

► Hausaufgabenhilfe & Nachhilfe ◀

Nordlicht Lernpatenschaften im ETC gGmbH

Ehrenamtliche Unterstützung von Schüler*innen
Bewohnertreff "Unter den Arkaden"
Dientzenhoferstr. 68, 80937 München
Tel. 089 – 30 90 54 78 25

Projekt DiNo Kids Lernförderung

In den Nachbarschaftstreffs der Diakonie Hasenberg
Schneeheideanger 6-8, 80935 München
Tel. 089 – 452 235 570
www.diakonie-hasenberg.de/dino-kids

LernOase

Professionelle Förderung für Kinder und Jugendliche
Für alle Schularten mit familienfreundlichen Preisen
ab 12 € für 90 Minuten in der Gruppe, möglich über
BuT
Georgenschwaigstr. 26, 80807 München
Tel. 0176-55181116 www.lernoase-munchen.de

Generationenzentrum

2-mal pro Woche Hausaufgabenbetreuung mit
Mittagstisch
56 € pro Monat / 10 Monate im Schuljahr, möglich
über BuT
Milbertshofener Str. 72 a, 80807 München
Tel. 089 – 458 19 805, <http://wp.generationenzentrum.org>

► Verschiedenes ◀

Ferienpass

für Kinder und Jugendliche von 6 – 17 Jahren
mit interessanten und günstigen Ferienangeboten
€ 14 für die 6 – 14-Jährigen
€ 10 für die 14 – 17-Jährigen
erhältlich im Sozialbürgerhaus, bei der
Schulsozialarbeit, in verschiedenen Freizeitstätten
und online:
www.muenchen.de/ferienpass

Familien-Pass

www.muenchen.de/familienpass
Familien mit geringem Einkommen erhalten Familien-
und Ferienpässe kostenlos im Sozialbürgerhaus

München-Pass

für Familien mit geringem Einkommen
im Sozialbürgerhaus erhältlich
Knorrstraße 101-103, 80807 München
Tel. 089 – 233 968 03
im Nachbarschaftsbüro Diakonie Hasenberg am Do
Pfarrer-Steiner-Platz 1, 80933 München, Tel 45 22 35
580
www.muenchen.de/muenchen-pass

Caritas Stromsparcheck und weiße Ware

kostenloser Austausch von Haushaltsgroßgeräten bei
Bezug von Bürgergeld
Tel. 089 – 67 820 270

Weitere stadtweite Informationen Gratis-Broschüre „Günstiger leben in München“

https://www.muenchen.info/soz/pub/pdf/470_guenstiger_leben_muenchen.pdf

Familienwegweiser

<https://stadt.muenchen.de/infos/kinder-und-familieninformation.html>

Hilfen in einer sozialen Notlage

www.muenchen.info/soz/pub/pdf/627_Wenn_Sie_in_sozialer_Not-Lage_sind.pdf

Freiwillige Leistungen der Landeshauptstadt

https://stadt.muenchen.de/infos/freiwillige_leistungen.html

Beratung und Einrichtungen im Stadtteil

www.muenchen-info-sozial.de

Impressum

Oktober 2024



Herausgeber	REGSAM Regionales Netzwerk für soziale Arbeit in München
Redaktion	Birgit Bestehorn Sarah Kurzak Michaela Obergfußberger Friederike Goschenhofer
Verantwortlich	REGSAM Friederike Goschenhofer Bayerstr. 77c, 80335 München Tel: 089 -18 93 580 E-Mail info@regsam.net www regsam.net

**Dieses Faltblatt erhebt keinen Anspruch auf
Vollständigkeit. Rückmeldungen über
Veränderungen von Angaben nehmen wir gerne
entgegen.**

Günstiger leben im Münchner Norden Stadtbezirke 11 und 24

Ein Verzeichnis praktischer Adressen für Familien

► Kleidung ◀

Der kleine Look

Secondhand für Kinder und Frauen
Umstandsmode und Spielsachen
Mo - Do 10 – 18 Uhr, Fr 10 – 15 Uhr
Georgenschwaigstr. 27, 80807 München
Tel. 089 – 357 44 986 www.verein-stadtteilarbeit.de/frauen-familie-kinder/weitere-angebote



