

# Informationen für Eltern

mit Flucht- und Migrationshintergrund in  
Lichtenberg

**Vorlage auf Deutsch**  
(für mehrsprachige Ausgabe)



**Bildnachweis:**

S. 10: Gemeinsamer Bundesausschuss

S. 14: Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, Berlin

S. 17: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung; Bundesarbeitsgemeinschaft „Mehr Sicherheit für Kinder e.V.“

S. 23: BIG e.V. – „Berliner Initiative gegen Gewalt an Frauen“

# Inhaltsverzeichnis

	Seite
<b>Vorstellung des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes</b>	<b>4</b>
<b>Fahrplan rund um die Geburt/Ämter und Beratungsstellen</b>	<b>5</b>
<b>Vor der Geburt:</b>	
Vaterschaftsanerkennung/Elterliche Sorge (Sorgerecht)	5
<b>Nach der Geburt:</b>	
Auszug aus dem Geburtenregister/Geburtsurkunde/Standesamt	5
Krankenversicherung	
<b>Finanzielles und Anträge</b>	<b>6</b>
<b>Vergünstigungen für die Familie</b>	<b>7</b>
<b>Besondere Beratungsstellen</b>	
Integrationslotsen	7
Beratung für Zugezogene und Menschen mit Migrationshintergrund	8
Internet	8
<b>Erziehung von Kindern</b>	<b>9</b>
<b>Gesundheit Mutter und Kind</b>	
Früherkennungsuntersuchungen	10
Ärztliche Versorgung für Kinder ohne Krankenversicherung	10
Kinderärzt*innen	11
Hebamme und Gynäkolog*in	12
Beratung zur Schwangerschaft und Familienplanung	12
Beschneidung von Frauen	13
Stillen und Ernährung	13
Zahngesundheit	14
Vitamin D und K	14
Sicherer Babyschlaf	14
Dreimonatskoliken	15
Was tun, wenn mein Kind schreit?	15
Unfallverhütung, Vorsicht giftig, Erste Hilfe	16
<b>Kitagutschein, Tagesbetreuung/Kindergarten und Tagesmütter</b>	<b>18</b>
<b>Liste Kindertagesstätten in Lichtenberg</b>	<b>18-22</b>
<b>Kinderkliniken und Notdienste</b>	<b>23</b>

# Kinder- und Jugendgesundheitsdienst (KJGD)

Der KJGD ist ein Teil des Gesundheitsamtes. Unser Besuch anlässlich zur Geburt ist freiwillig.

Wir sind ein multiprofessionelles Team von Sozialarbeiter\*innen, Ärzt\*innen, Arzthelfer\*innen, Therapeut\*innen, Hebammen und Verwaltungskräften. Wir arbeiten fachübergreifend mit anderen Ämtern und freien Trägern.

## Wir führen durch:

- Hausbesuche:
  - nach der Geburt eines Kindes
  - zur Betreuung und Begleitung in gesundheitlich schwierigen Lebenslagen
- öffentlich empfohlene Impfungen für nicht krankenversicherte Kinder, Beratungen zu Impfungen
- ärztliche Untersuchungen (Vorsorgen) für nichtkrankenversicherte Kinder
- physiotherapeutische Diagnostik und Behandlung
- Untersuchungen vor Aufnahme in eine Kindertagesstätte (für Familien mit geringem Einkommen und Nichtkrankenversicherte)
- Untersuchungen in Kindertagesstätten
- Einschuluntersuchungen
- Untersuchungen der Schulabgänger und Auszubildenden nach dem Jugendarbeitsschutzgesetz

## Wir informieren und beraten über:

- Fragen zu familiären und wirtschaftlichen Hilfen
- Pflege, Ernährung/Stillen und Entwicklung des Kindes
- Fragen der Integration in Kindertagesstätten
- therapiebegleitende Maßnahmen und Hilfsmittel
- Informationen und Beratung zu Eltern-Kind-Gruppen sowie Sport- und Freizeitaktivitäten
- Hilfevermittlung bei familiären Belastungssituationen, Partnerschaftskonflikten und in Erziehungsfragen
- Eltern, die eine Früherkennungsuntersuchung versäumt haben, werden schriftlich (durch die Zentrale Stelle an der Charité) bzw. in Form eines Hausbesuches durch den KJGD daran erinnert.

Weitere Infos: [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)  
[www.kinderschutznetzwerk-berlin.de](http://www.kinderschutznetzwerk-berlin.de)

## Dienststellen & Sprechzeiten:

### Für Lichtenberg:

**Alfred-Kowalke-Str. 24**

10315 Berlin

Do. 14:00 – 18:00 Uhr

Telefon: 030 90296-4941

E-Mail: [linda.leepin@lichtenberg.berlin.de](mailto:linda.leepin@lichtenberg.berlin.de)

### Für Hohenschönhausen:

**Oberseestr. 98**

13053 Berlin

Di./Do. 14:00 – 18:00 Uhr

Telefon: 030 90296-4921

E-Mail: [constanze.schiewer@lichtenberg.berlin.de](mailto:constanze.schiewer@lichtenberg.berlin.de)

# Fahrplan rund um die Geburt/Ämter und Beratungsstellen

## Vor der Geburt:

### Vaterschaftsanerkennung/Elterliche Sorge (Sorgerecht)

Sind Sie zur Geburt des Kindes nach deutschem Recht verheiratet, gilt der Ehemann der Kindesmutter automatisch als Vater des Kindes. Sie besitzen dann das gemeinsame Sorgerecht.

Sind Sie nicht nach deutschem Recht verheiratet, sollte der Vater die Vaterschaft anerkennen. Hier kann schon festgelegt werden, von welchem Elternteil das Kind den Familiennamen erhält. Sie haben die Möglichkeit, dies kostenlos im Jugendamt oder kostenpflichtig im Standesamt oder bei einem Notar zu erledigen.

Im Jugendamt kann der Vater mit Zustimmung der Mutter das gemeinsame Sorgerecht erhalten. Das Sorgerecht umfasst folgende Bereiche: Die Personensorge, Vermögenssorge und die Vertretung des Kindes.

### Jugendamt

Kindschaftsrechtliche Beratung und  
Vertretung  
Große-Leege-Str. 103  
13055 Berlin  
Telefon: 030 90296-4028

Sprechzeiten:

Dienstag: 09:00 – 12:00 Uhr

Donnerstag: 15:00 – 18:00 Uhr

Freitag: 09:00 – 12:00 Uhr

(Hier können Sie auch die Negativbescheinigung für das alleinige Sorgerecht bekommen.)

