



Gesund Aufwachsen in
Charlottenburg-Wilmersdorf

Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf

Viele Akteure, ein Ziel: Gleiche Chancen für alle Kinder



NEWSletter #2:
**Das Projekt nimmt
Fahrt auf**

INHALT

Grußwort	Seite 2
Das Projekt nimmt Fahrt auf	Seite 3
Gut im Leben ankommen	Seite 4
Früh geborgen – kleine Unterstützung	Seite 6
Impressum	Seite 8



Carsten Engelmann,
Stellvertretender Bezirksbürgermeister
und Bezirksstadtrat,
Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf

Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer des Workshops „Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf“, sehr geehrte Damen und Herren,

Ich freue mich, Ihnen heute den zweiten Newsletter des Projektes „Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf“ vorstellen zu können. Er informiert zu einzelnen Projekten des Netzwerks und präsentiert die Umsetzung der Ergebnisse des Workshops vom 01.03.2017.

Wir können Ihnen berichten, dass seit Dezember 2017 eine Babylotsin im Martin-Luther-Krankenhaus tätig ist. Auch die DRK-Kliniken haben ihr Interesse an einer Babylotsin geäußert, sodass die Chance besteht, eines Ihrer wichtigsten Ergebnisse zu erreichen: Babylotsinnen in allen Geburtskliniken im Bezirk!

Wir stellen Ihnen Frau Bergner, die Kinderkrankenschwester des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes (KJGD) und ihre Tätigkeit in diesem Newsletter vor. Sie besucht, zusammen mit einer Kollegin, die Entbindungsstationen der bezirklichen Kliniken und informiert die Wöchnerinnen über die Angebote des KJGD.

Damit konnten wir das auf dem letzten Workshop gesteckte Ziel der Präsentation eines umfassenden Angebots aus dem KJGD gleich nach der Geburt eines Kindes inzwischen weitgehend umsetzen.

Sie als unsere Partnerinnen und Partner im Projekt haben in unseren künftigen Newslettern die Möglichkeit, sich und Ihre Organisation mit den Aufgaben vorzustellen. Den Anfang hat die Leiterin Fr. Leitner des Trägers „Weg der Mitte“ gemacht und wir möchten uns an dieser Stelle herzlich dafür bedanken!

Diese Möglichkeit, Ihr Angebot vorzustellen, dient dem Austausch unter Ihnen, daher informieren Sie uns bitte, wenn Sie diese Gelegenheit nutzen wollen. Wir geben Ihnen gern die Möglichkeit.

Sie sehen, Ihre Wünsche aus dem Workshop haben wir als Auftrag für uns gesehen und mit der Umsetzung begonnen. Die Zeit zwischen den Newslettern konnten wir erfolgreich nutzen und Ihnen deshalb bereits erste Ergebnisse aufzeigen. Wir werden weiter an den Themenfeldern arbeiten und versuchen die nächsten Ziele zu erreichen. Im nächsten Workshop im Herbst 2018 werden wir dazu berichten.

Charlottenburg-Wilmersdorf profitiert auch in diesem Jahr von Mitteln des Senats für die gesundheitliche Prävention, die den Bezirken im Rahmen des Präventionsgesetzes zur Verfügung gestellt wurden, dem sog. Aktionsprogramm Gesundheit.

Wir freuen uns, dabei auch die Erfahrungen der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Berlin (KGC) weiter nutzen zu können, die uns bei der Planung und Steuerung des Prozesses unterstützt. Sie befindet sich unter der Trägerschaft von Gesundheit Berlin Brandenburg e.V., Dafür sind wir dankbar.

Wir hoffen, dass wir das Projekt weiter mit Ihrer Beteiligung gestalten können.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen des Newsletters. Und sprechen Sie uns gerne an, wenn sie Ideen für das Projekt, den Newsletter und die Vorstellung Ihrer Angebote haben.