Diakonia Mobile Kleiderkammer

Versöhnungskirche
Jeden 2. Mittwoch im Monat 9 – 12 Uhr
Hugo-Wolf-Straße 18, 80937 München
<https://www.versoennungskirche-muenchen.de/mobile-kleiderkammer>

Kleiderkammer und BrauchBar

Mehrgenerationenhaus "Unter den Arkaden"
Brauchbare Alltagsgegenstände (Bücher, Geschirr,
Kleidung, etc.) täglich vor der Einrichtung
Dientzenhoferstr. 68, 80937 München
Tel. 089 – 30 90 54 78 25

Kleiderkammer Caritas München Nord

Kostenlose Kleiderausgabe mit Berechtigungsschein
Do 10.00 – 12.30 Uhr (außer Schulferien)
Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3, 80937 München
Tel. 089 – 31 60 63 10 www.caritas-muenchen-nord.de

Schickeria Secondhand-Laden

Di 10 – 14 Uhr, Mi 11 – 15 Uhr
Do u. Fr 13 – 17 Uhr
Weitlstr. 146, 80995 München
Tel. 089 – 452 376 08
www.diakonie-hasenberg.de/schickeria

► Gebrauchtwaren ◀

Con-Shop–Secondhand mit Online Shop

HiFi-Geräte, Haushaltsgeräte und PCs
Mo - Do 7.30 – 16.30 Uhr, Fr 7.30 – 14.30 Uhr
Waldmeisterstr. 95b, 80935 München
Tel. 089 – 74 89 330, www.con-job.de

Kaufhaus diakonia secondhand

Mo – Fr 10 – 19 Uhr, Sa 10 – 15 Uhr
Dachauer Str. 192, 80992 München
www.diakonia-kaufhaus.de

► Flohmärkte ◀

Flohmärkte in München:

<https://www.muenchen.de/veranstaltungen/vents/flohmaerkte.html>

Flohmarkt Nachbarschaftsbüro Blauer Punkt

Goldschmiedplatz, Schleißheimerstr. 520 80933 München
Tel. 089 – 452 235 583
Aktuelle Termine: www.diakonie-hasenberg.de

Spiel- und Begegnungszentrum am Hart

Aktuelle Termine bitte erfragen
Familienzentrum Arnauer Str. 5, 80937 München
Tel. 089 – 31 60 569 13
Nachbarschaftstreff Ingolstädter Str. 93, 80939 München, Tel. 089 – 20 32 670
www.sbz-am-hart.de/

Flohmarkt Pfarrei Mariä Sieben Schmerzen

Aktuelle Termine bitte erfragen
Am Frauenholz 8, 80933 München
Tel. 089 – 31 21 360

Familienzentrum Lichtblick Hasenberg

Flohmarkt – Tausch-Boutique
Di 11 – 16 Uhr außer Ferienzeiten
Wintersteinstr. 35, 80933 München
Tel. 089 – 370 53 480
<https://lichtblick-hasenberg.org>

Tauschbuchladen Bücherkiste

Mo – Fr 10 - 13 Uhr und 14 – 17 Uhr
Aschenbrennerstraße 8, 80933 München
Tel. 089 – 45 23 58 61
www.diakonie-hasenberg.de/tauschbuchladen

► Werkstätten ◀

Mobile Werkstatt Hasenberg

Caritas München Nord
Reparatur v. Möbeln und Haushaltsgeräten zuhause
Hildegard-von-Bingen-Anger 1 – 3, 80937 München
Tel. 089 – 31 60 63 10
www.caritas-muenchen-nord.de

Mitmach-Radwerkstatt für Kinder & Jugendliche

Caritas München Nord
März – Oktober, Do 17 – 19 Uhr
Schneeheideanger 6, 80937 München
März – Oktober, jeden 3. Mittwoch im Monat
Grohmannstraße 9a, 80933 München
Tel. 089 – 31 60 63 10
www.freiwillegentzen-muenchen.de/projekt/radwerkstatt-caritas-zentrum-muenchen-nord

Freizeitstätte Neuland

Offene Schreinerwerkstatt mit Anleitung
Mi 17 – 19 Uhr Kinder/ Jugendliche ab 10 Jahren
Mi 19 – 21 Uhr Erwachsene
Neuherbergstrasse 90, 80937 München
Tel. 089 – 37 06 66 04, <https://fzst-neuland.de/werkstatt>

