

# 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 <b>FRÜHEN HILFEN</b> | Seite | 05 |
| ● | Schwangerenberatung               | Seite | 12 |
| ● | Informationen „Vor der Geburt“    |       |    |
|   | ... zur Gesundheit                | Seite | 13 |
|   | ... zur Arbeit                    | Seite | 14 |
|   | ... zu Behörden                   | Seite | 14 |
|   | ... zu Finanzen                   | Seite | 15 |
| ● | Informationen „Nach der Geburt“   |       |    |
|   | ... zur Gesundheit                | Seite | 16 |
|   | ... zu Behörden                   | Seite | 17 |
|   | ... zu Finanzen                   | Seite | 19 |
| ● | Information „Schütteltrauma“      | Seite | 22 |
|   | Der schnelle Überblick:           |       |    |
| ● | Checkliste vor der Geburt         | Seite | 23 |
|   | Checkliste nach der Geburt        | Seite | 24 |
| ● | Notfallrufnummern                 | Seite | 25 |
|   | Eigene Notizen                    | Seite | 26 |
|   | Impressum                         | Seite | 27 |

# ● KONTAKT

## STARKE NETZWERK – STARKE FAMILIEN IN BERLIN MITTE



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

**Frau Konstanze Böhnke**

Koordinatorin Frühe Hilfen

Karl-Marx-Allee 31

10178 Berlin

Rathaus Mitte

Tel.: 030. 9018 22 380

E-Mail: [k.boehnke@ba-mitte.berlin.de](mailto:k.boehnke@ba-mitte.berlin.de)

# ● ANGEBOTE DER FRÜHEN HILFEN

## Kinder- und Jugendgesundheitsdienst

---

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

Sie bieten unter anderem an:

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

(siehe auch Seite 16)

Kontakt:

### Standort Tiergarten

Mathilde-Jacob-Platz 1 – 10551 Berlin

Tel.: 030. 9018 33 251

030. 9018 44 214

Sprechzeiten Bitte telefonisch erfragen

## Familienhebammen

---

beraten und leiten an:

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

Kontakt:

### Heidi Fischer

heidi.fischer@ba-mitte.berlin.de

Tel.: 030. 9018 33251

oder

### Konstanze Böhnke

k.boehnke@ba-mitte.berlin.de

Tel.: 030. 9018 22380

## Aufsuchende Elternhilfen

---

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

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

Kontakt:

### IBEF e.V.

Guineastr. 5 – 13351 Berlin

Tel.: 030. 621 48 45

E-Mail: elternhilfe@yahoo.de

Internet: www.ibefev.com

## Für Schwangere / Eltern mit einer Suchtbelastung:

---

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

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

## Ehrenamt

---

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

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

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

Kontakte:

**Sozialdienst Katholischer Frauen e.V.**

„bärenstark ins Leben mit ehrenamtlichen Familienpaten“

Große Hamburger Str. 18 – 10115 Berlin

Tel.: 030. 47 75 32-0

E-Mail: fruehehilfen@skf-berlin.de

Internet: www.skf-berlin.de

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

Albrechtstr. 14 E – 10117 Berlin

Tel.: 030. 36 44 84 48

E-Mail: kaenguru@koepjohann.de

Internet: www.koepjohann.de

**Trialog e.V.**

„wellcome – praktische Hilfe für Familien nach der Geburt“

Wilsnaker Str. 14 – 10559 Berlin

Tel.: 030. 45 49 16 76

E-Mail: info@trialog-berlin.de

Internet: www.trialog-berlin.de

Kontakte:

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

– „Frühchen-Patenschaft“

Gotzkowskistr. 8 – 10555 Berlin

Tel.: 030. 34 80 31 60

E-Mail: [s.kraemer@drk-berlin-zentrum.de](mailto:s.kraemer@drk-berlin-zentrum.de),  
[a.zoll-rueter@drk-berlin-zentrum.de](mailto:a.zoll-rueter@drk-berlin-zentrum.de)

