

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

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



ANGEBOTE FRÜHE HILFEN

SCHWANGERENBERATUNG

VOR DER GEBURT

NACH DER GEBURT

SCHÜTTELTRAUMA

CHECKLISTEN

NOTFALLRUFNUMMERN

Sie werden bald Mutter bzw. Vater oder Ihr Kind ist vor kurzem auf die Welt gekommen?

Herzlichen Glückwunsch – wir wünschen Ihnen alles Gute und Ihrem Kind einen guten Start ins Leben.

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

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

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

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

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

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

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





●	Kontakt	Seite	04
●	Angebote der FRÜHEN HILFEN	Seite	06
●	Schwangerenberatung	Seite	16
●	Informationen „Vor der Geburt“		
	... zur Gesundheit	Seite	17
	... zur „Arbeit“	Seite	18
	... zu Behörden	Seite	18
	... zu Finanzen	Seite	19
●	Informationen „Nach der Geburt“		
	... zur Gesundheit	Seite	21
	... zu Behörden	Seite	22
	... zu Finanzen	Seite	24
●	Information „Schütteltrauma“	Seite	27
●	Der schnelle Überblick:		
	Checkliste vor der Geburt	Seite	28
	Checkliste nach der Geburt	Seite	29
●	Notfallrufnummern	Seite	30
	Internetadressen	Seite	31
	Impressum	Seite	31

● KONTAKT

STARKES NETZWERK – STARKE FAMILIEN IN BERLIN MITTE

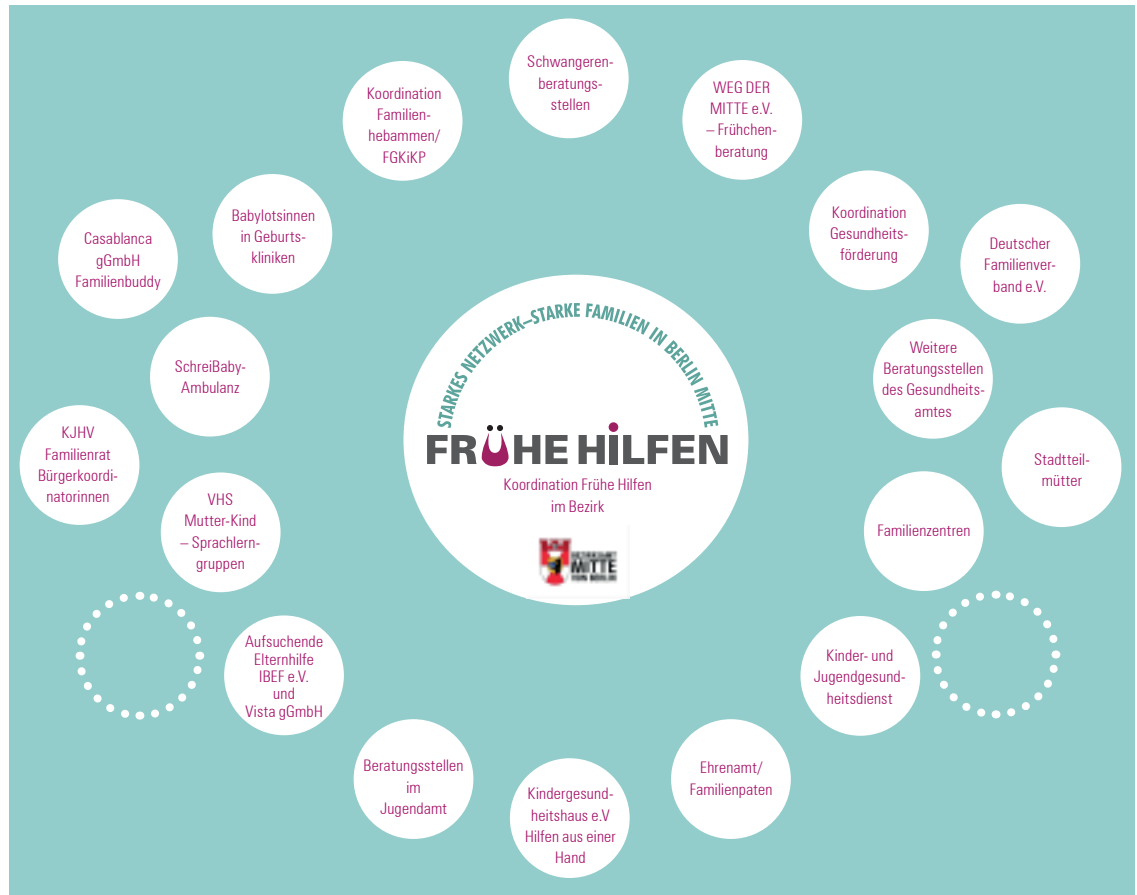
Wenn Sie Fragen zu den Angeboten der FRÜHEN HILFEN im Bezirk Mitte haben, wenden Sie sich bitte an:

Frau Konstanze Böhnke

Koordinatorin Frühe Hilfen
Karl-Marx-Allee 31
10178 Berlin
Rathaus Mitte

Telefon:
030 / 9018 22 380

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



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: Tel.: 030 / 9018 23 659

E-Mail: jutta.borostowski@ba-mitte.berlin.de

Herr Rosenbaum: Tel.: 030 / 9018 23 412

E-Mail: t.rosenbaum@ba-mitte.berlin.de

Kontakt:

FamilienServiceBüro

Bezirksamt Mitte von Berlin

Jugendamt

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

Fahrverbindung:

U-Bahnlinie U5, Schillingstraße

Telefon: 030 / 115

E-Mail: Familienbuero@Ba-Mitte.Berlin.de

Internet:

<https://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/artikel.1021645.php>

Wie erreichen Sie uns?