► Lebensmittel ◀

**Brot und Backwaren: In vielen Bäckereien
Preisreduzierung kurz vor Ladenschluss**

Dankeskirche

Sonntagsküche für 1 €, So 12 Uhr
Keferloher Str. 70, 80807 München

Versöhnungskirche

Kirchenküche für 1 €
Mo, Mi 11.00 – 12.15 Uhr
Hugo-Wolf-Str.18, 80937 München
<https://www.versoehnungskirche-muenchen.de/kirchenkueche-und-lebensmittelausgabe>

Food-Sharing - Wir retten Lebensmittel

Bewohnertreff “Unter den Arkaden”

Mo – Fr 9.30 – 14.00 Uhr
Dientzenhoferstr. 68, 80937 München
Tel. 089 – 30 90 54 78 25

TauschGut – Offen zugängliche Kühlschränke, Caritas München Nord

Mo – So 9.00 – 19.30 Uhr
Am Frauenholz 8, 80933 München
Feldmochinger Str. 401, 80995 München
Tel. 089 – 31 60 63 10, www.caritas-tauschgut.de

Stadtteilcafé

Günstiges Café mit Mittagstisch
Mo – Fr 9.00 – 15.30, Mittag 11.00 – 14.00 Uhr
Wintersteinstr. 60 – 64, 80933 München
Tel. 089 – 452 235 650
www.diakonie-hasenberg.de/stadtteilcafe

Pfarrei Mariä Sieben Schmerzen- Kirchenküche

Kostenloser Mittagstisch Di 11 Uhr
Bei Interesse bitte anmelden
Am Frauenholz 8, 80933 München
Tel. 089 – 31 21 360

Münchner Tafel e.V.

Anmeldung unter: 089 – 29 22 50
www.muenchner-tafel.de

► Gesundheit ◀

GesundheitsTreff Hasenberg

Kostenlose ärztliche Beratung, kostenloser Test auf sexuell übertragbare Krankheiten, Impfungen, kinderärztliche Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung, Sozialberatung und wechselnde Gruppenangebote
Wintersteinstraße 14, 80933 München
Tel.: 089 - 233 772 508
Angebote: www.muenchen.de/gesundheitstreff
E-Mail: gesundheit-hasenberg.gsr@muenchen.de

Gesundheitsladen München e.V.

Patientenberatung, Gesundheitsrechte für Familien
2-mal im Monat mittwochs im ASZ Hasenberg 10
– 13 Uhr und im GesundheitsTreff 13 – 16 Uhr
Telefonische Beratung und Termine:
Tel. 089 – 77 25 65, sarah.kurzak@gl-m.de

Sozialpsychiatrischer Dienst 18 – 59 Jahre

Schleißheimer Str. 450a, 80935 München
Tel. 089 – 452 235 210

► **Gesundheit** ◀

Krisendienst Psychiatrie

bei seelischen Krisen kostenlos von 0 - 24 Uhr
Tel. 0800 655 3000

Medikamenten-Hilfe

mit München Pass 20% Ermäßigung

- Apotheke Harthof
Schleißheimer Str. 462, 80935 München
- Apotheke im Ärztehaus
Neuherbergstr. 100, 80937 München