Mit freundlichen Grüßen

Carsten Engelmann

A close-up photograph of a baby with light hair and blue eyes, wearing a pink and white outfit. The baby is looking intently at a colorful toy hanging in front of them. The toy consists of several rings in red, blue, and green, suspended from a central point. In the background, other people and toys are visible but out of focus.

Save
the DATE

28. November 2018

Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf

Das Projekt nimmt langsam Fahrt auf – erste kleine Schritte mit hoffentlich großer Wirkung

Im Projekt „Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf“ wollen wir Ihnen die Informationen zum Stand der Umsetzung und der Planungen in Form von Newslettern präsentieren. Wir können Ihnen heute die zweite Ausgabe des Newsletters überreichen.

In dieser Ausgabe stellen sich einzelne Akteure/innen des Projektes mit ihren Aufgaben vor und beginnen damit eine Serie, die nach und nach alle Partnerinnen und Partner, alle Träger und Institutionen, alle Fachdienste und Organisationen des Projektes präsentieren soll. Wir wollen damit die Möglichkeit schaffen, die Aufgabenfelder der Projektpartner/Innen besser kennenzulernen und mögliche Vernetzungen zu fördern. Dies ist eines der Hauptziele des Projektes. Gerne laden wir Sie ein, auch Ihre Angebote vorzustellen.

Was ist in der Zwischenzeit, seit der ersten Ausgabe im letzten Jahr, geschehen? An welchem Punkt im Projekt stehen wir?

Carsten Engelmann hat Ihnen bereits von ersten Ergebnissen berichtet. Es galt, noch viele weitere Themen zu bewegen, z.B. die Phase des Übergangs von der Kita in die Schule für die Kinder und deren Eltern neu zu gestalten sowie den medizinischen Austausch zwischen dem öffentlichen Gesundheitsdienst und den niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten mehr zu fördern. Zur Gestaltung des Übergangs von der Kita in die Schule haben wir Kontakt zur Schulaufsicht im Bezirk und dem Jugendamt aufgenommen. Wir erhielten viele Informationen über bestehende Planungen der beiden Dienste, die eine Arbeitsgruppe zu diesem Thema gebildet hatten. Im Rahmen von 2 Fachtagen im Bezirk

fand zu dieser Lebensphase mit allen beteiligten Fachdiensten aus Kita und Schule sowie dem Gesundheitsbereich im März 2018 ein Austausch statt. Die Ergebnisse sollen im nächsten Workshop vorgestellt werden.

Zur besseren Information der Ärztinnen und Ärzte haben wir ein halbjährliches Treffen etablieren können, auf dem regelmäßig über Neuigkeiten aus dem Öffentlichen Gesundheitsbereich, aber auch zu den Entwicklungen der Frühen Hilfen, zur Kinder- schutzambulanz und den Verfahren im Kinderschutz, gesetzli- chen Änderungen und vielem mehr informiert wird. Gleichzeitig besteht die Gelegenheit, Themen und Fragen der niedergelasse- nen Ärztinnen und Ärzte zu besprechen und zu klären. Wir freuen uns über das regelmäßige Interesse!

Einen weiteren Aspekt des Projektes „Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf“ bildet die Sichtweise der Ziel- gruppe, der Mütter und Väter mit ihren Kindern. Dazu wurde das Projekt in der Charité, dem FB Gesundheits- und Pflegewis- senschaften, in einem Bachelor-Seminar vorgestellt. Mehrere Studentinnen konnten daraufhin für eine Befragung der Ziel- gruppen in Rahmen von qualitativen Interviews gewonnen wer- den. Die Ergebnisse sollen nach den Sommerferien vorliegen und die Studentinnen sind bereit, sie uns vorzustellen.

Wir möchten unsere Themen, Ergebnisse und Erfolge gern mit Ihnen teilen und hoffen, Sie im Herbst zu unserer Folgeveran- staltung begrüßen zu können. Unser Planungstermin ist der **28. November 2018**. Bitte merken Sie sich den Termin gerne schon vor.



