

Schwangerenberatungsstelle

JAHRESBERICHT



Inhalt

Vorwort	1
Einblick in die statistischen Daten	2
Beratung/Begleitung während der Schwangerschaft und Geburt	3
Schwangerschaftskonfliktberatung	5
Verhütungsmittelzuschuss	6
Hebammensprechstunde	7
Ehrenamt	7
HeLB: Erprobung multipler Beratungszugänge	8
Geburtsvorbereitungskurs für geflüchtete Frauen	9
Müttergruppe	10
Frühe Hilfen	11
Schwangeren-Yoga	11
Arbeitskreise, Fachtagungen, Fortbildungen	12
Spenden und Helfen	12

Frauen beraten – donum vitae e. V.
 Staatlich anerkannte Schwangerenberatungsstelle

Brake / Nordenham / Lemwerder

Fon: 044 01 . 93 01 60
 Fax: 044 01 . 93 01 59

brake@donumvitae.org
 www.brake.donumvitae.org

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitglieder, Freunde und Förderer!

Auf Bundesebene gab es einen Grund zum Feiern, denn im September 1999 erfolgte die Gründung von **donum vitae**. Auf der Bundesmitgliederversammlung in Karlsruhe wurde zum 20-jährigen Bestehen mit einem Festakt eingeladen. Frau Rita Waschbüsch stand bei der anstehenden Wahl zur Bundesvorsitzenden nicht mehr zur Verfügung. Ein „Dankeschön“ des Landesverbandes wurde überreicht. Der Verband **donum vitae** in der Wesermarsch gründete sich ein Jahr später.

Dieses Jahr erlebten auch wir hier in der Wesermarsch personelle Veränderungen neben der täglichen Arbeit. Das Pilotprojekt der **Müttergruppe** in Nordenham lief zum 31.10.2019 aus und die betreffende Mitarbeiterin wechselte zu einem Projekt der Kreisvolkshochschule (KVHS). Unsere Vertretungskraft in der Elternzeit wurde selber wieder Mutter und verabschiedete sich in die eigene Elternzeit. Die Mitarbeiterin des **Modellprojektes „Schwangerschaft und Flucht“** verabschiedete sich nach Beendigung des Projektes in den wohlverdienten Ruhestand.

Mit dem bundesweitem Kongress in Berlin, an dem auch unsere SprachmittlerInnen für Arabisch und Farsi teilgenommen haben, wurden die Ergebnisse des Modellprojektes durch Mitglieder des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, der wissenschaftlichen Forschung und des Bundesvorstandes **donum vitae** vorgestellt und feierlich gewürdigt.

Wir freuen uns darüber, dass wir unsere erfolgreiche Arbeit durch das Folgeprojekt **„HeLB Helfen. Lotsen. Beraten.“** für die nächsten drei Jahre in der Wesermarsch fortführen können. Dieses Projekt wird dankenswerter Weise im Bereich der Betriebs- und Nebenkosten durch den Landkreis mit unterstützt. Ab dem 01.07.2019 wurde die Psychologin Frau Dissen-Schütte für diese Tätigkeit eingestellt. Parallel ist sie auch für einige Stunden für die Schwangerschafts(konflikt)beratung verantwortlich.

Das hochqualifizierte Team der Hauptamtlichen leistete hervorragende Arbeit. Dafür gebührt ihnen an dieser Stelle ein herzliches „Danke“.

Das breitgefächerte Angebot unserer Beratungsstelle lässt sich nur durch Ihre Hilfe ausbauen und stabilisieren. Wir danken allen, die unsere Arbeit unterstützen und begleiten, sei es finanziell, materiell, ideell oder durch gute Kooperation. Ohne Ihre Unterstützung wäre es in diesem Umfang nicht zu realisieren, vielen Dank.

Ich wünsche Ihnen allen eine informative Lektüre und alles erdenklich Gute.

Ortrud Müller · Vorsitzende

„Mensch sein heißt ja niemals, nun einmal so und nicht anders sein zu müssen, Mensch sein heißt immer, immer auch anders werden zu können.“

Viktor Frankl



Einblick in statistische Daten und Angaben

Im Jahr 2019 verweisen wir auf 1377 unterschiedliche Beratungstätigkeiten, die statistisch erhoben und an das Niedersächsische Landesamt für Soziales, Jugend und Familie übermittelt werden. Darunter fallen 393 Erstberatungen und 242 Mehrfachberatungen (Beratungen zu einem anderen Beratungsschwerpunkt). Die durchschnittliche Dauer betrug 69,28 min. Weiterhin gab es 74 Folgeberatungen (Beratungen, das Thema einer vorausgegangenen Beratung betreffend, z.B. bei Unklarheiten im Rahmen eines Antrages). 31 Beratungen wurden im Kontext vor und nach Pränataldiagnostik, mit einer durchschnittlichen Beratungsdauer von 61 min. durchgeführt. Zur allgemeinen Schwangerenberatung gehört auch Beratung zur Familienplanung, Sexualität und Verhütung. Es fanden 15 Gruppenberatungen wie z.B. Geburtsvorbereitungskurse für geflohene Schwangere und ihre Dolmetscherinnen statt. Die Durchschnittsdauer betrug 97,33 min.

Sexualpädagogische Präventionen wurde an 10 Terminen zumeist in Grundschulen (MFM- Projekt in Form von Projekttagen und

90-minütige Angebote in den Jahrgängen 8 und 10 zur Vermeidung ungewollter Schwangerschaften) angeboten.

Es wurden 86 Schwangerschaftskonfliktberatungen durchgeführt.

Die durchschnittliche Beratungsdauer betrug 82 min.