## Nach der Geburt:

### Auszug aus dem Geburtenregister/Geburtsurkunde/Standesamt

Jedes Kind benötigt zeitnah eine Geburtsurkunde. Diese wird in dem Bezirk beantragt, in dem das Kind geboren wurde. Sie erhalten im Standesamt drei kostenlose Exemplare. Wenn Ihnen wichtige Unterlagen fehlen, fragen Sie nach einem „Auszug aus dem Geburtenregister“. Reichen Sie die restlichen Unterlagen nach. Amtssprache ist deutsch. Bei Bedarf bringen Sie einen Dolmetscher mit. Dieser darf nicht mit Ihnen verwandt sein.

### Standesamt Lichtenberg

Egon-Erwin-Kisch-Str. 106, 13059 Berlin  
Tel. 030 90296-3555

Termine nur nach Vereinbarung!

Bitte schauen Sie ins Internet oder wählen die 030 115.

Andere Standesämter finden Sie im Internet unter [www.berlin.de](http://www.berlin.de).

## Krankenversicherung

Alle Kinder benötigen eine Krankenversicherung. Bitte beantragen Sie diese bei der Krankenkasse Ihrer Wahl.

Erhalten Sie Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, wird dies für Sie beantragt. Gehen Sie dazu persönlich, mit dem gelben Kinderuntersuchungsheft, zum Landesamt für Flüchtlingsangelegenheiten.

Erhalten Sie Leistungen vom Jobcenter, teilen Sie die Geburt Ihres Kindes dort mit und beantragen Sie die Krankenversicherung bei der Krankenkasse Ihrer Wahl.

Bei anderen Voraussetzungen, wenden Sie sich bitte an die Krankenkasse.

## Finanzielles und Anträge

### Sicherung des Lebensunterhaltes/LAF/Jobcenter

Erhalten Sie Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, ist das Landesamt für Flüchtlingsangelegenheiten zuständig.

Für Leistungen des Jobcenters oder des Sozialamtes sind genau diese Ämter verantwortlich.

Erkundigen Sie sich nach weiteren Leistungen:

- Mehrbedarf für Schwangere ab der 13. Schwangerschaftswoche.
- Zuschuss zur Schwangerschaftsbekleidung/Babyerstaussstattung

Welche Leistungen Ihnen zustehen, hängt von Ihrem Aufenthaltsstatus ab.

Wenden Sie sich an den Sozialdienst Ihrer Unterkunft oder an weitere Stellen, an denen Sozialberatung angeboten wird.

### Stiftungsgelder

Falls Sie während der Schwangerschaft Leistungen des Landesamtes für Flüchtlingsangelegenheiten, des Jobcenters oder des Sozialamtes erhalten, können Sie ab der 13. Schwangerschaftswoche zusätzliches Geld der Stiftung „Hilfe für die Familie“ beantragen. Der Antrag muss bei diesen Ämtern oder in einer Schwangerschaftsberatungsstelle gestellt werden (*siehe Seite 12/13 Familienplanungszentrum*).

Weitere Informationen: [www.stiftunghilfe.de](http://www.stiftunghilfe.de)

### Kindergeld

Der Anspruch auf Kindergeld hängt vom Wohnort, Staatsangehörigkeit sowie Aufenthaltsstatus ab.

Informationen über den Anspruch von Kindergeld erhalten Sie bei der

Familienkasse (Besucheranschrift)

Charlottenstr. 90

10969 Berlin

Internet: [www.familienkasse.de](http://www.familienkasse.de)

Telefon: 0800 4555530

### Elterngeld

Informationen über den Anspruch auf Elterngeld erhalten Sie bei der Elterngeldgeldstelle:

Große-Leege-Str.103, 13055 Berlin

Telefon: 030 90296-5386

Sprechzeiten: Di. 09:00 – 12:00 Uhr, Do. 15:00 – 19:00 Uhr

Internet: [www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/finanzielle-leistungen/elterngeld-und-elternteil/](http://www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/finanzielle-leistungen/elterngeld-und-elternteil/)

### Familienbüro Lichtenberg

Große-Leege-Str. 103, 13055 Berlin

Telefon: 030 90296-7080

Internet: [www.familienbuero-lichtenberg.de](http://www.familienbuero-lichtenberg.de)

whatsApp: 015253909503

Sprechzeiten: Mo., Di., Mi., Fr. 09:00 – 12:00 Uhr, Do. 15:00 – 19:00 Uhr

Hier erhalten Sie Informationen, kostenlose Beratung in vielen weiteren Dingen sowie Hilfe beim Ausfüllen der Anträge von Elterngeld und Kitagutschein.

## **Vergünstigungen für die Familie**

### **berlinpass**

Bedürftige Berliner (u.a. Bezieher vom Asylbewerberleistungsgesetz, Arbeitslosengeld 2) erhalten mit Nachweis einen „berlinpass“. Dadurch gibt es viele Vergünstigungen z.B. für öffentliche Verkehrsmittel, Sport, Kultur und Freizeitangebote.

Internet: [www.berlin.de/sen/soziales/sicherung/berlinpass/](http://www.berlin.de/sen/soziales/sicherung/berlinpass/)

### **Bildungs- und Teilhabepaket (BuT)**

Kinder aus Familien mit geringem Einkommen erhalten weitere Vergünstigungen durch das Bildungs- und Teilhabepaket z.B. Mittagessen in der Kita.

Internet: [www.berlin.de/sen/bjw/bildungspaket](http://www.berlin.de/sen/bjw/bildungspaket)

### **Gutschein für Angebote für Familien mit Kindern bis zu 3 Jahren**

Der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst (KJGD) berät Sie anlässlich der Geburt Ihres Kindes oder weil Sie in den Bezirk Lichtenberg gezogen sind. Bei besonderen Voraussetzungen erhalten Sie einen Gutschein für die Förderung von Familien.

## **Besondere Beratungsstellen:**

### **Integrationslotsen**

Bieten kostenlose Beratung und Unterstützung für zugewanderte und geflüchtete Menschen aller Nationalitäten und Konfessionen z.B. durch offene Sprechstunden oder Begleitung von Hilfesuchenden.

