

Frankfurt mein Zuhause

PORADNIK ŻYCIA Z DZIECKIEM



W rubryce
„Pakiet powitalny” na
www.frankfurter-kinderbuero.de
znajdziesz tę broszurę również
po angielsku, hiszpańsku, francusku,
niemiecku i turecku.

CZEGO POTRZEBUJE
DZIECKO

PORADNIA DLA DZIECI
PŁACZĄCYCH

TELEFON PRZYDATNY
DLA RODZICÓW

POŁOŻNE

ZASIŁKI DLA RODZICÓW

FRANKFURTER

KINDER

BÜRO





Böööö

ah!

Kinderbüro gratuluje z okazji narodzin dziecka.

FRANKFURTER
KINDER
BÜRO



Drodzy Rodzice,

Przyjmijcie nasze gratulacje z okazji narodzin dziecka. Aby pierwsze kroki w nowym życiu rodzinnym były łatwiejsze, przedstawiamy w tej broszurce wiele przydatnych wskazówek, adresów i numerów telefonów. Informujemy o tym, co Frankfurt ma do zaoferowania rodzinom. Niezależnie od tego, czy wychowujecie dziecko samotnie, czy we dwoje, w jakiej części Frankfurtu mieszkacie i gdzie kulturowo tkwią Wasze korzenie: Frankfurt to miasto rodzinne. Tworzenie dobrych warunków do życia, radości i miłości jest dla nas rzeczą najważniejszą.

Życzymy Wam, aby ten nowy rozdział życia był jak najbardziej ekscytujący, szalony oraz aby dostarczył Wam najwspanialszych przeżyć.



Sylvia Weber
Dezernentin für Integration und Bildung



Spis treści



Das Kinderbüro (Biuro ds. Dzieci) 8

Das Familien-Info-Café (Info-Café dla Rodzin) 10

Przewodnik „Wczesna pomoc” 10

**Asystenci rodziny:
zawsze dostępni w razie potrzeby 11**

Powrót ze szpitala do codzienności 12

Odnaleźć się w codzienności 14

Czas na sprawy „papierkowe” (lista ważnych rzeczy) 14

Co jest nam potrzebne na co dzień i gdzie to znajdziesz 16

Co sprawia radość i działa pozytywnie 16

Jak rozmawiać ze swoim dzieckiem? 18

Gdy niemowlę płacze 20

Nigdy nie potrząsaj dzieckiem! 21

Matki poniżej 18 lat 22

Znowu w ciąży? 22

Jeśli sam wychowujesz swoje dziecko 23

Gdy w związku zaczyna zgrzytać 23

Kiedy rodzice potrzebują rady 23

Różnorodność się liczy! 24

Chowanie się z niepełnosprawnością 24

Ludzie z ponad 180 krajów 25

Tęczowe rodziny 25

Jak mam czyścić ząbki mojemu dziecku? 26

U nas wygląda to trochę inaczej 27

Boję się, kiedy mama i tata się kłócą 28

Ja wcale nie chciałem/ -am uderzyć mojego dziecka 28

Położne rodzinne pomagają na co dzień 29

Jest tak wiele różnych narkotyków i nałogów 29

Jak pogodzić rodzinę z pracą 30

Osoby uczące się zawodu i osoby pracujące

(obojsza płci) mają prawo do urlopu wychowawczego 30

Matki i ojcowie, którzy otrzymują zasiłek dla bezrobotnych (Hartz IV) 31

Matki i ojcowie zgłoszeni w agencji pracy

lub poszukujący możliwości powrotu do pracy 31

Nauka zawodu i studiowanie z dzieckiem 32

Ochrona przed wypowiedzeniem 33

Gdy dziecko jest chore 33

Kto zajmie się moim dzieckiem, jeśli zachoruję 33

Wszystko, co dotyczy opieki nad dzieckiem 34

Lista ważnych rzeczy: „Przygotowanie opieki nad dzieckiem” 35

Jak długo musimy czekać na miejsce,

ile to kosztuje i gdzie otrzymamy pomoc finansową? 36

Sytuacje nagłe 36

Formy opieki – tabela 37

Kochane pieniądze 38

Zasiłek rodzinny 38

Zasiłek wychowawczy 39

Zasiłek wychowawczy plus 39

Dodatek na dziecko 40

Zasiłek alimentacyjny 40

Kiedy sytuacja finansowa jest trudna 41

Karnet rabatowy Frankfurt-Pass 42

Kwestie zasiłku dla bezrobotnych (Hartz IV) 42

Pakiet edukacji i współuczestnictwa 42

Kiedy mieszkanie staje się za małe 43

Pomoc finansowa na pieluchy i całą resztę 44

Skorowidz 46

Lista adresów 47

W niebezpieczeństwie 51

Ważne numery telefonów 51

Reprezentujemy interesy dzieci w naszym mieście

Kinderbüro we Frankfurcie – centralna poradnia dla dzieci i rodziców

W Kinderbüro we Frankfurcie dzieci i rodzice są najważniejsi. Tutaj spotkasz kompetentny personel – osoby, które służą pomocą we wszelkich potrzebach. Jako placówka komunalna reprezentująca interesy mieszkańców, od 1991 roku angażujemy się w realizowanie

praw dziecka. Staramy się, by Frankfurt był miastem przyjaznym dla dzieci i rodzin. Zgodnie z Konwencją Praw Dziecka przyjętą przez Zgromadzenie Ogólne ONZ prawa dziecka obejmują jednakowo wszystkie dzieci na całym świecie. Są to np. prawo do zdrowia i nauki, prawo do wychowania wolnego od przemocy, czy też prawo do

posiadania obojga rodziców i bezpiecznego domu.

Nasze zadania są tak samo różnorodne, jak życie dziecka. Wszędzie tam, gdzie w grę wchodzi interes dzieci, udzielamy im wsparcia – szybko i bez zbędnej biurokracji. Zachęcamy dzieci, by również same angażowały się w swoje sprawy.



Jeśli potrzebujesz informacji, masz pytania dotyczące życia codziennego z dzieckiem, w Kinderbüro znajdziesz pomoc. Warto też odwiedzić naszą siedzibę w Nordend i odkryć razem z dzieckiem kącik dla raczkujących maluchów i kawiarenkę Info-Cafe – serdecznie zapraszamy!

Rodzinna kawiarenka informacyjna jest otwarta we wtorki w godzinach od 14.00 do 17.00. Niniejsza oferta jest bezpłatna i nie wymaga zgłoszenia.



Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem


tel.: 069 212-39001

e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de

www.frankfurter-kinderbuero.de

godziny otwarcia: pon. – pt. godz. 9.00 – 17.00

U4: przystanek Höhenstraße



**Być rzecznikiem
dzieci we Frankfurcie
to nasz sposób
patrzenia na świat.
Ale najpierw
uważnie słuchamy.**

Info-Café dla Rodzin

Pojawienie się dziecka to zupełnie nowe doświadczenie. Dołącza do nas nowy człowiek. Oprócz radości i szczęścia pojawia się jednak również wiele pytań, czasami też i zmartwień.

Urzędy wymagają odpowiednich dokumentów, a życie zawodowe i prywatne ulega zmianie. Pojawia się natłok informacji. Nie trzeba się tym jednak

martwić. Frankfurckie biuro ds. dzieci chętnie pomoże w nowej sytuacji życiowej – przekaze informacje i adresy, chętnie również w trakcie osobistej rozmowy. Serdecznie zapraszamy do naszej rodzinnej kawiarenki informacyjnej przy ulicy Schleiermacherstraße 7 (w budynku biura ds. dzieci)! Kawiarenka jest otwarta w każdy wtorek od godz. 14.00 do 17.00.

Przewodnik „Wczesna pomoc”

„Wczesna pomoc” to oferta dla rodzin. We Frankfurcie nad Menem dostępnych jest wiele propozycji dla rodzin. Jak poznać innych rodziców w swojej

dzielnicy? Gdzie znaleźć grupę rodziców z dziećmi? Kto udzieli porady na temat rozwoju dziecka? Gdzie mogę uzyskać wsparcie w opiece nad moim dzieckiem?

Odpowiedzi można znaleźć w przewodniku „Wczesna pomoc”, który zawiera wiele przydatnych adresów!

www.frankfurt.de/wegweiser-fruehe-hilfen



Asystenci rodziny: zawsze dostępni w razie potrzeby

W nowych sytuacjach życiowych powstaje wiele pytań. Asystenci rodziny chcą zapewnić rodzicom dostęp do informacji i opieki po przyjściu na świat dziecka. Asystentów rodziny można znaleźć we wszystkich klinikach położniczych we Frankfurcie.

Asystenci rodziny we Frankfurcie

www.babylotse-frankfurt.de

tel.: 069 970 901 45

e-mail: babylotse@kinderschutzbund-frankfurt.de



Powrót ze szpitala do codzienności

Wszystko jest nowe: nagle naszym czasem zarządzamy nie my sami, tylko nasze maleństwo.

Nasz maluszek w nocy również jest głodny i czeka na suchą pieluszkę. W nowym trybie życia i w nowej roli jako mama i tata odnajdujemy się powoli. Nasi rodzice są teraz dziadkami, nasze rodzeństwo zamienia się w ciotki i wujów, nasze dzieci stają się rodzeństwem dla siostrzyczki lub braciszka. Czasami nie wiemy, dlaczego nasze maleństwo płacze. Głód, bolący brzusek, mokra pieluszka albo potrzeba spokoju i bliskości mogą być przyczyną płaczu. Uczymy się rozumieć nasze dziecko również bez słów.

Pierwszym punktem kontaktu są asystenci rodzin w szpitalach, czyli pediatrzy, a także położne, które w ramach opieki poporodowej prowadzą wizyty domowe. Wizytę **położnej** opłaca kasa chorych lub urząd opieki społecznej.

Udziela wskazówek, w jaki sposób trzymać i przewijać dziecko oraz co mamusi i tatusiowie mogą zrobić, jeśli maluszek nie pije, traci na wadze albo jest w nocy niespokojny. Położna pomaga mamom, które nie czują się najlepiej, które mają wyraźnie obniżony nastrój (baby blues) albo cierpią na depresję.

Adresy położnych znajdziesz na www.hebliste.de

Bund freiberuflicher Hebammen Deutschland (Niemiecki Związek Niezależnych Położnych)

tel.: 069 795 349 71

e-mail: geschaeftsstelle@bfhd.de

www.bfhd.de

Landesverband Hessischer Hebammen (Stowarzyszenie Położnych Hesji)

tel.: 0561 316 064 4

e-mail: info@hebammen-hessen.de

www.hebammen-hessen.de



Lekarz pediatra ogląda dziecko w czasie wszystkich kolejnych wymaganych przepisami badań. Pamiętaj, żeby mieć zawsze ze sobą książeczkę zdrowia dziecka, którą dostałeś po jego narodzinach. Jeśli masz pytania na temat zdrowia dziecka albo też jest ono chore, możesz w każdej chwili zgłosić się do lekarza pediatry. Poza godzinami przyjęć w gabinecie możesz skorzystać z pogotowia pediatrycznego. We wszelkich kwestiach w zakresie medycyny dzieci i młodzieży porad udzielają również eksperci ds. zdrowia w Urzędzie Miasta.

**KAŻDE DZIECKO
MA PRAWO DO OPIEKI
LEKARSKIEJ.**



Adresy pediatrów

szukaj: Kinderärzte (pediatrzy) na www.stadt-frankfurt.de lub pod www.arztsuchehessen.de

Gesundheitsamt (Urząd Zdrowia)

Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt n. Menem

tel.: 069 212-33970

e-mail: info.gesundheitsamt@stadt-frankfurt.de

www.gesundheitsamt.stadt-frankfurt.de

Gesundheitsamt, Humanitäre Sprechstunde Kindersprechstunde

(nur für Kinder ohne Krankenversicherung):

Mittwochs 8.00–11.00 Uhr

(Urząd ds. zdrowia, Konsultacje humanitarne)

Konsultacje dla dzieci

(tylko dla dzieci bez ubezpieczenia zdrowotnego):

środa, godz. 8.00–11.00)

Zeil 5, 2.Stock, 60313 Frankfurt am Main

tel.: 069 212-452 41

e-mail: humanitaere.sprechstunden@stadt-frankfurt.de

Kinderärztlicher Notdienst in der Uniklinik (Pogotowie pediatryczne w Klinice Uniwersyteckiej)

Theodor-Stern-Kai 7, Haus 32 Eingang C

60596 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 630-17170

Szpitalny oddział ratunkowy

tel.: 069 630-15249

Kindernotfallambulanz in der Kinderklinik am Klinikum Frankfurt Höchst

(Poradnia dziecięca dla nagłych przypadków w Klinice Dziecięcej przy Klinice Frankfurt-Höchst)

Gotenstraße 6–8, 65929 Frankfurt n. Menem

tel.: 069 310 633 22



Jeśli mama w dalszym ciągu wymaga pomocy po urodzeniu dziecka, publiczna Kasa Chorych może opłacić **pomoc domową**. W tym celu trzeba uzyskać zaświadczenie lekarskie wystawione np. przez lekarza rodzinnego. Adresy odpowiednich służb otrzymasz w Kasie Chorych. Kasa Chorych może również pokryć koszt pomocy świadczonej przez osobę znajomą. Rodziny nieobjęte ubezpieczeniem zdrowotnym mogą uzyskać niezbędne informacje w urzędzie opieki społecznej.

Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe (Pomoc dla matek w nagłych przypadkach – Pomoc dla rodzin i osób starszych)

Sophienstraße 28, 60487 Frankfurt n. Menem

tel.: 069 951 03 30, www.notmuetterdienst.de

Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem

tel.: 069 212-39001

e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de

www.frankfurter-kinderbuero.de

godziny otwarcia: pon.–pt. godz. 9.00–17.00

U4: przystanek Höhenstraße

Odnaleźć się w codzienności

Czas na sprawy „papierkowe”

Uciążliwe, ale konieczne: wypełnianie formularzy. Urzędy i organizacje potrzebują informacji o nowym statusie rodziny – zaczynając od Urzędu Stanu Cywilnego poprzez Kasę Chorych aż po Kasę Rodzinną. Zamieszczona lista spraw ważnych pomoże Ci zdecydować, co może poczekać, a co trzeba załatwić w pierwszej kolejności.



Co?

Zameldowanie dziecka

Kiedy?

Najpóźniej 7 dni po jego urodzeniu

Rejestracja dziecka w kasie chorych, jeżeli opiekun ma ubezpieczenie zdrowotne.

