
Willkommen
in Mainz

Landeshauptstadt
Mainz

Der Kinderschutzbund
Orts- und Kreisverband
Mainz

## *Willkommen in Mainz*

Liebe Eltern,

wir gratulieren Ihnen von Herzen zur Geburt Ihres Kindes! Jedes Kind, das in unserer Landeshauptstadt Mainz das Licht der Welt erblickt, ist für uns eine große Freude und eine wunderbare Bereicherung.

Für Sie als Familie beginnt nun eine aufregende Zeit voller Freude, Glück und neuer Aufgaben. Der Alltag stellt sich auf den Kopf, vieles ist ungewohnt und ganz natürlich tauchen dabei auch mal offene Fragen auf.

Damit Sie in dieser besonderen Phase bestens begleitet sind, stehen Ihnen die Landeshauptstadt Mainz – insbesondere das Amt für Jugend und Familie – und der Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen als verlässliche Partner zur Seite. Mit der beigefügten Infomappe möchten wir Ihnen die ersten Schritte im neuen Familienalltag erleichtern. Darin haben wir wertvolle Tipps, hilfreiche Kontakte und spannende Angebote für Sie gebündelt.

Entdecken Sie gemeinsam, was Mainz zu einer so familienfreundlichen Stadt macht. Wir sind für Sie da, wenn Sie uns brauchen.

Für Ihre gemeinsame Zukunft wünschen wir Ihnen alles erdenklich Gute, viel Gesundheit und eine wunderschöne Kennenlernzeit!

Herzliche Grüße

Nino Haase, Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Mainz

Jana Schmöller, Dezernentin für Soziales, Kinder, Jugend und Gesundheit
der Landeshauptstadt Mainz

Katharina Gutsch, Vorständin des Kinderschutzbundes Mainz und Rheinhessen

## *Inhalt*

**Unterstützung nach der Geburt ..... 4**
Kostenloser Willkommensbesuch und Willkommensgeschenk ..... 4
Hebammen ..... 4
Anbieter von Familienbildung ..... 5
Offene Treffs für Familien ..... 6
Familienhebammen & Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegende ..... 6
Kinderschirm ..... 7
Haushaltshilfen und Mütterpflegerinnen ..... 7
Beeinträchtigung, Behinderung und psychische Erkrankung ..... 7
**Infos rund ums Aufwachsen Ihres Kindes ..... 8**
Kindergesundheit ..... 8
Stillen und Beikost ..... 9
Schlaf ..... 9
Schreien ..... 9
Tipps für eine sichere Bindung ..... 10
Infos zu Medien ..... 10
**Finanzen und Beurkundungen ..... 12**
Im Überblick: Was nach der Geburt zu erledigen ist ..... 12
Checkliste ..... 13
Sorgeerklärung und Anerkennung der Elternschaft ..... 13
Übersicht verschiedener Familienleistungen ..... 13
MainzPass ..... 13
Unterhalt ..... 14
Beistandschaft ..... 14
Vergünstigte Kleidung ..... 15
**Kinderbetreuung in Mainz ..... 16**
Kindertagesstätten (Kitas) ..... 16
Kindertagespflege ..... 16
Weitere Unterstützungsangebote bei der Kinderbetreuung ..... 17
**Beratung ..... 17**
Fachstelle Frühe Hilfen, Kinderschutz und Familienbildung ..... 17
Schwangerschaftsberatungsstellen ..... 18
Erziehungs- und Familienberatungsstellen ..... 18

Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD)..... 19

**Notruf- und Infonummern .....20**

**Dank und Kontakt .....21**

Die aufgeführten Angebote in dieser Infomappe richten sich an **alle** Familien. Unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Behinderung, sexueller Orientierung, Familienkonstellation, Einkommen und/oder Religion sind alle Kinder und Erwachsenen **herzlich willkommen**!

Eine **Online-Version** der Infomappe können Sie über den QR-Code oder unter www.mainz.de/willkommen-in-mainz-mappe herunterladen.

## *Unterstützung nach der Geburt*

### *Kostenloser Willkommensbesuch und Willkommensgeschenk*

Das **kostenlose Gesprächs- und Informationsangebot** „Willkommen in Mainz“ richtet sich ergänzend zu unserer Infomappe an alle Mainzer Familien und Alleinerziehenden. Ehrenamtliche Mitarbeitende des Kinderschutzbundes Mainz und Rheinhessen kommen zu Ihnen, hören zu, beantworten Fragen und helfen bei Bedarf, die passende Unterstützung in Mainz zu finden.

Vielleicht suchen Sie ja noch einen Eltern- oder Sprachkurs mit Kinderbetreuung, Ihr Kind hat besondere Bedürfnisse, Sie sind erkrankt, brauchen Erläuterungen zur Infomappe oder haben ganz andere Bedarfe und Fragen? Dann lassen Sie sich gerne beraten.

Vereinbaren Sie direkt einen Wunschtermin und -ort**. Die Besuche können bei Ihnen zu Hause oder an einem Ort Ihrer Wahl stattfinden**. Bei dem Besuch erhalten Sie zudem ein **Willkommens-geschenk**!

**Der Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen**
Ludwigsstraße 7, 55116 Mainz
06131 614191
willkommen-in-mainz@kinderschutzbund-mainz.de
www.kinderschutzbund-mainz.de/angebote/willkommen-in-mainz

### *Hebammen*

Hebammen sind nicht nur während der Schwangerschaft, sondern auch nach der Geburt wichtige Ansprechpersonen. **Jede versicherte Schwangere oder Entbundene kann kostenfreie Hebammenhilfe in Anspruch nehmen**. Die Kosten übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen. Privatversicherte müssen ihre Leistungsansprüche bei ihrer Krankenkasse erfragen.

Angebote der Hebammen nach der Geburt:

- Hilfestellung beim **Stillen**
- Beratung zu **Säuglingspflege** und -**ernährung** sowie **Vorsorgeuntersuchungen**
- Beratung bei **Herausforderungen**, die die neue Familiensituation mit sich bringen kann
- Überwachung der **Entwicklung** des Neugeborenen
- Informationen zu **medizinischen, gesetzlichen und sozialen Hilfen**

Weitere Leistungen der Hebammen sind **Kurse** in Wochenbettgymnastik und Beckenbodengymnastik, **Babymassage** sowie **Stillgruppen**.

