

# FAHRPLAN: WAS IST WICHTIG IN DER ZEIT RUND UM DIE GEBURT?



Informationen für (werdende) Eltern  
im Bezirk Berlin Mitte

ZENTRUM  
GESUNDBRUNNEN  
MOABIT  
WEDDING

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:innen 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 <b>FRÜHEN HILFEN</b>	Seite	06
Digitale Angebote	Seite	19
● (Schwangeren-)Beratungstellen	Seite	20
● Informationen „Vor der Geburt“		
... zur Gesundheit	Seite	21
... zur Arbeit	Seite	22
... zu Behörden	Seite	22
... zu Finanzen	Seite	23
● Informationen „Nach der Geburt“		
... zur Gesundheit	Seite	25
... zu Behörden	Seite	26
... zu Finanzen	Seite	28
● Information „Schütteltrauma“	Seite	31
● Der schnelle Überblick:		
Checkliste vor der Geburt	Seite	32
Checkliste nach der Geburt	Seite	33
● Notfallrufnummern	Seite	34
Internetadressen	Seite	35
Impressum	Seite	35



Wenn Sie Fragen zu den Angeboten der **FRÜHEN HILFEN** im Bezirk **Mitte** haben, wenden Sie sich bitte an:

**Frau Konstanze Böhnke**  
Kordinatorin Frühe Hilfen  
Rathaus Mitte  
Karl-Marx-Allee 31  
10178 Berlin

☎ 030 / 9018 22 380  
✉ [k.boehne@ba-mitte.berlin.de](mailto:k.boehne@ba-mitte.berlin.de)

Link zur Internetseite der Frühen Hilfen in Berlin Mitte:



# ■ FamilienServiceBüro – Das Beste für Ihre Familie

Das FamilienServiceBüro berät kostenfrei zu unterschiedlichen Themen:

## KITA, HORT- UND KINDERBETREUUNG

- Auskünfte und Informationen zum Kita-Gutschein und zur Hortbetreuung
- Annahme von Kitaanträgen und Unterlagen

## UNTERHALTSVORSCHUSS

Bei alleinerziehenden Eltern springt die Unterhaltsvorschusskasse ein, wenn der andere Elternteil für das Kind nicht ausreichend sorgt oder sorgen kann. In diesem Fall wird Ihrem Kind vom Staat ein Vorschuss gezahlt.

- Erstberatung zum Unterhaltsvorschuss
- Annahme von Unterhaltsvorschussanträgen und Unterlagen

## ELTERNGELD

Elterngeld erhalten alle Elternteile, die nach der Geburt ihr Kind selbst betreuen und beruflich pausieren oder höchstens 32 Stunden in der Woche arbeiten.

- Auskünfte und Informationen zum Elterngeld (ausführliche Beratung erfolgt in der Elterngeldstelle)
- Annahme von Elterngeldanträgen und Unterlagen

## Zusätzlich:

Das FamilienServiceBüro bietet Ihnen Sozialpädagogische Beratung an:

Wir vermitteln Kontakte und informieren zu familienbezogenen Angeboten und Hilfen im Jugendamt und im Bezirk.

Frau Borostowski: ☎ 030 / 9018 23 659

Frau Gicir: ☎ 030 / 9018 23 412

✉ FamilienServiceBüro@ba-mitte.berlin.de

## Kontakt:

### FamilienServiceBüro

Bezirksamt Mitte von Berlin

Jugendamt

Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin, 1. OG

Fahrverbindung:

U-Bahn U5, Schillingstraße

☎ 030 / 9018 24 000

✉ familienservicebuero@ba-bitte.berlin.de

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



## Wie erreichen Sie uns?

Terminvereinbarung:

☎ 030 / 9018 24 000

✉ familienservicebuero@ba-bitte.berlin.de

Unsere Sprechzeiten:

Mo und Di 09:00 – 15:00 Uhr

Do 14:00 – 18:00 Uhr

Fr 09:00 – 13:00 Uhr

# ● ANGEBOTE DER FRÜHEN HILFEN

## Kinder- und Jugendgesundheitsdienst

Ein Team aus Ärzt:innen, Sozialarbeiter:innen und Ernährungsberater:innen 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 zu allen Fragen der Gesundheit, des Entwicklungsstandes, Impfungen und Ernährungsfragen

### Kontakt:

#### Rathaus Tiergarten

Mathilde-Jacob-Platz 1 – 10551 Berlin

☎ 030 / 9018-46 131

☎ 030 / 9018-45 216

✉ [barbara.meissner@ba-mitte.berlin.de](mailto:barbara.meissner@ba-mitte.berlin.de)

Sprechzeiten nach Vereinbarung

## Beratungsstelle für kindliche Entwicklungsförderung

Ein multiprofessionelles Team bestehend aus Kinderärztin, Physiotherapeutinnen, Ergotherapeutinnen, Logopädinnen und Musiktherapeutin berät und unterstützt Eltern von Kindern mit Entwicklungsauffälligkeiten im Alter von 0 - 6 Jahren.

### Angebote der Beratungsstelle:

- Kinderärztliche Sprechstunde zu allen Fragen der kindlichen Entwicklung
- Therapeutische Diagnostik und Beratung
- Gruppenangebote (Krabbelgruppen, Psychomotorikgruppen, Sprachfördergruppen)
- Einzeltherapien (unter besonderen Umständen)
- Zusammenarbeit mit Kindertagesstätten, dem Jugendamt und anderen Beratungsstellen

### Kontakt:

#### Rathaus Tiergarten

Mathilde-Jacob-Platz 1 – 10551 Berlin

☎ 030 / 9018-45 183

✉ [bke@ba-mitte.berlin.de](mailto:bke@ba-mitte.berlin.de)

## Familienhebammen / FGKiKP (Familien-Gesundheits-Kinder-Krankenpflegerin) 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
- Einsätze sind ab Schwangerschaftsende bis zum 1. bzw. 3. Lebensjahr des Kindes möglich
- aufsuchend, einmal wöchentlich
- Unfallverhütung

### Kontakt:

#### Bettina Gerhardt

✉ [b.gerhardt@ba-mitte.berlin.de](mailto:b.gerhardt@ba-mitte.berlin.de)

☎ 030 / 9018-33 334

oder Vertretung:

#### Maria Jahnke

✉ [m.jahnke@ba-mitte.berlin.de](mailto:m.jahnke@ba-mitte.berlin.de)

☎ 030 / 9018-33 251

## 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



### Kontakt:

#### **Sozialdienst Katholischer Frauen e.V.**

bärenstark ins Leben®

mit ehrenamtlichen Familienpaten

Große Hamburger Str. 18 - 10115 Berlin

☎ 0151 / 29 23 40 07

✉ fruehehilfen@skf-berlin.de

Internet: www.skf-berlin.de

#### **Casablanca gGmbH**

„welcome - praktische Hilfe für Familien nach der Geburt“

Pankehaus, Soldiner Str. 76 - 13359 Berlin

☎ 0155 / 66 06 37 93

✉ berlin.mitte@wellcome-online.de

Sprechzeiten: Di 10-12 Uhr & Mi 12-14 Uhr

#### **Koepjohann'sche Stiftung -**

„Känguru - hilft und begleitet“

Albrechtstr. 14 B - 10117 Berlin

☎ 030 / 36 44 84 48

✉ kaenguru@koepjohann.de

Internet: www.koepjohann.de

#### **DRK Kreisverband Berlin-Zentrum e.V.**

Frühchen-Patenschaft

Herbartstraße 25 - 14057 Berlin

☎ 030 / 600 300-5139

✉ fruehchen@drk-berlin-zentrum.de

Internet: www.drk-berlin-zentrum.de

# Aufsuchende Elternhilfe für Schwangere / Eltern mit einer Suchtbelastung

## In der Schwangerschaft bis zum 6. Lebensmonat des Kindes

Beratung und Begleitung zu den Themen:

- Eltern werden
- Alkohol- und Drogenkonsum in der Schwangerschaft
- Paar- und Familienberatung
- Hilfe in Krisensituationen
- Vermittlung von Angeboten im Wohnumfeld
- Besuche in der Klinik und zu Hause
- Unterstützung während der gesamten Schwangerschaft
- Unterstützung im Umgang mit Institutionen und Behörden

## Wigwam Zero – Beratung, Information und Prävention zu Alkoholkonsum in der Schwangerschaft

Telefonische und persönliche Beratung für Schwangere und ihre Angehörigen mit Informationen und Unterstützung für eine alkoholfreie Schwangerschaft – auf Wunsch auch anonym

- Klärung des individuellen Hilfebedarfs
- Informationen und Vermittlung in Hilfs- und Unterstützungsangebote

## Wigwam Support – Familienberatung und offene Sprechstunde

Unsere offene Sprechstunde richtet sich an alle, die Unterstützung in Familienfragen suchen, die im Zusammenhang mit dem Konsum von Alkohol oder anderen Drogen stehen. Wir informieren Sie auch zu gesundheitsbezogenen Hilfen und Angeboten der Jugendhilfe. Es geht dabei um die Unterstützung in Veränderungsprozessen und bei möglichen Problemlösungen.