Termine unter:

<https://service.berlin.de/standort/327090/>

Unsere Sprechzeiten:

Mo und Di 09:00 – 15:00 Uhr

Do 09:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 18:00 Uhr

Fr 09:00 – 13:00 Uhr

● ANGEBOTE DER FRÜHEN HILFEN

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst

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

Sie bieten unter anderem an:

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

Kontakt:

Standort Tiergarten

Mathilde-Jacob-Platz 1 – 10551 Berlin

Telefon: 030 / 9018-33 251

030 / 9018-44 214

Sprechzeiten bitte telefonisch erfragen

Beratungsstelle für Kindliche Entwicklungsförderung

Eine Kinderärztin und ein multiprofessionelles Therapeuten-Team diagnostizieren und therapieren entwicklungsauffällige, entwicklungsverzögerte und behinderte Kinder von 0 - 6 Jahre.

Angebote der Beratungsstelle:

- Beratung von Erzieher*innen in Kindertagesstätten und betreuenden Personen
- Psychomotorik-Gruppen
- Sprachfördergruppen
- Eltern-Kind-Gruppe
- Feststellung von Eingliederungshilfen
- Beratung der Eltern bei der Förderung der Kinder im häuslichen Bereich, bei der Schulwahl und im Freizeitbereich
- Zusammenarbeit mit dem Jugendamt, Einrichtungen der Suchtprävention und anderen Beratungsstellen

Kontakt:

Rathaus Tiergarten

Mathilde-Jacob-Platz 1 – 10551 Berlin

Tel.: 030 / 9018-45 183

E-Mail: gabriela.beckmann@ba-mitte.berlin.de

Familienhebammen / FGKiKP beraten und leiten an:

- Bei der Pflege, Ernährung, Entwicklung und Förderung des Kindes
- Bei der Strukturierung des Tagesablaufes mit dem Kind
- Entwicklung einer guten Eltern-Kind-Bindung
- Begleitung zu Kinderärzten
- Begleitung in andere Angebote Früher Hilfen im Bezirk
- die Einsätze sind ab Ende der Schwangerschaft bis zum 1. bzw. 3. Lebensjahr des Kindes möglich
- Aufsuchend, 1x wöchentlich
- Unfallverhütung

Kontakt:

Heidi Fischer

heidi.fischer@ba-mitte.berlin.de

Tel.: 030 / 9018-33 251

oder

Bettina Gerhardt

b.gerhardt@ba-mitte.berlin.de

Tel.: 030 / 9018-33 334

Aufsuchende Elternhilfen

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

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

Kontakt:

IBEF e.V.

Guineastr. 5 – 13351 Berlin

Tel.: 030 / 621 48 45

E-Mail: elternhife@yahoo.de

Internet: www.ibefev.com

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

Kontakt:

Vista gGmbH Wigwam Connect

Stromstr. 47 – 10551 Berlin

Tel.: 030 / 224 451 400 /-411

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

E-Mail: wigwam-connect@vistaberlin.de

Internet: www.vistaberlin.de

Kontakt:

Wigwam Connect in der Charité, Campus Virchow Klinikum

Augustenburger Platz 1, Mittelweg 9

Sprechstunde in der Charité: Di. 10:00 Uhr – 14:00 Uhr

Tel.: 030 / 450 564 - 270

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

Kontakt:

Wigwam Zero, Vista gGmbH

Stromstr. 47 – 10551 Berlin

Tel.: 030 / 224 451 414

E-Mail: wigwam-zero@vistaberlin.de

Internet: www.wigwamzero.de

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:
**Koepjohann'sche Stiftung –
„Känguru – hilft und begleitet“**
Albrechtstr. 14 B – 10117 Berlin
Tel.: 030 / 36 44 84 48
E-Mail: kaenguru@koepjohann.de
Internet: www.koepjohann.de

Kontakt:
DRK Kreisverband Berlin-Zentrum e.V.
Frühchen-Patenschaft
Herbartstraße 25 – 14057 Berlin
Tel.: 030 / 600 300-5132
E-Mail: fruehchen@drk-berlin-zentrum.de
Internet: www.drk-berlin-zentrum.de

Kontakt:
Sozialdienst Katholischer Frauen e.V.
bärenstark ins Leben®
mit ehrenamtlichen Familienpaten
Große Hamburger Str. 18 – 10115 Berlin
Tel.: 0151 / 29 23 40 07
E-Mail: fruehehilfen@skf-berlin.de
Internet: www.skf-berlin.de

Kontakt:
Trialog Jugendhilfe gGmbH
„welcome – praktische Hilfe für Familien nach der Geburt“
Wilsnacker Str. 14 – 10559 Berlin
Tel.: 030 / 688 374 62
E-Mail: berlin.mitte@welcome-online.de
Internet: www.trialog-berlin.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 • Tel.: 030 / 814 10 68
E-Mail: fruehgeborgen@wegdermitte.de
Internet: www.wegdermitte.de

Kindergesundheitshaus e.V. „Hilfen aus einer Hand“

Für (junge) Eltern / alleinerziehende Mütter / Väter:

- für die die Geburt eines Kindes eine kritische Herausforderung darstellt
- mit Unsicherheiten im Umgang mit ihrem Kind
- mit Früh- und Risikogeborenen
- mit Kindern und Jugendlichen mit Herz-, Stoffwechsel-, Krebs-, neuropädiatrischen und respiratorischen Erkrankungen sowie anderen Erkrankungen und Behinderungen
- mit eigenen Erkrankungen und/oder Behinderungen
- mit Migrationshintergrund und/oder geringer sozialer Einbindung

Kontakt:
Kindergesundheitshaus e.V.
Augustenburger Platz 1 – 13353 Berlin
Tel.: 030 / 450 564 388
Tel.: 030 / 450 566 838
Fax: 030 / 450 756 68 38
E-Mail: auftrag@kghaus.de
Internet: www.kghaus.de

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

Kontakt:

Stadtteil- und Familienzentrum Fabrik Osloer Straße

Osloer Str. 12 – 13359 Berlin

Dipl. Psych. Claudia Theil mobil: 0157 / 393 27 349

Dipl. Soz. Päd. Paula Diederichs mobil: 0174 / 169 28 41

Tel.: 030 / 493 90 42

E-Mail: sba.theil@nachbarschaftstage.de

E-Mail: familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Internet: www.nachbarschaftstage.de

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 unter www.berlin.de/deutsch-lernen-mit-kind-vhs-mitte 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!
- بگیريد ياد المانى خود كودك يا 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:

Volkshochschule Berlin Mitte

Antonstr. 37 – 13347 Berlin

E-Mail: elternakademie@vhsmitte.de

Internet: www.berlin.de/deutsch-lernen-mit-kind-vhs-mitte

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

Tel.: 030 / 22 19 436-0

E-Mail: info@panke-haus.de

Internet: www.g-casablanca.de

Deutscher Familienverband, Landesverband Berlin e.V.