Hebammen findet man in Mainz bei der **Hebammenzentrale** (pro familia Ortsverband Mainz e. V.)
Quintinstraße 6, 55116 Mainz
06131 2876622
hebammenzentrale.mainz@profamilia.de
www.hebammenzentrale-mainz.de

Es gibt weitere Webseiten für die Hebammensuche, wie zum Beispiel www.ammely.de (Deutscher Hebammenverband) oder www.hebammensuche.de (gewerblicher Anbieter).

*Anbieter von Familienbildung*

Bei den unterschiedlichen Anbietern von Familienbildung gibt es viele **spannende Kurse**, **Beratungsangebote** und **Veranstaltungen für Erwachsene und Kinder**. Familienbildung unterstützt Familien dabei, den Alltag gut zu gestalten. Gleichzeitig stärkt sie Eltern in ihrer Rolle. Die Angebote geben Anregungen, wie Eltern ihre Kinder sicher begleiten und ihre Entwicklung fördern können. Schauen Sie gerne vorbei!

**Evangelische Familienbildung Mainz**
Kaiserstraße 37, 55116 Mainz
06131 9600447
post@efb-mainz.de
www.efb-mainz.de

**Katholische Familienbildungsstätte Mainz**
Rochusstraße 9, 55116 Mainz
06131 253294
fbs.mainz@bistum-mainz.de
www.familienbildung-mainz.de

**Haus der Familie und Mehrgenerationenhaus: Römerquellentreff (Finthen)**
Sertoriusring 31, 55126 Mainz
06131 629909
andrea.stinner@regionale-diakonie.de
www.roemerquellentreff.de

**Haus der Familie: Centrum der Begegnung (Marienborn)**
Am Sonnigen Hang 9A, 55127 Mainz
06131 5862686
beratung@gwa-marienborn.de,
www.evkirche-marienborn.de/centrum-der-begegnung

**Familienzentrum El KiKo, Der Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen (Neustadt & Ebersheim)**
Leibnizstraße 66, 55118 Mainz-Neustadt
06131 4806920
brandina.becker@kinderschutzbund-mainz.de
www.kinderschutzbund-mainz.de/angebote/familienzentrum-el-kiko-neustadt

Dresdenerstraße 46, 55129 Mainz-Ebersheim
06131 4806773
brandina.becker@kinderschutzbund-mainz.de
www.kinderschutzbund-mainz.de/angebote/familienzentrum-el-kiko-ebersheim

**Familienzentrum MagDas (Lerchenberg)**
Hebbelstraße 56-60, 55127 Mainz
01573 4381700
LerchenWiege@gmx.de
www.ev-gemeinde-drais-lerchenberg.de/magdas

**Zentrum für Familien St. Nikolaus (Mombach)**
Hauptstraße 151, 55120 Mainz
06131 2103005
christiane.rieks@unikathe.de
www.bistummainz.de/region-rheinhessen/pfarrei/mainz-budenheim/kirchorte/familienzentrum_nikolaus/index.html

**Lionhof Familienzentrum (Finthen)**
Am Tower 4, 55126 Mainz
01590 6167585 / 01609 9806894
familienzentrum@lionhof.de
https://www.lionhof-familienzentrum.de/

### *Offene Treffs für Familien*

In vielen Mainzer Stadtteilen gibt es offene Treffs für Familien mit kleinen Kindern.
Die Angebote sind **kostenlos** und **für alle Familien**.

Eine Übersicht zu verschiedenen **Eltern-Kind-Cafés oder Spielkreisen** finden Sie über den QR-Code.

### *Familienhebammen & Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegende*

**Familienhebammen** und **Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegende** begleiten Schwangere, Eltern oder Familien, die **besonderen Belastungen** ausgesetzt sind und eine Unterstützung wünschen.
Die Fachkräfte begleiten, beraten und unterstützen Sie zum Beispiel, wenn…

- das Baby **zu früh geboren** wurde
- Sie **Mehrlinge** geboren haben
- Sie **minderjährig** sind oder sehr jung Mutter werden
- Sie **alleinerziehend** sind
- Sie oder das Kind (chronisch) **erkrankt** ist
- Ihr Baby eine **Entwicklungsverzögerung** oder eine (drohende) **Behinderung** hat
- Sie in einer besonderen sozialen, gesundheitlichen oder psychischen Situation sind
- Sie sehr **unsicher** sind, wie Sie mit dem Kind umgehen sollen
- Sie Ihr Kind **nicht mit Freude** erleben können

Diese für Familien **kostenlose** Unterstützung kann **ab der Schwangerschaft bis zum vollendeten dritten Lebensjahr des Kindes** erfolgen. Gemeinsam wird flexibel geschaut, wie häufig die Familienhebamme oder Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegende die Familie pro Woche oder Monat besucht.

**pro familia Ortsverband Mainz e. V.**
Quintinstraße 6, 55116 Mainz
01525 8154607, Montag bis Freitag 10 bis 12 Uhr
familienhebammen.mainz@profamilia.de
www.profamilia-mainz.de/de/familienhebammen/familienhebammen.html

### *Kinderschirm*

Der Kinderschirm ist ein Vermittlungsangebot des VAMV e. V. für **Familien, die aus gesundheitlichen, beruflichen oder anderen Gründen vorübergehend Unterstützung** brauchen.

Eine Besonderheit dieses Angebots ist, dass die **Betreuung im Haus des Kindes** stattfindet. Die Vermittlung ist kostenlos; die **Betreuerinnen werden von den Eltern bezahlt**. In bestimmten Fällen übernehmen das **Jugendamt** oder die **Krankenkasse** die Kosten. Die Betreuerinnen sind zum einen Studierende aus pädagogischen Fächern, zum anderen ältere Frauen, die meist schon erwachsene Kinder haben und eine sinnvolle Tätigkeit übernehmen möchten. Fachlich begleitet und weitergebildet werden die Betreuerinnen von der Leitung des Kinderschirmprojekts. Sie beantwortet auch Ihre Fragen zur Kostenübernahme. Das Angebot des Kinderschirms ist zeitlich flexibel und wird auf die individuellen Wünsche der Eltern abgestimmt.

Der VAMV bietet außerdem alleinerziehenden Eltern verschiedene weitere Entlastungsangebote, wie zum Beispiel das „Großer Bruder – Große Schwester“-Projekt für Geschwisterkinder im Alter von 6 bis 12 Jahren.

**VAMV e. V.**
Kaiserstraße 29, 55116 Mainz
06131 616637
kinderschirm@vamv-rlp.de

### *Haushaltshilfen und Mütterpflegerinnen*

Wenn Sie gesetzlich krankenversichert sind und sich wegen **Schwangerschaft, Entbindung, schwerer Krankheit, nach einem Krankenhausaufenthalt oder einer Operation** vorübergehend nicht selbst versorgen können, haben Sie **Anspruch auf Hilfe im Haushalt**. Voraussetzung ist, dass niemand anderes in Ihrem Haushalt Sie pflegen oder den Haushalt führen kann.