Gut im Leben ankommen



Bei der offenen Stillgruppe gibt Kinderkrankenschwester Bettina Bergner Tipps nicht nur zum Stillen

Eine Reihe von Kinderwagen parkt vor der Tür. Aus den sonst so amtlichen Räumen dringt lautes Gekreische und Gegluckse. Im Vorraum stecken drei Frauen die Köpfe zusammen, lachen beschwingt und heiter. Die nassen Schuhe und die Alltagssorgen haben die sechs Mütter, die an diesem Vormittag in der Stillgruppe im Charlottenburger Rathaus zusammen gekommen sind, draußen gelassen. Stattdessen sitzen Sie in bequemen Socken und im Schneidersitz auf den Turnmatten, während die Kleinen im sicheren Umfeld die Welt erkunden. Und sowieso, ist man hier auch mit seinen kleinen und großen Sorgen nicht allein: Die einen diskutieren über die neuesten Entwicklungsschübe der Kinder, andere wiederum darüber, wie schwierig es ist, einen Kita-Gutschein zu bekommen. Mitten im Leben fühlt man sich bei der offenen Stillgruppe in den Räumen des Gesundheitszentrums Charlottenburg.

Lena und Luca, Marie und Sophie, und Sam, die in der Langversion Samantha heißt. Sie alle eint eines: Sie haben Kinder, die noch gestillt werden, sie genießen den Austausch und lauschen den Tipps von Bettina Bergner, der Kinderkrankenschwester und Stillberaterin des Gesundheitsdienstes. Obwohl: An Lauschen ist eigentlich nicht zu denken, denn die meisten Kinder entdecken gerade lautstark die kleine Welt. Klappern mit Bauklötzchen, sabbern in Spucktücher, plappern angeregt.

Ankommen, das können die Frauen hier. Durchatmen. Den Alltag mal draußen lassen – vor der dicken Amtstür. Hier können sie offen über Still- und andere Probleme reden, fragen Fragen, ohne

gleich Sätze an den Kopf geworfen zu bekommen wie: „Was, der Kleine schläft immer noch nicht durch. Also früher war das ganz anders.“ Oder auch ganz beliebt: „Unsere Tochter hat schon mit zwei Wochen von 9 bis 8 durchgeschlafen...“ Hier bei Bettina Bergner dürfen sie sein, was sie sind: besorgte, ja manchmal auch überforderte Mütter.

Der jungen Irakerin beispielsweise, die mit ihrem Mann in einer Flüchtlingsunterkunft lebt, hat keiner gesagt, wie das mit dem Stillen funktioniert. Und sie hätte es sich auch nie getraut, andere Frauen dort zu fragen. Wie gut, dass es am Martin-Luther-Krankenhaus im Berliner Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf eine Babylotsin gibt.

Sie begrüßt die frischen Mütter und ihre Kleinen, fragt, ob Hilfe benötigt wird und vermittelt eben auch Hilfe – wie bei der jungen Irakerin. Das Kind trinke immer nur aus der einen Brust, erzählt diese, die andere Brust lehne sie ab. Bettina Bergner überlegt eine kurze Weile, steht auf und kommt mit einem bunten Stillkissen zurück, das sie der Mama an die rechte Hüfte legt. „Wenn die Kleine in der gleichen Körperhaltung an der anderen Brust angelegt werden kann, dann klappt es vielleicht“, sagt sie. „Mag sein, dass sie den Kopf nicht so gerne in die andere Richtung dreht.“

Oft sind es die kleinen Tipps, die helfen – und die kleinen Dinge, die den Blick auf die eigene Welt verändern. Sam beispielsweise war am Anfang sehr verschlossen und zurückhaltend – wohl, weil sie zu der Kategorie Mama gehört, die hierzulande wohl als „Spätgebärende“ bezeichnet wird. Sam war sich zuerst nicht sicher, ob sie mit den jungen Müttern warm werden würde – heute

ist sie mit ihrer Lebenserfahrung so etwas wie die Beraterin der jungen Frauen in allen Beziehungsfragen.

