

FAHRPLAN: Was ist wichtig in der Zeit rund um die Geburt?

Informationen für (werdende) Eltern
in Berlin – Mitte (Tiergarten – Wedding – Mitte)



ANGEBOTE FRÜHE HILFEN

SCHWANGERENBERATUNG

VOR DER GEBURT

NACH DER GEBURT

SCHÜTTELTRAUMA

CHECKLISTEN

NOTFALLRUFNUMMERN

Sie werden bald Mutter bzw. Vater oder Ihr Kind ist vor kurzem auf die Welt gekommen? Herzlichen Glückwunsch – wir wünschen Ihnen alles Gute und Ihrem Kind einen guten Start ins Leben.

Die (bevorstehende) Geburt Ihres Kindes bringt viele Veränderungen in Ihrem Alltag mit sich. Wenn Sie bald Mutter oder Vater werden, dann müssen Sie sich um viele Dinge kümmern und einiges vorbereiten: Eine Hebamme suchen, zum Geburtsvorbereitungskurs gehen, die Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen, die Krankenkasse informieren, Elternzeit beantragen ...

Ist Ihr Kind bereits auf die Welt gekommen, stehen Aufgaben an wie das Bürgeramt aufsuchen, Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen, sich um Kindergeld und Elterngeld kümmern, einen Kitaplatz organisieren und vieles mehr.

Der Fahrplan „Was ist wichtig in der Zeit rund um die Geburt?“ stellt für Sie zusammen, was Sie in der Schwangerschaft und nach der Geburt Ihres Kindes bedenken sollten und welche Dinge zu erledigen sind.

Außerdem erfahren Sie, welche finanziellen und materiellen Hilfen wann und wo beantragt werden können und welche Unterlagen Sie dazu benötigen.

Wir möchten Ihnen in dieser Zeit an der Seite stehen und halten Angebote für Familien rund um die Geburt und mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr bereit. Diese werden **FRÜHE HILFEN** genannt.

In unserem starken und großen Netzwerk **FRÜHE HILFEN** kommen die Partner zusammen, die mit Ihnen schnell und unkompliziert das Richtige finden.

Informieren Sie sich gern auf den folgenden Seiten, welche Möglichkeiten in Ihrer Nähe zu diesen Themen bestehen:





●	Kontakt	Seite	04
●	Angebote der FRÜHEN HILFEN	Seite	05
●	Schwangerenberatung	Seite	10
●	Informationen „Vor der Geburt“		
	... zur Gesundheit	Seite	11
	... zur „Arbeit“	Seite	12
	... zu Behörden	Seite	12
	... zu Finanzen	Seite	13
●	Informationen „Nach der Geburt“		
	... zur Gesundheit	Seite	14
	... zu Behörden	Seite	15
	... zu Finanzen	Seite	16
●	Information „Schütteltrauma“	Seite	18
●	Der schnelle Überblick:		
	Checkliste vor der Geburt	Seite	19
	Checkliste nach der Geburt	Seite	20
●	Notfallrufnummern	Seite	21
	Eigene Notizen	Seite	22
	Impressum	Seite	23

● KONTAKT

STARKE NETZWERK – STARKE FAMILIEN IN BERLIN MITTE



Wenn Sie Fragen zu den Angeboten der Frühen Hilfen im Bezirk Mitte haben, wenden Sie sich bitte an:

Frau Konstanze Böhnke

Koordinatorin Frühe Hilfen

Karl-Marx-Allee 31

10178 Berlin

Rathaus Mitte

Tel.: 030. 9018 22 380

E-Mail: k.boehnke@ba-mitte.berlin.de

● ANGEBOTE DER FRÜHEN HILFEN

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst

Ein Team aus Ärztinnen und Ärzten, Sozialarbeiterinnen und Ernährungsberatern informieren, beraten und unterstützen Familien mit Säuglingen, Kindern und Jugendlichen.

Sie bieten unter anderem an:

- Hausbesuche anlässlich der Geburt eines Kindes
- Vermittlung in Eltern-Kind-Gruppen
- Umfassende Familienberatung
- Ärztliche Unterstützungen und Beratungen von der Geburt bis zum 18. Lebensjahr

(siehe auch Seite 14)

Kontakt:

Standort Wedding

Reinickendorfer Str. 60 b – 13347 Berlin
Tel.: 030.9018 44214

Standort Tiergarten

Mathilde-Jacob-Platz 1 – 10551 Berlin
Tel.: 030.9018 33251
Sprechzeiten Bitte telefonisch erfragen

Familienhebammen

beraten und leiten an:

- Bei der Pflege, Ernährung, Entwicklung und Förderung des Kindes
- Bei der Strukturierung des Tagesablaufes mit dem Kind
- Entwicklung einer guten Eltern-Kind-Bindung
- Begleitung zu Kinderärzten
- Begleitung in andere Angebote Früher Hilfen im Bezirk
- die Einsätze sind ab Ende der Schwangerschaft bis zum 1. Lebensjahr des Kindes möglich
- Aufsuchend, 1x wöchentlich

Kontakt:

Heidi Fischer

heidi.fischer@ba-mitte.berlin.de
Tel.: 030.9018 33251
oder

Konstanze Böhnke

k.boehnke@ba-mitte.berlin.de
Tel.: 030.9018 22380

Aufsuchende Elternhilfen

Für Schwangere/ werdende Eltern, die das 1. Kind erwarten, ab der zweiten Hälfte der Schwangerschaft bis zum 4./5. Lebensmonat des Kindes.

- Alltagspraktische Beratung und Unterstützung
- Begleitung zu Behörden
- Gesundheit von Kind und Eltern stärken
- Hilfe beim Start in das Eltern werden
- Vermittlung von Angeboten im Wohnumfeld der Familie

Kontakt:

IBEF e.V.

