

Inhaltsverzeichnis

Angebote für Frauen, Mädchen und Familien	2
Informationen für Frauen	2
Ausbildung / Beruf / Qualifikation	2
Beratung	2
Deutsch-Kurse	3
Freizeit	4
Informationen für Mädchen	4
Informationen für Familien	5
Angebote	5
Kinderbetreuung	5
Kindergeld und Kinderzuschlag	8
Angebote für Kinder und Jugendliche	9
Angebote für ältere Menschen	12
Geburts-Urkunden und Ehe-Urkunden	13
Hilfen bei Gewalt in der Familie	14
Beratung	17
Beratung und Unterstützung für Familien	17
Beratung und Unterstützung für Schwangere	18

Angebote für Frauen, Mädchen und Familien

Informationen für Frauen

Ausbildung / Beruf / Qualifikation

Berufliche Beratung und Coaching für Frauen

Sie möchten eine neue Arbeit finden.
Sie hatten eine Pause und jetzt suchen Sie wieder Arbeit.
Sie möchten Ihre Bewerbung verbessern.

Kontaktieren Sie das Frauen-Zentrum in Rüsselsheim:

Frauen-Zentrum Rüsselsheim

 [+49 \(0\) 6142965757](tel:+4906142965757)
 [@info@frauenzentrum.de](mailto:info@frauenzentrum.de)
 <https://frauenzentrum.de/>

Brauchen Sie andere Informationen? Besuchen Sie die Seiten: [Bildung](#) und [Arbeit](#) in der Integreat-App

Beratung

Hilfe bei Schwangerschaft und Partnerschaft

Sind Sie schwanger und brauchen Hilfe? Oder haben Sie Fragen über Ihre Sexualität? Oder haben Sie Konflikte mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin?
Hier finden Sie Beratung:

⇒ Pro Familia Rüsselheim

 [Lahnstr. 30](#)
65428 Rüsselsheim am Main
 [0614212142](tel:0614212142)
 [@ruesselsheim@profamilia.de](mailto:ruesselsheim@profamilia.de)
 [www.profamilia.de#^/ruesselsheim\\$#](http://www.profamilia.de#^/ruesselsheim$#)

⇒ Caritaszentrum Rüsselsheim

 [06142409670](tel:06142409670)
 [@Caritaszentrum-Dicker-Busch@cv-offenbach.de](mailto:Caritaszentrum-Dicker-Busch@cv-offenbach.de)

Beratung zu Trennung oder Scheidung

Sie wollen sich trennen oder denken an Scheidung? Hier finden Sie Hilfe:

⇒ Caritaszentrum Rüsselsheim

 [06142409670](tel:06142409670)
 [@Caritaszentrum-Dicker-Busch@cv-offenbach.de](mailto:Caritaszentrum-Dicker-Busch@cv-offenbach.de)

⇒ **Frauenzentrum Rüsselsheim e.V.**

In der Beratung vom Frauenzentrum können Sie über Ihre Beziehung geschützt reden und mit einer Beraterin über Ihre Gedanken und Gefühle reden.

Diese Beratung ist kostenlos.

Oder Sie möchten wissen, wie Sie sich scheiden lassen können? Sie haben Fragen zum Thema Unterhalt und Sorgerecht?

Kontaktieren Sie das Frauenzentrum in Rüsselsheim:

Frauenzentrum Rüsselsheim e.V.

 [06142965757](tel:06142965757)

 info@frauenzentrum.de

 <https://frauenzentrum.de/>

Haben Sie etwas schlimmes erlebt? Brauchen Sie sofort Hilfe? [Hier](#) finden Sie die wichtigsten Notrufnummern.

Bei Gewalt gegen Frauen finden Sie Hilfe bei der [Frauenberatung](#).

Deutsch-Kurse

Es gibt Kurse für Deutsch speziell für Frauen. Hier sind die Anbieter für diese Kurse.

Auszeit e. V.

Dieser Verein bietet den Kurs Deutsch-4U Kurs für Frauen an. Der Kurs findet statt im Berliner Viertel.

 [Berliner Platz 23 \(In der Goetheschule: Eingang Essener Straße\)](#)

65428 Rüsselsheim

 [061425509980](tel:061425509980)

 <https://auszeit-ev.de/berliner-viertel-eichgrund/>

 berliner-viertel@auszeit-ev.de

Deutscher Kinder-Schutzbund

Möchten Sie ihr Deutsch üben? Dann sind Treffen zum Sprechen und Austausch das Richtige. Hier gibt es die Konversation für Frauen im Stadt-Teil Dicker Busch.