Den Antrag stellen Sie schriftlich bei Ihrer **Krankenkasse**. Auch für Mütterpflegerinnen muss ein Antrag auf Haushaltshilfe nach § 24 h oder § 38 SGB V gestellt werden. Der Antragsprozess ist bei jeder Krankenkasse unterschiedlich. Bei Privatversicherten ist die Möglichkeit zur Beantragung abhängig davon, ob die Leistung einer „Haushaltshilfe“ im jeweiligen Tarif inbegriffen ist. Zum ausgefüllten Formular muss eine **Notwendigkeitsbescheinigung des behandelnden Arztes oder der behandelnden Ärztin** vorgelegt werden, in der die Diagnose und die daraus entstandenen Beeinträchtigungen aufgeführt sind. Außerdem muss die Arztpraxis darin auch angeben, ab wann die Hilfe notwendig ist, für wie lange und in welchem Umfang die Hilfe gewährt werden sollte.

**Leben hilfebedürftige Kinder unter 12 Jahren oder Kinder mit einer Behinderung im Haushalt, können die Kosten für eine Haushaltshilfe bis zu 26 Wochen übernommen werden.** Eventuell müssen Sie gesetzliche Zuzahlungen leisten (max. 10 €/Tag). Sie können selbst entscheiden, ob Sie sich von einer professionellen Kraft helfen lassen oder Verwandte oder Freunde um Hilfe bitten.

Mehr Informationen finden Sie zum Beispiel unter www.muetterpflege-deutschland.de.

### *Beeinträchtigung, Behinderung und psychische Erkrankung*

Neben den hier aufgeführten Angeboten gibt es für Familien weitere, gezielte Unterstützungsangebote bei **Beeinträchtigung**, **Behinderung und psychischer Erkrankung.** Über den QR-Code gelangen Sie zu verschiedenen Angeboten.

## *Infos rund ums Aufwachsen Ihres Kindes*

Kinder beim Aufwachsen zu begleiten kann für Eltern auch viele Herausforderungen mit sich bringen. Zu vielen Themen wie zum Beispiel den **Entwicklungsschritten** des Kindes im ersten Lebensjahr, **Vorsorgeuntersuchungen**, **Ernährung**, **Schlafen** und vielem mehr finden Sie umfassende Informationen beispielsweise unter www.kindergesundheit-info.de.

Besonders wichtige Punkte und spezielle Anlaufstellen in Mainz finden Sie im Folgenden auf einen Blick zusammengestellt.

### *Kindergesundheit*

**Vorsorgeuntersuchungen**
Bei den Vorsorgeuntersuchungen („U-Untersuchungen“) untersucht das kinderärztliche Personal verschiedene Dinge, um die Entwicklung Ihres Kindes einzuschätzen.

Zum Beispiel wird geschaut:

- Wie geht es dem **Körper** Ihres Kindes?
- Wie **bewegt** sich Ihr Kind?
- Wie **spricht** Ihr Kind?
- Wie begegnet Ihr Kind anderen Menschen?
- Benötigt Ihr Kind eine **Impfung** oder **sonstige Behandlungen**?

Alle U-Untersuchungen (U1 bis U9) werden von der Krankenkasse bezahlt und sind für Sie **kostenlos**.

Über diese QR-Codes finden Sie die Informationen zu den Vorsorgeuntersuchungen auch als Broschüre auf Englisch, Arabisch und Ukrainisch für Sie zum PDF-Download.

*Englisch* *Arabisch* *Ukrainisch*

**Impfungen**
Die aktuellen Impfempfehlungen und einen Impfkalender finden Sie unter www.rki.de.

**Zahngesundheit**
Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes, sobald Sie den ersten Zahn sehen. Sie können auch schon vorher mit einem Gummibürstchen aus dem Drogeriemarkt regelmäßig die Kauleiste massieren. Dadurch lernt das Baby von Anfang an, dass Sie mit einem Gegenstand vorsichtig in den Mundbereich gehen und empfindet es nicht als ungewöhnlich, wenn Sie ihm später die Zähne putzen möchten.

Wenn Ihr Kind alle Milchzähne hat, lohnt sich auch der erste Besuch bei einer Zahnärztin oder einem Zahnarzt. Nehmen Sie Ihr Kind zum Beispiel mit, wenn Sie einen Kontrolltermin haben. Dann sieht es, dass dort nichts Schlimmes passiert, macht vielleicht auch seinen Mund auf und die Zahnärztin oder der Zahnarzt kann einen Blick hineinwerfen.

Weitere Informationen zur Zahngesundheit finden Sie zum Beispiel unter www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-vorbeugen/zahngesundheit/gesunde-zaehne/.

## *Stillen und Beikost*

Neben viel Liebe und Zuwendung hat die Ernährung einen wichtigen Einfluss auf Wohlbefinden und Gesundheit Ihres Kindes. **In den ersten 6 Monaten reicht es, wenn Sie Ihr Baby ausschließlich stillen.** Das hat viele Vorteile und ist gesund für Mutter und Kind. Hebammen oder Beratungsstellen können Ihnen weiterhelfen, wenn Sie Fragen zum Stillen oder zur Umstellung auf Beikost haben. In Mainz gibt es außerdem verschiedene weitere Angebote zum Thema Stillen, die Sie über den QR-Code finden.

**Still- und Wickelwegweiser**
Sie sind in Mainz unterwegs und suchen einen geschützten Ort zum Stillen und/oder Wickeln? Dann schauen Sie beim Still- und Wickelwegweiser vorbei: www.mainz.de/still-und-wickelwegweiser. In fast allen Mainzer Stadtteilen gibt es Still- und Wickelorte, an denen Sie mit Ihrem Kind besonders willkommen sind!

## *Schlaf*

Mit nur 5 Schritten helfen Sie Ihrem Baby zu gutem Schlaf. Außerdem verringern sie die Wahrscheinlichkeit des sogenannten „plötzlichen Kindstods“ deutlich.

