

## **Gesundheitliche Angebote für geflüchtete Frauen in Berlin**

### **Beratung für Migrant\_innen mit HIV**

#### **Für wen ist das Angebot?**

für Migrant\_innen mit HIV

#### **Konkretisierung:**

auf Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Russisch, Ukrainisch, Rumänisch, Polnisch, Bulgarisch, Serbokroatisch

Bei Bedarf bemühen wir uns um Sprachmittler\_innen in weiteren Sprachen. Beratung zur medizinischen Versorgung, zum Asylverfahren und Krankenversicherungsschutz sowie weiteren asyl- wie ausländerrechtlichen Anliegen.

#### **Anbieterin:**

Berliner Aids-Hilfe e.V.

Kurfürstenstr. 130, 10785 Berlin

Tel.: +49 (0)30 / 88 56 40 – 26

Email: [email@berlin-aidshilfe.de](mailto:email@berlin-aidshilfe.de)

Montag & Donnerstag 12-16

Homepage: [www.berlin-aidshilfe.de](http://www.berlin-aidshilfe.de)

### **Beratung zur sexuellen Gesundheit (auch HIV-Tests) sowie rund um Familienplanung/ Schwangerschaft/ Elternschaft in den Zentren für sexuelle Gesundheit und Familienplanung**

#### **Für wen ist das Angebot?**

Jugendliche, Erwachsene, Paare

#### **Konkretisierung:**

Beratung, Untersuchung und ggf. Behandlung sexuell übertragbarer Krankheiten (STI), auch anonym; Beratung zum Themenkreis HIV/AIDS; anonymen HIV-Antikörpertest mit Beratung; Beratung von Frauen und Männern im Sexbusiness.

Sprachen: Deutsch, Arabisch, Bulgarisch, Englisch, Farsi, Polnisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch, Thai, Ukrainisch, Vietnamesisch.

#### **Anbieterin:**

Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung

Charlottenburg-Wilmersdorf, Hohenzollerndamm 174 (gelbe Tür, 3. OG), 10713 Berlin

Tel.: +49 (0)30 / 9029 16880

(Terminvereinbarung für HIV-Tests unter 9029 16887)

Homepage: [Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung Charlottenburg-Wilmersdorf](http://Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung Charlottenburg-Wilmersdorf)

#### **Konkretisierung:**

Beratung zur sexuellen Gesundheit, zur Familienplanung und Verhütung; gynäkologische Untersuchung für Nichtversicherte; Beratung in der Schwangerschaft und zur Vertraulichkeit

(ehemals Netzwerk Frauengesundheit Berlin)

Geburt; Schwangerschaftskonfliktberatung; anonymer HIV-Test / STI-Untersuchungen

Sprachen: Deutsch, Arabisch, Bulgarisch, Englisch, Farsi, Rumänisch, Thailändisch, Türkisch, Ungarisch.

**Anbieterin:**

Zentrum Friedrichshain-Kreuzberg, Urbanstr. 24 (2. OG), 10967 Berlin

Tel.: +49 (0)30 / 9029 88363 (nur mit Terminvereinbarung)

Homepage: [Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung Friedrichshain-Kreuzberg](#)

**Konkretisierung:**

medizinische und psychosoziale Beratung rund um das Thema sexuelle Gesundheit; Beratungen zu STI/HIV und AIDS; vertraulicher und anonymer HIV-Antikörpertest (AIDS-Test); Untersuchungen bei sexuell übertragbaren Infektionen, ggf. auch Behandlungen; auch für Menschen ohne Krankenversicherung.

Sprachen: Deutsch, Englisch; Sprachmittlung auf Anfrage

**Anbieterin:**

Zentrum Mitte / Potsdamer Str. 65, 10785 Berlin

Tel.: +49 (0)30 / 2639 669 30 (nur mit Terminvereinbarung)

Homepage: [Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung Mitte](#)

**Konkretisierung:**

Verhütungsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Beratung und Untersuchung (vorgeburtlich für nicht versicherte Frauen), Sexualpädagogik, Hebammenleistungen für nichtversicherter Frauen und in Flüchtlingseinrichtungen, Schwangerengymnastik

Sprachen: Deutsch und bei Bedarf an bestimmten Tagen auf Arabisch, Türkisch, Rumänisch und Bulgarisch

**Anbieterin:**

Zentrum Mitte / Ruheplatzstr. 13, 13347 Berlin

Tel.: +49 (0)30 / 9018-44235

Homepage: [Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung Mitte](#)