 [Evreuxring 14a](#)

65428 Rüsselsheim am Main

 [0614252202](tel:0614252202)

 www.dksb-ruesselsheim.de/

 angebote@dksb-ruesselsheim.de

Frauenzentrum Rüsselsheim e. V.

Dieses Zentrum bietet einen Deutsch-Kurs für Frauen an.

[📍 Darmstädter Straße 101](#)
65428 Rüsselsheim am Main
[📞 06142965757](tel:06142965757)
[🌐 https://www.frauenzentrum.de/](https://www.frauenzentrum.de/)
[@info@frauenzentrum.de](mailto:info@frauenzentrum.de)

Freizeit

Angebote für Frauen

Im Familien-Zentrum am Berliner Platz finden Sie verschiedene Angebote für Frauen. Zum Beispiel:

- Nähen
- Laufen
- Arabisch lernen

Sie bekommen auch eine Beratung. Und eine Antwort auf Ihre Fragen.

Kommen Sie vorbei und sprechen Sie uns an:

Nachbarschafts-Treff und Familien-Zentrum Q19

[📍 Berliner Platz 19](#)
[65428 Rüsselsheim](#)

Samira Hammoudi
[📞 01781568700](tel:01781568700)
[@samira.hammoudi@spv-gg.de](mailto:samira.hammoudi@spv-gg.de)

Arbresha Mustafa
[📞 016094456956](tel:016094456956)
[@arbresha.mustafa@spv-gg.de](mailto:arbresha.mustafa@spv-gg.de)

Informationen für Mädchen

Hast Du Lust mit Deinen Freundinnen auf ein Mädchen-Projekt oder hast Du Ideen, was für Mädchen im Kreis Groß-Gerau oder Rüsselsheim am Main fehlt und willst dies ändern?

Melde Dich gerne bei der **Fachstelle Mädchenarbeit** der Stadt Rüsselsheim:

Fachstelle Mädchenarbeit
[📞 +49 \(0\) 6142832106](tel:+49(0)6142832106)
[@maedchenarbeit@ruesselsheim.de](mailto:maedchenarbeit@ruesselsheim.de)

In der Bröschüre [Mädchen haben Rechte](#) findest Du viele Informationen zum Thema Mädchen-Sein und Kontakte von Beratung-Stellen.

Mädchen-Treffen

>> beim Auszeit e. V. in Berliner Viertel und Böllenseesiedlung

Auszeit e.V.
[📍 Böllenseeplatz 14](#)
65428 Rüsselsheim

☎ [0614215550](tel:0614215550)
✉ auszeit@auszeit-ev.de
🌐 <https://auszeit-ev.de/>

>> im Freizeit-Haus Dicker Busch (mittwochs von 15 bis 18 Uhr)

Freizeit-Haus Dicker Busch
📍 [Hessenring 76](#)
☎ [0614251106](tel:0614251106)
✉ Fzh.Dicker-Busch@ruesselsheim.de

>> beim Wildwasser e.V.: Mädchengruppe und Workshops für einen sichereren Umgang im Netz und Schutz vor Cybermobbin, Texting.

Wildwasser Kreis Groß-Gerau e.V.
Psychosoziale Fachberatungsstelle
📍 [Darmstädter Str. 101](#)
65428 Rüsselsheim
☎ [06142965760](tel:06142965760)
✉ info@wildwasser.de
🌐 <https://www.wildwasser-kreis-gg.de/>

Informationen für Familien

Angebote

Kinderbetreuung

Betreuung für kleine Kinder von 0 bis 3 Jahren

In vielen Familien gehen Mutter und Vater arbeiten.
Dann muss jemand anderes auf die Kinder aufpassen.
Das nennt man Kinder-Betreuung.
In diesem Abschnitt finden Sie Informationen zu diesen Fragen:
Welche Betreuungs-Plätze gibt es für Ihr Kind?
Auf welche Schulen kann Ihr Kind gehen?
Wie geht es weiter nach der Schule?
Wo können Erwachsene etwas lernen?

In Deutschland gibt es ein Gesetz.
Kinder die älter als ein Jahr sind bekommen einen Betreuungs-Platz.
Diese Betreuungs-Plätze gibt es zum Beispiel in:
1. Kinder-Tages-Pflege
2. Kinder-Krippe

Was ist Kinder-Tages-Pflege?
Dabei werden höchstens 5 Kinder zusammen von einer Person betreut.
Zum Beispiel im Haus der Tages-Eltern.
Oder in dafür gemieteten Räumen.
Die genauen Betreuungs-Zeiten sprechen Sie mit den Tages-Eltern ab.