„Das tut ihr sehr gut und gibt ihr auch für zuhause Selbstbewusstsein mit“, sagt Bettina Bergner. Ähnlich ist es bei Sophie: Die schüchterne Französin war am Anfang nicht nur wegen der sprachlichen Barriere zurückhaltend und eher still: „Die Französinen haben einen ganz anderen Umgang mit Kindern als wir“, sagt Bergner und beschreibt das so: „Da müssen Kinder einfach funktionieren. Die Mütter bleiben nach der Geburt nicht lange zuhause, sondern gehen meist schnell wieder arbeiten. Stillen ist da nur am Rande ein Thema.“ Sophie hat sich deshalb gar nicht getraut, in ihrem familiären Umfeld nach Rat zu fragen. Von einer Freundin hatte sie aber den Tipp bekommen, mal in der Stillgruppe vorbeizuschauen. „Das war ihr großes Glück, dass sie recht früh zu uns gekommen ist, so hat sie doch zum Stillen gefunden“, erzählt Bettina Bergner.

Viel zu oft, so die gelernte Kinderkrankenschwester, würden Frauen beim Stillen zu schnell aufgeben, hätten Hemmungen oder ein schlechtes Gewissen, weil es nicht klappt. Dabei müsse

auch der natürlichste Weg der Welt, sein Neugeborenes zu ernähren, manchmal einfach „gelernt und geübt“ werden. „Jede Frau ist anders – jedes Kind ist anders. Da gibt es keine Regeln, da gibt es kein Standardangebot. Was wir hier versuchen, ist, auf jede der Frauen einzugehen, ihr Anleitung und Unterstützung zu geben.“

Neben der Stillgruppe berät Bettina Bergner auch telefonisch oder bei einem Hausbesuch zu allen Themen rund ums Stillen. Das beinhaltet auch Einführung der Beikost, Stillen und Arbeiten und Abstillen. Ganz besonders am Herzen liegt der Stillberaterin die Vorbereitung auf das Stillen. Mit dem Familienzentrum Jungfernhede besteht eine enge Zusammenarbeit. Auch dort berät Bettina Bergner und ihre Kollegin 2-mal im Monat – montags und donnerstags im Wechsel.

Lena und Luca, Marie, Sophie und Sam und ganz viele andere Mütter in Charlottenburg-Wilmersdorf nehmen dieses Angebot gerne an. Und ihre Kleinen freuen sich obendrein über die ersten Turnmatten-Bekanntschaften aus denen gerne später auch Sandkastenfreundschaften werden.

Offene Stillgruppe

Zeit: Mittwoch 12:00 bis 14:00 Uhr

Telefonsprechstunde:

Dienstag 10:00 bis 12:00 Uhr

Ort: Raum 51, Rathaus Charlottenburg,
Eingang: Alt-Lietzow 18



Mehr Informationen zum offenen Stillkurs des Kinder- und Jugend-Gesundheitsdienstes in Charlottenburg-Wilmersdorf:

Bettina Bergner, Kinderkrankenschwester,
Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf
von Berlin, Kinder- und Jugendgesund-
heitsdienst **Tel.: 030. 9029-16256**

„Früh geborgen“: Kleine Unterstützung für die großen Fragen

Anworten und ganzheitliche integrative Begleitung erfahren

Die Sozialen Dienste des gemeinnützigen Vereins WEG DER MITTE für ganzheitliche Gesundheit, Bildung und Soziales bieten seit 1988 umfassende Unterstützung rund um die Familie – von Jung bis Alt.

Uns liegt es am Herzen, dass Kinder geborgen aufwachsen können, dass Eltern in ihrer Erziehungsaufgabe angemessen unterstützt werden und auch in schwierigen Lebenssituationen, - bei Krankheit und in persönlichen Krisen, Hilfe und Begleitung bekommen.