Angebote für Eltern wie z.B.:

- FuN-Baby
- Mutter-Vater-Kind-Kurberatung
- Familienerholung
- Elternnachmittage zu Erziehungsthemen

Kontakt:

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

Wallenroder Str. 1 – 13435 Berlin

Tel.: 030 / 45 30 01-0

E-Mail: DFV.Berlin@web.de

Internet: www.deutscher-familienverband-berlin.de

Babylotsinnen der Charité

Das Projekt „Babylotsinnen“ der Charité bietet allen Eltern eine am individuellen Bedarf ausgerichtete Unterstützung an. Eltern in besonderen Belastungssituationen erhalten hier direkte Hilfe, wenn sie Unterstützung benötigen.

Bei der Aufnahme zur Geburt oder bereits vor der Geburt in der Schwangerenvorsorge, aber auch während des Klinikaufenthaltes stehen die Babylotsinnen zur Seite.

Kontakt:

Babylotsin CVK

Charité Campus Virchow-Klinikum (CVK) – Klinik für Geburtsmedizin
Mittelallee 9 – 13353 Berlin

Tel.: 030 / 450 66-43 87 / -44 07

E-Mail: info-babylotse@charite.de

Babylotsin CCM

Campus Charité Mitte (CCM) – Klinik für Geburtsmedizin
Charitéplatz 1 – 10117 Berlin

Tel.: 030 / 450 66 46 60

E-Mail: info-babylotse@charite.de

Diagnostik, Beratung und Psychotherapie ...

- 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
- sowie Intensive pädagogisch-therapeutische Arbeit mit Familien bei Misshandlungsvorfällen
- für Eltern, die sich belastet fühlen
- für neugierige Eltern

Kontakt:

EFB Gesundbrunnen

Grüntaler Str. 21 – 13357 Berlin

Tel.: 030 / 9018 45 350

E-Mail: efb.gesundbrunnen@ba-mitte.berlin.de

Kontakt:

EFB Tiergarten

Turmstr. 75 – 10551 Berlin

Tel.: 030 / 9018 34 614

E-Mail: efb.moabit@ba-mitte.berlin.de

Kontakt:

EFB Zentrum / Wedding

Schulstr. 101 – 13347 Berlin

Tel.: 030 / 9018 45 400

E-Mail: efb.zentrum-wedding@ba-mitte.berlin.de

Offene Sprechstunden:

In allen 3 Standorten

jeden Di 09:00 – 11:00 Uhr

und jeden Do 16:00 – 18:00 Uhr

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

- Schwangerentreff – Möglichkeiten zum Austausch und zur Beratung
- Angebote für psychisch belastete Eltern
- Elterntraining – Freude und Sicherheit mit meinem Kind
- Frühförderung von Babys
- Krabbelgruppen, Elterntreffs, Babymassage u. a.
- Mutter-Kind-Sprachlerngruppen
- FuN-Elternkurse / 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 im Kreativhaus

Fischerinsel 3 – 10179 Berlin

Tel.: 030 / 23 80 91 - 3

E-Mail: kontakt@kreativhaus-tpz.de

Internet: www.kreativhaus-berlin.de/bereiche/familienzentrum-fischerinsel

KIDZ e.V. Familienzentrum Villa Lützow

Lützowstr. 28 – 10785 Berlin

Tel.: 030 / 23 00 31 16

Tel.: 0157 / 80 53 57 65

E-Mail: kidz@familienzentrum-villaluetzow.de

Internet: www.familienzentrum-villaluetzow.de

KIDZ e.V. Familienzentrum Schwedter Straße

Schwedter Straße 234 – 10435 Berlin

Telefon: 030 / 50 95 50 30

E-Mail: kidz@familienzentrum-schwedterstrasse.de

Internet: www.familienzentrum-schwedterstrasse.de

REGION GESUNDBRUNNEN

Pfefferwerk Stadtkultur gGmbH Familienzentrum Wattstraße

Wattstr. 16 – 13355 Berlin
Tel.: 030 / 443 83 - 0
E-Mail: fz-wattstrasse@pfefferwerk.de
Internet: www.fz-wattstrasse.pfefferwerk.de
www.pfefferwerk.de

Panke-Haus Familienförderzentrum

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

DRK-Kiezzentrum Humboldthain

Neue Hochstr. 21 – 13347 Berlin
Tel.: 030 / 600 300-5530
E-Mail: kiezzentrum-humboldthain@drk-wedpre.de
Internet: www.kiezzentrum-humboldthain.de

„Stadtteil- und Familienzentrum Fabrik Osloer Straße“

Osloer Str. 12 – 13359 Berlin
Tel.: 030 / 49 90 23 35
E-Mail: familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de
Internet: familienzentrum.fabrik-osloer-strasse.de

REGION MOABIT

Frecher Spatz e.V.