417 Termine fallen unter zusätzliche Tätigkeiten. Das sind Beratungen, Arbeitstreffen, Besprechungen mit Kolleginnen im sozialen Netzwerk der Wesermarsch, bezogen auf die Unterstützung gemeinsamer Klientinnen unter Auflage einer schriftlichen Schweigepflichtentbindung, sonstige Vernetzungen, Beratungen und Kinderbetreuungen durch Tagesmütter im Bereich der frühen Hilfen, Tätigkeiten in unseren Projekten, Informationsveranstaltungen und besondere Veranstaltungen.

Die Angebote durch externe Referentinnen, wie das wöchentliche Schwangerschafts-yoga oder Angebote durch Ehrenamtliche, wurden nicht einbezogen.

Beratungsstellen

Brake

Geschäftsstelle
Bürgermeister-Müller-Str. 10
26919 Brake

Fon: 044 01. 93 01 60

Besuchszeiten:

Mo – Do: 10:00 – 16:30 Uhr
und nach Vereinbarung

Nordenham

Rathaus Nordenham · Zimmer 26
Walther-Rathenau-Straße 25
26954 Nordenham

Fon: 044 01. 93 01 60

Besuchszeiten:

Mi 09:00 – 11:30 Uhr
und nach Vereinbarung

Lemwerder

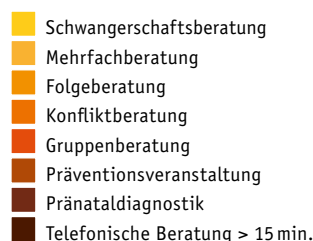
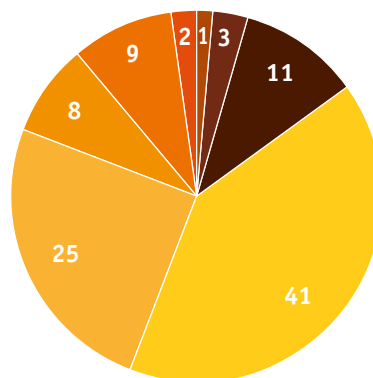
Stedinger Straße 55
27809 Lemwerder

Fon: 044 01. 93 01 60

(Termine nach Vereinbarung)

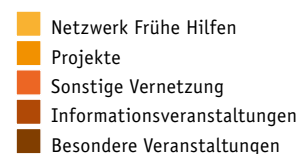
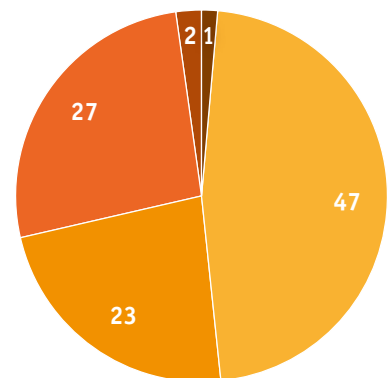
Beratung

(Darstellung in Prozent)



Zusätzliche Tätigkeiten

(Darstellung in Prozent)



Beratungen und Begleitung während der Schwangerschaft und nach der Geburt

Eine Schwangerschaft kann neben großer Freude viele Fragen und Probleme aufwerfen. Im Mittelpunkt unserer Beratung steht die Lebenssituation der Frau und ihres Partners mit all ihren emotionalen Facetten und Ambivalenzen. Auch bei Unsicherheiten im Kontext vor und während pränataldiagnostischer Untersuchungen und bei traumatischen Schwangerschaftsverläufen wie Fehl- oder Totgeburten bieten wir betroffenen Frauen und Paaren Begleitung und Unterstützung in ihrem Trauerprozess.

Aber auch mit einer komplikationslosen Schwangerschaft sind nicht alle Probleme gelöst. Neben allgemeinen Fragen, die den Schwangerschaftsverlauf betreffen, sind Unsicherheiten und Belastungen ein Anlass für das Aufsuchen unserer Beratungsstelle. Nicht nur in der Schwangerschaft, sondern auch in den ersten Lebensjahren, bis das Kind drei Jahre alt ist, sind unsere Beraterinnen für Frauen und deren Partner da.

Viele Frauen und Familien haben große soziale und wirtschaftliche Probleme, die durch die Schwangerschaft ausgelöst oder verschärft werden.

In der allgemeinen Schwangerenberatung erhalten die Frauen und ihre Partner umfassende Informationen zu allen die Schwangerschaft und Elternschaft betreffenden Fragen sowie Hilfen bei der Durchsetzung von Ansprüchen auf familienfördernde Leistungen und bei der Sicherung des Lebensunterhalts.

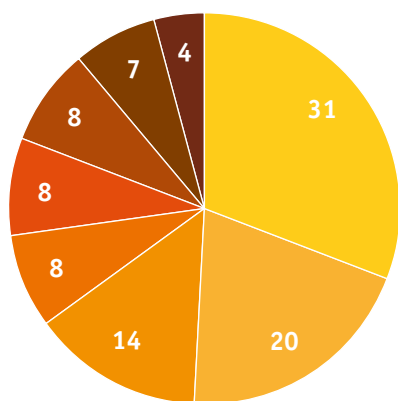
Darüber hinaus helfen wir auf Wunsch den Frauen und werdenden Eltern bei der Kontaktaufnahme und Vermittlung zu Behörden und anderen Beratungsstellen im sozialen Netzwerk der Wesermarsch; dazu gehören insbesondere die Jobcenter zur Klärung der Unterstützung des Lebensbedarfs und der Kosten für Unterkunft, das Jugendamt zur Klärung von Unterhaltsfragen, Sorgerecht und Vaterschaftsanerkennung, das Standesamt zum Erlangen der Geburtsurkunden bei geflohenen Menschen, die Schuldnerberatung, die Familienhebammen, die Frühförderung und Paarberatung.