Was ist eine Kinder-Krippe?

Die Krippe ist eine Einrichtung für Kinder von 0 bis 3 Jahren.

Hier werden Kinder in einer Gruppe betreut und gefördert.

Kinder-Krippen betreibt die Stadt.

Oder die Kirche.

Betreuung für Kinder von 3 bis 6 Jahren

In Deutschland gibt es ein Gesetz.

Kinder ab 3 Jahren haben das Recht auf einen Betreuungs-Platz.

In einer Kinder-Tages-Einrichtung.

Die Kinder-Tages-Einrichtung

Kinder-Tages-Einrichtungen sind für Kinder von 3 bis 6 Jahren.

Ein anderer Name für Kinder-Tages-Einrichtung ist **Kinder-Garten**.

Die Stadt betreibt den Kinder-Garten.

Oder eine Kirche.

Oder ein Verein.

Die pädagogische Arbeit

Jede Krippe oder Kinder-Tages-Einrichtung ist unterschiedlich.

Jede Einrichtung arbeitet nach einem Konzept.

Das bedeutet:

Für die Mitarbeitenden sind bestimmte Dinge bei der Arbeit wichtig.

- Die Kinder sollen sich viel an der frischen Luft bewegen.
- Die Kinder sollen viel Musik machen.
- Die Kinder sollen viel selbst machen und entdecken.

Die Mitarbeitenden sind qualifizierte Fach-Kräfte.

Sie haben eine pädagogische Ausbildung gemacht.

Es gibt verschiedene Betreuungs-Zeiten.

Zum Beispiel für den halben Tag.

Oder für den ganzen Tag.

Die Anmeldung

Bitte informieren Sie sich über die verschiedenen Einrichtungen.

Bevor Sie Ihr Kind anmelden.

Alle Informationen über die Kinder-Betreuung finden Sie [hier](#)  im Internet.

Anmeldung zur Kinder-Tages-Pflege, für die Krippe oder Kinder-Tages-Einrichtung

In Rüsselsheim **müssen** Sie Ihr Kind **online** zur Betreuung **anmelden**.

Die Anmeldung ist nur über das Internet-Portal webKITA möglich.

1. Sie suchen Tages-Eltern in der Nähe Ihrer Wohnung aus.
Oder eine Kinder-Krippe oder eine Kinder-Tages-Einrichtung.
2. Sie füllen online die Anmeldung aus.
Und Sie schicken die Anmeldung ab.
3. Sie drucken die Anmeldung auf Papier aus.

4. Sie geben diese Anmeldung persönlich bei der Betreuungs-Einrichtung ab.

Erst dann ist Ihre Anmeldung abgeschlossen.

Vielleicht haben Sie Fragen zu der Kinder-Tages-Betreuung.
Die Mitarbeitenden der Stadt Rüsselsheim helfen Ihnen weiter.

Fachbereich Bildung und Betreuung
Bereich Kindertagesbetreuung



[Ferdinand-Stuttman-Straße 15](#) (City Forum Eichsfeld)
65428 Rüsselsheim am Main

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr
Donnerstag von 16 bis 18 Uhr.

Sie können sich auch [hier](#)  im Internet informieren.

Kosten für die Kinderbetreuung

Die Betreuung von Kindern kostet manchmal Geld.
Wieviel Geld es kostet?
Das hängt von dem Alter des Kindes ab.
Und wie lange das Kind jeden Tag betreut wird.
Das können Sie im **Bereich Kindertagesbetreuung** fragen:

Fachbereich Bildung und Betreuung

Bereich Kindertagesbetreuung
 [Ferdinand-Stuttman-Straße 15 \(City Forum Eichsfeld\)](#)
[65428 Rüsselsheim am Main](#)

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr
Donnerstag von 16 bis 18 Uhr.

Vielleicht verdienen Sie nur wenig Geld.
Deshalb können Sie den Betreuungs-Platz nicht bezahlen.
Dann können Sie Unterstützung beantragen.
Die Papiere bekommen Sie bei dem
Fachbereich Kinderschutz und Jugendhilfe der Stadt Rüsselsheim.

Fachbereich Kinderschutz und Jugendhilfe
Wirtschaftliche Jugendhilfe



[Mainstraße 7](#)

65428 Rüsselsheim am Main

Familien-Namen mit den Anfangs-Buchstaben A bis J

[06142832150](#)

Familien-Namen mit den Anfangs-Buchstaben K bis Z

[06142832149](#)

[Hier](#)  finden Sie weitere Informationen.

