



FÜR FAMILIEN MIT KINDERN VON 0 BIS 3 JAHREN

FAMILIENPAT*IN

UNTERSTÜTZUNG, DIE GUT ANKOMMT



FÜR FAMILIEN MIT KINDERN VON 0 BIS 3 JAHREN

FAMILIENPAT*IN

UNTERSTÜTZUNG, DIE GUT ANKOMMT

Ehrenamtliche Familienpat*innen erzählen

Mütter und Väter mit Babys und Kleinstkindern brauchen starke Nerven, denn Auszeiten für die Eltern sind rar. Manchmal fehlt es an Unterstützung. Dann können ehrenamtliche Familienpat*innen hilfreich sein.

Ehrenamtliche Familienpat*innen unterstützen Familien stundenweise und helfen ihnen, bei Kräften zu bleiben. Sie ermöglichen Entlastung im Alltag, indem sie ihnen zuhören und Mut machen oder die Betreuung der älteren Geschwisterkinder übernehmen.

In diesem Heft berichten Frauen von ihren Erfahrungen als Familienpatin und den Beweggründen für ihr Engagement. Drei Einrichtungen in Marzahn-Hellersdorf, die Patenschaften vermitteln und Familienpat*innen aktiv begleiten, stellen sich vor.

Die ehrenamtliche Tätigkeit wird auf die Bedürfnisse der Familien und der Familienpat*innen gemeinsam mit den Mitarbeiter*innen der Einrichtungen abgestimmt, festgelegt und begleitet.

Wenn Sie Familien Zeit schenken möchten, nehmen Sie bitte den Kontakt zu uns auf!

Wir freuen uns auf Sie!

**Ihre
Netzwerkkoordination Frühe Hilfen
und FreiwilligenAgentur Marzahn-Hellersdorf**

MEINE MOTIVATION



MEINE MOTIVATION

„Ich möchte Familien begleiten, da ich aus eigener Erfahrung weiß, dass es Eltern nicht leicht haben. Ich kann mich an die Zeit erinnern, als meine Kinder klein waren. In dieser Phase tut **Unterstützung** gut.“

„Ich will Eltern **Selbstvertrauen** geben und sie darin bestärken, dass sie es gut machen.“

„Es macht mir großen **Spaß**, mit Kindern zusammen zu sein. Als Studentin habe ich etwas **Zeit** übrig. Die schenke ich den Familien gerne.“

„Ich möchte meine **Erfahrung** weitergeben und ein Stück dazu beitragen, dass die Familien ihren Weg gut schaffen.“

„Da meine Kinder groß werden, sind **Ressourcen** freigeworden. Diese stecke ich in ein Studium und in mein Ehrenamt. Zwischen beiden gibt es viele Wechselwirkungen, die mich sehr bereichern.“

SO ENGAGIERE ICH MICH



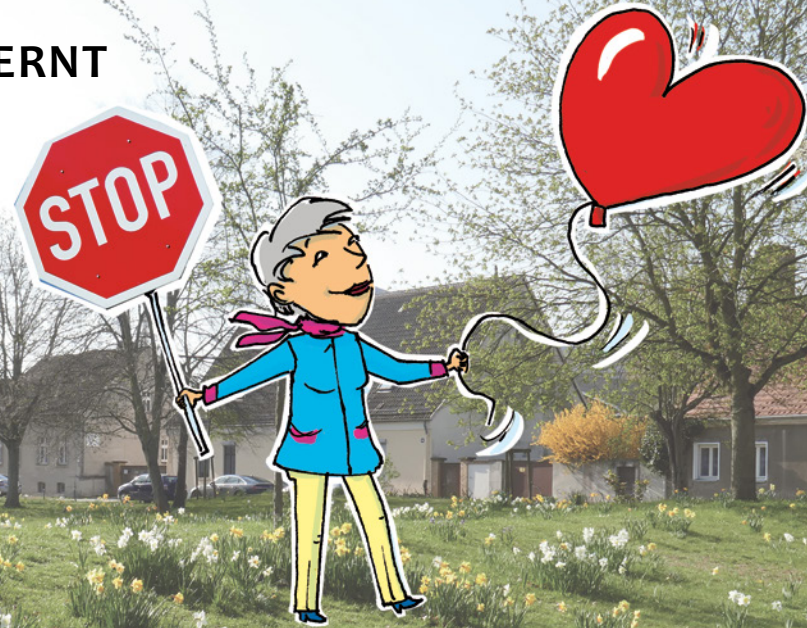
„Ich lasse mich bei jedem Besuch bei der Familie neu auf das ein, was gerade am dringendsten nötig ist. Häufig ist es ein **offenes Ohr** für die aktuellen Sorgen und Nöte. Und manchmal ist es eine Stunde für die Mutter oder den Vater allein. Dann gehe ich mit den Kindern spazieren.“