### **Bürgerinitiative Ausländische MitbürgerInnen e.V. (Hohenschönhausen)**

Neustrelitzer Str. 63

13055 Berlin

Telefon: 030 9814546

E-Mail: [info@bi-berlin.org](mailto:info@bi-berlin.org)

Internet: [www.bi-berlin.org](http://www.bi-berlin.org)

Sprachen: deutsch, albanisch, arabisch, paschtu, persisch, russisch, serbokratisch, vietnamesisch

### **Kiezspinne FAS e.V. (Lichtenberg)**

Schulze-Boysen-Str. 38

10365 Berlin

Telefon: 030 55489635

E-Mail: [integrationslotsen@kiezspinne.de](mailto:integrationslotsen@kiezspinne.de)

Internet: [www.kiezspinne.de](http://www.kiezspinne.de)

Sprachen: deutsch, arabisch, persisch, kurdisch, russisch, vietnamesisch, paschtu, polnisch

## **Beratung für Zugezogene und Menschen mit Migrationshintergrund**

### **Willkommenszentrum in Berlin**

Zentrale Anlaufstelle für alle Zugewanderten aus allen Ländern zu den Themen  
Ankommen, Familie, Wohnen, Arbeit/Bildung, Alltag

Potsdamer Str. 65

10785 Berlin

Telefon: 030 90172326

E-Mail: [willkommenszentrum@intmig.berlin.de](mailto:willkommenszentrum@intmig.berlin.de)

Internet: [www.berlin.de/willkommenszentrum](http://www.berlin.de/willkommenszentrum)

Beratungen auf englisch, französisch, italienisch, kroatisch, polnisch, russisch,  
türkisch, vietnamesisch. Weitere Sprachen werden durch Sprachmittler abgedeckt:  
arabisch, persisch, pashtu, urdu, punjabi, hindi, amharisch, tigrinya

### **Caritas Beratungszentrum am Fennpfuhl**

Soziale Beratung und Unterstützung bei Problemen mit Behörden, sozialrechtlichen  
Fragen und wirtschaftlichen Notlagen

Anton-Saefkow-Platz 3-4

10369 Berlin

Telefon: 030 666340500

E-Mail: [Migration-fennpfuhl@caritas-berlin.de](mailto:Migration-fennpfuhl@caritas-berlin.de)

Internet: [www.caritas-berlin.de](http://www.caritas-berlin.de)

### **Im Internet:**

#### **Willkommen in Lichtenberg**

Informationsbroschüre mit wichtigen Anlaufstellen für den Bezirk  
(deutsch, arabisch, persisch, englisch, russisch, serbisch, türkisch, vietnamesisch)

<https://www.berlin.de/ba-lichtenberg/politik-und-verwaltung/beauftragte/integration/artikel.708494.php>

#### **Informationspaket für Geflüchtete**

Informationen zum Asylverfahren, Sprachkursen, gesundheitliche Versorgung,  
Sozialleistungen, Kita, Schule

(deutsch, arabisch, englisch, persisch, französisch, russisch, serbisch, türkisch)

Internet: [www.berlin.de/lb/intmig/veroeffentlichungen/gefluechtete/](http://www.berlin.de/lb/intmig/veroeffentlichungen/gefluechtete/)

#### **Gesundheit für alle**

##### **Ein Wegweiser durch das deutsche Gesundheitssystem**

(deutsch, arabisch, englisch, persisch, französisch, italienisch, kurdisch, pashtu,  
polnisch, rumänisch, russisch, serbisch/kroatisch, bosnisch, spanisch, türkisch)

Internet: [www.wegweiser-gesundheitswesen-deutschland.de](http://www.wegweiser-gesundheitswesen-deutschland.de)



## Erziehung von Kindern

Kinder haben ein Recht auf gewaltfreie Erziehung.

In Deutschland sind körperliche Bestrafungen, seelische Verletzungen und andere erniedrigende Maßnahmen von Kindern verboten und werden bestraft. (siehe auch §1631 BGB)

### Erziehungs- und Familienberatung (EFB)

In der Erziehungs- und Familienberatungsstelle arbeiten Psycholog\*innen, Sozialarbeiter\*innen und Familientherapeut\*innen im Team zusammen.

Die Beratungen erfolgen streng vertraulich, auf Wunsch auch anonym und sind kostenlos. Sprachmittler können bei Bedarf nach Möglichkeit organisiert werden.

Zu folgenden Themen erhalten Sie Beratung:

- Erziehung von Kindern
- Auffälligkeiten bei der Entwicklung von Kindern (z.B. Kontaktprobleme, Unruhe, Aggressionen, Einnässen)
- Sorgen um Kinder in Pubertät und Jugendalter
- Konflikte in Partnerschaft (Paarberatung/Paartherapie)
- Probleme in der Familie
- Trennung und Scheidung und
- Elternkonflikte und Umgangsstreitigkeiten

<p><b>EFB Standort Lichtenberg:</b> Erieseering 4 10319 Berlin</p> <p>Telefon: 030 5589-264 oder 030 5106-8370 E-Mail: <a href="mailto:efb-lichtenberg.libg@it.verwalt-berlin.de">efb-lichtenberg.libg@it.verwalt-berlin.de</a></p> <p><a href="http://www.berlin.de/ba-lichtenberg/">www.berlin.de/ba-lichtenberg/</a></p>	<p><b>EFB Standort Hohenschönhausen:</b> Zum Hechtgraben 1 13051 Berlin</p> <p><i>Ab sofort geschlossen! Nähere Infos finden Sie im Internet!</i></p> <p><a href="http://www.berlin.de/ba-lichtenberg/">www.berlin.de/ba-lichtenberg/</a></p>
<p><b>„Familie im Zentrum“</b> Rudolf-Seiffert-Str. 50a 10369 Berlin Telefon: 030 97870010 E-Mail: <a href="mailto:familieimzentrum-r@ejf.de">familieimzentrum-r@ejf.de</a></p> <p><a href="http://www.familieimzentrum.de">www.familieimzentrum.de</a></p>	<p><b>„Kinderschutzzentrum Berlin“</b> Freienwalder Str. 20 13055 Berlin Telefon: 030 9711717 E-Mail: <a href="mailto:beratung@kszb.de">beratung@kszb.de</a></p> <p><a href="http://www.kinderschutz-zentrum-berlin.de">www.kinderschutz-zentrum-berlin.de</a></p>

# Gesundheit Mutter und Kind

## Früherkennungsuntersuchungen U1 – U9 (Vorsorgeuntersuchungen) beim Kinderarzt

In Deutschland werden für Kinder von der Geburt bis zum Schulalter zehn Früherkennungsuntersuchungen angeboten. In diesen Untersuchungen wird geschaut, ob Ihr Kind altersgemäß entwickelt ist. Das passiert zu den Zeitpunkten, die auf der Vorderseite des gelben Kindervorsorgeheftes aufgelistet sind. Mitunter werden die Kinder bei diesen Untersuchungen auch geimpft.

Bitte vereinbaren Sie selbst rechtzeitig die Termine beim Kinderarzt! Falls Sie das vergessen, werden Sie von der Charité und dem Kinder- und Jugendgesundheitsdienst erinnert. Wenn Sie sich dann nicht zurückmelden, wird Ihnen ein Hausbesuch vorgeschlagen.