**Konkretisierung:** kostenlose Beratung

Schwangerschaft: Beratung und Hilfe für werdende Mütter und Väter in medizinischen, rechtlichen wirtschaftlichen und sozialen Fragen, Ärztliche Beratung und Untersuchungen entsprechend den Mutterschaftsrichtlinien für Menschen ohne Krankenversicherung, (Anonyme) Unterstützung und Beratung für Frauen, die ihre Schwangerschaft und Mutterschaft geheim halten möchten

Schwangerschaftskonfliktberatung gemäß § 219 StGB: Beratung zur Entscheidung über Fortsetzung oder Beendigung der Schwangerschaft, Ausstellung der Beratungsbescheinigung für die Beendigung der Schwangerschaft

Familienplanung: Beratung zu Fragen und Methoden der Schwangerschaftsverhütung & Familienplanung, Kostenübernahme für Schwangerschaftsverhütungsmittel und Einlage von Spiralen / Hormonstäbchen für geringverdienende oder im Leistungsbezug sich befindende Berliner Frauen

Psychologische Beratung

Sexuelle Gesundheit: (anonyme) Beratung, Testungen & Untersuchungen auf sexuell übertragbare Infektionen, u.a. HIV-Testung Chlamydien (Testung: 10€, für Geringverdiener kostenfrei) Anonymisierte vertrauliche Beratungen, med. Untersuchungen & Testungen für sexarbeitende Menschen. Alle Mitarbeiter:innen unterliegen der (med.) Schweigepflicht.

(ehemals Netzwerk Frauengesundheit Berlin)

Sprachen: Auf Deutsch, Englisch, Französisch, Russisch, Vietnamesisch und Thai (mit Terminabsprache).

**Anbieterin:**

Zentrum Marzahn-Hellersdorf, Janusz-Korczak-Str 32, (3.OG), 12627 Berlin

Tel.: +49 (0)30 / 9029 33655 (nur mit Terminvereinbarung telefonisch oder vor Ort)

Sprechzeiten: Mo. 9-12 Uhr, Di. 14-18 Uhr, Do. 9-12 Uhr, Mi. + Fr. nach Vereinbarung

Homepage: [Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung Marzahn-Hellersdorf](#)

## **Psychosoziale Beratung in den zwei Arbeitsbereichen Gesundheit und LesMigraS**

**Für wen ist das Angebot?**

Unsere Schwerpunkte liegen auf Lesben, bisexuellen Frauen und Mädchen und/oder alle Trans\* Menschen, aber wir beraten auch alle Frauen und Mädchen in Krisen.

**Konkretisierung:**

Die Lesbenberatung e.V. bietet alle psychosozialen Beratungen in unseren zwei Arbeitsbereichen an (Gesundheit und LesMigraS).

Mögliche Beratungsthemen sind sehr umfangreich: Coming Out, Gender Identität, Beziehungen, seelische und körperliche Erkrankungen, Behinderung und mehr. Wir arbeiten gegen Homophobie, Trans\*Diskriminierung und Rassismus. Zudem bietet [LesMigraS](#) Beratung zum Thema Antigewalt- und Antidiskriminierung (Inklusiv AGG) an.

**Anbieterin:**

Lesbenberatung e.V.

Kulmerstr. 20a, 10783 Berlin (Schöneberg)

Tel. +49(0)30 - 217 27 53

Normalerweise umfasst eine Beratungsreihe bis zu 10 Sitzungen.

## **Telefonische psychosoziale Krisenberatung für Migrantinnen**

**Für wen ist das Angebot?**

Das Angebot ist für alle Frauen mit Migrationshintergrund.

**Konkretisierung:**

Persönliche psychosoziale Krisenberatung für Migrantinnen nach Vereinbarung: auf Dari, Farsi, Englisch.

Persönliche Beratung in den Beratungsräumen vom Frauenkrisentelefon, nach vorheriger Terminvereinbarung:

bei Homa Mosavi (Farsi und Dari) und bei Gertrud Anneken (Englisch)

**Anbieterin:**

Frauenkrisentelefon e.V.

Montags 10-12 Uhr, Telefon: 030- 615 75 96

Homepage: [www.frauenkrisentelefon.de/](http://www.frauenkrisentelefon.de/)

## **Beratung rund um Familienplanung/ Schwangerschaft/ Elternschaft**

### **Für wen ist das Angebot?**

Das gesamte Beratungsangebot steht geflüchteten Menschen offen. Die Beratungen finden auch in englischer, französischer, spanischer, türkischer und russischer Sprache statt. Bei Bedarf können Dolmetscher\_innen hinzugezogen werden.