Możliwe od momentu urodzenia

Jeśli ojciec dziecka chciałby potwierdzić swoje ojcostwo.

Jest to możliwe zawsze, również jeszcze przed urodzeniem dziecka.

Jeśli nie jesteście małżeństwem, możecie zadeklarować, że będziecie wspólnie sprawować opiekę nad dzieckiem.

Jest to możliwe zawsze, również jeszcze przed urodzeniem dziecka.

Również Kasa Rodzinna jako instytucja właściwa dla zasiłku rodzinnego potrzebuje aktu urodzenia dziecka – musi to być oryginał.

Wystawiany przy narodzinach dziecka.

Zasiłek wychowawczy

Możliwy od momentu urodzenia dziecka (należy pamiętać o terminach składania wniosków).

Urlop wychowawczy

Najpóźniej na 7 tygodni przed planowanym początkiem urlopu wychowawczego należy powiadomić pisemnie pracodawcę.

Podatki

Jeszcze jakieś pytania?

Gdzie?

W szpitalu albo w jednym z Urzędów Stanu Cywilnego, infolinia: 069 212-73505 (dzielnica Mitte), 069 212-45570 (dzielnica Höchst)

Dział ds. cudzoziemców, urząd ds. porządku i bezpieczeństwa publicznego

Kleyerstraße 86, 60326 Frankfurt am Main
tel.: 069 212-42485, faks: 069 212-42216
e-mail: auslaenderbehoerde@stadt-frankfurt.de

Ekspozytura procesująca federalnego urzędu ds. migracji

Formularze do bezpłatnego ubezpieczenia rodzin w Publicznych Kasach Chorych można pobrać ze strony internetowej albo zamówić telefonicznie.

Jugend- und Sozialamt, 51.D4 Flüchtlinge und Auswärtige (Urząd ds. młodzieży i opieki społecznej, 51.D4 Uchodźcy i cudzoziemcy)

Mainzer Landstr. 291, 60326 Frankfurt am Main
tel.: 069 212-70775, faks: 069 212-40581
e-mail: Info.51.D4@stadt-frankfurt.de

W Urzędach Stanu Cywilnego, infolinia: 069 212-73505 (dzielnica Mitte), 069 212-45570 (dzielnica Höchst), w Urzędzie ds. Młodzieży, 069 212-38269, albo u notariusza. W miejskich biurach ds. pomocy społecznej (str. 27)

W Urzędzie ds. Młodzieży albo u notariusza

Agentur für Arbeit Frankfurt (Agencja Pracy we Frankfurcie), Fischerfeldstraße 10–12, 60311 Frankfurt n. Menem, tel.: 0800 455 553 0, www.familienkasse.de

Elterngeldstelle beim Amt für Versorgung und Soziales (Biuro Zasiłków Wychowawczych przy Urzędzie ds. Zaopatrzenia i Spraw Socjalnych), Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 15671, e-mail: post@havs-fra.hessen.de

U pracodawcy

BMFSJF Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Federalne Ministerstwo ds. Rodziny, Osób Starszych, Kobiet i Młodzieży), infolinia: 030 201 791 30
Narzędzie informacyjne dotyczące świadczeń dla rodzin – informacje na temat świadczeń dla rodzin, oferty wsparcia, warunki do spełnienia i inne informacje: www.infotool-familie.de

Informacje

Informacje można uzyskać w Urzędzie Miasta, infolinia: 069 212-73505 (dzielnica Mitte), 069 212-45570 (dzielnica Höchst)

Jeśli rodzice mają status rezydenta, przechodzi on także na dziecko. Jeśli rodzice są objęci procedurą azylową, trzeba złożyć wniosek azylowy także dla dziecka. Jeśli rodzice mają status rezydenta, przechodzi on także na dziecko i należy go zgłosić do urzędu ds. cudzoziemców. W tym celu proszę skorzystać z formularza „Zezwolenie na pobyt, wniosek o udzielenie lub przedłużenie” (do pobrania ze strony www.frankfurt.de) i przesłać go pocztą z kopią zaświadczenia o urodzeniu do urzędu ds. cudzoziemców.

Jeśli procedura azylowa nie została jeszcze zakończona, należy złożyć wniosek o objęcie dziecka procedurą azylową

Akt urodzenia należy przesłać do Kasy Chorych. W przypadku małżeństw używających różnych nazwisk należy wysłać również akt małżeństwa. Niektórzy lekarze pediatrizy życzą sobie, żeby już w czasie pierwszego badania wstępnego mieć ze sobą kartę ubezpieczenia zdrowotnego.

W przypadku rodzin bez ubezpieczenia zdrowotnego, które są objęte procedurą azylową, opłaty za niezbędną opiekę medyczną przejmuje urząd ds. opieki społecznej.

Tylko za zgodą matki

Porady udzieli Urząd ds. Młodzieży, infolinia: 069 212-38269 albo właściwy Wydział Spraw Społecznych Urzędu Miasta.

Każde dziecko w wieku poniżej 18 lat otrzymuje 194 euro miesięcznie, od trzeciego dziecka kwota ta jest wyższa. Jeśli dziecko mieszka z obojgiem rodziców, to oni decydują, kto z nich otrzymuje zasiłek rodzinny. Aby otrzymać zasiłek na dzieci, rodzice muszą mieć co najmniej jedno zezwolenie na pobyt.

Zasiłek wychowawczy otrzymują również osoby bezrobotne. Matki lub ojcowie, którzy samotnie wychowują dziecko i pracują nie więcej niż 30 godzin tygodniowo, pobierają go przez okres do 14 miesięcy w wysokości minimalnie 300, a maksymalnie 1800 euro na miesiąc. Aby otrzymać zasiłek wychowawczy, rodzice muszą mieć co najmniej jedno zezwolenie na pobyt. Jeśli osoba jest jeszcze objęta procedurą azylową lub przebywa w Niemczech na zasadach pobytu tolerowanego, nie otrzymuje zasiłku na dzieci ani wychowawczego.

Przy zgłaszaniu matki i ojcowie muszą ustalić, na jakie okresy w ciągu 2 lat zamierzają wziąć urlop wychowawczy. Z takiego urlopu mogą korzystać również pracownicy zatrudnieni na czas określony, w niepełnym wymiarze, a także uczący się i zatrudnieni w minimalnym wymiarze, o ile dziecko mieszka razem z nimi i sami się nim opiekują. www.bmfsfj.de

Urząd Miasta przekazuje Twoje dane do Urzędu Skarbowego. Jeśli pozostajesz w związku małżeńskim i oboje pracujecie, obowiązuje Cię grupa podatkowa IV. Jeśli kwota wolna od podatku ze względu na dziecko ma być uwzględniona w inny sposób albo też życzysz sobie innego podziału grup podatkowych, prosimy o wypełnienie formularza Elektronicznej Karty Podatkowej (ELStAM). Formularz ten można znaleźć na stronie www.hmdf.hessen.de. Numer identyfikacji podatkowej zostanie automatycznie przysłany po zarejestrowaniu dziecka w biurze meldunkowym.

Załatwione?

Co jest potrzebne na co dzień i gdzie to znajdziesz

Przewijak i chusta do noszenia, kołyska i wózek dla dziecka, pieluchy, śpiochy i czapeczki. Noworodek potrzebuje mnóstwa rzeczy. Większość z nich można kupić w stanie używanym w dobrej cenie, na przykład na bazarach z ubrankami dla dzieci. Internet i ogłoszenia informują, gdzie takie bazy są organizowane. Również w sklepach z artykułami dla dzieci i w sklepach z odzieżą używaną rodzice mogą znaleźć coś ciekawego. A kto ma kartę rabatową Frankfurt-Pass, zaświadczenie potwierdzające uprawnienia, legitymację studencką albo decyzję o przyznaniu zasiłku socjalnego (Hartz IV), ten może robić zakupy po korzystnych cenach w marketach socjalnych.

Adresy sklepów z artykułami dla dzieci znajdziesz w Żółtej Książce Telefonicznej (załączona do paczki powitalnej).

World Shop Frankfurt

Mainzer Landstraße 349 (w podwórzu)
60326 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 951 097 240
e-mail: worldshop@gffb.de

Caritasverband Frankfurt e.V. – Secondhand-Kaufhaus/ Familienmarkt

**(Stowarzyszenie Caritas we Frankfurcie
sklep second-hand / market dla rodzin)**

www.caritas-frankfurt.de

Familien-Markt (Aile Pazar), Röntgenstraße 10,
60388 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 247 514 9-6550

Kleider am Alleehaus, Königsteinerstraße 130,
65929 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 300 646 92

**Kleiderläden in Frankfurt – DRK BV Frankfurt e.V.
(Sklepy z odzieżą we Frankfurcie – Niemiecki Czerwony
Krzyż Zarząd Okręgowy we Frankfurcie)**

www.drkfrankfurt.de

Kleiderladen Sachsenhausen, Elisabethenstr. 15-17
60594 Frankfurt n. Menem, tel.: 0173 2489188

Kleiderladen Griesheim, Alte Falterstraße 16
65933 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 35 35 0616

Co sprawia radość i działa pozytywnie

Dbanie o siebie samego jest tak samo ważne, jak dbanie o dziecko. Kiedy rodzice są zadowoleni i zrelaksowani, wszystko przychodzi im łatwiej. Dobrze działa spotykanie się z innymi matkami i ojcami, słuchanie, jak oni sobie radzą i po prostu bycie razem z nimi i ich dziećmi. We Frankfurcie nie brakuje ofert dla rodzin. Można się nauczyć masować swoje maleństwo ciepłą oliwką albo poobserwować pierwsze doświadczenia dziecka w kontakcie z wodą. W Kinderbüro można się zapoznać ze wszystkimi ofertami.

Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-39001
e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
godziny otwarcia: pon. – pt. godz. 9.00 – 17.00
U4: przystanek Höhenstraße

Przegląd ofert znajdziesz szukając: Wegweiser Frühe Hilfen (szukanie wczesnej pomocy) na stronie www.frankfurt.de,

Oferty stowarzyszeń znajdziesz szukając: Vereinssuche (szukanie stowarzyszeń) na stronie www.frankfurt.de,



Placówki edukacji rodzinnej

Evangelische Familienbildung (Ewangelicka Edukacja Rodzin)

Darmstädter Landstraße 81, 60598 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 605 004-11
Informacje na temat kursów / rejestracja
Sekretariat tel.: 069 605 004-40
e-mail: Anmeldung.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de
www.familienbildung-ffm.de

Evangelische Familienbildung Höchst (Ewangelicka Edukacja Rodzin Höchst)

Leverkuser Straße 7, 65929 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 759 367 280
e-mail: Familienzentrum.hoechst@frankfurt-evangelisch.de
www.familienbildung-ffm.de

Evangelisches Familienzentrum REGENBOGEN Am Bügel

Ben-Gurion-Ring 39, 60437 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 507 707 8, faks: 069 507 713 2
E-Mail: familienzentrum.ambuegel@frankfurt-evangelisch.de

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Goldstein (Ewangelickie Centrum Dziecka i Rodziny Goldstein)

An der Schwarzbachmühle 18b, 60529 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 660 557 771 0, faks: 069 660 557 771 9
e-mail: kifaz.goldstein@diakonischeswerk-frankfurt.de

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Innenstadt (Ewangelickie Centrum Dziecka i Rodziny Innenstadt)

Bleichstraße 44, 60313 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 292 384
e-mail: kifaz.innenstadt@diakonischeswerk-frankfurt.de

FamilienGesundheitsZentrum (Centrum Zdrowia Rodziny)

Neuhofstraße 32 H, 60318 Frankfurt n. Menem
Günthersburgallee 14 H, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 591 700, faks: 069 593 129
e-mail: info@fgzn.de

Familienzentrum Monikahaus (Centrum Rodzin Monikahaus)

Kriegkstraße 32–36, 60326 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 973 82 30
e-mail: monikahaus@skf-frankfurt.de, www.skf-frankfurt.de

IB Kinder- und Familienzentrum Griesheim (Centrum dla dzieci i rodzin IB Griesheim)

Platanenstraße 11, 65933 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 219 389 7-13/-17, faks: 069 219 389 711
e-mail: kifaz-griesheim-frankfurt@ib.de
www.ib-kitas.de/angebote/standort/210624

Internationales Familienzentrum e.V. (IFZ) (Międzynarodowe Centrum Rodzin (IFZ))

Ostendstraße 70, 60314 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 943 444-0, e-mail: gusti-gebhardt-haus@ifz-ev.de
www.ifz-e.de

Katholische Familienbildung Frankfurt (Katolicka Edukacja Rodzin Frankfurt)

Tituscorso 2b, 60439 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 133 077 900
e-mail: fbs-frankfurt@bistumlimburg.de
www.fbs-frankfurt.bistumlimburg.de

Kinder- und Familienzentrum Eckenheim (Centrum Dziecka i Rodziny Eckenheim)

Sigmund-Freud-Straße 119, 60435 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 954 150 60
e-mail: kifaz.eckenheim@stadt-frankfurt.de



Kinder- und Familienzentrum Fechenheim Geschäftsstelle

(Centrum Dziecka i Rodziny Fechenheim)
Familienbildung im Kinder- und Familienzentrum Fechenheim

Am Hennsee 21, 60386 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 426 940 79, faks: 069 426 945 70
e-mail: familienbildung-kifaz@fgzn.de
www.fgzn.de/kifaz

Kinder- und Familienzentrum Morgenstern (Centrum Dziecka i Rodziny Morgenstern)

Platenstraße 77, 60431 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 560 202 58, faks: 069 560 202 69
e-mail: kifaz.morgenstern@caritas-frankfurt.de
www.caritas-frankfurt.de

Kinder- und Familienzentrum Nordwest (Centrum Dziecka i Rodziny Nordwest)

Thomas-Mann-Straße 6b, 60439 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 957 761 96, faks: 069 576 086 17
e-mail: kifaz-nordwest@bvz-frankfurt.de
www.kifaz-nordwest.de

Kinder- und Familienzentrum Ostend (Centrum Dziecka i Rodziny Ostend)

Ostendstraße 70–72, 60314 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 403 547 11; faks: 069 403 547 12
e-mail: kifaz-ostend@ifz-ev.de
www.ifz-ev.de

Kinder- und Familienzentrum Riederwald (Centrum Dziecka i Rodziny Riederwald)

Raiffeisenstraße 70, 60386 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 421 066, e-mail: kifaz-riederwald@gmx.de
www.kifaz-riederwald.de

MUKIVA Kinder- und Familienzentrum e.V. (MUKIVA Centrum Dziecka i Rodziny)

Rendeler Straße 48, 60385 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 447 460
e-mail: info@mukiva.de, www.mukiva.de

Nachbarschaftszentrum Ginnheim e.V. (Centrum Sąsiedztwa Ginnheim)

Ginnheimer Hohl 14, HH, 60431 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 530 566 79
e-mail: info@nbz-ginnheim.de, www.nbz-ginnheim.de

Selbsthilfe- und Nachbarschaftszentrum Ostend e.V. (Centrum Sąsiedztwa Ostend)

Waldschmidtstraße 39, 60316 Frankfurt am Main
tel.: 069 439 645, faks: 069 436 972
e-mail: info@nbz-ostend.de, www.nbz-ostend.de

Zentrum Familie im Haus der Volksarbeit e.V. (Centrum Rodzin w Haus der Volksarbeit)

Eschenheimer Anlage 21, 60318 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 150 10, e-mail: kontakt@hdv-ffm.de
www.hdv-ffm.de

Jak rozmawiać ze swoim dzieckiem?