Außerdem wird empfohlen, dass alle Kinder zweimal im Jahr zur Kontrolle beim Zahnarzt vorgestellt werden.

<b>U 1</b>	<b>nach der Geburt</b>
<b>U 2</b>	<b>3. bis 10. Lebensstag</b>
<b>U 3</b>	<b>4. bis 5. Lebenswoche</b>
<b>U 4</b>	<b>3. bis 4. Lebensmonat</b>
<b>U 5</b>	<b>6. bis 7. Lebensmonat</b>
<b>U 6</b>	<b>10. bis 12. Lebensmonat</b>
<b>U 7</b>	<b>21. bis 24. Lebensmonat</b>
<b>U 7a</b>	<b>34. bis 36. Lebensmonat</b>
<b>U 8</b>	<b>46. bis 48. Lebensmonat</b>
<b>U 9</b>	<b>60. bis 64. Lebensmonat</b>



## Ärztliche Versorgung für Kinder ohne Krankenversicherung

### **Malteser Migranten Medizin Berlin**

Aachener Str. 12

10713 Berlin-Wilmersdorf

Telefon: 030 82722600

E-Mail: [MMMedizin@malteser-berlin.de](mailto:MMMedizin@malteser-berlin.de)

Internet: <https://www.malteser-berlin.de/migration-auslandsdienst/malteser-medizin-fuer-menschen-ohne-krankenversicherung.html>

### **open.med**

#### **medizinische Versorgung und Beratung (anonym und kostenfrei)**

Teltower Damm 8a

14169 Berlin

Telefon: 0176 63152094

E-Mail: [open.med@medizin-hilft.org](mailto:open.med@medizin-hilft.org)

Internet: [www.medizin-hilft.org](http://www.medizin-hilft.org)

### **Kinder- und Jugendgesundheitsdienst**

Auch hier können Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen nach Bedarf für unversicherte Kinder durchgeführt werden.

## **Kinderärzt\*innen**

**Stand: 22.1.2020**

### Lichtenberg

**Wendler, Ines, Dipl.-Med.** Rummelsburger Str. 13, 10315 Berlin Tel. 51535160

**Schuppe, Dagmar, Dr. med.** Ehrenfelsstr. 47, 10318 Berlin Tel. 5099963

**Planke, Christiane, Dr. med./Schnieders, Griet** Treskowallee 110, 10318 Berlin  
Tel. 5139766

**Thomas, Deborah** Balatonstr.20, 10319 Berlin Tel. 51482349

**Dr. med. Hunscha, Malte/Dr. med. Armin Heinlein**  
Frankfurter Allee 231 A, 10365 Berlin Tel. 55184040

**Heiden, Agnes, Dipl.-Med./Schimann, Katharina, Dr. med./  
Jubt, Dagmar, Dr. med.** Ruschestr. 103, 10365 Berlin Tel. 5593417

**Paskaleva-Hedel, Violeta, Dr. med.** Franz-Jacob-Str. 10, 10369 Berlin,  
Tel. 8620468 1140

### Familienpraxen:

**Krüger, Silvia, Dr. med.** Treskowallee 108, 10318 Berlin Tel. 5087827

**Familienpraxis Karlshorst** Ehrlichstr. 26, 10318 Berlin Tel. 5098433

### Hohenschönhausen

**Lüder, Steffen, Dr. med.** Prerower Platz 4, 13051 Berlin Tel. 9298032

**Wauer, Juliane Dr. med.** Gehrenseestr. 100, 13053 Berlin Tel. 9865135

**Molzahn, Iris Dipl.-Med.** Werneuchener Str. 4, 13055 Berlin Tel. 98312717

**Plünsch, Renate, Dipl.-Med.** Hauptstr. 9 D, 13055 Berlin Tel. 9865241

**Roth, Annett, Dr. med./Walther, Uta, Dipl.-Med.** Reichenberger Str. 3, 13055 Berlin  
Tel. 9714735

### Familienpraxen:

**Singer, Ilona, Dipl.-Med.** Schalkauer Str. 33, 13055 Berlin Tel. 98695397

**Luzius, Beatrix, Dr. med.** Konrad- Wolf- Str. 114, 13055 Berlin Tel. 9864728

Bitte schauen Sie auch berlinweit unter **[www.kvberlin.de](http://www.kvberlin.de)** oder fragen Sie Ihre  
Krankenkasse!

## Hebamme und Gynäkolog\*in

In Deutschland hat jede krankenversicherte Schwangere Anspruch auf die Versorgung/Betreuung durch eine Hebamme.

→ Finanzierung durch die Krankenkasse

Bitte suchen Sie sich zu Beginn der Schwangerschaft eine Hebamme.

Wie finde ich eine Hebamme?

→ Bitte fragen Sie ihren Gynäkolog\*in.

→ Bitte informieren Sie sich über Hebammensprechstunden in Ihrer Unterkunft.

→ Internetrecherche: [www.kidsgo.de](http://www.kidsgo.de) und [www.berliner-hebammenliste.de](http://www.berliner-hebammenliste.de)

Neben dem Gynäkolog\*in übernimmt die Hebamme die Vorsorge und nach der Geburt die Nachsorge für Mutter und Kind.

Sie gibt Tipps und Hinweise zu den Themen Stillen, Ernährung und Pflege sowie Versorgung und Gewichtsentwicklung des Kindes.

Bitte vereinbaren Sie ca. 6 Wochen nach der Geburt ihres Kindes einen Nachsorgetermin bei ihrem Gynäkolog\*in.

Wir empfehlen 6-12 Wochen nach der Geburt die Teilnahme an einem Rückbildungskurs/Sport nach der Geburt zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur. Die Kosten dafür werden von den Krankenkassen übernommen.

## Beratung zur Schwangerschaft und Familienplanung im „Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung“

- Beratung in der Schwangerschaft (z.B. Stiftungsantrag) und bei Partnerschaftsproblemen.
- Beratung zu Familienplanung – **Kostenübernahme für Verhütungsmittel bei geringem Einkommen** (benötigte Unterlagen bitte vorher telefonisch erfragen).
- Schwangerschaftskonfliktberatung gemäß § 219 StGB (Beratungsschein).
- Ärztliche Beratung und Untersuchung für **nicht krankenversicherte schwangere Frauen**.

