

2023/2024

4

ANGEBOTE RUND UM DIE GEBURT



Angebote für werdende Mütter und Väter, Familien mit Säuglingen und kleinen Kindern im Bezirk Spandau



Bestimmung:
Spermatophyta

BERLIN



IHRE NOTFALLKARTE

Hotline Kinderschutz:

030 61 00 66

(24 h erreichbar)

**Kinderärztlicher und ärztlicher
Bereitschaftsdienst:**

030 116 117

(24 h erreichbar)

**Kinderrettungsstelle
Evangelisches Waldkrankenhaus:**

030 3202 2828

(24 h erreichbar)



Herausgeber:

Bezirksamt Spandau von Berlin

Abt.: Jugend und Gesundheit,

OE Qualitätsentwicklung, Planung und Koordination

Carl-Schurz-Str. 2/6, 13597 Berlin

Tel.: 90279 - 4038, Fax: 90279 - 4075

E-Mail: qpk-broschueren@ba-spandau.berlin.de

Internet: <http://www.berlin.de/ba-spandau/>

Redaktion:

Tanja Götz-Arsenijevic (OE QPK) und Sabrina Pflüger (Gesundheitsamt)

Adressqualifizierung/

IN TOUCH BERLIN LOKALMARKETING

Grafik & Satz:

42. Auflage - 7.000 Exemplare, Stand Dezember 2022

Alle Angaben ohne Gewähr.

Die Broschüre „Angebote rund um die Geburt“ steht zum Download über den QR-Code oder über den folgenden Link zur Verfügung:

<https://www.berlin.de/ba-spandau/service/publikationen/artikel.234109.php>





Liebe Eltern und liebe Kolleg*innen aus der Fachöffentlichkeit,

die Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes bringt Veränderung für das eigene Leben, neue Verantwortung und Verantwortlichkeiten. Trotz vieler schöner und glücksbringender Momente, die ich Ihnen von Herzen wünsche, entstehen durch den Eintritt in einen neuen Lebensabschnitt für Sie als Eltern neue Fragen, Unsicherheiten und möglicherweise Ängste.

In diesen Momenten möchten wir Ihnen zur Seite stehen, Ihnen Angebote machen, Beratung bieten und Sie bestmöglich begleiten. Für Beratung und Unterstützung bieten wir Ihnen u. a. die Ersthausbesuche des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes und die Leistungen des FamilienServiceBüros an. Diese sollen mit dieser Broschüre ergänzt werden und Ihnen zusätzliche Angebote aufzeigen und Sie zur Nutzung animieren.

In dieser Broschüre haben wir für Sie deshalb Angebote für die Phase vor und nach der Geburt in Ihrem direkten Wohnumfeld zusammengetragen. Zusätzlich finden Sie Informationen zu Bewegungs- und Sportangeboten, Beratungsstellen, zu finanziellen Leistungen und zur Kindertagesbetreuung sowie weitere Angebote in und um Spandau.

Sehr gerne möchte ich Sie auch auf das Netzwerk „Gesund aufwachsen in Spandau“ aufmerksam machen in dem wir präventive Angebote der Gesundheitsförderung vorhalten und auch in diesem Heft darüber informieren.

Ich hoffe, dass diese Broschüre Ihnen und Ihrer Familie als gute Hilfestellung, Information und Begleitung in den und im neuen Lebensabschnitt dient und auch von der Fachöffentlichkeit als zusätzliche Informationsquelle genutzt werden kann.

Oliver Gellert
Bezirksstadtrat für Jugend und Gesundheit



ANGEBOTE RUND UM DIE GEBURT	06
Schwangerschaftsberatung	06
Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie	08
Hebammenversorgung und Anmeldung zur Entbindung in einer Geburtsklinik	08
Hebammenhilfe	10
Familienhebammen	11
Geburtsvorbereitung bis Rückbildungsgymnastik	12
FRÜHE HILFEN RUND UM DIE GEBURT – NETZWERK GESUND AUFWACHSEN IN SPANDAU	16
UNTERSTÜTZUNG NACH DER GEBURT	18
FamilienServiceBüro Spandau	18
Kinder- und Jugendgesundheitsdienst	19
Familienbegleitung	20
Mütterpflege	20
Schreibaby-Ambulanzen / Schreibaby-Sprechstunde	21
Stillgruppen	22
Baby-Massage	22
Babyschwimmen	24
Pikler und PEKiP – Eltern-Kind-Kurse im 1. Lebensjahr	25
Stadtteilmütter	26
ANGEBOTE DER FAMILIENZENTREN, GEMEINWESENVEREINE UND FREIEN TRÄGER NACH BEZIRKSREGIONEN	28
Falkenhagener Feld	28
Gatow / Kladow	29
Hakenfelde	30
Haselhorst	31
Heerstraße Nord	32
Siemensstadt	35
Spandau Mitte – Altstadt, Neustadt	36
Spandau Mitte – Stresow	38
Wilhelmstadt	38
Falkensee	39
ELTERNKURSE / VERANSTALTUNGEN	42
WINTER-SPIEL-PLÄTZE FÜR KINDER IN SPANDAU	45
SPORT- UND BEWEGUNGSANGEBOTE IN SPANDAU	46
LESEN UND MUSIK	50
ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNGSSTELLEN / SOZIALBERATUNG	52
SOZIALBERATUNG	52

WEITERE BERATUNGSSTELLEN	53
ANGEBOT FÜR JUNGE MÜTTER UND VÄTER UNTER 27	55
FINANZIELLE LEISTUNGEN	56
Elterngeld / Elternzeit / Elterngeld Plus	56
Partnerschaftsbonus	57
Kindergeld / Kinderzuschlag	57
KINDERTAGESBETREUUNG	58
ANGEBOTE DES JUGENDAMTES	60
Elterngeld	60
Erziehungs- und Familienberatungsstelle Spandau (EFB)	60
Kindschaftsrechtliche Hilfen	60
Kindertagesbetreuung	60
Unterhaltsvorschuss	60
Kinderschutz	60
Krisendienst des Jugendamtes Spandau	61
ANGEBOTE FÜR ALLEINERZIEHENDE	61
ANGEBOTE FÜR JUNGE FAMILIEN MIT FLUCHTHINTERGRUND	63
STELLEN UND ANGEBOTE FÜR FAMILIEN MIT FRÜHGEBORENEN, CHRONISCH KRANKEN KINDERN UND KINDERN MIT BEHINDERUNG	64
KINDERKLINIKEN, ARZTPRAXEN UND SPZ SPANDAU	66
Kinderkliniken	66
Sozialpädiatrisches Zentrum Spandau / Kinder- und Jugendambulanz	66
Beratungsstelle für Vergiftungserscheinungen	66
Arztpraxen für Frauenheilkunde und Geburtshilfe	67
Arztpraxen für Kinder- und Jugendmedizin in Spandau	68
Arztpraxen für Kinder- und Jugendmedizin in Falkensee und Hennigsdorf	70
WEITERE ANGEBOTE	71
INTERNET-ANGEBOTE	72
WEITERE BROSCHÜREN	74
NOTFALLKARTE	2+75

Schwangerschaftsberatung

- ... über soziale Leistungen und finanzielle Hilfen, Erstausrüstung
- ... über Elterngeld, Hebammenbetreuung
- ... über gesetzliche Bestimmungen und Angebote im Bezirk

Anträge bei der Stiftung des Landes Berlin „Hilfe für die Familie“

Hilfen bei Fragen zur Schwangerschaft, Geburt und der zukünftigen Elternrolle
Hilfen bei sozialen Problemen und Konflikten in der Familie

Schwangerschaftskonfliktberatung

Beratung bei ungeplanter Schwangerschaft für Frauen (auch mit Partner)
Begleitung in Entscheidungssituationen

Die Schwangerschaftsberatung erfolgt kostenfrei.

Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung – Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin

Hohenzollerndamm 174, 10713 Berlin, 3. Etage, E-Mail: zentrum@charlottenburg-wilmersdorf.de

Information und Anmeldung: Tel.: 902 91 - 68 80, Fax: 902 91 - 68 75

Sprechzeiten: Mo, Di, Fr 09:00 - 12:30 Uhr, Do 15:00 - 18:30 Uhr

- **Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung**
- **Kostenübernahme für Verhütungsmittel bei geringem Einkommen**

Webadressen: www.fruehehilfen-charlottenburg-wilmersdorf.de/angebote-fruehe-hilfen

Webseite des BA mit sonstigen Links www.berlin.de/ba-charlottenburg-wilmersdorf/verwaltung/aemter/gesund-heit/zentrum-fuer-sexuelle-gesundheit-und-familienplanung/

Flyer in verschiedenen Sprachen:

www.berlin.de/ba-charlottenburg-wilmersdorf/verwaltung/aemter/gesund-heit/zentrum-fuer-sexuelle-gesund-heit-und-familienplanung/artikel.626142.php

Immanuel Beratung Spandau – Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung

Achenbachstr. 15 (Eingang Achenbachstr./ Ecke Friedrichstr.) 13585 Berlin

Terminvergabe und Informationen: Tel.: 447 262 135 Fax: 447 262 129

Internet: www.beratung.immanuel.de; www.beratung.immanuel.de/wo-wir-sind/berlin-spandau/schwange-ren-und-schwangerschaftskonflikt-beratung/

E-Mail: schwangerenberatung.spandau@immanuel.de

- **Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung**
- **Beratung zu Elterngeld, Elterngeld, Mutterschutz, Mutterschaftsgeld**

- Anträge bei der Stiftung des Landes Berlin „Hilfe für die Familie“
- Klärung der Ansprüche auf finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten
- Beratung vor, während und nach einem pränatal-diagnostischen Befund
- Beratung zur Vertraulichen Geburt u.a.

Außensprechstunde der Schwangerschaftsberatung der Immanuel Beratung Spandau im Jugendberatungshaus Spandau für junge (werdende) Mütter und Väter unter 27 Jahre

13585 Berlin, Hasenmark 21, Tel.: 36 75 37 18, Internet: www.jbh-spandau.de

Sprechzeiten: Do 14:00 - 16:30 Uhr nach telefonischer Vereinbarung

- Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung für junge Menschen unter 27 Jahren

Trialog Jugendhilfe gGmbH

Posthausweg 5, 13589 Berlin, Internet: www.trialog-berlin.de/aufsuchende-elternhilfe.html

Information und Beratung: Tel.: 36 75 82 64, E-Mail: info@trialog-berlin.de

Aufsuchende Elternhilfe:

- Angebot für erstgebärende Schwangere ab der 20. SSW
- Beratung und Begleitung rund um die Geburt
- Unterstützung bei der Vorbereitung auf die Geburt: Hebammensuche, Geburtsklinik
- Unterstützung bei Anträgen nach der Geburt: Kindergeld, Elterngeld usw.

Aufsuchende Elternhilfe für geflüchtete Familien:

- Angebot für Schwangere/Familien mit dem ersten in Deutschland geborenen Kind
- Beratung und Begleitung rund um die Geburt: Hebammensuche, Geburtsklinik
- Unterstützung bei Anträgen nach der Geburt: Kindergeld, Elterngeld usw.
- Hilfe bei der Orientierung im Wohnumfeld: Kinderarzt, Familienzentrum usw.

Ambulante Babylotsin Spandau

Schwanger? Wo gibt es welche Hilfe?

Die Ambulante Babylotsin unterstützt Sie rund um die Schwangerschaft.

- Die bevorstehende Geburt eines Kindes ist eine neue Lebenssituation, die oft mit großer Freude aber auch Erwartungen und Veränderungen verbunden ist. werdende Mütter erhalten schon zu Beginn ihrer Schwangerschaft bei psychosozialen Belastungen die Möglichkeit, sich beraten zu lassen.
- **Das kostenfreie Angebot** im Bezirk richtet sich an schwangere Frauen und werdende Eltern in Spandau, zur Vorbereitung auf das Leben mit dem Kind. Sie werden vertraulich beraten und bekommen kurzfristige, wohnortnahe Unterstützung.

Offene Sprechstunde:

jeden Donnerstag von 09:00 - 12:00 Uhr im Stadteilladen Hakenfelde, Streitstr. 60, 13587 Berlin

Nach Absprache: bei Ihnen zu Hause

Stadteilladen Wilhelmstadt, Adamstr. 39, 13595 Berlin

Stadtteilzentrum Gatow/Kladow, Sakrower Landstr. 4, 14089 Berlin

Kontakt: Carola Tibursky, Tel.: 0176 - 80 80 12 27, carola.tibursky@jsd.de

Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie

Beratung zu Risiken von Medikamenten, Drogen und Schadstoffen in der Schwangerschaft und Stillzeit für GynäkologInnen, Humangenetiker, Ärzte anderer Fachrichtungen, Apotheker, Hebammen und Stillberaterinnen. Laienanfragen zur Stillzeit können leider nicht beantwortet werden. Informationen zu den wichtigsten Medikamenten und häufig vorkommenden Krankheiten in Schwangerschaft und Stillzeit sind unter unten angegebener Internetadresse zu finden.

Beratung im Internet: www.embryotox.de

Beratungstelefon: **450 52 57 00**

Hebammenversorgung und Anmeldung zur Entbindung in einer Geburtsklinik

Um eine Betreuung durch eine Hebamme in Anspruch zu nehmen, sind sehr frühzeitige Bemühungen um eine Hebamme unerlässlich. Ebenso ist eine sehr frühzeitige Anmeldung zur Geburt in allen Geburtskliniken dringend erforderlich. Informieren Sie sich bitte auf den jeweiligen Internetseiten der Geburtskliniken. *Siehe auch Broschüren (Seite 74): „Schwangerschaft und Geburt“ & „Fahrplan rund um die Geburt – Informationen für (werdende) Eltern“*

Kliniken für Gynäkologie und Geburtshilfe:

Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe

14089 Berlin, Kladower Damm 221, Internet: www.havelhoehe.de

- **Anmeldung zur Geburt:** Tel.: **36 50 16 52 (Mo. - Fr. 10:00 - 12:00 Uhr)**
- **Babylotsinnen:** Psychosoziale und gesundheitliche Begleitung und Beratung rund um die Schwangerschaft und Geburt, Tel.: **3 65 01- 14 28**, E-Mail: babylotse@havelhoehe.de

Evangelisches Waldkrankenhaus Spandau

13589 Berlin, Stadtrandstr. 555

Internet: www.johannesstift-diakonie.de/medizinische-versorgung/evangelisches-waldkrankenhaus-spandau/

- **Anmeldung zur Geburt:** online über die Internetseite
- **Kreissaal:** Tel.: **37 02 - 12 70 (täglich 24 Stunden)**
- **Babylotsinnen:** Psychosoziale und gesundheitliche Begleitung und Beratung rund um die Schwangerschaft und Geburt, Tel.: **37 02 - 22 09**, E-Mail: babylotse.waldkrankenhaus@jsd.de

DRK Kliniken Berlin | Westend

14050 Berlin, Spandauer Damm 130, Internet: www.drk-kliniken-berlin.de

- **Anmeldung zur Geburt unter Tel.: 30 35 - 44 25**
Montag - Freitag 09:00 - 14:00 Uhr
- **Babylotsinnen:** Psychosoziale und gesundheitliche Begleitung und Beratung rund um die Schwangerschaft und Geburt, Tel.: **3035 - 4497**, E-Mail: babylotsin-westend@drk-kliniken-berlin.de

Schwanger! Alkohol? Mein Kind trinkt mit!



Kein Schluck. Kein Risiko.

Wenn werdende Mütter während der Schwangerschaft Alkohol trinken, besteht ein hohes Risiko, dass sie ein behindertes Kind auf die Welt bringen. Fetale Alkoholspektrumstörungen (Fetal Alcohol Spectrum Disorders, FASD) zählen zu den häufigsten angeborenen Behinderungen in Deutschland. Nach Schätzung der Bundesdrogenbeauftragten kommen hierzulande jährlich ca. 10.000 Kinder auf die Welt, die unter einer Form von FASD leiden.

FASD sind nicht heilbar, in ihren Auswirkungen allerdings durchaus zu lindern. In Teilbereichen wie Sprach- oder Bewegungsfähigkeit können durch gezielte Förderung Verbesserungen erreicht werden.

FASD ist zu 100% vermeidbar

Fetale Alkoholspektrumstörungen wären vollständig vermeidbar, wenn werdende Mütter während der Schwangerschaft konsequent auf Alkohol verzichten würden. Ist ein Kind durch Alkohol im Mutterleib einmal geschädigt worden, trägt es lebenslang an den Folgen. Eine zulässige Alkoholmenge, deren Konsum für das Kind risikolos wäre, gibt es nicht. Daher gilt: Kein Tropfen Alkohol während der Schwangerschaft!

Beratung in Spandau:

FASD Fachzentrum „Sonnenhof“

FASD-Telefonsprechstunde: mittwochs von 17.00 bis 18.00 Uhr unter der Telefonnummer 030-367 50 933.

Weitere Informationen unter: <https://fasd-fachzentrum.de/>

Hebammenhilfe

Jede Frau hat Anspruch auf die Unterstützung einer Hebamme in der Schwangerschaft und in der Zeit nach der Geburt. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Hebammen bieten während der Schwangerschaft, Geburt und in der Zeit des Wochenbettes eine umfassende und ganzheitliche Betreuung an sowie Unterstützung während der gesamten Stillperiode. Sie können bis auf die Ultraschalluntersuchungen alle Vorsorgeuntersuchungen während der Schwangerschaft machen.

Weitere Informationen zur Hebammenhilfe sowie nützliche Informationen erhalten Sie beim Büro des ...

Berliner Hebammenverband e.V.,

10999 Berlin, Erkelenzdamm 33, Tel.: 694 61 54

Persönliche Anliegen mit Telefonnummer bitte an:

mail@berliner-hebammenverband.de senden, es erfolgt dann schnellstmöglich ein Rückruf.

Bei der Suche nach einer Hebamme:

www.berliner-hebammenvermittlung.de/ / www.berliner-hebammenverband.de (in neun Sprachen) / www.ammely.de

Hebammen für den Bezirk Spandau:

- **Jessica Bech** 13591 Berlin, Reckeweg 98a, Tel.: 0152 - 03 24 35 67
- **Nicole Biermann** 13591 Berlin, Fahrlander Weg 41, Tel.: 324 25 27
- **Friederike Bloch** 14089 Berlin, Schallweg 26, Tel.: 0163 - 702 81 53
- **Constance Fröhlich** 14089 Berlin, Schallweg 26, Tel.: 0163 - 759 20 99
- **Hebammengemeinschaft Havelhöhe** 14089 Berlin, Kladower Damm 221, Tel.: 3 65 01 - 480
1. + 3. Mi im Monat um 19 Uhr Informationstreff für werdende Eltern o. Anmeldung
- **Roswitha Gensch** Tel.: 0177 - 510 02 00, Spandauerhebamme@arcor.de
- **Hebammenpraxis Havelnest**, Katharina Horn, 14612 Falkensee, Poststr. 48 - 50,
www.hebammen-havelnest.de, Tel.: (03322) 506 97 80 / 0171 - 3243354
- **Birgit Dörr-Butscher**, 13595 Berlin, Gotenweg 9, Tel: 0157 - 57 20 73 40
- **Hebammenpraxis Kladow - Kugelsicher** 14089 Berlin, Schallweg 26, Tel.: 85 61 31 76
- **Hebammenpraxis Dallgow Döberitz** 14624 Dallgow Döberitz, Ernst-Ruska-Str. 6, Tel.: (03322) 852 50 42
- **Hebammenpraxis Herzklopfen** 12595 Berlin, Pichelsdorfer Str. 69, Tel: 76 95 10 33, www.herzklopfen.berlin
- **Hebammenteam Falkensee** – Theresia Jörg, Monika Michels, Franziska Reininghaus – www.heb-team.de
- **Melanie Heidelberg** Tel.: 22 19 49 64
- **Monika Michels** 14612 Falkensee, Elbeallee 40, Tel.: (03322) 20 02 62
- **Zahra Mirmasoudi** Tel.: 0179 - 733 08 25
- **Franziska Reininghaus** 14612 Falkensee, Ruhrstr. 12, Tel.: (03322) 21 12 11
- **Elke Rust** 13587 Berlin, Grafenwalder Weg 12, Tel.: 0160 - 206 68 84
- **Christiane Wiemann** 14089 Berlin, Schallweg 26, Tel.: 0157 - 35 63 11 16
- **Angelika Wilde** Tel.: 0177 - 3 29 26 71

Familienhebammen

Die Familienhebamme begleitet werdende und junge Eltern, die besonderen sozialen und gesundheitlichen Belastungen ausgesetzt sind, spätestens bis zum ersten Geburtstag des Kindes. Der Einsatz einer Familienhebamme erfolgt im Rahmen der Bundesstiftung Frühe Hilfen in Kooperation von Gesundheitswesen und Kinder- und Jugendhilfe (siehe Seite 20).

Darüber hinaus bieten Familienhebammen Beratung für alle Schwangeren, Mütter und Familien mit Fragen zur Schwangerschaft, zur Geburt und Babyzeit bis zum Ende des ersten Lebensjahres an. In Spandau finden die offenen Sprechstunden der Familienhebammen an unterschiedlichen Standorten statt. Auf der Internetseite www.fruehe-hilfen-spandau.de finden Sie fortlaufend aktualisierte Sprechstundenzeiten.

Hier nach Postleitzahlen sortiert:

Eulalia Eigensinn e.V.

13585 Berlin, Lutherstr. 13

Tel.: 335 11 91 (Mo.- Do. 10:00 - 14:00 Uhr)

Familienhebamme Theresia Jörg, Tel.: (0 33 22) 23 86 93

Sprechstunde: Mo. 11:00 - 13:00 Uhr (keine Anmeldung erforderlich)

Familienzentrum Villa Nova – Kompaxx e.V.

13587 Berlin (Hakenfelde), Rauchstr. 66, Tel.: 33 77 61 16

Familienhebamme Margarete Omotoye, Tel.: 0151 - 11 33 49 15

Sprechstunde: Di. 11:00 - 13:00 Uhr

www.villanova.kompaxx.de (Aktuelles)

FiZ – Familie im Zentrum Falkenhagener Feld West

13589 Berlin (Falkenhagener Feld), Wasserwerkstr.3, Tel. 22 32 41 48

E-Mail: fiz-wasserwerkstrasse@humanistischekitas.de

Familienhebamme Kirsten Schadach, Tel.: 0151 - 11 37 77 20

Sprechstunde: einmal im Monat Mittwoch und Donnerstag
während der Krabbelgruppe (Termin bitte erfragen!)

Familienzentrum Rohrdamm – Kompaxx e.V.

13629 Berlin (Siemensstadt), Voltastr. 2, Tel.: 36 75 75 60

Familienhebamme Andrea Wiedorn-Robrecht, Tel.: 0151 - 11 37 77 15

Sprechstunde bitte erfragen, auch telefonische Beratung möglich.