► **Freizeit – Bildung - Kultur** ◀

Treff Lerchenau

Joseph-Seifried-Str. 8, 80995 München

Tel. 089 – 452 235 275

<https://www.diakonie-hasenberg.de/treff-lerchenau>

Bewohnerzentrum Nordhaide

Schneeheideanger 6 – 8, 80937 München

Tel. 089 – 452 235 570

<https://www.diakonie-hasenberg.de/bwz>

Offener Kindertreff Nordhaide

Hildegard-v.-Bingen-Anger 6, 80937 München

Tel. 089 – 452 235 270

www.diakonie-hasenberg.de/okt

Mehrgenerationenhaus „Unter den Arkaden“

Bewohnertreff – Mehrgenerationenhaus

Dientzenhoferstr. 68, 80937 München

Tel. 089 – 309 054 780

Familienzentrum

Kämpferstr. 10, 80937 München

Tel. 089 – 309 054 78 -18 oder -27

<https://www.etc-muenchen.de/projekte/sozialraum>

Spiel- und Begegnungszentrum am Hart

Familienzentrum – Spielgruppen

Arnauer Str. 5, 80937 München

Tel. 089 – 31 60 569 13

Nachbarschaftstreff – Nähstreff

Ingolstädter Str. 93, 80939 München

Tel. 089 – 20 32 670

www.sbz-am-hart.de

Generationenzentrum

Offene Krabbel- und Spielgruppe mit Eltern

Kreative Werkstatt für Schulkinder

Milbertshofener Str. 72 a, 80807 München

Tel. 089 – 458 19 805

<http://wp.generationenzentrum.org>

Fabi Milbertshofen

Vergünstigungen und kostenfreie Angebote

Korbinianplatz 15, 80807 München

Tel. 089 – 357 329 28

www.fabi-muenchen.de/programm/milbertshofen

Spielgruppen im Kinder- und Jugendland

Hanselmannstr. 31 und 33, 80809 München

Tel. 089 – 359 85 55

www.verein-stadtteilarbeit.de/milbertshofener-kinder-und-jugendland.html

Stadtteiltreff Famoos

Begegnung und Förderung von Frauen, Familien & Kindern

Moosacher Str. 11a, 80809 München

Tel. 089 – 990 165 90

www.verein-stadtteilarbeit.de/stadtteiltreff-famoos.html

BildungsLokal HasenbergI

Kostenfreie Beratung rund um die Themen Schul-, Aus- und Weiterbildung, Angebote der Grundbildung sowie Sprach- und Lernförderangebote für verschiedene Altersgruppen, z.B. Lernwerkstatt für Jugendliche 6.-10. Klasse

Ittlingerstraße 82, 80933 München

Infos und Kontakt: www.muenchen.de/bildungslokale

BildungsLokal Milbertshofen-Am Hart

Troppauer Str. 10, 80937 München

Tel.: 01525-7983594

Infos und Kontakt: www.muenchen.de/bildungslokale

Münchner Stadtbibliothek HasenbergI im 2411

Spezieller Kinderbereich mit Veranstaltungen

Di – Fr 10 – 19 Uhr, Sa 10 – 15 Uhr

Blodigstr. 4, 80933 München

089 – 55 05 98 831

www.muenchner-stadtbibliothek/hasenbergI

Münchner Stadtbibliothek Milbertshofen

Projekte zur Leseförderung und Kulturvermittlung

Di – Fr 10 – 19 Uhr, Sa 10 – 15 Uhr

Schleißheimer Str. 340, 80809 München

Tel. 089 – 18 93 78 25

www.muenchner-stadtbibliothek/milbertshofen

Beide Stadtbibliotheken bieten ein umfangreiches Medienangebot, freies Internet/WLAN und Arbeitsplätze

Stadtteilkultur 2411 e.V.

Kunst, Kultur und Gemeinschaft im 3.Stock des 2411

Kostenlose und kostengünstige Konzerte, Film, Theater und Tanzveranstaltungen für Jung und Alt
Raumanmietungen möglich

Mo – Do 10 – 15 Uhr und während der Veranstaltungen

Blodigstr. 4, 80933 München

Tel. 089 – 89 059 425

Aktuelles Programm unter: www.stadtteilkultur2411.de

Kulturhaus Milbertshofen

Di – So 9 – 23 Uhr

Curt-Mezger-Platz 1, 80809 München

Tel. 089 - 35 06 36 39

www.kulturhaus-milbertshofen.de

Sportvereine

Vergünstigungen, Ermäßigungen und kostenfreie Angebote, auch über das „Bildung und Teilhabe-Paket“

www.muenchen.de/service/branchenbuch/V/2548.html

KulturRaum München e.V.

Gratis-Eintrittskarten für Theater, Konzert, Kino bei geringem Einkommen

Tel. 089 – 55 26 71 83

► **Hausaufgabenhilfe & Nachhilfe** ◀

Informationen gibt es dazu in den
Bildungslokalen sowie in einigen Freizeitstätten

LernZiel im ETC gGmbH

Sozialpädagogische Lernhilfen, 1 Jahr kostenfrei mit Antrag

Dientzenhoferstr. 68, 80937 München

Tel. 089 – 30 90 54 78 13

Tel.