



Perspektiven für Alleinerziehende. **Kooperativ.**

Alleinerziehend in Heidelberg

Adressen und Kontakte



Familienmodelle gibt es viele. Traditionell mit Vater, Mutter, Kind unter einem Dach – getrennt (und dabei immer noch gemeinsam) erziehend – komplett allein verantwortlich für die Kinder – die große Patchworkfamilie mit neuen Partnern – die Familien-WG – oder aber generationsübergreifend mit den Großeltern der Kinder in einem Haus. Der Begriff der Familie ist bunt, individuell, frei und im steten Wandel begriffen.

Fakt aber ist, dass in Heidelberg heutzutage jedes fünfte Kind mit nur einem Elternteil aufwächst. Diese Eltern und ehemaligen Partner sehen sich nach einer Trennung organisatorisch, finanziell, beruflich und emotional neuen Herausforderungen gegenüber. **Diese Herausforderungen bergen aber auch Chancen!**

Was wünschen Sie sich nach einer Trennung für sich, Ihre Zukunft und Ihre Kinder? Wie kann und soll Ihr neuer Alltag aussehen? Und vor allem, wie lassen sich nun Beruf und Familie unter einen Hut bringen?

Durch Ihre neu **gewonnene Selbstbestimmtheit** eröffnen sich auch neue **Perspektiven**. Mit Geduld, Mut und Zuversicht sowie Unterstützung von Freunden, Familie und beratenden Institutionen können Sie Ihrem Leben und Ihrer Familie einen neuen Rahmen geben.

Gerade beruflich kann sich vieles ändern, wenn man den Alltag nun alleine gestaltet. **Hier bietet Heidelberg eine Fülle von Unterstützung an.** Die folgenden Informationen sollen für allein und getrennt erziehende Eltern eine Auswahl an interessanten und hilfreichen Angeboten und Tipps bieten – thematisch gegliedert dienen sie der Orientierung im manchmal turbulenten Alltag.

Die vorliegende Zusammenstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Für Anregungen, Tipps und Lebenserfahrungen ist das Bündnis für Familie Heidelberg immer offen. Dazu einfach eine E-Mail an info@familie-heidelberg.de.

▶ KINDERBETREUUNG & SCHULE	4
▶ UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG	6
▶ ELTERNBERATUNG & ERZIEHUNGSBERATUNG	8
▶ TRENNUNGSBERATUNG	10
▶ FRAUEN – UND KINDERSCHUTZ	11
▶ WOHNEN	12
▶ FINANZEN	14
▶ GÜNSTIG EINKAUFEN	16
▶ QUALIFIZIERUNG & ARBEIT	18
▶ TEILZEITAUSBILDUNG & TEILZEITSTUDIUM	21
▶ DIVERSE BERATUNGSANGEBOTE	23
▶ BÜRGERÄMTER & SERVICE HEIDELBERG	25
▶ WICHTIGE NOTFALLNUMMERN	26

Alle im Text ohne Vorwahl angegebenen Telefonnummern sind Heidelberger Festnetznummern mit der Vorwahl 06221

KINDERBETREUUNG & SCHULE

Babysitterbörse

des ‚Bündnis für Familie Heidelberg‘
unter www.familie-heidelberg.de (Suche: Babysitterbörse)

Broschüre „In die Schule, fertig, los!“

Stadt Heidelberg, Amt für Schule und Bildung
Regionales Bildungsbüro
Neugasse 4–6, 69117 Heidelberg
T 58-32011 | www.heidelberg.de (Suche: in die Schule)

Kindertagesstätten der Evangelischen Kirche

in den jeweiligen Stadtteilen oder zentral
T 9803-24 oder -0 | www.ekihd.de

Kindertagesstätten der Katholischen Kirche

in den jeweiligen Stadtteilen oder zentral
T 142632

KidsClub der Universität Heidelberg

Hauptstraße 126, 69117 Heidelberg
T 543923 | www.uni-heidelberg.de/einrichtungen/kinderhaus/kidsclub.html

Kinder- und Jugendamt der Stadt Heidelberg Abteilung Kindertagesstätten

Friedrich-Ebert-Platz 3, 69117 Heidelberg
T 58-31510 und 58-31520
www.heidelberg.de (Suche: Kinder- und Jugendamt)

Nachbarschaftshilfen in den einzelnen Stadtteilen

Turnerstraße 38, 69126 Heidelberg
T 330310 | www.heidelberg.de (Suche: Nachbarschaftshilfen)

Nachhilfeplattform

des Bündnis für Familie
www.familie-heidelberg.de/familien/nachhilfeplattform/

Paten-Oma/Opa-Dienst

Ehrenamtliche Paten unterstützen Ein-Eltern-Familien
in ihrem Alltag.
T 58-38050 | www.heidelberg.de (Suche: Patenoma)
antje.kehder@heidelberg.de

KINDERBETREUUNG & SCHULE

Schulkindbetreuung – päd-aktiv e.V.

Heinrich-Fuchs-Straße 94, 69126 Heidelberg
T 14120 | www.paed-aktiv.de

Stadt Heidelberg – Kindertagespflege

Friedrich-Ebert Platz 3, 69117 Heidelberg
(Tagespflegepersonen Mo, Di, Do, Fr 8 bis 12 Uhr)
T 58-37790 | www.heidelberg.de (Suche: Tagespflege)
tagespflege@heidelberg.de

Tagesmütterverein – Heidelberger Tagesmütter e.V.