Internet: [www.drk-berlin-zentrum.de](http://www.drk-berlin-zentrum.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](mailto:fruehgeborgen@wegdermitte.de)

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

## Kindergesundheitshaus: „Hilfen aus einer Hand“

---

Für Eltern mit schwer erkrankten Kindern oder Kindern mit Behinderungen. Die Kontaktaufnahme kann schon während des Klinikaufenthaltes des Kindes erfolgen. Die Eltern werden entlastet, konkret unterstützt, individuell beraten und in geeignete und notwendige weitere Angebote vermittelt und integriert.

Kontakt:

**Kindergesundheitshaus**

Augustenburger Platz 1 – 13353 Berlin

Tel.: 030. 450 564 388

Tel.: 030. 450 566 838

E-Mail: [nachsorge@kgghaus.de](mailto:nachsorge@kgghaus.de)

Internet: [www.kindergesundheitshaus.de](http://www.kindergesundheitshaus.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:

**Fabrik Osloer Str.-Stadtteil- und FamilienZentrum  
„Nachbarschaftsetage“**

Osloer Str. 12 – 13359 Berlin

Tel.: 030.49 90 23 35

E-Mail: [familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de](mailto:familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de)

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

## Mutter – Kind – Sprachlerngruppen

---

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

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

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

### Kontakt:

Antonstr. 37–13347 Berlin

Tel.: 030. 9018 47 452, Do 13.00 – 15.00 Uhr

Tel.: 030. 9018 47 451, Mo, Do 13.00 – 16:00 Uhr  
persönliche Sprechzeiten im VHS Haus Antonstr. 37  
nach telefonischer Vereinbarung

E-Mail: [elternakademie@vhsmitte.de](mailto:elternakademie@vhsmitte.de)

Internet: [elternakademie-berlin-mitte.de/mutter-kind-sprachlerngruppe](http://elternakademie-berlin-mitte.de/mutter-kind-sprachlerngruppe)



## 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](mailto:info@panke-haus.de)

Internet: [www.g-casablanca.de](http://www.g-casablanca.de)

## Deutscher Familienverband

---

Angebote für Eltern wie z.B.:

- Mutter-Vater-Kind-Kurberatung
- Familienerholung
- FuN-Elternkure
- FuN-Baby
- PEKiP

Kontakt:

**Deutscher Familienverband,**

**Landesverband Berlin e.V.**

Eichhorster Weg 80, Eingang B über Wallenroder Str.1  
13435 Berlin

Tel.: 030. 45 30 010

E-Mail: [DFV.Berlin@web.de](mailto:DFV.Berlin@web.de)

Internet: [www.deutscher-familienverband-berlin.de](http://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 / 66 44 07

E-Mail: [info-babylotse@charite.de](mailto: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](mailto:info-babylotse@charite.de)

## Erziehungs- und Familienberatungsstellen des Jugendamtes (EFB)

---

### Beratungen

- von Müttern mit Säuglingen und Kleinkindern
- für Paare am Übergang zum Elternwerden
- für Alleinerziehende
- bei Fragen zur Erziehung
- von Eltern mit Erziehungsproblemen
- bei Trennung, Scheidung, Umgang mit dem Kind

### **EFB Zentrum/ Wedding** **Erziehungs- und Familienberatung EFB**

Kapweg 5 – 13404 Berlin  
Tel.: 030. 9018 45 400  
Mail: [efb.zentrum-wedding@ba-mitte.berlin.de](mailto:efb.zentrum-wedding@ba-mitte.berlin.de)

### **EBF Tiergarten**

Turmstr. 75 – 10551 Berlin  
Tel.: 030. 9018 34 614  
Mail: [efb.moabit@ba-mitte.berlin.de](mailto:efb.moabit@ba-mitte.berlin.de)