Sie können persönlich in die offene Sprechstunde kommen, uns anrufen und auf Wunsch auch eine anonyme Beratung bekommen.

## Kontakt:

### Vista gGmbH Wigwam Connect

Stromstr. 47 – 10551 Berlin

☎ 030 / 224 451-400 /-411

Erreichbarkeit: Mo – Fr 10:00 – 16:00 Uhr

✉ wigwam-connect@vistaberlin.de

Internet: www.vistaberlin.de

### Wigwam Connect

in der Charité, Campus Virchow Klinikum

Augustenburger Platz 1 – Mittelweg 9

Sprechstunde in der Charité:

Di 10:00 – 14:00 Uhr

☎ 030 / 450 564 – 270

### Wigwam Zero, Vista gGmbH

Stromstr. 47 – 10551 Berlin

☎ 030 / 224 451-414

✉ wigwam-zero@vistaberlin.de

Internet: www.wigwamzero.de

### Wigwam Support, Vista gGmbH

Stromstr. 47 – 10551 Berlin

☎ 030 / 224 451-400

✉ wigwam-support@vistaberlin.de

Sie erreichen uns:

Mo – Do 10:00 – 16:00 Uhr

Fr 10:00 – 14:00 Uhr

Offene Familiensprechstunde (ohne Anmeldung)

Do 10.30 – 12:00 Uhr

## Aufsuchende Elternhilfen

---

**Für Schwangere / werdende Eltern, die das erste Kind erwarten, ab der zweiten Hälfte der Schwangerschaft bis maximal 1. Lebensjahr des Kindes**

- Informationen zu Veränderungen rund um Schwangerschaft und Geburt des ersten Kindes
- Alltagspraktische Beratung und Unterstützung
- Begleitung zu Behörden / Unterstützung bei Anträgen für das Baby
- Gesundheit von Kind und Eltern stärken
- Vermittlung von Angeboten im Wohnumfeld der Familie

**Kontakt:**

**IBEF e.V.**

Guineastr. 5 - 13351 Berlin

☎ 0178 / 680 73 07

✉ elternhilfe@ibef-berlin.de

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

## 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:**

**Weg der Mitte gem. e.V.**

Ahornstr. 18 - 14163 Berlin

☎ 030 / 814 10 68

✉ [fruehgeborgen@wegdermitte.de](mailto:fruehgeborgen@wegdermitte.de)

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

## Kindergesundheitshaus gGmbH „Wir begleiten im Leben“

---

**Aufsuchendes Angebot für (junge) Eltern / alleinerziehende Mütter / Väter:**

- mit Früh- und Risikogeborenen
- mit Kindern und Jugendlichen mit chronischen Erkrankungen oder Beeinträchtigungen und/oder von Beeinträchtigung bedrohten Kindern
- für die die Geburt eines Kindes eine kritische Herausforderung darstellt
- mit Unsicherheiten im Umgang mit ihrem Kind
- mit eigenen Erkrankungen und/oder Beeinträchtigungen
- mit Migrationshintergrund und/oder geringer sozialer Einbindung

**Kontakt:**

**Kindergesundheitshaus gGmbH**

N. Sonnenschein

☎ 0176 / 76 89 83 67

✉ [sph@kgghaus.de](mailto:sph@kgghaus.de)

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

Wir beraten und unterstützen zum Thema Elternschaft und Leben als Familie, bei Gesundheitsfragen, in psychosozialen Belastungssituationen, bei Behördenangelegenheiten und vernetzen an passende Angebote im Bezirk, ggf. Überleitung an weiterführende Hilfen.

## Beratungsstelle „Schatten & Licht“

### Bei Peripartalen Krisen, Depressionen und Ängsten

Sie sind schwanger oder haben Ihr Kind schon geboren, die Vorfreude und der Wunsch, Eltern zu werden waren riesig - und jetzt fühlt es sich ganz anders an als erwartet? Sie fühlen sich schuldig, traurig, antriebslos, spüren starke Wut, Ungerechtigkeit, Zwänge oder starke Ängste? Das erhoffte Glücksgefühl, wenn Sie Ihr Baby anschauen, bleibt aus ... Dies können Symptome einer psychischen Krise oder postpartalen Depression sein. Die Mitarbeiter:innen des Vereines Schatten und Licht beraten und unterstützen ehrenamtlich betroffene Personen. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe (kostenlos) kann sehr hilfreich sein, im Familienzelt und abwechselnd online findet diese zweimal im Monat statt.

## Mutter - Kind - Sprachlerngruppen

### Lerne Deutsch mit deinem Baby oder Kind

Mütter lernen Deutsch zusammen mit ihren Kindern im Alter von 3 Monaten bis 3 Jahren.

Zwei Kursleitende sind in den Mutter-Kind-Sprachlerngruppen immer dabei:

Eine Lehrerin für Deutsch als Zweitsprache und eine pädagogische Fachkraft.

- Mütter können sich die Lernorte auf unserer Webseite (siehe Kontakt) frei aussuchen.
- Sie können jederzeit dazukommen. Die Kurse sind kostenfrei.
- Während der Berliner Schulferien finden keine Kurse statt.
- Anmeldung: direkt in den Kursen oder in der Deutschberatung der VHS-Mitte
- Lerne Deutsch mit deinem Baby oder Kind!
- Вчи німецьку разом зі своєю дитиною!
- بگیرید یاد المانی خود کودک با و نوزاد با!
- Learn German with your baby or your child!
- طفلك أو رضيعك مع الألمانية اللغة تعلم!
- Apprends l'allemand avec ton bébé ou ton enfant !
- Bebeğiniz yada çocuğunuz ile birlikte Almanca öğrenin!
- Учи немецкий вместе со своим малышом!
- Impara il tedesco con il tuo bambino!
- ילדיכם עם או תינוקכם עם גרמנית למדו!
- ¡Aprende alemán con tu bebé o tu niño!
- Ucz się niemieckiego razem z twoim dzieckiem!

### Kontakt:

#### Beratungsstelle „Familienzelt Berlin“

Schönfließer Str. 17 - 10439 Berlin

☎ 030 / 322 30 71

Mo, Mi, Fr 10:00 - 13:00 Uhr

Di 13:00 - 17:00 Uhr

Anmeldung per E-Mail:

✉ shg-berlin@schatten-und-licht.de

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

### Kontakt:

#### Volkshochschule Berlin Mitte

Antonstr. 37 - 13347 Berlin

✉ [elternakademie@vhsmitte.de](mailto:elternakademie@vhsmitte.de)

Internet:

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

[deutsch-lernen-mit-kind-vhs-mitte](http://deutsch-lernen-mit-kind-vhs-mitte)



## 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

Die telefonische Anmeldung ist erforderlich.  
Hausbesuche sind möglich.



### Kontakt:

#### Stadtteil- und Familienzentrum Fabrik Osloer Straße

Osloer Str. 12 - 13359 Berlin

☎ 030 / 493 90 42

✉ familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

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

#### montags:

Claudia Theil - ☎ 0157 / 39 32 73 49

✉ sba.theil@nachbarschaftsetage.de

#### dienstags:

Theresa Fuchs - ☎ 0176 / 47 31 43 04

✉ post@theresa-fuchs.eu

#### mittwochs:

Paula Diederichs - ☎ 0174 / 169 28 41

✉ info@pauladiederichs.de und

Margit Emesz - ☎ 0177 / 69 19 377

✉ emeszm@gmail.com

#### Selbsthilfegruppe „SchreiBaby“

Selbsthilfe-Kontaktstelle Mitte

Perleberger Str. 44 - 10559 Mitte

✉ kontakt@stadtrand.de

☎ 030 / 394 63 64

oder über Margit Emesz - ☎ 0177 / 69 19 377

✉ emeszm@gmail.com

#### Familienzentrum Moabit Ost

Rathenower Str. 17 - 10559 Berlin

Fr 09:00 - 12:00 Uhr

Margit Emesz - ☎ 0177 / 69 19 377

✉ emeszm@gmail.com

## Casablanca gGmbH Projekt „Familienbuddy“

---

- Beratung von Eltern in besonderen Belastungssituationen mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr
- Beratung in Fragen der Erziehung
- Unterstützung in Behördenangelegenheiten
- Entlastung der Eltern
- Kennenlernen von Angeboten für Familien im Kiez

### Kontakt:

#### Casablanca gGmbH – Panke-Haus

Soldiner Str. 76 – 13359 Berlin

☎ 030 / 22 19 436-0

✉ familienbuddy@g-casablanca.de

Internet: [www.panke-haus.de/individuelle-hilfen/familienbuddy](http://www.panke-haus.de/individuelle-hilfen/familienbuddy)

## Deutscher Familienverband, Landesverband Berlin e.V.

---

### Angebote für Eltern wie z.B.:

- Eltern-Kind-Kurse
- Entspannungsangebote für Eltern
- Angebote für die ganze Familie (Erlebnispaziergänge, Bastelnachmittage u.ä.)