Tipp:

Vielleicht brauchen Sie Hilfe beim Ausfüllen der Papiere.

Oder Sie haben Fragen zur Übernahme der Kosten.

Dann fragen Sie die Mitarbeitenden im Caritas Zentrum Rüsselsheim.

Caritas Zentrum Dicker Busch



[Virchowstraße 23](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[06142409670](#)



caritaszentrum-dicker-busch@cv-offenbach.de

Kindergeld und Kinderzuschlag

Haben Sie Kinder?

Sie können für jedes Kind **Kinder-Geld** bekommen:

Das Kinder-Geld bekommen Sie bis zum 18. Geburtstag von Ihrem Kind.

Manchmal gibt es sogar noch länger Kinder-Geld.

Wenn das Kind noch kein eigenes Geld verdient.

Für das Kinder-Geld müssen Sie einen Antrag stellen.

Bei der Familien-Kasse Hessen.

Sie bekommen schon Kinder-Geld für Ihr Kind.

Aber Sie verdienen nur wenig Geld.

Vielleicht können Sie noch mehr Geld beantragen:

Den **Kinder-Zuschlag**.

Für den Kinder-Zuschlag gibt es bestimmte Regeln.

Sie dürfen nicht zu viel Geld verdienen.

Und nicht zu wenig Geld.

Sie können bei der **Familien-Kasse** fragen:

Ob Sie den Kinder-Zuschlag bekommen können.

Das Kinder-Geld und den Kinder-Zuschlag beantragen Sie:

Bei der Familien-Kasse.

Schauen Sie auf der Internet-Seite von der Familien-Kasse.
Dort finden Sie genaue Informationen.
Und Sie können die Antrags-Formulare herunter-laden.
[Hier](#)



ist die Internet-Adresse.

Die Familienkasse Hessen bietet einmal im Monat eine Sprechstunde im Caritaszentrum in Rüsselsheim an:

Wo?  [Virchowstraße 23](#) (Eingang Liebigstraße).

Dafür ist eine Anmeldung im Caritaszentrum notwendig über  [06142409670](tel:06142409670) oder per @ E-Mail an caritaszentrum-dicker-busch@cv-offenbach.de. Das Angebot ist kostenlos. Weitere Informationen zu dem Angebot finden Sie auch auf der Homepage  www.caritas-offenbach.de

Die ausgefüllten Antragsformulare schicken Sie mit der Post an diese Adresse:

 Familienkasse Hessen

34196 Kassel

Wenn Sie Fragen haben:

[08004555530](tel:08004555530)



Familienkasse-Hessen@arbeitsagentur.de

Angebote für Kinder und Jugendliche

Kinder und Jugendliche sind wichtig in Rüsselsheim.

Deshalb gibt es hier viele Angebote für Kinder.

Und für Jugendliche.

Und für junge Erwachsene.

Zum Beispiel:

- Kinder-Treffs
- Jugend-Treffs
- Freizeit-Angebote
- Bildungs-Angebote
- Ferien-Angebote
- Ferien-Freizeiten

Dabei können Kinder und Jugendliche neue Sachen ausprobieren.
Oder neue Freunde finden.

Hilfe für Kinder und Jugendliche

Bist du ein Kind?

Oder ein Jugendlicher oder eine Jugendliche?

Vielleicht hast du ein Problem.

Zum Beispiel:

- Ein Problem in der Schule.
- Oder ein Problem mit Deinen Eltern.
- Oder ein Problem mit Deinen Freund*innen
- Oder ein Problem mit Mobbing.
- Oder Liebeskummer.

Vielleicht hast Du auch eine Frage.

Zum Beispiel:

- Zum Thema Liebe und Sexualität.
- Oder eine Frage zu Spielen im Internet.

Dann kannst Du Hilfe bekommen.

Du kannst mit einem Sozial-Arbeiter sprechen.

Oder mit einer Sozial-Arbeiterin.

Die Person hört Dir zu.

Und die Person kann Dich beraten.

Du brauchst in dem Gespräch nicht Deinen Namen sagen.

Das Gespräch kostet kein Geld.

Und das Gespräch ist geheim.

Die Person erzählt nichts weiter.

Hier bekommst du Informationen zu Freizeit Angeboten.

Oder **Beratung wenn du Hilfe brauchst.**

Magistrat der Stadt Rüsselsheim am Main

Fachbereich Jugend und Senioren

Bereich Jugendförderung



[Dammgasse 7](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[06142832102](tel:06142832102) und [06142832108](tel:06142832108)



jugendfoerderung@ruesselsheim.de

Auszeit e.V.