### Janusz-Korczak-Str. 32, 12627 Berlin-Hellersdorf

Sprechzeiten: Mo. und Fr. 9:00 – 12:00 Uhr, Di. und Do. 14:00 – 18:00 Uhr

Telefon: 030 90293-3655, E-Mail: [zsg@ba-mh.berlin.de](mailto:zsg@ba-mh.berlin.de),

Internet: <https://www.berlin.de/ba-marzahn-hellersdorf/politik-und-verwaltung/aemter/gesundheitsamt/sexualitaet-und-familienplanung/>

*Sie können auch Zentren in anderen Berliner Bezirken besuchen.*

## Weitere Beratungsstellen rund um Schwangerschaft:

### Schwangerenberatungsstelle Albatros – Lebensnetz gGmbH

(u.a. Antragstellung Stiftung „Hilfe für die Familie“)

Gehrenseestr. 100

13053 Berlin

Telefon: 030 98696208

E-Mail: [skb@albatros-lebensnetz.de](mailto:skb@albatros-lebensnetz.de)

Internet: [www.schwangerenberatung-berlin.de](http://www.schwangerenberatung-berlin.de)

## Familienplanungszentrum Balance

(u.a. Antragstellung Stiftung „Hilfe für die Familie“, auch Ansprechpartner bei Beschneidung von Frauen)

Mauritiuskirchstraße 3

10365 Berlin

Telefon: 030 23623680

E-Mail: [balance@fpz-berlin.de](mailto:balance@fpz-berlin.de)

Internet: [www.fpz-berlin.de](http://www.fpz-berlin.de)

## Beschneidung von Frauen/Weibliche Genitalverstümmelung

Weibliche Beschneidung gilt in Deutschland als Genitalverstümmelung. Sie ist in Deutschland gesetzlich verboten und gilt international als Menschenrechtsverletzung.

Sind Sie selber davon betroffen? Dann finden Sie hier Unterstützung:

### Desert Flower Center Waldfriede

Argentinische Allee 40

14163 Berlin

Telefon: 030 818108582

E-Mail: [desertflower@waldfriede.de](mailto:desertflower@waldfriede.de)

Internet: [www.dfc-waldfriede.de](http://www.dfc-waldfriede.de)

## Stillen und Ernährung

Muttermilch ist die natürlichste Ernährung für Ihr Kind.

Wenn Sie nicht stillen können oder möchten, ist die **Pre**-Nahrung die beste Alternative!

Stillberatung bieten Hebammen und Kinderärzte.

### Essens-Übersicht:

1. Monat bis 4./6. Monat

→ Muttermilch/Pre-Nahrung

5./7. Monat bis 9./12.Monat

→ Muttermilch/Pre-Nahrung und Beikost

Ab dem 10. Monat

→ Übergang zum Familienessen

Brei	Frühster Beginn
Mittagsbrei (Gemüse)	Ab 5. Monat
Abendbrei (Milch-Getreide)	Ab 6. Monat
Nachmittagsbrei (Obst-Getreide)	Ab 7. Monat
Morgens/Abends/Zwischenmahlzeiten	Muttermilch/ <u>Pre</u> -Nahrung



Die App „ Baby & Essen“ – ein ausführlicher Essensfahrplan

## Zahngesundheit

Tipps für gesunde Milchzähne

- ab dem ersten Milchzahn 1x täglich abends Zähneputzen
- ab dem zweiten Lebensjahr 2x täglich Zähneputzen, morgens und abends
- ab dem sechsten Lebensmonat 2x im Jahr zur Kontrolle in die Zahnarztpraxis
- viel frisches Obst und Gemüse essen
- wenig zuckerhaltige Lebensmittel essen
- vorwiegend Wasser und ungesüßten Tee trinken
- Getränke aus einem Becher oder einer Tasse trinken

## Zahnärztlicher Dienst Lichtenberg

Informationen zu Zahnärzt\*innen, die Kinder behandeln, erhalten Sie unter der Rufnummer 030 902967614.

## Vitamin D und Vitamin K

**Rachitis** ist eine Krankheit, die durch einen Mangel an **Vitamin D** entsteht. Die Knochensubstanz erweicht, das Skelett verformt sich. Säuglinge sind noch nicht dazu in der Lage, Vitamin D selbst zu bilden. Von der zweiten Lebenswoche an erhalten Babys täglich 400-500 Einheiten Vitamin D, häufig in Kombination mit Fluorid. Diese Vorbeugung ist in den ersten 12 Monaten ein festes Programm. Babys haben zudem häufig einen **Vitamin-K-Mangel**. Eine erhöhte Blutungsneigung und die Gefahr von Hirnblutungen sind mögliche Folgen. Zur Vorbeugung erhalten Babys in der Regel bei den ersten drei Früherkennungsuntersuchungen Vitamin-K-Tropfen.

## Sicherer Babyschlaf

Was müssen Sie unbedingt beachten?



**Keine Kuscheltiere.**  
Es besteht die Gefahr der Behinderung der Atmung beim schlafenden Baby. Säuglinge atmen nur durch die Nase!

**Keine Decken, keine Kissen, kein Fell.**

Es besteht die Gefahr des Überdeckens des Babys und der Überwärmung.

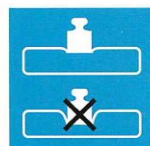


**Kein Zigarettenrauch!**  
Rauchen ist für Ihr Baby schädlich. Verzichteten Sie bitte darauf.

So schläft Ihr Kind am besten



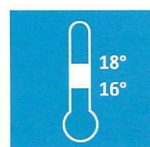
Im Schlafsack in der Rückenlage



Auf einer festen Matratze



Im eigenen Bett im Schlafzimmer der Eltern



Bei einer Raumtemperatur zwischen 16 und 18 °C

## Dreimonatskoliken

Den leidigen Kampf mit den Bauchschmerzen kennen wohl die meisten jungen Eltern. Die so genannten Dreimonatskoliken treten vermutlich auf, weil der Verdauungstrakt des Babys noch nicht ausgereift ist. Die Schrei- und Unruheepisoden sind in der Regel harmlos und auf die ersten drei bis sechs Lebensmonate begrenzt. Trotzdem können sie eine starke Belastung bedeuten. Probieren Sie verschiedene Tipps zur Beruhigung aus und versuchen Sie, selbst möglichst ruhig zu bleiben. Wenn Sie sich Sorgen machen bzw. um Ernsthaftes auszuschließen sprechen Sie bitte mit Ihrem/Ihrer Kinderarzt/-ärztin. Suchen Sie sich unbedingt Hilfe und Entlastung, wenn Sie glauben, das Schreien nicht mehr aushalten zu können!

### Was tun?

- Wiegen Sie Ihr Kind sanft hin und her, spielen leise Musik oder singen ihm vor.
- Den Bauch im Uhrzeigersinn um den Nabel herum sanft massieren.
- Das Baby mit dem Bauch auf einen Ihrer Unterarme legen, mit der anderen Hand stabilisieren Sie die Haltung („Fliegergriff“).
- Wärme kann helfen: Legen Sie Ihrem Kind ein warmes Kirschkernkissen auf den Bauch.
- Vorsichtiges Anwinkeln und Strecken der Beine kann Entlastung bringen und Winde abgehen lassen.