### Kontakt:

#### Deutscher Familienverband, Landesverband Berlin e.V

Wallenroder Str. 1 – 13435 Berlin

☎ 030 / 45 30 01-0

✉ sekretariat@dfv-berlin.de

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

## Babylotsinnen der Charité

---

Das Programm „Babylotse“ 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 Schwangerenversorgung, aber auch während des Klinikaufenthaltes stehen die Babylotsen zur Seite.

### Kontakt:

#### Babylotsin CVK

Charité Campus Virchow-Klinikum (CVK) –

Klinik für Geburtsmedizin

Mittelallee 9 – 13353 Berlin

☎ 030 / 450 66-43 87 / -44 07

✉ info-babylotse@charite.de

Internet: <https://babylotsen.charite.de/>

#### Babylotsin CCM

Campus Charité Mitte (CCM) – Klinik für Geburtsmedizin

Charitéplatz 1 – 10117 Berlin

☎ 030 / 450 66 46 60

✉ info-babylotse@charite.de



## Erziehungs- und Familienberatungsstellen des Jugendamtes (EFB)

### Psychologische und psychotherapeutische Beratung ...

- für Eltern während der Schwangerschaft
- für Eltern am Übergang zum Elternwerden
- zur Unterstützung der elterlichen Partnerschaft
- bei Fragen zur kindlichen Entwicklung
- speziell für junge Mütter und junge Väter
- bei Erziehungsunsicherheiten und Fragestellungen rund um KiTa Tagesbetreuung
- bei Problemen im Umgang mit dem Säugling / Kleinkind
- bei Regulationsstörungen des Säuglings / Kleinkind (Schlaf-, Fütter- und Gedeihstörung, Trotzen, Klammern, Ängstlichkeit, Spielunlust, chronische Unruhe)
- bei Problemen im Familiensystem (Geschwisterkonflikte, Patchwork Familie, Trennung, Scheidung, etc.)
- für Eltern mit eigener Trauma-Erfahrung
- für Eltern mit Suchterkrankungen
- für Eltern mit psychischen Erkrankungen
- Intensive pädagogisch-therapeutische Arbeit mit Familien bei Misshandlungsvorwürfen
- für Eltern, die sich belastet fühlen
- für neugierige Eltern

### Kontakt:

#### **EFB Gesundbrunnen**

Grüntaler Str. 21 - 13357 Berlin

☎ 030 / 9018-45 350

✉ efb.gesundbrunnen@ba-mitte.berlin.de

#### **EFB Tiergarten**

Turmstr. 75 - 10551 Berlin

☎ 030 / 9018-34 614

✉ efb.moabit@ba-mitte.berlin.de

#### **EFB Zentrum / Wedding**

Schulstr. 101 - 13347 Berlin

☎ 030 / 9018-45 400

✉ efb.zentrum-wedding@ba-mitte.berlin.de

Offene Sprechstunde in allen 3 Standorten  
jeden Dienstag 09:00 - 11:00 Uhr  
und jeden Donnerstag 16:00 - 18:00 Uhr

## Koordinierungsstelle für Alleinerziehende in Berlin-Mitte

### ALLEINERZIEHEND:

Alleinerziehend sein ist eine ganz normale Familienform. Allerdings auch eine, die für die Mütter und Väter viel anstrengender sein kann, als das bei anderen Familienformen der Fall ist. Denn die Alleinerziehenden sind häufig vor viele Herausforderungen auf einmal gestellt.

Bei der Koordinierungsstelle des Netzwerks für Alleinerziehende können Sie einen E-Mail-Newsletter mit vielen Angeboten im Bezirk abonnieren und Hinweise auf die Beratungs-, Freizeit- und Begegnungsstätten bei uns im Bezirk bekommen.

### Kontakt:

#### **AWO Kreisverband Berlin-Mitte e.V.**

„Koordinierungsstelle des Netzwerks für Alleinerziehende in Berlin-Mitte“

Wattstraße 9 - 13355 Berlin

☎ 030 / 49 30 14 28

☎ 0151 / 46 73 59 74

✉ alleinerziehend@awo-mitte.de

Internet: [www.awo-mitte.de/alleinerziehende/](http://www.awo-mitte.de/alleinerziehende/)

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

- Schwangerentreff – Möglichkeiten zum Austausch und zur Beratung
- Angebote für psychisch belastete Eltern
- Angebote für allein- und getrennterziehende Familien
- Elterntraining – Freude und Sicherheit mit meinem Kind
- Frühförderung von Babys
- Krabbelgruppen, Elterntreffs, Babymassage u. a.
- Mutter-Kind-Sprachlerngruppen
- FuN-Elternkurse / FuN-Baby
- Starke Eltern von Anfang an – Stärkung der Elternkompetenzen
- Mehrlings- und Zwillingstreff im Gesundbrunnen / Wedding
- Hebammensprechstunden
- Eltern-Kind-Turnen usw.
- „Bewegungspicknick“
- Baby-Handzeichen
- Angebote für Väter



### REGION ZENTRUM

#### **FiPP e.V. – Familienzentrum Fischerinsel**

im Stadtteilzentrum KREATIVHAUS

Fischerinsel 3 – 10179 Berlin

☎ 0163 / 51 71 885

✉ familienzentrum-fischerinsel@fippev.de

Internet: [www.kreativhaus-berlin.de/bereiche/familienzentrum-fischerinsel](http://www.kreativhaus-berlin.de/bereiche/familienzentrum-fischerinsel)

#### **KIDZ e.V. – Familienzentrum Villa Lützw**

Lützwstr. 28 – 10785 Berlin

☎ 030 / 25 73 38 16

✉ kidz@familienzentrum-villaluetzow.de

Internet: [www.familienzentrum-villaluetzow.de](http://www.familienzentrum-villaluetzow.de)

#### **KIDZ e.V. – Familienzentrum Schwedter Straße**

Swedter Straße 234 – 10435 Berlin

☎ 030 / 50 95 50 30

✉ kidz@familienzentrum-schwedterstrasse.de

Internet: [www.familienzentrum-schwedterstrasse.de](http://www.familienzentrum-schwedterstrasse.de)

## REGION GESUNDBRUNNEN

### **Pfefferwerk Stadtkultur gGmbH**

Familienzentrum Wattstraße

Wattstr. 16 - 13355 Berlin

☎ 030 / 44 38 33 45

✉ fz-wattstrasse@pfefferwerk.de

Internet: <https://fz-wattstrasse.pfefferwerk.de>

### **Panke-Haus Familienförderzentrum**

Soldiner Straße 76 - 13359 Berlin

☎ 030 / 221 94 36-0

Fax: 030 / 221 94 36-111

✉ info@panke-haus.de

Internet: [www.panke-haus.de](http://www.panke-haus.de)

### **DRK-Kiezzentrum Humboldthain**

Neue Hochstr. 21 - 13347 Berlin

☎ 030 / 600 300-5530

✉ kiezzentrum-humboldthain@drk-wedpre.de

Internet: [www.kiezzentrum-humboldthain.de](http://www.kiezzentrum-humboldthain.de)

### **„Stadtteil- und Familienzentrum Fabrik Osloer Straße“**

Osloer Str. 12 - 13359 Berlin

☎ 030 / 49 90 23 35

✉ familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Internet: [www.familienzentrum-fabrik.de](http://www.familienzentrum-fabrik.de)

## REGION MOABIT

### **Frecher Spatz e.V.**

Familienaktiv-Zentrum

Agricolastr. 28 - 10555 Berlin

☎ 030 / 76 21 37 50

✉ faz@frecherspatz.de

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

### **SOS-Kinderdorf Berlin**

Familienzentrum /

Mehrgenerationenhaus

Waldstr. 23/24 - 10551 Berlin

☎ 030 / 330 99 30

✉ kd-berlin@sos-kinderdorf.de

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

### **Familienzentrum Moabit-Ost**

Rathenower Str. 17 - 10559 Berlin

☎ 030 / 922 57 499

☎ 0163 / 63 111 24

☎ Stadtteilmutter: 0176 / 471 44 102

Internet: [www.familienzentrum-moabit.de](http://www.familienzentrum-moabit.de)