Mów do swojego dziecka tak często jak się da, bo tak właśnie uczy się ono mówić. Z początkowego gaworzenia powstają pierwsze sylaby, potem podwójne sylaby, wreszcie proste słowa. Bez obaw! Nie da się tu niczego zrobić niewłaściwie. Mów do dziecka, nieważne, co w danej chwili robisz.

Odpowiadaj dziecku nawet wtedy, gdy jeszcze nie umie mówić.

„Dadada”



„Mmm, to twoja smaczna kaszka!”



Rozmowa jest łatwa przy kąpaniu, karmieniu i przewijaniu.

„Patrz, to kwiatek!”



Co też po drodze można zobaczyć?

„Kotek”



Pooglądajmy razem obrazki
w książeczce.

„Kocham cię”



Patrz na dziecko,
gdy z nim rozmawiasz.

„Tak, to
czerwona
piłka”



Cierpliwie słuchaj swojego
dziecka i powtarzaj jego słowa.

„I znowu
wieża runęła!”



Twoje dziecko
wie, w co
chętnie się
bawi. Baw się
razem z nim!

„Hase”

„Zajac”



Rozmawiaj z dzieckiem w języku,
w którym dużo i chętnie mówisz,
przeważnie jest to język ojczysty.

Gdy dzieci płaczą

Dzieci krzyczą, to normalne. Krzyczą, bo nie umieją jeszcze mówić. Niektóre dzieci krzyczą dużo i głośno. To może być bardzo męczące. Czasem trudno rozpoznać, dlaczego dziecko krzyczy lub płacze. Nieważne, z jakiego powodu – dziecko nigdy nie krzyczy, by irytować rodziców. Nie pozostawiaj dziecka samego, bo się przestraszy.

Dzieci płaczą, gdy...

- są głodne
- są zmęczone
- chcą, by je wziąć na ręce
- się boją
- są chore
- jest im za zimno lub za ciepło
- trzeba je przewinąć
- są znudzone

Aby uspokoić dziecko, możesz...

- przystawić do piersi/podać mleko
- zmienić pieluchę
- wziąć je na ręce i pochodzić
- je przytulić
- coś mu cicho opowiadać, śpiewać lub nucić
- pomasować brzusek lub plecki
- pójść na spacer
- dać mu smoczek



Każde dziecko jest inne. Potrzebujesz trochę czasu, aby dojść do tego, co pomaga Twojemu dziecku.

**Ambulanz Frühkindliche Regulationsstörungen
Sozialpädiatrisches Zentrum
(Przychodnia Wczesnorozwojowych Zaburzeń
Regulacyjnych, Centrum społeczno-pediatryczne)**
Sonnemannstraße 3, 60314 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 943 409 5-39
e-mail: spz@vae-ev.de, www.spz-frankfurt.de

**Das Frauen-Gesundheits-Zentrum
Frankfurter Schreispprechstunde
(Centrum Zdrowia Kobiet, Konsultacje we Frankfurcie)**
Neuhofstraße 32H, 60318 Frankfurt n. Menem
Pierwsza wizyta bezpłatna, uzgadnianie terminu
telefonicznie: 069 480 062 82

**Zentrum Familie – Haus der Volksarbeit e.V.
Babysprechstunde im Familien-Info-Café
(Centrum Rodzinne – Haus der Volksarbeit e.V.
Konsultacje dla niemowląt w Familien-Info-Café)**
Eschenheimer Anlage 21, 60318 Frankfurt n. Menem
Oferta jest bezpłatna i poufna!
Uzgadnianie terminu telefonicznie: 0171 306 227 5
e-mail: zentrum.familie@hdv-ffm.de

Nigdy nie potrząśnij niemowlęciem!

Potrząśnięcie niemowlęciem zagraża jego życiu. Niemowlęta nie potrafią jeszcze samodzielnie utrzymać głowy. Mięśnie ich karku są za słabe. Mózg jest bardzo podatny na urazy, a wstrząsy powodują, że odbija się na boki. W ten sposób łatwo o krwotok wewnętrzny. Krwotoki wewnętrzne mogą prowadzić do upośledzenia, a nawet do śmierci.

Gdy tracisz cierpliwość, a dziecko dalej krzyczy:

- Wciągnij głęboko powietrze i powoli wydychaj.
- Ułóż dziecko w bezpiecznym miejscu, na przykład w łóżeczku.
- Usiądź lub wyjdź na chwilę z pokoju.
- Poproś o pomoc rodzinę lub przyjaciół.
- Zadzwoń do zaufanej osoby, na przykład położnej.
- Udaj się z dzieckiem do pediatry lub szpitala dziecięcego.
- Zadzwoń na infolinię ds. ochrony dzieci albo telefon zaufania dla rodziców.

UWAGA!

Jeżeli wydaje Ci się,
że dziecko przestało
oddychać, natychmiast
wezwij karetkę
pogotowia!
Nigdy nie potrząśnij
dzieckiem!

Telefon alarmowy
Pogotowie: 112

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon
(Telefoniczna pomoc dla dzieci i młodzieży miasta
Frankfurt)

0800 20 10 111 (bezpłatny)

pon.–pt. godz. 8:00 – 23:00

sob.–nd. i święta, godz. 10:00 – 23:00

Die Baby-Ambulanz des Instituts für Analytische
Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie,
Anna-Freud-Institut Frankfurt e.V.
(Ambulatorium dla niemowląt Instytutu Analitycznej
Psychoterapii Dzieci i Młodzieży)

Myliusstraße 20, 60323 Frankfurt n. Menem

tel.: 069 721 445, faks: 069 972 025 88

e-mail: sekretariat@anna-freud-institut.de

Elterntelefon (Telefon zaufania dla rodziców)
0800 111 6550

Poradnie wychowawcze Frankfurt n. Menem:
www.ebfffm.de

Dalsze oferty znajdziesz szukając:
Wegweiser Frühe Hilfen (szukanie wczesnej pomocy)
na stronie: www.frankfurt.de,

Matki poniżej 18 lat...

...otrzymują szczególne wsparcie z Wydziału Spraw Społecznych i z poradni, np. pro familia. Jeśli matka jest niezamężna, dziecko z mocy ustawy otrzymuje kuratora. Kurator powinien mieć rozeznanie w niemieckiej administracji. Uczennice mogą złożyć w dyrekcji szkoły podanie o przyznanie specjalnego statusu wynikającego z ustawy o ochronie macierzyństwa.

Informacje na ten temat na stronie:

www.schwanger-unter-20.de

pro familia

Palmengartenstraße 14, 60325 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 907 447 44, faks: 069 907 447 30
e-mail: frankfurt-main@profamilia.de
www.profamilia.de

Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-39001
e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
godziny otwarcia: pon. – pt. godz. 9.00 – 17.00
U4: przystanek Höhenstraße

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon (Telefoniczna pomoc dla dzieci i młodzieży miasta Frankfurt)

0800 20 10 111 (połączenie bezpłatne)
pon. – pt. w godz. 8.00 – 23.00
sob. – nd. i święta w godz. 10.00 – 23.00

Dla osób ze środowisk migracyjnych w wieku od 12 do 27 lat dobrym punktem kontaktowym są służby ds. młodocianych migrantów:

www.jugendmigrationsdienste.de

Znowu w ciąży?

Ciąża nie zawsze jest planowana, czasami jest niechciana. Jeśli jesteś w ciąży i nie wiesz, co robić, skorzystaj z bogatej oferty poradni dla kobiet w ciąży.

Caritasverband Frankfurt e.V.

(Doradztwo i spotkania dla pań)

Affentorplatz 1, 60594 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 254 931-22, faks: 069 254 931-50
e-mail: frauenberatung@caritas-frankfurt.de

Diakonisches Werk im Evangelischen Regionalverband

(Diakonia Ewangelickiego Związku Regionalnego)

Alfred-Brehm-Platz 17, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 943 502 30, faks: 069 943 502 35
e-mail: bff.zefra@diakonischeswerk-frankfurt.de
www.diakonischeswerk-frankfurt.de

pro familia

Palmengartenstraße 14, 60325 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 907 447 44, faks: 069 907 447 30
e-mail: frankfurt-main@profamilia.de
www.profamilia.de

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

Schwangerschaftsberatungsstelle

(Służba Socjalna Kobiet Katolickich, Poradnia ciążyowa)

Kriegkstraße 32–36, 60326 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 973 82 30, faks: 069 973 823 55
e-mail: monikahaus@skf-frankfurt.de, www.skf-frankfurt.de

Badania profilaktyczne są ważne. Koszty przejmuje kasa chorych lub urząd ds. opieki społecznej. Konsultacje humanitarne w urzędzie ds. zdrowia służą poradą dla kobiet w ciąży, które mieszkają we Frankfurcie i nie posiadają ubezpieczenia zdrowotnego.

Gesundheitsamt, Humanitäre Sprechstunde

Sprechzeiten: Montag u. Donnerstag, 8.00–12.00 Uhr

**(Urząd ds. zdrowia, Konsultacje humanitarne
Godziny konsultacji: poniedziałek i czwartek,
godz. 8.00–12.00)**

Zeil 5, 2.Stock, 60313 Frankfurt am Main
tel.: 069 212-452 41

e-mail: humanitaere.sprechstunden@stadt-frankfurt.de

Jugend- und Sozialamt,

51.D4 Flüchtlinge und Auswärtige

(Urząd ds. młodzieży i opieki społecznej,

51.D4 Uchodźcy i cudzoziemcy)

Mainzer Landstr. 291, 60326 Frankfurt am Main
tel.: 069 212-70775, faks: 069 212-40581

e-mail: Info.51.D4@stadt-frankfurt.de



Jeśli sam wychowujesz swoje dziecko...

...nie jest samotny, lecz może na przykład zwrócić się do Referatu ds. Kobiet przy Urzędzie Miasta Frankfurt. Tam można otrzymać bezpłatny poradnik dla osób samotnie wychowujących dzieci, w którym znajduje się wiele cennych rad. Informacje znajdziesz **szukając:**

Alleinerziehende (samotnie wychowujący) na stronie: www.frankfurt.de.

Verband alleinerziehender Mütter und Väter (Stowarzyszenie Samotnie Wychowujących Matek i Ojców)

Adalbertstraße 15–17, 60486 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 979 818 84, e-mail: info@vamv-frankfurt.de
www.vamv-frankfurt.de

W sprawie wsparcia w ustaleniu ojcostwa lub w razie pytań na temat roszczeń alimentacyjnych należy się zwrócić do swojego miejskiego biura ds. pomocy społecznej. Można tam uzyskać bezpłatną poradę również w wielu innych kwestiach. Adresy miejskich biur ds. pomocy społecznej znajdują się na stronie 27.

Gdy w związku zaczyna zgrzytać...

...można skorzystać z poradni, w których prowadzi się rozmowy zarówno z osobami żyjącymi w związkach nieformalnych, jak i z parami tej samej płci.

Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-39001, e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
godziny otwarcia: pon. – pt. godz. 9.00 – 17.00
U4: przystanek Höhenstraße

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon (Telefoniczna pomoc dla dzieci młodzieży miasta Frankfurt)

0800 20 10 111 (połączenie bezpłatne)
pon. – pt. w godz. 8.00 – 23.00
sob. – nd. i święta w godz. 10.00 – 23.00

Kiedy rodzice potrzebują rady...

Życie z dziećmi przynosi wiele sytuacji, które są wyzwaniem dla rodziców. Czasami wystarczy rada innej matki czy też wskazówka, jakiej udziela dziadek. A czasami potrzebujemy profesjonalnych doradców. Najlepszymi adresami w sprawie wszelkich pytań dotyczących rodziny są: frankfurckie Kinderbüro, Zespół Pomocy Dzieciom i Młodzieży oraz 15 frankfurckich poradni wychowawczych. Instytucje te są kompetentne, udzielają pomocy bezpłatnie i każdą sprawę traktują poufnie. Mogą również skierować Cię do innych instytucji w mieście, które udzielą dalszej pomocy.

Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-39001
e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
godziny otwarcia: pon. – pt. godz. 9.00 – 17.00
U4: przystanek Höhenstraße

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon (Telefoniczna pomoc dla dzieci młodzieży miasta Frankfurt)

0800 20 10 111 (połączenie bezpłatne)
pon. – pt. w godz. 8.00 – 23.00
sob. – nd. i święta w godz. 10.00 – 23.00

Poradnie wychowawcze, Frankfurt n. Menem

Verband binationaler Familien u. Partnerschaften, iaf e.V (Stowarzyszenie Dwunarodowościowych Rodzin i Związków Partnerskich)

Geschäfts- und Beratungsstelle, Ludolfusstraße 2–4
60487 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 713 756-0
faks: 069 707 509 2, e-mail: frankfurt@verband-binationaler.de
www.frankfurt.verband-binationaler.de

Elterntelefon - Nummer gegen Kummer 0800 111 0 550 Anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz Telefon dla rodziców - telefon zaufania 0800 111 055 (Anonimowe i bezpłatne połączenia z numerów komórkowych i stacjonarnych)

Mo. – Fr., 9.00–11.00 Uhr, Di. und Do., 17.00–19.00 Uhr

Dobry przegląd ofert znajdziesz szukając: Wegweiser Frühe Hilfen (szukanie wczesnej pomocy) pod adresem www.frankfurt.de

Różnorodność się liczy!