- **Rückenlage:** Legen Sie Ihr Baby zum Schlafen auf eine feste Matratze und auf den Rücken.
- **Schlafsack**: Ein Babyschlafsack kann nicht über das Gesicht rutschen und ist deshalb sicherer als eine Decke. Ein Kopfkissen benötigt das Baby auch nicht.
- **Zimmertemperatur:** Die ideale Raumtemperatur zum Schlafen liegt bei ca. 16–18 °C. Das Babybett sollte nicht in der Sonne oder direkt neben der Heizung stehen.
- **Kinderbett im Schlafzimmer:** Im ersten Lebensjahr sollte das Kinderbett im Elternschlafzimmer aufgestellt werden. Ausgestattet muss das Kinderbett nur mit einer festen und luftdurchlässigen Matratze sein. Verzichten Sie auf Kuscheltiere, Fellunterlagen oder eine weiche Umpolsterung („Nestchen“).
- **Rauchfreie Umgebung:** Achten Sie auf eine rauchfreie Umgebung, insbesondere in dem Raum, in dem das Baby schläft.

## *Schreien*

Durch Schreien kann Ihr Baby Ihnen zeigen, dass es etwas möchte oder es sich nicht wohlfühlt. Meistens hat es Hunger oder Bauchschmerzen, aber auch zu viele Reize oder Müdigkeit können Grund für das Schreien sein. Schreien kann aber auch auf eine Krankheit hindeuten. Messen Sie Fieber und suchen Sie gegebenenfalls einen Kinderarzt oder eine Kinderärztin auf.

**Auf keinen Fall sollten Sie Ihr Kind schütteln!** Das kann zu schlimmen Folgeschäden und sogar zum Tod führen. Haben Sie keine Geduld mehr? In vielen Situationen ist das sehr verständlich. Dann legen Sie Ihr Kind sicher ab, machen eine kurze Pause und holen sich bei Bedarf Hilfe.

Sollten Sie den Eindruck haben, dass Ihr Kind sehr viel schreit, gibt es hilfreiche Angebote, die Sie unterstützen, wie zum Beispiel **Hebammen** (s. S. 4) oder **Beratungsstellen** (s. S. 17 ff.).

## *Tipps für eine sichere Bindung*

Ihr Kind hat verschiedene Bedürfnisse. Neben Nahrung und Pflege braucht es von seinen Eltern vor allem als Baby und Kleinkind **Nähe und Aufmerksamkeit**, **Schutz und Geborgenheit**, **Anregung und Beruhigung**. Aus diesen bedürfnisorientierten Erfahrungen heraus entwickelt sich dann eine sichere **Bindung**. Ein Kind braucht diese sichere Bindung, damit es Vertrauen lernt, sich gut entwickelt und stark für das Leben wird. In den ersten Lebensjahren kann ein Kleinkind durch Nähe und Zuwendung nicht zu sehr verwöhnt werden!

**Auf einen Blick:** Bindung zwischen Ihrem Baby und Ihnen entsteht im Alltag

- durch **Blickkontakt**
- durch **Lächeln**
- durch **Körperkontakt** wie z. B. Streicheleinheiten, Tragen in Tragehilfen, Babymassage
- durch **Zuwendung** wie z. B. Sprechen beim Füttern, Baden, Spielen, Wickeln
- durch **Reaktion und Trost**, wenn Ihr Baby schreit – dadurch lernt es, mit starken Gefühlen umzugehen

## *Infos zu Medien*

Babys und Kleinkinder möchten die Dinge um sie herum gerne **hören, sehen, schmecken, riechen und fühlen – am liebsten begleitet von ihren Eltern**. Besonders die digitalen Medien können diese Sinneserfahrungen nicht alle kindgerecht bieten. Von **Fernsehen, PC, Tablet** oder auch **Smartphone** sind Babys und Kleinkinder zwar fasziniert, aber sie **verstehen die Inhalte noch nicht und sind davon schnell überfordert**. Bitte setzen Sie deshalb **Kinder im Alter von 0 bis 3 Jahren nicht vor Bildschirme**.

Babys lauschen lieber den **Geräuschen** um sie herum, vor allem **Stimmen**. Sie hören auch gern entspannende, fröhliche **Musik**, zum Beispiel aus Spieluhren. Zu viele oder zu laute Geräusche (zum Beispiel durch einen ständig laufenden Fernseher) oder zu viel Musik können das Baby überfordern. Achten Sie auf die Reaktionen Ihres Babys (Weinen, Quengeln, Unruhe) und sorgen Sie für **ausreichend Ruhe**. **Sprechen** Sie immer wieder mit Ihrem Kind, **lesen** Sie ihm etwas vor, **spielen** Sie mit ihm und gehen Sie gemeinsam in die **Natur**. Legen Sie Ihr Handy dabei weg und wenden Sie Ihre **volle Aufmerksamkeit** Ihrem Kind zu.

Wenn Ihr Baby etwa 6 Monate alt ist, werden **Bilderbücher** interessant. Schauen Sie sie mit Ihrem Baby an, erzählen Sie ihm, was es sieht, und lesen Sie ihm einfache Geschichten vor. Das hilft ihm später zum Beispiel auch beim **Sprechen- und Lesenlernen**. Sie können Ihrem Baby auch für eine Weile ein kindgerechtes **Hörspiel** anmachen.

**Kostenlose Bücher in der „Öffentlichen Bücherei – Anna Seghers“**
→ Hier können Sie **(Bilder-)Bücher kostenlos ausleihen.**
→ Dafür benötigen Sie einen **Ausweis**. Sie können schon **ab der Geburt einen kostenlosen Ausweis** für Ihr Kind machen lassen. Das geht **online** (s. QR-Code).
→ Sie können auch **vor Ort ohne Termin** einen Antrag stellen. Bitte bringen Sie dafür Ihren **Personalausweis** oder ein anderes **geeignetes Ausweisdokument** mit. Die Mitarbeitenden unterstützen Sie gerne.
→ Mit dem Ausweis können Sie Kinderbücher für bis zu **3 Monate kostenlos** ausleihen.
→ Auf diesen **Sprachen** gibt es Bücher in der Bücherei:
Deutsch, Arabisch, Englisch, Französisch, Griechisch, Russisch, Spanisch, Türkisch und Ukrainisch.