## REGION WEDDING

### **Zukunftshaus Wedding / Familienzentrum**

Müllerstraße 56-58 - 13349 Berlin

☎ 030 / 450 05-131

✉ familienzentrum@pgssoziales.de

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

### **Familienzentrum am Nauener Platz**

Schulstr. 101 - 13347 Berlin

☎ 030 / 46 06 61 41

✉ familienzentrum-mitte@lvs.stiftung-spi.de

Internet: [www.familienzentrum-nauener-platz.de](http://www.familienzentrum-nauener-platz.de)



## STADTTEILMÜTTER IN MITTE

---

Praktische Unterstützung und Begleitung von Müttern / Eltern rund um die Themen:

- Familie, Erziehung, Sprachförderung, Bildung und Integration, Gesundheits- und Freizeitangebote im Kiez
- Beratung in Erziehungs- und Gesundheitsfragen, Hebammen-Sprechstunden rund um Schwangerschaft, Geburt und Baby
- Hausbesuche und Begleitung und Unterstützung bei Kita- oder Schulterminen als Sprach- und Kulturmittlerinnen

Wir sind vernetzt und kooperieren mit vielen Kitas, Schulen, Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe sowie der Familienförderung.  
Wir sprechen viele Sprachen.

Ein Projekt der Bethania Diakonie gGmbH

**Kontakt Moabit:**

**Jugendhaus B8**

Berlichingenstr. 8-11 - 10553 Berlin,

☎ 030 / 39 74 09 07

Projektleitung: Shiva Saber Fattahy,

☎ 0151 / 18 00 17 92

✉ s.saber-fattahy@bethania.de

**Kontakt Wedding:**

**c/o Familienzentrum am Nauener Platz**

Schulstr. 101 - 13347 Berlin

Projektleitung: Hatice Kanal

☎ 0151 / 18 00 17 96 oder 0176 / 44 45 73 26

✉ h.kanal@bethania.de

**Kontakt Gesundbrunnen:**

**c/o Sprachförderzentrum Mitte**

Badstraße 10 - 13357 Berlin

Projektleitung: Edda Börner, ☎ 0151/ 1800 1794

✉ e.boerner@bethania.de

## FAMILIENRAT

---

Sorge um Ihr Kind? Stress in der Partnerschaft?

Sie wissen nicht mehr, wo Ihnen der Kopf steht und suchen Entlastung?

Wir unterstützen Sie dabei, ein Problem oder Konflikt in ihrer Familie zu lösen.

Hierfür organisieren wir ein Zusammentreffen von allen für sie wichtigen Personen.

Gemeinsam besprechen Sie dann eine Lösung für das Problem/den Konflikt.

Durch den Familienrat ...

- finden Familien für sie passende Lösungen.
- stärken Familien ihre Beziehungen.
- erleben Betroffene, dass sie nicht allein sind!

**Kontakt:**

**Familienratsbüro Berlin Mitte (KHJV)**

Osloer Straße 12

(Aufgang A, 3. Etage)

☎ 0162 / 211 34 79

✉ familienrat@kjhv.de

Internet:

<https://kjhv-bb.de/hilfsangebote/familienratsbuero-mitte/>



Wir begleiten Menschen mit Beeinträchtigungen jeden Alters auf ihrem individuellen Weg in ein selbstständiges und selbstbestimmtes Leben.

Für junge Kinder mit Beeinträchtigung (oder mit Verdacht darauf) und ihre Eltern bietet die Lebenshilfe BAB gGmbH verschiedene Leistungen an:

### **Elternbegleitgruppe für Eltern von Kindern mit einer Beeinträchtigung von 0 - 3 Jahren:**

Bis zu zehn Mütter/Väter und ihre Kinder treffen sich in der Ramlerstraße 13 an zehn Vormittagen einmal in der Woche, um andere Eltern kennenzulernen, sich auszutauschen, spielerische Anregungen zur Kindesentwicklung, Beratung und Unterstützung zu erhalten.

### **Familienunterstützung/Helfer:innenkreis:**

Die Helfer\*innen unterstützen, betreuen und begleiten Kinder mit Beeinträchtigung flexibel und tragen dazu bei, Familien stundenweise zu entlasten. Das Betreuungsangebot nach § 45b SGB XI wird von der Pflegekasse als Leistung anerkannt.

### **Ambulante Hilfen (nach SGB VIII und SGB IX):**

- Beratung und Unterstützung von Eltern im Rahmen von Familienhilfe vor allem auch mit Bezug auf die Beeinträchtigung(en) des Kindes und einen möglichen Umgang mit eventuell entstehenden Barrieren und Herausforderungen
- Aufsuchende Hilfen zur beeinträchtigungsspezifischen Einzelförderung für junge Kinder

### **Schwerpunkte:**

Autismus-Spektrum, Trisomie 21, Hörbeeinträchtigung, FASD und Komplexe Beeinträchtigung. Hilfen können beim zuständigen Jugendamt beantragt werden.

### **Kontakt:**

#### **Standort Zentrum/Alt-Mitte**

Innsbrucker Straße 37 - 10825 Berlin

#### **Standort Gesundbrunnen**

Ramlerstr. 13 - 13355 Berlin

☎ 030 / 590 031 711

Fax: 030 / 590 031 716

✉ info@lebenshilfe-bab.de

Instagram: lebenshilfe.bab

Internet:

[www.lebenshilfe-berlin.de/de/ueber-uns/organisation/lebenshilfe-bab-ggmbh.php](http://www.lebenshilfe-berlin.de/de/ueber-uns/organisation/lebenshilfe-bab-ggmbh.php)



## Heilpädagogischer Fachdienst „Berliner Kiebitze“

Sie machen sich Sorgen, ob Ihr Kind sich altersgerecht entwickelt?  
Sie sind unsicher, wie Sie mit ihm umgehen und es fördern können?  
Dann beraten wir Sie gern – auch anonym.

Unser Angebot:

- Beratung für Eltern von Kindern im Alter von 0 - 7 Jahren (bis Schuleintritt)
- Hausbesuche & Beobachtung des Kindes im häuslichen Umfeld und/oder Kindertagesbetreuung
- Gespräche mit Bezugspersonen in der Kindertagesbetreuung
- Begleitung der Eltern bei Gesprächen in der Kita und Tagespflege
- Beratung zu Unterstützungs- und Förderangeboten im Wohnumfeld

Sie können sich direkt an uns wenden. Unsere Beratungen sind offen und kostenfrei.  
Auch Tagespflegepersonen und Fachkräfte aus Kindertagesstätten können sich durch den HPFD beraten lassen.



### Kontakt:

#### Standort Zentrum/Alt-Mitte

Heilpädagogischer Fachdienst „Berliner Kiebitze“  
Integral e.V.

Rathausstr. 13 – 10178 Berlin

☎ 0151 / 19 53 63 81

✉ [hpfd.friedrichshain-mitte@integral-kja.berlin](mailto:hpfd.friedrichshain-mitte@integral-kja.berlin)

#### Standort Wedding/ Reinickendorf

Heilpädagogischer Fachdienst „Berliner Kiebitze“  
Ki.D.T. gGmbH

Nazarethkirchstr. 52 – 13347 Berlin

☎ 0162 / 2 15 42 71 oder 0152 / 55 47 90 82

✉ [hpfd.reinickendorf-wedding@kidt.berlin](mailto:hpfd.reinickendorf-wedding@kidt.berlin)

#### Standort Tiergarten/Schöneberg

Heilpädagogischer Fachdienst „Berliner Kiebitze“  
Ki.D.T. gGmbH

Karl-Schrader-Str. 6 – 10781 Berlin

☎ 0152 / 09 00 71 45 oder 0152 / 08 99 75 67

✉ [hpfd.schoeneberg-tiergarten@kidt.berlin](mailto:hpfd.schoeneberg-tiergarten@kidt.berlin)

Internet: [www.kiebitze.berlin](http://www.kiebitze.berlin)

# ● DIGITALE ANGEBOTE

## ElternMail Berlin

### ElternMail Berlin - Elternsein leichter machen

ElternMail Berlin begleitet Mütter und Väter beim Abenteuer Familie - vom turbulenten Start bis zur aufregenden Pubertät.

In der ElternMail Berlin finden Eltern ...