Guineastr. 5 – 13351 Berlin
Tel.: 030.627 273 74
E-Mail: elternhilfe@yahoo.de
Internet: www.ibefev.com

Für Schwangere / Eltern mit einer Suchtbelastung:

ab ca. der zweiten Hälfte der Schwangerschaft bis zum 4./ 5. Lebensmonat des Kindes

- Alltagspraktische Beratung und Unterstützung
- Begleitung zu Behörden
- Gesundheit von Kind und Eltern stärken
- Hilfe beim Start in das Eltern werden
- Vermittlung von Angeboten im Wohnumfeld der Familie

Ehrenamt

Ehrenamtliche Familienpaten unterstützen Eltern im Alltag. Sie schenken ihnen Zeit, in der sie sich entspannen und von den alltäglichen Aufgaben einmal abschalten können. Je nach Familiensituation und anhand der speziellen Bedürfnisse der Familien ermöglichen die Familienpaten eine kontinuierliche Entlastung im Alltag und helfen bei der Integration der Familien in nachbarschaftliche Angebote im Wohnumfeld.

- Entlastung in alltäglichen Situationen von der Pflege und Betreuung des Kindes bis zur Unterstützung in behördlichen Angelegenheiten und
- Überleitung in Angebote in den Kiezen z. B. Familienzentren oder weitere Netzwerkpartner

Frühgeborene Kinder/Mehrlingsgeburten: „Früh geborgen“

Praktische Unterstützung und Begleitung von Eltern mit früh geborenen Kindern; die Beratung findet bei Ihnen zu Hause statt, Ihre Fragen zur Baby- und Kinderpflege, Still- und Ernährungsberatung und Frühförderung können so direkt und individuell beantwortet werden.

Kontakt:

Vista gGmbH Wigwam Connect

Stromstr. 47 – 10551 Berlin

Tel.: 030. 224 451 400 / - 411

Erreichbarkeit: Mo – Fr: 10.00 – 16.00 Uhr

E-Mail: wigwam-connect@vistaberlin.de

Kontakte:

Sozialdienst Katholischer Frauen e.V.

„Bärenstark ins Leben mit Familienpaten“

Große Hamburger Str. 18 – 10115 Berlin

Tel.: 030. 47 75 32-0

Koepjohann'sche Stiftung – „Känguru – hilft und begleitet“

Albrechtstr. 14 E – 10117 Berlin

Tel.: 030. 282 78 07

Trialog e.V.

„welcome – praktische Hilfe für Familien nach der Geburt“

Wilsnaker Str. 14 – 10559 Berlin

Tel.: 030. 45 49 16 76

DRK Kreisverband Berlin-City e.V. – „Frühchen-Patenschaft“

Gotzkowskistr. 8 – 10555 Berlin

Tel.: 030. 34 80 31 60

Kontakt:

Weg der Mitte gem. e.V.

Ahornstr. 18 – 14163 Berlin

Tel.: 030. 814 10 68

E-Mail: fruehgeborgen@wegdermitte.de

Internet: www.wegdermitte.de

Kindergesundheitshaus: „Hilfen aus einer Hand“

Für Eltern mit schwer erkrankten Kindern oder Kindern mit Behinderungen. Die Kontaktaufnahme kann schon während des Klinikaufenthaltes des Kindes erfolgen.

Die Eltern werden entlastet, konkret unterstützt, individuell beraten und in geeignete und notwendige weitere Angebote vermittelt und integriert.

SchreiBabyAmbulanz:

- Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern, die viel schreien, sich schlecht beruhigen lassen, wenig schlafen oder an Ess- und Gedeihstörungen leiden.
- Erste Hilfe in Extremsituationen, wenn Eltern nicht mehr weiter wissen
- Entlastung und direkte Hilfe für Eltern und Kind
- Angebot für werdende Eltern in einer Risikoschwangerschaft, vorangegangene Fehl- oder Totgeburt;
- Mütter nach einer traumatischen Geburt

Mutter – Kind – Sprachlerngruppen

Für Mütter und ihre Kinder zwischen 3 Monaten bis 3 Jahren.

Im Kurs werden spielerisch deutsche Sprachkenntnisse vermittelt. Die Mütter lernen viel Wissenswertes rund um den Alltag mit ihrem Kind. Themen wie Entwicklung des Kindes, Ernährung, Gesundheit und Alltagsbewältigung werden besprochen.

- Lerne Deutsch mit deinem Baby oder Kind!
- Imparare il tedesco con il vostro bambino
- Bebeğın ile birlikte Almanca öğren
- Learn german with your baby!
- دیری گیب دای نات لاس درخ ناکدوک اب هارمه ار ین امل آ ناب
- Apprends l'allemand avec ton bébé!
- لکل فط عم ینی امل آل اة غلل امل عت
- Aprende alemán con tu bebe o tu niño!
- Ucz się niemieckiego razem z twoim dzieckiem!
- Учи немецкий вместе со своим малышом!

Kontakt:

Kindergesundheitshaus

Augustenburger Platz 1 – 13353 Berlin

Tel.: 030. 130 14 84 35

E-Mail: info@kghaus.de

Internet: www.kindergesundheitshaus.de

Kontakt:

Nachbarschaftsetage Fabrik Osloer Str.

Osloer Str. 12 – 13353 Berlin

Tel.: 030. 493 20 37

E-Mail: post@nachbarschaftsetage.de

Internet: www.fabrik-osloer-strasse.de

Kontakt:

Wo?

