

Category Archives: Erfahrungsberichte

Mein geliebtes Café Glanz

🕒 22. Oktober 2015 📁 Erfahrungsberichte 📍 München, Café Glanz, Kindercafé

Heute möchte ich gern mal über mein zweites Wohnzimmer schreiben: Das [Café Glanz](#) in der Sedanstraße in München. Entdeckt habe ich es erst im April, als ich mich für den Spiel- und Bewegtraum angemeldet habe. Seitdem sind wir dort immer zu Gast und gehören fast schon zum Inventar. 😊

Hintergrund zum Café

Das besondere an dem Café ist seine Entstehung. Es ist kein gewöhnliches Café, sondern "Dreh- und Angelpunkt" des Vereins *siaf e.V.*. Der Verein *"setzt sich für Frauen, Frauenrechte, Gleichberechtigung und Gleichstellung ein. Ein besonderes Augenmerk unserer Arbeit liegt auf dem Zusammenleben von Frauen und Kindern.*

Das Café Glanz für Frauen ist ein Ort zum Kennenlernen, bietet Raum für Kultur, Workshops, Vorträge und Selbsthilfegruppen für alle Frauen.

Wir entwickeln laufend Angebote für Frauen, Mutter-Kind-Gruppen und Eltern und Kinder. Nähere Informationen dazu finden Sie in unserem Programm."

Neben diesen Angeboten dient das Café auch als Beschäftigungs- und Qualifizierungsprojekt:

*"Ein wichtiger Faktor für ein unabhängiges selbstbestimmtes Leben ist die Möglichkeit, einer sinnvollen Arbeit nachzugehen. Frauen, die ihren Lebensunterhalt von Arbeitslosengeld II bestreiten, können bei *siaf e.V.* in einem – meistens befristeten – Beschäftigungsverhältnis den Wiedereinstieg realisieren.*

*Als Beschäftigungsprojekt ermöglicht *siaf e.V.* die Integration und den Einstieg ins Berufsleben in verschiedenen Bereichen:*

- *Gastronomie: im Team des Café Glanz für Frauen, für Küche, Service und Hauswirtschaft*
- *Mutter-Kind-Bereich: Hilfskraft Kinderbetreuung"*

Ich hätte das jetzt sicher auch alles mit meinen eigenen Worten wiedergeben können, aber ich fand die Beschreibungen so perfekt, dass ich sie einfach übernommen habe. Nachdem ich kurz etwas zum Hintergrund des Cafés geschrieben habe, kommen hier meine eigenen Erfahrungen mit meinen eigenen Worten. 😊

Meine Erfahrungen im Café

Obwohl ich seit der Geburt unseres Sohnes unzählige Male am Café Glanz vorbeigelaufen bin, war ich erst im April diesen Jahres das erste Mal "drin".

Beim Eintritt fällt der erste Blick auf die Trennwand am Eingang, die viele Informationen und Flyer über Angebote für Frauen, Mütter und Familien beinhaltet. Es lohnt sich wirklich dort ab und zu nach interessanten Angeboten zu schauen. 😊 Wenn man diese Trennwand passiert hat, steht man mitten im Café. Auf der rechten Seite parke ich immer meinen Kinderwagen. Das ist mittlerweile auch der Zeitpunkt, an dem Nepo schon ganz ungeduldig wird, weil er genau weiß wo wir sind. Also ziehe ich ihn die Jacke aus, nehme ihn aus dem Kinderwagen und lass ihn laufen. Ab da beginnt für mich die Entspannung.

Das Café ist sehr aufgeräumt, der Korkboden vermittelt einen wohligen Eindruck. Die Wände sind mit Bildern immer wechselnder Künstler geschmückt. Auf den Holzstühlen finden sich selbstgehäkelte Sitzkissen in verschiedenen Farben. Links in der Ecke ist ein gemütliches Sofa – auch mit gehäkelten Kissen und einer Decke verziert. Daneben steht ein Holzregal, in dem sich unten die Spielkisten für die Kinder befinden. In der Mitte sind die kostenfreien Stadtmagazine und im oberen Teil die Kinderbücher aufbewahrt. Am Anfang saß ich gern auf dem Sofa, jetzt sitze ich lieber an einem der vielen Tische, die mit frischen Blumen gedeckt sind. Im Café stehen überall Kinderstühle, auch Klappbettchen für die ganz Kleinen gibt es hier.

Nach dem ich mir einen Tisch gesucht habe, Nepo schon fünfmal die Theke auf- und abgelaufen ist und ich endlich meine ganzen Sachen abgelegt habe, bestelle ich mir an der Theke einen Café, trinke vom bereitgestellten Wasser und suche mir für Nepo und mich einen der leckeren selbst gebackenen Kuchen aus. Unser Favorit ist der Käse-Mandarinen-Kuchen. Die Kuchen werden alle vor Ort von den Mitarbeitern selbst gebacken, denn die Theke ist gleichzeitig auch Küche und Backstube. Jeden Mittag ab 12:00 Uhr gibt es leckeres gesundes und vor allem günstiges Essen. Ich selbst habe aber erst einmal dort zu Mittag gegessen. Die Qualität der Gerichte ist sehr gut und viele Mütter kommen mit ihren Kindern zum Essen ins Café. Mein Favorit ist und bleibt der Kuchen. 😊

Die Preise sind meiner Ansicht nach sehr günstig. Für einen Tee zahle ich 1,00 EUR, für einen großen Kaffee 1,50 EUR. Der teuerste Kuchen kostet 2,50 EUR, aber die meisten eher 1,50 EUR. Das Essen kostet glaub ich auch nur 4,50 EUR, genau weiß ich es aber leider nicht.

Die Mitarbeiterinnen sind sehr herzlich. Auch Nepo hat sie sofort ins Herz geschlossen. Er kann dort bedenkenlos durch die Gegend laufen und wenn Zeit ist, spaßen die Mitarbeiterinnen mit den Kleinen auch rum. Er ließ sich auch schon von ihnen auf den Arm nehmen, als er Fremden gegenüber eigentlich sehr skeptisch war. Ich glaube für ihn sind das sowas wie Tanten, die immer leckeren Kuchen machen. 😊

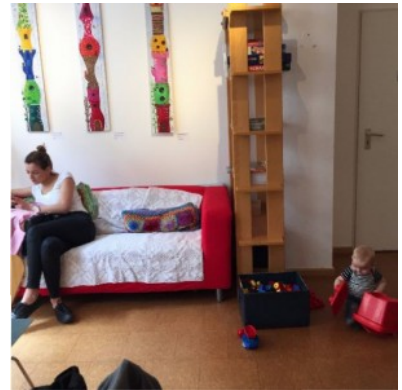
Für mich sind es Engel, bei denen ich Kuchen essen kann, Kaffee trinke und einfach entspannen kann.

Das Café ist wirklich eine tolle Anlaufstelle und bietet eine gute Möglichkeit andere Mütter mit Kindern kennenzulernen oder mit dem Kind einfach einen entspannten Vor- oder Nachmittag zu erleben.

Das Café ist Dienstag bis Donnerstag von 09:30 bis 18:00 Uhr geöffnet, am Freitag von 09:30 bis 14:00 Uhr. Montags und am Wochenende ist es geschlossen, denn auch Engel brauchen mal eine Verschnaufpause. 😊

Bildergalerie

Hier sind mal ein paar Impressionen aus dem Café, denn Bilder sagen ja immer mehr als Worte.



[ShareThis](#)

[Leave a comment](#)