- hilfreiche Informationen und Tipps rund um die Entwicklungsschritte Ihres Kindes
- praktische Antworten auf Ihre Fragen im Familienalltag
- konkrete Hinweise zu unterstützenden Angeboten für Familien in Berlin
- Ärztliche Unterstützungen und Beratungen zu allen Fragen der Gesundheit, des Entwicklungsstandes, Impfungen und Ernährungsfragen

ElternMail Berlin gibt es kostenlos, in mehreren Sprachen und immer pünktlich zu den Entwicklungsschritten des Kindes in Ihrem E-Mail-Postfach.

Hier geht es zur Anmeldung: [www.elternleben.de/elternmail-berlin/](http://www.elternleben.de/elternmail-berlin/)

### Kontakt:

#### ElternMail Berlin

wellcome Landeskoordination Berlin  
c/o Stützrad gGmbH

Liselotte-Hermann-Str. 33 - 10407 Berlin

Ansprechpartnerinnen:

Katja Brendel / Sabrina Döring

☎ 030 / 29 49 35 83

✉ [berlin@wellcome-online.de](mailto:berlin@wellcome-online.de)

✉ [berlin2@wellcome-online.de](mailto:berlin2@wellcome-online.de)

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



## Berliner Familienportal und ElternMail Berlin - Zwei, die Elternsein leichter machen

Auf dem Berliner Familienportal finden Sie alles rund ums Elternsein, von A wie Anträge bis Z wie Zuwanderung. Außerdem Freizeittipps und vieles mehr. Multi-Language - in allen Sprachen verfügbar.

Mit der ElternMail bekommen Sie die wichtigsten Infos zu jeder Entwicklungsphase Ihres Kindes. Mit praktischen Tipps und Unterstützungsangeboten. Aktuell in sechs Sprachen erhältlich.

### Kontakt:

#### Berliner Familienportal

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie  
Bernhard-Weiß-Str. 6 - 10178 Berlin

✉ [familienportal@senbjf.berlin.de](mailto:familienportal@senbjf.berlin.de)



# ● SCHWANGERENBERATUNG & WEITERE BERATUNGSSTELLEN

Wenn Sie Fragen zur Schwangerschaft, Familienplanung oder Partnerschaft haben, können Sie sich bei einer Beratungsstelle 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

☎ 030 / 9018 441 25

✉ Zentrum-Familienplanung@ba-mitte.berlin.de

Internet: [www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/gesundheitsamt/zentren/artikel.106172.php](http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/gesundheitsamt/zentren/artikel.106172.php)



## Immanuel Beratung Reginhardstraße

Reginhardstraße 34 - 13409 Berlin

☎ 030 / 447 262-330

✉ beratung.reginhardstrasse@immanuel.de

Internet: [www.beratung.immanuel.de](http://www.beratung.immanuel.de)

## Immanuel Beratung Fischerinsel

Fischerinsel 2 - 10179 Berlin

☎ 030 / 447 262-190

✉ beratung.fischerinsel@immanuel.de

Internet: [www.beratung.immanuel.de](http://www.beratung.immanuel.de)

## Beratungsstelle BACIM

Deutsches Rotes Kreuz

Oldenburger Str. 22 - 10551 Berlin

☎ 030 / 395 30 37

✉ bacim@drk-berlin-zentrum.de

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

## DRK-Kreisverband Wedding / Prenzlauer Berg e. V.

Allgemeine soziale Dienste

Neue Hochstr. 21 - 13347 Berlin

☎ 030 / 600 300-5520

✉ asd@drk-wedpre.de

Internet: [www.drk-wedpre.de](http://www.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
<b>GESUNDHEIT</b>				
<b>Gynäkolog:in suchen</b>	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	<b>Internet</b> www.kvberlin.de  (> Arztsuche > Frauenheilkunde und Geburtshilfe)	• Krankenversichertenkarte
<b>Hebamme suchen</b> • Beratung in der Schwangerschaft / Vorsorge • Geburtsvorbereitung • Wochenbettbetreuung • Informationen zu Angeboten • Rückbildungskurse	Jede Frau hat Anspruch auf die Unterstützung einer Hebamme in der Schwangerschaft und in der Zeit nach der Geburt. Die Hebamme kann bis auf die Ultraschalluntersuchungen alle Vorsorgeuntersuchungen während der Schwangerschaft machen. Sie stellt auch den Mutterpass aus. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.	ab Beginn der Schwangerschaft	<b>Internet</b> www.hebammensuche.de www.kidsgo.de www.ammely.de www.berliner-hebammenvermittlung.de www.berliner-hebammenverband.de	• Krankenversichertenkarte
<b>Geburtseinrichtung suchen / zur Geburt anmelden</b>		während der Schwangerschaft	<b>Entbindungskliniken Berlin Mitte</b> Charité Campus Virchow-Klinikum Augustenburger Platz 1, 13353 Berlin ☎ 030 / 450-50 Campus Charité Mitte Charitéplatz 1, 10117 Berlin ☎ 030 / 450-50	• Krankenversichertenkarte • Mutterpass

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
<b>Kinderärztliche Praxis für die U-Untersuchungen suchen</b>	Die U1 und meist auch noch die U2 werden in der Geburtseinrichtung durchgeführt. Die U-Untersuchungen U3 bis U9 werden in einer kinderärztlichen Praxis durchgeführt.	Die U-Untersuchungen sind sehr wichtig, daher sollten Sie <b>bereits während der Schwangerschaft</b> nach einer kinderärztlichen Praxis suchen, die freie Termine hat.	<b>Internet</b> www.kvberlin.de (> Arztsuche > Kinder- und Jugendmedizin)	

## ARBEIT

<b>Schwangerschaft bei der Arbeitsstelle bekannt geben</b>		keine Frist, aber frühestmöglich, damit die Einhaltung der Mutterschaftsbestimmungen gewährleistet ist	Arbeitgeber	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ggf. Mutterpass</li> <li>• Bescheinigung der Gynäkologin/des Gynäkologen oder der Hebamme</li> </ul>
<b>Elternzeit beantragen</b>	www.bmfsfj.de (> Familie > Elterngeld / Elternzeit > Alles Wissenswerte zur Elternzeit im Überblick)	spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit	Arbeitgeber	

## BEHÖRDEN

<b>Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen</b>	Die Vaterschaftsanerkennung ist wichtig bei Eltern, die nicht verheiratet sind.	vor der Geburt zu empfehlen, aber auch nach der Geburt noch möglich	<p><b>Jugendamt - kostenfrei</b> Karl-Marx-Allee 31, 10178 Berlin <b>Sprechzeiten:</b> nach Terminvereinbarung Di: 09:00 - 12:00 Uhr Do: 14:00 - 18:00 Uhr ☎ 030 / 115 ✉ beurkundung.jug@ba-mitte.berlin.de</p> <p>oder</p> <p><b>Standesamt - kostenpflichtig</b> Parochialstr. 3, 10179 Berlin ☎ 030 / 115 ✉ neugeburten@ba-mitte.berlin.de</p>	<p><b>Vorab per E-Mail, Post oder persönlich während der Sprechzeit einreichen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausweis / Pass, Geburtsurkunden beider Eltern</li> <li>• Mutterpass (wenn nach der Geburt: Geburtsurkunde des Kindes)</li> <li>• Übersenden der Unterlagen per E-Mail möglich / bitte Telefonnummer für Rückfragen angeben</li> <li>• Ausweis / Pass, Geburtsurkunden beider Eltern</li> </ul>
--	---	---	---	--