### Was tun, wenn mein Kind schreit? Bitte nicht schütteln!

Ihr Baby schreit und schreit. Sie haben versucht, es zu beruhigen. Am liebsten würden Sie es schütteln, um einmal kurz Ruhe zu haben. Tun Sie das **nie**, denn durch Schütteln bringen Sie Ihr Baby in Lebensgefahr! Holen Sie sich Hilfe, wenn Sie nicht mehr weiter wissen!

### SchreiBabyAmbulanz Lichtenberg „blu:boks“

Krisenbegleitung rund um Schwangerschaft, Baby- und Kleinkindzeit

Paul-Zobel-Str. 9, 10367 Berlin

Telefon: 030 2509676560

Mobiltelefon: 015788266657

Internet: [www.bluboks-berlin.de/FAMILIE](http://www.bluboks-berlin.de/FAMILIE)

**Kindernotdienst: 030 610061**

**Krisendienst im Jugendamt: 030 90296-5555**



**Baby-Berlin. Die App für Schwangerschaft und die Zeit nach der Geburt**

## Unfallverhütung

- Offene Steckdosen sichern!
- Bitte lassen Sie Ihre Kinder niemals unbeaufsichtigt auf Wickeltischen, Couch oder Betten liegen!
- Auf scharfe Ecken und Kanten achten!
- Vorsicht vor Kleinteilen: Nägeln, Kugeln, Nüsse, Streichhölzer etc.!
- Herumliegende Schnüre und Kabel einrollen und fixieren!
- Keine Ketten/Schnüre um den Hals der Kinder!
- Vorsicht mit Plastiktüren = Erstickungsgefahr!
- Auf Lauflernhilfen verzichten!
- Vorsicht Treppen = Sturzgefahr!
- Fensterschutz anbringen!
- Kühlschrank und Tiefkühltruhe geschlossen halten!
- Reinigungsmittel, Chemikalien und Medikamente sicher wegschließen!
- Vorsicht Herd = Verbrennungsgefahr!
- Vorsicht vor Wasserstellen z.B. Planschbecken, Teiche, etc. = Gefahr durch Ertrinken!
- Badewassertemperatur vor dem Babybad prüfen! Lassen Sie Ihr Kind niemals unbeaufsichtigt in der Badewanne!
- Bücherwände, Flachbildfernseher und Regale gegen Umstürzen sichern!

## „Vorsicht giftig“

Kinder stecken alles in den Mund! Besondere Vergiftungsgefahren drohen durch Alkohol, Zigaretten und Giftpflanzen. Schon eine Zigarette, die Ihr Kind isst, kann tödlich sein.

Im ersten Lebensjahr sollten Sie Ihrem Kind keinen Bienenhonig und kein Ahornsirup geben. Bienenhonig kann die Erkrankung Botulismus bei Ihrem Kind auslösen. Botulismus kann u.a. zu Atemlähmung und in der Folge zum Tod Ihres Kindes führen.

Giftnotruf: 030 19240 (24h/täglich)



[www.bfr.bund.de](http://www.bfr.bund.de)

## Erste Hilfe/Kinderunfälle

Wichtigste Grundregel: Bei allen Unfällen Ruhe bewahren!  
Zweite Grundregel: Verbandskasten im Haus haben!  
Dritte Grundregel: Notrufe richtig absetzen!

**NOTRUF: 112** (gilt bundesweit)

Wo ist es passiert? Was ist passiert? Wie viele Verletzte? Welche Verletzungen?  
Am Telefon bleiben und auf Rückfragen warten!





# Achtung! Caution!

## احترس! توجه!

**BZgA**  
Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung


[www.bzga.de](http://www.bzga.de)  
[www.kindersicherheit.de](http://www.kindersicherheit.de)

## Kitagutschein, Tagesbetreuung/Kindergarten und Tagesmütter

Eine gute Förderung von Kleinkindern wird im Kindergarten (Kita) angeboten. Hier lernen sie die deutsche Sprache und erwerben soziale Kompetenzen. Sie werden so auch auf die Schule vorbereitet. Ab dem ersten Geburtstag hat ein Kind einen Rechtsanspruch auf einen Kitaplatz.

Vor Abschluss des Kitavertrages muss ein Gutschein vorgezeigt werden. Den Antrag dafür finden Sie im Internet auf [www.berlin.de](http://www.berlin.de) oder Sie erhalten das Formular in den Bürgerämtern. Dorthin muss der Antrag ausgefüllt zurückgeschickt werden. Das kann frühestens neun Monate und spätestens zwei Monate vor Beginn des Kitabesuches erfolgen. Formulare und Unterstützung beim Ausfüllen erhalten Sie beim Familienbüro (siehe S.6).

Es ist wichtig, sich so früh wie möglich um einen Kitaplatz zu kümmern. Zu empfehlen ist es, sich bei mehreren Kitas anzumelden.

Auskunft zur Tagesbetreuung in der Kita in Lichtenberg: 030 90296-5317  
(Sekretariat)

Auskunft zur Tagespflege über Tagesmütter: 030 90296-5046

Vermittlung für die Interessiertenliste im Jugendamt: 030 90296-7080  
(Familienbüro)

Aktuelle Kitaliste im Internet:

[www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/kindertagesbetreuung/kitas/verzeichnis/](http://www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/kindertagesbetreuung/kitas/verzeichnis/)

### Vorschulische Sprachförderung (20 Monate vor der Einschulung):

Spricht Ihr Kind kein oder nur wenig deutsch, erhält es nach einem Sprachtest einen Sprachfördergutschein. Dieser berechtigt zur Teilnahme an einem Sprachförderprogramm.