In allen Familienzentren des Bezirkes (siehe ab Seite 8) und im Kinder- und Jugendgesundheitsdienst

Reinickendorfer Str. 60 b – 13347 Berlin

Internet: <http://elternakademie-berlin-mitte.de/mutter-kind-sprachlerngruppe>

Angebote für (werdende) Eltern wie z. B.:

- Schwangerentreff – Möglichkeiten zum Austausch und zur Beratung
- Angebote für psychisch belastete Eltern
- Elterntraining – Freude und Sicherheit mit meinem Kind
- Frühförderung von Babys
- Krabbelgruppen, Elterntreffs, Babymassage u. a.
- Mutter-Kind-Sprachlerngruppen
- FuN-Elternkurse
- Starke Eltern von Anfang an – Stärkung der Elternkompetenzen
- Hebammensprechstunden
- Eltern-Kind-Turnen usw.

Alt-Mitte:

KREATIVHAUS e.V.

Fischerinsel 3 – 10179 Berlin
Tel.: 030. 23 80 91 - 3
Fax: 030. 23 80 91 - 50
E-Mail: kontakt@kreativhaus-tpz.de

Wedding:

Panke-Haus Familienförderzentrum

Soldiner Straße 76 – 13359 Berlin
Tel.: 030. 221 94 36-0
Fax: 030. 221 94 36-111
E-Mail: info@panke-haus.de

Familienzentrum Fabrik Osloer Straße e.V.

Osloer Str. – 1213359 Berlin
Tel.: 030. 493 90 42
Fax: 030. 494 70 27
E-Mail: post@nachbarschaftsetage.de

Paul Gerhardt Stift zu Berlin

Müllerstraße 56-58 – 13349 Berlin
Tel.: 030. 450 05-0
Fax: 030. 450 05-100
E-Mail: info@paulgerhardtstift.de

Kinder- Jugend- und Familienzentrum am Nauener Platz

Liebenwalder Straße 2-3 – 13347 Berlin
Tel.: 030. 43 72 28 66
E-Mail: familienzentrum-mitte@stiftung-spi.de

Tiergarten:

Familienzentrum Moabit-Ost

Rathenower Str. 17 – 10559 Berlin
Tel.: 030. 50 56 67 38
E-Mail: info@familienzentrum-moabit.de
Internet: www.familienzentrum-moabit.de

SOS-Kinderdorf Berlin-Moabit

Waldstraße 23/24 – 10551 Berlin
Tel.: 030. 33 09 93-0
Fax: 030. 33 09 93-99
E-Mail: kd-berlin@sos-kinderdorf.de

Frecher Spatz e.V. Familienaktiv-Zentrum

Agricolastr. 28 – 10555 Berlin
Tel.: 030. 39 18 581
Internet: www.frecherspatz.de

Babylotsinnen

Das Projekt „Babylotsinnen“ der Charité bietet allen Eltern eine am individuellen Bedarf ausgerichtete Unterstützung an. Eltern in besonderen Belastungssituationen erhalten hier direkte Hilfe, wenn sie Unterstützung benötigen. Bei der Aufnahme zur Geburt oder bereits vor der Geburt in der Schwangerenvorsorge, aber auch während des Klinikaufenthaltes stehen die Babylotsinnen zur Seite.

Wedding:

Pfefferwerk Stadtkultur gGmbH

Familienzentrum Wattstraße

Wattstr. 16 – 13355 Berlin
Tel.: 030. 443 83 - 0
Fax: 030. 443 83 - 100

DRK Kreisverband Wedding / Prenzlauer Berg e.V.

Kiezzentrum Humboldthain

Neue Hochstr. 21 – 13347 Berlin
Tel.: 030. 46 90 19 50
Internet: www.drk-wedpre.de

Kontakt:

Babylotsin CVK

Charité Campus Virchow-Klinikum (CVK) – Klinik für Geburtsmedizin
Mittelallee 9 – 13353 Berlin
Tel.: 030. 450 66 43 87 / 66 44 07 – info-babylotse@charite.de

Babylotsin CCM

Campus Charité Mitte (CCM) – Klinik für Geburtsmedizin
Charitéplatz 1 – 10117 Berlin
Tel.: 030. 450 66 46 60 – info-babylotse@charite.de

● SCHWANGERENBERATUNG

Wenn Sie Fragen zur Schwangerschaft, Familienplanung oder Partnerschaft haben, können Sie sich bei einer Schwangerschaftsberatungsstelle informieren und beraten lassen. Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner finden Sie in folgenden Einrichtungen:

Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung – Beratungsstelle für Familienplanung und Schwangerschaft:

Ruheplatzstr. 13 – 13347 Berlin
Tel.: 030. 9018 442 35
E-Mail: Zentrum-Familienplanung@ba-mitte.berlin.de

Beratungsstelle für sexuelle Gesundheit

Potsdamer Str. 65 – 10785 Berlin
Tel.: 030. 263 96 69 30
E-Mail: sti-hiv-bera@ba-mitte.berlin.de
Internet: <http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-undverwaltung/aemter/gesundheitszentren/>

Familie im Zentrum

Maxstr. 3a – 13347 Berlin
Tel.: 030. 43 77 55 00
E-Mail: familieimzentrum-m@ejf.de

Beratungsstelle BACIM

Deutsches Rotes Kreuz
Oldenburger Str. 22 – 10551 Berlin
Tel.: 030. 395 30 37
E-Mail: bacim@berlin-city.drk.de

Immanuel-Beratung

Littenstr. 108 – 10179 Berlin
Tel.: 030. 455 30 29
E-Mail: beratung@immanuel.de

Deutsches Rotes Kreuz

Allgemeine soziale Dienste
Neue Hochstr. 21 – 13347 Berlin
Tel.: 030. 46 90 19 50
E-Mail: Sozialarbeit@DRK-wedpre.de

● VOR DER GEBURT

Es gibt bereits vor der Geburt Ihres Kindes einiges zu tun. Versuchen Sie, so viel wie möglich vor der Geburt zu erledigen. Dann haben Sie, wenn das Kind geboren ist, mehr Zeit für sich und ihre Familie.

