.

Sie können gerne eine anonyme Nachricht schreiben, wenn Sie das möchten.

Hugo wird 1x Anfang des Monats vom FTG-Team gelehrt.



Familien- und Beratungszentrum oder doch die Pöllatinsel?

- Das Haus mit 2 unterschiedlichen Postleitzahlen -

Das Familien- und Beratungszentrum (FBZ) besteht aus:



Familientreffpunkt Giesing (FTG)
Gesellschaft für Soziale Arbeit (GfSA)
Pöllatstraße 15, 81539 München



**Städtische Beratungsstelle für Eltern,
Kinder und Jugendliche**
Neuschwansteinplatz 12, 81549 München

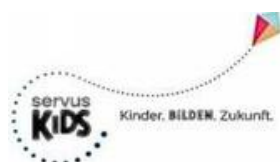
Die Pöllatinsel auch Pöllat-Insel genannt, besteht aus:



Familien- und Beratungszentrum
(wie oben genannt)



Akut4You (Unterstützung für Alleinerziehende) - GfSA
Brecherspitzstraße 8, 81541 München



**servusKIDS gGmbH - Ersatzbetreuung in der
Grosstagespflege (ERBEG)**
Neuschwansteinplatz 12, 81549 München



Nachbarschaftstreff Giesing (NTG)
Neuschwansteinplatz 12, 81549 München



GEFÖRDERT DURCH:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



Familientreffpunkt Giesing



Familien- und Beratungszentrum, Familienstützpunkt

Pöllatstraße 15, 81539 München
FON 089-90 42 14 810
ftg@gfsa-muenchen.de
www.gfsa-muenchen.de



Wir haben einen Eingang für Rollstühle und haben eine Behindertentoilette.
Wir sind offen für Gehörlose, Schwerhörige und Blinde.
Stand: April 2026