Anlässe psychosozialer Beratungen sind z.B.:

- Fragen zu körperlichen und emotionalen Veränderungen während der Schwangerschaft
- Zweifel, die grundlegende Umstellung des eigenen Lebens durch das Kind bewältigen zu können
- Unsicherheiten und Ängste, der neuen Rolle als Mutter gerecht werden zu können
- Unsicherheiten im Hinblick auf das Arbeitsverhältnis
- Probleme mit Schule und Ausbildung
- Schwierigkeiten bezüglich der Wohnsituation
- Sorgen um die Vereinbarkeit von Beruf und Familie
- Ängste der werdenden Väter vor der Verantwortung für ein Kind
- Überforderung in der Erziehung von bereits vorhandenen Kindern
- Beziehungsprobleme und Sorgen, als Paar in der Elternschaft nicht bestehen zu können
- Konflikte der Frauen mit ihrer Herkunftsfamilie
- Situation als Alleinerziehende
- Erleben von häuslicher Gewalt

Unterstützungsangebote und weiterführende Hilfen



...die in den psychosozialen Beratungen besprochen wurden
Häufigste Nennung aus 29 statistisch erhobenen Kriterien.

(Darstellung in Prozent)

■ Soziale Fragen und Leistungen
■ Schwangerschaft und Geburt
■ Fragen zur Familienplanung
■ Hilfe bei Behördenkontakten

■ Hilfe bei Partnerschaftskonflikten
■ Sonstige Fachberatungen
■ Begleitung nach der Geburt
■ Zugang zu Familienhebammen

Zum Selbstverständnis unserer Beratungsstelle

- Die Beraterinnen sind zur Verschwiegenheit verpflichtet.
- Unser Beratungsteam ist hochqualifiziert und setzt sich aus Pädagoginnen, einer Psychologin und einer Hebamme zusammen. Die Beraterinnen nehmen regelmäßig an Fortbildungen und Supervisionen teil.
- Die Beratung steht Frauen und Männern unabhängig von ihrer Religion- und Konfessionszugehörigkeit, ihrer sexuellen Identität oder ihrer Nationalität offen.
- Beratungstermine können kurzfristig und flexibel angeboten werden.
- Die Beratung ist für die Klientinnen kostenfrei. Durch zwei Außenstellen in der Wesermarsch in Nordenham und Lemwerder ist sie leicht zugänglich.
- Über das Projekt HeLB können Hausbesuche angeboten werden.
- Wir bieten für nicht deutschsprachige Frauen und Männer dolmetschergestützte Beratungen an.
- Junge Schwangere und Mütter können bis zum dritten Lebensjahr ihres Kindes intensiver begleitet werden, z.B. durch die Teilnahme an einer Müttergruppe.
- Wir sind Beratungsstelle für Vertrauliche Geburt.

Bundesstiftung „Mutter und Kind“

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend stellt für schwangere Frauen in besonderer Notlage Mittel aus der Bundesstiftung Mutter und Kind zur Verfügung. Wir können diese Zuschüsse

im Rahmen unserer umfassenden psychosozialen Beratung in der Schwangerschaftskonflikt- und Schwangerenberatung für Frauen aus Niedersachsen beantragen. Die Bundesstiftungsmittel können z. B. für die

Erstausrüstung des Kindes beantragt werden. Voraussetzung ist, dass eine Notlage besteht und andere Sozialleistungen nicht ausreichen.

Schwangerschaftskonfliktberatung: Mit der Frau, nicht gegen sie

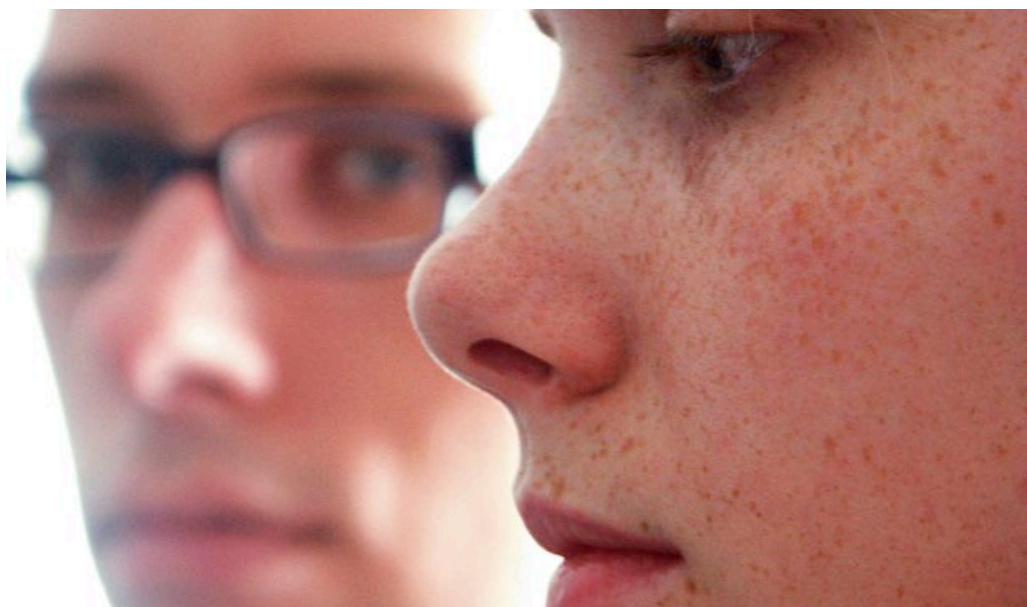
86 Schwangerschaftskonfliktberatungen nach § 219 StGB

„Was den Schwangerschaftskonflikt so unerträglich macht, ist das Recht des Ungeborenen auf Leben, und das Recht der Frau auf ihr eigenes Leben. Wie auch immer sie sich in einem Schwangerschaftskonflikt entscheidet, sie entscheidet sich gegen einen Teil ihrer Person.“ (aus: Kleine Texte aus dem Evangelischem Zentralinstitut für Familienberatung, Nr. 19, 1990)

In vielen Schwangerschaftskonfliktberatungen erleben die Beraterinnen Frauen, die ihre Schwangerschaft als ambivalent erleben. Insbesondere dann, wenn sie sich in ihrer aussichtslosen Situation alleingelassen fühlen. Wenn sie von ihrem Partner oder ihrer Familie zum Abbruch gedrängt werden, wenn ein weiteres Kind ein Armutsrisiko bedeutet, wenn sie alleinerziehend sind oder der Arbeitsplatz bedroht ist, wenn sie als Mutter in der Vereinbarkeit von Familie und Beruf an ihre Grenzen gekommen sind, wenn persönliche Lebensentwürfe zusammenzubrechen drohen oder wenn ihre Gesundheit gefährdet ist, wenn ihre Partnerschaft ihre Entscheidung nicht aushält ...