Chowanie się z niepełnosprawnością

Każde dziecko jest inne. Jedno wcześniej się obraca, szybko zaczyna raczkować, a potem chodzić. Inne z kolei lubi sobie posiedzieć. Rodzice często się tym martwią. Różnice w rozwoju są jednak czymś normalnym. Są również i takie dzieci, które wymagają większego zaangażowania niż inne. Matki i ojcowie, którzy czują się niepewnie, powinni zgłosić się do lekarza pediatry i placówek wczesnej pomocy. Mogą tam bezpłatnie skorzystać z konsultacji. Placówki wczesnej pomocy zalecają również podjęcie kolejnych działań. Ośrodek socjalno-pediatryczny (SPZ), jak i instytucje wczesnej pomocy udzielają pomocy matkom i ojcom, również jeżeli dziecko przyjdzie na świat wcześniej niż to było planowane. Celem tych instytucji jest to, by rodziców nie pozostawiać samych z ich obawami i troskami, lecz wspólnie z nimi znaleźć dobre rozwiązanie.

W kwestiach pomocy materialnej informacji udzielają służby socjalne dostępne w Wydziałach Spraw Społecznych Urzędu Miasta. Rodzice mogą nawiązać kontakt z innymi rodzinami w podobnej sytuacji życiowej za pośrednictwem punktów kontaktowych dla grup samopomocy.

KAŻDE DZIECKO MA PRAWO DO WSPARCIA.



Adresy pediatrów znajdziesz szukając: Kinderärzte (pediatrzy) na stronie: www.stadt-frankfurt.de, lub: www.arztsucheessen.de

Gesundheitsamt (Urząd Zdrowia)

Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-33970
e-mail: info.gesundheitsamt@stadt-frankfurt.de
www.gesundheitsamt.stadt-frankfurt.de

Adresy instytucji wczesnej pomocy i ośrodków socjalno-pediatrycznych znajdziesz na stronie:

www.asffh.de

Hessisches Amt für Versorgung und Soziales (Urząd ds. Zaopatrzenia i Spraw Socjalnych Hesji)

Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 15671

Selbsthilfekontaktstelle Frankfurt (Placówka kontaktowa samopomocy, Frankfurt)

Sonnemannstraße 3, 60318 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 559 444 , faks: 0 69.559 380
e-mail: service@selbsthilfe-frankfurt.net
www.selbsthilfe-frankfurt.net

Pomocne strony internetowe:

www.frankfurt-handicap.de, www.familienratgeber.de
Publikation: „Mein Kind ist Behindert“ zu finden auf:
www.bvkm.de/recht-ratgeber/

Ludzie z ponad 180 krajów...

...żyją razem we Frankfurcie. W razie pytań tutaj znajdziesz doświadczoną pomoc:

Amt für multikulturelle Angelegenheiten (Amka) (Urząd ds. Wielokulturowych (Amka))

Amka.Info – Information, Orientierung, Vermittlung
Mainzer Landstraße 293, 60326 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-41515
e-mail: amka.info@stadt-frankfurt.de
www.amka.de
www.vielfalt-bewegt-frankfurt.de

Verband binationaler Familien und Partnerschaften, IAF e.V. (Stowarzyszenie Dwunarodowościowych Rodzin i Związków Partnerskich, IAF)

Ludolfusstraße 2-4, 60487 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 713 75 60,

Tęczowe rodziny

Rodziny, w których przynajmniej jedno z rodziców jest lesbijką, gejem, biseksualistą lub transseksualistą, znajdą tutaj informacje, porady i oferty:

ILSE – Initiative lesbischer und schwuler Eltern (ILSE – Inicjatywa Rodziców Lesbijskich i Gejowskich)
www.ilse.lsvd.de

Lesben- und Schwulenverband für Hessen (Stowarzyszenie Lesbijek i Gejów Hesji)
www.hessen.lsvd.de

Lesben und Schwulenverband (Stowarzyszenie Lesbijek i Gejów)
www.lsvd.de

LIBS – Lesben Informations- und Beratungsstelle e.V. (LIBS – Placówka Informacyjna i Poradnia dla Lesbijek)
www.libs.w4w.net

Schwule Väter Frankfurt n. Menem (Ojcowie-geje, Frankfurt n. Menem)
<http://frankfurt.schwule-vaeter.org>

TraKiNE – Trans-Kinder-Netz e.V.
www.trans-kinder-netz.de

Deutsche Gesellschaft für Transidentität und Intersexualität e.V. (dgti)
www.dgti.org

Koordinierungsstelle für LSBTIQ Themen
e-mail: LSBTIQ@stadt-frankfurt.de



Kursy języka niemieckiego, szkoły językowe, punkty porad oraz kursy integracyjne można znaleźć tutaj:

www.integrationskurse-frankfurt.de

Jak mam czyścić ząbki dziecku?

Już pierwszy ząb mleczny wymaga pielęgnacji. Zaglądaj regularnie do buzi dziecka i badaj lub masuj dziąsła. Tam jest pierwszy ząb! Ze wszystkich stron jest „pucowany” do czysta. Włącz masaż dziąseł lub szczotkowanie zębów mlecznych do porannego i wieczornego rytuału pielęgnacji ciała. To raczej zabawa, radość i rozrywka niż zabieg higieniczny sam w sobie. Muzyka uprzyjemnia pielęgnację jamy ustnej. Używaj do tego miękkiej szczoteczki do zębów i stosuj raz dziennie odrobinę fluorkowanej pasty do zębów dla dzieci. Pytania na temat prawidłowego szczotkowania zębów możesz zadawać w Urzędzie Zdrowia podczas lekcji szczotkowania zębów dla dzieci i rodziców. Takie lekcje są dodatkowo oferowane w dzielnicach miasta, także w kawiarence rodzinnej w Kinderbüro. Terminy znajdziesz szukając: **Zahnfit (pielęgnacja zębów) na stronie: www.frankfurt.de.**



Gesundheitsamt, Abteilung Zahnmedizin (Urząd Zdrowia Dział Stomatologii)

Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-33621
e-mail: info.zahnmedizin@stadt-frankfurt.de

Arbeitskreis Jugendzahnpflege für Frankfurt und den Main-Taunus-Kreis (Zespół ds. Pielęgnacji Zębów Młodzieży miasta Frankfurt i powiatu Main-Taunus)

Mainluststraße 17, 60329 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 232 414
e-mail: jzd@akj-frankfurt.de

U nas wygląda to trochę inaczej

Czasami nie wszystko układa się tak, jak powinno. Przyczyny mogą być różne. Dziecko rozwija się inaczej niż chcieliby rodzice. W związkach wybuchają konflikty, które tliły się jeszcze przed ciążą. Czasem rodzicom trudno jest zbudować trwałą więź ze swoim dzieckiem, ponieważ sami mają trudności z ustabilizowaniem własnego życia. W tych wszystkich sytuacjach życiowych rozwiązaniem jest skorzystanie z pomocy całego szeregu instytucji, które znajdują się we Frankfurcie. Pierwszym partnerem w rozmowach na temat nurtujących Cię kwestii jest Wydział Spraw Społecznych albo **Zespół Pomocy Dzieciom i Młodzieży, infolinia: 0800 20 10 111.**

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon (Telefoniczna pomoc dla dzieci i młodzieży miasta Frankfurt)

0800 20 10 111 (połączenie bezpłatne)
pon. – pt. w godz. 8.00 – 23.00
sob. – nd. i święta w godz. 10.00 – 23.00

**Dobry przegląd ofert znajdziesz szukając:
Wegweiser Frühe Hilfen (szukanie wczesnej pomocy) na stronie: www.frankfurt.de**

Rodziny objęte procedurą azylową i mieszkające we Frankfurcie mogą się zwrócić do urzędu ds. opieki społecznej.

**Jugend- und Sozialamt,
51.D4 Flüchtlinge und Auswärtige
(Urząd ds. młodzieży i opieki społecznej,
51.D4 Uchodźcy i cudzoziemcy)**

Mainzer Landstr. 291, 60326 Frankfurt am Main
tel.: 069 212-70775, faks: 069 212-40581
e-mail: Info.51.D4@stadt-frankfurt.de

SOZIALRATHÄUSER WYDZIAŁY SPRAW SPOŁECZNYCH URZĘDU MIASTA

Dla dzielnic Fechenheim, Riederwald, Seckbach i Bergen-Enkheim

Sozialrathaus Ost, Voltenseestraße 2
60388 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-41211
e-mail: srh-ost@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Alt- und Innenstadt, Bornheim, Nordend i Ostend

Sozialrathaus Ost, Dienstort Bornheim
Eulengasse 64, 60385 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-30547, e-mail: srh-ost@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Bockenheim, Rödelheim, Hausen, Praunheim i Westend-Süd

Sozialrathaus Bockenheim, Rödelheimer Straße 45
60487 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-74304
e-mail: srh-bockenheim@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Dornbusch, Westend-Nord, Nordend-West, Eschersheim, Eckenheim i Preungesheim

Sozialrathaus Dornbusch, Am Grünhof 10
60320 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-70735
e-mail: srh-dornbusch@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Griesheim, Gallusviertel, Gutleutviertel i Bahnhofsviertel

Sozialrathaus Gallus, Rebstöcker Straße 8
60326 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-38189
e-mail: srh-gallus@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Zeilsheim, Unterliederbach, Sossenheim, Nied, Höchst i Sindlingen

Sozialrathaus Höchst, Palleskestraße 14
65929 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-45527
e-mail: srh-hoechst@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Niederursel, Heddernheim, Ginnheim, Kalbach-Riedberg, Bonames, Frankfurter Berg, Berkersheim, Harheim, Nieder-Erlenbach, Nieder-Eschbach i Praunheim

Sozialrathaus Nord, Jugend- und Sozialamt
Emil-von-Behring-Straße 14, 60439 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-32274, e-mail: srh-nord@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Sachsenhausen-Süd, Sachsenhausen-Nord, Oberrad, Niederrad, Goldstein i Schwanheim

Sozialrathaus Sachsenhausen, Paradiesgasse 8
60594 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-33811
e-mail: srh-sachsenhausen@stadt-frankfurt.de

Boję się, kiedy mama i tata się kłócą...

Już małe dzieci czują atmosferę agresji w rodzinie. Czasami bardzo wtedy płaczą, żeby zwrócić na siebie uwagę. Albo też wy-ciszają się zupełnie, żeby się nie narażać.

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon (Telefoniczna pomoc dla dzieci i młodzieży miasta Frankfurt)

0800 20 10 111 (połączenie bezpłatne)
pon. – pt. w godz. 8.00–23.00
sob.–nd. i święta w godz. 10.00–23.00

Informationszentrum für Männerfragen e.V. (Centrum Informacji dla Problemów Mężczyzn)

Sandweg 49, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 495 04 46
e-mail: infozentrum@maennerfragen.de
www.maennerfragen.de

Beratungs- und Interventionsstelle „Frauen helfen Frauen“ e.V. (Biuro Porad i Interwencji „Kobiety pomagają Kobietom”)

Berger Straße 40–42, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 489 865 51, e-mail: info@frauenhaus-ffm.de
www.frauen-helfen-frauen-ffm.de

Beratungs- und Interventionsstelle für Frauen (Biuro Porad i Interwencji dla Kobiet)

Beratungszentrum am Frauenhof
Schwanheimer Straße 7, 60528 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 430 547-66 lub 069 430 547-67
Mobil: 0172 619 89 84
e-mail: beratung@frauenhaus-frankfurt.de
www.frauenhaus-frankfurt.de

Anlaufstelle für Mädchen und Frauen, die von sexualisierter, digitaler und körperlicher Gewalt bedroht oder betroffen sind (Punkt kontaktowy dla dziewcząt i kobiet zagrożonych lub dotkniętych przemocą fizyczną, na tle seksualnym lub cyberprzecmą)

Kasseler Straße 1a, 60486 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 709 494, e-mail: info@frauennotruf-frankfurt.de
www.frauennotruf-frankfurt.de

FiM – Frauenrecht ist Menschenrecht e.V. (FiM – Prawa Kobiet to Prawa Człowieka)

Varrentrappstraße 55, 60486 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 970 979 70
e-mail: info@fim-beratungszentrum.de
www.fim-frauenrecht.de

Deutscher Kinderschutzbund Bezirksverband Frankfurt am Main e.V. (Niemiecki Związek Ochrony Dzieci, oddział we Frankfurcie)

Comeniusstraße 37, 1. piętro, 60389 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 970 901 20
e-mail: beratungsstelle@kinderschutzbund-frankfurt.de
www.kinderschutzbund-frankfurt.de

Ja wcale nie chciałem/-am uderzyć mojego dziecka...



Rodzice wiedzą, że nie wolno im bić dzieci ani nimi potrząsać. Zdarzają się jednak takie sytuacje, że mimo wszystko tak się dzieje, ponieważ w danym momencie nie potrafią znaleźć żadnego innego ujścia dla swojej złości, rozpacz czy też przeciążenia. Ważne jest, żeby umieć wydostać się z tej spirali przemocy, ponieważ dla dzieci takie zachowanie może być brzemienne w skutkach. Dzieci doświadczające przemocy są często ofiarami mobbingu i mają problem ze znalezieniem swojego miejsca w grupie.

Jeśli matka lub ojciec potrzebują pomocy, mogą zwrócić się do różnych poradni, które udzielają porad bezpłatnie i są zobowiązane do zachowania poufności.

**KAŻDE DZIECKO MA
PRAWO DO WYCHOWANIA
BEZ PRZEMOCY.**



Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon (Telefoniczna pomoc dla dzieci i młodzieży miasta Frankfurt)

0800 20 10 111 (połączenie bezpłatne)
pon. – pt. w godz. 8.00–23.00
sob.–nd. i święta w godz. 10.00–23.00

Deutscher Kinderschutzbund Bezirksverband Frankfurt n. Menem e.V. (Niemiecki Związek Ochrony Dzieci, oddział we Frankfurcie)

Comeniusstraße 37, 1. piętro, 60389 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 970 901 20
e-mail: beratungsstelle@kinderschutzbund-frankfurt.de
www.kinderschutzbund-frankfurt.de

Położne rodzinne pomagają na co dzień

Jeśli rodzicom z trudem przychodzi stworzenie trwałej więzi z dzieckiem albo też sami mają problemy z własną stabilizacją życiową, znajdą wsparcie, korzystając z „wczesnej pomocy”, jaką oferuje Frankfurt.

Zadzwoń po prostu na bezpłatny numer **Zespołu Pomocy Dzieciom i Młodzieży, tj. 0800 20 10 111.**

Wczesną pomoc oferują też położne rodzinne Urzędu Zdrowia: położne, pielęgniarki dziecięce i pediatrzy, którzy jako wolontariusze i bezpłatnie przez rok odwiedzają domy rodzin z noworodkami, wspierając je pod różnymi względami.