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
<b>BEHÖRDEN</b>				
<b>Sorgeerklärung abgeben</b>  (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	<b>Jugendamt - kostenfrei</b> Karl-Marx-Allee 31, 10178 Berlin <b>Sprechzeiten:</b> Di: 09:00 - 12:00 Uhr Do: 14:00 - 18:00 Uhr ✉ beurkundung.jug@ba-mitte.berlin.de	<b>Vorab per E-Mail, Post oder persönlich während der Sprechzeit einreichen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausweis / Pass, Geburtsurkunden beider Eltern</li> <li>• Mutterpass (wenn nach der Geburt: Geburtsurkunde des Kindes)</li> <li>• Vaterschaftsanerkennung</li> </ul>
<b>FINANZEN</b>				
<b>Mutterschaftsgeld beantragen</b>	Berufstätige Frauen, die in der gesetzlichen Krankenversicherung sind, erhalten 6 Wochen vor bis 8 Wochen nach der Geburt von ihrer Krankenkasse Mutterschaftsgeld. Der Arbeitgeber zahlt den Nettolohn minus 13 Euro je Arbeitstag. Diese werden von der Krankenkasse gezahlt. Bei Bezug von ALG I zahlt nur die Krankenkasse.	Bescheinigung über die Schwangerschaft 7 Wochen vor der Geburt einreichen	<b>Krankenkasse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antrag der Krankenkasse</li> <li>• Bescheinigung der Gynäkologin / des Gynäkologen oder der Hebamme</li> </ul>
<b>Leistungen vom JobCenter:</b> Mehrbedarf für Schwangere / Schwangerschaftsbekleidung / Erstausrüstungsbeihilfe beantragen	Bürgergeldempfängerinnen haben die Möglichkeit, folgende einmalige Leistungen zu beantragen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwangerschaftsbekleidung</li> <li>• Babyerstausrüstung</li> <li>• Hochstuhl</li> <li>• Kinderwagen</li> <li>• Kinderbett</li> </ul> Zudem besteht die Möglichkeit, einen Mehrbedarf für Schwangere in Höhe von 17 % der Regelleistung zu beantragen.	Mehrbedarf für Schwangere / Schwangerschaftsbekleidung: ab der 13. Schwangerschaftswoche  Babyerstausrüstung: 2 - 3 Monate vor dem errechneten Entbindungstermin	<b>JobCenter - Hauptsitz:</b> Seydelstr. 2-5, 10117 Berlin Weitere Standorte: Müllerstr. 16, 13353 Berlin Müllerstr. 147, 13353 Berlin Lehrtr Str. 46, 10557 Berlin Kapweg 4, 13405 Berlin  Telefonische Erreichbarkeit: Mo. und Mi. 08:00 - 16:00 Uhr Do: 08:00 - 18:00 Uhr, Fr: 08:00 - 14:00 Uhr ☎ 030 / 55 55 45 22 22 ✉ Jobcenter-Berlin-Mitte@jobcenter-ge.de	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schriftlicher formloser Antrag</li> <li>• Mutterpass</li> </ul>

**FINANZEN**

<p><b>Zahlung der Stiftung „Hilfe für die Familie - Schwangere in Not“ beantragen</b></p>	<p>Die Stiftung „Hilfe für die Familie - Schwangere in Not“ stellt einmalig pro Schwangerschaft ergänzende Leistungen zur Verfügung, wenn die Erstausrüstung 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 <b>einer</b> Schwangerschaftsberatungsstelle und nicht bei mehreren gestellt wird. Im Falle einer doppelten Antragstellung wird der Antrag abgelehnt.</p>	<p>Ab der 13. Schwangerschaftswoche bis vor der Geburt - der Antrag sollte so früh wie möglich gestellt werden.</p>	<p><b>jede Schwangerschaftsberatungsstelle</b></p> <p><a href="http://www.stiftunghilfe.de">www.stiftunghilfe.de</a></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalausweis / Reisepass und Meldebestätigung</li> <li>• Mutterpass</li> <li>• Unterlagen über vorhandenes eigenes Vermögen</li> <li>• Kontoauszüge</li> <li>• Mietvertrag</li> <li>• Einkommensnachweise</li> <li>• Bescheide vom JobCenter über die Gewährung von Sonderleistungen</li> <li>• Nachweise über Schulden und Ratenzahlungen</li> </ul>
---	--	---	--	---

# ● 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
<b>GESUNDHEIT</b>				
<b>U-Untersuchungen wahrnehmen</b>	<b>Wichtig:</b> Termine der U-Untersuchungen bei der vor der Geburt ausgewählten kinderärztlichen Praxis wahrnehmen.	ab der Geburt	<b>Kinderärztliche Praxis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gelbes Heft für Vorsorgeuntersuchungen</li> <li>• Impfpass</li> </ul>
<b>Krankenversicherung für das Kind abschließen</b> (Familienversicherung)	Nach telefonischer Information schickt die Krankenkasse ein Formular zu. Für das Kind gibt es 2 Wochen nach der Anmeldung eine eigene Versichertenkarte. Eine ärztliche Behandlung ist auch schon vorher möglich. Für die Versicherung des Kindes fallen keine zusätzlichen Kosten an.	sofort nach der Geburt	<b>Krankenkasse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geburtsurkunde des Kindes</li> <li>• ausgefülltes Formular der Krankenkasse</li> <li>• Krankenversichertenkarte (falls schon vorhanden)</li> </ul>
<b>Angebote des Kinder und Jugendgesundheitsdienstes (KJGD) wahrnehmen</b>	<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"> <li>• ärztliche Untersuchungen von Säuglingen und Kindern</li> <li>• individuelle Beratung und Begleitung in Krisen- und Überlastungssituationen</li> <li>• Hilfestellung bei Ämtergängen</li> <li>• Durchführung von Kindertagesstätten-Aufnahmeuntersuchungen</li> </ul>	Ersthausbesuch: ca. 4 - 6 Wochen nach der Geburt	<p><b>Kinder- und Jugendgesundheitsdienst</b></p> <p><b>Standort Tiergarten</b> Mathilde-Jacob-Platz 1 10551 Berlin</p> <p>Termine nur nach telefonischer Vereinbarung: ☎ 030 / 9018-46130 ✉ <a href="mailto:KJGD@ba-mitte.berlin.de">KJGD@ba-mitte.berlin.de</a></p> <p><b>Sprechzeiten:</b> Bitte telefonisch erfragen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gelbes Heft für Vorsorgeuntersuchungen</li> <li>• Impfpass</li> </ul>

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
<b>BEHÖRDEN</b>				
<b>Anmeldung beim Standesamt</b>	<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. Sie erhalten 3 gebührenfreie Geburtsbescheinigungen sowie Urkunden (weitere Geburtsurkunden können kostenpflichtig erworben werden).</p>	<p>Innerhalb einer Woche nach der Geburt bei Hausgeburten. Bei Geburt in einer Klinik erfolgt die Anmeldung von dort.</p>	<p><b>Standesamt</b>            Parochialstr. 3, 10179 Berlin            ☎ 030 / 9018-243 21            ☎ 030 / 9018-243 34            ☎ 030 / 9018-243 41            ☎ 030 / 9018-243 45</p> <p>✉            neugeburten@ba-mitte.berlin.de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geburtsbescheinigung der Geburtseinrichtung</li> <li>• Geburtsurkunden der Eltern</li> <li>• Personalausweise der Eltern</li> <li>• Heiratsurkunde der Eltern</li> </ul> <p>Zusätzlich, wenn nicht verheiratet:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vaterschaftsanerkennung (falls vorhanden) und ggf. Sorgerechtserklärung, wenn Kindesmutter geschieden</li> <li>• Heiratsurkunde und Scheidungsurteil</li> <li>• bei gemeinsamen Vorkindern die Geburtsurkunden der Kinder</li> </ul>
<b>Kitaplatz suchen</b>		<p>Die Kitaplatz-Suche ist so früh wie möglich zu empfehlen.</p>	<p><b>Internet</b>  <a href="https://kita-navigator.berlin.de">https://kita-navigator.berlin.de</a></p>	
<b>Kita-Gutschein beantragen</b>	<p>Bevor Ihr Kind in einer Kita betreut werden kann, muss ein Kita-Gutschein beantragt werden. Der Gutschein enthält die Höhe des Betreuungsumfanges. Mit dem Kita-Gutschein wenden Sie sich an eine Kita Ihrer Wahl und schließen mit dem Träger einen Vertrag ab. Die Betreuung ist für alle Kinder kostenlos. Essengeldpauschale in Höhe von 23 Euro ist zu zahlen.</p> <p>Kita-Gutscheinstelle:  <a href="http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kindertagesbetreuung/artikel.245394.php">www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kindertagesbetreuung/artikel.245394.php</a></p>	<p>Die Beantragung des Kita-Gutscheins ist frühestens 9 Monate, spätestens 2 Monate vor dem gewünschten Beginn der Betreuung möglich. (In besonderen Fällen ist dies auch kurzfristig möglich, z.B. bei Zuzug nach Berlin oder kurzfristiger Arbeitsaufnahme.)</p>	<p><b>Jugendamt</b>            FamilienServiceBüro            Karl-Marx-Allee 31, 10178 Berlin            ☎ 030 / 9018-24 000</p> <p><b>Sprechzeiten:</b>            Di: 09:00 – 12:00 Uhr            Do: 14:00 – 18:00 Uhr            nur mit Terminbuchung</p> <p><b>Telefonsprechstunde:</b>            Mo, Di, Fr: 09:00 – 11:00 Uhr            Do: 14:00 – 17:00 Uhr</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular und Arbeitsnachweise;</li> <li>• alle Vordrucke über den QR-Code oder auf der Internetseite:  <a href="http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kindertagesbetreuung">www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kindertagesbetreuung</a></li> </ul>



## BEHÖRDEN

bei Bedarf  
**Beistandschaft**  
beantragen

Sie können jederzeit für Ihr Kind kostenlos eine Bestandschaft zur Feststellung der Vaterschaft und / oder Geltendmachung von Unterhaltsansprüchen schriftlich beantragen.  
Voraussetzung ist, dass Sie sorgeberechtigt sind (allein oder gemeinsam) und sich das Kind in Ihrer Obhut befindet.