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Gesundheit				
Gynäkologin/ Gynäkologe suchen	Während der Schwangerschaft sind in regelmäßigen Abständen Vorsorgeuntersuchungen vorgesehen. Sie gehören zum Leistungsumfang der Krankenkassen und müssen nicht extra bezahlt werden. Die Vorsorgeuntersuchungen können in der gynäkologischen Praxis oder von einer Hebamme durchgeführt werden. Dabei wird auch der Mutterpass ausgestellt.	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet kvberlin.de (>Arztuche >Frauenheilkunde >Geburtshilfe)	<ul style="list-style-type: none"> • Krankenversichertenkarte
Hebamme suchen <ul style="list-style-type: none"> • Beratung in der Schwangerschaft/ Vorsorge • Geburtsvorbereitung • Wochenbettbetreuung • Informationen zu Angeboten, • Rückbildungskursen 	<p>Jede Frau hat Anspruch auf die Unterstützung einer Hebamme in der Schwangerschaft und in der Zeit nach der Geburt.</p> <p>Die Hebamme kann bis auf die Ultraschalluntersuchungen alle Vorsorgeuntersuchungen während der Schwangerschaft machen. Sie stellt auch den Mutterpass aus.</p> <p>Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.</p>	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet berliner-hebammenliste.de hebammensuche.de hebammenruf-berlin.de kidsgo.de Zentraler Hebammenruf Tel.: 030. 214 27 71	<ul style="list-style-type: none"> • Krankenversichertenkarte
Geburtseinrichtung suchen/zur Geburt anmelden		während der Schwangerschaft	Entbindungskliniken Berlin Mitte <u>Charité Campus Virchow-Klinikum</u> Augustenburger Pl. 1–13353 Berlin Tel.: 030. 450-50 <u>Campus Charité Mitte</u> Charitéplatz 1–10117 Berlin Tel.: 030. 450 -50	<ul style="list-style-type: none"> • Krankenversichertenkarte • Mutterpass

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Kinderärztliche Praxis für die U-Untersuchungen suchen	Die U1 und meist auch noch die U2 werden in der Geburtseinrichtung durchgeführt. Die folgenden U-Untersuchungen (U3-U9) werden in einer kinderärztlichen Praxis durchgeführt.	Die U-Untersuchungen sind sehr wichtig, daher sollten Sie bereits während der Schwangerschaft nach einer kinderärztlichen Praxis suchen und erfragen, ob es freie Termine gibt.	Internet kvberlin.de (> Arztsuche > Kinder- und Jugendmedizin)	
Arbeit				
Schwangerschaft bei der Arbeitsstelle bekannt geben		keine Frist, aber frühestmöglich, damit die Einhaltung der Mutterschaftsbestimmungen gewährleistet ist	Arbeitgeber	<ul style="list-style-type: none"> • ggf. Mutterpass • Bescheinigung der Gynäkologin/ des Gynäkologen oder der Hebamme
Elternzeit beantragen	bmfsfj.de (>Familie > Elterngeld/Elternzeit Alles Wissenswerte zur Elternzeit im Überblick)	spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit	Arbeitgeber	<ul style="list-style-type: none"> • schriftlicher formloser Antrag
Behörden				
Vaterschafts-Anerkennung beurkunden lassen	Die Vaterschaftsanerkennung ist wichtig bei Eltern, die nicht verheiratet sind. vaterschaftsanerkennung.com	vor der Geburt zu empfehlen, aber auch nach der Geburt noch möglich	Jugendamt Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Di: 09.00 – 12.00 Uhr Do: 14.00 – 16.00 Uhr oder Standesamt Parochialstr. 3 – 10179 Berlin Tel: 030. 9018 243 42 standesamt@ba-mitte.berlin.de	<ul style="list-style-type: none"> • Ausweis/ Pass, Geburtsurkunden beider Eltern • Mutterpass (wenn nach der Geburt: Geburtsurkunde des Kindes)
Sorgeerklärung abgeben (bei unverheirateten Paaren)	Eltern, die nicht miteinander verheiratet sind, müssen, wenn sie das gemeinsame Sorgerecht für ihr Kind haben möchten, eine öffentliche Sorgeerklärung abgeben.	vor oder nach der Geburt	Jugendamt Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Di: 09.00 – 12.00 Uhr Do: 14.00 – 16.00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Ausweis/ Pass, Geburtsurkunden beider Eltern • Mutterpass (wenn nach der Geburt: Geburtsurkunde des Kindes) • Vaterschaftsanerkennung