Geburtsvorbereitung bis Rückbildungsgymnastik

Hebammenpraxis Kladow – Kugelsicher

14089 Berlin, Schallweg 26, Internet: www.hebammenpraxis-kugelsicher.de

Informationen u. Anmeldung: Constance Fröhlich u. Friederike Bloch, Tel.: 85 61 31 76

- **Offene Hebammensprechstunde** – Zeiten: Di. 08:30 - 10:30 Uhr, Fr. 11:30 - 13:30 Uhr
- **Geburtsvorbereitung für Paare** – Zeiten: Sa. und So. (Wochenendkurs), Termine bitte erfragen!
- **Geburtsvorbereitung für Frauen** (auf Anfrage)
- **Schwangerschaftsgymnastik**
- **Rückbildungsgymnastik**
- **Yoga für Kinder** – Zeit: Mi. 16:00 - 17:00 Uhr
- **Rektusdiastase und Beckenboden**
- **Weitere Kurse:** Babymassage, Yoga nach der Geburt, Erste-Hilfe-Kurse, Homöopathie und Workshops
- **Eltern-Kind-Kurse „Die kleinen Entdecker“** (für Babys ab frühestens 8 Wochen):
Lieder, Fingerspiele, Wahrnehmung und Bewegung der Babys altersgerecht fördern, über Themen wie Tragen, Stillen, Schlafen, Beikost, Kommunikation, etc. (Bea Butscher 0152-33 83 56 82)

Hebammen Team Falkensee

Veranstaltungsort: ASB Kultur- und Seminarhaus Mehrgenerationenhaus Falkensee

14612 Falkensee, Ruppiner Str. 15, Internet: www.heb-team.de

Hebammen: Theresia Jörg, Monika Michels und Franziska Reininghaus

- **Geburtsvorbereitung**
Zeit: Mo. 17:00 - 19:00 Uhr, Anmeldung und Information: Monika Michels, Tel.: (0 33 22) 20 02 62
- **Yoga für Schwangere - „Prenatal“**
- **Yoga für Mama & Baby - „Postnatal“**
- **Weitere Angebote:** Rückbildungskurse (siehe Eulalia), Kurse zur Einführung von Beikost, Mutter-Kind-Gruppen mit Hebammenberatung, Zwillingsgruppe etc.

Hebammenpraxis Havelnest

14612 Falkensee, Poststr. 48 - 50, Internet: www.hebammen-havelnest.de

Anmeldung und Information: Tel.: (0 33 22) 506 97 80 - Termine bitte erfragen!

Hebammen: Katharina Horn, Nadine Koch, Jacqueline Ermerling, Anne Kley, Isabelle Materne, Sara Browne, Delia Wendland und Bianca Ellerich

- **Geburtsvorbereitung für Schwangere und PartnerIn**
4 Termine für Schwangere à 2 Stunden + 1 Partnertag à 3 Stunden
- **Geburtsvorbereitung - Paar-Crashkurs**
Die einzelnen Geburtsphasen werden demonstriert, sowie die Hilfestellung für die werdenden Eltern, aber auch andere begleitende Partner (Freundin, Oma, Tante) sind hier genau richtig. Dauer: 5 Stunden
- **Viele weitere Angebote:**
Rückbildungskurse, Babymassage, StarkeEltern–StarkeKinder® (0 - 3 Jahre), Yoga für Schwangere, Notfälle im Kleinkindalter, Säuglingspflegekurs, Schwangerengymnastik, Beleggeburten, Akupunktur, etc.

Hebammenpraxis Dallgow

14624 Dallgow-Döberitz, Ernst-Ruska-Str. 6

Anmeldung und Information: Christine Michl, Tel.: (0 33 22) 852 50 42

- **Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare**
- **Schwangerengymnastik, Yoga und Entspannung**
- **Rückbildungsgymnastik, Beckenboden-Intensivkurs**

Evangelisches Waldkrankenhaus Spandau

13589 Berlin, Stadtrandstr. 555, Hebammenhaus - Haus 13

Online-Anmeldung: www.johannesstift-diakonie.de/medizinische-versorgung/evangelisches-waldkrankenhaus-spandau/behandlung/geburtshilfe-neonatologie/anmeldung-zur-geburt/

- **Geburtsvorbereitungskurse für Frauen und Paare**
- **Gymnastik für Schwangere**
- **Geschwisterkurs**
- **Info-Abend:** jeden 1. Mittwoch im Monat 18:30 Uhr auf Instagram @waldkrankenhaus_spandau
- **Anmeldung zur Geburt (nur mit Termin)** Anm. zum pers. Aufklärungsgespräch: www.jsd.de/geburt-ewk

Bitte informieren Sie sich auf der Website zum aktuellen Kursangebot.

Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe

14089 Berlin, Kladower Damm 221

Internet: www.havelhoehe.de

Information: Tel.: 36 50 16 52 (Mo. - Fr. 10:00 - 12:00 Uhr)

- **Info-Abend für werdende Eltern**

Termin: jeden 3. Mittwoch im Monat 19:00 Uhr,

online via Zoom, Meeting-ID: 941 5336 1419 Kenncode: 177214

- **Paarkurse zur Geburtsvorbereitung**

Wochenendkurse: Sa. und So. 10:00 - 17:00 Uhr, Kosten für den Partner: 125 Euro

- **Kurs „Leben mit einem Neugeborenen“**

Zeit: jeden 1. Samstag im Monat 10:00 - 15:00 Uhr, Kosten: 35 - 50 Euro/Person

- **Anmeldung zur Geburt**

Termine auf www.havelhoehe.de

DRK Kliniken Berlin – Klinikum Westend

14050 Berlin, Spandauer Damm 130

Internet: www.drk-kliniken-berlin.de/westend/

Anmeldung und Information: Elternschule, Tel.: 30 35 44 12

- **Geburtsvorbereitungskurse für Frauen und für Paare**
am Vormittag, am Abend, am Wochenende **(auch auf Englisch)**

Kursgebühr: Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen in der Regel die Kosten für die werdende Mutter.

Begleitperson zahlt je nach Kursart zwischen 70 - 130 Euro



- **Schwangerschaftsgymnastik** unter physiotherapeutischer Leitung

Zeit: Mo. 18:30 - 20:00 Uhr

Kursgebühr für 8 x 1,5 Stunden: 120 Euro – Dieses Kursangebot ist als Präventionskurs anerkannt. Es besteht die Möglichkeit der Teilkostenerstattung durch Ihre gesetzliche Krankenkasse.

- **Yoga in der Schwangerschaft** – ein Kind in sich tragen – sich selbst stärken

Zeit: Di. 10:00 - 11:15 Uhr, Mi 17:00 - 18:30 Uhr, Präventionskurs, 10 Termine, Kosten: 99,00 Euro

- **Rückbildungsgymnastik**

Babys sind bei ihren Müttern: Mo., Mi. und Fr., jeweils am Vormittag, **Ohne Babys:** Mo. am Abend

Kursgebühr für gesetzlich Krankenversicherte: 8 x 1,25 Stunden: 79,60 Euro

2. Kursblock und privat Krankenversicherte: 8 x 1,25 Stunden 120,00 Euro

- **nach Cantienica Rückbildungs-/Beckenbodengymnastik mit Baby**

Zeiten: Freitag von 12.30 bis 13.30 Uhr

Kursgebühr: 10 x 1 Stunde: 125,00 Euro – Erstattung durch die Krankenkasse bitte erfragen.

- **Rückbildungsyoga mit Baby**

Zeit: Dienstag von 11.30 bis 12.30 Uhr – Kursgebühr für 8 x 1 Stunde: 120,00 Euro

Dieses Kursangebot ist als Präventionskurs anerkannt. Es besteht die Möglichkeit der Teilkostenerstattung durch Ihre gesetzliche Krankenkasse.

- **Fit mit Baby**

Zeit: Dienstag von 09.30 bis 10.30 Uhr – Kursgebühr für 10 x 1 Stunde: 120,00 Euro

Nach der Rückbildung wird die gesamte Muskulatur, insbesondere Beckenboden und Rumpf, trainiert.

Das bringt den Körper langsam aber stetig wieder in Form. Das Baby wird in die Übungen mit einbezogen oder liegt auf der extra breiten Matte. Das Training ist mit und ohne Baby möglich.

- **Start Up! für werdende Väter®**

Crashkurs für Männer zur Vorbereitung auf die Geburt und eine erfolgreiche Vaterschaft

Zeit: Di. 18.30 bis 21.30 Uhr – Kursgebühr für 1 x 3 Stunden: 40,00 Euro

- **Informationsveranstaltungen / Kurse:** Säuglingspflege – auch in Englisch, erste Beikost, Homöopathische

Erste Hilfe, Großeltern sein, Geschwisterkurs, Erste Hilfe am Kind, Tragetuch Bindekurs,

Weitere Angebote siehe unter www.drk-kliniken-berlin.de/westend/krankenhaus-westend/elternschule

Geburtshaus Charlottenburg

14050 Berlin, Spandauer Damm 130

Anmeldung und Information: Tel.: 325 68 09 (Mi. 10:00 - 14:00 Uhr, Do. 13:00 - 16:00 Uhr, Fr. 10:00 - 13:00 Uhr)

Oder über unsere E-Mail-Adresse: anmeldung@geburtshausberlin.de.

Termine der einzelnen Kurse unter www.geburtshaus-charlottenburg.de

- **Geburtsvorbereitung für Paare / Eltern**

Am Wochenende: Sa. und So. 10:00 - 17:00 Uhr, PartnerInnengebühr: 140,00 Euro

In der Woche: Montags oder Donnerstags jeweils 5 Termine à 2 Std., Kosten für den Partner: 140,00 Euro

- **Rückbildung**

Vormittags, entweder 5 Termine à 120 Minuten oder 8 Termine à 75 Minuten

- **Yoga für Schwangere**

Donnerstag 9:00 - 10:15 Uhr oder Dienstag 17:00 - 18:15 Uhr, Kosten: 84,00 Euro für 6 Termine

- **Yoga nach der Geburt mit Kind:** Freitag 10:00 - 11:15 Uhr, Kosten: 84,00 Euro für 6 Termine
- **Babamassage:** Kursaufbau: 5 x 60 Minuten, Kosten: 85,00 Euro
- **Weitere Angebote:**

- Vorsorgen	- Säuglingspflege	- Vortrag zu bewährten Hausmitteln
- Akupunktur	- Erste-Hilfe-Kurs für Kinder	- Homöopathische Notfallapotheke
- Hypnose	- childbirth preparation	- Vortrag zum Thema
- Massage	(classes in english)	Impfentscheidung
- Wochenbettbetreuung	- Stillberatung	

Familienzentrum Wilhelmine - Trialog Jugendhilfe gGmbH

13595 Berlin, Weverstr. 72, Internet: www.trialog-berlin.de

Anmeldung und Information: Iwona Chwialkowska (Koordination), Tel.: 93 95 21 97,

E-Mail: familienzentrum@trialog-berlin.de

• Yoga Postnatal

Zeit: Di. 09:30 Uhr - 11:00 Uhr (kostenfrei)

• Säuglingspflegekurs

Vorbereitender Kurs für werdende Eltern, Termine bitte erfragen.

Familienforum Havelhöhe gGmbH

14089 Berlin, Kladower Damm 221

• Baby-Vorbereitungskurs „Bald da!“ – Durch ganzheitliche Neugeborenenpflege gut vorbereitet auf das Wunder Kind. Ein Online-Workshop über drei Abende

Zeit: Mi. 19:00 - 21:00 Uhr, Kosten: 100 Euro pro Schwangere (Partner/in kostenlos)

Termine und weitere Infos: Tel. 23 36 56 65, www.familienforum-havelhoehe.de

Eulalia Eigensinn e.V.

13585 Berlin, Lutherstr. 13, Tel.: 335 11 91, Mo. - Do. 10:00 - 14:00 Uhr und nach Vereinbarung

• Rückbildungsgymnastik mit Babymassage

Kursdauer: 8 Termine, Zeit: Do. 09:15 - 10:45 Uhr, 11:00 - 12:15 Uhr

Anmeldung und Information: Theresia Jörg (Hebamme), Tel.: (03322) 23 86 93

• Von Anfang an gesund und munter (für Mütter mit Babys von 2 - 10 Monate)

Zeit: Mo. 11:00 - 13:00 Uhr, Anmeldung und Information: Theresia Jörg (Hebamme), Tel.: (03322) 23 86 93

• Weitere Angebote

Hathayoga, Zeiten: Do. 17:00 - 18:30 Uhr und 19:00 - 20:30 Uhr, Kassenabrechnung möglich!

Familienzentrum Kita Lasiuszeile – Juwo-Kita gGmbH

13585 Berlin, Lasiuszeile 6,

Anmeldung und Informationen: Kerstin Semrau (Kordinatorin)

Tel.: 29 03 46 71 / 0151 - 40 21 04 82, familienzentrum-lasius@jugendwohnen-berlin.de

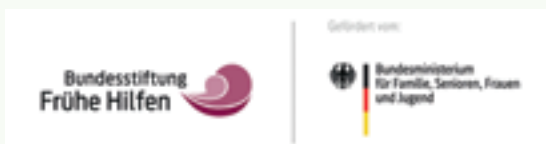
- **Schwangeren Yoga:** Der Yoga Kurs begleitet die werdenden Mütter während ihrer Schwangerschaft und baut Kraft und Selbstvertrauen für die Geburt auf. Zeit: Di 11:00 - 12:00 Uhr, Kurstermine bitte erfragen

Frühe Hilfen rund um die Geburt – Netzwerk Gesund Aufwachsen in Spandau

In der Phase rund um die Geburt stehen werdende Eltern und Familien mit Säuglingen vor der Herausforderung, für sich und ihre Kinder stabile Lebensumstände zu schaffen. Häufig benötigen junge Familien zeitweise oder dauerhaft Unterstützung von Familie, Freunden oder auch Fachkräften, um ihren Alltag bewältigen zu können und ihre Kinder in ihrer Entwicklung angemessen zu fördern.

Um werdenden Eltern und jungen Familien in Spandau frühzeitig bedarfsgerechte Unterstützungen anbieten zu können, kooperieren und informieren sich im Netzwerk Gesund Aufwachsen – Frühe Hilfen rund um die Geburt – Fachkräfte, die mit werdenden Eltern und jungen Familien arbeiten. Ziel ist es, die Teilhabe aller Kinder am gesunden Aufwachsen zu sichern und mit den Familien und den Fachleuten des Netzwerks eine Kultur der gemeinsamen Verantwortung zu gestalten.

Darüber hinaus beteiligt sich der Bezirk Spandau an der „Bundesstiftung Frühe Hilfen“. Dabei handelt es sich um ein bundesweites Programm, mit dem die bestehenden Hilfs- und Unterstützungsangebote für werdende Eltern und junge Familien weiter ausgebaut werden, auch unter Einbeziehung ehrenamtlicher Strukturen. Gerade für Kinder mit gesundheitlichen Risiken und Familien in belasteten Lebenssituationen müssen Hilfen früh, verlässlich und vernetzt in der Lebenswelt bzw. dem Stadtteil verankert sein. Denn diese Kinder brauchen Förderung und ihre Familien Unterstützungssysteme von Anfang an. Hier gehören zu den aufsuchenden Angeboten schon in der Schwangerschaft die Familienhebammen und die „Aufsuchende Elternhilfe“ – siehe www.fruehe-hilfen-spandau.de.



Viele der in diesem Heft aufgeführten Angebote können auch im Rahmen von Frühen Hilfen genutzt werden. Sie reichen von der Schwangerschaft, über die Geburt bis ins Kleinkindalter. Mehrere neue Projekte sind darüber hinaus bei den freien Trägern der Kinder- und Jugendhilfe entstanden. Auch die Spandauer Familienzentren haben Angebote insbesondere für werdende Eltern und Familien mit jüngeren Kindern eingerichtet.

Nähere Informationen erhalten Sie bei den Ansprechpartner*innen

- Frau Pflüger, Netzwerkkoordinatorin „Frühe Hilfen“ des Kinder und Jugendgesundheitsdienstes, Gesundheitsamt, Tel.: 902 79 - 81 04
- Stefanie Huber, Netzwerkkoordinatorin „Frühe Hilfen“ des Jugendamtes, Tel.: 902 79 - 32 72
E-Mail: fruehe-hilfen-spandau@ba-spandau.berlin.de, Internet: www.fruehe-hilfen-spandau.de

**IHRE NERVEN
LIEGEN BLANK?**

**Schütteln
Sie niemals
Ihr Baby!**

**Ihr Baby schreit viel?
Tipps für starke Eltern:**

- Legen Sie Ihr Baby sicher ab.
- Verlassen Sie den Raum.
- Atmen Sie durch.
- Holen Sie sich Unterstützung.

Schütteln ist lebensgefährlich!

www.elternsein.info

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

Träger:



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

In Kooperation mit:



Deutsches
Jugendinstitut

Bündnis gegen
Schütteltrauma



Herzlich willkommen im ...

Bezirksamt Spandau von Berlin

Jugendamt
Abteilung Jugend
und Gesundheit



FamilienServiceBüro

Das FamilienServiceBüro Spandau ist die neue erste Anlaufstelle für Spandauer Familien bei Fragen rund um Kindertagesbetreuung, Elterngeld und Unterhaltsvorschuss.

Wir beraten Sie kostenlos bei der Antragstellung von:

- Elterngeld,
- Kita-/Hortgutschein und
- Unterhaltsvorschuss

Sie erhalten ...

- Unterstützung beim Ausfüllen der Antragsformulare,
- Erklärungen zu den nötigen Unterlagen und ...
- können Anträge bei uns abgeben.

Zudem unterstützt Sie ...

- die Familienkasse Berlin-Brandenburg jeden 2. Dienstag im Monat bei der Antragstellung von Kindergeld und Kinderzuschlag am Standort Brunsbütteler Damm.

Wir bieten auch eine sozialpädagogische Erstberatung an. Die Mitarbeiterinnen der Johannesstift Diakonie Jugendhilfe informieren bei Themen rund um **Schwangerschaft, Geburt, Kitasuche, Schule, Freizeit, Gesundheit, Trennung** – auf Wunsch auch anonym.

Wir informieren Sie ...

über familienbezogene Angebote im Bezirk – Spandau hat viel zu bieten!



Persönliche Sprechzeiten:

Mo, Di, Mi, Fr 9:00 - 12:00 Uhr / Do 14:00 - 17:00 Uhr

Persönliche Erreichbarkeit:

Brunsbütteler Damm 75, 13581 Berlin oder Klosterstr. 36, 13581 Berlin

Telefonische Erreichbarkeit: Telefon: (030) 90279 8300

Mo - Fr 9 - 12 Uhr / Mi - Mi 13 - 15 Uhr / Do 13 - 18 Uhr

Erreichbarkeit per E-Mail: familienervicebuero@ba-spandau.berlin.de

Gern vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin – bei Bedarf auch außerhalb der Sprechzeiten!

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst (KJGD)

Der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst des Bezirksamtes Spandau von Berlin bietet anlässlich der Geburt eines Kindes Hausbesuche und gesundheitsbezogene Informationen an. Sie erhalten Beratungen zu den Themen Pflege, Ernährung und Entwicklung des Kindes sowie zu familiären, sozialen und wirtschaftlichen Fragen.



In den Beratungsstellen des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes können Sie Ihr Kind kostenlos (ohne Versicherungskarte der Krankenkasse) untersuchen lassen. Auch die Kita-Aufnahmeuntersuchungen werden hier durchgeführt.

Der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst informiert zudem über gesetzliche Leistungen, andere Beratungsstellen und vermittelt bei Bedarf Hilfen.

Für alle Anliegen in den Beratungsstellen bitte einen Termin vereinbaren, telefonisch oder per E-Mail: ges1@ba-spandau.berlin.de

**Webseite des Kinder- und
Jugendgesundheitsdienstes Spandau:**



13581 Berlin, Klosterstr. 36

Eingang über Ruhlebener Straße, im EG, Zimmer 1 und 7, Tel.: 902 79 - 22 54 und - 22 56, Fax: 902 79 - 55 04

13589 Berlin, Hermann-Schmidt-Weg 6

Tel.: 90 279 - 86 70, Fax: 90 279 - 86 80

13599 Berlin, Goldbeckweg 29

Tel.: 902 79 - 86 41, Fax: 902 79 - 86 50

13593 Berlin, Räcknitzer Steig 8

Tel.: 36 47 81 - 11/-12, Fax: 36 47 81 - 24/-26

13587 Berlin, Streitstr. 7

Tel.: 902 79 - 81 01, Fax: 902 79 - 81 10

(Eingang über Rückseite des Gebäudes)

Bei Verdacht auf Gefährdung von Säuglingen und Kleinkindern kann neben den oben genannten Telefonnummern **zusätzlich** der zentrale Tagesdienst des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes genutzt werden.

**Montag bis Freitag
von 09:00-16:00 Uhr
unter ☎ 902 79 55 02**

Familienbegleitung

Familienzentrum Wilhelmine - Trialog Jugendhilfe gGmbH

13595 Berlin, Weverstr. 72, Internet: www.welcome-online.de

- **wellcome Spandau**

Hilfe für Familien im 1. Lebensjahr. Beratung und Vermittlung von Kinderbetreuung. Ehrenamtliche wellcome-Engel betreuen das Baby oder das Geschwisterkind als Nachbarschaftshilfe. Ein Projekt der Bundesstiftung Frühe Hilfen.

Koordination: Anastasiya Keksel, Tel.: 0162 - 403 72 43 oder Email: berlin.spandau@welcome-berlin.de
Sprechstunde Dienstag, 10:00 - 12:00 Uhr

Evangelisches Waldkrankenhaus Spandau / Evangelisches Johannesstift Berlin

13589 Berlin, Stadtrandstr. 555,

Ansprechpartnerin: Dr. Julia Grieb, Tel.: 0178 - 770 93 88, E-Mail: kaenguru-EWK@jsd.de

- **Känguru - hilft und begleitet**

kostenlose, bedarfsorientierte, individuelle, nachbarschaftliche Familienbegleitung durch geschulte und erfahrene Ehrenamtliche für alle Familien und Alleinerziehende mit mindestens einem Kind im ersten Lebensjahr

Traglinge e.V. - Beratung & Begleitung für Familien mit Frühgeborenen, schwer und chronisch kranken Kindern

Auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhaus Spandau, Internet: www.traglinge-ev.de

13589 Berlin, Stadtrandstr. 555, Haus 13, Tel.: 370 227 460, E-Mail: kontakt@traglinge-ev.de

- **Aufsuchende und begleitende Hilfe für Familien** mit Frühgeborenen, schwer und chronisch kranken Kindern (0-18 Jahren) durch ein erfahrenes Team aus Kinderkrankenschwestern, Sozialpädagogin, Reha-Pädagogin und Kinderärztin
- Vernetzung der Hilfen vor Ort / Kosten werden von den Krankenkassen u.a. Kostenträgern übernommen

Mütterpflege

Die Mütterpflege bietet Pflege und Unterstützung rund um die Geburt. Sie gibt u.a. Unterstützung bei der Säuglingspflege und im Wochenbett, berät bei Fragen zum Stillen, zeigt Übungen zur Entspannung und Rückbildung und kümmert sich um den Haushalt, die Mahlzeiten und um Geschwisterkinder. Sie arbeitet eng mit den Hebammen und Krankenhäusern zusammen. Sofern eine Verordnung vorliegt (bei Hausgeburt, ambulanter Geburt, oder medizinischer Indikation - bescheinigt durch Hebamme oder Arzt), werden die Kosten von der Krankenkasse voll übernommen.