Eine nicht gewollte Schwangerschaft berührt eine Frau in ihrem Innersten und stellt ihr die Frage, ob sie nach ihrer Einschätzung, im Hinblick auf ihre Ressourcen, in ihrer gegenwärtigen Situation der Rolle als Mutter gewachsen ist.

Im Beratungsgespräch bieten wir Frauen (und wenn sie möchte, gemeinsam mit ihrem Partner) einen geschützten Raum in dem sie vorurteilsfrei angenommen wird. In der Beratung können ihre Gedanken und Gefühle in ihrer ganzen Widersprüchlichkeiten zur Sprache kommen. Wir ermutigen sie, sich mit ihrer Lebenssituation, die sich



durch die Schwangerschaft verändert, auseinanderzusetzen. Die Frauen bekommen im Beratungsgespräch so viel Raum und Zeit wie sie möchten, um persönliche Anliegen und Konflikte abzuwägen. Sie werden in ihren ambivalenten Gefühlen und Ängsten ernstgenommen und respektiert. In der psychosozialen Beratung können auch die Probleme bearbeitet werden, die durch die Entscheidung für oder gegen das Austragen des Kindes verursacht werden. Auf Wunsch können Beratungen über einen längeren Zeitraum angeboten werden. Unsere Beratungsstelle arbeitet bei Bedarf der Frauen mit Rechtsanwältinnen, Ärzten und Psychologinnen zusammen. Wenn sich eine Frau für einen Schwangerschaftsabbruch entscheidet, hat sie die Möglichkeit, danach Gespräche in Anspruch zu nehmen.

Neben der psychosozialen Beratung wird selbstverständlich auch über die Möglichkeiten der Durchführung eines Schwangerschaftsabbruchs informiert.

Entscheidet sich die Frau für das Austragen des Kindes, beraten und begleiten unsere Beraterinnen durch konkrete Unterstützung die Frau bis zum dritten Lebensjahr des Kindes umfassend.

Finanzielle Unterstützung während der Schwangerschaft

Wir versuchen in der Beratung, Frauen umfassend finanziell zu helfen. Neben den gesetzlichen Ansprüchen gibt es unterschiedliche Hilfsfonds, die wir für bedürftige Mütter beantragen können.

Im Jahr 2019 haben wir **38.900€** Stiftungsgelder weitergeben können, das sind **9.400 €** mehr als im Jahr 2018. Zumeist waren es Gelder der Stiftung Familie in Not.



Der Verhütungsmittelzuschuss 2019

Verhütung: Das Recht auf selbstbestimmte Familienplanung



Schon über acht Jahre ermöglicht die nahtlose Zusammenarbeit des Landkreises Wesermarsch mit unserer Beratungsstelle eine Bezuschussung von Verhütungsmitteln für Frauen* und Männer*, deren Einkommen gering ist. Wir bearbeiten die Anträge und beraten die Frauen zu möglichen Verhütungsmethoden. Der Landkreis Wesermarsch stellt jährlich im Haushalt Mittel zur Verfügung, um auch für einkommensschwache Frauen* und Männern* die richtige Verhütung sicherzustellen (es besteht kein Rechtsanspruch). Hierfür möchten wir dem Landkreis Wesermarsch einen herzlichen Dank aussprechen.

Wir freuen uns, Frauen*, Männer* und Paare dabei zu unterstützen, ein sicheres und individuell geeignetes Verhütungsmittel zu erhalten, um ihr Recht auf eine selbstbestimmte Familienplanung zu gewährleisten. Pro Person können bis zu 100 Euro für Verhütungsmittel bezuschusst werden. In besonderen Fällen und nach Rücksprache mit der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises, Frau Bernhold, ist eine volle Kostenübernahme möglich.

Im Jahr 2019 haben wir 45 Anträge aus dem Verhütungsmittelzuschuss bearbeitet. Davon waren 30 Erstanträge und 15 Folgeanträge (Zweit-, Dritt- und Viertanträge). Am häufigsten wurde eine Bezuschussung der Hormonpille beantragt (26 Anträge). Fünfmal beantragten Frauen* eine Bezuschussung zur Spirale, davon konnte eine volle Kostenübernahme bewilligt werden. Uns erreichten sieben Anträge für die 3-Monats-spritze. Des Weiteren kam es zu einer vollen Kostenübernahme einer Vasektomie und einer Sterilisation sowie einer Bezuschussung einer weiteren Sterilisation. Zweimal wurde zudem der Ginoring bezuschusst.

Die meisten Anträge wurden von Empfänger*innen von Leistungen des SGB II gestellt (34 Anträge). Neun Anträge wurden von Personen gestellt, die Leistungen des SGB XII empfangen, und ein Antrag von einer Empfängerin von AsylbLG.

Wer kann einen Antrag auf Verhütungsmittelzuschuss stellen?

Um eine Bezuschussung von Verhütungsmitteln zu bekommen, müssen einige Voraussetzungen erfüllt sein. Frauen* über 22 Jahren und Männer* können in unserer Beratungsstelle einen Antrag stellen, wenn...

- der erste Wohnsitz in der Wesermarsch gemeldet ist,
- eine ärztliche Verordnung über das Verhütungsmittel vorliegt,
- Leistungen nach
 - SGB II oder
 - SGB XII oder
 - Wohngeld/Kinderzuschlag oder
 - Schüler BAFöG oder
 - AsylbLG
 ... nachweisbar bezogen werden.