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Finanzen				
Mutterschaftsgeld beantragen	<p>Berufstätige Frauen, die in der gesetzlichen Krankenversicherung sind, erhalten 6 Wochen vor bis 8 Wochen nach der Geburt von ihrer Krankenkasse Mutterschaftsgeld.</p> <p>Der Arbeitgeber zahlt den Nettolohn minus 13 € je Arbeitstag. Diese werden von der Krankenkasse gezahlt. Bei Bezug von ALG I zahlt nur die Krankenkasse.</p>	die Bescheinigung über die Schwangerschaft 7 Wochen vor der Geburt einreichen	Krankenkasse	<ul style="list-style-type: none"> • Antrag der Krankenkasse • Bescheinigung der Gynäkologin/des Gynäkologen oder der Hebamme
Leistungen vom JobCenter: Mehrbedarf für Schwangere/Schwangerschaftsbekleidung/ Erstausstattungsbeihilfe beantragen	<p>Bezieherinnen von ALG II haben die Möglichkeit, folgende einmalige Leistungen zu beantragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwangerschaftsbekleidung • Babyerstausrüstung • Hochstuhl • Kinderwagen • Kinderbett <p>Zudem besteht die Möglichkeit, einen Mehrbedarf für Schwangere in Höhe von 17% der Regelleistung zu beantragen.</p>	<p>Mehrbedarf für Schwangere/Schwangerschaftsbekleidung: ab der 13. Schwangerschaftswoche</p> <p>Babyerstausrüstung: 2–3 Monate vor dem errechneten Entbindungstermin</p>	<p>JobCenter <u>Hauptsitz:</u> Seydelstr. 2–5 – 10117 Berlin <u>Weitere Standorte:</u> Müllerstr. 147–13353 Berlin Müllerstr. 16 – 13353 Berlin Sickingenstr. /Eingang Berlichingenstr. 25 – 13353 Berlin</p> <p><u>Telefonische Erreichbarkeit:</u> Mo – Fr: 08.00 – 18.00 Uhr Tel.: 030. 55 55 45 22 22</p>	<ul style="list-style-type: none"> • schriftlicher formloser Antrag • Mutterpass
Zahlung der Stiftung „Hilfe für die Familie – Schwangere in Not“ beantragen	<p>Die Stiftung „Hilfe für die Familie – Schwangere in Not“ stellt einmalig pro Schwangerschaft ergänzende Leistungen zur Verfügung, wenn die Erstausstattung nicht aus eigenen Mitteln gekauft werden kann, oder die vom JobCenter gewährte Leistung nicht ausreicht.</p> <p>Bei der Antragsstellung werden Sie von jeder Schwangerschaftsberatungsstelle unterstützt. Diese nimmt den Antrag auf und leitet ihn an die Stiftung weiter. Es ist wichtig, dass der Antrag nur bei einer Schwangerschaftsberatungsstelle und nicht bei mehreren gestellt wird.</p>	<p>in den ersten Schwangerschaftsmonaten</p> <p>(8 – 10 Wochen Bearbeitungszeit)</p>	<p>Jede Schwangerschaftsberatungsstelle</p> <p>stiftunghilfe.de</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Personalausweis/ Reisepass und Meldebestätigung • Mutterpass • Unterlagen über vorhandenes eigenes Vermögen • Kontoauszüge • Mietvertrag • Einkommensnachweise • Bescheide vom JobCenter über die Gewährung von Sonderleistungen

● NACH DER GEBURT

Wenn das Kind geboren ist, möchten Sie sich vermutlich am liebsten nur Ihrem neuen Familienmitglied widmen. Einige Behördengänge sind jedoch auch nach der Geburt noch zu erledigen.

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Gesundheit				
U-Untersuchungen wahrnehmen	Wichtig: Termine der U-Untersuchungen bei der vor der Geburt ausgewählten kinderärztlichen Praxis wahrnehmen.	Ab der Geburt	Kinderärztliche Praxis	<ul style="list-style-type: none"> • Gelbes Heft für Vorsorgeuntersuchungen • Impfpass
Krankenversicherung für das Kind abschließen (Familienversicherung)	Nach telefonischer Information schickt die Krankenkasse ein Formular zu. Für das Kind gibt es 2 Wochen nach der Anmeldung eine eigene Versicherungskarte. Eine ärztliche Behandlung ist auch schon vorher möglich. Für die Versicherung des Kindes fallen keine zusätzlichen Kosten an.	Sofort nach der Geburt	Krankenkasse	<ul style="list-style-type: none"> • Geburtsurkunde des Kindes • ausgefülltes Formular der Krankenkasse • Krankenversichertenkarte (falls schon vorhanden)
Angebote des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes (KJGD) wahrnehmen	<p>Nach der Geburt Ihres Kindes erhalten Sie vom KJGD ein Begrüßungsschreiben, in dem Ihnen ein Ersthausbesuch angeboten wird. Beim Ersthausbesuch werden Ihnen von fachkundigen Sozialarbeiterinnen Informationen zu Fragen des Stillens, der Ernährung, der Pflege sowie zu rechtlichen, wirtschaftlichen und sozialen Fragen übermittelt.</p> <p>Weitere Angebote des KJGD sind:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ärztliche Untersuchungen von Säuglingen und Kindern • individuelle Beratung und Begleitung in Krisen- und Überlastungssituationen • Hilfestellung bei Ämtergängen • Durchführung von Kindertagesstätten- Aufnahmeuntersuchungen 	Ersthausbesuch: ca. 4 Wochen nach der Geburt	Kinder- und Jugendgesundheitsdienst <u>Standort Wedding</u> Reinickendorfer Str. 60 b 13347 Berlin Tel.: 030. 9018 44 214 <u>Standort Tiergarten</u> Mathilde-Jacob-Platz 1 10551 Berlin Tel.: 030. 9018 33 251 <u>Sprechzeiten</u> Bitte telefonisch erfragen	<ul style="list-style-type: none"> • gelbes Heft für Vorsorgeuntersuchungen • Impfpass