Janina Hahne

13591 Berlin, Reckeweg 61, Tel.: 335 89 81 oder 0163 - 741 69 19

Internet: www.muetterpflege-berlin.de, E-Mail: jhahne0406@aol.com

Tanja Jürgens

Mütterpflegerin der GfG Berlin, Tel.: 0160 - 599 50 95. E-Mail: TanjaJuergensBerlin@web.de

Schreibaby-Sprechstunde – Hilfe, mein Baby schreit!

Hier finden Mütter und Väter kompetente Beratung, wenn ihr Baby untröstlich weint.

In der Schreibaby-Sprechstunde sind wir für Eltern da, deren Babys wenig schlafen und schwer zu beruhigen sind.

Unsere Mitarbeiterinnen nehmen sich Zeit und schauen gemeinsam mit Ihnen auf die Situation. So können passende Strategien zur Beruhigung entwickelt werden und Sie bekommen gezielte entwicklungspsychologische Informationen.

Die kostenfreie Beratung findet nach Absprache bei Ihnen zu Hause oder z.B. im Stadteilladen Hakenfelde statt.

Kontakt: Carola Tibursky
Tel. 0176 / 8080 1227
Mail: carola.tibursky@jsd.de

**Wir besuchen Sie
auch gern zu Hause.**

 **Evangelisches
Waldkrankenhaus Spandau**
Johannesstift Diakonie

Stillgruppen

Eulalia Eigensinn e.V.

Einführung in die Bei- und Breikost, 13585 Berlin, Lutherstr. 13, Tel.: 335 11 91

Termine und Anmeldung: Theresia Jörg, Familienhebamme, Tel.: (0 33 22) 23 86 93

Familienzentrum Rohrdamm – Kompaxx e.V.

Offenes Stillcafé – gestillte und nicht gestillte Kinder sind willkommen. Zeit: Fr. 10:00 bis 12:00 Uhr

Kursleitung: Frau Schadach, Familienhebamme, Stillberaterin nach IBCLC, Tel.: 0151 - 11 37 77 20

Evangelisches Waldkrankenhaus Spandau

13589 Berlin, Stadtrandstr. 555, Hebammenhaus (Haus 13)

Offener Mutter-Kind-Treff mit Stillberatung, Information: Tel.: 37 02 12 30

Stillberatung im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe

14089 Berlin, Kladower Damm 221, Haus 11, Station 4b

Stillberatung: Tel.: 365 011 420 (nur nach telefonischer Absprache)

Stilltreff im DRK - Klinikum Westend

14050 Berlin, Spandauer Damm 130 (Haus 9, Raum 4),

Information: Tel.: 30 35 44 12

AFS - Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen e.V.

Telefonische Hotline zur Stillberatung: Tel.: (0228) 92 95 99 99,

Sprechstunden: tägl. auch am Wochenende 08:00 - 21:00 Uhr

Baby-Massage

Familientreff Staaken – GWV Heerstraße Nord e.V.

13593 Berlin, Obstallee 22d – Zeit: Kurstermine bitte erfragen

Anmeldung und Information: Angelina Seibt, Tel.: 363 41 12 / 0178 - 580 75 87

Familienzentrum Wilhelmine – Trialog Jugendhilfe gGmbH

13595 Berlin, Weverstr. 72 – Zeit: Kurstermine bitte erfragen

Anmeldung und Information: Iwona Chwialkowska, Tel.: 93 95 21 97, E-Mail: familienzentrum@trialog-berlin.de

Familienzentrum Villa Nova – Kompaxx e.V.

13587 Berlin, Rauchstr. 66, www.villanova.kompaxx.de (Aktuelles)

Anmeldung und Information: Margarete Omotoye, Tel.: 0151 - 11 33 49 15

Zeit: Di. 09:30 - 11:00 Uhr (mit Anmeldung)

Familienzentrum Rohrdamm – Kompaxx e.V.

13629 Berlin, Voltastr. 2, Tel.: 36 75 75 60

Kursdauer: 5 Termine, Zeit: Di. 10:00 - 12:00 Uhr, Kursdauer: 5 Termine, aktuelle Kurstermine bitte erfragen,
Teilnahme nur mit Anmeldung. Weitere Informationen: Frau Radke, Tel.: 36 75 75 60

Eulalia Eigensinn e.V.

13585 Berlin, Lutherstr. 13, Tel.: 335 11 91

Rückbildungsgymnastik mit Babymassage

Zeit: Do. 09:30 - 10:45 Uhr und 11:00 - 12:15 Uhr

Anmeldung und Information: Theresia Jörg, Tel.: (0 33 22) 23 86 93

Geburtshaus Charlottenburg

14050 Berlin, Spandauer Damm 130, www.geburtshaus-charlottenburg.de

Anmeldung und Information: anmeldung@geburtshausberlin.de

Tel.: 325 68 09 (Mi 10:00 - 14:00 Uhr, Do 13:00 - 16:00 Uhr, Fr 10:00 - 13:00 Uhr)

Kursdauer: 6 x 60 Minuten, Kosten: 85 Euro, Online-Anmeldung!

DRK - Klinikum Westend

14050 Berlin, Spandauer Damm 130

Internet: www.drk-kliniken-berlin.de/elternschule

Anmeldung: Elternschule, Tel.: 30 35 44 12

Kursdauer: 6 x 60 Minuten, Zeit: Fr. 12:30 - 13:30 Uhr / Kosten: 59,00 Euro

Hebammenpraxis Havelnest

14612 Falkensee, Poststr. 48 - 50, Tel.: (0 33 22) 5 06 97 80

Kursdauer: 5 x 75 Minuten / Termine bitte erfragen!

Familienzentrum Kita Lasiuszeile – Juwo-Kita gGmbH

13585 Berlin, Lasiuszeile 6,

Anmeldung und Informationen: Kerstin Semrau (Kordinatorin),

Tel.: 29 03 46 71 / 0151 - 40 21 04 82, E-Mail: familienzentrum-lasius@jugendwohnen-berlin.de

Zeit: Di 9:30 - 11:00 Uhr, Kurstermine bitte erfragen

Familientreff Staaken Pillnitzer Weg – Gemeinwesenverein Heerstraße Nord e.V.

13593 Berlin, Pillnitzer Weg 21

Internet: www.gvw-heerstrasse.de/orte/familientreff-staaken-pillnitzer-weg

Anmeldung und Informationen: Agnes Voigt Tel.: 0178 - 580 75 55 / post@familientreff-pi21.de

Zeit: Kurstermine bitte erfragen

Alle Angebote sind kostenfrei.

Babyschwimmen

TSV Spandau 1860

13585 Berlin, Askaniering 150

Kontakt/Information: Schwimmen@tsv-spandau-1860.de

Standort: Haus Havelblick, Physiotherapeutische Abteilung, Havelschanze 3, 13587 Berlin

Zeiten: Dienstag mehrere Kurse zwischen 9:00 - 11:45 Uhr

Kursdauer: 10 Termine à 30 Minuten

Kosten: Einmalig 125,00 Euro

Rochenkinder

Informationen und Anmeldung: Anja Kerkow, Tel.: (0 33 84) 69 03 49

Ort: Bewegungsbad im Vivantes Klinikum Spandau, 13585 Berlin, Neue Bergstr. 6

Kurs: „Mit deinem Säugling im Wasser“ (ab ca. 7 Monate)

Kursdauer: 16 Termine davon 2 Elternabende

Alle Kurse finden samstags statt. Weitere Informationen: www.rochenkinder.de

Sport Club Siemensstadt Berlin e.V.

13629 Berlin, Buolstraße 14, Tel.: 380 02 40

Information und Buchung im Internet: www.scs-berlin.de/angebote/mama-und-ich

Kindesalter: 4 - 12 Monate bzw. 12 - 24 Monate

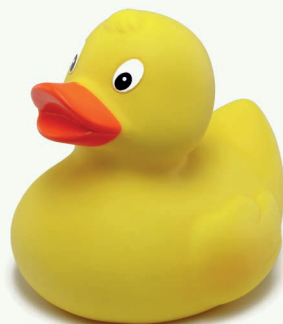
Konditionen: 130,00 Euro Kursgebühr (inkl. Eintritt für ein Elternteil)

Eine Teilnahme am Kurs ist, sofern noch Plätze frei sind, auch mit Stand-by-Bon möglich.

Genaueres: Fördert mit viel Spaß die körperliche und soziale Entwicklung eures Kindes! Unter fachkundiger Anleitung erlernt ihr wichtige und vor allem sichere Griffe und Haltetechniken. Ihr werdet staunen, wie schnell euer Baby die große Bewegungsmöglichkeit im Wasser zu nutzen lernt!

- Die Zeit im Wasser beträgt maximal 30 Minuten.
- Das Wasser ist hochtemperiert auf 32 Grad.
- Das Mitbringen von Schwimmwindeln ist erforderlich.
- Wickelunterlagen sind im Schwimmbad verfügbar.
- Der Einlass findet 15 Minuten vor Kursbeginn statt. Sie werden am Eingang abgeholt.

Tipp: Ein tragbarer Kindersitz für das Baby ist praktisch, damit der Erwachsene sich selbst auch umziehen und abduschen kann!



Pikler und PEKiP – Eltern-Kind-Kurse im 1. Lebensjahr

PIKLER®-Kurse:

„SpielRaum - SpielZeit“ orientiert sich an der Kleinkindpädagogik von Emmi Pikler, die in ihrer über 50jährigen praktischen Arbeit und Forschung mit Säuglingen und Kleinkindern nachgewiesen hat, wie bedeutsam eine selbständige, unbehinderte Spiel- und Bewegungsentwicklung des Kindes und eine beziehungsvolle Pflege sind.

Ziel der Kurse ist, den Kindern das selbständige Spiel zu ermöglichen, sowie Eltern dabei zu begleiten, ihre Kinder als kleine Persönlichkeiten, voller Eigeninitiative, mit unterschiedlichen Vorlieben und Anlagen zu erleben. In der vorbereiteten Umgebung spüren die Kinder ihre Möglichkeiten und Grenzen, erfahren Sicherheit und knüpfen soziale Kontakte.

Familienforum Havelhöhe

14089 Berlin, Kladower Damm 221, Internet: www.familienforum-havelhoehe.de

Information und Anmeldung: Tel. 23 36 56 65

DRK Kliniken Berlin – Klinikum Westend

14050 Berlin, Spandauer Damm 130, Haus 11, Internet: www.drk-kliniken-berlin.de/elternschule

Anmeldung und Information: Elternschule, Tel.: 30 35 44 12,

in verschiedenen Altersstufen ab der 6. Lebenswoche bis 6 Jahre

Zeiten: Mi. und Do. 10 x 75 Minuten / Kosten: 130 Euro

PEKiP®-Kurs:

Prager-Eltern-Kind-Programm – Bewegungsübungen für Babys von 3 - 12 Monaten:

Die Spiele, Bewegungs- und Sinnesanregungen, die Ihnen hier gezeigt werden, gehen auf den Prager Psychologen Dr. Jareslav Koch zurück. Er geht davon aus, dass in jedem Kind „eine ungeheure Menge von Entwicklungsmöglichkeiten verborgen liegen“.

Aufgabe der Eltern ist es, „Kinder in ihrer Gesamtheit zu entfalten: Ihre Sinne, ihr Spielverhalten, ihr Denken, ihr Sprechen, ihre Gefühle, ihre Verhaltensweisen, das Sammeln von Lebenserfahrung und vieles mehr“. Und: „Die ersten Erfahrungen sind die aller vitalsten; diese frühen Erfahrungen legen in gewissem Umfang fest, welche weiteren Erfahrungen ein Kind sammeln kann, wie es diese sammelt und wie intensiv diese möglich werden“.

Spielraum Falkensee

14612 Falkensee, Bahnhofstr. 79-81

Anmeldung und Informationen: www.spielraum-falkensee.de

Madeleine Jähnel: Montag - PEKiP 14:45 - 16:00 Uhr und 16:30 - 17:45 Uhr,

Birgit Peters: Montag + Mittwoch - „Kleine Krabbler“ jeweils von 09:00 - 10:15 Uhr und 10:45 - 12:00 Uhr

Stadtteilmütter

Sie leben in Spandau, fühlen sich noch nicht so sicher mit der deutschen Sprache und brauchen Unterstützung, um Sie sich mit Ihrer Familie gut in Ihrem Kiez zurechtzufinden? Dann kann Ihnen eine Stadtteilmutter in Ihrer Sprache behilflich sein.

Die angebotenen Themen reichen von kindlicher Entwicklung und Erziehung, Umgang mit Medien, Gesundheits- und Sprachförderung, Unfallvermeidung, Information über das Kita- und Schulsystem, die Bedeutung von Spielen und Lernen bis hin zu den Rechten des Kindes. Und das ganz konkret und praktisch!

Stadtteilmütter begegnen Familien zu Hause, in der Schule, in der Kita, in Familienzentren oder auf dem Spielplatz. Sie begleiten nach Wunsch, z. B. zu Beratungsstellen, Vorsorgeuntersuchungen, Kita- und Schulanmeldungen. Sie kennen sich aus im Kiez. Das schafft Vertrauen. Auch deshalb sind die Stadtteilmütter in Spandau mittlerweile zu festen Zeiten an unterschiedlichen Einrichtungen wie z.B. in Familienzentren, Kitas und Grundschulen etabliert.

Stadtteilmütter im Falkenhagener Feld, casablanca gGmbH

Kraepelinweg 13, 13589 Berlin, Internet: www.g-casablanca.de

Koordinatorin: Beate Amler, Tel.: 0176 - 40 46 54 13

Sprachen: Arabisch, Farsi, Dari, Deutsch

Internationaler Bund – Stadtteilmütter in Spandau Mitte (Altstadt, Neustadt, Stresow)

13585 Berlin, Kirchhofstraße 30, Internet: www.ib-berlin.de/stadtteilmutter

Kontakt: Almut Gelenava (Projektkoordination), Tel.: 75 68 41 55, E-Mail: Almut.Gelenava@ib.de

Sprachen: Türkisch, Russisch, Ukrainisch, Arabisch, Bulgarisch, Bosnisch-Serbisch, Mazedonisch

Familienzentrum Wilhelmine – Trialog Jugendhilfe gGmbH

13595 Berlin, Weverstr. 72, Internet: www.trialog-berlin.de/stadtteilmuetter.html

Maria-Isabel Stenke-Scholz (Koordination), Tel.: 0162 - 104 75 86, E-Mail: stadtteilmutter@trialog-berlin.de

Sprachen: Arabisch, Aramäisch, Dari/Farsi, Englisch, Kurdisch, Russisch, Türkisch, Vietnamesisch

Familienzentrum Villa Nova – Kompaxx e.V.

13587 Berlin, Rauchstr. 66, Internet: www.kompaxx.de

Semida Piron (Mail: semida.piron@kompaxx.de) und Sabina Adleff (Mail: sabina.adleff@kompaxx.de),

Tel.: 33 77 61 16, 0151 - 11 33 49 10, Sprechstunde jeden Mittwoch 10-12 Uhr

Sprachen: Persisch, Dari, Rumänisch, Englisch und Deutsch

Familienzentrum Rohrdamm – Kompaxx e.V.

13629 Berlin, Voltastr. 2, Internet: www.kompaxx.de

Mahboubeh Akbari (Mail: mahboubeh.akbari@kompaxx.de), Tel.: 36 75 75 60, 0151 - 11 33 49 06

Sprachen: Persisch, Dari, Rumänisch, Englisch und Deutsch



Heute schon mit Ihrem Kind gespielt?

Tipps für den Alltag

Legen Sie Ihr Smartphone beiseite und stellen Sie es bei gemeinsamen Aktivitäten mit Ihrem Kind auf stumm, auch wenn Sie Ihr Kind in die Schule oder Kita bringen.

Schalten Sie auf Ihrem Smartphone alle Push-Funktionen aus und rufen Sie z.B. E-Mails oder WhatsApp-Nachrichten nur manuell – also selbstbestimmt ab.

Bei gemeinsamen Mahlzeiten sollten digitale Medien Tabu sein.

Lassen Sie beim Kinderarzt doch das Smartphone in der Tasche und nutzen Sie die vorhandenen Spielbächen und Kinderbücher.

Unterwegs mit Kinderwagen, Tragetuch oder Laufrad? Genießen Sie Tagträume und Spaziergänge in der Stadt oder Natur ohne Smartphone, dafür aber gemeinsam mit Ihrem Kind.

Nutzen Sie die Zeit bei gemeinsamen Fahrten in Bus, Straßenbahn oder Zug für Blickkontakt und Gespräche mit Ihren kleinen oder großen Kindern.

Denken Sie daran, auch in Ihrer Mediennutzung sind Sie Vorbild für Ihr Kind.

Angebote der Familienzentren, Gemeinwesenvereine und freien Träger nach Bezirksregionen

Falkenhagener Feld

casablanca Spandau – casablanca gGmbH

13589 Berlin, Hauskavel Weg 17, Tel.: 308 322 711, Internet: www.g-casablanca.de

- Angebote siehe Seite 26, 52

Evangelische Zuflucht-und-Jeremia-Kirchengemeinde

Westerwaldstr. 16, 13589 Berlin

Tel.: 372 30 85, E-Mail: buero@zuflucht-jeremia-gemeinde.de, zuflucht-jeremia-gemeinde.de

- **KIKON – Kinder und Kontakt** ist eine Kontaktbörse und möchte Kinder und ehrenamtliche Omas, Opas, Paten zusammenbringen. Wir vermitteln wohnortnah in Spandau.

Kontakt: Tel.: 322 944 370, E-Mail: kikon@kirchenkreis-spandau.de

FiZ - Familie im Zentrum Falkenhagener Feld Ost

13589 Berlin, Westerwaldstraße 15 - 17 (Zugang über Hermann-Schmidt-Weg 5 – Kita Fantasia)

Anmeldung und Informationen: Pamela Rudnick, Tel.: 34 39 78 90

Sprechstunde: Mo. 10:00 - 12:00 Uhr, Mi. 13:00 - 14:00 Uhr und nach Vereinbarung

- **Familiencafe mit Bastelangebot** – Mo. 15:00 - 17:00 Uhr
- **Krabbelgruppe** – Di. 09:30 - 11:00 Uhr
- **Elternkurse** – Termine und Themen bitte erfragen
- **Frühstück für Schwangere, Stillende und Eltern mit Kindern bis 2 Jahre**

Do. 09:30 - 11:30 Uhr mit Beratung durch eine Hebamme

FiZ - Familie im Zentrum Falkenhagener Feld West

13589 Berlin, Wasserwerkstr. 3, www.fiz-wasserwerkstrasse.de

Alle Angebote nur mit vorheriger Anmeldung bei Alina Rasteanu:

Tel.: 0159 - 01 36 46 88 oder 22 32 41 48, E-Mail: fiz-wasserwerkstrasse@humanistischekitas.de

- **Krabbelgruppe** (Kinder 0 - 18 Monaten)

Mi., Do., Fr. 09:00 - 12:00 Uhr

- **Kreatives Nachbarschaftscfé**

Zeiten: Mittwochs (Kinder 3 - 6 Jahre) Donnerstags (Kinder 0 - 3 Jahre) jeweils 15:30 - 17:30 Uhr

- **Eltern-Kind-Café** – Fr. von 15:00 - 18:00 Uhr
- **Offene Sozialberatung** – dienstags 10:00 - 14:00 Uhr
- **FamilienPicknick Gartenzeit am Wochenende** – ein Samstag im Monat 10:00 - 12:00 Uhr.
- **Erste-Hilfe-Kurs am Kind, Trödelmarkt, Elternabende, Ferienausflüge, Feste, etc.**

Themen und Zeiten können gerne erfragt werden.

Gatow / Kladow

Familienforum Havelhöhe

14089 Berlin, Kladower Damm 221, Tel.: 23 36 56 65, Internet: www.familienforum-havelhoehe.de

- **Eltern-Kind-Gruppen „Spielraum für Kinder - Lernraum für Eltern“**

1x pro Woche über zweieinhalb Monate - Kurs nur als Block buchbar - Anmeldung jederzeit möglich!

Normalpreis: 125,00 Euro (Kind mit Eltern), Frühbucherpreis: 110,00 Euro

- **Familienfrühstück - Café Spielraum**

Zeit: Mo. 09:30 - 11:30 Uhr (jedoch nicht in den Schulferien)

- **Multimodales familienzentriertes Stressmanagement**

Wenn der Familienalltag von der Herausforderung zur Überforderung zu werden droht, dann steigt der innerfamiliäre Stresspegel. Die eigene Stressresistenz verbessern zu können heißt innerfamiliäres Gesundheitsverhalten nachhaltig verändern zu können, denn der Umgang mit Stress wird bereits in frühester Kindheit gelernt. Ein Kurs in drei Modulen, die unabhängig voneinander besucht werden können. Modulumfang: 6 x 120 Minuten (auch als Abend- oder Wochenendworkshop). Die Kurse sind durch die zentrale Prüfstelle der Krankenkassen als Präventionskurse nach § 20 SGB V zertifiziert. Die Kursgebühren werden je nach Krankenkasse zwischen 80% und 100% erstattet. Termine bitte erfragen!

Kurs I: Was Eltern und Kind brauchen um dem Familienalltag gelassen zu begegnen, Bedürfnisse wahrzunehmen und diese angemessen handzuhaben

Kurs II: Das prägt für's Leben – Eltern als Gestalter einer gesunden Kindheit

Kurs III: Beziehungsstress? Erziehungsstress? Gelassener durch die kleinen und größeren Krisen

Katholische Kirchengemeinde Mariä Himmelfahrt - Kladow

14089 Berlin, Sakrower Landstraße 60, www.mariae-himmelfahrt-berlin.de

Tel.: 365 41 07 (Dienstag 09:00 - 12:00 Uhr, Freitag 15:30 - 17:30 Uhr)

- **Krabbelgruppe „Die kleinen Krabbelkäfer“**

Unsere Krabbelgruppe richtet sich an Eltern mit ihren Kindern im Alter von ca. 3 Monaten bis zum Kitaeintritt. Wir treffen uns jeden Freitag von 15:30 - 17:30 Uhr im Gemeindehaus zum gemeinsamen Singen, Spielen und Quatschen. Die aktuellen Termine findet Ihr immer auf dieser Homepage unter „Termine“. Kommt einfach vorbei, es ist keine Anmeldung erforderlich, die Teilnahme ist kostenfrei.

- **Kinderkleider- und Spielzeugbasar** 2 x im Jahr im Frühling und Herbst (Kinder und Jugendgesundheitsdienst)

Hakenfelde

Familienzentrum Villa Nova – Kompaxx e.V.