Familienaktiv-Zentrum
Agricolastr. 28 – 10555 Berlin
Tel.: 030 / 76 21 37 50
E-Mail: faz@frecherspatz.de
Internet: www.frecherspatz.de

SOS-Kinderdorf Berlin

Familienzentrum / Mehrgenerationenhaus
Waldstr. 23/24 – 10551 Berlin
Tel.: 030 / 330 99 30
E-Mail: kd-berlin@sos-kinderdorf.de
Internet: www.sos-berlin.de

Familienzentrum Moabit-Ost

Stephanstr. 43 - 10559 Berlin
(ab 2023 wieder in der Rathenower Str. 17)
Tel. 030 / 922 57 499
Mobil: 0163 / 63 111 24
Tel. Stadtteilmutter: 0176 / 471 44 102
Internet: www.familienzentrum-moabit.de

REGION WEDDING

Zukunftshaus Wedding / Familienzentrum

Müllerstraße 56-58 – 13349 Berlin
Tel.: 030 / 450 05-131
E-Mail: stadtteilzentrum.pgsoziales@jsd.de
Internet: www.jsd.de/pgsoziales

Familienzentrum am Nauener Platz

Schulstr. 101 – 13347 Berlin
Tel.: 030 / 459 77 442
E-Mail: familienzentrum-mitte@stiftung-spi.de
Internet: www.familienzentrum-nauener-platz.de



STADTTEILMÜTTER IN MITTE

Praktische Unterstützung und Begleitung von Müttern und 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.

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 Moabit:

Jugendhaus B8

Berlichingenstr. 8-11 – 10553 Berlin

Tel.: 030 / 39 74 09 07

Projektleitung: Shiva Saber Fattahy

Mobil: 0151 / 18 00 17 92

E-Mail: s.saber-fattahy@bethania.de

Kontakt Wedding:

c/o Familienzentrum am Nauener Platz

Schulstr. 101 – 13347 Berlin

Projektleitung: Hatice Kanal

Mobil: 0151 / 18 00 17 96

E-Mail: h.kanal@bethania.de

Ein Projekt der Diakoniegemeinschaft Bethania gGmbH

Kontakt:

Familienratsbüro Berlin Mitte

jeden 3. Dienstag im Monat von 15:00 – 16:00
im Café des Familienzentrum Osloer Straße
(Aufgang B, 1. Etage)

Tel: 0162 / 211 34 79

E-Mail: familienrat@kjhv.de

Internet: www.kjhv.de/familienrat

Väterlotse in Mitte – Angebote, Hilfe und Informationen

Papa sein ist toll. Aber es ist nicht immer leicht. Immer wieder kann es Fragen geben wie: Was braucht mein Kind? Wie erziehe ich gut? Was brauchen wir alle, um zufrieden zu sein – Kind, Mutter und Vater? Wo und bei wem kann ich mir Rat und Hilfe holen?

Themen und Fragen können sein:

- Du wirst bald Papa und hast noch Fragen rund um die Geburt?
- Du willst mehr Spaß zusammen mit deinem Kind?
- Du suchst nach Angeboten für dich und dein Kind?
- Du möchtest dich mit anderen Papas austauschen?
- Du hast Schwierigkeiten?

Kontakt:

Väterlotse: Selcuk Saydam

E-Mail: selcuk.saydam@vaeterzentrum-berlin.de

Tel.: 0152 / 27 60 83 25

Internet: www.vaeterlotse-mitte.de



© Antonio Recena / photocase.de

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 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 für Alleinerziehende in Berlin-Mitte“

Badstraße 33 – 13357 Berlin

Tel: 030 / 49 30 14 28

Mobil: 0151 / 46 73 59 74

E-Mail: alleinerziehend@awo-mitte.de

Internet: www.awo-mitte.de/alleinerziehende/

● SCHWANGERENBERATUNG

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

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

Ruheplatzstr. 13c – 13347 Berlin

Tel.: 030 / 9018 442 35

E-Mail: Zentrum-Familienplanung@ba-mitte.berlin.de

Internet: www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/gesundheitsamt.de

Familie im Zentrum

Maxstr. 3a – 13347 Berlin

Tel.: 030 / 43 77 55 00

E-Mail: familieimzentrum-m@ejf.de

Internet: www.ejf.de oder www.familieimzentrum.de

Immanuel Beratung Fischerinsel

Fischerinsel 2 – 10179 Berlin

Tel.: 030 / 455 30 29

E-Mail: beratung.fischerinsel@immanuel.de

Internet: www.beratung.immanuel.de

Beratungsstelle BACIM

Deutsches Rotes Kreuz

Oldenburger Str. 22 – 10551 Berlin

Tel.: 030 / 395 30 37

E-Mail: bacim@berlin-city.drk.de

Internet: www.drk-berlin-zentrum.de

DRK-Kreisverband Wedding / Prenzlauer Berg e. V.

Allgemeine soziale Dienste

Neue Hochstr. 21 – 13347 Berlin

Tel.: 030 / 600 300-5520

E-Mail: asd@drk-wedpre.de

Internet: 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
Gesundheit				
Gynäkologin/ Gynäkologe suchen	Während der Schwangerschaft sind in regelmäßigen Abständen Vorsorgeuntersuchungen vorgesehen. Sie gehören zum Leistungsumfang der Krankenkassen und müssen nicht extra bezahlt werden. Die Vorsorgeuntersuchungen können in der gynäkologischen Praxis oder von einer Hebamme durchgeführt werden. Dabei wird auch der Mutterpass ausgestellt	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet www.kvberlin.de (> Arztsuche > Frauenheilkunde und Geburtshilfe)	• Krankenversichertenkarte
Hebamme suchen • 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	Internet www.berliner-hebammenliste.de www.hebammensuche.de www.hebammenruf-berlin.de www.kidsgo.de www.ammely.de www.berliner-hebammenvermittlung.de Zentraler Hebammenruf Tel. 030/214 27 71	• Krankenversichertenkarte
Geburtseinrichtung suchen / zur Geburt anmelden		während der Schwangerschaft	Entbindungskliniken Berlin Mitte Charité Campus Virchow-Klinikum Augustenburger Platz 1 – 13353 Berlin Tel.: 030 / 450-50 Campus Charité Mitte Charitéplatz 1 – 10117 Berlin Tel.: 030 / 450-50	• Krankenversichertenkarte • Mutterpass