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Behörden				
Anmeldung beim Standesamt	<p>Die Geburtsdaten des Kindes werden in der Geburtseinrichtung aufgenommen und an das Standesamt (des Bezirks, in dem das Kind geboren wird) übermittelt. Wenn Sie die entsprechenden Unterlagen und Gebühren in Ihrer Geburtseinrichtung abgeben und die Bestimmung des Namens für Ihr Kind dort schon unterschrieben haben, müssen Sie nicht persönlich zum Standesamt. Das Standesamt sendet Ihnen die Urkunden und Bescheinigungen per Post zu.</p> <p>Sie erhalten 3 gebührenfreie Geburtsbescheinigungen sowie Urkunden (weitere Geburtsurkunden können für je 15 € erworben werden).</p>	Innerhalb einer Woche nach der Geburt	<p>Standesamt Parochialstr. 3 – 10179 Berlin Tel: 030. 9018 243 42</p> <p>E-Mail: standesamt@ba-mitte.berlin.de</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Geburtsbescheinigung der Geburtseinrichtung • Geburtsurkunden der Eltern • Personalausweise der Eltern • Heiratsurkunde der Eltern <p>Zusätzlich: wenn nicht verheiratet</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vaterschaftsanerkennung (falls vorhanden) und ggf. Sorgerechtsklärung wenn Kindesmutter geschieden • Heiratsurkunde und Scheidungsurteil bei gemeinsamen Vorkindern • die Geburtsurkunden der Kinder
Kind beim Einwohnermeldeamt anmelden	Die Anmeldung beim Einwohnermeldeamt erfolgt automatisch durch das Standesamt			
Kitaplatz suchen		Die Suche nach einer Kita ist so früh wie möglich zu empfehlen.	Internet https://www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/kindertagesbetreuung/kitas	
Kitagutschein beantragen	<p>Bevor Ihr Kind in einer Kita betreut werden kann, muss ein Kitagutschein beantragt werden. Der Gutschein enthält die Höhe des Betreuungsumfanges. Mit dem Kitagutschein wenden Sie sich an eine Kita Ihrer Wahl und schließen mit dem Träger einen Vertrag ab.</p> <p>Kitagutschein Onlineantrag unter: https://fms.verwalt-berlin.de/kita/ ab 1.8.17: alle bis 30.9.16 geborenen Kinder kostenfrei; ab 1.8.18 alle Kinder kostenfrei; Essengeld: 23 €</p>	Die Beantragung des Kitagutscheins ist frühestens 9 Monate, spätestens 2 Monate vor dem gewünschten Beginn der Betreuung möglich. (in besonderen Fällen auch kurzfristig möglich bei Zuzug nach Berlin, kurzfristige Arbeitsaufnahme)	Jugendamt Kita-Hort-Gutscheinstelle Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten</u> Die: 09.00 – 12.00 Uhr Do: 14.00 – 18.00 Uhr <u>Telefonsprechstunde:</u> Mo, Mi, Fr: 10.00 – 11.00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • ausgefülltes Antragsformular und Arbeitsnachweise; • alle Vordrucke auf der Internetseite http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/indertagesbetreuung

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Finanzen				
Kindergeld beantragen	<p>Für alle Kinder besteht ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres Anspruch auf Kindergeld. Antragsvordruck Kindergeld (erhältlich bei der Familienkasse): arbeitsagentur.de (> Bürgerinnen & Bürger > Familie und Kinder > Kindergeld, Kindergeldzuschlag)</p> <p>Hier ist auch die Online-Antragstellung möglich.</p>	Innerhalb von 6 Wochen nach der Geburt	<p>Bundesagentur für Arbeit Familienkasse Charlottenstr. 90 – 10969 Berlin Tel.: 0800. 455 55 30 <u>Telefonische Erreichbarkeit:</u> Mo-Fr: 08.00 – 18.00 Uhr</p> <p><u>Sprechzeiten:</u> Mo, Die, Fr: 8.00 – 12.00 Uhr Do: 8.00 – 18.00 Uhr ab 14.00 Uhr nur für Berufstätige</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ausgefülltes Antragsformular • Geburtsurkunde vom Standesamt für den Antrag auf Kindergeld im Original vom Standesamt • Ausweis/Pass der Eltern
Kinderzuschlag beantragen	<p>Der Kinderzuschlag ist eine Ergänzung zum Kindergeld. Er richtet sich an gering verdienende Eltern, die mit ihren Einkünften zwar den eigenen Unterhalt, nicht aber den ihrer Kinder finanzieren können.</p> <p>Als Faustregel gilt: Eltern, die ALG II, Sozialgeld oder Sozialhilfe beziehen und sonst kein Einkommen haben, können Kindergeld aber keinen Kinderzuschlag erhalten.</p>	Ab der Geburt bis max. zur Vollendung des 25. Lebensjahres des Kindes	<p>Bundesagentur für Arbeit Familienkasse (siehe oben)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ausgefülltes Antragsformular
Elterngeld beantragen	<p>Das Elterngeld beträgt i.d.R. 67% des durchschnittlichen Nettoverdienstes der letzten 12 Monate.</p> <p>Elterngeldrechner: bmfsfj.de (> Service > Onlinerechner)</p>	<p>Innerhalb der ersten 3 Monate nach der Geburt</p> <p>(Das Elterngeld wird nur 3 Monate rückwirkend bezahlt)</p>	<p>Jugendamt Elterngeldstelle Karl-Marx-Allee 31 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Die: 09.00 – 12.00 Uhr Do: 14.00 – 18.00 Uhr <u>Telefonsprechstunde:</u> Mo, Mi, Fr: 9.00 – 10.00 Uhr</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ausgefülltes Antragsformular von beiden Eltern unterschrieben, mit Anlage S.4 des Antrages • WICHTIG: Geburtsurkunde für den Antrag auf Elterngeld im Original vom Standesamt • Personalausweise / Pässe der Eltern • Nachweise über Einkommen und Mutterschaftsgeld