### **EBF Gesundbrunnen**

Grüntaler Str. 21 – 13357 Berlin  
Tel.: 030. 9018 45 350  
Mail: [efb.gesundbrunnen@ba-mitte.berlin.de](mailto:efb.gesundbrunnen@ba-mitte.berlin.de)

Internet für alle Standorte: [www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/erziehungs-und-familienberatung](http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/erziehungs-und-familienberatung)

## Familienzentren / Mehrgenerationenhäuser / Kiezzentren

---

### 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
- Hebammensprechstunden
- Eltern-Kind-Turnen usw.
- „Bewegungspicknick“

### **REGION ZENTRUM**

### **Familienzentrum Fischerinsel im KREATIVHAUS e.V.**

Fischerinsel 3 – 10179 Berlin  
Tel.: 030. 23 80 91 - 3  
E-Mail: [fzf@kreativhaus-tpz.de](mailto:fzf@kreativhaus-tpz.de)  
Internet: [www.kreativhaus-berlin.de/bereiche/familienzentrum-fischerinsel](http://www.kreativhaus-berlin.de/bereiche/familienzentrum-fischerinsel)

### **KIDZ e.V.**

### **Familienzentrum Villa Lützow**

Lützowstr. 28 – 10785 Berlin  
Tel.: 030. 23 00 31 16  
E-Mail: [kidz@familienzentrum-villaluetzow.de](mailto:kidz@familienzentrum-villaluetzow.de)  
Internet: [www.Familienzentrum-villaluetzow.de](http://www.Familienzentrum-villaluetzow.de)

## REGION GESUNDBRUNNEN

### **Pfefferwerk Stadtkultur gGmbH**

#### **Familienzentrum Wattstraße**

Wattstr. 16 – 13355 Berlin

Tel.: 030. 443 83 345

E-Mail: fz-wattstrasse@pfefferwerk.de

Internet: www.pfefferwerk.de

### **Panke-Haus Familienförderzentrum**

Soldiner Straße 76 – 13359 Berlin

Tel.: 030. 221 94 36-0

E-Mail: info@panke-haus.de

Internet: www.g-casablanca.de

### **DRK-Kiezzentrum Humboldthain**

Neue Hochstr. 21 – 13347 Berlin

Tel.: 030 600 300 55 30

E-Mail: kiezzentrum-humboldthain@drk-wedpre.de

Internet: www.kiezzentrum-humboldthain.de

### **Fabrik Osloer Straße-Stadtteil und FamilienZentrum „Nachbarschaftsetage“**

Osloer Str. 12 – 12 13359 Berlin

Tel.: 030. 49 90 23 35

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

Internet: familienzentrum.fabrik-osloer-strasse.de

## REGION WEDDING

### **Stadtteil- und Familienzentrum Paul Gerhardt Stift Soziales gGmbH**

Müllerstraße 56-58 – 13349 Berlin

Tel.: 030. 450 05-131

E-Mail: stadtteilzentrum@pgs-soziales.de

Internet: www.pgs-soziales.de

### **Kinder- Jugend- und Familienzentrum am Nauener Platz**

Liebenwalder Straße 2-3 – 13347 Berlin

Tel.: 030. 43 72 28 66

E-Mail: familienzentrum-mitte@stiftung-spi.de

Internet: www.familienzentrum-nauener-platz.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**

Kinder- und Familienhilfen

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**

Rathenower Str. 17 – 10559 Berlin

Tel.: 030. 50 56 67 38

E-Mail: info@familienzentrum-moabit.de

Internet: www.familienzentrum-moabit.de

# ● SCHWANGERENBERATUNG

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

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

---

Ruheplatzstr. 13 – 13347 Berlin

Tel.: 030. 9018 442 35

E-Mail: [Zentrum-Familienplanung@ba-mitte.berlin.de](mailto:Zentrum-Familienplanung@ba-mitte.berlin.de)

Internet: [www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/gesundheitsamt.de](http://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](mailto:familieimzentrum-m@ejf.de)