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Kinderärztliche Praxis für die U-Untersuchungen suchen	Die U1 und meist auch noch die U2 werden in der Geburtseinrichtung durchgeführt. Die U-Untersuchungen U3 - U9 werden in einer kinderärztlichen Praxis durchgeführt.	Die U-Untersuchungen sind sehr wichtig, daher sollten Sie bereits während der Schwangerschaft nach einer kinderärztlichen Praxis suchen und erfragen, ob es freie Termine gibt.	Internet www.kvberlin.de (> Arztsuche > Kinder- und Jugendmedizin)	
Arbeit				
Schwangerschaft bei der Arbeitsstelle bekannt geben		keine Frist, aber frühestmöglich, damit die Einhaltung der Mutterschaftsbestimmungen gewährleistet ist	Arbeitgeber	• ggf. Mutterpass • Bescheinigung der Gynäkologin / des Gynäkologen oder der Hebamme
Elternzeit beantragen	www.bmfsfj.de (>Familie > Elterngeld / Elternzeit Alles Wissenswerte zur Elternzeit im Überblick)	spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit	Arbeitgeber	
Behörden				
Vaterschafts-Anerkennung beurkunden lassen nach Terminvereinbarung	Die Vaterschaftsanerkennung ist wichtig bei Eltern, die nicht verheiratet sind.	vor der Geburt zu empfehlen, aber auch nach der Geburt noch möglich	<u>Jugendamt – kostenfrei</u> Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Di: 09:00 – 12:00 Uhr Do: 14:00 – 18:00 Uhr E-Mail: beistandschaft@ba-mitte.berlin.de oder <u>Standesamt – kostenpflichtig</u> Parochialstr. 3 – 10179 Berlin Tel: 030 / 9018 243 42 standesamt@ba-mitte.berlin.de	Vorab per E-Mail, Post oder persönlich während der Sprechzeit einreichen • Ausweis / Pass, Geburtsurkunden beider Eltern • Mutterpass (wenn nach der Geburt: Geburtsurkunde des Kindes) • Übersenden der Unterlagen per E-Mail möglich / Bitte Telefonnummer für Rückfragen angeben. • Ausweis / Pass, Geburtsurkunden beider Eltern

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Behörden				
Sorgeerklärung abgeben (bei unverheirateten Paaren)	Eltern, die nicht miteinander verheiratet sind, müssen, wenn sie das gemeinsame Sorgerecht für Ihr Kind haben möchten, eine öffentliche Sorgeerklärung abgeben.	vor oder nach der Geburt	Jugendamt – kostenfrei Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Di: 09:00 – 12:00 Uhr Do: 14:00 – 18:00 Uhr E-Mail: beistandschaft@ba-mitte.berlin.de	Vorab per E-Mail, Post oder persönlich während der Sprechzeit einreichen • Ausweis / Pass, Geburtsurkunden beider Eltern • Mutterpass (wenn nach der Geburt: Geburtsurkunde des Kindes) • Vaterschaftsanerkennung
Finanzen				
Mutterschaftsgeld beantragen	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 € je Arbeitstag. Diese werden von der Krankenkasse gezahlt. Bei Bezug von ALG I zahlt nur die Krankenkasse.	die Bescheinigung über die Schwangerschaft 7 Wochen vor der Geburt einreichen	Krankenkasse	• Antrag der Krankenkasse • Bescheinigung der Gynäkologin / des Gynäkologen oder der Hebamme
Leistungen vom JobCenter: Mehrbedarf für Schwangere / Schwangerschaftsbekleidung / Erstausrüstungsbeihilfe beantragen	Bezieherinnen von ALG II haben die Möglichkeit, folgende einmalige Leistungen zu beantragen: • Schwangerschaftsbekleidung • Babyerstausrüstung • Hochstuhl • Kinderwagen • Kinderbett 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	JobCenter Hauptsitz: Seydelstr. 2–5 – 10117 Berlin <u>Weitere Standorte:</u> Müllerstr. 16 – 13353 Berlin Müllerstr. 147 – 13353 Berlin Sickingenstraße / Eingang Berlichingenstr. 25 – 13353 Berlin <u>Telefonische Erreichbarkeit:</u> Mo – Fr: 08:00 – 18:00 Uhr Tel.: 030 / 55 55 45 22 22	• schriftlicher formloser-Antrag • Mutterpass

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Finanzen				
Zahlung der Stiftung „Hilfe für die Familie – Schwangere in Not“ beantragen	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. Bei der Antragsstellung werden Sie von jeder Schwangerschaftsberatungsstelle unterstützt. Diese nimmt den Antrag auf und leitet ihn an die Stiftung weiter. Es ist wichtig, dass der Antrag nur bei einer Schwangerschaftsberatungsstelle und nicht bei mehreren gestellt wird. Im Falle einer doppelten Antragstellung wird der Antrag abgelehnt.	Ab der 13. Schwangerschaftswoche bis vor der Geburt – der Antrag sollte so früh wie möglich gestellt werden.	Jede Schwangerschaftsberatungsstelle stiftunghilfe.de	• Personalausweis / Reisepass und Meldebestätigung • Mutterpass • Unterlagen über vorhandenes eigenes Vermögen • Kontoauszüge • Mietvertrag • Einkommensnachweise • Bescheide vom JobCenter über die Gewährung von Sonderleistungen • Nachweise über Schulden und Ratenzahlungen