13587 Berlin, Rauchstr. 66

Anmeldung und Information: Koordination Juliane Heerlein, Tel.: 33 77 61 16

Angebote für Eltern und ihre Kinder von 0 - 12 Jahren

Frühe Hilfen, Nachbarschaftliche Begegnung, Ehrenamtliches Engagement

- **Familienzeit - Offenes Familiencafé mit Spielmöglichkeit im anliegenden Spielzimmer** – Treffpunkt für Familien aus dem Stadtteil: Montag 15:00 - 18:00 Uhr / Dienstag 10:00 - 12:00 Uhr, 15:00 - 18:00 Uhr / Mittwoch 10:00 - 12:00 Uhr / Donnerstag 15:00 - 18:00 Uhr / Freitag 10:00 - 12:00 Uhr, 15:00 - 17:00 Uhr
- **„Indoor“ Spielraum – Außenspielplatz**
- **Familienberatung**
- **Familiengarten mit Spielgelegenheiten für Kinder**
- * **Musikgruppe „Wohlklang“** – musikalische Klangerkundung für Kinder von 6 - 18 Monaten
- **Offener Krabbeltreff für Eltern mit Kindern im Krabbelalter** (ohne Anmeldung): Montag 10:00 - 12:00 Uhr
- * **Krabbelgruppe** (feste Gruppen mit Voranmeldung)
- * **Babymassage** (regelmäßige Kurse, 5 Termine, mit Voranmeldung): Dienstag 9:30 - 11:00 Uhr
- **Spielzeit - Kinder ohne Kitaplatz (2,5 - 5,5 Jahren):** Donnerstag 10:00 - 12:00 Uhr
- **Winzig-Gruppe** – für Eltern mit Neugeborenen und Babys unter drei Monaten, speziell auch frühgeborene Babys (Durchatmen, Gemeinsam Spaß haben, Fragen und Unsicherheiten klären (Familienhebamme), das eigene Kind mit seinen Bedürfnissen besser verstehen lernen): Donnerstag 13:00 - 15:00 Uhr
- **Kreativ-kids – Bastelangebot** - 14-tägig für Kinder 4 - 6 Jahre
- * **Mama-Fit mit Kind** - Work-Out für Mütter mit Kindern bis 2 Jahre: Donnerstag 16:00 - 17:00 Uhr
- * **Laufgruppe Mini** - für Mütter mit Kindern im Laufalter (1 - 2,5 Jahre): Freitag 9:30 - 11:00 Uhr
- * **„BABY-LESEN“** – Gruppenangebot für Eltern mit Babys von 0 - 1 Jahr (5 Termine pro Kurs; auf Nachfrage) Frühzeitiges Erkennen und feinfühliges Beantworten der Feinzeichen von Babys schafft Vertrauen und Geborgenheit. Gemeinsam mit Euch möchten wir die Signale Eurer Babys lesen und dazu passende Antworten finden.
- **Familienhebammensprechstunde:** jeden Dienstag 11:00 - 13:00 Uhr Für alle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und 1. Lebensjahr des Babys. Beratung zu den Themen Wohlbefinden, Pflege, Ernährung.
- **Sprechstunde der Stadtteilmutter:** jeden Mittwoch 10:00 - 12:00 Uhr
- **Sprachcafé (Stadtteilmutter) für rumänische Frauen** Do 10:00 - 12:00 Uhr
Unsere Stadtteilmutter (rumänisch) unterstützt die pädagogische Arbeit der Villa Nova durch eigene Angebote der interkulturellen Familienbildung (auch aufsuchend). Sie ist eine geschulte Ansprechpartnerin zu Themen rund um die Familie, Erziehung, Bildung und Gesundheit. Sie geben Familien Orientierung und Hilfestellung, sich in der „neuen“ Kultur schrittweise zurecht zu finden.
- **Sa/So: Verschiedenes:** Feste, Familienausflüge, Familienworkshops, Flohmarkt, Hoffeuer/Stockbrot, Bilderbuchkino, Schattentheater, Puppentheater... und vieles mehr

Veranstaltungen mit * = Teilnahme nur mit Voranmeldung

Veranstaltungen ohne * = Teilnahme ohne Anmeldung möglich

→ **Nichts verpassen!** Das monatliche Programm erscheint immer am Monatsanfang auf unserer Facebookseite, auf Instagram und unter Aktuelles auf unserer Homepage www.facebook.com/Familienzentrum-VillaNova, www.instagram.com/familienzentrumvillanova www.villanova.kompaxx.de (Aktuelles)

Haselhorst

Gemeinwesenverein Haselhorst e.V.

13599 Berlin, Burscheider Weg 21, Tel.: 334 51 51

13599 Berlin, HD-Café, Haselhorster Damm 39, Tel.: 334 51 51

Internet: www.gww-haselhorst.de (Bei allen Angeboten wird um telefonische Anmeldung gebeten.)

- **Mutter-Baby-Gruppe**

Zeit: Fr. 10:00 - 11:00 Uhr - Burscheider Weg 21, Kosten: 2,00 Euro

- **Familien-Café / Nachbarschafts-Treff**

Familien-Café: Di. 15:00 - 18:00 Uhr - Haselhorster Damm 39

Nachbarschafts-Treff: Mi. 10:00 - 12:00 Uhr - Haselhorster Damm 39

- **Starke Eltern - Starke Kinder**

Ein Kurs für Eltern mit Erziehungsfragen vom Deutschen Kinderschutzbund, 2x jährlich nach Anfrage

Zeit.: Mi. 17:00 - 19:00 Uhr, Haselhorster Damm 39, Kosten 15,00 Euro

Evangelische Kirchengemeinde Weihnacht

13599 Berlin, Haselhorster Damm 54-58, Tel.: 334 17 71

Internet: www.ev-weihnachtskirche.de

- **Krabbelgruppe (0-2 Jahre)**

Zeit: Di. 09:00 - 11:00 Uhr,

Anmeldung übers Gemeindebüro: Tel.: 334 20 10

Offener Familientreff Haselhorst

13599 Berlin, Romy-Schneider-Str. 4, Tel.: 69 53 07 31

E-Mail: ft.hh@kompaxx.de

- **offener Krabbeltreff**

- **Sport mit Kleinkind**

- **Nachbarschaftscafé**

- **Kreativzeit für Kinder ohne Kitaplatz**



Heerstraße Nord

Familientreff Staaken – Gemeinwesenverein Heerstraße Nord e.V.

13593 Berlin, Obstallee 22d

Anmeldung und Informationen: Angelina Seibt, Tel.: 363 41 12 / 0178 - 580 75 87

- **Offene Spielzeit (für Kinder ab 2 Jahren)**

Zeit: Mo. 10:00 - 12:00 Uhr - Ort: 13593 Berlin, Obstallee 22d

- **Entdecken und Bewegen**

Zeit: Mo. 09:30 - 10:30 (Eltern mit Kindern bis ca. 6 Monaten)

und 11:00 - 12:30 Uhr (Eltern mit Kindern ab 8 Monaten bis max. 2 Jahre)

Ort: 13593 Berlin, Blasewitzer Ring 27

- **Tag der offenen Tür**

Zeit: dienstags 9:00 - 11:00 Uhr - Ort: 13593 Berlin, Obstallee 22d

Infos zu Erziehungsfragen, Freizeitangeboten, etc./ Offenes Angebot, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

- **Elterncafé der Stadtteilmutter (arabisch/ kurdisch)**

Zeit: dienstags 13:00 - 15:00 Uhr - Ort: 13593 Berlin, Obstallee 22d

- **Familienzeit**

Zeit: dienstags 15:30 - 17:30 Uhr - Ort: 13593 Berlin, Obstallee 22d

Gemeinsam mit den Familien gestaltet sich ein buntes Programm mit versch. Bastel- und Spieleaktivitäten.

- **Krabbelgruppe**

Zeit: mittwochs 10:00 - 11:30 Uhr - Ort: 13593 Berlin, Obstallee 22d

- **Sprachcafé (in Kooperation mit dem Staakentreff Obstallee)**

Zeit: mittwochs 16:00 - 18:00 Uhr - Ort: 13593 Berlin, Obstallee 22d/e, Staakentreff Obstallee

- **Familienfrühstück**

Zeit: freitags 10:00 - 12:00 Uhr - Ort: 13593 Berlin, Obstallee 22g

Offenes Angebot für Familien, zum dem Eltern mit und ohne Kinder herzlich willkommen sind, Im Rahmen des Frühstücks finden auch Themenveranstaltungen statt, wie Inforationen zur kindlichen Entwicklung, Bastel-, Freizeitangebote etc.

Bitte vorab anmelden unter Tel.: 0178 - 810 28 76

- **Erste Hilfe-Kurse am Kind**

Kurs für interessierte Eltern und Großeltern (z.T. mit Kinderbetreuung)

Zeit: 2 x 3 Stunden nachmittags oder 6-stündiger Kompaktkurs am Samstag (Termine bitte erfragen)

- **FuN Baby Frühförderung für Mütter und Väter mit Kleinkindern bis 1,5 Jahre**

Zeit: 8-wöchiges Kursangebot dienstags 10:00 bis 11:30 Uhr (aktuelle Termine bitte erfragen)

Veranstaltungsort KiK-Jugendcafé, Obstallee 22g, 13593 Berlin

- **Mutter-Kind-Gruppe „Paula“ (für Mütter mit Kindern ab 0 Jahren)**

Zeit: Do. 10:00 - 11:30 Uhr, 13593 Berlin, Blasewitzer Ring 27, Termine auf Anfrage!

- **Weitere Angebote:** Verleih von Gesellschaftsspielen / Spielmobil, jahreszeitliche Höhepunktveranstaltungen, Familienreisen (in Kooperation mit dem DfV, LV Berlin und der Sportjugend Berlin)

Weitere Angebote siehe Seite 22, 23, 44, 48, 53

Familientreff Staaken Pillnitzer Weg – Gemeinwesenverein Heerstraße Nord e.V.

13593 Berlin, Pillnitzer Weg 21

Anmeldung und Informationen: Agnes Voigt, Tel.: 0178 - 580 75 55, E-Mail: post@familientreff-pi21.de

Internet: <https://gwv-heerstrasse.de/orte/familientreff-staaken-pillnitzer-weg/>

(Alle Angebote sind kostenfrei.)

Für Babys & Kleinkinder:

- **PEKIP-Gruppen + Krabbelgruppen** (mit Voranmeldung)
- **Beratung rund um Schwangerschaft, Baby und Kleinkind** – Für Eltern von 0 - 3 Jährigen, (mit Voranmeldung)
- **Fitnesskurs mit Baby & Beckenbodenkurs** (mit Voranmeldung)
- **Babymassage** – Für Babys im Alter von 6 Wochen – 6 Monate (mit Voranmeldung)
- **Frühstückstreff** – Für Eltern mit 0 - 3 Jährigen (mit Voranmeldung)

Für Eltern mit oder ohne Kinder:

- **Sprachcafé** – Für Erwachsene, Kinder willkommen, (ohne Voranmeldung)
- **Kochen & Backen** – Für Erwachsene, Kinder willkommen, (bitte Voranmelden)
- **Offener Treff** – Für Erwachsene mit oder ohne Kinder, (ohne Voranmeldung)
- **Beratung** – Zu allen Themen (ohne Voranmeldung)
- **1. Hilfe-Kurs am Kind** (mit Voranmeldung)
- **Frauentreff** – Für alle Frauen* mit oder ohne Kinder, (ohne Voranmeldung)
- **Ernährungskurs** – Beratung & Unterstützung zu Ernährung & Gesundheit, (mit Voranmeldung)
- **Väter austausch** – Offene Unterstützung für Väter, (mit Voranmeldung)
- **Bewegungskurse** – Yoga, Tanzen...

Für Kindergartenkinder:

- **Lesezeit** – Ab 3 Jahren, auf türkisch, deutsch oder anderen Sprachen, (ohne Voranmeldung)
- **Bilderbuchkino** – Ab 3 Jahren, (ohne Voranmeldung)
- **Familienbasteln** – Für jedes Alter, (ohne Voranmeldung)
- **Generationscafé** – Basteln, spielen, plaudern für Groß & Klein, (mit Voranmeldung)
- **Spielzeit** – Spielmobil / Bewegungsangebote / Gruppenspiele/ Sport drinnen oder draußen

Außerdem:

- **Ausflüge** – Museum, Zoo, Theater, Indoorspielplatz, Naturorte... (mit Voranmeldung)
- **Aktionstage** – Die Zeiten entnehmen Sie bitte unserem aktuellen Wochenplan
bzw. auf: <https://gwv-heerstrasse.de/orte/familientreff-staaken-pillnitzer-weg>

Familienzentrum Hermine - Trialog Jugendhilfe gGmbH

13593 Berlin, Räcknitzer Steig 12 auf dem Grundstück der Christian-Morgenstern-Grundschule
(Zugang nur über Maulbeerallee 23), E-Mail: familienzentrum-hermine@trialog-berlin.de

Anmeldung und Information: Tel.: 36 40 38 88

- **Elterncafé**

Ein Angebot für Eltern, die sich Unterstützung bei der Förderung ihrer Kinder (0 - 3 Jahre) wünschen.

Nur mit tel. Terminvereinbarung unter 0174 - 587 93 47 | kostenfrei

- **FuN-Baby Kurs**

Spiele und Übungen mit Baby bis 18 Monaten

Mit Anmeldung unter Tel.: 0177 - 781 78 41

- **Offene Familienberatung**

Termine nach Vereinbarung mit Anmeldung unter Tel.: 36 40 38 77

- **Krabbelgruppe**

Für Kinder ab 6 Monaten bis ca. 2 Jahren

Nur mit Anmeldung unter Tel.: 0177 - 781 78 41 | kostenfrei

- **Kreativgruppe**

Basteln für Jung und alt Anmeldung unter Tel.: 36 40 38 77 | kostenfrei

- **Familien-Brunch Multi-Kulti**

Jeden ersten Samstag im Monat mit Anmeldung unter Tel.: 0162 - 250 96 50 | 3 Euro pro Familie

- **Ernährungsworkshop**

Von Beginn an gesund – Babys Entdeckungsreise durch die Welt des Essens

Termin auf Anfrage unter 0173 - 175 09 50 oder 0177 - 781 78 46 | kostenfrei

- **Regelmäßige Familien- und Elternbildungsangebote**

Termine bitte erfragen

- **Familienhebamme – offene Sprechstunde**

Siemensstadt

Familienzentrum Rohrdamm – Kompaxx e.V.

13629 Berlin, Voltastr. 2

Anmeldung und Information: Tanja Radke, Tel.: 36 75 75 60 / 0151 - 11 33 49 03

- **Offenes Stillcafé – gestillte und nicht gestillte Kinder sind willkommen.**

Zeit: Fr. 10:00 - 12:00 Uhr

Kursleitung: Frau Schadach, Familienhebamme, Stillberaterin nach IBCLC, Tel.: 0151 - 11 37 77 20

- **Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr**

in Anlehnung an das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP),

Zeiten: Do. 09:30 - 11:00 Uhr und 11:30 - 13:00 Uhr, Anmeldung erforderlich

- Spiel- und Bewegungsanregungen
- Förderung der Bindung
- Erste Gruppenerfahrungen für ihr Baby
- Austausch und Kontakt zu anderen Eltern

- **Nähworkshop „Kleine Kinder – kleine Sachen“**

Neueinsteiger/innen willkommen, Zeiten: Mi. 10:00 - 12:00

- **Spiel und Sport in der Halle** für kleine Leute ab 2 Jahren, Zeit: Di. 16:00 - 18:00 Uhr

- **Eltern-Kind-Sport** für Eltern mit Kindern ab 1,5 Jahren, Zeit: Mi. 16:00 - 18:00 Uhr

Beide Angebote werden in der Gymnastikhalle der Schule an der Jungfernheide durchgeführt.

- **Erste Hilfe am Säugling und Kleinkind**

- **Saisonale Angebote:** Das feuerrote Spielmobil: Bewegung, Spiel und Spaß auf dem Spielplatz Jugendweg

Zeiten: Mo. und Do. 15:30 - 17:00 Uhr bei schönem Wetter

- **„Starke Eltern – starke Kinder“ für Eltern mit Kindern bis zum Schulalter**

Termine - voraussichtlich im 2. Halbjahr 2023 - bitte erfragen

- **Weitere Angebote** siehe Seite 11, 22, 23, 26, 44

...sowie weitere Angebote wie Kiezladen für Familien und interessierte Anwohner/innen, Babymassage etc.

Schreibaby-Ambulanz im Familienzentrum Rohrdamm - Kompaxx e.V.

13629 Berlin, Voltastr. 2, Tel.: 36 75 75 60

Für Eltern mit unruhigen bzw. untröstlichen Babys - Termine werden zeitnah vergeben

Ansprechpartnerinnen: Silke Nixdorff, Tel.: 0171 - 68 94 709 / Sophie Linnemann, Tel.: 0176 - 31 58 43 42

Evangelische Kirchengemeinde Siemensstadt

13629 Berlin, Schuckertdamm 336, Tel.: 381 24 55, www.ev-gemeinde-siemensstadt.de

- **Eltern-Kind-Gruppe**

Zeit: Mo. - Fr. 08:00 - 13:00 Uhr (Brigitte Vandrei, Tel.: 381 54 18)

Spandau Mitte (Altstadt, Neustadt, Stresow)

Familienzentrum Kita Lasiuszeile – Juwo-Kita gGmbH

13585 Berlin, Lasiuszeile 6, Anm. und Informationen: Kerstin Semrau, Tel.: 29 03 46 71 / 0151 - 40 21 04 82,

E-Mail: familienzentrum-lasius@jugendwohnen-berlin.de, Instagram: familienzentrumlasiuszeile

- **Babytreff (2-8 Monate)** Zeit: Mo 9.30-10.30 Uhr Spiel und Spaß mit den Jüngsten, Anregungen für Kniereiter, Bewegungs- und Fingerspiele, Kontakte knüpfen, Austausch über Gesundheit, Ernährung und Erziehung
- **Krabbelgruppe** Zeit: Mi 9.30-10.30 Uhr Lieder, Spiele, Kontakte, Austausch
- **Eltern-Kind-Spielgruppe** Zeit: Mi 11-12 Uhr Für Kinder von 1,5-3 Jahre, die noch keinen Kitaplatz haben, gemeinsame Bewegungs- und Singspiele, freies Spiel, Kontakte zu anderen Kindern und Eltern
- **Gemeinsam-Wachsen-Gruppe/ Growing together** Zeit: Mo 15.30-16.30 Uhr Eine Eltern-Kind-Spielgruppe für Babys von ca. 6-12 Monaten. Es wird die Neugierde der Babys geweckt und die Eltern beobachten das Spielen ihres Kindes. Wir singen und tauschen uns aus über den Alltag mit Kind.
- **Musikwerkstatt** Zeit: Fr 9.30-10.30 Uhr und 10.45-11.30 Uhr Instrumente ausprobieren und spielerisch Rhythmen erkunden für Kinder bis 2 Jahre und ihre Eltern
- **Indische Babymassage** Zeit: Di 9.30-11.00 Uhr, Kursdauer 6 Termine, mit Anmeldung, Termine bitte erfragen
In diesem Kurs wird die Eltern-Kind-Bindung durch sanfte Berührung und Massage gestärkt.
- **Elternfrühstück** Zeit: Do 9.30-11.00 Uhr Offener Treff, bei dem sich Eltern in entspannter Atmosphäre zu aktuellen Fragen rund um die kindliche Entwicklung austauschen und vernetzen können.
- **Offene Beratung und Familienberatung** Zeit: Di 13-15 Uhr und nach Vereinbarung Bei Fragen und Sorgen rund um das Familienleben wird gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen gesucht. Auf Wunsch anonyme Beratung.
- **Nähcafé** Zeit: Do 9.30-11.30 Uhr in den Räumen der Lutherstraße 17 Offener Kreativtreff für Anfänger*innen und erfahrene Näher*innen: Nähmaschinen und Anregungen stellt das Familienzentrum bereit - Wünsche und Ideen steuern Eltern bei.
- **Bastelwerkstatt für Kinder ohne Kitaplatz** Zeit: Mo 9.30-11.00 Uhr in den Räumen der Lutherstraße 17 Ein offenes Vater-Mutter-Kind-Angebot für Kinder ohne Kitaplatz ab 2 Jahre am Vormittag. Wir malen, basteln, falten, schneiden, kleben, formen.
- **Bauwerkstatt** Zeit: Mi 15.30-17.00 Uhr Offenes Vater-Mutter-Kind-Angebot ab 3 Jahre. Wir erkunden das Material Holz und probieren das Hämmern, Schleifen, Sägen und Bohren beim Bau verschiedener Objekte.
- **Kreativwerkstatt** Zeit: Do 15.30-17.00 Uhr Ein offenes Vater-Mutter-Kind-Angebot ab 3 Jahre. Es wird mit verschiedenen Materialien kreativ gebastelt, gemalt und getöpft. Das Material stellt das Familienzentrum.
- **Bunter Freitag** Zeit: Fr 15.30-17.00 Uhr Offener Treff für Kinder bis 6 Jahre mit ihren Eltern im Bewegungsraum mit freiem Spiel und Bewegungsmöglichkeiten.
- **Familiensamstag** Zeit: Sa 15-17 Uhr Gemeinsam macht's am meisten Spaß – Kreativangebote für die ganze Familie (1 x im Monat)
- **Spielmobil** Zeit: So 14.30-17.30 Uhr Sonntags ist das Spielmobil im Koeltzpark, Spiele ausleihen und diese mit bwgt e.V. ausprobieren (April-Oktober)
- **Yoga für Schwangere** Zeit: Di 11-12 Uhr Der Yoga Kurs begleitet die werdenden Mütter während ihrer Schwangerschaft und baut Kraft und Selbstvertrauen für die Geburt auf.
- **Gemeinsame Ausflüge, Pflanz-Cafés, Feste**

Eulalia Eigensinn e.V.

13585 Berlin, Lutherstr. 13, Tel.: 335 11 91

- **Krabbel- und Spieletreff**

Zeit: Mo. 11:00 - 13:00 Uhr für Kinder bis 3 Jahre / Anmeldung erbeten!

- **Mutter-Kind-Singspielkurs**

Für Kinder bis 3 Jahre, Zeit: Mo. 10:15 - 11:00 Uhr

Information und Anmeldung: Frau Roth, Tel.: 0163 - 749 24 58

- **Starke Eltern - Starke Kinder / Wege in eine gewaltfreie Erziehung**

Ein Kurs des Deutschen Kinderschutzbundes für Mütter. 12 Termine

Zeit: Mi. 10:00 - 12:00 Uhr (Kurse finden nach Bedarf statt, Kinderbetreuung ist möglich.)

Internationaler Bund - Stadtteilmütter in Spandau Mitte (Altstadt, Neustadt, Stresow)

13585 Berlin, Kirchhofstraße 30, Internet: www.ib-berlin.de/stadtteilmutter

Kontakt: Almut Gelenava (Projektkoordination), Tel.: 75 68 41 55, E-Mail: Almut.Gelenava@ib.de

Wir sind fünf qualifizierte Stadtteilmütter mit interkultureller Erfahrung aus unterschiedlichen Kulturkreisen.