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Finanzen				
Wohngeld beantragen	Wohngeld kann beantragt werden, wenn durch das eigene Einkommen der Lebensunterhalt nicht gedeckt werden kann. Es ist abhängig vom Familieneinkommen.	Bei Bedarf (wird nicht gewährt bei Bezug ALG II, BAföG, Berufsausbildungsbeihilfe)	<u>Bürgeramt</u> www.berlin.de/ba-mitte/org/wohnungsamt/wbs.html <u>Bürgertelefon:</u> Terminbuchung Tel.: 115	<ul style="list-style-type: none"> • ausgefülltes Antragsformular • Nachweis über Einkommen • Nachweis über Miete
Arbeitslosengeld II beantragen	Das Arbeitslosengeld II (Alg II oder auch Hartz 4) ist eine Grundsicherungsleistung für erwerbsfähige Leistungsberechtigte im Alter zwischen 15 und 65 bzw. 67 Jahren nach dem Zweiten Buch Sozialgesetzbuch (SGB II).	Bei Bedarf	<u>JobCenter</u> <u>Hauptsitz:</u> Seydelstr. 2 – 5 10117 Berlin <u>Weitere Standorte:</u> Müllerstr. 147 – 13353 Berlin Müllerstr. 16 – 13353 Berlin Sickingenstr. /Eingang Berlichingenstr. 25 – 13353 Berlin <u>Telefonische Erreichbarkeit:</u> Mo – Fr: 08.00-18.00 Uhr Tel: 030. 55 55 45 22 22	<ul style="list-style-type: none"> • ausgefülltes Antragsformular und Anlagen, Personalausweis • Nachweise über Einkommen/ Vermögen, Kontoauszüge • Mietvertrag • Kopie der Bankkarte, der Krankenversichertenkarte
Unterhaltsvorschuss beantragen	Anspruch auf Unterhaltsvorschussleistungen hat ein Kind, welches das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet hat und bei einem seiner Elternteile lebt, das ledig, verwitwet oder geschieden ist oder von seinem Ehegatten getrennt lebt und nicht oder nicht regelmäßig Unterhalt vom anderen Elternteil erhält. Dies trifft auch bei ungeklärter Vaterschaft zu.	Bei Bedarf	<u>Jugendamt</u> <u>Unterhaltsvorschussstelle</u> Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Die: 09.00 – 12.00 Uhr Do: 14.00 – 18.00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • ausgefülltes Antragsformular • Personalausweis • Geburtsurkunde des Kindes • Vaterschaftsanerkennung • Ggf. Nachweis über SGB II Bezug • Bei ausländischen Kindern ist eine Kopie des Passes mit Aufenthaltstitel erforderlich <p>bei geschiedenen Eltern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beschluss des Familiengerichtes zur Ehescheidung bzw. Nachweis vom Finanzamt über das Getrenntleben

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Finanzen				
Haushaltshilfe beantragen	<p>Wenn eine Weiterführung des Haushalts nicht möglich ist (z.B. bei gesundheitlichen Problemen) und auch keine andere im Haushalt lebende Person den Haushalt weiterführen kann, ist es möglich, bei der Krankenkasse eine Haushaltshilfe zu beantragen. Sie muss selbst beantragt werden und kann nicht von der Ärztin/ dem Arzt oder der Hebamme verordnet werden. Ärztin/Arzt oder Hebamme können aber die Notwendigkeit einer Haushaltshilfe bescheinigen und die Antragsstellung unterstützen. Die Haushaltshilfe wird entweder von der Krankenkasse bzw. dem Jugendamt organisiert oder muss selbst gesucht werden.</p>	Bei Bedarf (auch bereits in der Schwangerschaft)	<p>Ihre Krankenkasse oder Jugendamt</p> <p>Jugendamt Regionale Sozialpädagogische Dienste: http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kinder-jugendliche-und-familien</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mutterpass • Attest von der Ärztin/ dem Arzt oder Bescheinigung der Hebamme über Notwendigkeit einer Haushaltshilfe

● IHRE NERVEN LIEGEN BLANK? – SCHÜTTELN SIE NIEMALS IHR BABY!

Warum Schütteln so gefährlich ist...

Wenn Eltern für wenige Sekunden die Kontrolle über sich verlieren und ihr Baby schütteln, können sie ihm lebenslang schaden. Säuglinge können ihren Kopf noch nicht alleine halten. Beim Schütteln wird der Kopf vor- und zurückgeworfen. Dabei kann es zu schweren Verletzungen im Gehirn kommen. Man spricht dann von einem Schütteltrauma. Blutgefäße und Nervenbahnen reißen. Krampfanfälle sowie geistige und körperliche Behinderungen können die Folge sein. Zwischen 10 und 30 Prozent der Kinder sterben sogar.

Informieren Sie auch die Großeltern, Nachbarn und Babysitter über die Gefahr des Schüttelns.

Sollten Sie die Beherrschung verloren haben:

Bringen Sie Ihr Kind sofort zur nächsten Klinik!

Hier gibt's Hilfe ...

- ▶ Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte
- ▶ Hausärztinnen und -ärzte
- ▶ (Familien-) Hebammen
- ▶ Beratungsangebote für Eltern von Babys mit sogenannten Regulationsstörungen (wie z.B. Schreiambulanzen, Kinderkliniken, Sozialpädiatrische Zentren, Familienberatungsstellen)
- ▶ **Elterntelefon: 0800. 111 0 550** > Nummer gegen Kummer e.V.
- ▶ **Onlineberatung für Eltern: www.bke-elternberatung.de**
- ▶ **Mehr unter: www.elternsein.info**

Herausgeber: Nationales Zentrum Frühe Hilfen (NZFH) in der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in Kooperation mit dem Deutschen Jugendinstitut (DJI) www.bzga.de, www.fruehehilfen.de