● NACH DER GEBURT

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

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Gesundheit				
U-Untersuchungen wahrnehmen	Wichtig: Termine der U-Untersuchungen bei der vor der Geburt ausgewählten kinderärztlichen Praxis wahrnehmen.	ab der Geburt	Kinderärztliche Praxis	• Gelbes Heft für Vorsorgeuntersuchungen • Impfpass
Krankenversicherung für das Kind abschließen (Familienversicherung)	Nach telefonischer Information schickt die Krankenkasse ein Formular zu. Für das Kind gibt es 2 Wochen nach der Anmeldung eine eigene Versichertenkarte. Eine ärztliche Behandlung ist auch schon vorher möglich. Für die Versicherung des Kindes fallen keine zusätzlichen Kosten an.	sofort nach der Geburt	Krankenkasse	• Geburtsurkunde des Kindes • ausgefülltes Formular der Krankenkasse • Krankenversichertenkarte (falls schon vorhanden)
Angebote des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes (KJGD) wahrnehmen	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. Weitere Angebote des KJGD sind: • ärztliche Untersuchungen von Säuglingen und Kindern • individuelle Beratung und Begleitung in Krisen- und Überlastungssituationen • Hilfestellung bei Ämtergängen • Durchführung von Kindertagesstätten-Aufnahmeuntersuchungen	Ersthausbesuch: ca. 4 bis 6 Wochen nach der Geburt	Kinder- und Jugendgesundheitsdienst <u>Standort Tiergarten</u> Mathilde-Jacob-Platz 1 10551 Berlin Tel.: 030 / 9018 33 251 030 / 9018 44 214 <u>Sprechzeiten:</u> Bitte telefonisch erfragen	• Gelbes Heft für Vorsorgeuntersuchungen • Impfpass

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Behörden				
Anmeldung beim Standesamt	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).	Innerhalb einer Woche nach der Geburt bei Hausgeburten. Bei Geburt in einer Klinik erfolgt die Anmeldung von dort.	Standesamt Parochialstr. 3 – 10179 Berlin Tel: 030 / 9018 243 -21,-34,-41,-45 E-Mail: neugeburten@ba-mitte.berlin.de	• Geburtsbescheinigung der Geburtseinrichtung • Geburtsurkunden der Eltern • Personalausweise der Eltern • Heiratsurkunde der Eltern • Zusätzlich, wenn nicht verheiratet: • Vaterschaftsanerkennung (falls vorhanden) und ggf. Sorgerechterklärung, wenn Kindesmutter geschieden • Heiratsurkunde und Scheidungsurteil • bei gemeinsamen Vorkindern die Geburtsurkunden der Kinder
Kitaplatz suchen		Die Suche nach einer Kita ist so früh wie möglich zu empfehlen.	Internet https://kita-navigator.berlin.de	
Kitagutschein beantragen	Bevor Ihr Kind in einer Kita betreut werden kann, muss ein Kitagutschein beantragt werden. Der Gutschein enthält die Höhe des Betreuungsumfanges. Mit dem Kitagutschein wenden Sie sich an eine Kita Ihrer Wahl und schließen mit dem Träger einen Vertrag ab. Kitagutschein-Onlineantrag unter: https://fms.verwalt-berlin.de/kita/ Die Betreuung ist für alle Kinder kostenlos. Essengeldpauschale in Höhe von 23 EUR ist zu zahlen.	Die Beantragung des Kitagutscheins ist frühestens 9 Monate, spätestens 2 Monate vor dem gewünschten Beginn der Betreuung möglich. (in besonderen Fällen auch kurzfristig möglich bei Zuzug nach Berlin, kurzfristige Arbeitsaufnahme)	Jugendamt FamilienServiceBüro Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Di: 09:00 – 12:00 Uhr Do: 14:00 – 18:00 Uhr <u>Telefonsprechstunde:</u> Mo, Mi, Fr: 09:00 – 10:00 Uhr	• ausgefülltes Antragsformular und Arbeitsnachweise; • alle Vordrucke auf der Internetseite: http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kindertagesbetreuung

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Behörden				
bei Bedarf Beistandsschaft beantragen	Sie können jederzeit für Ihr Kind kostenlos eine Bestandsschaft 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	Jugendamt / Beistandsschaft Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Di: 09:00 – 12:00 Uhr Do: 14:00 – 18:00 Uhr Tel.: 030 / 9018 32 099 030 / 9018 23 097 030 / 9018 23 254 E-Mail: beistandsschaft@ba-mitte.berlin.de	• Personalausweis • Geburtsurkunde des Kindes • ggf. vorhandene Schuldtitel

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Finanzen				
Kindergeld beantragen	Für alle Kinder besteht ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres Anspruch auf Kindergeld. Antragsvordruck Kindergeld (erhältlich bei der Familienkasse): arbeitsagentur.de (> Bürgerinnen & Bürger > Familie und Kinder > Kindergeld, Kindergeldzuschlag) Hier ist auch die Online-Antragstellung möglich.	innerhalb von 6 Wochen nach der Geburt	Bundesagentur für Arbeit Familienkasse Charlottenstr. 90 – 10969 Berlin Tel.: 0800 / 455 55 30 <u>Telefonische Erreichbarkeit:</u> Mo – Fr: 08:00 – 18:00 Uhr <u>Sprechzeiten:</u> Mo, Di, Fr: 8:00 – 12:00 Uhr Do: 08:00 – 18:00 Uhr ab 14:00 Uhr nur für Berufstätige	• ausgefülltes Antragsformular • Geburtsurkunde vom Standesamt für den Antrag auf Kindergeld im Original vom Standesamt • Ausweis / Pass der Eltern
Kinderzuschlag beantragen	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 ALG II, Sozialgeld oder Sozialhilfe beziehen und sonst kein Einkommen haben, können Kindergeld aber keinen Kinderzuschlag erhalten.	ab der Geburt bis maximal zur Vollendung des 25. Lebensjahres des Kindes	Bundesagentur für Arbeit Familienkasse (siehe oben)	• ausgefülltes Antragsformular
Elterngeld beantragen	Das Elterngeld beträgt i.d.R. 65% des durchschnittlichen Nettoverdienstes der letzten 12 Monate. Elterngeldrechner: bmfsfj.de (> Service > Onlinerechner)	innerhalb der ersten 3 Monate nach der Geburt (Das Elterngeld wird nur 3 Monate rückwirkend gezahlt)	Jugendamt Elterngeldstelle Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten:</u> Di: 09:00 – 12:00 Uhr Do: 14:00 – 18:00 Uhr <u>Telefonsprechstunde:</u> Mo, Mi, Fr: 09:00 – 10:00 Uhr	• ausgefülltes Antragsformular von beiden Eltern unterschrieben mit Anlagen • WICHTIG: Geburtsurkunde für den Antrag auf Elterngeld im Original vom Standesamt • Personalausweise / Pässe der Eltern mit Aufenthaltstitel • Nachweise über Einkommen und Mutterschaftsgeld