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

### **Beratungsstelle BACIM**

---

Deutsches Rotes Kreuz

Oldenburger Str. 22 – 10551 Berlin

Tel.: 030. 395 30 37

E-Mail: [bacim@berlin-city.drk.de](mailto:bacim@berlin-city.drk.de)

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

### **Immanuel-Beratung**

---

Littenstr. 108 – 10179 Berlin

Tel.: 030. 455 30 29

E-Mail: [beratung.klosterviertel@immanuel.de](mailto:beratung.klosterviertel@immanuel.de)

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

### **Deutsches Rotes Kreuz**

---

Allgemeine soziale Dienste

Neue Hochstr. 21 – 13347 Berlin

Tel.: 030. 60 03 00 55 20

E-Mail: [asd@drk-wedpre.de](mailto: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>Gynäkologin/<br/>Gynäkologe 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><br>kvberlin.de<br><br>(>Arztuche >Frauenheilkunde<br>>Geburtshilfe)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankenversichertenkarte</li> </ul>                       |
| <b>Hebamme suchen</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratung in der Schwangerschaft/<br/>Vorsorge</li> <li>• Geburtsvorbereitung</li> <li>• Wochenbettbetreuung</li> <li>• Informationen zu Angeboten,</li> <li>• Rückbildungskursen</li> </ul> | <p>Jede Frau hat Anspruch auf die Unterstützung einer Hebamme in der Schwangerschaft und in der Zeit nach der Geburt.</p> <p>Die Hebamme kann bis auf die Ultraschalluntersuchungen alle Vorsorgeuntersuchungen während der Schwangerschaft machen. Sie stellt auch den Mutterpass aus.</p> <p>Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.</p> | ab Beginn der Schwangerschaft | <b>Internet</b><br>berliner-hebammenliste.de<br>hebammensuche.de<br>hebammenruf-berlin.de<br>kidsgo.de<br><b>Zentraler Hebammenruf</b><br>Tel.: 030. 214 27 71  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankenversichertenkarte</li> </ul>                       |
| <b>Geburtseinrichtung<br/>suchen/zur Geburt<br/>anmelden</b>  |   | während der Schwangerschaft   | <b>Entbindungskliniken<br/>Berlin Mitte</b><br><u>Charité Campus Virchow-Klinikum</u><br>Augustenburger Pl. 1–13353 Berlin<br>Tel.: 030. 450-50<br><u>Campus Charité Mitte</u><br>Charitéplatz 1–10117 Berlin<br>Tel.: 030. 450 -50 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankenversichertenkarte</li> <li>• Mutterpass</li> </ul> |

| 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 folgenden U-Untersuchungen (U3-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 und erfragen, ob es freie Termine gibt. | Internet<br>kvberlin.de<br>(> Arztsuche > Kinder- und Jugendmedizin)  |   |
| <b>Arbeit</b>   |   |  |   |   |
| <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>  | bmfsfj.de<br>(>Familie > Elterngeld/Elternzeit<br>Alles Wissenswerte zur Elternzeit im Überblick)   | spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit  | Arbeitgeber   |   |
| <b>Behörden</b>   |   |  |   |   |
| <b>Vaterschafts-Anerkennung beurkunden lassen</b><br>nach<br>Terminvereinbarung | Die Vaterschaftsanerkennung ist wichtig bei Eltern, die nicht verheiratet sind.   | vor der Geburt zu empfehlen, aber auch nach der Geburt noch möglich  | <b>Jugendamt</b><br>Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin<br><u>Sprechzeiten:</u><br>Di: 09.00 – 12.00 Uhr<br>Do: 14.00 – 18.00 Uhr oder<br><b>Standesamt</b><br>Parochialstr. 3 – 10179 Berlin<br>Tel: 030. 9018 243 42<br>standesamt@ba-mitte.berlin.de | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausweis/ Pass, Geburtsurkunden beider Eltern</li> <li>• Mutterpass (wenn nach der Geburt: Geburtsurkunde des Kindes)</li> </ul>                                    |
| <b>Sorgeerklärung abgeben</b><br><br>(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</b><br>Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin<br><u>Sprechzeiten:</u><br>Di: 09.00 – 12.00 Uhr<br>Do: 14.00 – 18.00 Uhr   | <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> |