Die Angebote im Bereich Gesundheitsförderung, Prävention und Gesundheitshilfe sind u.a.:

- Ganzheitliche Familienpflege und nachgeburtliche Betreuung § 38 SGB V
- Betreuung und Versorgung von Familien in Notsituationen § 20 SGB VIII

Ein interdisziplinär arbeitendes, professionelles Team unterstützt Berlinweit Familien in Notsituationen (§ 20 SGB VIII) und im akuten Krankheitsfall eines Elternteils (§ 38 SGB V). Eine chronische oder akute Erkrankung, eine komplizierte Geburt oder eine Wochenbettdepression kann dazu führen, dass Haushalt und Kinder nicht mehr in ausreichendem Maße versorgt werden können. Die MitarbeiterInnen des WEG DER MITTE unterstützen, übernehmen die Versorgung und Betreuung der Kinder und führen den Haushalt weiter. Sie sind professionell geschult und arbeiten ganzheitlich. Sie verfügen über gute Kochkenntnisse und achten – wenn gewünscht - auf eine vollwertige gesunde Ernährung. Sie sind vertraut mit dem Zubereiten vegetarischer und veganer Kost. Der Familienpflegedienst ist spezialisiert auf Einsätze:

- In Familien mit Neugeborenen
- In Familien mit zu früh geborenen Kindern
- In Familien mit Mehrlingsgeburten
- Bei spezifischen Problemlagen

Zusätzlich qualifizierte ElternbegleiterInnen im WEG DER MITTE-Team, die im Rahmen des Bundesprogramms „Elternchance ist Kinderchance“ fortgebildet wurden, stehen Eltern zur Seite und

geben praktischen Rat zu Erziehungsfragen und zu allgemeinen Fragen der Bildung.

■ HOT- HaushaltsOrganisationsTraining

Das HaushaltsOrganisationsTraining ist ein Trainingsprogramm für Familien, denen es aus eigenen Kräften nicht gelingt, die hauswirtschaftliche Versorgung und Alltagsorganisation ihrer Familie zu bewältigen. HOT ist eine qualifizierte und alltagsnahe Unterstützung um ihre Lebenslage zu verbessern, Versorgungsstrukturen für alle Familienmitglieder – insbesondere für die Kinder – nachhaltig zu sichern und damit die Lebensqualität der gesamten Familie zu verbessern.

Projekt „Früh geborgen“ – ganzheitliche integrative Begleitung für Familien mit Frühgeborenen

Besonders die ersten Tage nach der frühen Geburt sind für die Eltern prägend. Die Eindrücke der Intensivmedizin, das Erleben des Krankheitsverlaufes des Kindes und das Überwinden der Unsicherheit im Kontakt mit ihren „kleinen, großen Kämpfern“, erfordert viel Kraft. Nach der Entlassung aus der Klinik übernehmen die Eltern ohne medizinische Vorkenntnisse zu Hause die Verantwortung für ihre Kinder. Nicht selten entstehen erhöhte Anforderungen im Alltag (Amts-, Arzt-, Therapietermine). Das Projekt richtet sich an alle Familien mit zu früh geborenen Kindern, vom Zeitpunkt der Klinikentlassung bis zum Eintritt in die Schule und bei Bedarf darüber hinaus.

Die MitarbeiterInnen bieten praktische Unterstützung in der Baby- und Kinderpflege, beraten bei Fütterstörungen und Stillproblemen. Bei Bedarf begleiten sie die Familie aktiv auch außer Haus zu Ämtern und Ärzten. Der besonders einfache und unbürokratische Zugang des Konzeptes kommt den Familien zu Gute. Das Projekt „**Früh geborgen**“ sichert den familiären Alltag, ermittelt Bedürfnisse und Ressourcen und berät, z. B. zu Frühförderung und Bildungsübergängen in Kindergarten und Schule.