Hebammensprechstunde

Jeden Dienstag bietet die Hebamme Maria Jordan von 9 Uhr bis 11 Uhr und nach Vereinbarung eine Hebammensprechstunde an.

Seit 2014 ist die Einrichtung einer ambulanten Hebammensprechstunde ein ergänzendes Angebot für Schwangere, die keine Hebammenhilfe aufgrund des mangelnden Angebotes finden konnten, aber Hebammenhilfe in Anspruch nehmen möchten. Die Hebamme berät und unterstützt Schwangere bei Fragen zu Beschwerden und Unsicherheiten. Nach der Geburt bietet sie Nachsorge an, sie unterstützt Wöchnerinnen, berät bei Stillproblemen und in allen Fragen zum Umgang mit dem Säugling. Die Hebammensprechstunde ist kostenfrei, zeitnah möglich und kann auch über das erste Lebensjahr des Säuglings in Anspruch genommen werden.

Schwangeren Frauen in schwierigen Lebenssituationen kann zeitnah über unsere Beratung ein Zugang zur Hebammensprechstunde geebnet werden. Die Hebamme unterstützt so präventiv, bis möglicherweise eine Familienhebamme eingesetzt werden kann. Für schwangere Flüchtlingsfrauen und Migrantinnen können wir Dolmetscherinnen organisieren, damit konkrete Hilfen kultursensibel und ohne Sprachprobleme erfolgen können.



Die Sprechstunde ist ein Rettungsanker insbesondere für die Eltern, die aus der Klinik kommen und mit der neuen Lebenssituation überfordert sind.

Ehrenamt

Besuch vom kleinen Prinzen bei donum vitae



Ziemlich literarisch ging es im Deutschkurs bei donum vitae zu, den die ehemalige Vorstandsvorsitzende und Gründerin des Kreisverbandes Wesermarsch, Frau Dr. Clasen, im letzten Jahr ehrenamtlich angeboten hat.

Der kleine Prinz war nur eine von vielen spannenden Geschichten, die Frau Dr. Clasen mit zwei gefohenen jungen Müttern gelesen hat - und die zum Austausch angeregt hat. Unsere Beratungsstelle hat für ehrenamtliches Engagement stets eine offene Tür und es muss nicht gleich ein Deutschkurs sein. Ebenso freuen wir uns über Unterstützung bei der Verwaltung und dem Sortieren von Sachspenden, bei der Kinderbetreuung oder in der Öffentlichkeitsarbeit.

Erprobung multipler Beratungszugänge für schwer zu erreichbare vulnerable Zielgruppen

Fallbeispiel

Mareike P.* lebt im ländlichen Süden der Wesermarsch. Sie hat drei Kinder, eines im Schulalter, eines im Kindergartenalter, eines knapp zwei Jahre alt. Und sie ist erneut schwanger. Aber diesmal kommt keine Freude auf, sondern Panik. Wie soll sie das schaffen? Soll sie das Kind behalten, oder ...? Jetzt zur nächsten Beratungsstelle für Schwangerschaftskonfliktberatungen zu fahren, kommt für sie nicht in Frage. Das Auto braucht der Mann, um zur Arbeit zu kommen, mit öffentlichen Verkehrsmitteln bräuchte sie viele Stunden, und niemand wäre zu Hause, um sich um die Kinder zu kümmern. Zum Glück ist die Breitbandversorgung selbst in ihrer Gegend mittlerweile angekommen. Sie geht auf www.donumvitae.org und bekommt für den Folgetag eine Erstberatung quasi von Webcam zu Webcam. Da kann sie sich zum ersten Mal aussprechen.

Und erlebt bald darauf eine **donum vitae-Beraterin**, die Hausbesuche macht. In mehreren Beratungsgesprächen zu Hause werden nicht alle Probleme gelöst, aber Lösungswege aufgezeigt – von den Möglichkeiten des Gesundheitssystems bis zu den Mitteln der **Bundesstiftung „Mutter und Kind“** oder den **„Frühen Hilfen“**. Und jetzt freut sich Mareike P. auf ihr viertes Kind.

* Name geändert

Ein reales Szenario? Anfang 2019 noch nicht. Aber schon bald mehr als eine Zukunftsvision durch **HeLB**. Das steht für **Hel-fen.Lotsen.Beraten**. Es handelt sich um ein deutschlandweites vom Bundesministerium für Familie, Frauen, Senioren und Jugend gefördertes Modellprojekt von donum vitae, das im April 2019 entwickelt und erstmals realisiert wurde. Seit Juli 2019 wird es durch die Psychologin Elke Dissen-Schütte in unserer Beratungsstelle umgesetzt.

Hinter **HeLB** steht die Idee, schwer erreichbare und besonders vulnerable Zielgruppen zu beraten und zu unterstützen. Dazu gehören zum Beispiel Frauen, die im ländlichen Raum mit schlechter Verkehrs-anbindung leben, oder auch Migrantinnen, die wenig Kenntnisse der deutschen Sprache haben. Auch Frauen mit verschiedenen Beeinträchtigungen, Suchterkrankungen oder psychisch kranke Frauen sind Teil der Zielgruppe.

All diese Frauen eint, dass es für sie eine besondere Herausforderung ist, eine Beratungsstelle zu besuchen. Sei es aufgrund

von fehlender Mobilität, Sprachbarrieren oder Ängsten und anderen Hemmnissen. Aus diesem Grund setzt unsere **HeLB-Beraterin** auf multiple Beratungszugänge. Ein großer Bestandteil ihrer täglichen Arbeit ist die aufsuchende Beratung, die bei den Frauen zuhause stattfindet und nicht wie gewohnt in der Beratungsstelle. Durch die Verfügbarkeit eines PKW können so auch Frauen beraten werden, die in abgeschiedenen Regionen wohnen.