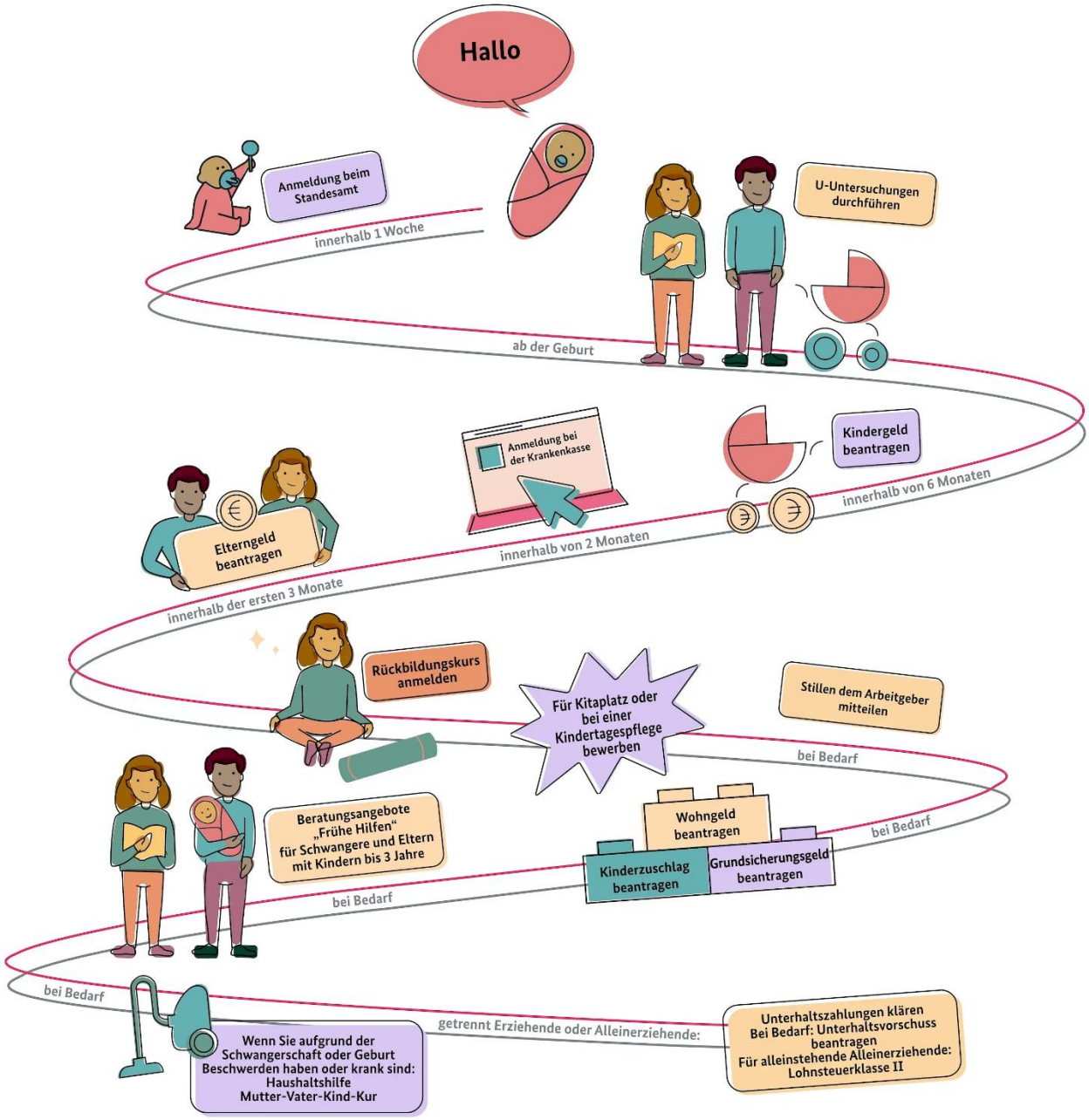
Die große Bücherei ist in der Nähe des **Hauptbahnhofs**. Es gibt außerdem **Stadtteil-Büchereien** in **Gonsenheim, Weisenau, Hechtsheim, Mombach und Lerchenberg.**

Anna-Seghers-Platz, 55118 Mainz-Neustadt
06131 12-2659
oeffentliche.buecherei@stadt.mainz.de
www.bibliothek.mainz.de

Maler-Becker-Straße 1, 55124 Mainz-Gonsenheim
Morschstraße 1, 55129 Mainz-Hechtsheim
Hindemithstraße 1-5, 55127 Mainz-Lerchenberg
Hauptstraße 94, 55120 Mainz-Mombach
Friedrich-Ebert-Straße 57 C, 55130 Mainz-Weisenau

## *Finanzen und Beurkundungen*

### *Im Überblick: Was nach der Geburt zu erledigen ist*




Familienportal.de/Checklisten
(https://familienportal.de/checklisten)

© Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

### *Checkliste*

In einer praktischen **Checkliste nach der Geburt** erhalten Sie ausführliche Informationen und hilfreiche Tipps auf einen Blick. Sie finden sie unter www.familienportal.de/checklisten.

Nach der Geburt sollten Mütter sich körperlich schonen. Gut zu wissen: Sie können jemanden beauftragen, die Behördengänge für Sie zu erledigen. Dafür müssen Sie eine schriftliche **Vollmacht** ausstellen, also eine offizielle Erlaubnis, dass eine andere Person in Ihrem Namen handeln darf.

### *Sorgeerklärung und Anerkennung der Elternschaft*

Eltern, die gemeinsames Sorgerecht haben, teilen sich **das Recht und die Pflicht, die wichtigsten Entscheidungen im Leben des Kindes zu treffen**. Dazu gehören zum Beispiel Erziehung, Wohnort, Gesundheitsfürsorge und Ausbildung des Kindes und finanzielle Angelegenheiten wie Unterhaltsvereinbarungen.

Verheiratete verschiedengeschlechtliche Eltern erhalten automatisch und von Geburt an das gemeinsame Sorgerecht für ihr Kind. Das gemeinsame Sorgerecht für ein minderjähriges Kind ist bei verschiedengeschlechtlichen Eltern auch dann möglich, wenn sie nicht miteinander verheiratet sind. In diesen Fällen muss eine **Sorgeerklärung** beim Jugendamt abgegeben werden. Auch die Anerkennung der **Vaterschaft** und/oder der **Mutterschaft** können beim Jugendamt beurkundet werden.

**Amt für Jugend und Familie**
Erthalstraße 2, 55116 Mainz
06131 12-2767
vaterschaft.sorgerecht@stadt.mainz.de
Die Beurkundungen können vor und nach der Geburt erfolgen. Die Online-Beantragung ist hier möglich: www.sorgeerklaerung-online.de

Gleichgeschlechtliche Paare können in der Regel nur durch Adoption gemeinsam rechtliche Eltern eines Kindes werden. Es gibt aber unterschiedliche Konstellationen, in denen eine Vaterschaftsanerkennung möglich ist. Hierfür wenden Sie sich bitte ebenfalls an das Amt für Jugend und Familie (siehe oben). Mehr Informationen zur **Elternschaft von gleichgeschlechtlichen Paaren** sowie von **trans-, intergeschlechtlichen sowie nichtbinären Personen** finden Sie zum Beispiel unter www.familienportal.de/familienportal/lebenslagen/regenbogenfamilien.