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Finanzen				
Wohngeld beantragen	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 ALG II, BAFöG, Berufsausbildungsbeihilfe)	Bürgeramt www.berlin.de/ba-mitte/politik-undverwaltung/aemter/amt-fuer-buergerdienste/buergeraemter/bereich-wohnen/wohngeld-miet-und-lastenzuschuss/artikel.244046.php oder https://service.berlin.de/dienstleistung/120656/ oder Bürgertelefon: Terminbuchung Tel.: 115	• ausgefülltes Antragsformular • Nachweis über Einkommen • Nachweis über Miete
Arbeitslosengeld II beantragen	Das Arbeitslosengeld II (Alg II oder auch Hartz 4) ist eine Grundsicherungsleistung für erwerbsfähige Leistungsberechtigte im Alter zwischen 15 und 65 bzw. 67 Jahren nach dem Zweiten Buch Sozialgesetzbuch (SGB II).	Bei Bedarf	JobCenter <u>Hauptsitz:</u> Seydelstr. 2-5 – 10117 Berlin <u>Weitere Standorte:</u> 13353 Berlin Müllerstr. 16 und Müllerstr. 147 Berlilingenstr. 20-25 – 13353 Berlin <u>Telefonische Erreichbarkeit:</u> Mo – Fr: 08:00 – 18:00 Uhr Tel: 030 / 55 55 45 22 22	• ausgefülltes Antragsformular und Anlagen, Personalausweis • Nachweise über Einkommen / Vermögen, Kontoauszüge • Mietvertrag • Kopie der Bankkarte, der Krankenversicherungskarte
Unterhaltsvorschuss beantragen	Anspruch auf Unterhaltsvorschuss haben Kinder, die bei einem allein-erziehenden Elternteil leben, der ledig, verwitwet oder geschieden ist oder von seinem Ehegatten getrennt lebend ist, und 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	Jugendamt Unterhaltsvorschussstelle Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten im FamilienServiceBüro:</u> Di: 09:00 – 12:00 Uhr Do: 14:00 – 18:00 Uhr <u>Telefonsprechstunde:</u> Mo, Mi, Fr: 09:00 – 10:00 Uhr	• ausgefülltes Antragsformular • Personalausweis • Geburtsurkunde des Kindes • Vaterschaftsanerkennung • Nachweis über den SGB II-Bezug • Vorlage von Nachweisen über die Einkommensverhältnisse (ab dem 12. Lebensjahr) • bei ausländischen Kindern: Kopie des Passes mit Aufenthaltserlaubnis • bei geschiedenen Eltern: Beschluss des Familiengerichtes zur Ehescheidung bzw. Nachweis vom Finanzamt über das Getrenntleben • ggf. Nachweise über Unterhaltszahlungen des anderen Elternteils oder Halbwaisenrente

Was?	Informationen	Wann?	Wo?	benötigte Unterlagen
Finanzen				
Unterhaltsvorschuss beantragen	Kinder im Alter von 12 Jahren bis zum vollendeten 18. Lebensjahr müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllen, um weiterhin Unterhaltsvorschuss beziehen zu können. Voraussetzung ist, dass sie nicht auf Leistungen nach dem Zweiten Buch Sozialgesetzbuch (SGB II) angewiesen sind oder dass der alleinerziehende Elternteil im SGB II-Bezug mindestens 600 Euro brutto verdient.	ab dem Monat der Antragsstellung	Jugendamt Unterhaltsvorschussstelle Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin <u>Sprechzeiten im FamilienServiceBüro:</u> Di: 09:00 – 12:00 Uhr Do: 14:00 – 18:00 Uhr <u>Telefonsprechstunde:</u> Mo,Mi, Fr: 09:00 – 10:00 Uhr	
Haushaltshilfe beantragen	Wenn eine Weiterführung des Haushalts nicht möglich ist (z.B. bei gesundheitlichen Problemen) und auch keine andere im Haushalt lebende Person den Haushalt weiterführen kann, ist es möglich, bei der Krankenkasse eine Haushaltshilfe zu beantragen. Sie muss selbst beantragt werden und kann nicht von der Ärztin / dem Arzt oder der Hebamme verordnet werden. Ärztin / Arzt oder Hebamme können aber die Notwendigkeit einer Haushaltshilfe bescheinigen und die Antragsstellung unterstützen.	bei Bedarf (auch bereits in der Schwangerschaft)	Ihre Krankenkasse	- Mutterpass - Attest von der Ärztin / dem Arzt oder Bescheinigung der Hebamme über Notwendigkeit einer Haushaltshilfe
Hilfe im Jugendamt: Hilfe für Betreuung und Versorgung des Kindes in Notsituationen (§ 20 SGB VIII)	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.	bei Bedarf für Eltern von im Haushalt lebenden Kindern	Ihr zuständiges Jugendamt	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)
- ▶ **Elterntelefon: 0800 / 111 0 550** > Nummer gegen Kummer e.V.
- ▶ **Onlineberatung für Eltern: www.bke-elternberatung.de**
- ▶ Mehr unter: www.elternsein.info

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

● CHECKLISTE VOR DER GEBURT

Was?

Wann?

Wo?