Für die Beratung können Dolmetscherinnen in verschiedenen Sprachen eingebunden werden. Die geschulten Frauen unterliegen der Schweigepflicht und ermöglichen eine vertrauensvolle Beratungsbeziehung, indem sie sprachliche Brücken zu den Frauen bauen.

Um das **HeLB-Projekt** besonders niedrigschwellig zu gestalten, sind zudem verschiedene Formen der digitalen Beratung möglich. Neben einer Kommunikation über E-Mail und Chat bietet auch die Video-Beratung eine Chance, mit schwer erreichbaren Zielgruppen in Kontakt zu treten. Zuweilen erleichtert eine erste Kontaktauf-

nahme über ein Onlinemedium die Hemmnisse, sich zu einem intimen Anliegen beraten zu lassen. Die Online-Beratungen sind anonym möglich und durch eine SSL-Verschlüsselung geschützt.

Ein wichtiger Baustein von **HeLB**, das sich noch in der Modellphase befindet, ist der regelmäßige Austausch von Frau Dissen-Schütte mit anderen **HeLB-Beraterinnen**: z. B. in Digitalwerkstätten zu den spezifischen Bedürfnissen verschiedener Zielgruppen oder auf Fachkongressen, in denen die praktischen Erfahrungen mit wissenschaftlichen Erkenntnissen abgeglichen werden.

Wenn sich Hilfsangebote verknüpfen – ein Beispiel

Frau E.* kommt im sechsten Monat schwanger in unsere Beratungsstelle. Im Rahmen des Modellprojektes **HeLB** wird eine dolmetschergestützte Beratung durchgeführt. Es werden zunächst Stiftungsgelder beantragt. Frau E.'s Ehemann floh 2015 vor dem IS nach Deutschland. Die junge irakische Frau lebte einige Jahre im Flüchtlingslager und konnte letztes Jahr im Zug einer Familienzusammenführung nach Deutschland kommen. Seither hat das Paar in der Wesermarsch eine neue Heimat gefunden. Die Schwangerschaft fern der Heimat und ohne familiäre Unterstützung wirft viele offene Fragen auf.

Einige Zeit später kommt auch Frau M., im vierten Monat schwanger, ebenfalls zur dolmetschergestützten Beratung zu **donum vitae** Brake. Zusammen mit ihrer Familie floh Frau M.* 2016 aus Syrien. Die Familie lebt seit zwei Jahren in der Wesermarsch. Frau M. ist gelernte Kinderkrankenschwester. Sie möchte schnell die deutsche Sprache erlernen, um in ihren Beruf zurückzukehren.

Auch sie hat offene Fragen bezüglich der Versorgung bei Schwangerschaft und Geburt in Deutschland. Darüber hinaus möchte sie über Möglichkeiten des Spracherwerbs und des Wohnungsmarktes informiert werden.

Gemeinsam mit drei weiteren Frauen nehmen Frau E.* und Frau M.* an einem dolmetschergestützten Geburtsvorbereitungskurs unter Leitung der angestellten Hebamme und Begleitung der **HeLB-Beraterin** teil. Die fünf arabisch sprechenden Frauen haben viele Fragen, die hier in einem kulturge-schützten Rahmen geklärt werden können. Im Laufe des Kurses entstehen Kontakte und Freundschaften unter den Teilnehmerinnen. Sie unterstützen sich gegenseitig und tauschen Erfahrungen von früheren Geburten und Informationen über das deutsche Gesundheitssystem und verschiedene Behörden aus.

Frau E. entbindet bereits während des laufenden Kurses, einige Zeit vor dem errechneten Geburtstermin. Beim Beantragen der

Geburtsurkunde im zuständigen Standesamt kann die **HeLB-Beraterin** unterstützend zur Seite stehen, indem sie Frau E.'s Ehemann zu den Terminen begleitet.

* Name geändert



Geburtsvorbereitungskurs für geflüchtete Frauen.

Auch in diesem Jahr fand ein von mir und der Psychologin Elke Dissen-Schütte geleiteter Geburtsvorbereitungskurs für Flüchtlingsfrauen aus dem arabischen Sprachraum statt.

Es ist jedes Mal wieder eine Freude, diesen Kurs anzubieten, denn man merkt förmlich, wie die Teilnehmerinnen in diesem geschützten Rahmen aufblühen und viel Neues und Hilfreiches über die Schwangerschaft, die Geburt und die Zeit danach erfahren.

Immer wieder spannend ist es auch für uns Kursleiterinnen, etwas über die einzelnen Teilnehmerinnen und ihr Leben in ihrem Herkunftsland, über Riten und Bräuche rund um die Zeit der Geburt zu lernen. Wichtig ist es, die Frauen in ihrer Intuition und Körperwahrnehmung zu stärken und wichtige Tipps und Informationen an die Hand zu geben, wie sie sich hier in Deutschland bezüglich ihrer Schwangerschaft und Geburt zurecht-

finden können, welche Hilfen sie erhalten können und welche Rechte sie haben. Das Vorgehen während der Geburt beispielsweise unterscheidet sich bisweilen stark von dem in ihren Herkunftsländern und auch die Betreuung nach der Geburt läuft in Deutschland ganz anders ab.

Selbstverständlich sprechen wir auch über den Ablauf einer Schwangerschaft und Geburt, über die körperlichen und seelischen Veränderungen und über das Handling eines Neugeborenen.

Neben all den Informationen bleibt aber auch immer Zeit für regen Austausch bei einer Tasse Tee und kulinarischen Genüssen. So durften wir dieses Jahr sowohl deutsche als auch syrische Gerichte probieren und genießen, woran sich alle erfreuten.