| Was?   | Informationen   | Wann?  | Wo?   | benötigte Unterlagen   |
|--|---|--|---|--|
| <b>Finanzen</b>  |   |  |   |  |
| <b>Mutterschaftsgeld beantragen</b>  | <p>Berufstätige Frauen, die in der gesetzlichen Krankenversicherung sind, erhalten 6 Wochen vor bis 8 Wochen nach der Geburt von ihrer Krankenkasse Mutterschaftsgeld.</p> <p>Der Arbeitgeber zahlt den Nettolohn minus 13 € je Arbeitstag. Diese werden von der Krankenkasse gezahlt. Bei Bezug von ALG I zahlt nur die Krankenkasse.</p>  | <p>die Bescheinigung über die Schwangerschaft 7 Wochen vor der Geburt einreichen</p>   | <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><br>Mehrbedarf für Schwangere/Schwangerschaftsbekleidung/Erstausstattungsbeihilfe beantragen | <p>Bezieherinnen von ALG II haben die Möglichkeit, folgende einmalige Leistungen zu beantragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwangerschaftsbekleidung</li> <li>• Babyerstausstattung</li> <li>• Hochstuhl</li> <li>• Kinderwagen</li> <li>• Kinderbett</li> </ul> <p>Zudem besteht die Möglichkeit, einen Mehrbedarf für Schwangere in Höhe von 17% der Regelleistung zu beantragen.</p>  | <p>Mehrbedarf für Schwangere/Schwangerschaftsbekleidung: ab der 13. Schwangerschaftswoche</p> <p>Babyerstausstattung: 2–3 Monate vor dem errechneten Entbindungstermin</p> | <p><b>JobCenter</b><br/><u>Hauptsitz:</u><br/>Seydelstr. 2–5 –10117 Berlin<br/><u>Weitere Standorte:</u><br/>Müllerstr. 147–13353 Berlin<br/>Müllerstr. 16–13353 Berlin<br/>Sickingenstr. /Eingang<br/>Berlichingenstr. 25 –13353 Berlin</p> <p><u>Telefonische Erreichbarkeit:</u><br/>Mo – Fr: 08.00 –18.00 Uhr<br/>Tel.: 030. 55 55 45 22 22</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• schriftlicher formloser Antrag</li> <li>• Mutterpass</li> </ul>   |
| <b>Zahlung der Stiftung „Hilfe für die Familie – Schwangere in Not“ beantragen</b>   | <p>Die Stiftung „Hilfe für die Familie – Schwangere in Not“ stellt einmalig pro Schwangerschaft ergänzende Leistungen zur Verfügung, wenn die Erstausstattung nicht aus eigenen Mitteln gekauft werden kann, oder die vom JobCenter gewährte Leistung nicht ausreicht.</p> <p>Bei der Antragsstellung werden Sie von jeder Schwangerschaftsberatungsstelle unterstützt. Diese nimmt den Antrag auf und leitet ihn an die Stiftung weiter. Es ist wichtig, dass der Antrag nur bei einer Schwangerschaftsberatungsstelle und nicht bei mehreren gestellt wird.</p> | <p>in den ersten Schwangerschaftsmonaten</p> <p>(8 –10 Wochen Bearbeitungszeit)</p>  | <p><b>Jede Schwangerschaftsberatungsstelle</b></p> <p>stiftunghilfe.de</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> </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>  | Wichtig:<br>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><br>(Familienversicherung) | Nach telefonischer Information schickt die Krankenkasse ein Formular zu. Für das Kind gibt es 2 Wochen nach der Anmeldung eine eigene Versicherungskarte. Eine ärztliche Behandlung ist auch schon vorher möglich. Für die Versicherung des Kindes fallen keine zusätzlichen Kosten an.   | Sofort nach der Geburt                          | <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>   | 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.<br><br>Weitere Angebote des KJGD sind: <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:<br>ca. 4 Wochen nach der Geburt | <b>Kinder- und Jugendgesundheitsdienst</b><br><br><u>Standort Tiergarten</u><br>Mathilde-Jacob-Platz 1<br>10551 Berlin<br>Tel.: 030. 9018 33 251<br>030. 9018 44 214<br><br><u>Sprechzeiten</u><br>Bitte telefonisch erfragen | <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.</p> <p>Sie erhalten 3 gebührenfreie Geburtsbescheinigungen sowie Urkunden (weitere Geburtsurkunden können für je 15 € erworben werden).</p> | Innerhalb einer Woche nach der Geburt   | <p><b>Standesamt</b><br/>Parochialstr. 3 –10179 Berlin<br/>Tel: 030. 9018 243 42</p> <p>E-Mail:<br/>standesamt@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:<br/>wenn nicht verheiratet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vaterschaftsanerkennung (falls vorhanden) und ggf. Sorgerechtersklärung</li> </ul> <p>wenn Kindesmutter geschieden</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Heiratsurkunde und Scheidungsurteil</li> </ul> <p>bei gemeinsamen Vorkindern</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Geburtsurkunden der Kinder</li> </ul> |
| <b>Kind beim Einwohnermeldeamt anmelden</b> | Die Anmeldung beim Einwohnermeldeamt erfolgt automatisch durch das Standesamt  |   |  |  |
| <b>Kitaplatz suchen</b>                     |  | Die Suche nach einer Kita ist so <b>früh wie möglich</b> zu empfehlen.  | <p><b>Internet</b><br/><a href="https://www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/kinder-tagesbetreuung/kitas">https://www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/kindertagesbetreuung/kitas</a></p>                                    |  |
| <b>Kitagutschein beantragen</b>             | <p>Bevor Ihr Kind in einer Kita betreut werden kann, muss ein Kitagutschein beantragt werden. Der Gutschein enthält die Höhe des Betreuungsumfanges. Mit dem Kitagutschein wenden Sie sich an eine Kita Ihrer Wahl und schließen mit dem Träger einen Vertrag ab.</p> <p>Kitagutschein Onlineantrag unter:<br/><a href="https://fms.verwalt-berlin.de/kita/">https://fms.verwalt-berlin.de/kita/</a><br/>ab 1.8.17: alle bis 30.9.16 geborenen Kinder kostenfrei;<br/>ab 1.8.18 alle Kinder kostenfrei;<br/>Essengeld: 23 €</p>  | Die Beantragung des Kitagutscheins ist frühestens 9 Monate, spätestens 2 Monate vor dem gewünschten Beginn der Betreuung möglich. (in besonderen Fällen auch kurzfristig möglich bei Zuzug nach Berlin, kurzfristige Arbeitsaufnahme) | <p><b>Jugendamt<br/>Kita-Hort-Gutscheinstelle</b><br/>Karl-Marx-Allee 31 – 10178 Berlin<br/><u>Sprechzeiten</u><br/>Die: 09.00 – 12.00 Uhr<br/>Do: 14.00 – 18.00 Uhr<br/><u>Telefonsprechstunde:</u><br/>Mo, Mi, Fr: 10.00 – 11.00 Uhr</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular und Arbeitsnachweise;</li> <li>• alle Vordrucke auf der Internetseite<br/><a href="http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kindertagesbetreuung">http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kindertagesbetreuung</a></li> </ul>   |