Präventionskurse für Kinder und Jugendliche

Von den Krankenkassen als Präventionskurse anerkannte BenefitYoga®-Kurse, für Kinder, Jugendliche und speziell für Mädchen.



www.wegdermitte.de/sozialdienste



WEG DER MITTE gem. e.V.
Ahornstraße 18, 14163 Berlin,
www.wegdermitte.de/sozialdienste
Tel.: 030. 814 10 67, fam@wegdermitte.de

Weitere Informationen:
Sabine Leitner
Projektkoordination „Früh geborgen“,
leitner@wegdermitte.de



Save
the DATE
28. November 2018

TERMINE

Bei Interesse nutzen Sie bitte folgende
Rufnummer: 030. 9029-13666

- 1. Willkommensveranstaltungen für Eltern zur Geburt ihres Kindes: Vorstellung der Angebote und Dienste für Familien „Rund um die Geburt“.**

Datum: 08.09.2018 von 14:30 bis 17:00 Uhr

Ort: Familienzentrum, Kastanienallee 4, 14050 Berlin

Datum: 17.09.2018 von 10:00 bis 13:00 Uhr

Ort: Familienzentrum groß&KLEiN,
Düsseldorfer Str.3, 10719 Berlin,

- 2. FACHTAG:**
„Frühe Hilfe für Eltern mit seelischen Erkrankungen und/oder Belastungen“

Datum: 10.10.2018 von 9:00 bis 14:00 Uhr

Anmeldung bis zum 28.09.2018

per E-Mail an: fruehehilfen@charlottenburg-wilmersdorf.de
oder per Fax an 030. 9029-14819 zurück.

- 3. Gruppenangebote „im Haus des Säuglings“**

Rückbildung mit Kind

Datum: Montag 10:00 bis 11:00 Uhr/11:15 bis 12:15 Uhr

Ort: Standort Charlottenburg, Raum 45,
Alt-Lietzow 18, 10585 Berlin

Offene Stillgruppe

Datum: Mittwoch von 12:00 bis 14:00 Uhr

Ort: Raum 45, Alt-Lietzow 18, 10585 Berlin

Babymassage (Kostenbeteiligung erforderlich)

Datum: Dienstag von 10:00 bis 11:30 Uhr

Ort: Raum 45, Alt-Lietzow 18, 10585 Berlin

Spiele Lernen Gruppen

Ein Kooperationsprojekt mit der Bürgerstiftung Berlin,
mehrere Gruppen, verschiedene Altersstufen

IMPRESSUM

Verantwortlich für den Inhalt:

Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf
von Berlin
Gesundheitsamt – Ges FB 1 L
Heike Dillner-Nweke
Leitung des Fachbereichs für Gesundheits-
förderung, Prävention und Gesundheitshilfe
für Kinder und Jugendliche

Hohenzollerndamm 174–177, 10713 Berlin
Telefon: 030. 9029-16021, Fax 030. 9029-16026
Mail: cw503100@charlottenburg-wilmersdorf.de

Bildnachweise:

Titel: Luis Louro/Fotolia
Rückseite: Johanna Pohl

Seite 3: Kzenon/Fotolia
Seite 4: Kzenon/Fotolia
Seite 4: Alexander Potopov/Fotolia
Seite 5: yanalya/Freepik
Seite 7: grafikplusfoto/Fotolia

Alle abgelichteten Personen waren
mit der Veröffentlichung einverstanden.

Datenschutzerklärung: Wenn Sie uns eine E-Mail
senden, so erheben, speichern und verarbeiten
wir Ihre Daten nur, soweit dies für die Abwicklung
Ihrer Anfragen und für die Korrespondenz mit
Ihnen erforderlich ist. Wir behandeln Ihre Daten
entsprechend den Bestimmungen des Daten-
schutzrechts und treffen generell größtmögliche
Vorkehrungen für deren Sicherheit.

Wir weisen darauf hin, dass beim Versand von
E-Mails die Datenübertragung über das Internet
ungesichert erfolgt und die Daten somit theo-
retisch von Unbefugten zur Kenntnis genommen

oder auch verfälscht werden könnten.
Die angegebenen Kontakt-E-Mail-Adressen
sind noch nicht für E-Mails mit digitaler
Signatur vorbereitet.