„Ich gestalte verschiedene Online-Angebote, die sich an junge Eltern und ihre Kinder richten. Die Eltern haben die Gelegenheit sich auszutauschen und sie bekommen **kreative Anregungen** für Spiele mit den Kindern.“

„Ich besuche jede Woche eine alleinerziehende Mutter. Für ein paar Stunden **kümmere** ich **mich** um das Baby, damit sie etwas nur für sich tun kann.“

„Ich habe schon mehrere Familien begleitet. Da Familienkonstellationen verschieden sind, ist es ein spannender Prozess, sich auf die **Situation** und **Bedürfnisse** einer neuen Familie einzulassen.“

ICH HABE VIEL GELERNT



ICH HABE VIEL GELERNT

„Ich weiß jetzt, was es bedeutet, wertschätzend mit den Lösungen anderer Menschen umzugehen. Das verlangt immer wieder Arbeit an meiner eigenen **Haltung**.“

„Ich habe viel **Feingefühl** im Umgang mit den Eltern entwickelt. **Vertrauen** aufzubauen, ist wichtig.“

„Ehrenamtliche Tätigkeit kann sehr interessant und abwechslungsreich sein. Dass auch bei Online-Angeboten so viel **Beziehung** möglich ist, finde ich klasse.“

„Ich habe begriffen, wie wichtig es ist, klar zu sagen, was jeder möchte und was nicht.“

„Die Familien, die ich begleite, zeigen sich sehr privat und verletzlich. Dadurch habe ich mehr **Verständnis** und **Empathie** für die Lebensverhältnisse anderer Menschen entwickelt.“

MEIN LOHN



„Ich entwickle ein tieferes Verständnis für andere Lebensweisen und betrachte die Dinge aus neuen **Perspektiven**.“

„Es ist toll mitzuerleben, wenn in der Familie eine **Entwicklung** stattfindet.“

„Mein Ehrenamt gibt mir die **Chance**, über den eigenen Tellerrand zu blicken. Mir ist noch klarer geworden, wie verschieden die Menschen sind.“

„Das Vertrauen und die **Offenheit** der Eltern belohnen mich. Häufig sagen sie mir, wie **dankbar** sie dafür sind, dass ich jede Woche zu ihnen komme. Das ist sehr schön.“

„Ich sammle **zwischenmenschliche Erfahrungen** und lerne jeden Tag dazu. Man kann mit einfachen Dingen erstaunlich viel bewirken.“

WENN'S MAL SCHWIERIG WIRD



WENN'S MAL SCHWIERIG WIRD

„Obwohl es zu Beginn ein Kennenlerngespräch gibt, werden manche Probleme in den Familien erst mit der Zeit deutlich. Bei Unsicherheiten ist die **Projektleitung** für mich da. Deren Betreuung trägt das Ganze.“

„Wie weit geht mein Verständnis für die Lebensentwürfe anderer?
Das kann ein Spagat sein und ich spüre meine Grenzen. **Kommunizieren** ist dann sehr wichtig.“

„Wenn Familien bei gravierenden Problemen fachliche Hilfen ablehnen, kann das belastend sein.
Da helfen mir die Betreuung durch die Koordination und die Gespräche **mit anderen Ehrenamtlichen**.
Es ist wichtig, die eigenen Grenzen anzuerkennen und sich zu sagen: Was ich tue, reicht.“