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon (Telefoniczna pomoc dla dzieci i młodzieży miasta Frankfurt)

0800 20 10 111 (połączenie bezpłatne)
pon. – pt. w godz. 8.00–23.00
sob.–nd. i święta w godz. 10.00–23.00

Jest tak wiele różnych narkotyków i nałogów...

Aby otrzymać informacje lub poradę, należy zwrócić się do Wydziału ds. Narkotyków.

Drogenreferat (Wydział ds. Narkotyków)

Alte Mainzer Gasse 37, 60311 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-30124
e-mail: drogenreferat@stadt-frankfurt.de
www.drogenreferat.stadt-frankfurt.de



Jak pogodzić rodzinę z pracą

Życie rodziny z małym dzieckiem jest jednocześnie ekscytujące i męczące. Rodzice muszą dobrze przemyśleć, na ile godzin będą chodzić do pracy i jaką część obowiązków domowych przejmie każde z nich. Wielu rodziców chce dzielić obowiązki zawodowe i wychowawcze na zasadach partnerskich. Stary podział ról, czyli tata idzie do pracy, a mama zostaje w domu, ma sporo wad. Matki mogą stracić kontakt z zawodem. Ojcowie z kolei za mało przeżywają rozwój swoich dzieci w tych ciekawych pierwszych latach życia. Rząd federalny i pracodawcy rozumieją, że matki i ojcowie chcą mieć obie rzeczy naraz: rodzinę i pracę.



Osoby uczące się zawodu, osoby pracujące (obojsza płci) mają prawo do urlopu wychowawczego...

...i to niezależnie od tego, czy pracują na cały etat, czy jego część, czy jest to praca w minimalnym wymiarze godzin, czy też na czas określony. **Urlop wychowawczy trwa do trzech lat.** O zamiarze takiego urlopu należy poinformować pracodawcę najpóźniej siedem tygodni przed jego rozpoczęciem. Z urlopu wychowawczego mogą skorzystać ojciec, matka lub oboje rodziców. Po zakończeniu przysługuje **prawo do powrotu** na stanowisko pracy zajmowane przed urlopem lub równorzędne.

Ciąża lub urlop wychowawczy nie powodują przedłużenia **umowy o pracę na czas określony.** Umowa kończy się w przewidzianym terminie. Wyjątek stanowi umowa o naukę zawodu, zazwyczaj zawierana na trzy lata.

Osoby uczące się zawodu mogą kontynuować jego naukę po zakończeniu urlopu wychowawczego, ponieważ umowa, jaką zawarli, ulega automatycznemu przedłużeniu. Informacje na stronie **www.bmfsfj.de**.

Matki i ojcowie, którzy otrzymują zasiłek dla bezrobotnych (Hartz IV)...

...uzyskają od pełnomocnika ds. równych szans na rynku pracy (BCA) wiele wartościowych informacji na temat dalszego szkolenia, rynku pracy w niepełnym wymiarze oraz możliwości opieki nad dziećmi. W tym celu Centrum Aktywizacji Zawodowej regularnie organizuje spotkania informacyjne.

Matki i ojcowie zgłoszeni w agencji pracy lub poszukujący możliwości powrotu do pracy

Federalna Agencja Pracy przy Fischerfeldstrasse podczas comiesięcznych spotkań informuje wszystkich zainteresowanych o ofertach agencji i możliwościach powrotu na rynek pracy.



Terminy spotkań znajdziesz szukając: Veranstaltungen (spotkania) na stronie: www.arbeitsagentur.de.

Inne strony internetowe:
www.perspektive-wiedereinstieg.de
www.new-hessen.de

Nauka zawodu w niepełnym wymiarze czasu dla matek: www.vbff-ffm.de

Osoby, które nie mają ukończonej szkoły ani kwalifikacji zawodowych, mieszkają od niedawna we Frankfurcie lub mają pytania o możliwości dalszego kształcenia i doskonalenia zawodowego...

... mogą się zwrócić do fundacji Walter-Kolb-Stiftung. Świadczy ona porady z zakresu szkolnictwa, kwalifikacji zawodowych, studiów oraz spraw społecznych.

Walter-Kolb-Stiftung e.V.
Braubachstraße 30-32, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-40900, Fax: 069/212-40901
E-Mail: info@walter-kolb-stiftung.de

Nauka zawodu i studiowanie z dzieckiem



Uczennice mogą złożyć w dyrekcji szkoły podanie o przyznanie specjalnego statusu wynikającego z ustawy o ochronie macierzyństwa. **Uczące się zawodu** mogą zwrócić się ze swoimi pytaniami do Izby Przemysłowo-Handlowej (IHK) lub Izby Rzemiosła. W **Młodzieżowym Centrum Aktywizacji Zawodowej (Jugendjobcenter)** informacji mogą zasięgać matki i ojcowie w wieku poniżej 25 lat, którzy nie posiadają wykształcenia zawodowego i pobierają zasiłek dla bezrobotnych. Matki, które chcą się uczyć zawodu w niepełnym wymiarze godzin, otrzymują pomoc od Stowarzyszenia Wsparcia Zawodowego Kobiet we Frankfurcie.

Handwerkskammer Frankfurt-Rhein-Main (Izba Rzemieślnicza Frankfurt-Rhein-Main)
Bockenheimer Landstraße 21, 60325 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 971 72-818, e-mail: service@hwk-rhein-main.de
www.hwk-rhein-main.de

IHK Frankfurt n. Menem (Izba Przemysłowo-Handlowa we Frankfurcie)
Börsenplatz 4, 60313 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 2197-1280 / -1508
e-mail: info@frankfurt-main.ihk.de
www.frankfurt-main.ihk.de

Jugendjobcenter (Młodzieżowe Centrum Aktywizacji Zawodowej)
Hainer Weg 44, 60599 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 217-13493
e-mail: jobcenter-frankfurt-am-main.jugendjobcenter@jobcenter-ge.de

VbFF – Verein zur beruflichen Förderung von Frauen e.V. (VbFF – Stowarzyszenie Wsparcia Zawodowego Kobiet)
Walter-Kolb-Straße 1–7, 60594 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 795 099 0, e-mail: info@vbff-ffm.de
www.vbff-ffm.de

Informacje znajdziesz również na stronie:
www.schwanger-unter-20.de

Młode osoby ze środowisk migracyjnych w wieku od 12 do 27 lat mogą skorzystać z porad i wsparcia służb ds. młodocianych migrantów:
www.jugendmigrationsdienste.de

Osoby studiujące, które mają dziecko, mogą złożyć na swojej uczelni podanie o urlop semestralny albo zdecydować się na studia zaoczne. Na uczelniach działają wspólnoty studiujących rodziców, organizowana jest opieka nad dziećmi, zabawy na ferie, jak i pokoje karmienia oraz poradnictwo dla matek i ojców.

Frankfurt University of Applied Sciences Biuro rodzinne
Nibelungenplatz 1, budynek 6, 2 piętro
60318 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 153 328 66
e-mail: familienbuero@abt-sb.fra-uas.de

Goethe-Universität (Uniwersytet im. Goethego)
www.uni-frankfurt.de/39392181/familie

Studentenwerk Frankfurt (Biuro ds. Studenckich we Frankfurcie)
tel.: 0180 178 833 6
www.studentenwerkfrankfurt.de

Ochrona przed wypowiedzeniem

Od początku ciąży do zakończenia czwartego miesiąca po urodzeniu dziecka wypowiedzenie umowy o pracę nie jest możliwe. Matki i ojcowie na urlopie wychowawczym korzystają również z prawa do ochrony przed wypowiedzeniem. Okres ochronny trwa do chwili zakończenia urlopu wychowawczego, który maksymalnie może trwać trzy lata.

Gdy dziecko jest chore...

...a Ty pracujesz zawodowo, masz prawo do zwolnienia z wykonywania pracy: każdemu z rodziców przysługuje 10 dni w roku, a osobom samotnie wychowującym dziecko 20 dni. W przypadku osób żyjących w związku dni wolne na chorobę dziecka można w porozumieniu z pracodawcą przenieść również na partnera/

partnerkę. Za okres nieobecności w pracy przysługuje Ci zasiłek chorobowy, o ile masz ubezpieczenie. W tym celu musisz okazać zwolnienie lekarskie. W sytuacji zwolnienia z obowiązku świadczenia pracy nie ma znaczenia, czy pracujesz na cały etat, czy też w niepełnym wymiarze.

Kto zajmie się moim dzieckiem, jeśli zachoruję...

...a nie mam nikogo, kto mógłby się tego podjąć? Publiczna Kasa Chorych może pokryć koszty pomocy domowej. W tym celu niezbędne jest zwolnienie lekarskie wystawione np. przez lekarza rodzinnego. Adresy instytucji świadczących pomoc otrzymasz w swojej Kasie Chorych. Kasa Chorych może również pokryć koszt pomocy świadczonej przez osobę znajomą.

Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe (Pogotowie dla Matek – Pomoc dla Rodzin i Seniorów)

Sophienstraße 28, 60487 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 951 03 30
www.notmuetterdienst.org

Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-39001
e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
godziny otwarcia: pon. – pt. godz. 9.00 – 17.00
U4: przystanek Höhenstraße



Wszystko o opiece nad dzieckiem



Twoje dziecko będzie rozwijać się zdrowo, jeśli część dnia spędzi z innymi dziećmi, w otoczeniu, które będzie je inspirować. Rodzice chcą mieć pewność, że ich dzieci są pod dobrą opieką. Matki i ojcowie będą dobrze wypełniać swoje zawodowe obowiązki tylko wtedy, kiedy będą pewni, że ich dziecko znajduje się pod troskliwą i rzetelną opieką. W tym celu stwarzamy we Frankfurcie dobre warunki i stopniowo rozbudowujemy placówki, dbając przy tym o zachowanie stałego, wysokiego poziomu sprawowanej opieki. Wykwalifikowane opiekunki i opiekunowie, przedszkola przyzakła-

dowe, żłobki dla najmłodszych, placówki zorganizowane z inicjatywy rodziców, przedszkola miejskie i prywatne, czy też mini przedszkola – jaki rodzaj opieki wybiorą rodzice, zależy całkowicie od ich potrzeb czasowych. Nie ma sensu szukać miejsca w przedszkolu dla dziecka przed jego urodzeniem. Zastanów się na spokojnie, czy wolisz żłobek czy opiekunkę i na jak długo taka opieka jest Ci potrzebna. Nasza lista ważnych rzeczy pomoże Ci zorientować się w możliwościach.

**KAŻDE DZIECKO MA
PRAWO DO WSPARCIA.**



Lista ważnych rzeczy: „Przygotowanie opieki nad dzieckiem”



| | Co jest do zrobienia? | Informacja | Załatwione? |
|---|--|--|---|
| Pierwsze przemyślenia | <p>Wyjaśnić następujące kwestie:</p> <ul style="list-style-type: none">• Kiedy chcemy pracować, uczyć się lub uczestniczyć w kursach; ile czasu zamierzamy na to poświęcić? Ile godzin, w jakie dni?• Jak mogę podzielić czas pracy i opieki?• Ile tej opieki zatem potrzebuję?• Jakie jest minimum, a jakie maksimum?• Jaką mam wizję formy opieki?• Czy mój pracodawca oferuje zakładowe formy wsparcia opieki nad dzieckiem?• Jakie działy miasta mogą wziąć pod uwagę? | Spotkania informacyjne na ten temat oferują placówki edukacyjne dla rodzin. | <input type="radio"/> |
| Przygotowania Placówka dziennej opieki nad dziećmi (Kita) | <p>Rozstrzygnij:</p> <ul style="list-style-type: none">• Jakie placówki Kita są dla nas osiągalne?• Jakie placówki Kita bierzemy pod uwagę? | <p>W grę wchodzi wszystkie placówki Kita znajdujące się w pobliżu miejsca zamieszkania i po drodze do pracy. Adresy placówek Kita można znaleźć tutaj: www.kindernetfrankfurt.de</p> | <input type="radio"/> |
| | <p>Skontaktuj się telefonicznie z placówkami Kita. Wiele z tych placówek organizuje drzwi otwarte. Dowiedz się, w jakich terminach się one odbywają i poznaj żłobek/przedszkole.</p> | <p>www.kindernetfrankfurt.de</p> | <input type="radio"/> |
| | <p>Wpisz swoje dane na stronie kindernetfrankfurt.de i zgłoś dziecko.</p> | <p>Są dwie możliwości podania danych i założenia zgłoszenia:</p> <ul style="list-style-type: none">• w internecie na stronie www.kindernetfrankfurt.de• osobiście na giełdzie informacji nt. ofert placówek opieki nad dziećmi Giełda informacji nt. ofert placówek opieki nad dziećmi | <p>Seehofstraße 41, 60594 Frankfurt nad Menem Telefon: 069 212-36564, e-mail: kindernetfrankfurt.amt40@stadt-frankfurt.de www.kindernetfrankfurt.de Godziny otwarcia (kontakt telefoniczny): pon. 9.00–13.00, śr. 14.00–17.00 Godziny otwarcia (kontakt osobisty): wt. i czw. 14.00–17.00, pt. 9.00–13.00</p> |
| Przygotowanie – opiekunka lub opiekun do dziecka | <p>Skontaktuj się z właściwą agencją dziennej opieki nad dziećmi. Skorzystasz tam z porady i otrzymasz dane opiekunek.</p> | <p>Dane agencji dziennej opieki nad dziećmi znajdziesz tutaj: Giełda informacji nt. ofert placówek opieki nad dziećmi Seehofstraße 41, 60594 Frankfurt nad Menem Telefon: 069 212-36564, e-mail: kindernetfrankfurt.amt40@stadt-frankfurt.de www.kindernetfrankfurt.de Godziny otwarcia (kontakt telefoniczny): pon. 9.00–13.00, śr. 14.00–17.00 Godziny otwarcia (kontakt osobisty): wt. i czw. 14.00–17.00, pt. 9.00–13.00</p> | <input type="radio"/> |



Tylko na stronie www.kindernetfrankfurt.de można znaleźć miejsce dla dziecka w placówce opiekuńczej.

Jak długo muszę czekać na miejsce, ile to kosztuje i gdzie otrzymam pomoc finansową?