### *Übersicht verschiedener Familienleistungen*

Als Familie mit einem Kind stehen Ihnen verschiedene **finanzielle Leistungen** zu. Über den QR-Code erhalten Sie eine Übersicht und erfahren, wo Sie die Leistungen in Mainz beantragen können.

### *MainzPass*

Sie leben in Mainz und erhalten bestimmte Sozialleistungen? Dann können Sie den MainzPass **kostenlos** beantragen. Er bietet Ihnen unterschiedliche Vergünstigungen.

**Beantragung**:
Die erste Beantragung ist nur durch einen persönlichen Termin durch Sie oder eine bestellte Betreuung möglich. Die Verlängerung ist später auch per Online-Antrag oder Post möglich. Bei Verlängerung kann eine Vollmacht ausreichen. Bitte fügen Sie die benötigten Unterlagen bei.

**Berechtigte Personen:**
Personen, die folgende existenzsichernde Leistungen erhalten:

- Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz (WoGG)
- Kinderzuschlag nach dem Bundeskindergeldgesetz (BKGG)
- Grundsicherung für Arbeitssuchende oder Sozialgeld (SGB II)
- Hilfe zum Lebensunterhalt / Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung (SGB XII)
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG)

**Bürgerservice Mainz**
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz
06131 12-3820
buergerservice@stadt.mainz.de
www.mainz.de/vv/produkte/buergeramt/mainzpass-beantragen-oder-verlaengern

### *Unterhalt*

Unterhalt ist das, was eine Person leistet, um für den Lebensbedarf einer anderen Person aufzukommen. Unterhalt kann zum Beispiel geleistet werden durch Geld, durch Sachen, aber auch durch Erziehung, Betreuung, Pflege und persönliche Zuwendung. Das Thema, wer was für den Unterhalt leistet, ist dann besonders wichtig, wenn sich Eltern trennen.

Das Amt für Soziale Leistungen bietet Beratung zum Thema **Unterhalt** allgemein**,** Unterstützung in der **Geltendmachung von Unterhalt** sowie bei der Beantragung von **Unterhaltsvorschuss**. Außerdem kann bei nicht verheirateten Eltern für das betreuende Elternteil eines Kindes bis zu 3 Jahre nach der Geburt **Betreuungsunterhalt** beantragt werden. Das ist eine finanzielle Leistung, die ein Elternteil vom anderen erhält, wenn er sich nach einer Trennung oder Scheidung um die Betreuung des gemeinsamen Kindes kümmert.

**Amt für Soziale Leistungen**
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz
06131 12-3446
amt-fuer-soziale-leistungen@stadt.mainz.de
Mehr Informationen finden Sie online zum Beispiel unter
www.familienportal.de/familienportal/familienleistungen/unterhalt

### *Beistandschaft*

Wenn es darum geht, die Vaterschaft festzustellen und/oder Unterhaltsansprüche geltend zu machen, kann beim Jugendamt ein **Antrag auf Beistandschaft** gestellt werden. Dieser Beistand soll den Elternteil, der das Kind betreut, unterstützen. Damit Sie eine Beistandschaft erhalten, müssen Sie in Deutschland und zusammen mit Ihrem Kind in einem gemeinsamen Haushalt leben.

Wenn Sie sich für einen Beistand entscheiden, wird damit die elterliche Sorge nicht eingeschränkt. Der Beistand übernimmt die von Ihnen beantragten Aufgaben. Er wird seine Tätigkeit mit Ihnen besprechen. Der Beistand soll dem minderjährigen Kind u. a. zu seinem Recht verhelfen, notfalls auch einen Vaterschaftsfeststellungsprozess oder eine Klage auf (höheren) Unterhalt zu führen. In einem Prozess ist nur der Beistand zur gesetzlichen Vertretung Ihres Kindes berechtigt.

Die Beistandschaft endet, wenn der antragstellende Elternteil dies schriftlich verlangt. Sie endet automatisch bei Vollendung des 18. Lebensjahres Ihres Kindes.

**Amt für Jugend und Familie**
Erthalstraße 2, 55116 Mainz
06131 12-3509
vaterschaft.sorgerecht@stadt.mainz.de

### *Vergünstigte Kleidung*

In Mainz gibt es verschiedene Angebote, bei denen Sie vergünstigt Kleidung für Säuglinge und Kinder erhalten können. Bitte informieren Sie sich über die Öffnungszeiten.

**Familienzentrum El KiKo Neustadt** (Kinder-Kleider-Stübchen)
Leibnizstraße 47, 55118 Mainz
06131 4806920
brandina.becker@kinderschutzbund-mainz.de
www.kinderschutzbund-mainz.de/angebote/familienzentrum-el-kiko-neustadt

**SkF Kleiderladen** (nur mit Bezugsschein)
Hildegard Haus, Römerwall 67, 55131 Mainz
06131 233895,
info@skf-mainz.de
www.skf-mainz.de/index.php/kleiderladen-225.html

**ZMO** (Geschirr, Hausrat, Kleidung, Bücher)
Karl-Zörgiebel-Straße 2, 55128 Mainz-Bretzenheim
06131 2176801
info@zmo-mainz.de
www.zmo-mainz.de

**Schicki Micki** Kinder Secondhand Laden
Weberstraße 8, 55130 Mainz-Weisenau
01520 9889963
www.schickimicki-mainz.de

**Ausgehrock Secondhandbekleidung**, Caritaszentrum Delbrêl
Aspeltstraße 10, 55118 Mainz
06131 9083-240 oder -253
czdelbrel@caritas-mz.de
www.caritas-mainz.de/caritas-vor-ort/mainz/caritas-stadtteilzentren-mainz/caritas-zentrum-delbrel/ausgehrock

## *Kinderbetreuung in Mainz*

Um einen Platz in einer Kindertagesstätte oder in einer Kindertagespflegestelle zu bekommen, ist eine **Registrierung über den Mainzer Kinder-Kompass** erforderlich (www.kitaplaner.de/mainz/elternportal). **Anmelden** können Sie Ihr Kind **nach der Geburt.** Bei Interesse sollten Sie Ihr Kind **so früh wie möglich** anmelden**.**

**Ab dem ersten Geburtstag** hat Ihr Kind **Anspruch auf Betreuung** in einer Kindertagesstätte oder in der Kindertagespflege – mit Zahlung eines einkommensabhängigen Elternbeitrags (§ 90 SGB VIII). **Ab dem zweiten Geburtstag** hat Ihr Kind in Rheinland-Pfalz **Anspruch auf einen kostenfreien Kitaplatz** (zuzüglich Essensgeld).