| Was?   | Informationen   | Wann?         | Wo?   | benötigte Unterlagen   |
|--|---|---------------|---|--|
| <b>Behörden</b><br>bei Bedarf<br><b>Beistandschaft</b><br>beantragen | <p>Sie können jederzeit für Ihr Kind kostenlos eine Beistandschaft 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.</p> | ab der Geburt | Jugendamt/Beistandschaft<br>Karl-Marx-Allee 32<br>10178 Berlin<br>Sprechzeiten:<br>Di. 09.00–12:00 Uhr<br>Do. 14:00–18:00 Uhr<br>Tel.: 030.9018 32 099<br>030.9018 23 097<br>030.9018 23 254<br>Mail: beistandschaft@ba-mitte.berlin.de | Personalausweis<br>Geburtsurkunde des Kindes<br>ggf. vorhandene<br>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. Antragsvordruck Kindergeld (erhältlich bei der Familienkasse): <a href="http://arbeitsagentur.de">arbeitsagentur.de</a></p> <p>(&gt; Bürgerinnen &amp; Bürger &gt; Familie und Kinder &gt; Kindergeld, Kindergeldzuschlag)</p> <p>Hier ist auch die Online-Antragstellung möglich.</p> | Innerhalb von 6 Wochen nach der Geburt   | <p><b>Bundesagentur für Arbeit Familienkasse</b><br/>Charlottenstr. 90 – 10969 Berlin<br/>Tel.: 0800. 455 55 30<br/><u>Telefonische Erreichbarkeit:</u><br/>Mo-Fr: 08.00 – 18.00 Uhr</p> <p><u>Sprechzeiten:</u><br/>Mo, Die, Fr: 8.00 – 12.00 Uhr<br/>Do: 8.00 – 18.00 Uhr<br/>ab 14.00 Uhr<br/>nur für Berufstätige</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular</li> <li>• <b>Geburtsurkunde vom Standesamt für den Antrag auf Kindergeld im Original vom Standesamt</b></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.</p> <p>Als Faustregel gilt: Eltern, die ALG II, Sozialgeld oder Sozialhilfe beziehen und sonst kein Einkommen haben, können Kindergeld aber keinen Kinderzuschlag erhalten.</p>      | Ab der Geburt bis max. zur Vollendung des 25. Lebensjahres des Kindes  | <p><b>Bundesagentur für Arbeit Familienkasse</b><br/>(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. 67% des durchschnittlichen Nettoverdienstes der letzten 12 Monate.</p> <p>Elterngeldrechner:<br/><a href="http://bmfsfj.de">bmfsfj.de</a><br/>(&gt; Service &gt; Onlinerechner)</p>   | <p>Innerhalb der ersten 3 Monate nach der Geburt</p> <p>(Das Elterngeld wird nur 3 Monate rückwirkend bezahlt)</p> | <p><b>Jugendamt Elterngeldstelle</b><br/>Karl-Marx-Allee 31<br/>10178 Berlin<br/><u>Sprechzeiten:</u><br/>Die: 09.00 – 12.00 Uhr<br/>Do: 14.00 – 18.00 Uhr<br/><u>Telefonsprechstunde:</u><br/>Mo, Mi, Fr: 9.00 – 10.00 Uhr</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular von beiden Eltern unterschrieben, mit Anlage S.4 des Antrages</li> <li>• <b>WICHTIG: Geburtsurkunde für den Antrag auf Elterngeld im Original vom Standesamt</b></li> <li>• Personalausweise / Pässe der Eltern</li> <li>• Nachweise über Einkommen und Mutterschaftsgeld</li> </ul> |