Unser kostenloses Angebot richtet sich an Familien, v. a. Mütter (auch Alleinerziehende) mit Kindern bis zwölf Jahren. **Sprachen:** türkisch, russisch, ukrainisch, arabisch, bulgarisch, bosnisch-serbisch, mazedonisch

- **Aufklärungsarbeit und Informationsvermittlung** rund um Fragen der Familie, Bildung und Erziehung
 - **Vermittlung und Begleitung** zu Kitas, Schulen, Familienzentren, Beratungsstellen, Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe sowie Familienförderung
 - **Unterstützung zu wichtigen Fragen** rund um den Alltag und Kindererziehung
 - **Orientierung im Stadtteil/Kiez** (u. a. Bibliothek, Museen, Stadteinfeste, Freizeiteinrichtungen)
- (Näheres unter www.ib-berlin.de/stadtteilmutter und auf Seite 26)

Spandau Mitte - Stresow

Familienzentrum Stresow – Ev. Kirchengemeinde St. Nikolai

13597 Berlin, Grunewaldstr. 7, www.familienzentrum-stresow.de

Anmeldung und Information: Susanne Schimke, Tel.: 35 12 65 95

- **Sport mit Baby**

Montag 10:00 bis 12:00 Uhr in zwei Kursen mit Anmeldung

- **Krabbelgruppe** Für Eltern mit Kindern ab 6 Monaten

Dienstag 10:00 bis 12:00 Uhr

- **Zirkus Stresow**

Mi ttwoschs 15:30 – 16:30 Uhr (4 - 6 Jahre), 16:45 - 17:45 Uhr (ab 6 Jahren), 18:00 - 19:00 Uhr (ab 9 Jahren)

Ihr möchtet mit uns Zirkus machen: Auf der Kugel laufen, Menschenpyramiden bauen, Tanzen, Pantomime oder das Diabolo hoch in die Luft werfen? - Dann kommt zu uns in den Zirkusworkshop!

- **Familienfrühstück**

Fr 10:00 bis 12:00 Uhr

Hier haben wir die Zeit zum Austausch zu allen Fragen rund um das Familienleben.

Für Getränke und Brötchen sorgen wir. Um einen reichhaltigen, vielfältigen Frühstückstisch zu haben, bringen bitte alle eine Kleinigkeit mit.

- **Familiennachmittag**

Fr 14:00 bis 17:00 Uhr

Wir spielen, basteln oder buddeln zusammen im Garten und genießen die gemeinsame Zeit.

- **Vater-Kind-Nachmittag**

1x im Monat – Sa 15 bis 17 Uhr

Alle Väter sind mit ihren Kindern herzlich zum gemeinsamen Spielen eingeladen.

- **Weitere Angebote (auch für größere Kinder!) entnehmen Sie bitte der Internetseite.**

Wilhelmstadt

Familienzentrum Wilhelmine – Trialog Jugendhilfe gGmbH

13595 Berlin, Weverstr. 72

Unsere aktuellen Angeboten finden Sie unter www.trialog-berlin.de/familienzentrum-wilhelmine.html

Anmeldung und Informationen:

Iwona Chwialkowska (Koordination), Tel.: 93 95 21 97, E-Mail: familienzentrum@trialog-berlin.de

- **Familienfrühstück**

regelmäßig Inform. und Gespräche zu Themen wie Ernährung, Sprachentwicklung, Bindung, Krankheiten etc.

- **Baby in Bewegung**

orientiert sich an dem Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP).

- **Diverse Familientage**

Familienzeit und kreative Nachmittage

- **SpielraumZeit**

in Anlehnung an die Kleinkindpädagogik nach Emmi Pikler

- **FuN Baby und FuN Familie**

Spiel und Spaß für die ganze Familie in einem besonderen Elternkurs – Termine bitte erfragen.

- **Regelmäßige Familien- und Elternbildungsangebote** – Termine bitte erfragen.

- **Yoga Postnatal**

- **Sprach Café**

- **Schütteltraumaprävention**

- **Mehr Angebote** siehe Seite 15, 20, 22, 26, 44, 53

... sowie weitere Angebote wie, Eltern-Nachmittage, Beratung, Angebote der Stadtteilmütter, etc.

Evangelische Weinbergkirchengemeinde Gemeindeteil Pichelsdorf

13595 Berlin, Jaczostaße 52 - 54, Tel.: 361 90 73, www.weinberggemeinde.de

- **Krabbelgruppe (bis 3 Jahre)**

Zeit: Di. 10:00 - 12:00 Uhr (Rukiye Proehl, Tel.: 0175 - 987 46 52)

- **Eltern-Kind-Gruppe** (mit Kitagutschein)

Zeiten: Mo. - Fr. 08:00-13:00 Uhr (Michaela Tonsky, Tel.: 361 25 32)

- **Die Früchtchen (ab 3 Jahren)**

jeden letzten Mittwoch im Monat von 16 - 18 Uhr in der „Arche“ (Rukiye Pröhl, proehl@weinberggemeinde.de)

Falkensee

ASB Mehrgenerationenhaus

14612 Falkensee, Ruppiner Straße 15

- **Eltern-Kind-Gruppe im Mehrgenerationenhaus**

Montag bis Freitag in der Zeit von 09:00 bis 13:00 Uhr **kostenloses Familienbildungsangebot**

In unserer Eltern-Kind-Gruppe erwartet euch eine Vielzahl an Angeboten für Eltern, Schwangere und Familien mit Kindern von null bis drei Jahren. Die Räume bieten euch die Möglichkeit sich in familiärer und gemütlicher Atmosphäre zum Spielen zu treffen, selbstorganisiert zu kochen, zu backen oder zu frühstücken.

- **Telefonische Sprechstunde:**

Bei Fragen, Ängsten und Sorgen rund um die kindliche Entwicklung, das Familienleben o. verknüpften Themen stehen wir Montag bis Freitag von 10-13 Uhr unter der **Tel.: (0 33 22) 28 44 91** oder per E-Mail zur Verfügung:

Nina Scheere: ninja.scheere@asb-falkensee.de, **Kira Heck:** kira.heck@asb-falkensee.de

- Neben den kostenlosen Angeboten, wie den **offenen Krabbel- und Spielgruppen**, könnt ihr auch an weiteren regelmäßigen und wechselnden Angeboten teilnehmen, von denen einige kostenpflichtig sind. Ein aktueller Plan kann in den Räumen der Eltern-Kind-Gruppe eingesehen werden.

Netzwerk Gesundheitsförderung

»Frühe Hilfen rund um die Geburt«

Netzwerk- koordination Frühe Hilfen

Jugendamt
☎ 90279 3272
Gesundheitsamt
☎ 90279 8104

MEDIZINISCHE HILFEN

Kinder- und
Jugendgesundheitsdienst
(KJGD)

☎ 90279 2658
☎ 90279 2255

Krankenhäuser
& Kinderkliniken

☎ siehe Angebotsheft
auf Seite 66

Babylots*innen
☎ 3702 2209

SOZIALE BERATUNG

Allg. Sozialberatung
☎ 447 26 21 25
beratung.spandau@immanuel.de

Schwangerenberatung
Immanuel Beratung
☎ 3329 0677

Erziehungs- und
Familienberatung

Johannesstift Diakonie

☎ 3361 429
Jugendamt
☎ 90279 2448

Migration &

GIZ g

☎ 513

Mobiles

☎ 37

SPEZIELLE ANGEBOTE

Familienzentren
in Spandau

Austausch, Beratung
Gruppenangebote,
Mehr Infos über den
orangenen QR-Code

Aufsuchende
Elternhilfe & Zuwachs

Trialog Jugendhilfe gGmbH
☎ 367 582 64

Familienhebammen

Kompaxx Jugendhilfe e.V.

☎ 90279 8104

Sprechstunden

www.fruehe-hilfen-spandau

HILFE IN KRISEN

Kinderärztlicher &
Ärztlicher
Bereitschaftsdienst

☎ 116 117

Berliner
Krisendienst

☎ 390 63 30

Zum Angebotsheft
für werdende Eltern



Familienzentren
in Spandau



Frühe Hilfen
Spandau



Kinderärzt*innen

☎ siehe Angebotsheft
auf Seite 68

Gynäkolog*innen

☎ siehe Angebotsheft
auf Seite 67

Ambulante Babyslots*in
☎ 3702 2228

Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst

☎ 90279 2759

Hebammen

☎ siehe Angebotsheft
auf Seite 10

Hebammenvermittlung

www.berliner-hebammenverband.de
www.ammely.de

Integration

GmbH
0 100 50

Lotsenteam

02 2174

Kindertagesbetreuung

☎ 90279 2444

FamilienServiceBüro

☎ 90 279 8300

siehe Angebotsheft
auf Seite 10

Vaterschafts- anerkennung

☎ 90279 2077

Standesamt

standesamt@
ba-spandau.berlin.de

Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung

(Charlottenburg-Wilmersdorf)

☎ 9029 16880

Ehrenamtliche Hilfe

wellcome ☎ 3513 1358

Känguru ☎ 3702 2046

GroßelternDienst
☎ 213 55 14

Sozialmedizinische Nachsorge

Traglinge e.V.
☎ 3702 27403

Hilfe!

Mein Baby schreit!

Unterstützungsangebote bei
unruhigen Säuglingen

Ev. Waldkrankenhaus Spandau

Ambulante Babyslotsin

☎ 0176 8080 1227

Suchtberatung

Vista ☎ 355 308 770

Caritas ☎ 666 33 630

FASD Beratung (Sonnenhof)
☎ 367 50 933

Hotline

Kinderschutz

☎ 61 00 66

Krisendienst Jugendamt

☎ 90279 5555

Sozialmedizinische Nachsorge

Traglinge e.V.

☎ 3702 27403

Stadtteilmütter

www.fruethe-hilfen-spandau.de/
stadtteilmuetter

Regionaler Sozialer Dienst



Häusliche Gewalt

BIG-Hotline

☎ 61 10 300

Eulalia Eigensinn e.V.

☎ 335 11 91

Elternkurse / Veranstaltungen

Psychologische Beratungsstelle Spandau (Erziehungs-, Familien- und Jugendberatung) / Johannesstift Diakonie Jugendhilfe gGmbH

13585 Berlin, Kirchhofstr. 30 im Hof, 3. Etage, Tel.: 336 14 29, telefonische Kursanmeldung

- **Aus Paaren werden Eltern**
- **Zoff und Streit zwischen Geschwistern**
Was dahinter steckt und was Eltern anders machen können!
- **Medienerziehung von Anfang an**
- **Onlineberatung für Eltern in Erziehungs- und Paarfragen**, www.online-probleme-loesen.de
- **Wann wird unser Kind endlich trocken?**
Ein Elternnachmittag- oder -abend
- **Kinder im Blick® Kurs für Eltern in Trennungssituationen**

Der Kurs richtet sich an Eltern, die sich in der Trennung befinden und sich folgende Fragen stellen: Was ist für mein Kind in der gegenwärtigen Situation wichtig? Wie kann ich auch bei hohem Stresspegel eine gute Beziehung zu meinem Kind pflegen? Wie kann ich dazu beitragen, dass sich mein Kind fröhlich und gesund entwickelt? Wie können wir als Eltern besser miteinander umgehen? Das Elterntraining beinhaltet sechs Elternabende im Umfang von je drei Stunden. Die einzelnen Elternteile nehmen an getrennten Kursen teil.

- **Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“**

Der Kurs wird auf deutsch und türkisch, und wenn sich genug Teilnehmende finden, auch auf arabisch angeboten. Weitere Kurse, Termine und Präventionsangebote bitte erfragen!

Familienbegleitung in Spandau / Johannesstift Diakonie Jugendhilfe gGmbH

13585 Berlin, Jagowstraße 24,

Ansprechperson: Manuel Scharein, Tel.: 0176 - 16 58 22 19

E-Mail: manuel.scharein@jsd.de

- **Ressourcen des Sozialraums nutzen**

Viele Familien haben Hemmschwellen, sich für die Bewältigung ihres Lebensalltags niedrigschwellige Unterstützung in Ihrem Sozialraum zu suchen oder sind ratlos, wo und wie sie Unterstützung finden und wahrnehmen können. Die Spandauer Familienbegleitung unterstützt kurzfristig und praktisch durch aktive Begleitung und Vernetzung und überwinden gemeinsam mit den Familien Hürden und Hemmschwellen. Wir begleiten auch Familien mit älteren Kindern.

DRK Kliniken Berlin – Klinikum Westend

14050 Berlin, Spandauer Damm 130

www.drk-kliniken-berlin.de/westend/krankenhaus-westend/elternschule

Anmeldung und Information: Elternschule, Tel.: 30 35 44 12

- **Erste Hilfe am Kind**

Erstmaßnahmen bei Verbrennungen, Vergiftungen, allergischen Reaktionen, Fieber, Überhitzung, Unterkühlung, Stürze, Blutungen, Atemnot, Wiederbelebung uvm.

Zeit: Di. o. Mi. 19:00 - 21:30 Uhr – Kursgebühr für 2 x 2,5 Stunden: 99,00 Euro pro Paar / 54,00 Euro pro Person

- **„Schritt für Schritt“ – Das Leben mit dem Neugeborenen**

Wichtiges und Praktisches für die erste Zeit: Pflege und Umgang mit dem Neugeborenen – Schlafen und Wachen – Stillen / Ernährung – Erstausrüstung – Tragehilfen – Vorsorgen beim Kinderarzt – Impfungen – erste Krankheiten

Präsenz: Fr. 19:00 - 21:00 Uhr und Sa. 10:00 - 16:00 Uhr, oder 3 x Mo. von 18:30 - 21:00 Uhr

Online: 3x pro Woche (Mo, Mi, Fr) von 18:00 - 20:30 Uhr oder 3x Mo. von 18:00 - 20:30 Uhr

Kursgebühr für 3 x 2,5 Stunden: 78,00 Euro pro Paar / 46,00 Euro pro Person

- **Start up! für werdende Väter**

Ein Crashkurs für werdende Väter zur Vorbereitung auf die Geburt und eine erfolgreiche Vaterschaft.

Väter werden ist ein großer Umbruch im Leben eines Mannes. „Start Up“ beantwortet alle Fragen, mit denen Männer „schwanger gehen“, zum Beispiel: Wie bereite ich mich auf die Geburt vor? Was sind meine Aufgaben im Kreißsaal? Wie baue ich von Anfang an eine gute Beziehung zu meinem Baby auf? Was ist in der Wochenbettzeit zu beachten?

Zeit: Dienstag von 18:30 bis 21:30 Uhr - Kursgebühr für 1 x 3 Stunden: 40,00 Euro

- **Geschwisterkurs für Kinder von 4 - 7 Jahren**

Der Kurs dient zur Vorbereitung „der Großen“ auf die Geschwisterrolle. Themen wie: „Was macht das Baby im Bauch, wo kommt es zur Welt, warum braucht es viel Zuwendung“ werden besprochen.

Zeit: Freitag von 15:00 bis 16:45 Uhr und 17:15 bis 19:00 Uhr – Kursgebühr für 1 x 2 Stunden: 25,00 Euro

- **Großeltern sein**

Der Kurs richtet sich an werdende und frischgebackene Großeltern. In den vergangenen Jahren hat sich im Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern manches verändert. In dieser Runde werden aktuelle Informationen zu den Themen Pflege, Schlafen, Stillen, Ernährung mit einer erfahrenen Kinderkrankenschwester ausgetauscht.

Zeit: Donnerstag von 16:00 bis 18:00 Uhr – Kursgebühr für 1 x 2 Stunden: 25,00 Euro

- **viele weitere Kurse wie z.B.:**

Diverse Allgemeine Geburtsvorbereitungs Kurse / Elternberatung: Erschöpft?-Frustriert?-Unsicher? / Stoffwindeln / erste Beikost / uvm.

Eulalia Eigensinn e.V.

13585 Berlin, Lutherstr. 13, Tel.: 335 11 91 (Mo - Do 10:00 -14:00 Uhr und nach Vereinbarung)

- **Starke Eltern – Starke Kinder / Wege in eine gewaltfreie Erziehung**

Ein Kurs des Deutschen Kinderschutzbundes für Mütter. 12 Termine

Zeit: Mi. 10:00 - 12:00 Uhr (Kurse finden nach Bedarf statt, Kinderbetreuung ist möglich.)

Trageberatung Herzhöhe

Kira Heck – Individuelle Trageberatung in Berlin und Brandenburg

Angebote, Termine und Kontakt: www.herzhoehe.de, E-Mail: kira@herzhoehe.de

Familienforum Havelhöhe

14089 Berlin, Kladower Damm 221, Tel.: 23 36 56 65, www.familienforum-havelhoehe.de

• Multimodales familienzentriertes Stressmanagement

Wenn der Familienalltag von der Herausforderung zur Überforderung zu werden droht, dann steigt der innerfamiliäre Stresspegel. Die eigene Stressresistenz verbessern zu können heißt, innerfamiliäres Gesundheitsverhalten nachhaltig verändern zu können, denn der Umgang mit Stress wird bereits in frühester Kindheit gelernt.

Ein Kurs in drei Modulen, die unabhängig voneinander besucht werden können.

Modulumfang: 6 x 120 Minuten (auch als Abend- oder Wochenendworkshop).

Die Kurse sind durch die zentrale Prüfstelle der Krankenkassen als Präventionskurse nach § 20 SGB V zertifiziert. Die Kursgebühren werden je nach Krankenkasse zwischen 80 % und 100 % erstattet.

Kurs I: Was Eltern und Kind brauchen um dem Familienalltag gelassen zu begegnen, Bedürfnisse wahrzunehmen und diese angemessen handzuhaben

Kurs II: Das prägt für´s Leben – Eltern als Gestalter einer gesunden Kindheit

Kurs III: Beziehungsstress? Erziehungsstress? Gelassener durch die kleinen und größeren Krisen

Termine bitte erfragen!

Familientreff Staaken – Gemeinwesenverein Heerstraße Nord e.V.

13593 Berlin, Obstallee 22d, Anmeldung und Informationen: Angelina Seibt

Tel.: 363 41 12 / 0178 - 580 75 87

• FuN Baby – Frühförderung für Mütter u. Väter mit Kleinkindern bis 1,5 Jahren

Zeit: 8-wöchiges Kursangebot dienstags 10:00 - 11:30 Uhr. (aktuelle Termine bitte erfragen)

Veranstaltungsort KiK-Jugendcafé, Obstallee 22g, 13593 Berlin

Familienzentrum Wilhelmine – Trialog Jugendhilfe gGmbH

13595 Berlin, Weverstr. 72

Internet: www.trialog-berlin.de, E-Mail: familienzentrum@trialog-berlin.de

Anmeldung und Information: Iwona Chwialkowska (Koordination), Tel.: 93 95 21 97

• FuN und FuN-Baby

Spiel und Spaß für die ganze Familie in einem besonderen Elternkurs. Termine bitte erfragen.

• Regelmäßige Familien- und Elternangebote

Termine bitte erfragen.

Familienzentrum Rohrdamm – Kompaxx e.V.

13629 Berlin, Voltastr. 2, Tel.: 36 75 75 60

• „Starke Eltern – starke Kinder“ für Eltern mit Kindern bis zum Schulalter

Termine - voraussichtlich im 2. Halbjahr 2023 - bitte erfragen

Gemeinwesenverein Haselhorst e.V.

13599, Burscheider Weg 21, Tel.: 334 51 51, Internet: www.gvv-haselhorst.de, info@gvv-haselhorst.de

• Starke Eltern - Starke Kinder / Wege in eine gewaltfreien Erziehung

Ein Kurs des Deutschen Kinderschutzbundes für Mütter und Väter, Termine bitte erfragen!

Kostenfreies Bewegungsangebot an Sonntagen



Winter-Spiel-Plätze für Familien mit Kindern

Ab dem letzten Sonntag im Oktober bis Ende März öffnen Spandauer Sporthallen sonntags für Familien mit Kindern. An sechs Standorten in fünf Spandauer Bezirksregionen kann sonntags jeweils von 14.30 - 17.30 Uhr kostenlos gespielt und geturnt werden. Erfahrene Übungsleiter*innen stellen Geräte und Materialien zur Verfügung, so dass die ganze Familie sich ausprobieren kann. Damit die Kinder am Angebot teilnehmen können, müssen sie von einem Erziehungsberechtigten begleitet werden.



Aktuelle Infos
über den QR-Code

Winter-Spielplätze für Babys und Kinder:

- **Siemensstadt – Sporthalle Robert-Reinick-Grundschule** – 4 - 10 Jahre
Jungfernheideweg 32-48, 13629 Berlin, www.scs-berlin.de
- **Spandau Mitte/Neustadt – Sporthalle Lynar-Grundschule** – bis 6 Jahre
Lutherstr. 19, 13585 Berlin, www.bewegung-draussen.de/alle-in-die-halle/
- **Staaken – Sporthalle Astrid-Lindgren-Grundschule** – 0 - 3 Jahre
Südekumzeile 5, 13591 Berlin, www.tsv-spandau-1860.de/cms/
- **Wilhelmstadt – Sporthalle Christoph-Förderich-Grundschule** – 3 - 6 Jahre
Förderichstr. 29, 13595 Berlin, www.tsv-spandau-1860.de/cms/
- **Falkenhagener Feld – Sporthalle Siegerland Grundschule** – 3 - 10 Jahre
Hermann-Schmidt-Weg 4, 13589 Berlin, www.tsv-spandau-1860.de/cms/
- **Falkenhagener Feld – Sporthalle Grundschule am Wasserwerk** – 3 - 10 Jahre
Pionierstr. 197, 13589 Berlin, www.tsv-spandau-1860.de/cms/

Ohne Gewähr. Aktuelle Standorte von Oktober 2023 bis März 2024 bitte dem QR Code entnehmen.



Sport- und Bewegungsangebote in Spandau

Sport Club Siemensstadt Berlin e.V.

13629 Berlin, Buolstraße 14, Sport- und Freizeitzentrum,

Anmeldung und Information: Tel.: 380 02 40 und www.scs-berlin.de

Für alle Angebote gilt: Änderungen vorbehalten! Zeit und Kosten, wenn nicht angegeben, auf Anfrage!

- **Eltern-Kind-Turnen (1 - 3 Jahre):** Zeit: Do. 15:00 - 16:30 / 12 x 90 Minuten / Kosten: 72,00 Euro pro Kurs
- **Kleinkinderschwimmen** (Kinder 2 - 4 Jahre) und **Schwimmschule** (ab 4 Jahre)
- **SchwaP (Schwimmalternativen Problemorientiert)**
für Kinder mit Bewegungsstörungen, Entwicklungsverzögerung oder mit leichten Behinderungen
- **SPATZ – Sport Ausprobieren im Trainingszentrum (3 - 5 Jahre)**
Zeiten: Mo. - Fr. am Nachmittag / Kosten: für 12,90 Euro im Monat kann 5 x pro Woche trainiert werden.
Informationen und Anmeldung: www.scs-spatz.de
- **Kinderballett**
Zeit: Di. Nachmittag, Kosten: 21,10 Euro pro Monat (Informationen: Fr. Weigel, Tel.: 380 02 14)
- **Weitere Angebote:** Kinderbetreuung für Eltern, die im SCS e.V. Sport treiben (kostenfreies Angebot):
Vereinssport ab 4 Jahre, Informationen unter www.scs-berlin.de

VfV Spandau - Verein für Volkssport Spandau 1922 e.V.