Miejsca w placówkach dziennej opieki dla dzieci przydzielane są bezpośrednio i według określonych kryteriów. Przykładowo: znaczenie ma sytuacja rodzinna, mniej ważne natomiast jest miejsce na liście oczekujących. Niektóre rodziny szybko otrzymują potwierdzenie, ponieważ dziecko pasuje do grupy, inne natomiast muszą poczekać dłużej. Mieścienna opłata podstawowa za opiekę całodzienną wynosi 198 euro, 158 euro, jeśli czas opieki jest skrócony oraz 138 euro, jeśli z tej opieki dziecko korzysta przez pół dnia. Jeśli opiekun nie jest w stanie samodzielnie pokryć kosztu, może złożyć wniosek o przejęcie finansowania we właściwym miejskim biurze ds. pomocy społecznej (dział ekonomiczny ds. pomocy dzieciom i młodzieży). Adresy miejskich biur ds. pomocy społecznej znajdują się na stronie 27. Więcej informacji:

www.kindernetfrankfurt.de,
hasło: Infoportal



Sytuacje nagłe

W sytuacjach nagłych rodzicom może pomóc tzw. pogotowie dla matek. Udziela ono wsparcia na terenie Frankfurtu, również na godziny. Za pomoc domową może zapłacić ustawowa kasa chorych lub – w przypadku braku ubezpieczenia zdrowotnego – urząd ds. opieki społecznej. Publiczna Kasa Chorych może opłacić osobę pomagającą w domu. W tym celu niezbędne jest zwolnienie lekarskie wystawione np. przez lekarza rodzinnego. Adresy instytucji świadczących pomoc otrzymasz w swojej Kasie Chorych. Kasa Chorych może również pokryć koszt pomocy świadczonej przez osobę znajomą.

Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe (Pogotowie dla Matek – Pomoc dla Rodzin i Seniorów)

Sophienstraße 28, 60487 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 951 03 30, www.notmuetterdienst.de

Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-39001
e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
godziny otwarcia: pon. – pt. godz. 9.00 – 17.00
U4: przystanek Höhenstraße

Oferty opieki nad dziećmi w wieku poniżej 3 lat na terenie miasta

| Ofierowana forma | Wiek dzieci | Godziny otwarcia | Koszty (ponoszone przez rodziców) | Wielkość grupy | Schemat opieki | Organizator | Ważne informacje |
|---|---|---|---|---|--------------------------------|---|--|
| CALODNIOWA OPIEKA NAD DZIECKIEM | od 8 tygodnia | czas opieki ustalany indywidualnie | 75,- € do 275,- € (przy dofinansowaniu ze środków publicznych) w zależności od czasu sprawowania opieki | z reguły 1 do 5 dzieci | maks. 5 dzieci | Osoby indywidualne | Opieka w domu prywatnym, elastyczny czas opieki, opieka indywidualna, rodzinna atmosfera, udostępnianie wykwalifikowanych opiekunek/opiekunów do dzieci za pośrednictwem gieldy opieki całodziennej Nadzór: Miasto Frankfurt n. Menem |
| ŻŁOBEK (OSRODEK DLA DZIECI) | 8 tygodni do 3 lat | pon.-pt., godz. ~7.00 -~17.00, możliwość na pół dnia lub krócej | pobyt całodzienny 198,- €/miesiąc | 9 do 11 dzieci | 1 opiekun/ - ka: 5 dzieci | Placówka dziennej opieki nad dziećmi (Kita) Frankfurt | <ul style="list-style-type: none"> • personel z wykształceniem pedagogicznym • wyżywienie z własnej kuchni • wybrana Rada Rodziców |
| | grupa zróżnicowana wiekowo 1 rok do maks. 7 lat | pon.-pt., godz. ~7.00 -~17.00, możliwość na pół dnia lub krócej | pobyt całodzienny 198,- €/miesiąc* | 15 dzieci | 1 opiekun/ - ka: 5 dzieci | Placówka dziennej opieki nad dziećmi (Kita) Frankfurt | |
| ŻŁOBEK | 8 tygodni do 3 lat | pon.-pt., godz. ~7.00 -~17.00, możliwość na pół dnia lub krócej | pobyt całodzienny 198,- €/miesiąc* | 9 do 12 dzieci | 1 opiekun/ - ka: 5 dzieci | Instytucje niepubliczne | <ul style="list-style-type: none"> • personel z wykształceniem pedagogicznym • pełna opieka (wyżywienie, pieluchy) • wybrana Rada Rodziców |
| OŚRODEK DLA DZIECI | 1 do 7 lat | pon.-pt., godz. ~7.00 -~17.00, możliwość na pół dnia lub krócej | pobyt całodzienny 198,- €/miesiąc* | 15 do 18 dzieci | 1 opiekun/ - ka: 5 do 9 dzieci | Placówka dziennej opieki nad dziećmi (Kita) Frankfurt | <ul style="list-style-type: none"> • personel z wykształceniem pedagogicznym • wyżywienie • wybrana Rada Rodziców |
| PLACÓWKA DLA DZIECI W RÓŻNYM WIEKU | 1 do 7 lat i 1 do 12 lat | pon.-pt., godz. ~7.00 -~17.00, możliwość na pół dnia lub krócej | pobyt całodzienny 198,- €/miesiąc* | 9 do 12 dzieci | 1 opiekun/ - ka: 5 do 9 dzieci | Instytucje niepubliczne | <ul style="list-style-type: none"> • personel z wykształceniem pedagogicznym • pełna opieka (wyżywienie, pieluchy) • wybrana Rada Rodziców |
| PRYWATNE PRZED SZKOLE | 3 do 7 lat | pon.-pt., godz. ~7.00 -~17.00, możliwość na pół dnia lub krócej | pobyt całodzienny 198,- €/miesiąc* | 15 do 18 dzieci | 1 opiekun/ - ka: 5 do 6 dzieci | Instytucje niepubliczne | <ul style="list-style-type: none"> • personel z wykształceniem pedagogicznym • wyżywienie • wybrana Rada Rodziców |
| MINI-PRZEDSZKOLE | ok. 1,5 do 3 lat | 2-3 dni w tygodniu 3 godziny | ok. 90,- € do 130,- €/miesiąc | 6 do 12 dzieci | 1 opiekun/ - ka: 3 do 6 dzieci | Instytucje niepubliczne | <ul style="list-style-type: none"> • opieka maks. 3 dni w tygodniu, do południa i po południu |
| GRUPY RODZICE+DZIECI | 0 do 4 lat | 1,5 – 2 godziny 1 raz w tygodniu | ok. 4,- € za jedno spotkanie | 10 do 12 dzieci z rodzicami | 1 do 2 instruktorów kursu | Instytucje kościelne i pozostatek publicznego | W 1 fazie rodzinnej asysta wykwalifikowanych instruktorów, wzmacnianie kompetencji rodziców, pierwsze doświadczenia dziecka w grupie poprzez zabawę i ruch w obecności rodziców; oferty grupowe i miejsca spotkań na okres 1,5 do 3 lat. |
| FAMILIEN-INFO-CAFE | 0 do 3 lat | Prosimy pytać | bezpłatnie | w zależności od rozmiaru pomieszczenia do 30 rodzin | | Miasto Frankfurt Instytucje niepubliczne | W zależności od koncepcji: osoby po przeszkoleniu pracujące społecznie, pracownicy etatowi, personel z wykształceniem pedagogicznym. |

*Wysość pomocy uzależniona od dochodu. Istnieje możliwość skorzystania z niej za pośrednictwem Urzędu ds. Młodzieży i Spraw Socjalnych - Pomoc materialna dla młodzieży i rodziny – we właściwym Wydziale Spraw Społecznych Urzędu Miasta

Kochane pieniądze

Dziecko może wywrócić Twoją sytuację finansową do góry nogami. Pojawiają się nowe koszty i nowe przychody. W ważnych kwestiach tego rodzaju możesz liczyć na cztery urzędy: Kasę Rodzinną, Wydział Spraw Społecznych Urzędu Miasta, Centrum Aktywizacji Zawodowej oraz Urząd ds. Mieszkańców.

Zasiłek rodzinny...

...w wysokości 194 euro miesięcznie otrzymuje się po złożeniu wniosku w Kasie Rodzinnej.

**Kindergeld bei der Familienkasse in der Agentur für Arbeit Frankfurt
(Zasiłek rodzinny w Kasie Rodzinnej w Agencji Pracy we Frankfurcie)**

Fischerfeldstraße 10–12, 60311 Frankfurt n. Menem
tel.: 0800 455 553 0, faks: 069 217-12430
e-mail: familienkasse-hessen@arbeitsagentur.de
www.familienkasse.de



Zasiłek wychowawczy...

...jest uzależniony od dochodów.

Z reguły jest to 65% do 67% przeciętnego dochodu przed urodzeniem dziecka, dla wielu dzieci kwota zasiłku jest nieco wyższa, nie niższa jednak niż 300 euro. Rodzice, którzy pobierają świadczenia socjalne, takie jak zasiłek dla bezrobotnych lub zasiłek wychowawczy, mają doliczony do pobieranego świadczenia.

**Amt für Versorgung und Soziales
(Urząd ds. Zaopatrzenia i Spraw Socjalnych)**
Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 15671, e-mail: post@havs-fra.hessen.de

Zasiłek wychowawczy plus...

...jest szczególnie interesujący, jeżeli w pierwszym roku życia dziecka zamierzasz pracować w niepełnym wymiarze czasu pracy. Normalny miesiąc zasiłku wychowawczego staje się wtedy dwoma miesiącami zasiłku plus. Na takim zasiłku można przebywać nawet przez 24 miesiące. Wysokość zasiłku wychowawczego plus wynosi maksymalnie połowę tego zasiłku, który przysługuje Ci bez dochodu za pracę w niepełnym wymiarze. Jeżeli obydwój rodzice pracują przez cztery kolejne miesiące 25 do 30 godzin w tygodniu, otrzymują jako premię partnerską zasiłek wychowawczy plus wypłacany dodatkowo jeszcze przez cztery miesiące.

Dalsze informacje znajdziesz tu:

www.elterngeld-plus.de

**Amt für Versorgung und Soziales
(Urząd ds. Zaopatrzenia i Spraw Socjalnych)**
Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 15671, e-mail: post@havs-fra.hessen.de





Dodatek na dziecko...

...w wysokości maksymalnie 140 euro na miesiąc wypłaca również Kasa Rodzinna. Pary, które miesięcznie dysponują kwotą nie większą niż 900 euro, mogą składać wnioski o przyznanie dodatku na dziecko. Maksymalna granica dochodów dla pary rodzicielskiej z dwojgiem dzieci wynosi 1380 euro. Dla osób samotnie wychowujących dzieci górna granica wynosi 600 euro na miesiąc. Wniosek o przyznanie dodatku na dziecko można złożyć również w Kasie Rodzinnej. Informacje na stronie: www.kinderzuschlag.de

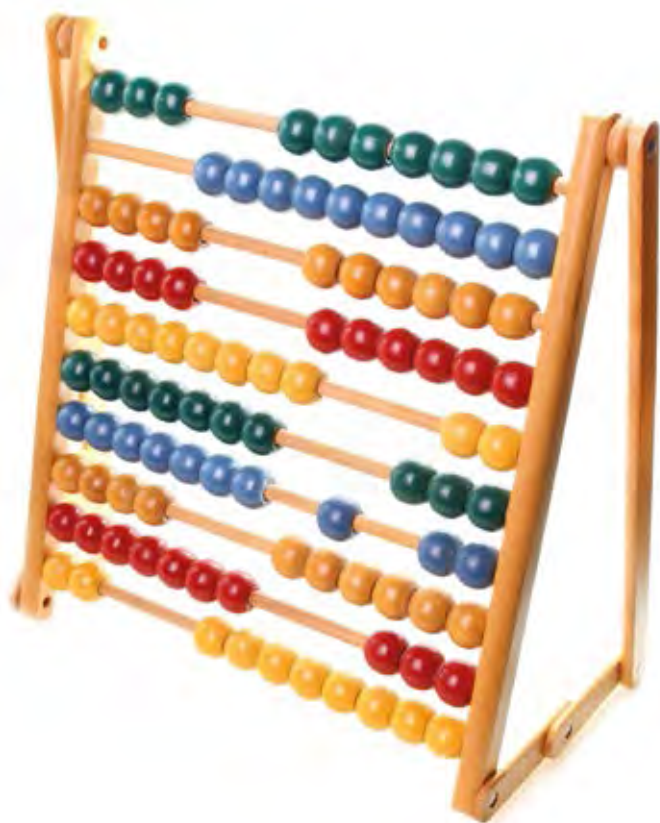
Zasiłek alimentacyjny

Jeśli jako osoba samotnie wychowująca dziecko nie otrzymujesz od drugiego z rodziców żadnych alimentów lub są to alimenty niskie, możesz skorzystać z prawa do zasiłku alimentacyjnego zgodnie z obowiązującymi przepisami. Zwróć się z zapytaniem do właściwego Wydziału Spraw Społecznych Urzędu Miasta.

Kiedy sytuacja finansowa jest trudna...

...porady udzieli Wydział Spraw Społecznych w danej dzielnicy miasta, na przykład w zakresie pomocy materialnej, zasiłku alimentacyjnego lub w kwestiach przepisów regulujących prawo do świadczeń dla osób ubiegających się o azyl.

Wydziały Spraw Społecznych znajdziesz na stronie www.frankfurt.de. Możesz też zadzwonić na infolinię pod numer 069 212-44900 i zapytać w Urzędzie ds. Młodzieży i Spraw Socjalnych o właściwy Wydział Spraw Społecznych.



SOZIALRATHÄUSER WYDZIAŁY SPRAW SPOŁECZNYCH URZĘDU MIASTA

Dla dzielnic Fechenheim, Riederwald, Seckbach i Bergen-Enkheim

Sozialrathaus Ost, Voltenseestraße 2
60388 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-41211
e-mail: srh-ost@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Alt- und Innenstadt, Bornheim, Nordend i Ostend

Sozialrathaus Ost, Dienstort Bornheim
Eulengasse 64, 60385 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-30547, e-mail: srh-ost@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Bockenheim, Rödelheim, Hausen, Praunheim i Westend-Süd

Sozialrathaus Bockenheim, Rödelheimer Straße 45
60487 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-74304
e-mail: srh-bockenheim@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Dornbusch, Westend-Nord, Nordend-West, Eschersheim, Eckenheim i Preungesheim

Sozialrathaus Dornbusch, Am Grünhof 10
60320 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-70735
e-mail: srh-dornbusch@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Griesheim, Gallusviertel, Gutleutviertel i Bahnhofsviertel

Sozialrathaus Gallus, Rebstöcker Straße 8
60326 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-38189
e-mail: srh-gallus@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Zeilsheim, Unterliederbach, Sossenheim, Nied, Höchst i Sindlingen

Sozialrathaus Höchst, Palleskestraße 14
65929 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-45527
e-mail: srh-hoechst@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Niederursel, Heddernheim, Ginnheim, Kalbach-Riedberg, Bonames, Frankfurter Berg, Berkersheim, Harheim, Nieder-Erlenbach, Nieder-Eschbach i Praunheim

Sozialrathaus Nord, Jugend- und Sozialamt
Emil-von-Behring-Straße 14, 60439 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-32274, e-mail: srh-nord@stadt-frankfurt.de

Dla dzielnic Sachsenhausen-Süd, Sachsenhausen-Nord, Oberrad, Niederrad, Goldstein i Schwanheim

Sozialrathaus Sachsenhausen, Paradiesgasse 8
60594 Frankfurt n. Menem, tel.: 069 212-33811
e-mail: srh-sachsenhausen@stadt-frankfurt.de



Karnet rabatowy Frankfurt-Pass...