[Böllenseeplatz 1](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[0614215550](#)



auszeit@auszeit-ev.de



www.auszeit-ev.de

Hier finden Sie das Ferienprogramm der Stadt Rüsselsheim: 

<https://www.unser-ferienprogramm.de/ruesselsheim/...>

Deutscher Kinderschutzbund Rüsselsheim Stadtteiltreff Dicker Busch



[Evreuxring 14a](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[0614252202](#)



stadtteiltreff@dksb-ruesselsheim.de

[Hier](#)  finden Sie die Internetseite.

Vielleicht hast Du dringende Sorgen.
Oder Du bist in großer Not und musst schnell mit jemandem reden.
Dann kannst Du auch die „Nummer gegen Kummer“ anrufen.
Hier kannst Du immer anrufen.
Den ganzen Tag über.
Und in der Nacht.
Der Anruf kostet kein Geld.
Und das Gespräch ist geheim.



[Hier](#)  bekommen Sie mehr Informationen.

Sie sind eine Mutter?
Oder ein Vater?
Vielleicht machen Sie sich Sorgen.
Wegen Ihrem Kind.
Dann können Sie diese Telefon-Nummer anrufen:

[08001110550](tel:08001110550)

Hier gibt es **Hilfe und Beratung für Eltern**.

Angebote für ältere Menschen

Ältere Menschen sind wichtig in Rüsselsheim.
Deshalb gibt es hier viele Angebote für ältere Menschen.
Ältere Menschen nennt man auch:

Senioren und Seniorinnen.

Vielleicht sind Sie ein älterer Mensch.

- Und Sie haben Fragen zum Älterwerden.
- Oder Sie brauchen Beratung.
- Oder Sie möchten andere ältere Menschen kennen-lernen.
- Oder Sie möchten an einem Angebot für ältere Menschen teil-nehmen.

Dann können Sie zu dem „**Haus der Senioren**“ kommen.

Hier finden Sie den Plan mit den Angeboten: [Wochenplan Haus der Senioren](#)

Haus der Senioren



[Frankfurter Straße 12](#)

65428 Rüsselsheim am Main

In dem Haus der Senioren sind:

- Die Leit-Stelle Älter-Werden der Stadt Rüsselsheim.
- Die Beratungs-Stelle für ältere und behinderte Menschen.

Die Mitarbeitenden dort beraten Sie.

Und helfen bei wichtigen Fragen:

Zum Beispiel:

- Wo Sie Geld für Hilfen beantragen können.
 - Wo Sie medizinische Hilfe bekommen können.
 - Wie Sie einen Pflege-Dienst finden.
 - Soziale Dienste.
 - Freizeit für ältere Menschen.
-

- Selbst-Hilfe-Gruppen.
- Informationen für Angehörige von älteren Menschen.
- Wohnen für ältere und behinderte Menschen.
- Tages-Pflege. Kurz-Zeit-Pflege. Dauer-Pflege.

[Hier](#)  finden weitere Informationen auf der Internet-Seite:

Lernen für ältere Menschen

Sie möchten weiter lernen.

Oder einen Kurs machen.

Sie können bei der Volks-Hoch-Schule Rüsselsheim fragen.

Oder bei vielen anderen Einrichtungen.

Die Volks-Hoch-Schule hat ein Programm für Sie.

Das ist ein Heft mit vielen Kursen.

Die Kurse der Volks-Hoch-Schule finden Sie auch [hier](#)  auf der Internet-Seite:

Kultur123 Stadt Rüsselsheim

Volkshochschule



[Am Treff 1](#)

65428 Rüsselsheim

[06142832630](tel:06142832630)



kultur123@kultur123ruesselsheim.de

Geburts-Urkunden und Ehe-Urkunden

Sie möchten Kinder-Geld beantragen?

Oder Sie müssen einen anderen Antrag stellen?

Für viele Anträge brauchen Sie eine Geburts-Urkunde.

Oder eine Ehe-Urkunde.

Vielleicht haben Sie diese Papiere in einer anderen Sprache.

Zum Beispiel in Ihrer Muttersprache.

Dann müssen Sie diese Papiere übersetzen lassen.

Das macht ein Übersetzungs-Büro.

Aber das kostet Geld.

Vielleicht ist Ihr Kind in Deutschland geboren.

Dann bekommt Ihr Kind eine deutsche Geburts-Urkunde.

Bei dem **Standes-Amt** von dieser Stadt.