13587 Berlin, Helen-Keller-Weg 11, Tel.: 335 51 26, Anmeldung: Di. 15:00 - 19:00 Uhr

Kosten: Mitgliedsbeitrag für Kinder bis 18 Jahre: 24,00 pro Quartal, Internet: www.vfv-spandau.de

Unterschiedliche Zeiten für Sommer und Winter deshalb bitte der Webseite entnehmen

- **Eltern-Kind-Turnen (1 - 3 Jahre)**
Ort: Schule am Grüngürtel, 13585 Berlin, Askaniering 42
Ort: Carl-Schurz-Grundschule, Hakenfelder Str. 32, 13587 Berlin
- **Kindertanz (kein Ballett)**
Ort: Carl-Schurz-Grundschule, 13587 Berlin, Hakenfelder Str. 32
- **Spiel und Sport für Kinder - Jg. 2011/2012**
Ort: Carl-Schurz-Grundschule, 13587 Berlin, Hakenfelder Str. 32
Ort: Wasserwerkhalle der Grundschule am Wasserwerk, Pionierstr. 197, 13589 Berlin

Zusätzliche Sportaktivitäten siehe Internetseite: www.vfv-spandau.de

Sportfreunde Kladow e.V.

14089 Berlin, Gößweinsteiner Gang 53, Tel.: 365 77 80, Internet: www.sf-kladow.de, E-Mail: info@sf-kladow.de

Sprechzeiten: Mo., Di., Do. 10:00 - 13:00 Uhr, Mi. 16:00 - 19:00 Uhr

- **Fit-mit-Kind-Gymnastik (Rückbildung mit Baby)**
Vereinsturnhalle, 14089 Berlin, Gößweinsteiner Gang 53
- **Sportangebot für Mütter – „Fit mit Kind“ Fitnessgymnastik mit Baby, Outdoorfitness**
Ort: Vereinsturnhalle, 14089 Berlin, Gößweinsteiner Gang 53
- **Babyturnen (ab Krabbelalter) – Babyfitness für die ganz Kleinen, Krabbelkinder, Laufkinder**
Ort: Vereinsturnhalle, 14089 Berlin, Gößweinsteiner Gang 53

- **Eltern-Kind-Turnen (2 - 4 Jahre)**

Ort: Grundschule am Ritterfeld, 14089 Berlin, Schallweg 31

- **Tänzerische Früherziehung (ab 4 Jahre)**

Ort: Nachbarschaftshaus, Parnemannweg 22, 14089 Berlin

- **Eltern-Kind-Turnen (ab Laufalter)**

Ort: Vereinsturnhalle, 14089 Berlin, Gößweinsteiner Gang 53

TSV Spandau 1860

13585 Berlin, Askaniering 150, Tel.: 37 59 50 80, Internet: www.tsv-spandau-1860.de

Sprechzeiten: Mo. - Fr. 09:00 - 12:00 Uhr und zusätzlich Do. 16:00 - 18:00 Uhr,

in den Ferien geänderte Öffnungszeiten und Kurszeiten siehe Homepage oder Aushänge

- **Sport und Spiel für Eltern und Kind (1½ - 3½ Jahre)**

- **Sport und Spiel für Kleinkinder (ab 3 Jahre)**

- **Familien-Sport-Spiel-und-Spaß-Gruppe (3 - 7 Jahre)**

Anmeldung und Information: Viola Dobberphul, Tel.: 81 30 08 14

- **Mutter-Baby-Indoors (bis 3 Jahre + Geschwisterkinder)**

Informationen und Anmeldung, Viola Dobberphul, Tel.: 81 30 08 14

Orte an denen die Kurse stattfinden:

Grundschule am Ritterfeld, 14089 Berlin, Schallweg 31

Gymnastikhalle Am Grüngürtel, 13585 Berlin, Askaniering 149

Grundschule am Weinmeisterhorn, 13595 Berlin, Daberkowstr. 27

Birken-Grundschule, 13585 Berlin, Hügelschanze 8-9

Askanier-Grundschule, 13583 Berlin, Borkzeile 34

Grundschule am Wasserwerk, 13589 Berlin, Pionierstraße 197

Siegerland-Grundschule, 13589 Berlin, Westerwaldstraße 19-21

Grundschule am Wasserwerk, 13595 Berlin, Pionierstraße 197

Grundschule am Eichenwald, 13587 Berlin, Gaismannshofer Weg 2

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Spandau e.V.

Veranstaltungsort: Kulturhaus Spandau, 13593 Berlin, Rodenstraße 11

Anm und Info.: Dagmar Gräf, Tel.: (03 30 51) 262 51

Internet: www.steppin-easy.de/kinder.htm

- **Kindertanzgruppe Pepperbillies (2-5 Jahre)**

Zeit: Mi. 16:00 - 16:45 Uhr

- **Kindertanzgruppe Tausendfüßler (6-10 Jahre)**

Zeit: Mi. 17:00 - 17:45 Uhr



DRK Kliniken Berlin – Klinikum Westend

14050 Berlin, Spandauer Damm 130, Internet: www.drk-kliniken-berlin.de/westend/

Anmeldung und Information: Elternschule, Tel.: 30 35 44 12

- **SpielRaum für selbstständiges Entdecken nach Dr. E. Pikler** (Für Kinder von 3 bis 12 Monaten)
Zeit: Mo. 09:30 - 11:00 Uhr, Kursgebühr für 10 x 75 Minuten: 130,00

Familienzentrum Villa Nova – Kompaxx e.V.

13587 Berlin, Rauchstr. 66, www.villanova.kompaxx.de (Aktuelles)

Anmeldung und Information: Sabina Adleff, Tel.: 33 77 61 16

- **„Indoor“ Spielraum – Außenspielplatz**
- **Krabbelgruppe** (feste Gruppen mit Voranmeldung)
- **Mama-Fit mit Kind** - Work-Out für Mütter mit Kindern bis 2 Jahren
Donnerstag 16-17 Uhr (nur mit Voranmeldung)

Familientreff Staaken – Gemeinwesenverein Heerstraße Nord e.V.

13593 Berlin, Obstallee 22d, Informationen: Angelina Seibt, Tel.: 363 41 12 / 0178 - 580 75 87

- **Familiendisco – ein Sport-, Spiel- und Bewegungsangebot für Familien mit Kindern bis 6 Jahren**
Zeit: i.d.R. jeden letzten Freitag im Monat, außer Sommerferien und Dezember von 16.00 bis 18.00 Uhr
Ort: 13593 Berlin, Sandstr. 41, Kulturzentrum Staaken
- **Zumba Kids für die ganze Familie ab 2 Jahren**
Zeit: Sa. 17:00 - 18:00 Uhr, Ort 13593 Berlin, Pillnitzer Weg 8

Kugelsicher – Hebammenpraxis Kladow

14089 Berlin, Schallweg 26, Tel.: 85 61 31 76, Internet: www.hebammenpraxis-kugelsicher.de

- **Fit mit Kind (Indoor)** (auf Anfrage)
- **Yoga für Kinder** Zeit: Mi. 16:00 - 17:00 Uhr

Rochenkinder

Informationen und Anmeldung: Anja Kerkow, Tel.: (03 38 46) 903 49

Internet: www.rochenkinder.de, E-Mail: info@rochenkinder.de

Veranstaltungsort: Vivantes Klinikum Spandau, 13585 Berlin, Neue Bergstr. 6

- **Kurs: „Mit deinem Kleinkind im Wasser“ (1 - 3 Jahre)**
Kursdauer / Kosten: 16 Termine davon 2 Elternabende, jeweils Sa.
- **Kurs: „Mit dem Wasser vertraut werden ...“ (3 - 7 Jahre)**
Kursdauer / Kosten: 16 Termine davon 2 Elternabende, jeweils Sa.

Kangatraining - Sport für Mütter mit Kindern im Tragealter

Kurse auf Anfrage: Kira Heck, E-Mail: kira@kangatraining.de

www.kangatraining.info/de_de/instructor/KiraHeck/booking/2553

Ort: ASB Mehrgenerationenhaus, 14612 Falkensee, Ruppiner Str. 15



*SPANDAU
BEWEGT
SICH!*

Raus ins Freie.

Zeit für Bewegung!

**Spandau hat
so einiges zu
bieten!**

**#DigitaleSchnitzeljagd
#Bewegungscoaches
#BewegungImKiez
#MachMit!**

Lust mehr zu erfahren?

Einfach den QR-Code scannen
und los geht's!

www.spandau-bewegt-sich.de



Lesen und Musik

Bücher lesen mit 3 – geht das denn?

Die Spandauer Öffentlichen Bibliotheken sind mit dabei: bei „Lesestart – Drei Meilensteine für das Lesen“. Am 15. November 2013 startete das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung finanzierte und von der Stiftung Lesen durchgeführte Programm offiziell in die zweite Runde. Die Förderung der frühkindlichen Sprach- und Lesekompetenz ist dabei das Ziel: das möglichst frühe Kennenlernen von Bilderbüchern und Geschichten.

Besonders wichtig für eine gelungene Sprach- und Leseförderung ist das gemeinsame Lesen in Familien, über das neben dem Erlebnis der Schrift und Sprache auch Zuwendung und Geborgenheit erfahren werden kann.

Da Sprach- und Leseförderung in Bibliotheken groß geschrieben wird, beteiligen sich auch die Spandauer Bibliotheken und geben die vom Programm erstellten Lesestart-Sets für dreijährige Kinder aus.

Neben der Teilnahme an „Lesestart“ engagieren sich Bibliotheken seit langem mit weiteren Aktionen für die Sprach- und Leseförderung: sie stehen in Kooperation mit Kindertagesstätten, helfen bei der Buchauswahl, lesen vor, halten eine Auswahl an Medien z.B. zu pädagogischen Themen bereit, verleihen Bücher, planen und führen Veranstaltungen durch und vieles mehr.

Kinder- und Jugendbibliothek / Bezirkszentralbibliothek Spandau

13597 Berlin, Carl-Schurz-Str. 13 (barrierefrei), Tel.: 902 79 - 55 12, Fax: 902 79 - 55 10

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10:00 - 20:00 Uhr, Sa. 10:00 - 15:00 Uhr

Internet: www.berlin.de/stadtbibliothek-spandau/bibliotheken/kinder-und-jugendbibliothek/

Stadtteilbibliothek Falkenhagener Feld

Westerwaldstr. 9, 13589 Berlin (barrierefrei), Tel.: 60 40 06 87

Öffnungszeiten: Mo, Do 13:00 - 19:00 Uhr, Di, Mi, Fr 12:00 - 17:00 Uhr

Stadtteilbibliothek Haselhorst

Gartenfelder Str. 104, 13599 Berlin, Tel.: 902 79 - 8690/ -8693

Öffnungszeiten: Mo, Do 13:00 - 19:00 Uhr / Di, Mi, Fr 13:00 - 17:00 Uhr

Stadtteilbibliothek Heerstraße

Obstallee 22F, 13593 Berlin (barrierefrei), Tel.: 363 10 91

Öffnungszeiten: Mo, Do 12:00 - 19:00 Uhr / Di, Mi und Fr 12:00 - 17:00 Uhr

Stadtteilbibliothek Kladow

Sakrower Landstr. 2, 14089 Berlin (barrierefrei), Tel.: 81 61 - 58 89

Öffnungszeiten: Mo, Do 13:00 - 19:00 Uhr / Di, Mi 13:00 - 17:00 Uhr / Fr 9:00 - 15:00 Uhr

Fahrbibliothek Spandau

Carl-Schurz-Str. 13, 13597 Berlin, Tel.: 902 79 - 55 30 (während der Ausleihzeiten: 0152 - 09 19 01 12)



www.lesestart.de

Musikalische Früherziehung

Familienzentrum Villa Nova - Kompaxx e.V.

13587 Berlin, Rauchstr. 66

Anmeldung und Information: Juliana Heerlein, Tel.: 33 77 61 16

- **Musikgruppe „Wohlklang“** – Musikalische Klangerkundung für Kinder von 6 - 18 Monaten
Ein musikalisches Angebot zur Bindungsförderung zwischen Eltern und Kleinkindern
Zeit: Mi. 10:30 - 11:30 Uhr (Teilnahme nur mit Voranmeldung)

Musikschule Spandau

13597 Berlin, Moritzstr. 17, (Ausweichstandort: 13597 Berlin, Carl-Schurz-Str. 59)

Internet: www.berlin.de/musikschule-spandau/

Information und Anmeldung: Mo. und Di. 09:00 - 12:00 Uhr, Do. 15:00 - 18:00 Uhr

Tel.: 902 79 - 58 12, Fax: 902 79 - 58 07, E-Mail: musikschule@ba-spandau.berlin.de

- **Baby-Kurse** (0 - 18 Monate alte Kinder und jeweils ein Elternteil)
Dauer: 45 min. pro Woche, vormittags und nachmittags
- **Eltern-Kind-Kurse** (1½ - 4-jährige Kinder mit einem erwachsenen Partner)
Dauer: 45 min. pro Woche vormittags oder nachmittags
- **Musikalische Früherziehung (MFE)** (Altersgruppe: 4 - 6-jährige Kinder)
Dauer: 60 min. pro Woche, nachmittags
Die Musikalische Früherziehung (MFE) ist ein zweijähriges Unterrichtsangebot der Musikschule. Der Unterricht beginnt in der Regel im September.
- **Musikalische Grundausbildung** (Altersgruppe: ab 6 Jahre) Dauer: 75 min.

DRK Kliniken Berlin – Klinikum Westend

14050 Berlin, Spandauer Damm 130

Anmeldung und Information:

Elternschule, Tel.: 30 35 44 12

- **Musikalische Früherziehung (ab 1,5 Jahren)**
Dienstag von 15:15 - 16:00 Uhr,
16:15 - 17:00 Uhr und 17:15 - 18:00 Uhr
Kursgebühr für 10 x 45 Minuten: 89,00 Euro



Erziehungs- und Familienberatungsstellen

Psychologische und sozialpädagogische Beratung, Diagnostik und ggf. Einleitung von therapeutischen Hilfe bei:

- Schwierigkeiten im familiären Zusammenleben oder bei Problemen bei Trennung / Scheidung / Umgang
- Fragen zur Erziehung und Entwicklung von Kindern
- Entwicklungs- und Verhaltensauffälligkeiten von Kindern
- Beeinträchtigung der Lebensqualität von Kindern durch psychosomatische Beschwerden, Lernschwierigkeiten, chronischen Erkrankungen oder familiäre Belastungen

Erziehungs- und Familienberatungsstelle Spandau (EFB)

13587 Berlin, Streitstraße 6, Tel.: 902 79 - 24 48 (Gesprächstermine nach telefonischer Vereinbarung)

Psychologische Beratungsstelle Spandau (Erziehungs-, Familien- und Jugendberatung) / Johannesstift Diakonie Jugendhilfe gGmbH

13585 Berlin, Kirchhofstraße 30 im Hof, 3. OG, Tel.: 336 14 29

Gesprächstermine nach telefonischer Vereinbarung oder kontaktieren Sie uns über:

www.online-probleme-loesen.de | vertraulich - anonym - kostenfrei

- Beratung auch zu den Themen: Frühkindliche Bindung, Aufmerksamkeitsentwicklung, Veränderungen in der Paardynamik nach Geburt eines Kindes

Sozialberatung

Immanuel Beratung, Sozialberatung

13583 Berlin, Burbacher Weg 4, E-Mail: beratung.spandau@immanuel.de

Termine & Informationen: Tel.: 447 262 125, Fax: 447 262 119

(bitte außerhalb der offenen Sprechstunde anrufen)

Offene Sprechstunde: Di. 09:00 - 11:00 Uhr, Do. 15:00 - 17:00 Uhr

- **allgemeine Sozialberatung** / Beratung zu sozialrechtlichen Hilfen / Hartz IV-Beratung
- Anträge bei der Stiftung des Landes Berlin „**Hilfe für die Familie**“
- bei Familiennotlagen **Anträge bei Stiftungen**

Deutsches Rotes Kreuz - Allgemeiner Sozialdienst

13597 Berlin, Galenstr. 29, Tel.: 35 39 37 25, E-Mail: info@drk-spandau.de, Sprechzeiten: nach tel. Vereinbarung

- **allgemeine Sozialberatung**
- Anträge bei der Stiftung des Landes Berlin „**Hilfe für die Familie**“
- **Clearing**
- **Kurberatung** für das Müttergenesungswerk

casablanca gGmbH - Offene Familienwohnung

13589 Berlin, Kraepelinweg 13, Tel.: 0176 - 36 30 99 78

- **im Rahmen des Kiezfrühstücks niedrigschwellige soziale Beratung und Beratung zu Familienthemen**
Di 10 - 13 Uhr oder nach Vereinbarung

Weitere Beratungsstellen

Familienzentrum Hermine - Trialog Jugendhilfe gGmbH

Räcknitzer Steig 12 auf dem Grundstück der Christian-Morgenstern Grundschule (Zugang nur über Maulbeerallee 23)

Anmeldung und Information: Tel.: 36 40 38 77, E-Mail: familienzentrum-hermine@trialog-berlin.de

Projektkoordination: Roya Kam-Trinks Tel.: 36 75 82 64 oder 0174 - 587 93 47

- **Beratung „Rund um die Familie“**

Bei Fragen zu Familie, Konflikten, Schule, Partnerschaft, Erziehung

Zeiten: Mo.-Fr. nach telefonischer Vereinbarung

Familientreff Staaken – Gemeinwesenverein Heerstraße Nord e.V.

13593 Berlin, Obstallee 22d, E-Mail: post@familientreff-staaken.de, Tel.: 363 41 12

- **Familienberatung**

13593 Berlin, Obstallee 22d, Kontakt: Angelina Seibt, Tel. 363 41 12, Do 13.00 - 14.00 Uhr

Bei Fragen zu Familie, Erziehung, Partnerschaft, Schule, Konflikten

- **Familienberatung und soziale Beratung**

13593 Berlin, Pillnitzer Weg 8, Kontakt: Viola Scholz-Thies, Tel.: 363 41 12, Do. 14:00 - 17:00 Uhr

Bei Fragen zu Erziehung, Partnerschaft, Schule, Familienkonflikten und bei Fragen zu Behördenangelegenheiten

Familienzentrum Wilhelmine – Trialog Jugendhilfe gGmbH

13595 Berlin, Wever Str. 72, Fax: 93 95 21 96, Internet: www.trialog-berlin.de,

E-Mail: familienzentrum@trialog-berlin.de, Kontakt: Iwona Chwialkowska, Tel.: 93 95 21 97

- **Familienberatung**

Bei Fragen zu Erziehung, Partnerschaft, Schule, Familienkonflikten etc.

Zeiten: Mo. - Fr. nach telefonischer Vereinbarung

Gemeinwesenverein Haselhorst e.V.

- **Unterstützung bzw. Beratung** bei persönlichen, familiären oder beruflichen Angelegenheiten (Deutsch, Türkisch, Englisch, Russisch)

Treffpunkte:

- **Büro des Gemeinwesenverein Haselhorst und Treffpunkt Burscheider Weg**

Burscheider Weg 21, 13599 Berlin, Tel.: 334 51 51, E-Mail: info@gwv-haselhorst.de

- **Treffpunkt Pulvermühle**

Romy-Schneider Str. 6, 13599 Berlin, Tel.: 35 40 28 89, E-Mail: info@gwv-haselhorst.de

- **HD-Café – Haselhorster Damm 39, 13599 Berlin**

- **Nachbarschaftszentrum Paul-Schneider-Haus**

Schönwalder Straße 23, 13585 Berlin, Tel.: 67 06 05 11

E-Mail: info@psh-spandau.de, Internet: www.paulschneiderhaus.de

- **Stadtteilladen Hakenfelde**

Streitstraße 60, 13587 Berlin, Tel.: 33 30 91 80, E-Mail: hakenfelde@gwv-haselhorst.de

- **Schulstation „Kinderdschungel“** an der Bernd-Ryke Grundschule, Daumstraße 12, 13599 Berlin

Bezirksamt Spandau – Gesundheitsamt

Kinder- und Jugendpsychiatrische Beratungsstelle

13581 Berlin, Klosterstr. 36, Erdgeschoss Eingang E, Anmeldung: Zimmer 14,

Tel.: 902 79 - 27 59, Fax: 902 79 - 55 05

Telefonische Sprechzeiten: Mo - Fr 09:00 - 13:00, Mi 09:00 - 11:00,

Offene Sprechstunde: Do 16:00 - 18:00 (z.Zt. nur mit Voranmeldung)

Familienforum Havelhöhe gGmbH

14089 Berlin, Kladower Damm 221, Tel.: 23 36 56 65

www.familienforum-havelhoehe.de

Erziehungs- und Familienberatung, Hilfe zur Erziehung, Paar- und Familientherapie, Soziale Gruppe, Mütter mit Kindern, Spielraum vorhanden

Nestwerk Staaken

13593 Berlin, Obstallee 22d

Kontakt: Fr. Seidel, Fr. Durdu,

E-Mail: nestwerk@bg-havelhoehe.de, Tel: 34 33 37 10 38 / 0151 - 21 76 48 58 / 0160 - 245 65 82

Mo 09:00 - 17:00 Uhr, Di 09:00 - 16:30 Uhr, Mi 09:00 - 17:00 Uhr, Do 09:00 - 17:00 Uhr, Fr 09:00 - 14:00 Uhr

Das Nestwerk Staaken bietet vielfältige Beratung für Erziehung, Versorgung und Gesundheit für Familien sowie Präventionsambulanz in Zusammenarbeit mit den Ärzt*innen im MVZ Heerstraße Nord sowie den Baby-lotsen und Earlybirds.

Sprachen: türkisch, englisch, deutsch

• **Gesundheitliche Unterstützung:**

Beratung und Präventionsambulanz für Familien mit erkrankten oder gefährdeten Kindern in Form von Begleitung bei Untersuchungen, Ernährungsworkshops und Stillberatung.

• **Soziale Unterstützung:**

Hilfe bei der KiTa-Suche, Beratung und Hilfe bei Anträgen, bspw. für die Erstausrüstung für Babys und sonstige staatl. Zuschüsse – auch mit Hausbesuchen. Weiterhin Paarberatung, Konflikt- und Stressbewältigung, Eskalationsvermeidung, Vernetzung und Freizeitangebote für Kinder und Familien. Hilfe zum Spracherwerb und bei der Überwindung sprachlicher Hürden.

Onlineberatung der Bundeskonferenz für Erziehungs- und Familienberatung e.V.:

www.bke-elternberatung.de

Angebot für junge Mütter und Väter unter 27

Außensprechstunde der Immanuel Beratung im (Outreach -) Jugendberatungs- haus Spandau für junge Mütter und Väter unter 27

13585 Berlin, Hasenmark 21, Tel.: 36 75 37 18, Mail: info@jbh-spandau.de,

Internet: www.outreach.berlin/team-spandau/jugendberatungshaus-spandau/

- **Schwangerschafts(konflikt)beratung** Zeit: Do. 14:30 - 16:30 Uhr

(Outreach -) Jugendberatungshaus Spandau

BERATUNG UNTER EINEM DACH.