...otrzymasz po złożeniu wniosku w Wydziale Spraw Społecznych, w przypadku dochodów nie wyższych niż 1181 euro w dwuosobowym gospodarstwie domowym lub 1449 euro w gospodarstwie trzyosobowym. Granica dochodu zwiększa się o 269 euro za każdego kolejnego członka wspólnego gospodarstwa domowego. Frankfurt-Pass umożliwia przykładowo zniżkowy wstęp do muzeów, zoo, palmiarni, teatrów i kąpielisk. Z jego pomocą otrzymasz także karnety miesięczne na RMV we Frankfurcie. Zalecamy, aby również dzieci miały miejski paszport Frankfurtu.

Kwestie zasiłku dla bezrobotnych (Hartz IV)...

...wyjaśni Centrum Aktywizacji Zawodowej. Do pobierania zasiłku uprawnione są wszystkie osoby zdolne do pracy zarobkowej w wieku między 15 a 65 rokiem życia, które spełniają kryterium granicy ubóstwa. W razie zmiany wynajmowanego mieszkania przysługuje ponadto dodatek na jego wyposażenie, kuchenkę, pralkę itp. Kobiety w ciąży oraz osoby samotnie wychowujące dzieci mogą zgłaszać większe potrzeby.

Jobcenter Frankfurt
(Centrum Aktywizacji Zawodowej)
tel.: 069 217-13493
www.arbeitsagentur.de

Pakiet edukacji i współuczestnictwa...

...jest ważny dla rodziców pobierających zasiłek dla bezrobotnych II, zasiłek socjalny, dodatek na dziecko lub mieszkaniowy albo mających niewielki dochód. Otrzymasz dodatki w postaci pakietu na kształcenie i uczestnictwo np. po to, by uczęszczać z dzieckiem na naukę pływania, ćwiczyć w klubie sportowym, dostaniesz dodatek obiadowy w żłobku i wiele

innych. Centrum Aktywizacji Zawodowej lub Wydział Spraw Społecznych chętnie udzielią porady. Wnioski wraz z wymaganymi dokumentami należy składać osobiście lub wysłać do właściwego miejscowo Centrum Aktywizacji Zawodowej (dla osób pobierających świadczenia zgodne z SGB II i osób zdolnych do pracy zarobkowej) lub do Wydziału Spraw Społecznych (dla osób pobierających świadczenia zgodne z SGB XII i osób niezdolnych do pracy zarobkowej). Osoby pobierające zasiłek mieszkaniowy oraz dodatek na dziecko wysyłają swój wniosek na adres:

Zentrales Team, 51.A66,
Mainzer Landstraße 315–321,
60326 Frankfurt n. Menem

**Team Bildung und Teilhabe
(Sekcja Edukacji i Współuczestnictwa)**
tel.: 069 212-33133
e-mail: Bildung-Teilhabe@stadt-frankfurt.de
Wnioski i informacje dostępne na stronach:
www.frankfurt.de oraz www.jobcenter-ge.de.

Kiedy mieszkanie staje się za małe...

...Wydział ds. Mieszkaniowych udostępnia mieszkania socjalne. W wydziale tym można również znaleźć Biuro Porad i Obsługi Projektów Mieszkaniowych, jeśli rodzice mają w planie zrealizować projekt mieszkaniowy wspólnie z innymi rodzinami. Tam również można dowiedzieć się więcej o warunkach, które uprawniają matki i ojców o niskich dochodach do złożenia wniosku o przyznanie zasiłku mieszkaniowego.

Amt für Wohnungswesen (Wydział Spraw Mieszkaniowych)

Adickesallee 67–69, 60322 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-34742

Informacja telefoniczna dotycząca zasiłku mieszkaniowego:
069 212-47100

www.wohnungsamt.frankfurt.de





Pomoc finansowa na pieluchy i całą resztę

Organizacja pro familia, jak i działające przy kościołach poradnie rozdzielają w indywidualnych sytuacjach środki pochodzące z „Federalnej Fundacji Matki i Dziecka – ochrona życia poczętego”, przeznaczone na niezbędne zakupy związane z ciążą i porodem, a także udzielają pomocy przy składaniu wniosku (możliwie do 28 tygodnia ciąży). Wymogiem dla ciężarnych bez paszportu niemieckiego jest zezwolenie na osiedlenie się, prawo pobytu, które musi być ważne jeszcze w momencie porodu lub tzw. tymczasowe zezwolenie dla studentów zagranicznych.

Caritas, Służba Socjalna Kobiet Katolickich i Diakonie mają dodatkowo do dyspozycji środki pochodzące z fundacji kościelnych. Poradnia dla kobiet prowadzona przez instytucję dobroczynną Diakonisches Werk rozdaje środki „Fundacji dla Życia” kościoła ewangelickiego w Hesji i w Nassau tym kobietom, które nie otrzymują pomocy od fundacji federalnej. Wysokość udzielanego wsparcia jest zmienna i rozpatrywana osobno dla każdego przypadku, w zależności od stopnia jego skomplikowania. Wsparcie nie jest zależne od przepisów regulujących kwestie cudzoziemców, przykładowo z pomocy tej mogą korzystać kobiety ubiegające się o azyl. Wniosek o udzielenie wsparcia finansowego można złożyć dopiero po urodzeniu dziecka.



Poradnia dla Kobiet Caritas, jak i Służba Socjalna Kobiet Katolickich rozdzielają środki z Biskupiego Funduszu Pomocniczego w diecezji Limburg. Pomoc ta trafia do kobiet znajdujących się w szczególnie trudnym położeniu, również w sytuacjach związanych z przepisami prawa dotyczącymi cudzoziemców. Złożenie wniosku przebiega niezależnie od wniosku złożonego w fundacji federalnej.



Kobiety pobierające zasiłek dla bezrobotnych lub korzystające z pomocy społecznej mają od 13 tygodnia ciąży prawo do zasiłku dla ciężarnych ze względu na zwiększone potrzeby. Jego wysokość wynosi 17% podstawowej stawki świadczeń socjalnych.

Poza tym mają również prawo do jednorazowego zasiłku na zakup koniecznej wyprawki dla dziecka (ubranka, łóżeczko, szafa na ubrania, używany wózek dziecięcy, podkład do przewijania). We Frankfurcie pomoc tego rodzaju wynosi do 550 euro; w przypadku posiadania już jednego dziecka w wieku poniżej dwóch lat pomoc ta ulega zmniejszeniu do kwoty 275 euro. Wsparcie finansowe pochodzące z „Federalnej Fundacji Matki i Dziecka” nie jest uwzględniane.



Wniosek należy złożyć w okresie trzech miesięcy przed rozwiązaniem.

Kobiety pobierające zasiłek dla bezrobotnych zwracają się do Centrów Aktywizacji Zawodowej, natomiast kobiety otrzymujące zasiłek socjalny zgłaszają się do Wydziałów Spraw Społecznych.

**Beratungsstelle für Frauen
(Poradnia dla Kobiet)**

Alfred-Brehm-Platz 17, 60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 943 502 30, faks: 069 943 502 35
e-mail: bff.zefra@diakonischeswerk-frankfurt.de
www.diaakonischeswerk-frankfurt.de/zefra

**Caritasverband Frankfurt e.V. Frauenberatung
(Stowarzyszenie Caritas Frankfurt
Poradnia dla Kobiet)**

Affentorplatz 1, 60594 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 254 931 22, faks: 069 254 931 50
e-mail: frauenberatung@caritas-frankfurt.de

pro familia

Palmengartenstraße 14, 60325 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 907 447 44, faks: 069 907 447 30
e-mail: frankfurt-main@profamilia.de
www.profamilia.de

**Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
(Służba Społeczna Kobiet Katolickich)**

Kriegkstraße 36, 60326 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 973 82 30
e-mail: monikahaus@skf-frankfurt.de
www.skf-frankfurt.de

Jeszcze jakieś pytania?...

Placówki informacji rodzinnej powiedzą Ci, które władze są kompetentne w danej sprawie od A jak adopcja, po Z jak zasiłki. O placówkach informacji rodzinnej w całej Hesji dowiesz się pod numerem 0180 235 83 76 wg taryfy lokalnej. W sprawie dalszych pytań do dyspozycji jest Kinderbüro we Frankfurcie:

FRANKFURTER KINDERBÜRO

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt n. Menem

tel.: 069 212-39001, e-mail: info@frankfurter-kinderbuero.de

www.frankfurter-kinderbuero.de

godz. otwarcia: pn.– pt., 9.00–17.00,

U4: przystanek Höhenstraße

Lista adresów



Agentur für Arbeit Frankfurt

Fischerfeldstraße 10–12, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 0800 455 553 0

Aktion Moses: 069 973 8230

Amt für Wohnungswesen

Adickesallee 67–69, 60322 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-34742
Servicetelefon für Wohngeld: 069 212-47100
www.wohnungsamt.frankfurt.de

Amt für multikulturelle Angelegenheiten (Amka)

AmkA.Info – Information, Orientierung, Vermittlung
Mainzer Landstraße 293, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-41515, E-Mail: amka.info@stadt-frankfurt.de
www.amka.de, www.vielfalt-bewegt-frankfurt.de

Anlaufstelle für Mädchen und Frauen, die von sexualisierter, digitaler und körperlicher Gewalt bedroht oder betroffen sind

Kasseler Straße 1a, 60486 Frankfurt am Main
Telefon: 069 709 494
E-Mail: info@frauennotruf-frankfurt.de
www.frauennotruf-frankfurt.de
Informationen für die Versorgung nach einer Vergewaltigung finden Sie unter: [soforthilfe-nach-vergewaltigung.de](#)

Arbeitskreis Jugendzahnpflege für Frankfurt und den Main-Taunus-Kreis

Mainluststraße 17, 60329 Frankfurt am Main
Telefon: 069 232 414, E-Mail: info@akj-frankfurt.de



Babylotsen in Frankfurt: www.babylotse-frankfurt.de

Beratungsstelle für Frauen

Alfred-Brehm-Platz 17, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 943 502 30, Fax: 069 943 502 35
E-mail: bff.zefra@diakonischeswerk-frankfurt.de
www.diakonischeswerk-frankfurt.de/zefra

Beratung und Begegnung für Frauen

Caritasverband Frankfurt e.V.
Affentorplatz 1, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 069 254 931-22, Fax: 069 254 931-50
E-Mail: frauenberatung@caritas-frankfurt.de

Beratungs- und Interventionsstelle Frauen helfen Frauen e.V.

Berger Straße 40–42, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 489 865 51, E-Mail: info@frauenhaus-ffm.de
www.frauen-helfen-frauen-ffm.de

Beratungs- und Interventionsstelle für Frauen

Beratungszentrum am Frauenhof
Schwanheimer Straße 7, 60528 Frankfurt am Main
Telefon: 069 430 547-66, Fax: 069 430 547-67
Mobil: 0172 619 89 84
E-Mail: beratung@frauenhaus-frankfurt.de
www.frauenhaus-frankfurt.de

BMFSJF Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Telefon: 030 201 791 30

Bund freiberuflicher Hebammen Deutschland

Telefon: 069 795 349 71, E-Mail: geschaeftsstelle@bfhd.de
www.bfhd.de



Caritasverband Frankfurt e.V.

Frauenberatung
Affentorplatz 1, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 069 254 931 22, Fax: 069 254 931 50
E-Mail: frauenberatung@caritas-frankfurt.de
www.caritas-frankfurt.de



Deutscher Kinderschutzbund

Bezirksverband Frankfurt am Main e.V.
Comeniusstraße 37, 1. Stock, 60389 Frankfurt am Main
Telefon: 069 970 901 10
E-Mail: dksb@kinderschutzbund-frankfurt.de
www.kinderschutzbund-frankfurt.de

Drogenreferat

Alte Mainzer Gasse 37, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-30124
E-Mail: drogenreferat@stadt-frankfurt.de
www.drogenreferat.stadt-frankfurt.de



Elterngeldstelle beim Amt für Versorgung und Soziales

Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt am Main
Telefon 069 15671, E-Mail: post@havs-fra.hessen.de

Evangelische Familienbildung

Darmstädter Landstraße 81, 60598 Frankfurt am Main
Telefon: 069 605 004-11 Kursinformationen/Anmeldebüro
Telefon: 069 605 004-40 Sekretariat
E-Mail: Anmeldung.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de
E-Mail: info.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de
www.familienbildung-ffm.de

Elterntelefon: 0800 111 0 550

Evangelische Familienbildung Höchst

Leverkuser Straße 7, 65929 Frankfurt am Main
Telefon: 069 759 367 280
E-Mail: Familienzentrum.hoechst@frankfurt-evangelisch.de
www.familienbildung-ffm.de

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Goldstein

An der Schwarzbachmühle 18b, 60529 Frankfurt am Main
Telefon: 069 660 557 771 0, Fax: 069 660 557 771 9
E-Mail: kifaz.goldstein@diakonischeswerk-frankfurt.de

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Innenstadt

Bleichstraße 44, 60313 Frankfurt am Main
Telefon: 069 292 384
E-Mail: kifaz.innenstadt@diakonischeswerk-frankfurt.de



FamilienGesundheitsZentrum

Neuhofstraße 32 H, 60318 Frankfurt am Main
Günthersburgallee 14 H, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 591 700, Fax: 069 593 129
E-Mail: info@fgzn.de

Familien-Markt

Röntgenstraße 10, 60388 Frankfurt am Main
Telefon: 069 247 514 9-6550

Familienzentrum Monikahaus

Kriegkstraße 36, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069 973 82 30
E-Mail: monikahaus@skf-frankfurt.de
www.skf-frankfurt.de

FiM – Frauenrecht ist Menschenrecht e.V.