### **Konkretisierung:**

- Familienplanung u. Elternschaft
- Schwangerschaftskonfliktberatung
- Beratung zu vorgeburtlichen Untersuchungen
- Medizinische Dienstleistungen
- Psychologische Einzel- und Paarberatung
- Sexualberatung
- Sexualisierte Gewalt
- Sexualpädagogik
- Sozial- und Familienrecht
- Verhütung

Das Ärzt\_innenteam beantwortet medizinische Fragen zum Thema Schwangerschaft, Frauengesundheit, Empfängnisverhütung, führt gynäkologische Untersuchungen durch und verschreibt auch Verhütungsmittel.

In der Sozialen Beratung informieren wir über die Möglichkeit sozialer und finanzieller Hilfen bei einer Schwangerschaft und nach der Geburt und geben Hilfestellung bei der Beantragung von Leistungen.

Kosten: Die Beratungen sind bei Bedarf kostenlos.

### **Anbieterin:**

pro familia

Kalckreuthstr. 4, 10777 Berlin

Telefon: 030/398 498 98: Mo, Di und Do: 15-18 Uhr, Sa.: 9-12 Uhr

Homepage: <http://www.profamilia.de>

## **Babymassage-Kurse**

### **Für wen ist das Angebot?**

Wir bieten geflüchteten Müttern mit einem Baby Freiplätze in unseren Babymassage-Kursen an.

### **Anbieterin:**

Familienzelt - Selbstbestimmte Geburt und Familie e.V.

Schönfließer Str. 17, 10439 Berlin

Tel. 030 – 322 30 71

Homepage: <http://www.familienzelt-berlin.de/>

## **Familienplanungszentrum Berlin – Balance, Fachteam Flucht und Migration**

begleitet, berät und bestärkt bei allen Fragen rund um die sexuelle und reproduktive Gesundheit, Schwangerschaft/Geburt, Rechte sowie psychische Gesundheit.

### **Für wen ist das Angebot?**

geflüchtete Frauen\*, Schwangere, Mütter und ihre Familien

### **Konkretisierung:**

Gesundheitliche Beratung: Mobile Einzel- und Gruppenberatungen / Infoveranstaltungen in den Unterkünften, Beratungsstellen und anderen Einrichtungen zu verschiedenen Themen:

- Frauengesundheit, Anatomie, Gesundheitsvorsorge, sexuelle und reproduktive Rechte, Frauengesundheit und Rassismus, Selbstbewusstsein und Empowerment
- Zyklus und Menstruation, selbstbestimmte Familienplanung/Verhütung, Sexualität
- Schwangerschaft, Geburt
- Zugang zum Gesundheitssystem und Weitervermittlung im Gesundheitssystem, Informationen zu Unterstützungsangeboten in Berlin
- Kindergesundheit, Vorsorgeuntersuchungen
- Stärkung der eigenen Gesundheitskompetenzen
- Konkrete Selbsthilfe, z.B. Hausmittel der Naturheilkunde
- Ernährung in Schwangerschaft (auch Schwangerschaftsdiabetes) und Stillzeit
- Gesund Ernährung für Kleinkinder
- Ernährung

Psychosoziale/ Soziale Beratung/ Unterstützung: Mobile Einzel- und Gruppenberatungen / Infoveranstaltungen in den Unterkünften, Beratungsstellen und anderen Einrichtungen zu verschiedenen Themen:

- Konflikte in der Partnerschaft während der Schwangerschaft und über die Geburt hinaus
- Schwangerschaftskonflikte bei Frauen\* und Paaren, die einen Schwangerschaftsabbruch in Erwägung ziehen (Weitervermittlung an Fachstellen)
- Gewalt- und Missbrauchserfahrungen (Weitervermittlung an Fachstellen)
- Familiären Krisen, Partnerschaftskonflikte und andere Belastungen bzw. schwierige Lebenssituationen
- Entwicklungsphasen des Kindes
- Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Neugeborenen
- Emotionale Probleme/ Auffälligkeiten bei Kindern (häufiges Weinen, Schlafstörungen etc.)
- Erziehungsprobleme / Erziehungsfragen (Erstgeborene und/ oder Geschwisterkinder)
- Ausfüllen von Formularen, Vorbereitung von Stiftungsanträgen (Babyerstaussstattung etc.)
- Angebote für Familien, z.B. Elterngeld, Kindergeld
- Terminvereinbarung bei Behörden, Ämtern, Ärzt\*innen
- Elternkurs Starke Eltern, starke Kinder® (vietnamesisch)