Das Jugendberatungshaus ist ein Ort vernetzter Zusammenarbeit verschiedener Träger.

Wir unterstützen, beraten und informieren junge Erwachsene auf Weg zu einem selbstbestimmten und eigenverantwortlichen Leben.

Wir sind für Dich da!

... kostenlos, vertraulich und diskret, auf Wunsch anonym und unabhängig von Weltanschauung, Nationalität, Konfession und Religion.

Zu fast allen Sorgen und Fragen findest Du bei uns einen passenden Ansprechpartner direkt im Haus:

Allgemeine Sozialberatung, Ausbildungsfinanzierung / Existenzsicherung | Vermittlung zur Auszugsberatung, Beratung zu Arbeit und Ausbildung | sowie zu Leistungsangeboten der Jugendhilfe | Jugendberatung | Jugendmigrationsdienst | Schuldenprävention/Schuldnerberatung | **Schwangerschafts(konflikt)beratung** | Suchtberatung

Außerdem bist Du während der Öffnungszeiten bei uns immer herzlich Willkommen. Einer unserer Mitarbeiter ist immer vor Ort und kann dich jederzeit zu allen deinen Fragen beraten. Wann wir geöffnet haben und wer von unseren Kooperationspartnern wann da ist, kannst du in unseren Wochenplan sehen. Du kannst in unserem Haus mit oder ohne Unterstützung unsere PC's jederzeit nutzen um Wohnungen oder andere Informationen rund um das Thema Schwangerschaft, Ausbildung, Arbeit oder andere Hilfsangebote zu suchen.



Finanzielle Leistungen

Elterngeld / Elternzeit

Elterngeld und Elternzeit - mit diesen gesetzlichen Regelungen sollen Eltern mehr Gestaltungsmöglichkeiten bei der Betreuung ihrer kleinen Kinder gegeben werden.

Elterngeld nach dem Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz (BEEG) erhalten alle Mütter und Väter, die nach der Geburt ihr Kind selbst betreuen und beruflich pausieren oder höchstens 30 Stunden in der Woche arbeiten. Aber auch Auszubildende und Studierende, Hausfrauen und Hausmänner und Eltern, die wegen der Betreuung älterer Kinder nicht gearbeitet haben, haben einen Anspruch auf die Zahlung von Elterngeld.

Das Elterngeld wird an Väter und Mütter für maximal 14 Monate gezahlt; beide können den Zeitraum frei untereinander aufteilen. Ein Elternteil kann dabei mindestens zwei und höchstens zwölf Monate für sich in Anspruch nehmen, zwei weitere Monate gibt es, wenn sich der Partner an der Betreuung des Kindes beteiligt und den Eltern mindestens zwei Monate Erwerbseinkommen wegfällt. Alleinerziehende, die das Elterngeld zum Ausgleich des wegfallenden Erwerbseinkommens beziehen, können aufgrund des fehlenden Partners die vollen 14 Monate Elterngeld in Anspruch nehmen.

Eltern, die vor der Geburt des Kindes Erwerbseinkommen hatten, erhalten 65 - 67 % des wegfallenden durchschnittlichen Nettogehalts der letzten 12 Monate, mindestens 300 Euro, maximal 1.800 Euro. Eltern ohne Erwerbseinkommen erhalten Elterngeld in Höhe von 300 Euro. Bei Mehrlingsgeburten oder bei Familien mit mehreren Kindern kann sich der Betrag noch erhöhen. Das Elterngeld wird je nach Einzelfall für 12 bis maximal 28 Monate ausgezahlt. Bei Bezug von Bürgergeld, Sozialhilfe oder Kinderzuschlag wird das Elterngeld angerechnet.

Elterngeld Plus

Für Eltern, deren Kinder ab 1. Juli 2015 geboren werden, soll die Möglichkeit geschaffen werden, zwischen dem Bezug von bisherigem Elterngeld (künftig: Basiselterngeld) und dem Bezug von Elterngeld Plus zu wählen und auch beides kombinieren zu können.

Das Elterngeld Plus ist dann für Sie interessant, wenn Sie bereits während des Elterngeldbezugs wieder in Teilzeit arbeiten möchten. Sind Sie mit bis zu 30 Wochenstunden im Durchschnitt erwerbstätig, können Sie das Elterngeld länger beziehen.

In Elterngeld Plus-Monaten wird höchstens die Hälfte des zustehenden Basiselterngeldes ausbezahlt. Durch die Inanspruchnahme von Elterngeld Plus-Monaten kann der Bezugszeitraum des Elterngeldes über den 14. Lebensmonat Ihres Kindes hinaus verlängert werden.

Partnerschaftsbonus

Wenn Eltern sich entscheiden, in vier aufeinander folgenden Lebensmonaten ihres Kindes gleichzeitig jeweils 25 bis 30 Wochenstunden erwerbstätig zu sein, gibt es einen zusätzlichen Partnerschaftsbonus. Sie haben dann beide für diese Monate Anspruch auf jeweils vier weitere Monatsbeträge Elterngeld Plus.

Das Elterngeld muss schriftlich bei der Elterngeldstelle im Jugendamt des Wohnbezirkes beantragt werden. Es wird rückwirkend höchstens für drei Monate vor der Antragstellung geleistet.

Antragsformulare und Informationsmaterial zum Thema Elternzeit und Elterngeld

erhalten Sie beim Pförtner des Jugendamtes (13581 Berlin, Klosterstr. 36) oder auf der Internetseite der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend u. Wissenschaft unter:

www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/finanzielle-leistungen/elterngeld-und-elternzeit/

Broschüre: www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/elterngeld-elterngeldplus-und-elternzeit-73770

Weitere Informationen zum Thema Elternzeit und Elterngeld:

Bezirksamt Spandau von Berlin, Abt. Jugend, Bildung, Kultur und Sport

13581 Berlin, Klosterstr. 36, Zimmer 310, Tel.: 902 79 - 3832

E-Mail: elterngeld@ba-spandau.berlin.de

www.berlin.de/ba-spandau/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/

Sprechstunden: Di. 09:00 - 11:00 Uhr, Do. 15:00 - 17:00 Uhr



Kindergeld / Kinderzuschlag

Grundsätzlich besteht für alle Kinder ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres Anspruch auf Kindergeld. Ab Januar 2023 beträgt das Kindergeld für jedes Kind 250 Euro pro Monat.

Der Kinderzuschlag wird als Ergänzung zum Kindergeld gezahlt. Eltern, die zwar über ausreichend Einkommen verfügen, um ihren eigenen Lebensunterhalt damit zu decken, aber nicht denjenigen ihrer unter 25 Jahre alten, unverheirateten Kinder, können einen Kinderzuschlag beantragen.

Die Mindesteinkommensgrenze beträgt für Elternpaare 900 Euro, für Alleinerziehende 600 Euro. Den Kinderzuschlag können Eltern nur dann beanspruchen, wenn ihre monatlichen Einnahmen in Geld oder Geldeswert (z. B. Bruttoeinkommen aus Erwerbstätigkeit, Arbeitslosengeld I, Krankengeld etc.) die jeweilige Mindesteinkommensgrenze erreichen. Eltern mit Kindern, die nur Arbeitslosengeld II, Sozialgeld oder Sozialhilfe beziehen und sonst kein Einkommen bzw. Vermögen haben, können daneben nur das Kindergeld, aber keinen Kinderzuschlag erhalten.

Der Antrag auf Kindergeld und der Antrag auf Kinderzuschlag muss schriftlich gestellt werden. Die Antragstellung und -bearbeitung erfolgt über die Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit. Antragsformulare gibt es bei der Familienkasse oder zum Herunterladen im Internet unter www.familienkasse.de oder unter www.kinderzuschlag.de

Familienkasse für den Bezirk Spandau:

Bundesagentur für Arbeit, Familienkasse Berlin Nord

Postanschrift: Familienkasse Berlin-Brandenburg, 14465 Potsdam

Besucheradresse: 10407 Berlin, Storkower Str. 120

Öffnungszeiten: Mo., Di. und Fr. 09:00 - 12:00 Uhr, Do. 09:00 - 18:00 Uhr

Tel.: 0800 455 55 30 (Kindergeld und Kinderzuschlag), Tel.: 0800 455 55 33 (Zahlungstermine)

Telefonisch gebührenfrei erreichbar von Montag bis Freitag von 08:00 - 18:00 Uhr.

E-Mail: Familienkasse-Berlin-Brandenburg.F11@arbeitsagentur.de

Internet: www.berlin.de

(Suchbegriffe: Kindergeld oder Elterngeld)

Kindertagesbetreuung

Kindertagesbetreuung umfasst Bildung, Erziehung und Betreuung. Je nach individuellem Bedarf beläuft sich der tägliche Umfang auf Halbtags- (4 - 5 Stunden), Teilzeit- (5 - 7 Stunden), Ganztags- (7 - 9 Stunden) und erweiterte Ganztagsförderung (über 9 Stunden).

Seit dem 01.01.18 haben Kinder ab dem vollendeten ersten Lebensjahr einen Rechtsanspruch auf einen Kita-Platz von bis zu 7 Stunden (Anspruch auf Teilzeitförderung). In Kindertagesstätten (Kitas) unterschiedlicher Größe werden Kinder vom Kleinstkindalter (ab der 8. Lebenswoche) bis zur Einschulung auf der Grundlage des Berliner Bildungsprogramms (BPP) pädagogisch betreut und gefördert. Neben der Betreuung in einer Kindertagesstätte gibt es auch die Möglichkeit der Kindertagespflege. In der Kindertagespflege, wo in der Regel auch individuellere Bedürfnisse der Familien wie z.B. ungünstige Betreuungszeiten oder Ernährungsbesonderheiten bei Allergien berücksichtigen werden können, werden Kinder in kleinen Gruppen von qualifizierten Tagespflegepersonen im familiären Rahmen betreut. Die Kindertagespflege für bis zu 5 Kinder ist ein Angebot vorrangig für Kinder bis zum vollendeten dritten Lebensjahr.

Seit dem 01.08.2018 ist die Betreuung in einer Kita und Kindertagespflegestelle für alle Kinder kostenfrei. Eltern zahlen dann nur 23 Euro pro Monat für das Mittagessen ihrer Kinder.

Für die Aufnahme eines Kindes in einer Kindertagesstätte oder in einer Tagespflegestelle ist ein Antrag auf einen Kita-Gutschein (Bescheid über den Betreuungsbedarf) beim Jugendamt des Wohnbezirkes zu stellen. Der Kita-Gutschein ist in allen Berliner Bezirken einlösbar und frühes-

tens neun Monate und spätestens zwei Monate vor dem gewünschten Betreuungsbeginn zu beantragen. Nach Erhalt des Gutscheines kann man dann mit der Kita seiner Wahl einen Betreuungsvertrag abschließen. Die Vermittlung eines Tagespflegeplatzes erfolgt über das Jugendamt.

Weitere Informationen für die Tagesbetreuung von Kindern in Spandau:

Bezirksamt Spandau von Berlin, Abt. Bürgerdienste, Ordnung und Jugend

13597 Berlin, Carl-Schurz-Str. 2 - 6, Tel.: 902 79 - 24 32, Fax: 902 79 - 66 05

Fachgruppe KITA-Kostenstelle / Gutscheinstelle:

Persönliche Sprechstunden: Di. 09:00 - 12:00 Uhr, Do. 15:00 - 18:00 Uhr

Telefonsprechstunden: Mo. 10:00 - 12:00 Uhr, Mi. 10:00 - 12:00 Uhr

E-Mail: kindertagesbetreuung@ba-spandau.berlin.de

Ansprechpartnerinnen für die Kindertagespflege:

13597 Berlin, Carl-Schurz-Str. 2-6

Sprechstunde: Do. 15:00 - 18:00 Uhr

Telefonische Sprechzeit: Di. 09:00 - 12:00 Uhr und Do 15:00 - 18:00 Uhr

Tel.: 902 79 - 24 46 / -28 84 / -20 52

Kita-Koordination im Bezirksamt Spandau:

13597 Berlin, Carl-Schurz-Str. 2-6

Sprechstunde: Do. 15:00 - 18:00 Uhr

Telefonische Sprechzeit: Di. 09:00 - 12:00 Uhr und Do 15:00 - 18:00 Uhr

Tel.: 902 79 - 24 44

E-Mail: kita-koordination@ba-spandau.berlin.de

Weitere Ansprechpartner, Formulare und eine Übersicht der

Kindertagesstätten in Spandau finden Sie im Internet unter:

www.berlin.de/ba-spandau/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/



Angebote des Jugendamtes

Bezirksamt Spandau von Berlin, Abteilung Bürgerdienste, Ordnung und Jugend

Elterngeld

siehe Seite 18, 56

Erziehungs- und Familienberatungsstelle Spandau (EFB)

siehe Seite 52

Kindschaftsrechtliche Hilfen

13581 Berlin, Klosterstr. 36, Zimmer 705, Tel.: 902 79 - 20 77

Sprechstunden: Di. 09:00 - 12:00 Uhr, Do. 16:00 - 18:00 Uhr u. nach Vereinbarung

- Vormundschaften und Pflegschaften für Kinder und Jugendliche
- Beistandschaften zur Feststellung der Vaterschaft und/oder Geltendmachung von Unterhaltsansprüchen von Kindern und Jugendlichen
- Beratung und Unterstützung in Kindschaftsrechtsangelegenheiten und bei der Geltendmachung von Unterhaltsansprüchen für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres
- Beurkundungen in Kindschaftssachen und Unterhaltsangelegenheiten

Kindertagesbetreuung

siehe Seite 18, 58

Unterhaltsvorschuss

13581 Berlin, Klosterstr. 36, Zimmer 1103, Tel.: 902 79 - 65 24

Sprechstunden: Di. 09:00 - 12:00 Uhr, Do. 16:00 - 18:00 Uhr u. nach Vereinbarung

Informationen u. Formulare:

www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/finanzielle-leistungen/unterhaltsvorschuss/

Kinderschutz

Sie machen sich Sorgen um Kinder oder Jugendliche, weil Sie Hinweise auf

- eine Vernachlässigung oder auf seelische, körperliche oder sexuelle Gewalt
- Gewalt zwischen Eltern oder einem Elternteil und dem Partner
- Vernachlässigung der Aufsichtspflicht oder etwas anderes sehr Beunruhigendes wahrnehmen und nicht wissen, wie Sie helfen können...
- oder Sie sind selbst Eltern eines Kindes und erleben gerade große Unsicherheiten in Ihrem Leben oder im Umgang mit Ihrem Kind
- oder Sie haben durch Ihre Arbeit als Bote, Installateur, Reinigungskraft, Einblick in eine sehr missliche Lage einer Familie bekommen
- oder Sie sind Fachkraft in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, im Gesundheitswesen, bei Feuerwehr, Polizei, o. ä. und suchen eine fachliche Beratung zu Fragen des Kinderschutzes ...

Angebote für Alleinerziehende

Immanuel Beratung – Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung

13583 Berlin, Burbacher Weg 4, Internet: www.immanuel.beratung.de, E-Mail: beratung.spandau@immanuel.de

Terminvergabe und Informationen: Tel.: 33 29 06 77, Fax: 331 30 22

Offene Sprechstunde: Do. 09:00 - 11:00 Uhr

- **Anträge bei der Stiftung des Landes Berlin „Hilfe für die Familie“**
- **Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung**
- **Beratung zu Elternzeit, Elterngeld, Mutterschutz, Mutterschaftsgeld**
- **Anträge bei der Stiftung des Landes Berlin „Hilfe für die Familie“**
- **Klärung der Ansprüche auf finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten**
- **Beratung vor, während und nach einem pränatal-diagnostischen Befund**
- **Beratung zur Vertraulichen Geburt u.a.**

Verband alleinerziehender Mütter und Väter, Landesverband Berlin e.V.

14059 Berlin, Seelingstr. 13, Tel.: 851 51 20, E-Mail: kontakt@vamv-berlin.de, Internet: www.vamv-berlin.de

- **Einzelberatung, Gruppenangebote, offene Treffpunkte, Informationen**
- **Telefonberatung**

Mo., Di., Do. 10:00 - 14:00 Uhr, Mi. 15:00 - 17:00 Uhr

- **Bundesverband e.V.**

10967 Berlin, Hasenheide 70, Tel.: 695 97 86



Krisendienst des Jugendamtes Spandau – ☎ 902 79 - 55 55

Mo. - Fr. 08:00 - 18:00 Uhr

13581 Berlin, Klosterstraße 36, 1. OG Zimmer 101 a-d

E-Mail: Krisendienst-Jugendamt@ba-spandau.berlin.de

Hotline-Kinderschutz Berlin – ☎ 030 / 61 00 66

täglich rund um die Uhr

Telefonisches Beratungs- und Unterstützungsangebot und eine erste Anlaufstelle für alle, die sich Sorgen um das Wohl von Kindern und Jugendlichen machen, auch in türkischer, arabischer und russischer Sprache.

Koordinierungs- und Anlaufstelle für Alleinerziehende* - Eulalia Eigensinn e.V.

Koordinierungsstelle für Alleinerziehende*

Die Koordinierungsstelle fungiert als überparteiliche Interessensvertretung für die Belange und Bedarfe alleinerziehender Mütter* und Väter* im Bezirk und ist bei der Fachberatungsstelle zu Häuslicher Gewalt - Eulalia Eigensinn e.V. - angesiedelt. Sie vernetzt und kooperiert mit Institutionen, Trägern und Akteur*innen, um die Angebotslandschaft und Infrastruktur für Alleinerziehende* in Spandau zu verbessern und stetig auszubauen. Die Koordinierungsstelle betreibt außerdem die Homepage alleinerziehend-in-spandau.de, die eine Übersicht aktueller Angebote und nützlicher Informationen für Alleinerziehende gibt.



Anlaufstelle für Alleinerziehende*

Seit Dezember 2022 ist zusätzlich und als fachliche Unterstützung der Koordinierungsstelle eine Anlaufstelle für Alleinerziehende in Spandau installiert. Die ein- bis zweijährige Aufbauphase dient der Erweiterung themenspezifischer Kenntnisse sowie der Erprobung neuer Beratungsangebote und Austauschformate für Alleinerziehende*.

Die zentrale Aufgabe der Anlaufstelle ist die Erstinformation und Verweisberatung zu u.a. folgenden Themen:

- **finanzielle Ab- und Grundsicherung** (Vaterschaftsanerkennung, Unterhaltsvorschuss, SGB II, Entlastungsbeitrag, Wohngeld)
- **gesellschaftliche Teilhabe** (Berlinpass, Berliner Familienpass, Bildungs- und Teilhabepaket, Mieter*innen-Beratung, spezielle Angebote für Alleinerziehende wie Selbsthilfegruppen etc.)
- **Kinderbetreuung** (Kita-Platz-Suche, ergänzende Kinderbetreuung, unterstützende Begleitung/Betreuung in besonderen Situationen, Pat*innen-Projekte)
- **Medizinische Versorgung** (ganzheitliche medizinische Versorgungszentren, Kinderärzt*innen mit Sprechstunden für berufstätige Eltern*, Frauen*gesundheit, Haushaltshilfen in gesundheitlich besonders belastenden Situationen)
- **Häusliche Gewalt** (Verweisberatung zu psychosozialen Beratungsstellen, Erziehungs-/Anti-Gewaltberatungsstellen)

Um Alleinerziehende* wohnortnah zu erreichen und den Zugang zu erleichtern, wird die Anlaufstelle mobile Beratung an verschiedenen Standorten im Bezirk anbieten und Telefon- und Onlineberatung einrichten.

Kontakt zur Anlauf- und Koordinierungsstelle:

Eulalia Eigensinn
Lutherstraße 13, 13585 Berlin
E-Mail: kontakt@alleinerziehend-in-spandau.de
Telefon: 0176 - 764 77 86
Internet: www.alleinerziehend-in-spandau.de

Fahrverbindungen:

U7/S5 bis Rathaus Spandau
Bus M45, Richtung „Johannesstift“ bis Haltestelle „Hügelschanze“
Bus M36, Richtung „U-Haselhorst“ bis Haltestelle „Kirchhofstrasse“
Bus 136, Richtung „Henningsdorf/Alemannufer“ bis Haltestelle „Kirchhofstrasse“
Unsere Einrichtung ist teilweise barrierefrei.

*Das Sternchen hinter Alleinerziehende soll darauf aufmerksam machen, dass Alleinerziehende eine sehr heterogene Gruppe sind. Zum Beispiel sind auch Menschen angesprochen, die sich alleinerziehend fühlen, weil die Partner*in-Person kaum oder keine Sorge-Verantwortung übernimmt, auch wenn ein geteilter Haushalt besteht.

Angebot für junge Familien mit Fluchthintergrund

Integrationslots*innen der Gesellschaft für Interkulturelles Zusammenleben (GIZ) gGmbH

Reformationsplatz 4a, 13597 Berlin

☎ 030 5130 100 00 / E-Mail: integrationslotsen@giz.berlin



Beratung und Unterstützung bei gesundheitlichen und sozialen Themen:
For counseling and support in health issues:

للحصول على المشورة والدعم في القضايا الصحية:
برای مشاوره و حمایت در مورد مسائل بهداشتی:

Immanuel Beratung Spandau – Allgemeine Sozialberatung für geflüchtete Familien

Burbacher Weg 4, 13583 Berlin

☎ 030 4472 62125 / E-Mail: beratung.spandau@immanuel.de



Stadtteilmütter sind geschulte Ansprechpartnerinnen und Mütter mit eigener internationaler Geschichte. Sie kennen Spandau sehr gut, helfen und beraten Familien mit Kindern von 0 bis 12 Jahren beim Ankommen und zurecht finden, zu Hause, unterwegs oder woanders.

In Spandau in den Sprachen:

Arabisch, Aramäisch, Bosnisch, Bulgarisch, Dari/Farsi, Englisch, Französisch, Kurdisch, Mazedonisch, Rumänisch, Russisch, Serbisch, Türkisch, Ukrainisch, Vietnamesisch

Kontakt: Wilhelmstadt und Heerstraße: ☎ 0162 - 104 75 86
Hakenfelde, Siemensstadt u.a.: ☎ 0151 - 11 33 49 03
Falkenhagener Feld: ☎ 0176 - 40 46 54 13
Spandau Mitte: ☎ 0151 - 67 34 93 40

Mehr Informationen zu den **Spandauer Stadtteilmüttern** finden
Sie auch auf **Seite 26**

Mobiles Lotsenteam

Evangelisches Waldkrankenhaus Spandau
Kinder- & Jugendmedizin

☎ 030 3702 2174

Mail: lotsenteam.waldkrankenhaus@jsd.de



Stellen und Angebote für Familien mit Frühgeborenen, chronisch kranken Kindern und Kindern mit Behinderung

Traglinge e.V.