Maria Jordan · Hebamme



Müttergruppe

Den eigenen Lebenstraum nicht verlieren



Platz für ihr Kind zu finden. Hierbei können die Mitarbeiterinnen helfen: Anmeldungen gemeinsam vornehmen und Schnupperbesuche in Kitas planen, aber auch den Ablöseprozess zwischen Mutter und Kind begleiten und bei der Strukturierung der neugewonnen „Freizeit“ unterstützen. Andere Ziele können der Führerschein oder das Finden einer Praktikumsstelle sein. Im vergangenen Jahr haben zwei Frauen die theoretische bzw. praktische Führerscheinprüfung bestehen können – in einem Fall ganz kurz vor der Geburt des dritten Kindes. Eine junge Frau mit Migrationshintergrund hat mit großer Freude ein mehrwöchiges Praktikum in einer Schneiderei gemacht und kann sich vorstellen, in diesem Bereich einmal beruflich tätig zu werden.

Zusätzlich zu der mittwochs stattfindenden Gruppe werden den Frauen zwei Workshops in der Kreisvolkshochschule angeboten. Donnerstags und freitags begleiten Dozenten die Entwicklung praktischer Fähigkeiten wie Nähen, Kochen und den richtigen Umgang mit Geld. Auch der Erwerb von EDV-Kenntnissen und das Erstellen von Bewerbungsunterlagen sowie die Vorbereitung auf Bewerbungsgespräche gehören dazu. Um sich während der Gruppentreffen und Workshops mit eigenen Themen beschäftigen zu können, werden die Kinder während dieser Zeit durch eine Tagesmutter betreut.

Die aufgeführten Beispiele stehen repräsentativ für die vielen kleinen und großen Erfolge, die die Frauen im vergangenen Jahr erreichen konnten. Die Frauen beschreiben, dass der Austausch untereinander und das Gefühl zu wissen, mit Fragen und Herausforderungen nicht alleine zu sein, besonders wertvoll sind. Unter anderem aus diesem Grund freut sich **donum vitae**, auch weiterhin dieses tolle Projekt mit zu verwirklichen.

Seit nunmehr acht Jahren bietet **donum vitae** als Kooperationspartner der Kreisvolkshochschule und des Jobcenters die Schwangeren- und Müttergruppe unter dem Motto „Den eigenen Lebenstraum nicht verlieren...“ an. Dieses Projekt richtet sich an junge (werdende) Mütter unter 27 Jahren, die Leistungen vom Jobcenter erhalten. Ziel ist es, die Frauen in ihrem Alltag als Mütter zu unterstützen und gleichzeitig darin zu bestärken, die eigenen Wünsche und Bedürfnisse zu verfolgen, etwa berufliche Bildung.

Jeden Mittwoch trifft sich die Gruppe aus bis zu 10 Frauen in den Räumlichkeiten von **donum vitae** und tauscht sich unter sozialpädagogischer Begleitung über die Herausforderungen im Alltag als junge Mutter, Selbstfürsorge, Entlastungsmöglichkeiten und Themen wie kindliche Entwicklung und Erziehung aus. Auch die Reflektion eigener Stärken und Schwächen sowie Anliegen der beruflichen Orientierung werden im Gruppengespräch thematisiert. Die Heterogenität der Gruppe, die sich z. B. in unterschiedlichen Nationalitäten und Konfessionen, aber auch im ganz individuellen Lebensweg ausprägt, ist hierbei eine ganz besondere Bereicherung für das intensive Miteinander. Im Laufe der Jahre sind einige langfristige und stärkende Freundschaften unter den Frauen entstanden.

Große Freude bereiten den jungen Müttern und den Mitarbeiterinnen von **donum vitae** die Ausflüge, die sie gemeinsam unternehmen. So gehörte unter anderem ein Ausflug zum Harriersand gemeinsam mit den Kindern dazu. Zwei Frauen haben ein tolles eritreisches Picknick vorbereitet, das zu einem tiefgehenden Austausch über ihr Heimatland anregte. Anklang fand auch ein Kurs in WENDO, einer Form der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung insbesondere für Frauen. WENDO stärkt das Selbstwirksamkeitsgefühl und stellt eine Form der Gewaltprävention dar, indem es, auf den Erfahrungen der Frauen aufbauend, in Rollenspielen Verteidigungsstrategien erarbeitet und die Eigenwahrnehmung fördert. Wie in den letzten Jahren wurde auch in diesem Jahr ein Erste-Hilfe-Kurs am Kind angeboten.

Die jungen Frauen zeigten außerdem gesellschaftliches Engagement und nahmen an der Aktion „Goldfisch-Mob“ der Künstlerin Christiane Ahlers teil. Durch große selbstgenähte Goldfische machten sie auf den dringend notwendigen Schutz des Wattenmeeres aufmerksam.

Donum vitae versteht sich als ressourcenorientierter und stärkender Wegbegleiter, der die Frauen dabei unterstützt, ihre selbstgesteckten Ziele zu erreichen. Ein Anliegen der Mütter kann z. B. sein, den passenden Kita-

Frühe Hilfen

Die Situation entspannen

Wir möchten auch Eltern unterstützen, für die eine Teilnahme an der Müttergruppe nicht in Frage kommt, denn: Die Geburt eines Kindes und dessen erste Lebensjahre können das Leben der Eltern ganz schön auf den Kopf stellen. Es kann zu Fragen, Belastungen und Überforderung kommen. Um Eltern zu unterstützen und Kinder von Beginn zu schützen und in ihrer Entwicklung zu fördern, hat sich das Netzwerk „Frühe Hilfen“ zusammengeschlossen.

Auch unsere Beratungsstelle gehört zu diesem Netzwerk. Wir möchten Familien mit Kindern bis zu drei Jahren dabei helfen, Herausforderungen und Schwierigkeiten des Alltags zu meistern, und auch zu darüber hinausgehenden Fragen und Anliegen beraten. Beratungen beinhalten ganz verschiedenen Themen: Informationen zu finanziellen Hilfen und Mutterschutz, Stärkung der elterlichen Sorge und Kompetenzen, Hilfe beim

Einfinden in die Mutter-/Vater-/Elternrolle, Unterstützung in Erziehungsfragen, Beratung bei Partnerschaftskonflikten und Trennung, Vermittlung von weiterführenden Hilfsangeboten (z.B. Hebammen, Frühförderstellen, Sozialpädiatrische Zentren) und Hilfe bei Behördenkontakten.