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

| Was?                             | Informationen  | Wann?  | Wo?  | benötigte Unterlagen   |
|----------------------------------|--|--|--|--|
| <b>Finanzen</b>                  |  |  |  |  |
| <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 Ärztin/ dem Arzt oder der Hebamme verordnet werden. Ärztin/Arzt oder Hebamme können aber die Notwendigkeit einer Haushaltshilfe bescheinigen und die Antragsstellung unterstützen. Die Haushaltshilfe wird entweder von der Krankenkasse bzw. dem Jugendamt organisiert oder muss selbst gesucht werden.</p> | Bei Bedarf (auch bereits in der Schwangerschaft) | <p>Ihre Krankenkasse oder Jugendamt</p> <p><b>Jugendamt Regionale Sozialpädagogische Dienste:</b><br/> <a href="http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kinder-jugendliche-und-familien">http://www.berlin.de/ba-mitte/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/kinder-jugendliche-und-familien</a></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mutterpass</li> <li>• Attest von der Ärztin/ dem Arzt oder Bescheinigung der Hebamme über Notwendigkeit einer Haushaltshilfe</li> </ul> |

# ● 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](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?                        |                       |
|---|---|----------------------------|-----------------------|
| Schwangerenberatung   | bei Bedarf während der Schwangerschaft  | Schwangerenberatungsstelle | ✓                     |
| <b>Gesundheit</b>   |   |                            |                       |
| Gynäkologin/Gynäkologe suchen   | ab Beginn der Schwangerschaft   | Internet                   | <input type="radio"/> |
| Hebamme suchen  | ab Beginn der Schwangerschaft   | Internet                   | <input type="radio"/> |
| Geburtseinrichtungen suchen/zur Geburt anmelden   | während der Schwangerschaft   | Geburtseinrichtung         | <input type="radio"/> |
| Kinderärztliche Praxis für die U-Untersuchungen suchen  | während der Schwangerschaft   | Internet                   | <input type="radio"/> |
| <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  | Jugend- 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<br>spätestens 7 Wochen vor der Geburt einreichen   | Krankenkasse               | <input type="radio"/> |
| Leistungen vom JobCenter:<br>Mehrbedarf für Schwangere/Schwangerschafts-<br>bekleidung/Erstausstattungshilfe beantragen | Mehrbedarf für Schwangere,<br>Schwangerschaftsbekleidung:<br>ab der 13. Schwangerschaftswoche<br>Babyerstausstattung: 2-3 Monate<br>vor dem errechneten Entbindungstermin | JobCenter                  | <input type="radio"/> |
| Zahlung der Stiftung<br>„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"/> |
| Kind beim Einwohnermeldeamt anmelden                          | erfolgt automatisch durch das Standesamt                              |                                     | <input type="radio"/> |
| Kitaplatz suchen  | so früh wie möglich   | Internet                            | <input type="radio"/> |
| Kitagutschein beantragen                                      | 9–2 Monate vor Beginn der Betreuung                                   | Jugendamt                           | <input type="radio"/> |
|   |   |                                     | <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"/> |
| Arbeitslosengeld II beantragen                                | bei Bedarf  | JobCenter                           | <input type="radio"/> |
| Unterhaltsvorschuss beantragen                                | bei Bedarf  | Jugendamt                           | <input type="radio"/> |
| Haushaltshilfe beantragen                                     | bei Bedarf (auch in der Schwangerschaft)                              | Krankenkasse oder Jugendamt         | <input type="radio"/> |



# ● Notfall-Rufnummern

## Nummer gegen Kummer

Elterntelefon: 0800 – 111 0550 (kostenfrei)

Online-Beratung für Eltern: [www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)

---

## Notrufe

|            |         |
|------------|---------|
| Polizei    | 110     |
| Feuerwehr  | 112     |
| Giftnotruf | 19 24 0 |

---

## Notdienste und Bereitschaftsdienste

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

## Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Der Fahrplan wurde überreicht von:

Frau/Herrn

Kontakt

---

---

---

## ● IMPRESSUM

Herausgeber:

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

Redaktion:

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

Druckvorlage:

Regina Tyllack

Fahrplan online unter:

[www.berlin.de](http://www.berlin.de) (Suchbegriff: Frühe Hilfen Mitte)

Stand:

2018

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

Sie sind schwanger oder werdender Vater?

Sie haben vor kurzem ein Baby bekommen?

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

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



Hier finden Sie die „Baby-Berlin\_App“



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



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