Varrentrapstraße 55, 60486 Frankfurt am Main
Telefon: 069 970 979 70
E-Mail: info@fim-beratungszentrum.de
www.fim-frauenrecht.de

Frankfurter Kinderbüro

Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-39001
E-Mail: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
Öffnungszeiten: Mo.– Fr., 9.00–17.00 Uhr
U4: Haltestelle Höhenstraße

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon

0800 20 10 111 (gebührenfrei)
Mo.– Fr., 8.00–23.00 Uhr
Sa., So. und Feiertage 10.00–23.00 Uhr

Frankfurt University of Applied Sciences

Familienbüro
Nibelungenplatz 1, Gebäude 6 / 2.OG
60318 Frankfurt am Main
Telefon: 069 153 328 66
E-Mail: familienbuero@abt-sb.fra-uas.de

Frauennotruf: 069 709 494

Frühförderstellen und die sozialpädiatrischen Zentren finden Sie unter www.asffh.de



Gesundheitsamt

Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-33970
E-Mail: info.gesundheitsamt@stadt-frankfurt.de
www.gesundheitsamt.stadt-frankfurt.de

Giftnotruf: 06131 19240

Goethe-Universität

www.uni-frankfurt.de/39392181/familie



Handwerkskammer Frankfurt-Rhein-Main

Bockenheimer Landstraße 21, 60325 Frankfurt am Main
Telefon: 069 971 72-818, E-Mail: service@hwk-rhein-main.de
www.hwk-rhein-main.de

Hessisches Amt für Versorgung und Soziales

Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 15671



IB Kinder- und Familienzentrum Griesheim

Platanenstraße 11, 65933 Frankfurt am Main
Telefon: 069 219 389 7-13/-17, Fax: 069 219 389 711
E-Mail: kifaz-griesheim-frankfurt@ib.de
www.ib-kitas.de/angebote/standort/210624

IHK Frankfurt am Main

Börsenplatz 4, 60313 Frankfurt am Main
Telefon: 069 2197 1207 oder 1508
E-Mail: info@frankfurt-main.ihk.de, www.frankfurt-main.ihk.de

Infobörse Kindertagesbetreuung

Seehofstraße 41, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-36564
E-Mail: infoboerse.kitas@stadt-frankfurt.de
www.frankfurt.de/kinderbetreuung

Informationszentrum für Männerfragen e.V.

Sandweg 49, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 495 04 46
E-Mail: infozentrum@maennerfragen.de
www.maennerfragen.de

Internationales Familienzentrum e.V. (IFZ)

Interkulturelle Familienbildung
Ostendstraße 70, 60314 Frankfurt am Main
Telefon: 069 943 444-0
E-Mail: gusti-gebhardt-haus@ifz-ev.de
www.ifz-e.de



Jobcenter Frankfurt

Telefon: 069 217-13493, www.arbeitsagentur.de

Jugendjobcenter

Hainer Weg 44, 60599 Frankfurt am Main
Telefon: 069 217-13493, E-Mail: jobcenter-frankfurt-am-main.jugendjobcenter@jobcenter-ge.de



Katholische Familienbildung Frankfurt

Tituscorso 2b, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 133 077 900
E-Mail: fbs-frankfurt@bistumlimburg.de
www.fbs-frankfurt.de

Kinderärztlicher Notdienst in der Uniklinik

Theodor-Stern-Kai 7, Haus 32 Eingang C
60596 Frankfurt am Main, Telefon: 069 630-17170
Notaufnahme Telefon: 069 630-15249

Kindergeld bei der Familienkasse in der Agentur für Arbeit Frankfurt

Fischerfeldstraße 10–12, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 0800 455 553 0, Fax: 069 217-12430
E-Mail: familienkasse-hessen@arbeitsagentur.de
www.familienkasse.de

Kindernotfallambulanz in der Kinderklinik am Klinikum Frankfurt Höchst

Gotenstraße 6–8, 65929 Frankfurt am Main
Telefon: 069 310 633 22

Kinder- und Familienzentrum Eckenheim

Sigmund-Freud-Straße 119, 60435 Frankfurt am Main
Telefon: 069 954 150 60
E-Mail: kifaz.eckenheim@stadt-frankfurt.de

Kinder- und Familienzentrum Fechenheim

Familienbildung im Kinder- und Familienzentrum Fechenheim
Am Hennsee 21, 60386 Frankfurt am Main
Telefon: 069 426 940 79, Fax: 42 69 45 70
E-Mail: familienbildung-kifaz@fgzn.de, www.fgzn.de/kifaz

Kinder- und Familienzentrum Monikahaus

Kriegkstraße 32–36, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069 973 823 0, Fax: 069 973 823 55
E-Mail: monikahaus@skf-frankfurt.de

Kinder- und Familienzentrum Morgenstern

Platenstraße 77, 60431 Frankfurt am Main
Telefon: 069 560 202 58, Fax: 069 560 202 69
E-Mail: kifaz.morgenstern@caritas-frankfurt.de
www.caritas-frankfurt.de

Kinder- und Familienzentrum Nordwest

Thomas-Mann-Straße 6b, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 957 761 96, Fax: 069 576 086 17
E-Mail: kifaz-nordwest@bvz-frankfurt.de
www.kifaz-nordwest.de

Kinder- und Familienzentrum Ostend

Ostendstraße 70–72, 60314 Frankfurt am Main
Telefon: 069 403 547 11, Fax: 069 403 547 12
E-Mail: kifaz-ostend@ifz-ev.de, www.ifz-ev.de

Kinder- und Familienzentrum Riederwald

Raiffeisenstraße 70, 60386 Frankfurt am Main
Telefon: 069 421 066, E-Mail: kifaz-riederwald@gmx.de
www.kifaz-riederwald.de

Kleider am Alleehaus, Königsteinerstraße 130

65929 Frankfurt am Main, Telefon: 069 300 646 92

Kleiderladen Griesheim

Alte Falterstraße 16, 65933 Frankfurt am Main
Telefon: 069 353 506 16

Kleiderladen Sachsenhausen

Elisabethenstraße 15–17, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 0173 248 918 8



Landesverband Hessischer Hebammen

www.hebammen-hessen.de
Telefon: 0561 316 064 4, E-Mail: info@hebammen-hessen.de



Mainova Notruf: 213 881 10

MUKIVA Kinder- und Familienzentrum e.V.

Rendeler Straße 48, 60385 Frankfurt am Main
Telefon: 069 447 460, E-Mail: info@mukiva.de
www.mukiva.de



Nachbarschaftszentrum Ginnheim e.V.

Ginnheimer Hohl 14, HH, 60431 Frankfurt am Main
Telefon: 069 530 566 79, E-Mail: info@nbz-ginnheim.de
www.nbz-ginnheim.de

Selbsthilfe und Nachbarschaftszentrum Ostend e.V.

Waldschmidtstraße 39, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 439 645, Fax: 069 436 972
E-Mail: info@nbz-ostend.de, www.nbz-ostend.de

Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe

Sophienstraße 28, 60487 Frankfurt am Main
Telefon: 069 951 03 30, www.notmuetterdienst.de



pro familia

Palmengartenstraße 14, 60325 Frankfurt am Main
Telefon: 069 907 447 44, Fax: 069 907 447 30
E-Mail: frankfurt-main@profamilia.de, www.profamilia.de



Schreibambulanz des SPZ/Clementine Kinderhospital
Theobald-Christ-Straße 10, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 943 409 539, E-Mail: spz@vae-ev.de
www.spz-frankfurt.de

Selbsthilfekontaktstelle

Sonnemannstraße 3, 60314 Frankfurt am Main
Telefon: 069 559 444, Fax: 069 559 380
E-Mail: service@selbsthilfe-frankfurt.net
www.selbsthilfe-frankfurt.net

Sorgentelefon für Kinder und Jugendliche

0800 111 03 33

SOS Kinder- und Familienzentrum Sossenheim

Alt Sossenheim 9, 65936 Frankfurt am Main
Telefon: 069 370 043 0-0, Fax: 069 3700 430-29
E-Mail: kd-frankfurt@sos-kinderdorf.de
www.sos-kinderdorf-frankfurt.de

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

Kriegkstraße 32–36, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069 973 82 30
E-Mail: monikahaus@skf-frankfurt.de, www.skf-frankfurt.de

SOZIALRATHÄUSER

Für Fechenheim, Riederwald, Seckbach und Bergen-Enkheim

Sozialrathaus Ost, Voltenseestraße 2
60388 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-41211
E-Mail: srh-ost@stadt-frankfurt.de

Für Alt- und Innenstadt, Bornheim, Nordend, Ostend

Sozialrathaus Ost, Dienstort Bornheim
Eulengasse 64, 60385 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-30547, E-Mail: srh-ost@stadt-frankfurt.de

Für Bockenheim, Rödelheim, Hausen, Praunheim und Westend-Süd

Sozialrathaus Bockenheim, Rödelheimer Straße 45
60487 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-74304
E-Mail: srh-bockenheim@stadt-frankfurt.de

Für Dornbusch, Westend-Nord, Nordend-West, Eschersheim, Eckenheim und Preungesheim

Sozialrathaus Dornbusch, Am Grünhof 10
60320 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-70735
E-Mail: srh-dornbusch@stadt-frankfurt.de

Für Griesheim, Gallusviertel, Gutleutviertel und Bahnhofsviertel

Sozialrathaus Gallus, Rebstöcker Straße 8
60326 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-38189
E-Mail: srh-gallus@stadt-frankfurt.de

Für Zeilsheim, Unterliederbach, Sossenheim, Nied, Höchst und Sindlingen

Sozialrathaus Höchst, Palleskestraße 14
65929 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-45527
E-Mail: srh-hoechst@stadt-frankfurt.de

Für Niederursel, Heddernheim, Ginnheim, Kalbach-Riedberg, Bonames, Frankfurter Berg, Berkersheim, Harheim, Nieder-Erlenbach, Nieder-Eschbach und Praunheim

Sozialrathaus Nord, Jugend- und Sozialamt
Emil-von-Behring-Straße 14, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212 32274, E-Mail: srh-nord@stadt-frankfurt.de

Für Sachsenhausen-Süd, Sachsenhausen-Nord, Oberrad, Niederrad, Goldstein und Schwanheim

Sozialrathaus Sachsenhausen, Paradiesgasse 8
60594 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-33811
E-Mail: srh-sachsenhausen@stadt-frankfurt.de

Studentenwerk Frankfurt

Telefon: 0180 178 83 36



Team Bildung und Teilhabe

Telefon: 069 212-33133
E-Mail: Bildung-Teilhabe@stadt-frankfurt.de
Anträge und Informationen im Internet unter
www.frankfurt.de und www.jobcenter-ge.de



VbFF – Verein zur beruflichen Förderung von Frauen e.V.

Walter-Kolb-Straße 1–7, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 069 795 09 90, E-Mail: info@vbff-ffm.de
www.vbff-ffm.de

Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V.

Adalbertstraße 15–17, 60486 Frankfurt am Main
Telefon: 069 979 818 84, E-Mail: info@vamv-frankfurt.de
www.vamv-frankfurt.de

Verband binationaler Familien und Partnerschaften, iaf e.V.

Ludolfusstraße 2–4, 60487 Frankfurt am Main
Telefon: 069 713 75 60
E-Mail: frankfurt@verband-binationaler.de
www.frankfurt.verband-binationaler.de



Walter-Kolb-Stiftung e.V.

Braubachstraße 30-32, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-40900, Fax: 069 212-40901
E-Mail: info@walter-kolb-stiftung.de

World Shop Frankfurt

Mainzer Landstraße 349 (im Hinterhof), 60326 Frankfurt
Telefon: 069 951097240, E-Mail: worldshop@gffb.de



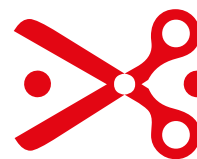
Zentrum Familie – Haus der Volksarbeit e.V.

Eschenheimer Anlage 21, 60318 Frankfurt am Main
Telefon: 069 15010
E-Mail: kontakt@hdv-ffm.de, www.hdv-ffm.de

W niebezpieczeństwie

Jeśli pojawią się poważne wątpliwości, tutaj znajdziesz właściwe kontakty. Tak więc, jeśli stwierdzisz, że Twój dziesięciomiesięczny maluszek napił się płynu do naczyń albo połknął tabletki aspiryny, jeśli Twój partner/partnerka używa przemocy, jeśli jesteś w niechcianej ciąży

albo jeśli ciągły płacz dziecka przekracza granice Twojej wytrzymałości, to pomogą na pewno poniższe numery telefonów do właściwych instytucji, które udzielą Ci wsparcia w danej sytuacji.



Policja: 110

Straż pożarna: 112



Telefon alarmowy w przypadkach zatruc: 06131 19240

Pogotowie: 112

Pogotowie pediatryczne w Klinice Uniwersyteckiej: 069 630-17170

Pogotowie pediatryczne w Klinice Uniwersyteckiej –

nagłe przypadki: 069 630-15249

Poradnia dziecięca dla nagłych przypadków w Klinice Dziecięcej:

069 310 633 22

Poradnia dla dzieci płaczących: 069 943 409 539

Telefoniczna pomoc dla dzieci i młodzieży: 0800 20 10 111

Telefon alarmowy dla kobiet: 069 709 494

Aktion Moses*: 069 973 823 0

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży: 0800 111 03 33

Telefon dla Rodziców: 0800 111 0 550

Kinderbüro: 069 212-39001

Mainova telefon alarmowy: 069 213 88110

*„Aktion Moses” oferuje kobietom w ciąży przeżywającym ciężki kryzys życiowy pomoc i rozmowę.





FRANKFURTER KINDERBÜRO

Schleiermacherstraße 7
60316 Frankfurt n. Menem

tel.: 069 212-39001
faks: 069 430 247
e-mail: kinderbuero@stadt-frankfurt.de
www.frankfurter-kinderbuero.de

godziny otwarcia: pon. – pt. godz. 9.00 – 17.00

U4: przystanek Höhenstraße

STADT  FRANKFURT AM MAIN

STOPKA REDAKCYJNA

Wydawca:
FRANKFURTER KINDERBÜRO
Schleiermacherstraße 7
60316 Frankfurt n. Menem
tel.: 069 212-39001

Tekst: Susanne Schmidt-Lüer

Koncepcja + opracowanie:
SchneiderWagner Kommunikation
www.schneiderwagner.de

Zdjęcia: fotolia,
istock (27, 45), shutterstock (19)

Wszystkie informacje bez gwarancji
Przedruk wyłącznie za pisemnym
pozwoleniem Wydawcy
© Frankfurter Kinderbüro 2018

Stand 11/2018