Beim **Standes-Amt in Rüsselsheim** können Sie viele Sachen erledigen.

Zum Beispiel:

- Ein Beratungs-Gespräch machen.

- Eine Scheidung anerkennen lassen.
- Eine Geburts-Urkunde beantragen.
- Eine Sterbe-Urkunde bekommen.
- Eine Lebens-Partnerschaft anmelden.
- Eine Ehe-Schließung anmelden.
- Heiraten.
- Ein **Ehe-Fähigkeits-Zeugnis** beantragen.

Sie haben einen Pass aus einem anderen Land?

Dann brauchen Sie zum Heiraten ein Ehe-Fähigkeits-Zeugnis.

Darin steht:

Sie sind in Ihrem Heimat-Land nicht verheiratet.

Dann dürfen Sie in Deutschland heiraten.

Das ist die Adresse von dem Standes-Amt in Rüsselsheim:

Fachbereich Bürgerservice und Wahlen
Standesamt



[Marktplatz 4](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[06142832726](tel:06142832726)



standesamt@ruesselsheim.de

Hilfen bei Gewalt in der Familie

Vielleicht gibt es Gewalt in Ihrer Familie.

Und Sie haben Angst.

Oder Sie brauchen Hilfe.

Zum Beispiel:

- Ihr Mann schlägt Sie.
Oder bedroht Sie.
- Oder Ihre Frau schlägt Sie.
Oder bedroht Sie.
- Oder Ihr Mann schlägt oder verletzt Ihr Kind.
Oder Ihre Frau schlägt oder verletzt das Kind.
- Oder es gibt sexuelle Gewalt in Ihrer Familie.

Das ist in Deutschland verboten.

Sie können zu einer Beratungs-Stelle gehen.

Die Mitarbeitenden hören Ihnen zu.

Und die Mitarbeitenden helfen Ihnen.

Das Beratungs-Gespräch kostet kein Geld.
Das Beratungs-Gespräch ist geheim.
Das heißt:
Die Mitarbeitenden erzählen nichts davon weiter.

Adressen bei Gewalt gegen Frauen:



**Frauen helfen Frauen e.V.
Beratungsstelle Rüsselsheim**



[Darmstädter Straße 101](#)
65428 Rüsselsheim am Main
[0615280000](#)



info@frauenberatung-gg.de
Oder Sie schauen auf der Internet-Seite:



www.frauenberatung-gg.de

Das Frauen-Haus in Groß-Gerau

Vielleicht wollen Sie weg von zu Hause.
Weil Ihr Mann Sie schlägt.
Oder Sie bedroht.
Dann können Sie zum Frauen-Haus kommen.
Und Ihre Kinder können mitkommen.
Im Frauen-Haus können Sie alle wohnen.
Die Mitarbeiterinnen helfen Ihnen.
Niemand soll Sie im Frauen-Haus finden.
Auch nicht Ihr Mann.
Deshalb ist die Adresse vom Frauen-Haus geheim.
Rufen Sie beim Frauen-Haus an.
Sie können immer anrufen.
Am Tag und in der Nacht.
Oder schreiben Sie eine E-Mail.

Frauenhaus Groß-Gerau

[0615239977](tel:0615239977)



info@frauenberatung-gg.de

Adresse bei Gewalt gegen Männer:

Diakonisches Werk



[Schulstraße 17](#)

64521 Groß-Gerau

[06152949380](tel:06152949380) und [06152949381](tel:06152949381)



alb@diakonie-kreisgg.de

Adressen bei Gewalt gegen Kinder und Jugendliche:

Wildwasser Kreis Groß-Gerau e.V.

Beratungsstelle Rüsselsheim



[Darmstädter Straße 101](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[06142965760](tel:06142965760)



info@wildwasser.de

Oder Sie schauen auf der Internet-Seite:



www.wildwasser-kreis-gg.de

Sie können auch die Mitarbeitenden vom Jugend-Amt ansprechen.

Die Mitarbeitenden beraten Sie.

Und helfen Ihnen.

Jugendamt Rüsselsheim

Fachbereich Kinderschutz und Jugendhilfe



[Mainstraße 7](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[06142832167](tel:06142832167)



soziale.dienste@ruesselsheim.de

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr

Donnerstag von 16 bis 18 Uhr

Im Notfall wählen Sie 110

Vielleicht brauchen Sie einmal sofort Hilfe.

Dann können Sie die Polizei rufen.

Das ist der Polizei-Not-Ruf: 110

Beratung

Beratung und Unterstützung für Familien

Vielleicht haben Sie Fragen zum Leben in der Familie.