„Wenn persönliche Treffen nicht machbar sind, ist auch online ganz viel Kontakt und **Begleitung** möglich.
Das ist gut zu wissen.“

„Der Abschied von den Familien fällt mir nicht leicht, weil ich ja eine Beziehung zu ihnen aufbaue.
Da ist es wichtig, einen **guten Abschluss** der gemeinsamen Zeit zu gestalten.“

MANCHE ERLEBNISSE SIND ETWAS GANZ BESONDERES



MANCHE ERLEBNISSE SIND ETWAS GANZ BESONDERES

Es berührt mich, wieviel Vertrauen die Familien mir schenken und wie nah sie mich in ihr Leben lassen.
Das hatte ich nicht erwartet.“

„Ein Vater sagte mir, wie sehr er meine Ideen und Anregungen schätzt.
Das war ein **wertvolles Feedback** für mich.“

„Ich habe eine Mutter in einer Konfliktsituation begleitet und konnte dabei vermitteln.
Ihr **Vertrauensbeweis** und dass ein Gespräch so viel bringen kann, werde ich nicht vergessen.“

„Das Baby schlief ganz wohlig in meinem Arm ein. Das hat mich und auch die Mutter sehr berührt.“

„Zum Abschied bekam ich von der Familie Blümchen und Fotos geschenkt.
Das ist für mich eine **wunderbare Erinnerung** an die gemeinsame Zeit.“

<<< Alt-Marzahn mit Blick auf die Landsberger Allee



EINRICHTUNGEN UND ANSPRECHPARTNER*INNEN

**für die ehrenamtliche Arbeit
als Familienpat*in**

FRÜHE HILFEN

Unterstützung für Familien von Anfang an

Frühe Hilfen sind frühzeitige und zeitnahe Angebote für (werdende) Eltern mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr. Sie unterstützen beim Start ins Familienleben und stärken Mütter wie Väter, ihre Beziehungs- und Erziehungsherausforderungen zu meistern.

So kann gesundes Aufwachsen von Kindern von Anfang an gelingen. Familienpat*innen können Familien bei der Bewältigung ihres Alltags entlasten und unterstützen.

Alle Angebote sind freiwillig.

Ansprechpartnerin:

Netzwerkkoordinatorin Frühe Hilfen Marzahn-Hellersdorf

E-Mail: fruehe.hilfen@ba-mh.berlin.de, Tel.: 030 90293 4450

www.berlin.de/willkommen-im-leben-mh



DIE FREIWILLIGENAGENTUR MARZAHN-HELLERSDORF

Offene Türen für Engagement

Wir sind das bezirkliche Zentrum, die Ideenwerkstatt und Treiberin für freiwilliges Engagement.

Das Engagement-ABC reicht von Anpflanzen bis Zuhören. Ob kurzfristiger Einsatz oder lebenslange Leidenschaft, mit wenig, mehr oder viel Verantwortung, als Einzelbegleitung oder Gruppenaktion, alles ist möglich. Bürger*innen erhalten von uns einen Überblick über die Vielfalt der Möglichkeiten. Dabei orientieren wir uns an den jeweiligen Wünschen, Interessen und Fähigkeiten.

Träger der FreiwilligenAgentur Marzahn-Hellersdorf ist der Wir fördern Engagement e.V.

Treten Sie gern mit uns in Kontakt!

E-Mail: kontakt@fwa-mh.de, Tel.: 030 76 23 65 00

www.aller-ehren-wert.de





„KÄNGURU – hilft und begleitet“

„Die Arche“- Kinderstiftung und das Diakonische Werk bieten über das Projekt „Känguru – hilft und begleitet“ jungen Familien ein kostenloses Unterstützungsangebot.

Wir suchen ehrenamtliche Familienpat*innen, die ein Mal in der Woche für 2-3 Stunden junge Familien nach der Geburt eines Kindes für 6-12 Monate begleiten. Sie gehen beispielsweise mit dem Baby spazieren, beschäftigen die Geschwister, hören zu, machen Mut und stehen den Eltern mit Rat und Tat bei Unsicherheiten zur Seite.