Beratungsstelle für Familien mit Frühgeborenen und schwerkranken Kindern

Stadtrandstr. 555, Haus 13, 13589 Berlin

Tel.: 3702 27 460, E-Mail: kontakt@traglinge-ev.de, Internet: www.traglinge-ev.de

Mo. - Fr. 09:00 - 15:00 Uhr

Angebote für Familien mit Frühgeborenen, kranken und behinderten Kindern:

Traglinge e.V. & Evangelisches Waldkrankenhaus – Frühchengruppe

eine offene Gruppe für Familien mit Frühgeborenen (0 - 1 Jahre)

Kontakt: Bettina Stenzel, Tel.: 370 22 74 60, Infos: www.traglinge-ev.de

Treffen: jeden 1. Donnerstag im Monat, 16:00 - 18:00 Uhr

Ort: auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhauses

Traglinge e.V. – HerzchenTREFF

eine offene Gruppe für Familien und Kinder mit Herzerkrankung

Kontakt: Katharina Veerbeek, Tel.: 370 22 74 60, Infos: www.traglinge-ev.de

Treffen: jeden 2. Donnerstag im Monat, 16:00 - 18:00 Uhr

Ort: auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhauses

Traglinge e.V. – FamilienTREFF

eine offene Gruppe für Familien und Kinder ab 1 Jahr

Kontakt: Bettina Stenzel, Tel.: 370 22 74 60, Infos: www.traglinge-ev.de

Treffen: jeden 3. Donnerstag im Monat, 16:00 - 18:00 Uhr

Ort: auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhauses

Traglinge e.V. – DiabetesTREFF

eine offene Gruppe für Familien mit an Diabetes erkrankten Kindern

Kontakt: Cornelia Petersdorf, Tel.: 370 22 74 60, Infos: www.traglinge-ev.de

Treffen: 4 x im Jahr, immer aktuell auf unserer Webseite

Ort: auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhauses

Traglinge e.V. – Beikostkurse und Seminarreihe „besondere Ernährungssituationen“ für Familien mit Frühgeborenen und schwerkranken Kindern

Kontakt: Sabine Landmann Tel.: 370 22 74 60, Infos: www.traglinge-ev.de

Termine: immer aktuell auf unserer Internetseite

Ort: auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhauses

Traglinge e.V. – Jetzt bin ICH mal dran – ein Kurs für die gesunden Geschwister in Familien mit Frühgeborenen und schwerkranken Kindern

Kontakt: Bettina Stenzel, Tel.: 370 227 460, Infos: www.traglinge-ev.de

Kurstermine: immer aktuell auf unserer Internetseite

Ort: auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhauses

Traglinge e.V. – Versorgungskoordination für Kinder und Jugendliche (VK KiJu) in Krisensituationen

Kontakt: Katharina Veerbeek, Tel.: 370 227 460, Mo. - Fr. 09:00 - 15:00 Uhr, E-Mail: vk-kiju@traglinge-ev.de,

Infos: www.traglinge-ev.de

Ort: auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhauses

Zusätzliche Herausforderungen im Leben mit pflegebedürftigen Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen (0 - 27 Jahre) können das ganze Familienleben auf den Kopf stellen. – Wir finden mit Ihnen zusammen eine Lösung zur Stabilisierung der Versorgung, wenn es mal drunter und drüber geht.

Die VK KiJu ist ein Angebot der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend & Familie Berlin.

Pausentaste - „Wer andern hilft, braucht manchmal selber Hilfe“ www.pausentaste.de

Ein Angebot für Kinder & Jugendliche, die sich um ihre Familien kümmern.

Allein mit deinen Problemen? Darüber reden hilft. Wir sind da und hören dir zu!

(Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend)



Oskar - Sorgentelefon Kinderhospiz

Telefon: **0800 88 88 47 11**

Kostenlos und täglich rund um die Uhr

Internet: www.Oskar-Sorgentelefon.de

www.Frag-Oskar.de

Das kostenlose Sorgen- und Infotelefon berät und informiert rund um die Uhr zu allen Fragen, die mit lebensverkürzend erkrankten Kindern zu tun haben. Speziell geschulte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind für betroffene Kinder, Jugendliche oder junge Erwachsene, für Eltern und Geschwister, für Angehörige und Freunde sowie für medizinisch-pflegerische, pädagogische und andere Fachkräfte da.



Kinderkliniken

Evangelisches Waldkrankenhaus Spandau

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

13589 Berlin, Stadtrandstr. 555, Tel.: 37 02 - 10 22

Internet: www.jsd.de/waldkrankenhaus

- **Kinder-Notfall-Telefon: 37 02 - 28 28** täglich 24 Stunden
- **Neonatologie** (Klinik für Neugeborenenmedizin), **Tel.: 37 02 - 10 25**

DRK Kliniken Berlin | Westend

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

14050 Berlin, Spandauer Damm 130

Internet: www.drk-kliniken-berlin.de/kinder-jugendmedizin-westend

Sozialpädiatrisches Zentrum Spandau / Kinder- und Jugendambulanz

Ki.D.T gGmbH - Kinder- und Jugendambulanzen

13581 Berlin, Seeburger Str. 9-11, Tel.: 332 70 21, Fax: 332 70 22

Das Sozialpädiatrische Zentrum / Kinder- und Jugendambulanz ist eine spezialisierte Einrichtung unter kinder- und jugendfachärztlicher Leitung zur Früherkennung und Behandlung von Störungen in der körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung bei Kindern und Jugendlichen. Entwicklungsfördernde Behandlungen erfolgen ambulant im Sozialpädiatrischen Zentrum, bei jungen Kindern bis zur Einschulung und bei Bedarf auch mobil in den Kitas. Zur Untersuchung und Behandlung ist ein Überweisungsschein vom Kinder- oder Hausarzt notwendig. Termine in der Zeit von Montag bis Freitag nach telefonischer Vereinbarung.

Beratungsstelle für Vergiftungserscheinungen

Telefonische ärztliche Hilfe bei allen Vergiftungs- und Vergiftungsverdachtsfällen an allen Tagen des Jahres rund um die Uhr:

Giftnotruf Berlin: (030) 19 240

Weitere Informationen und Merkblätter: www.giftnotruf.de

Arztpraxen

Arztpraxen für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

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 auch von einer Hebamme durchgeführt werden. Dabei wird auch der Mutterpass ausgestellt.

- **Dr. Mahnaz Bakhtiari** 13581 Berlin, Klosterstrasse 23, Tel.: 33 30 93 34, www.gyn-berlinspandau.de
- **Dr. Oliver Belling** 13599 Berlin, Simonring 5, Tel.: 334 43 42
- **Mechthild Bischof, Babara Trapp** 14089 Berlin, Kladower Damm 221, Tel.: 36 99 22 87, www.frauenheilkunde-lebenswunder.de
- **Dr. Stefanie Freund** 13629 Berlin., Nonnendammallee 98, Tel.: 382 50 86
- **Christoph Eckert, Dr. Annike Bach** 13583 Berlin, Siegener Str. 57/59, Tel.: 362 20 08
- **Rike Born** 13629 Berlin, Nonnendammallee 95, Tel.: 382 30 00, www.frauenarztpraxis-born.de
- **Dr. Edda Fauck** 13585 Berlin, Falkenhagener Str. 52, Tel.: 333 20 59
- **MVZ Havelgynäkologikum: Dr. Christian Handrock, Dr. Karla María Leimbach, Dr. Timo Wagner** 14089 Berlin, Parnemannweg 15, Tel.: 365 10 44, www.frauenarzt-kladow.de
- **Dr. Carola Heimann, Hümeysra Gültekin** 13595 Berlin, Pichelsdorfer Str. 61, Tel.: 363 33 33
- **Dr. Kati Hasenbein, PD Dr. Gülten Oskay-Öczelik** 13597 Berlin, Markt 2-3, Tel.: 331 40 54
- **Carola Kadgien, Dr. Julia Stuttmann** 13581 Berlin, Klosterstr. 6/7, Tel.: 331 67 72
- **Robert Kräschell** 13591 Berlin, Brunsbütteler Damm 269, Tel.: 366 24 84, www.praxis-kraetschell.de
- **Dr. Beatrix Klingsöhr, Angelika Maaser, Dr. Susanne Müller-Fabian** 13581 Berlin, Seeburger Str. 8, Tel.: 35 10 53 00
- **Dr. Sorina Kunert, Inna Zarva** 13591 Berlin, Haberlandweg 4, Tel.: 372 52 84, www.praxis-dr-kunert.de
- **Dr. Kathrin Liebmann** 14089 Berlin, Sakrower Landstr. 29, Tel.: 36 43 30 - 87 und - 88
- **Dr. Thomas Prehn, Dr. Astrid Franke** 13597 Berlin, Breite Str. 18, Tel.: 333 68 07, www.frauenaerzte-berlin-city-spandau.de
- **Dr. Anne-Gabriele Rebholz** 13629 Berlin, Nonnendammallee 98, Tel.: 382 50 86
- **MVZ Ev. Waldkrankenhaus: Dr. Med. Miklos Szakács, Dr. Michael Meyer-Wilmes, Dr. Michael Ressel,** 13589 Berlin, Stadtrandstr. 555, Tel.: 370 227 400
- **Dr. Heiko Teichert** 13597 Berlin, Carl-Schurz-Str. 29, Tel.: 333 20 45
- **Steffen Walther** 13597 Berlin, Markt 1, Tel.: 333 31 61
- **MVZ Heerstrasse Nord: Kathrin Schenk-Losse, Antje Sonntag-Feldmann** 13593 Berlin, Obstallee 22a, Tel.: 343 337 150 praxis-gynaekologie@mvz-heerstrasse-nord.de

Arztpraxen für Kinder- und Jugendmedizin in Spandau

- **Kathrin Batsch, Dr. Friedericke Niermann**

13583 Berlin, Siegener Str. 57, Tel.: 372 32 06

Sprechzeiten: Termine nach telefonischer Vereinbarung. AB geschaltet

- **Dr. Thomas Selke, Dr. Anke Schneider, Dipl. med. Edda Bock**

13583 Berlin, Kemmannweg 27b, Tel.: 333 68 80, www.schneider-selke.de

Schwerpunkt: Kinderkardiologie, Sprachkenntnisse: englisch

Sprechzeiten: Mo., Di., Do., Fr. 09:00 - 11:00 Uhr / Mo., Di., Do. 15:00 - 16:00 Uhr / Mi. Vorsorge

- **Zeynep Ucta Sowa, Tom Haeusler, Dr. Daniel Balint Sowa**

13587 Berlin, Streitstr. 13, Tel.: 2000 490 220, www.kinderarztpraxis-spandau.de

zus. Sprachen: englisch

Sprechzeiten: Mo., Di., Do., Fr. 08:30 - 12:30 Uhr und Mo., Di., Do. 13:00 - 16:00 Uhr / Mi. nur Vorsorge

- **Martina Hammer (reine Terminpraxis)**

13589 Berlin, Stadtrandstr. 555 (MVZ d. Ev. Waldkrankenhauses), Tel.: 370 227 400

www.johannesstift-diakonie.de/medizinische-versorgung/mvz-evangelisches-waldkrankenhaus

zus. Sprachen: englisch, französisch

Sprechzeiten: Mo., Di., Mi., Do., Fr. 08:00 - 12:00 Uhr / Mo., Di., Do. 14:00 - 17:00 Uhr

- **PD Dr. med. habil. Frank Jochum**

13589 Berlin, Stadtrandstr. 555, Tel.: 37 02 -10 22

im Evangelischen Waldkrankenhaus Spandau, Haupthaus 3, 3. Etage

Sprechzeiten: Mo - Fr 07:30 - 15:00 Uhr, auch Privatpatienten nach telefonischer Vereinbarung

- **Dr. Anja Klitscher, Dr. Theodor Winkler**

13593 Berlin, Obstallee 22a, Tel.: 343 337 110, www.mvz-heerstrasse-Nord.de

kinderarztpraxis@mvz-heerstrasse-nord.de

zus. Sprachen: türkisch, englisch, französisch

Sprechzeiten: tägl. 09:00-13:00 und Mo, Di, Do 14:00-17:00

Akutsprechstunde: tägl. 11:00-12:30, Mo, Di 14:30-15:30 und Do 15:00-17:00

- **Dr. Meike Günther, Christian Thies (Schwerpunkt: Neuropädiatrie)**

13595 Berlin, Picheldorfer. Str. 61, Tel.: 361 17 13 und 362 50 46,

Online-Terminvergabe über doctolib.de, E-Mail: kinderarztpraxis-spandau@t-online.de

zus. Sprachen: englisch, italienisch, niederländisch,

Sprechzeiten: Mo. - Fr. 08:30 - 12:00 Uhr

Mo., Di., Do. 15:30 - 17:30 Uhr,

Mi 08:30 - 12:00 Uhr

- **Dr. Petra Koehne, Dr.med. Ayse Malerczyk-Aktas,
Dr.med. Akosoa Sarpong-Bengelsdorf**

13627 Berlin, Reichweindamm 31, Tel.: 345 20 71

zus. Sprachen: englisch, arabisch, türkisch

Sprechzeiten: Akutannahme bis 12:00 Uhr

Mo. - Fr. 09:00 - 11:00 Uhr / Mo., Di., Do. 15:00 - 17:00 Uhr / Mi. nach Vereinbarung

- **Praxis für Kinder- und Jugendmedizin im MVZ Havelhöhe –**

14089 Berlin, Kladower Damm 221, (Haus 8), Tel.: 343 334 200, www.mvz-havelhoehe.de

Prof. Dr. Anja Borgmann-Staudt,

zus. Sprachen: englisch, französisch

Sprechzeiten: Mo. - Fr.. 09:00 - 13:00 Uhr / Mo., Di. Do. 14:00 - 17:00 Uhr

- **Dr. Stephan Wienhold, Dr. Anna Bohmeyer**

14089 Berlin, Imchenallee 46, info@kinderarztpraxis-kladow.de, www.drwienhold.de

zus. Sprachen: englisch

Sprechzeiten: Mo.- Do. 09:00 - 12:00 Uhr / Fr. 09:00 - 13:00 Uhr / Mo., Di., Do. 15:00 - 18:00 Uhr



Arztpraxen für Kinder- und Jugendmedizin in Falkensee und Hennigsdorf

• Dr. med. Jan Christian Dieckhöfer

14612 Falkensee, Hansastr. 12, Tel.: (0 33 22) 24 33 13, www.kinderarzt-dieckhoefer.de

zus. Sprachen: englisch

Sprechzeiten: Mo., Di., Mi., Do., Fr. 08:00 - 12:00 Uhr sowie Mo., Do. 15:00 - 18:00 Uhr
Dienstag 15:00 - 18:00 Uhr nach tel. Vereinbarung

• Lars Herbst

14612 Falkensee, Poststr. 48 - 50, Tel.: (0 33 22) 20 03 66

Sprechzeiten: Mo., Di., Do., Fr. 09:00 - 12:00 Uhr
Mo., Do. 15:00 - 18:00 Uhr
Mi. nach Vereinbarung

• Karsten Kördel

14612 Falkensee, Bahnhofstr. 64, Tel.: (0 33 22) 233 22 38

E-Mail: team@kinderarzt-kördel.de, www.praxisgemeinschaft-falkensee.de

Sprechzeiten: Mo., - Fr. 08:30 - 12:00 Uhr sowie
Mo., Di., Do 14:00 - 17:00 Uhr

• Dr. Claudia Lindner, Dr. Nadine Elgeti

16761 Hennigsdorf, Berliner Str. 77a, Tel.: (0 33 02) 80 12 93

Sprechzeiten: Mo., Di., Mi., Do. 08:00 - 12:00 Uhr
Mo., Di., Do. 14:00 - 18:00 Uhr
Fr. 08:00 - 12:00 Uhr

• Dr. med. Titus Mbah Sabi

14612 Falkensee, Bahnhofstr. 64, 2. OG, Tel.: (0 33 22) 842 12 22

E-Mail ped.cardio2018@gmail.com, www.kinderarztpraxis-falkensee.de

Sprechzeiten: Mo., Do. 08:00 - 12:30 Uhr und 14:30 - 17:00 Uhr
Di. nach Vereinbarung
Mi., Fr. 08:00 - 14:00 Uhr

• Claudia Wolf

14612 Falkensee, Bahnhofstr. 64, Tel.: (0 33 22) 22 0 69

Sprechzeiten: Mo. - Fr. 08:00 - 12:00 Uhr
Di. 14:30 - 18:00 Uhr
Do. 14:30 - 17:00 Uhr
Annahmeschluss 1 Stunde vor Sprechstundenende



STARKE NERVEN ...



... brauchen auch mal Unterstützung!
Unsere Beratungsangebote sind für Sie da – mehr denn je.

**Anonym &
kostenlos**

bke-elternberatung.de
bke-jugendberatung.de
Mail – Chat – Forum

Elterntelefon 0800 111 0 550
Kinder- und Jugendtelefon 116 111
nummergegenkummer.de

Telefonseelsorge 0800 111 0 111
 und 0800 111 0 222
 telefonseelsorge.de

Telefonberatung Psychische Gesundheit
 0800 2322783
 infektionsschutz.de/beratung

Hilfetelefon „Schwangere in Not“
 0800 40 40 020
 schwanger-und-viele-fragen.de

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“
 08000 116 016
 hilfetelefon.de

Hilfetelefon Sexueller Missbrauch
 0800 22 55 530
 nina-info.de

Weitere Beratungsangebote unter: elternsein.info



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Bundesstiftung
Frühe Hilfen

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung
BZgA

Internet-Angebote

- **www.afs-stillen.de**

Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen e.V.

- **www.babysitter-express.de**

Vermittlung von professionellen Babysitterinnen in Berlin

- **www.berlin.de/ba-spandau/politik-und-verwaltung/beauftragte/menschen-mit-behinderung**

Übersicht über die Spandauer Spielplätze sortiert nach Ortsteilen, Datenbank mit Filtermöglichkeiten

- **www.berlin.de/sen/jugend/**

Informationen zur Berliner Familienpolitik, Kindertagesbetreuung, über finanzielle Leistungen sowie zum Thema Sorgerecht und Unterhalt

- **www.bke-elternberatung.de**

Onlineberatung der Bundeskonferenz für Erziehungs- u. Familienberatung e.V.

- **www.familienplanung.de**

- **www.familienratgeber.de**

Informations-Portal für Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen der Aktion Mensch e. V.; u.a. zu den Themen Frühförderung, Kita, Integrationssport

- **www.familien-wegweiser.de**

Online-Portal des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend mit Informationen zu gesetzlichen Regelungen, Elterngeldrechner, Kinderbetreuung ...

- **www.fruehe-hilfen-spandau.de**

Homepage der Frühen Hilfen im Bezirk Spandau

- **www.geburt-vertraulich.de**

Schwangere in Not – anonym und sicher, Kostenfreies Hilfetelefon 0800 - 40 40 020

- **www.gesund-ins-leben.de**

Als Eltern möchten Sie Ihrem Nachwuchs einen gesunden Start ermöglichen.

Das Netzwerk Gesund ins Leben unterstützt Sie dabei – mit einheitlichen, verständlichen und leicht umsetzbaren Empfehlungen zu einer ausgewogenen Ernährung und zur Vorbeugung von Allergien.

- **www.kinderaerzte-im-netz.de**

Kinder- u. Jugendarzt-Suche über PLZ, Ort o. Namen, bundesweite Suche nach Kinder- u. Jugend-Rehakliniken

- **www.kindergesundheit-info.de**

Online-Portal der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

- **www.kinderschutznetzwerk-berlin.de**

Informationen, Materialien und Kontaktdaten zum Kinderschutz in Berlin

- **www.kindersicherheit.de**

Informationen der Bundesarbeitsgemeinschaft „Mehr Sicherheit für Kinder e.V.“ zu einem sicheren Zuhause, zum Umgang mit Produkten, zur Kindersicherheit und zur Ersten Hilfe bei Unfällen mit Kindern.

- **www.kita-nordwest.de**

Kindertagesstätten in Charlottenburg-Wilmersdorf, Reinickendorf und Spandau

- **www.online-probleme-loesen.de**

Online-Beratungsteam der Erziehungsberatungsstelle Ev. Johannesstift Jugendhilfe gGmbH Berlin-Spandau
Beratung von Jugendlichen, Eltern und Familien – vertraulich, anonym und kostenfrei

- **www.pausentaste.de**

- **www.rund-ums-baby.de**

- **www.schatten-und-licht.de**

Schatten & Licht e.V.: Selbsthilfe-Organisation mit Informationen und (telefonischen) Beratungsangeboten zu peripartalen psychischen Erkrankungen (Krise rund um die Geburt, Baby-Blues, Depressionen nach der Geburt)

- **www.stillen.de**

- **www.vamv.de / www.vamv-berlin.de**

Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V.

- **[Baby-Berlin App](#)**

www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/

[berlin/aufgaben-angebote-und-schwerpunkte/baby-berlin-app](#)

Die kostenlose App für die Schwangerschaft und Zeit nach der Geburt bietet Termine, Adressen und Infos in allen Berliner Bezirken.



Aktuelle Broschüren

Folgende Broschüren und Infokarten stehen zum Download zur Verfügung und können – sofern nicht vergriffen – kostenlos beim Herausgeber (siehe Impressum S. 2) angefordert werden:

- **Angebote für werdende Mütter und Väter, Familien mit Säuglingen und kleinen Kindern in Spandau 2023/2024**
- **Schwangerschaft und Geburt im Bezirk Spandau**
- **Gesund aufwachen, leben und älter werden in Spandau**
- **Wegweiser für Spandau „Selbsthilfe“**
- **„Willkommen in Spandau“ - Wegweiser für Zuwanderinnen und Zuwanderer**
- **Notfallkarte „Gewalt in der Familie“**
- **Infokarte „Suchtprävention/Suchthilfe“**

Die Broschüren können über den QR-Code oder über den folgenden Link heruntergeladen werden:

www.berlin.de/ba-spandau/service/publikationen/artikel.234109.php



Folgende Broschüre kann im Spandauer Jugendamt bei der Netzwerkkoordination Frühe Hilfen kostenlos unter der Telefonnummer 90 279 3272 bestellt oder unter www.fruehe-hilfen-spandau.de heruntergeladen werden:



- **Fahrplan „Rund um die Geburt“ – Informationen für (werdende) Eltern**
Der Fahrplan stellt dar, was in der Schwangerschaft und nach der Geburt eines Kindes bedacht, welche Dinge erledigt werden müssen, was an finanziellen und materiellen Hilfen wann und wo beantragt werden kann und welche Unterlagen dazu erforderlich sind.

Folgende Broschüren sind im Bürgeramt und im Bereich der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit im Rathaus Spandau kostenlos erhältlich:

- **Spandauer Sportvereine**
- **Spandauer Freizeitbroschüre (Spielplätze, Sport, Natur, Freizeit)**
- **Spielplätze im Kiez**

IHRE NOTFALLKARTE

Hotline Kinderschutz:

030 61 00 66

(24 h erreichbar)

**Kinderärztlicher und ärztlicher
Bereitschaftsdienst:**

030 116 117

(24 h erreichbar)

**Kinderrettungsstelle
Evangelisches Waldkrankenhaus:**

030 3202 2828

(24 h erreichbar)





Frühe Hilfen rund um die Geburt

- Netzwerk Gesund aufwachsen in Spandau