Wir vertreten Ihr Kind im Vaterschaftsfeststellungsverfahren.

Wir überprüfen die Persönlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse des Unterhaltspflichtigen.

Wir berechnen und beurkunden den Unterhaltsanspruch.

Wir machen die Unterhaltsansprüche Ihres Kindes - wenn erforderlich - gerichtlich geltend und vertreten Ihr Kind vor Gericht.

Wir überwachen den Eingang der Unterhaltszahlungen und leiten ggf. Zwangsvollstreckungsmaßnahmen ein.

ab der Geburt

Wo?

**Jugendamt / Beistandschaft**  
Karl-Marx-Allee 31, 10178 Berlin

**Sprechzeiten:**  
Di: 09:00 - 12:00 Uhr  
Do: 14:00 - 18:00 Uhr

☎ 030 / 9018-24 000



[beurkundung.jug@ba-mitte.berlin.de](mailto:beurkundung.jug@ba-mitte.berlin.de)

- Personalausweis
- Geburtsurkunde des Kindes
- ggf. vorhandene Schuldtitel



Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
<b>FINANZEN</b>				
<b>Kindergeld beantragen</b>	<p>Für alle Kinder besteht ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres Anspruch auf Kindergeld.</p> <p>Antragsvordruck Kindergeld (erhältlich bei der Familienkasse): <a href="http://www.arbeitsagentur.de">www.arbeitsagentur.de</a> (&gt; Bürgerinnen &amp; Bürger &gt; Familie und Kinder &gt; Kindergeld, Kindergeldzuschlag)</p> <p>Hier ist auch die Online-Antragstellung möglich.</p> <p><a href="http://www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/infos-rund-um-kindergeld/kindergeld-an-spruch-hoehe-dauer">www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/infos-rund-um-kindergeld/kindergeld-an-spruch-hoehe-dauer</a></p>	innerhalb von 6 Monaten nach der Geburt	<p><b>Bundesagentur für Arbeit Familienkasse</b> Charlottenstr. 90, 10969 Berlin ☎ 0800 / 455 55 30</p> <p><b>Telefonische Erreichbarkeit:</b> Mo - Fr: 08:00 - 18:00 Uhr</p> <p><b>Sprechzeiten:</b> Di, Fr: 09:00 - 12:00 Uhr Do: 09:00 - 12:00 Uhr und 15:00 - 18:00 Uhr</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular</li> <li>• Geburtsurkunde vom Standesamt für den Antrag auf Kindergeld im Original vom Standesamt</li> <li>• Ausweis / Pass der Eltern</li> </ul>
<b>Kinderzuschlag beantragen</b>	<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. Als Faustregel gilt: Eltern, die Bürgergeld, Sozialgeld oder Sozialhilfe beziehen und sonst kein Einkommen haben, können Kindergeld aber keinen Kinderzuschlag erhalten.</p>	ab der Geburt bis maximal zur Vollendung des 25. Lebensjahres des Kindes	<p><b>Bundesagentur für Arbeit Familienkasse</b> (siehe oben)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular</li> </ul>
<b>Elterngeld beantragen</b>	<p>Das Elterngeld beträgt i.d.R. 65% des durchschnittlichen Nettoverdienstes der letzten 12 Monate.</p> <p>Elterngeldrechner: <a href="http://www.bmfsfj.de">www.bmfsfj.de</a> (&gt; Service &gt; Onlinerechner)</p> <p><a href="http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/aktuelles/alle-meldungen/elterngeldrechner-online-99590">www.bmfsfj.de/bmfsfj/aktuelles/alle-meldungen/elterngeldrechner-online-99590</a></p>	<p>innerhalb der ersten 3 Monate nach der Geburt</p> <p>(Das Elterngeld wird nur 3 Monate rückwirkend gezahlt)</p>	<p><b>Jugendamt Elterngeldstelle</b> Karl-Marx-Allee 31, 10178 Berlin Familienservicebüro ☎ 030 / 9018-24 000</p> <p><b>Sprechzeiten:</b> (nur mit Terminvereinbarung) Mo, Di: 09:00 - 15:00 Uhr Do: 14:00 - 18:00 Uhr Fr: 09:00 - 13:00 Uhr</p> <p><b>Telefonsprechstunde:</b> Mo, Mi, Fr: 09.00 - 10.00 Uhr</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular von beiden Eltern unterschrieben mit Anlagen</li> <li>• WICHTIG: Geburtsurkunde für den Antrag auf Elterngeld im Original vom Standesamt</li> <li>• Personalausweise / Pässe der Eltern mit Aufenthaltstitel</li> <li>• Nachweise über Einkommen und Mutterschaftsgeld</li> </ul>

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
<b>FINANZEN</b>				
<b>Wohngeld beantragen</b>	Wohngeld dient der wirtschaftlichen Sicherung angemessenen und familiengerechten Wohnens. Es ist abhängig vom Familieneinkommen, der Miete und der Anzahl der Haushaltsangehörigen.	bei Bedarf (wird nicht gewährt bei Bezug von Bürgergeld, BAföG oder Berufsausbildungsbeihilfe)	<b>Bürgeramt</b> www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/amt-fuer-buergerdienste/buergeraemter/bereich-wohnen/wohngeld-miet-und-lastenzuschuss/artikel.244046.php <small>oder</small> https://service.berlin.de/dienstleistung/120656/ <small>oder</small> Bürger-Telefon (Terminbuchung): ☎ 115	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular</li> <li>• Nachweis über Einkommen</li> <li>• Nachweis über Miete</li> </ul>
<b>Bürgergeld beantragen</b>	Das Bürgergeld ist eine Grundsicherungsleistung für erwerbsfähige Leistungsberechtigte im Alter zwischen 15 und 65 bzw. 67 Jahren nach dem Zweiten Buch Sozialgesetzbuch (SGB II).	bei Bedarf	<b>JobCenter</b> <b>Hauptsitz:</b> Seydelstr. 2-5, 10117 Berlin <b>Weitere Standorte:</b> Müllerstr. 16 und 147, 13353 Berlin Lehrter Str. 46, 10557 Berlin Kapweg 4, 13405 Berlin <b>Telefonische Erreichbarkeit:</b> Mo - Fr: 08:00 - 18:00 Uhr ☎ 030 / 55 55 45 22 22	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular und Anlagen, Personalausweis</li> <li>• Nachweise über Einkommen und Vermögen, Kontoauszüge</li> <li>• Mietvertrag</li> <li>• Kopie der Bankkarte</li> <li>• Kopie der Krankenversichertenkarte</li> </ul>
<b>Unterhaltsvorschuss beantragen</b>	Anspruch auf Unterhaltsvorschuss haben Kinder, die bei einem alleinerziehenden Elternteil leben, das ledig, verwitwet oder geschieden ist oder von seinem Ehegatten oder seiner Ehegattin getrennt lebend ist <b>und</b> keinen oder keinen regelmäßigen Unterhalt von dem anderen Elternteil erhalten.  Es gilt: Bis zur Vollendung des 12. Lebensjahres können Kinder ohne zeitliche Einschränkung Unterhaltsvorschuss erhalten.	ab dem Monat der Antragsstellung	<b>Jugendamt</b> <b>Unterhaltsvorschussstelle</b> Karl-Marx-Allee 31, 10178 Berlin ☎ 030 / 9018-24 000  <b>Sprechzeiten im FamilienServiceBüro:</b> Di: 09:00 - 12:00 Uhr Do: 14:00 - 18:00 Uhr  <b>Telefonsprechstunde:</b> Mo, Mi, Fr: 09:00 - 10:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular</li> <li>• Personalausweis</li> <li>• Geburtsurkunde des Kindes</li> <li>• Vaterschaftsanerkennung</li> <li>• Nachweis über den SGB II-Bezug</li> <li>• Vorlage von Nachweisen über die Einkommensverhältnisse (ab dem 12. Lebensjahr)</li> <li>• bei ausländischen Kindern: Kopie des Passes mit Aufenthaltserlaubnis</li> <li>• bei geschiedenen Eltern: Beschluss des Familiengerichtes zur Ehescheidung bzw. Nachweis vom Finanzamt über das Getrenntleben</li> <li>• ggf. Nachweise über Unterhaltszahlungen des anderen Elternteils oder Halbwaisenrente</li> </ul>