Unsere Angebote für Sie: regelmäßige Schulungen, Teamsitzungen, Unfall- und Haftpflichtversicherung, eine Aufwandsentschädigung, Begleitung durch die Regionalkoordinatorin.

Regionalkoordination „Känguru – hilft und begleitet“ Marzahn-Hellersdorf

Sarah Jagomast, Mobil: 0151 72030393

E-Mail: kaenguru@kinderprojekt-arche.de

www.kaenguru-diakonie.de



„welcome“ Praktische Hilfe nach der Geburt

Die ersten Monate nach der Geburt können für Familien trotz aller Freude über den ersehnten Nachwuchs ganz schön stressig und chaotisch werden. „welcome“ unterstützt Familien mit einem Kind oder Kindern im 1. Lebensjahr. Während dieser Zeit kommt ein*e Ehrenamtliche*r etwa ein bis zweimal pro Woche für ein paar Stunden zur Familie nach Hause und schaut nach dem Baby oder Geschwisterkind. Während des „welcome“-Einsatzes werden die Ehrenamtlichen eng begleitet durch eine Fachkraft, die das „welcome“-Team koordiniert.

welcome Marzahn-Hellersdorf, Barbara Böhme (welcome-Koordinatorin)
Familienzentrum Felix, Zühlsdorfer Str.16/18, 12679 Berlin
Tel.: 030 32298631, Fax: 030 32535914
E-Mail: berlin.marzahn-hellersdorf@welcome-online.de
www.welcome-online.de, humanistisch.de/felix-zentrum





„EFa-MINI“

Unterstützung von jungen Familien

Im Projekt EFa-MINI - im Kinder-, Jugend- und Familienzentrum Haus „Aufwind“ der Jugendwerk Aufbau Ost JAO gGmbH - unterstützen Sie als Freiwillige*r junge Familien mit Kindern von 0-3 Jahren.

Begleiten Sie die Familie als EFa-Pat*in bei kleinen Ausflügen, der Kinderbetreuung, beim gemeinsamen Spielen sowie bei den kleinen und großen Sorgen des Alltags.

Teilen Sie Ihre Lebensfreude, Zeit und Erfahrung – junge Familien freuen sich auf Ihre Unterstützung!

Melden Sie sich gerne bei uns, um mehr zu erfahren:

KJFZ Haus „Aufwind“ der JAO gGmbH, Nossener Straße 87-89, 12627 Berlin

Tel.: 030 99281150, Fax: 030 99281151

Mobil: 0157 83442408

E-Mail: aufwind-fuer-familien@jao-berlin.de

www.jao-berlin.de/aufwind



Herausgeber:
Bezirksamt Marzahn-Hellersdorf von Berlin, Netzwerkkoordination Frühe Hilfen
Riesaer Str. 94, 12627 Berlin
E-Mail: fruehe-hilfen@ba-mh.berlin.de
www.berlin.de/willkommen-im-leben-mh/

Idee und Konzeption:
Netzwerkkoordination Frühe Hilfen Erika Schwarz und Jana Lepczyk
FreiwilligenAgentur Marzahn-Hellersdorf, Constanze Paust
Interviews und Texte: Simone Ahrberg-Joung
Illustrationen, Layout und Satz: Antje Püpke, www.fixe-art.de
Gesetzt aus der Candara
Druck: www.wir-machen-druck.de

Finanziert durch die Bundesstiftung Frühe Hilfen

Berlin 2021
Bezirksamt Marzahn-Hellersdorf



Was bedeutet es, ehrenamtliche Familienpat*in zu sein?

In dieser Broschüre lesen Sie von Erfahrungen, Eindrücken und Momentaufnahmen der Menschen, die sich für junge Familien ehrenamtlich einsetzen.

Des Weiteren stellen sich Einrichtungen vor, die Familienpat*innen an Eltern vermitteln.

Die Broschüre ist in enger Zusammenarbeit von der Netzwerkkoordination Frühe Hilfen und der Freiwilligen-Agentur Marzahn-Hellersdorf entstanden.