### Psychologische Beratung:

Mobile Erst- und Folgeberatung:

- Einzel- und Gruppenberatung zu Themen psychische Gesundheit, Umgang mit psychischen Belastungen und Konflikten

Beratung/Unterstützung bei spezifischen Themen:

- Umgang und Bewältigung von akuten psychischen Krisen/ Krisenintervention
- Psychoedukation und Stabilisierung bei Posttraumatischen Belastungsstörung, Ängsten, Depression, Schlafstörung etc.
- Umgang und Stabilisierung bei psychischer, sexualisierter und körperlicher Gewalterfahrungen im Herkunftsland, auf der Flucht oder in Deutschland (ggf. Weitervermittlung an Fachstellen)
- Familiäre Krise, Partnerschaftskonflikte, Erziehungsprobleme und andere Belastungen bzw. schwierige Lebenssituationen

(ehemals Netzwerk Frauengesundheit Berlin)

- Psychologische Stellungnahmen für rechtliche Verfahren
- Weitervermittlung, wie z.B. in therapeutische und psychiatrische Angebote (SPD und die Clearingstelle der Charité)

Alle Angebote sind kostenfrei und werden von Sprachmittler\*innen begleitet und können in Absprache mit uns individuell angepasst/geplant werden. Die Beratung kann auf Wunsch auch anonym erfolgen.

### Kontakt Daten und Terminvergabe:

Ina Panjawin, Gesundheitsberaterin, E-Mail: [panjawin@fpz-berlin.de](mailto:panjawin@fpz-berlin.de), Mobil: 0176 / 43816322

Maria Schneider, Gesundheitsberaterin, E-Mail: [schneider@fpz-berlin.de](mailto:schneider@fpz-berlin.de), Mobil: 0176 / 44430852

Linh Vu, Sozialarbeiterin, E-Mail: [vu@fpz-berlin.de](mailto:vu@fpz-berlin.de), Mobil: 0176 / 87735573

Lisa Oehmen, Psychologin, E-Mail: [oeahmen@fpz-berlin.de](mailto:oeahmen@fpz-berlin.de), Mobil: 0176 / 43816320

### Anbieterin:

Familienplanungszentrum Berlin – BALANCE (FPZ)

Konrad-Wolf-Str. 12/12a, 13055 Berlin

Tel. 030 – 236 236 80; E-Mail: [balance@fpz-berlin.de](mailto:balance@fpz-berlin.de)

Telefonische Sprechzeiten/ Terminvereinbarung: Mo./Fr. 9-14 Uhr, Di./Do. 11-18 Uhr, Mi. 15-19 Uhr  
barrierefreier Zugang im FPZ

Homepage: <http://www.fpz-berlin.de/>

## LARA - Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen\*

### Für wen ist das Angebot?

Frauen, Mädchen und Trans\*Personen nach dem 14. Lebensjahr, die eine Vergewaltigung, sexuelle An- und Übergriffe und sexuelle Belästigung erfahren haben.

### Konkretisierung:

- Beratung für Frauen (auch Trans\*Personen), die sexuelle Gewalt erfahren haben
- Schnelle Unterstützung durch unsere Hotline
- Juristische Beratung durch erfahrene Rechtsanwältinnen
- Krisenintervention auch ohne Termin
- Begleitung bei der Anzeige und bei einem Prozess
- Gruppenangebote
- Muttersprachliche Beratung oder mit Sprachmittlung
- Angehörigenberatung
- Fortbildung für andere Berufsgruppen
- Kostenlose und auf Wunsch anonyme Beratung

Die Angebote werden von Sozialpädagoginnen mit therapeutischer Zusatzausbildung und Psychologinnen durchgeführt. Zudem haben wir ein Gruppenangebot in einer Unterkunft für geflüchtete Menschen, bei der auch individuelle Beratung möglich ist.

### Anbieterin:

Lara - Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen\*

Fuggerstr. 19, 10777 Berlin

Telefon: 0 30-2 16 88 88, Telefax: 0 30-2 16 80 61

E-mail: [beratung@lara-berlin.de](mailto:beratung@lara-berlin.de)

Homepage: <http://lara-berlin.de/>