Schwangerschaftsberatung

während der Schwangerschaft

Schwangerenberatungsstelle

Gesundheit

Gynäkolog*in suchen	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet	☐
Hebamme suchen	ab Beginn der Schwangerschaft	Internet	☐
Anmeldung zur Geburt	während der Schwangerschaft	Geburtseinrichtung	☐
Kinderarzt-Praxis für die Vorsorgeuntersuchungen suchen	während der Schwangerschaft	Internet	☐

Arbeit

Schwangerschaft bei der Arbeitsstelle bekannt geben	keine Frist	Arbeitgeber	☐
Elternzeit beantragen	spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit	Arbeitgeber	☐

Behörden

Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen	vor oder nach der Geburt	Jugendamt oder Standesamt	☐
Sorgeerklärung abgeben (bei unverheirateten Paaren)	vor oder nach der Geburt	Jugendamt	☐

Finanzen

Mutterschaftsgeld beantragen	Bescheinigung über die Schwangerschaft spätestens 7 Wochen vor der Geburt einreichen	Krankenkasse	☐
Leistungen vom JobCenter: Mehrbedarf für Schwangere / Schwangerschaftsbekleidung / Erstausrüstungshilfe beantragen	Mehrbedarf für Schwangere, Schwangerschaftsbekleidung: ab der 13. Schwangerschaftswoche Babyerstausrüstung: 2-3 Monate vor dem errechneten Entbindungstermin	JobCenter	☐
Zahlung der Stiftung „Hilfe für die Familie – Schwangere in Not“ beantragen	in den ersten Schwangerschaftsmonaten	Schwangerenberatungsstelle	☐

● CHECKLISTE NACH DER GEBURT

Was?	Wann?	Wo?	✓
Gesundheit			
U-Untersuchungen wahrnehmen	ab der Geburt	Kinderärztliche Praxis	☐
Krankenversicherung für das Kind abschließen	sofort nach der Geburt	Krankenkasse	☐
Angebote des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes wahrnehmen	nach der Geburt	Kinder- und Jugendgesundheitsdienst	☐
Behörden			
Anmeldung beim Standesamt	innerhalb einer Woche nach der Geburt	Standesamt	☐
Kitaplatz suchen so früh wie möglich Internet	vor oder nach der Geburt	Internet	☐
Kitagutschein beantragen	1 - 2 Monate vor Beginn der Betreuung	Jugendamt	☐
Finanzen			
Kindergeld beantragen	innerhalb von 6 Wochen nach der Geburt	Familienkasse	☐
Kinderzuschlag beantragen	ab der Geburt bis max. zur Vollendung des 25. Lebensjahres des Kindes	Familienkasse	☐
Elterngeld beantragen	innerhalb der ersten 3 Monate nach der Geburt	Jugendamt	☐
Wohngeld beantragen	bei Bedarf	Bürgeramt	☐
Arbeitslosengeld II beantragen	bei Bedarf	JobCenter	☐
Unterhaltsvorschuss beantragen	bei Bedarf	Jugendamt	☐
Haushaltshilfe beantragen	bei Bedarf (auch in der Schwangerschaft)	Krankenkasse oder Jugendamt	☐

● NOTFALLRUFNUMMERN

Nummer gegen Kummer

Elterntelefon:	0800 – 111 0550 (kostenfrei)
Online-Beratung für Eltern:	www.bke-elternberatung.de
Schwangere in Not	
Anonym und sicher – Hilfetelefon:	0800 40 40 020 (24 h)

Notrufe

Polizei	110
Feuerwehr	112
Giftnotruf	19 24 0

Notdienste und Bereitschaftsdienste

Gewalt gegen Frauen	0800 – 011 60 16	online: www.hilfetelefon.de
Zentraler Hebammenruf	214 27 71	
Hilfetelefon für Frauen nach traumatischer Geburt	0228 – 9295 9970	
Kinderärztlicher und ärztlicher Bereitschaftsdienst (24 h)	31 00 31 / 11 61 17	
Berliner Krisendienst	39 063 – 00	
Telefonseelsorge (kostenfrei)	0800 – 111 0 111 / 0800 – 111 0 222	
Frauenkrisentelefon / Schutz für Frauen und Kinder	615 42 43 / 615 75 96 (Migrantinnenberatung)	
BIG Hotline – Hilfe bei häuslicher Gewalt gegen Frauen und Kinder	611 03 00	
Kindernotdienst	61 00 61	online: www.kindernotdienst.de
Hotline Kinderschutz (24 h)	61 00 66	
KINDERSCHUTZ – HOTLINE Berlin Mitte	90182 - 555 55 (Mo. bis Fr. von 8:00 – 18:00 Uhr)	

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
- Nationales Zentrum Frühe Hilfen: www.fruehehilfen.de
- Link Startseite des Bezirksamtes Mitte unter dem Button „Rund um die Familie“: www.berlin.de/ba-mitte/service/familienangebote/
- Filme des NZFH: www.fruehehilfen.de/service/publikationen/filme-fuer-fachkraefte-und-eltern/
- Link zu den Elterninformationen „Seelisch gesund aufwachsen“ und Filme „Seelisch gesund aufwachsen“: www.seelisch-gesund-aufwachsen.de/
- Merkblätter und Filme „Seelisch gesund aufwachsen“: [www.fruehehilfen.de/service/publikationen/materialien-fuer-eltern-und-familien/merkblaetter-und-filme-seelisch-gesund-aufwachsen/?tx_solr\[sort\]=publishedYear+desc](http://www.fruehehilfen.de/service/publikationen/materialien-fuer-eltern-und-familien/merkblaetter-und-filme-seelisch-gesund-aufwachsen/?tx_solr[sort]=publishedYear+desc)

● IMPRESSUM

Herausgeber: **Bezirksamt Mitte von Berlin – Abteilung Jugend, Familie und Gesundheit**
Kordinierungsstelle Frühe Hilfen; Tel.: 030 / 9018 223 80
Karl-Marx-Allee 31, 10178 Berlin

Redaktion: Konstanze Böhnke, Elena Sinezki

Druckvorlage: IN TOUCH LOKALMARKETING

Fahrplan online unter: www.berlin.de/fruehe-hilfen-mitte

Stand: November 2021



Sie sind schwanger oder werdender Vater?

Sie haben vor kurzem ein Baby bekommen?

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

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



Hier finden Sie die „Baby-Berlin-App“



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



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