Zum Beispiel:

- Was Ihr Baby braucht.
- Wie Ihr Kind sich gut entwickelt.
- Wie Sie Ihr Kind richtig erziehen.

Oder es gibt Probleme in Ihrer Familie.

Zum Beispiel:

- Probleme mit Ihrem Mann oder mit Ihrer Frau.
- Vielleicht gibt es viel Streit.
- Vielleicht möchten Sie sich trennen.
Von Ihrem Mann oder von Ihrer Frau.
- Oder Sie wollen sich scheiden lassen.
- Vielleicht hat Ihr Kind Probleme im Kinder-Garten.
Oder in der Schule.

Dann können Sie zu einer **Erziehungs-Beratungs-Stelle** gehen.

Oder zu einer **Familien-Beratungs-Stelle**.

Die Mitarbeitenden hören Ihnen zu.

Und die Mitarbeitenden beraten Sie.

Das Beratungs-Gespräch kostet kein Geld.

Das Beratungs-Gespräch ist geheim.

Das heißt:

Die Mitarbeitenden erzählen nichts davon weiter.

Kinder und Jugendliche können auch alleine - ohne ihre Eltern - zu den Beratungsstellen gehen.

Zum Beispiel wenn du Probleme in der Schule hast.
Oder Streit mit deiner Familie.
Oder Probleme mit anderen Jugendlichen.
Die Beratungsstelle sagt deinen Eltern nicht dass du da warst.

Das sind Adressen für die Beratung:

CaritasZentrum Rüsselsheim
Allgemeine Lebens- und Sozialberatung, Ehe- und Erziehungsberatung



[Virchowstraße 23/ Eingang Liebigstraße](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[06142409670](tel:06142409670)



caritaszentrum-dicker-busch@cv-offenbach.de

Oder Sie schauen auf der Internet-Seite:



www.caritas-offenbach.de

Deutscher Kinderschutzbund Rüsselsheim
Allgemeine Erstberatung, Angebote für Mütter und Kinder
Stadtteiltreff Dicker Busch



[Evreuxring 14a](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[0614252202](tel:0614252202)

@stadtteiltreff@dksb-ruesslesheim.de

Oder Sie schauen auf der Internet-Seite:



www.kinderschutzbund-ruesselsheim.de

Beratung und Unterstützung für Schwangere

Vielleicht sind Sie schwanger.
Und Sie haben Fragen:

- Zu Ihrer Schwangerschaft.
- Oder zu Ihrer Gesundheit.
- Oder zur Geburt.

Vielleicht sind Sie nicht schwanger.
Aber Sie möchten gerne ein Kind bekommen.
Und Sie haben dazu Fragen.

Vielleicht möchten Sie auch nicht schwanger werden.
Und Sie haben deshalb Fragen zur Verhütung.
Dann kommen Sie zu einer Schwangerschafts-Beratungs-Stelle.
Die Mitarbeitenden beraten Sie.
Und helfen Ihnen.
Sie können Ihren Mann mitbringen.

Zum Beispiel können Sie sich hier beraten lassen:

pro familia
Beratungsstelle Rüsselsheim



[Lahnstraße 30](#)

65428 Rüsselsheim am Main

[0614212142](tel:0614212142)



ruesselsheim@profamilia.de

Oder Sie schauen [hier](#)



[der Internet-Seite.](#)

Mutter-Schutz

Vielleicht sind Sie schwanger.
Und Sie haben eine Arbeit.
Oder Sie machen eine Ausbildung.
Dann gilt für Sie das **Mutter-Schutz-Gesetz**.

Das bedeutet:

Ihr Arbeit-Geber muss auf bestimmte Regeln achten.
Damit es Ihnen und Ihrem Baby gut geht.
Diese Regeln stehen im Mutter-Schutz-Gesetz:

- Der Arbeit-Geber darf Ihnen nicht kündigen.
- Sie dürfen nicht mehr schwer arbeiten.
- Sie dürfen nicht mehr nachts arbeiten.

- Kurz vor der Geburt müssen Sie nicht mehr arbeiten.
- Kurz nach der Geburt dürfen Sie nicht arbeiten.

Mutter-Schutz-Frist

Ihr Arzt oder Ihre Ärztin hat den Termin für die Geburt ausgerechnet.
6 Wochen vor diesem Termin bekommen Sie einen besonderen Schutz.

Diesen Schutz nennt man:

Mutter-Schutz-Frist

Jetzt müssen Sie nicht mehr zur Arbeit gehen.

Vielleicht fühlen Sie sich gut.