## Kindertagesstätten in Lichtenberg

Kita Rosenfelder Ring 35/35A/Kigä NordOst	Rosenfelder Ring 35	10315	5251214
Kita Märcheninsel	Charlottenstr. 3a/b	10315	51009508
Kita Purzelbaum	Massower Str. 23	10315	5253546
Kita Lichtenzwerge	Ribbecker Str. 22	10315	51657262
Kita Sonnenhof	Archenholdstr. 72	10315	297734932
Kita Erlenhof	Kraetkestr. 18	10315	297734932
Kita- und Familienzentrum Gensinger Str.	Gensinger Str. 58	10315	51009548
Kita Schlaue Füchse	Gensinger Str. 60	10315	688166450
Kita Marie-Curie-Allee	Marie-Curie-Allee 4	10315	1489010
Kita DETI	Alfred-Kowalke-Str. 40A	10315	76233844/45
Kita Archenholdstraße	Archenholdstr. 29	10315	50368180
Kita Tierparkzwerge	Gensinger Str. 83	10315	01736179609

Kita Rummelsburger Straße	Rummelsburger Str. 61	10315	94796969
Kita Hoppetosse/Kigä NordOst	Hauptstr. 6T	10317	55739860
Kita Sonnenblume/Kigä NordOst	Wönnichstr. 60	10317	51489967
Kita der Ev. Kirchengemeinde Paul-Gerhardt-Lichtenberg	Nöldnerstr. 43	10317	5220851
Kita Pustebblume	Wönnichstr. 74	10317	52279488
KITA Rummelsburger Bucht	Hauptstr. 3	10317	55440740
EKT Kinderleben - Kind erleben	Kaskelstr. 41	10317	80619560
Kita Buntstift	Pfarrstr. 89-91	10317	55669693
Kita Waschbär	Georg-Löwenstein-Str. 22	10317	68810514
Kita Sophies Welt	Sophienstr. 28A	10317	51736031
Kita Sophienstraße	Sophienstr. 8	10317	0170 5510312
Kita Milchzahnbande	Stadthausstr. 3	10317	4646215
Kita Zahnlücke	Lückstr. 32	10317	0176 24194658
Kita Rappelkiste	Lückstr. 65	10317	80576487
Kindergarten Sonnenbogen	Pfarrstr. 101	10317	87336158
Kita Victoria	Kaskelstr. 3	10317	47376225
EKT Großstadtindianer	Türschmidtstr. 33	10317	kontakt@großstadtindianer-berlin.de
Kita Mausezahn	Einbecker Str. 32	10317	81030903
Vitale Großstadtmäuse III	Eitelstr. 85	10317	3082200
CityKids Berlin	Eitelstr. 16	10317	40039746
Kita Fine Turbine	Hauffstr. 12	10317	37446553
Kita Römerweg 106 und 112/Kigä NordOst	Römerweg 106	10318	5099792
Kita Wildensteiner Str. 3/Kigä NordOst	Wildensteiner Str. 3	10318	5098418
Musikkinderkergarten Lichtenberg	Gundelfinger Str. 39	10318	50012335
AWO Kita Grashüpfer	Honnefer Str. 25	10318	5098651
Kiga Morgensonne	Lehndorffstr. 11/15	10318	5083635
Kita Das tapfere Schneiderlein	Hentigstr. 16	10318	5099245
Kita Zwergenland	Hönower Str. 31	10318	5099548
Waldorf-Kindergarten Karlshorst	Stühlinger Str. 3	10318	5090271
Waldorfkindergarten Karlshorst	Üderseestr. 1	10318	40203457
Kita Hönower Straße	Hönower Str. 35	10318	939398610
Kita Dorothea	Dorotheastr. 27	10318	34624672
Kita Treskowallee	Treskowallee 135	10318	75442073
Kita Querbeet	Köpenicker Allee 151	10318	49959260
Kita Villa Pixie	Weseler Str. 9	10318	23526843
Kreativitätskindertagesstätte Die Slups	Sadowastr. 16	10318	3289 5712

Kreativitätskindertagesstätte Wunderwelt	Tannhäuserstr. 4A	10318	28473434
Carlis Ponyhof	Am Carlsgarten 16	10318	47594444
Kita Kleine Wichtel	Marksburgstr. 38-40	10318	50154030
ABC Kindergarten	Liepnitzstr. 49	10318	50154228
Kita Kesse Früchtchen	Wandlitzstr. 6	10318	53143740
Kita Quatschköpfe	Ehrlichstr. 21	10318	50014589
EKT Luna Sternenstaub	Liepnitzstr. 42	10318	7616677
Kita Glücksallee	Üderseestr. 13	10318	40741019
BIP Kreativitätskita Treskow-Höfe	Treskowallee 22- 24	10318	23926130
Kita Papagei	Treskowallee 124	10318	0176 84400190
Kita Pepe Rakete	Ehrenfelsstr. 9/10	10318	89751850
Kita Baikalstr. 2	Baikalstr. 2	10319	5123080
"Erlebniswelt"	Sewanstr. 197-199	10319	5123176
EKT Eene meene mopel	Sewanstr. 120	10319	5251710
Kita Krokofant	Mellenseestr. 65	10319	5126659
Kita Bärenkinder	Erieseering 33	10319	5122195
Kita Balatonknirpse	Balatonstr. 9	10319	5125080
Kinder- und Familienzentrum KIKIFLO	Volkradstr. 4	10319	52678749
Kita Wolkenschaf	Sewanstr. 43	10319	96086010
Kita Harnackstr. 7/9	Harnackstr. 7	10365	5598287
Kita der Ev. Kirchengemeinde Alt-Lichtenberg	Schottstr. 6	10365	55487932
Kita der Kath. Kirchengemeinde St. Mauritius	Schulze-Boysen-Str. 26	10365	55152047
Kita Ev. Diakoniewerk Königin Elisabeth	Herzbergstr. 79	10365	54725051
Kita Abenteuer Welt	Schulze-Boysen-Str. 22	10365	55489315
Kita Kiezspatzen	Hubertusstr. 5	10365	5592213
Kita Singermäuse	Gotlindestr. 36/37	10365	5779885-0
Kreativitätskindertagesstätte Eigensinn	Rüdigerstr. 76	10365	30606344
Kita Farblecks	John-Sieg-Str. 1- 3	10365	57797260
EKT Herzberger Wurzelzwerge	Hagenstr. 49	10365	67943647
Kita Zauberinsel	Bürgerheimstr. 25	10365	0176 56815406
Kita Bürgerheimstraße	Bürgerheimstr. 23	10365	71556945
Kindertagesstätte Villa Milla	Gotlindestr. 54	10365	521373100
Kita Bunte Plonzstifte	Plonzstr. 22	10365	5592163
"Sonnengarten"	Rudolf-Reusch-Str. 57	10367	5593141
Zwergenparadies	Bernhard-Bästlein-Str. 44	10367	97603447