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
<b>FINANZEN</b>				
<b>Unterhaltsvorschuss beantragen</b>	<p>Kinder im Alter von 12 Jahren bis zum vollendeten 18. Lebensjahr müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllen, um weiterhin Unterhaltsvorschuss beziehen zu können.</p> <p>Voraussetzung ist, dass sie nicht auf Leistungen nach dem Zweiten Buch Sozialgesetzbuch (SGB II) angewiesen sind <b>oder</b> dass das alleinerziehende Elternteil im SGB II-Bezug mindestens 600 Euro brutto verdient.</p>	ab dem Monat der Antragsstellung	<p><b>Jugendamt Unterhaltsvorschussstelle</b> Karl-Marx-Allee 31, 10178 Berlin</p> <p>FamilienServiceBüro: ☎ 030 / 9018-24 000</p> <p><b>Sprechzeiten:</b> (nur mit Terminvereinbarung) Mo, Di: 09:00 – 15:00 Uhr Do: 14:00 – 18:00 Uhr Fr: 09:00 – 13:00 Uhr</p> <p><b>Telefonsprechstunde:</b> Mo, Mi, Fr: 09.00 – 10.00 Uhr</p>	
<b>Haushaltshilfe beantragen</b>	<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 Ärzt:in oder der Hebamme verordnet werden. Ärzt:in oder Hebamme können aber die Notwendigkeit einer Haushaltshilfe bescheinigen und die Antragsstellung unterstützen.</p>	bei Bedarf (auch bereits in der Schwangerschaft)	<b>Ihre Krankenkasse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mutterpass</li> <li>• Attest von der Arztpraxis oder Bescheinigung der Hebamme über Notwendigkeit einer Haushaltshilfe</li> </ul>
<b>Hilfe im Jugendamt:</b>  Hilfe für Betreuung und Versorgung des Kindes in Notsituationen (§ 20 SGB VIII)	<p>Wenn die Betreuung und Versorgung eines Kindes in Notsituationen (z.B. aus gesundheitlichen oder anderen zwingenden Gründen) nicht gewährleistet ist, kann Hilfe zur Unterstützung beim Jugendamt beantragt werden, wenn es für das Kindeswohl erforderlich ist.</p>	bei Bedarf für Eltern von im Haushalt lebenden Kindern	<b>Ihr zuständiges Jugendamt</b>	im Jugendamt erfragen (abhängig von der jeweiligen Notsituation)

# ● 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)
- ▶ **Eltern-Telefon: 0800 / 111 0 550**  
(Nummer gegen Kummer e.V.)
- ▶ **Onlineberatung für Eltern: [www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)**
- ▶ Mehr unter: [www.elternsein.info](http://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](http://www.bzga.de), [www.fruehehilfen.de](http://www.fruehehilfen.de)

# ● CHECKLISTE VOR DER GEBURT

Was?	Wann?	Wo?	✓
Schwangerschaftsberatung	während der Schwangerschaft	Schwangerenberatungsstelle	
<b>Gesundheit</b>			
Gynäkolog*in suchen	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet	<input type="radio"/>
Hebamme suchen	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet	<input type="radio"/>
Anmeldung zur Geburt	während der Schwangerschaft	Geburtseinrichtung	<input type="radio"/>
Kinderarztpraxis für die Vorsorgeuntersuchungen suchen	während der Schwangerschaft	Internet	<input type="radio"/>
<b>Arbeit</b>			
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"/>
<b>Behörden</b>			
Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen	vor oder nach der Geburt	Jugendamt oder Standesamt	<input type="radio"/>
Sorgeerklärung abgeben (bei unverheirateten Paaren)	vor oder nach der Geburt	Jugendamt	<input type="radio"/>
<b>Finanzen</b>			
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 / Erstausrüstungshilfe beantragen	Mehrbedarf für Schwangere, Schwangerschafts- bekleidung: ab der 13. Schwangerschaftswoche Babyerstausrüstung: 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?	✓
<b>Gesundheit</b>			
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"/>
<b>Behörden</b>			
Anmeldung beim Standesamt	innerhalb einer Woche nach der Geburt	Standesamt	<input type="radio"/>
Kitaplatz suchen so früh wie möglich Internet	vor oder nach der Geburt	Internet	<input type="radio"/>
Kitagutschein beantragen	1 - 2 Monate vor Beginn der Betreuung	Jugendamt	<input type="radio"/>
<b>Finanzen</b>			
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"/>
Bürgergeld 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"/>

# ● NOTFALLRUFNUMMERN

## NUMMER GEGEN KUMMER

---

Eltern-Telefon (kostenfrei):	0800 / 111 0550
Online-Beratung für Eltern:	<a href="http://www.bke-elternberatung.de">www.bke-elternberatung.de</a>
Schwangere in Not	
Anonym und sicher - Hilfetelefon:	0800 / 40 40 020 (24 h)

## NOTRUF

---

Polizei	110
Feuerwehr	112
Giftnotruf	030 / 19 24 0

## NOTDIENSTE UND BEREITSCHAFTSDIENSTE

---

Gewalt gegen Frauen	0800 / 011 60 16 oder online: <a href="http://www.hilfetelefon.de">www.hilfetelefon.de</a>
Hilfetelefon für Frauen nach traumatischer Geburt	0228 / 9295 9970
Kinderärztlicher / Ärztlicher Bereitschaftsdienst (24 h)	11 61 17
Berliner Krisendienst	030 / 39 063 - 00
Telefonseelsorge (kostenfrei)	0800 / 111 0 111 oder 0800 / 111 0 222
Frauenkrisentelefon / Schutz für Frauen und Kinder	030 / 615 42 43 oder 615 75 96 (Migrantinnenberatung)
BIG Hotline - Hilfe bei häuslicher Gewalt gegen Frauen und Kinder	030 / 611 03 00
Kindernotdienst	030 / 61 00 61 oder online: <a href="http://www.kindernotdienst.de">www.kindernotdienst.de</a>
Hotline Kinderschutz (24 h)	030 / 61 00 66
KINDERSCHUTZ-HOTLINE Berlin Mitte	030 / 90182 - 555 55 (Mo - Fr: 8:00 - 18:00 Uhr)

## Sie erreichen unsere Angebote auf der Internetseite des Bezirksamtes unter der Rubrik „Rund um die Familie“ oder direkt auf der Seite der Frühen Hilfen.

---

- Link zur Frühe Hilfen-Seite des Bezirksamtes Mitte: [www.berlin.de/fruehe-hilfen-mitte](http://www.berlin.de/fruehe-hilfen-mitte)
- Startseite des Bezirksamtes Mitte [www.berlin.de/ba-mitte/service/familienangebote](http://www.berlin.de/ba-mitte/service/familienangebote)
- Nationales Zentrum Frühe Hilfen: [www.fruehehilfen.de](http://www.fruehehilfen.de)
- Filme des Nationalen Zentrums Frühe Hilfen: [www.fruehehilfen.de/service/publikationen/filme-fuer-fachkraefte-und-eltern](http://www.fruehehilfen.de/service/publikationen/filme-fuer-fachkraefte-und-eltern)
- Merkblätter und Filme „Seelisch gesund aufwachsen“:  
[www.fruehehilfen.de/service/materialien-fuer-eltern-und-familien/merkmaleetter-und-filme-seelisch-gesund-aufwachsen/](http://www.fruehehilfen.de/service/materialien-fuer-eltern-und-familien/merkmaleetter-und-filme-seelisch-gesund-aufwachsen/)



### ● IMPRESSUM

Herausgeber: **Bezirksamt Mitte von Berlin - Abteilung Jugend, Familie und Gesundheit**  
Koordinierungsstelle Frühe Hilfen, Karl-Marx-Allee 31 - 10178 Berlin, Tel. 030 / 9018-22 380

Redaktion / Konzeption: Konstanze Böhnke, Elena Sinezki  
Die Erstellung der Broschüre erfolgte unter Berücksichtigung des Markendesigns für Berlin sowie des Rahmendesigns des Jugendamtes Berlin Mitte

Gestaltung/Druckvorlage: IN TOUCH LOKALMARKETING - E-Mail: [info@intouchberlin.de](mailto:info@intouchberlin.de)

Fahrplan online unter: [www.berlin.de/fruehe-hilfen-mitte](http://www.berlin.de/fruehe-hilfen-mitte)

Stand: Oktober 2024

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 dieser Broschüre helfen, gut in Ihr neues Familienleben starten zu können.



Hier geht es zur Webseite der „Frühen Hilfen Berlin Mitte“



Hier gibt es Informationen zum Angebot „ElternMail Berlin“



Hier finden Sie die Webseite des „Familienportals“