Und Sie möchten noch arbeiten.

Dann dürfen Sie noch 2 Wochen länger zur Arbeit gehen.

Nach der Geburt dürfen Sie nicht arbeiten.

8 Wochen nach der Geburt hört die Mutter-Schutz-Frist auf.

Jetzt können Sie Eltern-Zeit nehmen.

Oder Sie können wieder zur Arbeit gehen.

Mutterschafts-Geld

Während der Mutter-Schutz-Frist bekommen Sie Geld.

Genauso viel Geld wie in den 3 Monaten vor der Geburt.

Dieses Geld nennt man:

Mutterschafts-Geld.

Sie müssen das Mutterschafts-Geld aber extra beantragen.

Fragen Sie bei Ihrer Kranken-Kasse nach.

Die Mitarbeitenden sagen Ihnen:

- Wie Sie den Antrag stellen.
- Was Sie dafür brauchen.

Genauere Informationen bekommen Sie [hier](#) .

Eltern-Zeit

Vielleicht haben Sie eine Arbeit.

Oder Sie machen eine Ausbildung.

Jetzt haben Sie ein Kind bekommen.

Oder Sie haben ein Kind adoptiert.

Dann können Sie bei Ihrem Kind zu Hause bleiben:

- Für einige Monate.
- Oder bis zu 3 Jahre.
Sie gehen in dieser Zeit nicht arbeiten.
Diese Zeit nennt man:
Eltern-Zeit.
Beide Eltern-Teile können Eltern-Zeit nehmen.
Vater und Mutter.
So können Sie die Eltern-Zeit nehmen:
- Vater und Mutter nehmen zusammen Eltern-Zeit.
- Nur der Vater nimmt Eltern-Zeit.
Oder nur die Mutter nimmt Eltern-Zeit.

- Erst nimmt ein Eltern-Teil Eltern-Zeit.
Dann nimmt der andere Eltern-Teil Eltern-Zeit.
Wie lange wollen Sie Eltern-Zeit nehmen?
Das dürfen Sie selbst entscheiden.
Sie dürfen aber **nicht mehr als 3 Jahre** Eltern-Zeit nehmen.
Vielleicht möchten Sie 1 Jahr von der Eltern-Zeit aufheben.
Und später noch einmal Eltern-Zeit nehmen.
Bis zum 8. Geburtstag von Ihrem Kind.
Zum Beispiel in dem ersten Schul-Jahr von Ihrem Kind.
Das müssen Sie aber vorher mit Ihrem Chef absprechen.
Oder mit Ihrer Chefin.

Sie haben Zwillinge bekommen?
Oder noch mehr Kinder auf einmal?
Dann dürfen Sie für jedes Kind Eltern-Zeit nehmen.

Eltern-Geld

Sie können in der Eltern-Zeit besonderes Geld bekommen:
Das **Eltern-Geld**.

Das Eltern-Geld können Männer und Frauen bekommen:

- Wenn sie eine Arbeit haben.
- Wenn sie keine Arbeit haben.
- Wenn sie angestellt arbeiten.
- Wenn sie selbst-ständig sind.
- Wenn sie eine Ausbildung machen.
- Wenn sie studieren.

Das ist wichtig für Eltern-Geld

1. Sie betreuen Ihr Kind nach der Geburt selbst.
2. Sie arbeiten nicht.
Oder Sie arbeiten maximal 30 Stunden in der Woche.
Oder weniger.
3. Das Kind lebt bei Ihnen in der Wohnung.
4. Ihr Wohn-Sitz ist in Deutschland.
Und dort wohnen Sie auch die meiste Zeit.

Das Eltern-Geld können Sie ab der Geburt von Ihrem Kind bekommen.
Vielleicht haben Sie das Eltern-Geld nicht gleich beantragt.
Erst nach einigen Monaten.
Dann bekommen Sie Eltern-Geld nach-gezahlt.
Aber nur für die letzten 3 Monate.

Das ist die Adresse von der Eltern-Geld-Stelle für die Stadt Rüsselsheim:
Amt für Versorgung und Soziales



[Schottener Weg 3](#)

64289 Darmstadt

[061517380](#)



poststelle-vada@havs-dar.hessen.de

Wichtige Informationen zum Eltern-Geld finden Sie im Internet.

Dort können Sie den Antrag auf das Eltern-Geld herunter-laden.

Auf der Internet-Seite gibt es auch einen Rechner.

Damit können Sie Ihr Eltern-Geld ausrechnen.

[Hier](#)



[_](#)finden Sie weitere Informationen.