Wissenswertes für einen **guten Einstieg in die Kinderbetreuung für Kinder unter 3 Jahren** finden Sie über den QR-Code.

### *Kindertagesstätten (Kitas)*

Kindertagesstätten bieten Kindern viele Lernerfahrungen in einer Kindergruppe. Die Erzieher:innen haben die Aufgabe, die Erziehung des Kindes in der Familie zu ergänzen und zu unterstützen.

Kindertagesstätten nehmen Kinder mit und ohne Behinderung ab **8 Wochen bis zum Beginn der Schulpflicht** auf. In der Regel sind bis zu 25 Kinder in einer altersgemischten Gruppe zusammen, die in Teilzeit oder Vollzeit aufgenommen werden.

Die verschiedenen Kindertagesstätten gelistet nach Betreuungsform und Stadtteil finden sich online unter: www.kitaplaner.de/mainz/elternportal/de/einrichtungen/liste/ergebnisse

Die **Servicestelle „Kinderbetreuung Mainz“** der Abteilung Kindertagesstätten des Amts für Jugend und Familie berät Eltern bei Fragen rund um die Platzvergabe und das Kita-Portal.
Rhabanusstraße 3, 55116 Mainz
06131 12-2915, -2008
kita.eingang@stadt-mainz.de

**Zuschüsse für Kita-Beiträge und Verpflegungskosten**
Für den Besuch der Kindertagesstätten müssen Familien festgelegte Geldbeträge zuzahlen. Unter bestimmten Voraussetzungen können diese Kosten durch das Amt für Jugend und Familie ganz oder teilweise übernommen werden. Die Antragsvordrucke sind dort und in allen Kindertagesstätten erhältlich. Mehr Informationen finden Sie unter:
www.mainz.de/vv/produkte/jugend_und_familie/kita-beitraege-und-verpflegungskosten-zuschuss-beantragen.php

### *Kindertagespflege*

Die Kindertagespflege ist eine gesetzlich anerkannte Betreuungsalternative im familiennahen Umfeld. Sie ist gleichrangig mit der Betreuung in einer Kindertagesstätte, kann aber mehr kosten. Tagespflegepersonen betreuen bis zu 5 Kinder im Alter von 0-14 Jahren, vorrangig bis zum Eintritt in eine Kita. Die Betreuung kann zum Beispiel bei der Kindertagespflegeperson zuhause, in einer Kindertagespflegestelle oder über den Träger VAMV e. V. auch im eigenen Zuhause stattfinden.
Das Amt für Jugend und Familie der Landeshauptstadt Mainz, Fachberatungsstelle Kindertagespflege, vermittelt Ihnen eine Tagespflegeperson in Ihrer Nähe und berät Sie über eine eventuelle finanzielle Unterstützung.

**Amt für Jugend und Familie**
Rhabanusstraße 3, 55116 Mainz
06131 12-2691
vermittlung-kindertagespflege@stadt.mainz.de
www.mainz.de/kindertagespflege

Das Projekt „ChiK“ (Chancengleichheit in der Kindertagespflege) bietet für Familien mit geringerem Einkommen Betreuungsplätze unter den gleichen finanziellen Bedingungen wie in einer Kita.

**Amt für Jugend und Familie**
**Rhabanusstraße 3, 55116 Mainz**
06131 12-6797
vermittlung-kindertagespflege@stadt.mainz.de
www.mainz.de/service-nutzen/dezernate-und-aemter/aemter/kindertagespflege

### *Weitere Unterstützungsangebote bei der Kinderbetreuung*

**Wunschgroßeltern (Der Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen)**
→ Vermittlung von ehrenamtlichen älteren Menschen, die Lust darauf haben, sich in eine neue Familie einzubringen, sie im Alltag zu begleiten und ihr Wissen und ihre Zeit mit „Wunschenkeln“ zu teilen.
06131 614191
wunschoma-wunschopa@kinderschutzbund-mainz.de
www.kinderschutzbund-mainz.de/angebote/wunschgrosseltern

**Babysitter-Börse (Evangelische Familienbildung Mainz)**
→ Vermittlung von ausgebildeten Jugendlichen und jungen Erwachsenen nach Kompaktkurs.
06131 9600447
post@efb-mainz.de

## *Beratung*

In Mainz gibt es viele Beratungsstellen, die Sie unterstützen. Die Beratung ist immer **kostenlos, vertraulich und auf Wunsch anonym**. Im Folgenden stellen wir Ihnen verschiedene Angebote vor.

### *Fachstelle Frühe Hilfen, Kinderschutz und Familienbildung*

Die Fachstelle Frühe Hilfen, Kinderschutz und Familienbildung im Amt für Jugend und Familie Mainz unterstützt alle Familien mit kleinen Kindern bei der Suche nach passenden Angeboten. Sie vermittelt Familien zum Beispiel an ein **Eltern-Kind-Café**, an eine **Spielgruppe** oder an eine **Beratungsstelle**. Sie hat viele Angebote auf ihrer Webseite aufgeführt und koordiniert den Still- und Wickelwegweiser.

**Amt für Jugend und Familie**
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz
06131 12-4278, -2618, -3502
fruehehilfen@stadt.mainz.de
www.mainz.de/fruehe-hilfen-familien

### *Schwangerschaftsberatungsstellen*

An die Schwangerschaftsberatungsstellen können Sie sich auch noch nach der Geburt wenden. Sie können sich dort zum Beispiel bei finanziellen Fragen, Schlafproblemen oder Partnerschaftskonflikten beraten lassen. Hier können Sie bei Bedarf auch Unterstützung durch die Landesstiftung „Familie in Not“ beantragen. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

**pro familia Ortsverband Mainz e. V.**
Quintinsstraße 6, 55116 Mainz
06131 2876610
mainz@profamilia.de, www.profamilia-mainz.de

**Regionale Diakonie Rheinhessen**
Kaiserstraße 29, 55116 Mainz
06131 3744401
schwangerenberatung.rheinhessen@regionale-diakonie.de

**Sozialdienst katholischer Frauen e. V.**
Römerwall 67, 55131 Mainz
06131 233895
info@skf-mainz.de, www.skf-mainz.de

### *Erziehungs- und Familienberatungsstellen*

Bei Fragen zur Erziehung, Trennung und Scheidung, der Gestaltung von Partnerschaft und der Bewältigung von Familienkrisen können Sie sich an folgende Beratungsdienste wenden. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