Kita Paule Platsch	Bernhard-Bästlein-Str. 52/54	10367	9729005
Kita Landsberger Allee	Landsberger Allee 228	10367	1548922
Kita Rübchen	Paul-Zobel-Str. 8G	10367	67961194
Kita Zaubertal	Scheffelstr. 10	10367	
Kita Wunderkinder	Paul-Zobel-Str. 9	10367	2509676550
"Spatzennest"	Paul-Junius-Str. 32	10369	9724008
Kita Entdeckerland	Otto-Marquardt-Str. 2-4	10369	9751008
Kita Paule am Park	Paul-Junius-Str. 67	10369	98317560
Kita Kinderträume	Karl-Vesper-Str. 11	10369	9716632
Kita Phantasialand	Paul-Junius-Str. 52	10369	9725064
Kita Märchenland	Paul-Junius-Str. 64A	10369	98601999-21
Kita Sonnenschein	Rudolf-Seiffert-Str. 26/28	10369	9720560
Kita Storkower Zauberwäldchen	Franz-Jacob-Str. 4	10369	34627656
Kita an der alten Kastanie	Franz-Jacob-Str. 16-18	10369	97606526
Private Europa-Kita	Judith-Auer-Str. 6	10369	36332332
Christliche Kita Fischlein	Rudolf-Seiffert-Str. 53	10369	0176 23114017
Kindergarten Rappelkiste	Herbert-Tschäpe-Str. 2	10369	97995284
Kita Dorfstr. 37 (Malchow)/Kigä NordOst	Dorfstr. 37	13051	9250219
Kita Reriker Str. 20/Kigä NordOst	Reriker Str. 20	13051	9294167
Kita Leuchtturm	Am Berl 8/10	13051	96248570
Kita Sonnenschein	Wustrower Str. 39	13051	9296074
Kita Fiorella	Wiecker Str. 1-3	13051	9294079
Kita Wolkenreise	Ahrenshooper Str. 3	13051	9295078
KINDERHAUS Berlin - Mark Brandenburg	Dierhagener Str. 1/3	13051	9293122
Kita Ahrenshooper Spatzen	Ahrenshooper Str. 5	13051	92047609
Kita Schneckenhausen	Am Berl 13	13051	92045275
Dracos Drachen Kids	Nienhagener Str. 21	13051	54595180
Kita Malchower Weg 46/Kigä NordOst	Malchower Weg 46	13053	9864830
Kita Matenzeile 2/4/Kigä NordOst	Matenzeile 24	13053	9290206
Kita Abenteuerland	Anna-Ebermann-Str. 25	13053	9818390
Kita Eichhörnchen	Roedernstr. 14	13053	9864154
Kitaverbund Regenbogen	Waldowstr. 40/ Manetstr. 23	13053	9864709
Kita Hafenstadt	Matenzeile 26	13053	208988940

Evangelische Kita Arche Noah	Malchower Weg 44	13053	9290286
Kita Spatzenhaus	Hedwigstr. 9	13053	9815480
das Bildungshaus	Marzahner Str. 14	13053	0176 84151952
Kita Zwergtaucher	Gehrenseestr. 99	13053	34629502
EKT Oberseeräuber	Oberseestr. 77	13053	12064082
Kita Schalkauer Str. 25C/Kigä NordOst	Schalkauer Str. 25A	13055	98639687
Kita Heckelberger Ring 1/3/Kigä NordOst	Heckelberger Ring 1	13055	9818608
Kita Neustrelitzer Str. 32-34/Kigä NordOst	Neustrelitzer Str. 32/34	13055	9713443
Kita Weiße Taube 1	Schleizer Str. 62	13055	98196590
Kita Kinder in Bewegung (KiB)	Berkenbrücker Steig 9/10	13055	9711728
Kita Tausendfüßler	Goeckestr. 25/26	13055	9711415
Kindertagesstätte Strausberger Straße	Strausberger Str. 5	13055	97997790
Kita Matt Lamb	Konrad-Wolf-Str. 45	13055	97895988
Kita Kleene Dickköpfe und Große Ulknudeln	Landsberger Allee 217F	13055	80321768
Kita Mitra Rechter Gebäudeteil	Heckelberger Ring 3	13055	97000784
Kita Dorfstr. 5 (Falkenberg)/Kigä NordOst	Dorfstr. 5	13057	9324146
Kita Randowstr. 41/43/Kigä NordOst	Randowstr. 41	13057	9283018
St. Konrad	Ahrensfelder Chaussee 79- 81	13057	93498149
Kita Warnitzer Str. 9	Warnitzer Str. 9/11	13057	9290274
Klax Krippe Grashüpfer und Klax Kindergarten Glühwürmchen	Biesenbrower Str. 61	13057	92092537
Kita Kinder in Bewegung (KiB)	Falkenberger Chaussee 120	13057	9205011
Kita Wiesenhüpper	Wartiner Str. 77	13057	99271361
Kita Dorfstr. 4A (Wartenberg)/Kigä NordOst	Dorfstr. 4A	13059	9293185
Kita Kinderparadies Wirbelwind	Warnemünder Str. 22	13059	9283121
Kita Kreativhaus Sonnenblume	Crivitzer Str. 16	13059	9205029
Kita Nido Piccolo	Neubrandenburger Str. 51/53	13059	92373750
Ev. Kita Wartenberg	Birkholzer Weg 76	13059	9293154
Kunst-Kita	Demminer Str. 4	13059	96067216

## Kinderkliniken

**Kinderklinik im Sana  
Klinikum Lichtenberg**  
Fanningerstraße 32  
10365 Berlin  
Telefon: 030 5518-0

**Kinderklinik im Vivantes  
Klinikum im Friedrichshain**  
Landsberger Allee 49  
10249 Berlin  
Telefon: 030 13023-0

**HELIOS Klinikum  
Berlin-Buch**  
Schwanebecker Ch. 50  
13125 Berlin  
Telefon: 030 9401-54500

**Rettungsstelle**  
Telefon: 030 5518-5104

**Rettungsstelle**  
Telefon: 030 13023-1710

**Rettungsstelle**  
Telefon: 030 9401-53333

**Hilfe für Kinder, Eltern und Menschen, die sich sorgen,  
gibt es hier:**

## **Kinderschutztelefon des Jugendamtes Lichtenberg KRISENDIENST**

Vernachlässigung und Gewalt gegen Kinder entgegenwirken:  
Montag bis Freitag 08:00 bis 18:00 Uhr  
**030 90296-5555**

**KINDERNOTDIENST 030 610061**  
**(Rund um die Uhr. Auch anonym.)**  
Beratung auch auf:

**Arabisch:** Montags 08:00 – 20:00 Uhr  
**Türkisch:** Mittwochs 08:00 – 20:00 Uhr  
**Russisch:** Freitags 08:00 – 20:00 Uhr



Bei häuslicher Gewalt · Hilfe für Frauen und ihre Kinder

**Täglich von 08:00 bis 23:00 Uhr**

**Herausgeber:**

**Bezirksamt Lichtenberg von Berlin  
Gesundheitsamt**

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst  
Alfred-Kowalke-Str. 24, 10315 Berlin  
Tel. 030 90296 – 4941

**Stand: 6.12.19**



Senatsverwaltung  
für Gesundheit, Pflege  
und Gleichstellung