Frühe Hilfen können von allen Eltern und Familien mit Kindern unter drei Jahren und von werdenden Eltern in Anspruch genommen werden. Durch eine frühzeitige Unterstützung können Entwicklungsmöglichkeiten von Kleinkindern verbessert und die Beziehung innerhalb der Familie gestärkt werden. Die jungen Eltern erhalten notwendigen Beistand und erfahren Verständnis und Entlastungsmöglichkeiten in herausfordernden Situationen. Die Beratung kann auch dolmetschergestützt stattfinden.



Yoga für Schwangere

Jeden Donnerstag findet in der Beratungsstelle ein Schwangeren-Yogakurs statt. In entspannter Atmosphäre werden verschiedene Körperübungen erlernt und mit tiefer Atmung in Einklang gebracht, sodass Mutter und Kind gut auf die Geburt vorbereitet sind.



Spendenkonto:

donum vitae Kreisverband
Wesermarsch e. V.

IBAN: DE96 2805 0100 0060 1101 94

BIC: BRLADE21LZO

Lz0 Brake

Vereinsvorstand

- **Ortrud Müller** (1. Vorsitzende)
 - **Bärbel Wilhelm** (stellvertretende Vorsitzende)
 - **Barbara Gill**
- Fon: 04401.930160

Mitarbeiterinnen

- **Mechtild Frenking** (Leitung Beratungsstelle)
Dipl. Pädagogin | Dipl. Sonderpädagogin
- **Renate Böhme** (Beraterin)
Integrative Pädagogin B.A.
- **Esra Isik Özcan** (Beraterin)
Dipl. Pädagogin
- **Elke Dissen-Schütte** ab 07/19
(Projekt HeLB | Beraterin)
Psychologin B.A.
- **Sabine Rohlfs** bis 04/19
(Modellprojekt Schwangerschaft und Flucht)
Dipl. Pädagogin
- **Barbara von Kameke** (Müttergruppe) ab 12/19
Dipl. Pädagogin
- **Kirstin Merkes** (Müttergruppe) bis 10/19
Dipl. Sozialpädagogin
- **Christina Rosenbrock** (Müttergruppe) bis 12/19
Dipl. Pädagogin
- **Maria Jordan**
Hebamme

Hinweis

Eine Reproduktion oder Wiedergabe der Fotos und Inhalte ist nur mit schriftlicher Genehmigung vom donum vitae-Kreisverband Wesermarsch e.V. gestattet.

Fotos: ©donum vitae, ©Teresa Frenking, ©Natalia Deribina|iStockphoto, ©Daxiao Productions|Shutterstock, ©Smiljana Aleksic|iStockphoto, ©Courtney Hale|iStockphoto, ©Fotogestoeber.de, ©peopleimages|iStockphoto, ©Vesnaandjic|iStockphoto, ©shalamov's, ©fizges|iStockphoto, ©blue67|iStockphoto
Design: www.u-schumacher.de

Arbeitskreise

- Netzwerk Frühe Hilfen im Landkreis Wesermarsch
- Psychosozialer Arbeitskreis Brake
- Präventionsrat Nordenham
- Regionaltreffen **donum vitae** Niedersachsen

Fortbildungen und Tagungen

Die Beratungsstelle zeichnet sich durch sehr gut ausgebildete Sozial- und Diplompädagoginnen aus. Um qualitativ gute psychosoziale Beratung und sozialrechtliche Beratung leisten zu können, nehmen die Beraterinnen auch regelmäßig an Fortbildungen und an Supervision teil.

- 13.02.2019 Akademie für medizinische Fortbildung, „Medizinische–ethische–soziale Aspekte in der Pränataldiagnostik“, Rheine (M. Frenking)
- 28.02.2019 Der Kongress „beraten.lotsen.helfen.“ Refugio, Berlin (S. Rolf, M. Frenking, M. Elyasi, H. Scheermann (Sprachmittlerinnen)
- 13. – 15.05.2019 Bundesverband **donum vitae**, „Finanzielle Hilfen für Eltern und Familien“, Münster (M. Frenking, K. Merkes)
- 24. – 28.06.2019 Ev. Erwachsenenbildung, „Dialogisches arbeiten – Zeitmanagement in persönlichen und beruflichen Kontexten“, Hannover (R. Böhme)
- 24. – 26.09.2019 Bundesverband **donum vitae**, „Trauerberatung und -begleitung in der Schwangerschaftskonfliktberatung und im Kontext der PDN-Beratung“, Berlin (M. Frenking)
- 07. – 09.10.2019 Landesverband **donum vitae**, NRW „Kinderwunsch und Reproduktionsmedizin“, Bonn (M. Frenking)
- 07. – 09.10.2019 Evangelisches Zentralinstitut für Familienplanung, „Fortbildung in Schwangerschaftskonfliktberatung – Einführung in die Grundlagen“, Berlin (E. Dissen-Schütte)
- 10.10.2019 Gustav-Stresemann-Institut, „Zielgruppen-Werkstatt im HeLB-Projekt“, Bonn (M. Frenking, E. Dissen-Schütte)

Spenden und Helfen

Eine offene Tür, ein freundlicher Empfang, Zeit und Raum bei seelischen Belastungen, Sorgen und Zweifel ist unbezahlbar.

Dennoch kostet auch Beratungsarbeit Geld. Unsere Beratung ist für Frauen, Männer und Paare kostenfrei. Der staatliche Regelfördersatz liegt bei 80%. Den Rest müssen wir über Spenden aufbringen.

Nun bitten wir Sie um Ihre Hilfe. Werden Sie Mitglied oder spenden Sie, damit wir weiter konkret helfen können.