● CHECKLISTE VOR DER GEBURT

Was?	Wann?	Wo?	
Schwangerenberatung	bei Bedarf während der Schwangerschaft	Schwangerenberatungsstelle	✓
Gesundheit			
Gynäkologin/Gynäkologe suchen	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet	<input type="radio"/>
Hebamme suchen	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet	<input type="radio"/>
Geburtseinrichtungen suchen/zur Geburt anmelden	während der Schwangerschaft	Geburtseinrichtung	<input type="radio"/>
Kinderärztliche Praxis für die U-Untersuchungen suchen	während der Schwangerschaft	Internet	<input type="radio"/>
Arbeit			
Schwangerschaft bei der Arbeitsstelle bekannt geben	keine Frist	Arbeitgeber	<input type="radio"/>
Elternzeit beantragen	spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit	Arbeitgeber	<input type="radio"/>
Behörden			
Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen	vor oder nach der Geburt	Jugend- oder Standesamt	<input type="radio"/>
Sorgeerklärung abgeben (bei unverheirateten Paaren)	vor oder nach der Geburt	Jugendamt	<input type="radio"/>
Finanzen			
Mutterschaftsgeld beantragen	Bescheinigung über die Schwangerschaft spätestens 7 Wochen vor der Geburt einreichen	Krankenkasse	<input type="radio"/>
Leistungen vom JobCenter: Mehrbedarf für Schwangere/Schwangerschafts- bekleidung/Erstausstattungshilfe beantragen	Mehrbedarf für Schwangere, Schwangerschaftsbekleidung: ab der 13. Schwangerschaftswoche Babyerstausstattung: 2-3 Monate vor dem errechneten Entbindungstermin	JobCenter	<input type="radio"/>
Zahlung der Stiftung „Hilfe für die Familie – Schwangere in Not“ beantragen	in den ersten Schwangerschaftsmonaten	Schwangerenberatungsstelle	<input type="radio"/>

● CHECKLISTE NACH DER GEBURT

Was?	Wann?	Wo?	✓
Gesundheit			
U-Untersuchungen wahrnehmen	ab der Geburt	Kinderärztliche Praxis	<input type="radio"/>
Krankenversicherung für das Kind abschließen	sofort nach der Geburt	Krankenkasse	<input type="radio"/>
Angebote des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes wahrnehmen	nach der Geburt	Kinder- und Jugendgesundheitsdienst	<input type="radio"/>
Behörden			
Anmeldung beim Standesamt	innerhalb einer Woche nach der Geburt	Standesamt	<input type="radio"/>
Kind beim Einwohnermeldeamt anmelden	erfolgt automatisch durch das Standesamt		<input type="radio"/>
Kitaplatz suchen	so früh wie möglich	Internet	<input type="radio"/>
Kitagutschein beantragen	9–2 Monate vor Beginn der Betreuung	Jugendamt	<input type="radio"/>
Betreuungsgeld beantragen	bei Bedarf ab dem 15. Lebensmonat	Jugendamt	<input type="radio"/>
Finanzen			
Kindergeld beantragen	innerhalb von 6 Wochen nach der Geburt	Familienkasse	<input type="radio"/>
Kinderzuschlag beantragen	ab der Geburt bis max. zur Vollendung des 25. Lebensjahres des Kindes	Familienkasse	<input type="radio"/>
Elterngeld beantragen	innerhalb der ersten 3 Monate nach der Geburt	Jugendamt	<input type="radio"/>
Wohngeld beantragen	bei Bedarf	Bürgeramt	<input type="radio"/>
Arbeitslosengeld II beantragen	bei Bedarf	JobCenter	<input type="radio"/>
Unterhaltsvorschuss beantragen	bei Bedarf	Jugendamt	<input type="radio"/>
Haushaltshilfe beantragen	bei Bedarf (auch in der Schwangerschaft)	Krankenkasse oder Jugendamt	<input type="radio"/>

● Notfall-Rufnummern

Nummer gegen Kummer

Elterntelefon: 0800 – 111 0550 (kostenfrei)

Online-Beratung für Eltern: www.bke-elternberatung.de

Notrufe

Polizei	110
Feuerwehr	112
Giftnotruf	19 24 0

Notdienste und Bereitschaftsdienste

Zentraler Hebammenruf	214 27 71	
Kinderärztlicher und ärztlicher Bereitschaftsdienst (24 h)	31 00 31 / 11 61 17	
Berliner Krisendienst	39 063 – 00	
Telefonseelsorge (kostenfrei)	0800 – 111 0 111 / 0800 – 111 0 222	
Frauenkrisentelefon	615 42 43 / 615 75 96 (Migrantinnenberatung)	
BIG Hotline – Hilfe bei häuslicher Gewalt gegen Frauen und Kinder	611 03 00	
Kindernotdienst	61 00 61	www.kindernotdienst.de
Hotline Kinderschutz (24 h)	61 00 66	
KINDERSCHUTZ – HOTLINE Berlin Mitte	90182 - 555 55	(Mo. bis Fr. von 8:00 – 18:00 Uhr)

Der Fahrplan wurde überreicht von:

Frau/Herrn

Kontakt

● IMPRESSUM

Herausgeber:

Bezirksamt Mitte von Berlin – Abteilung Jugend, Familie und Bürgerdienste

Koordinierungsstelle Frühe Hilfen; Tel.: 030. 9018 223 80

10178 Berlin, Karl-Marx-Allee 31

Redaktion:

Konstanze Böhnke (Koordination Frühe Hilfen) – Claudia Schultze (Hilfen zur Erziehung)

Druckvorlage:

Regina Tyllack

Fahrplan online unter:

www.berlin.de (Suchbegriff: Frühe Hilfen Mitte)

Stand:

Dezember 2017

Der Fahrplan „Was ist wichtig in der Zeit rund um die Geburt?“ erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, Aktualität und Richtigkeit der aufgeführten Informationen. Die genannten Sprechzeiten und auch die rechtlichen und staatlichen Leistungen und ihre Anspruchsgrundlage können sich ändern.

Sie sind schwanger oder werdender Vater?

Sie haben vor kurzem ein Baby bekommen?

Die (bevorstehende) Geburt Ihres Kindes bringt viele aufregende Veränderungen in Ihrem Alltag mit sich.

Da es in der Zeit rund um die Geburt auch vieles vorzubereiten gibt, möchten wir Ihnen mit der vorliegenden Broschüre helfen, hier nicht den Überblick zu verlieren.



Hier finden Sie die „Baby-Berlin_App“



Hier finden Sie den Link zum
„Kiezatlas Berlin – Mitte (gesamt)“



Hier finden Sie den Link zu den
„Fröhe Hilfen in Berlin – Mitte“