**Caritas-Beratungszentrum St. Nikolaus**
117er Ehrenhof 3-3a, 55118 Mainz
06131 907460
beratungszentrum@caritas-mainz.de
www.caritas-mainz.de

**Erziehungs- und Familienberatungsstelle, Der Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen**
Ludwigsstraße 7, 55116 Mainz
06131 614191
beratungsstelle@kinderschutzbund-mainz.de
www.kinderschutzbund-mainz.de/angebote/beratungsstellen-fuer-erwachsene

**Evangelische Psychologische Beratungsstelle**
Kaiserstraße 37, 55116 Mainz
06131 965540
epbmainz@ekhn.de
www.erziehungsberatung-mz.de

**Kinderschutzzentrum Mainz e. V.**
Lessingstraße 25, 55118 Mainz
06131 613737
info@ksz-mainz.de
www.kinderschutzzentrum-mainz.de

**Online-Beratung: bke-Elternberatung**
www.bke-beratung.de/elternberatung

**SBB Sozialtherapeutische Beratungsstelle Mainz gGmbH**
**→ Zielorientierte Elternberatung für Eltern mit psychischen Erkrankungen**
Rheinallee 17, 55118 Mainz
06131 9052140
info@zebra-mainz.de

### *Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD)*

Der Allgemeine Soziale Dienst (ASD) im Amt für Jugend und Familie hat verschiedene Aufgaben. Er fördert die Entwicklung junger Menschen, unterstützt Eltern bei der Pflege und Erziehung ihrer Kinder und schützt junge Menschen bei einer Gefährdung.

**Leistungen:**
Eltern können sich mit Fragen wie „Wie kann ich mein Kind gut versorgen?“ oder „Wer hilft mir bei der Erziehung von meinem Kind?“ an den ASD wenden. Auch in Notsituationen oder in Krisen ist der ASD für Familien da. Im familiengerichtlichen Verfahren ist der ASD bei Entscheidungen zum Sorgerecht und Umgang beteiligt.

Bei Bedarf werden Hilfen eingeleitet und begleitet. Das kann zum Beispiel eine Unterbringung in einer Eltern-Kind-Einrichtung sein, die Betreuung und Versorgung von Kindern in Notsituationen oder die Unterstützung zuhause durch eine sozialpädagogische Familienhilfe.

**Amt für Jugend und Familie**
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz
06131 12-2942
jugendamt@stadt.mainz.de

Für allgemeine Informationen und Fragen zu Angeboten der Kinder- und Jugendhilfe steht Ihnen die **Servicestelle** des Amts für Jugend und Familie zur Verfügung:
06131 12-19711
lea.morlock@stadt.mainz.de

## *Notruf- und Infonummern*

| | |
|---|---|
| Polizei | 110 |
| Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt | 112 |
| Ärztlicher Bereitschaftsdienst | 116 117 |
| Krankentransport, Notarzt | 19 222 |
| Giftinformationszentrum Rheinland-Pfalz/Hessen | |
| • Notruf | 06131 19240 |
| • Infoline | 06131 232466 |
| Kinderklinik Notaufnahme (Unimedizin) | 06131 17-2781 |
| Marienhaus Klinikum Mainz (Zentrale) | 06131 5750 |
| Zahnärztlicher Notdienst Mainz | 01805 666160 |
| Apotheken-Notdienst | 0800 0022833 |
| Vermittlung von Kinderbetreuung im Notfall, VamV e. V. | 06131 616637 |
| Hilfe bei Gewalt gegen Frauen | 116 016 |
| Hilfe bei Gewalt gegen Männer | 0800 1239900 |
| Nummer gegen Kummer/Elterntelefon | 0800 111 0 550 |
| Telefonseelsorge | 116 123 |
| Hebammenzentrale Mainz | 06131 2876622 |
| Servicestelle, Amt für Jugend und Familie Mainz | 06131 12-19711 |
| Fachstelle „Frühe Hilfen“, Amt für Jugend und Familie Mainz | 06131 12-4278, -3502, -3618 |

**Erleben Sie Gewalt?** Hilfreiche Angebote können Sie über diesen QR-Code abrufen:

## *Dank und Kontakt*

„Willkommen in Mainz“ ist ein Projekt vom Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen e. V. und dem Amt für Jugend und Familie der Landeshauptstadt Mainz, Fachstelle Frühe Hilfen, Kinderschutz und Familienbildung.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei den Ehrenamtlichen, die das Projekt zusammen mit dem Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen gegründet und zahlreiche Informationen dieser Infomappe mit viel Arbeit zusammengetragen haben.

Alle Angaben in dieser Infomappe wurden nach den uns bekannten Informationen zum Zeitpunkt des Drucks zusammengestellt. Es können sich seither Veränderungen ergeben haben. Für die Richtigkeit der Angaben kann keine Gewähr übernommen werden.

Lob, Kritik und Änderungsvorschläge richten Sie bitte an:

Landeshauptstadt Mainz, Amt für Jugend und Familie
Fachstelle Frühe Hilfen, Kinderschutz und Familienbildung
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz
06131 12-4278, -2618, -3502
fruehehilfen@stadt.mainz.de
www.mainz.de/fruehe-hilfen-familien

oder

Der Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen e. V.
Ludwigsstraße 7, 55116 Mainz
06131 614191
willkommen-in-mainz@kinderschutzbund-mainz.de
http://www.kinderschutzbund-mainz.de/angebote/willkommen-in-mainz

Ganz herzlichen Dank für Ihre Rückmeldungen. Sie helfen uns dabei, diese Broschüre aktuell zu halten.

Viel Freude mit Ihrem Kind wünscht Ihnen
Ihr „Willkommen in Mainz“-Team

**Impressum**
Landeshauptstadt Mainz
Postfach 3620 | 55026 Mainz

Amt für Jugend und Familie | Allgemeiner Sozialdienst und besondere soziale Dienste
Fachstelle Frühe Hilfen, Kinderschutz und Familienbildung
Stadthaus Lauteren-Flügel, Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz

Bildnachweis: Landeshauptstadt Mainz, Der Kinderschutzbund Mainz und Rheinhessen
Druck: Hausdruckerei der Landeshauptstadt Mainz

Auflage: 500 Exemplare
Stand: 01/2027

Landeshauptstadt
Mainz

Der Kinderschutzbund
Orts- und Kreisverband
Mainz

Netzwerk
Frühe Hilfen
Mainz

WILLKOMMEN in Mainz