Kirschgartenstraße 46, 69126 Heidelberg
T 373371 | www.tagesmuetter-heidelberg.de

Ferienbetreuungsangebote in Heidelberg

über das Kinder- und Jugendamt der Stadt Heidelberg sowie
unter www.familie-heidelberg.de

Heidelberger Feriengutscheine – „Ferien für alle!“

Kinder im Alter von fünf bis 13 Jahren, die einen Heidelberg-Pass
oder Heidelberg-Pass+ besitzen erhalten ein Gutscheinpaket mit
drei Gutscheinen im Wert von jeweils 110 €, das in den Bürgeräm-
tern bei Verlängerung oder Neuausstellung der Heidelberg Pässe
oder nachträglich auf Anfrage ausgegeben wird.
Familienoffensive, Plöck 2a, 69117 Heidelberg
T 58-37990, 58-37980 und 58-31580
www.heidelberg.de (Suche: Feriengutscheine)

pro familia Heidelberg, Montagstreff Sommer-Programm

Sommerferienprogramm mit Ausflügen des Montagstreffs
für Alleinerziehende mit ihren Kindern
Hauptstraße 79, 69117 Heidelberg
T 184440 | www.profamilia-heidelberg.de (siehe:
Veranstaltungen und Kurse)

MeinKind.de

bietet einen schnellen Überblick zu den Familienthemen wie
Kinderbetreuung, Bildung, Gesundheit und Freizeit
www.kita-hd.meinkind.de
ein schneller Überblick über aktuelle Ferien- und Freizeitangebote
auch unter www.ferien-hd.meinkind.de

UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG

Allein mit Kind in Heidelberg

Ein-Eltern-Projekt des Diakonischen Werks Heidelberg
Karl-Ludwigstraße 6, 69117 Heidelberg
T 537525 | www.diakonie-heidelberg.de

Alleinerziehenden-Treff mit Kindern pro familia Heidelberg (Montags-Treff)

Montag 16 –18 Uhr, Plöck 2a, 69117 Heidelberg
T 184440
www.profamilia-heidelberg.de (siehe: Veranstaltungen und Kurse)

Dein Nachbarschaftsnetzwerk

www.nebenan.de

EMtreff

pro familia Heidelberg (Dienstagstreff)

Frühstückstreff für Eltern mit Kindern unter 3 Jahren
Dienstag 10.30 –12.30 Uhr
Jellinekplatz 11, 69126 Heidelberg
T 184440 | heidelberg@profamilia.de
www.profamilia-heidelberg.de (siehe: Veranstaltungen und Kurse)

Familienpaten

ehrenamtliche Paten unterstützen Ein-Eltern-Familien
in ihrem Alltag
Diakonisches Werk Heidelberg
Karl-Ludwig-Straße 6, 69117 Heidelberg
T 537541

Frauen-Forum im Emmertsgrund

Emmertsgrundpassage 31, 69126 Heidelberg
T 769434 | www.emmertsgrund.de (Suche: Frauen)
ff-buero@gmx.net

Heidelberger Selbsthilfebüro

Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg
T 184290 | www.selbsthilfe-heidelberg.de

Interkulturelles Frauencafé im Emmertsgrund

Emmertsgrundpassage 11b, 69126 Heidelberg
T 1394016 | www.emmertsgrund.de (Suche: Frauencafé)
stadtteilmanagement@emmertsgrund.de

UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG

Mutter-Kind Kuren, Haushaltshilfe bei Notfällen

z. B. Krankheit der Mutter; Informationen über die
Krankenkassen, aber auch Caritas, Diakonie, AWO

Mein Papa kommt

Netzwerk zur Vermittlung von Eltern, die ihr Kind auf Grund
von Trennung in einer weiter entfernten Stadt besuchen wollen
und GastgeberInnen, die den Elternteil in dieser Zeit bei sich
wohnen lassen.

Flechtwerk 2+1 gemeinnützige GmbH
Gotzinger Straße 8, 81371 München
T 0800 2121777 | www.mein-papa-kommt.info
info@mein-papa-kommt.de

Rhein-Neckar-Kreis

Das Landratsamt bietet eine Vielzahl an Fortbildungen und
Unterstützungen an.
Kurfürsten-Anlage 38 –40, 69115 Heidelberg
T 115 (Behördennummer, ohne Vorwahl)
www.rhein-neckar-kreis.de (Suche: Fortbildungsbroschüre)
post@rhein-neckar-kreis.de

Verband binationaler Familien (IAF)

Beratung in allen Fragen einer binationalen Beziehung
Max-Jasper-Straße 1, 68167 Mannheim
www.mannheim.verband-binationaler.de

ELTERNBERATUNG & ERZIEHUNGSBERATUNG

Arbeiterwohlfahrt – AWO

Adlerstraße 1/5 –1/6, 69123 Heidelberg

T 73921-32 (Kinderschutzzentrum)

T 73921-24 (Psychologisches Zentrum für Diagnostik und Förderung von Schulleistungen)

www.awo-heidelberg.de

info@awo-heidelberg.de

Caritasverband Heidelberg e.V.

Erziehungsberatung, psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern

Veit-Stoß-Straße 5, 69126 Heidelberg

T 409024 | www.caritas-heidelberg.de

www.psychologischeberatung-hd-caritas.de

team-eb@caritas-heidelberg.de

Deutscher Kinderschutzbund e.V.

Lebens- und Erziehungsberatung

Theaterstraße 11, 69117 Heidelberg

T 600300 | www.kinderschutzbund-heidelberg.de

beratung@kinderschutzbund.de

Elternberatung in allen Heidelberger Kindertagesstätten
über die jeweiligen Kindertagesstätten

Familienbüro

Willkommen im Leben!

Informationen für Eltern mit Neugeborenen in Heidelberg

Plöck 2a, 69117 Heidelberg

T 58-37888 | familienoffensive@heidelberg.de

Frühförderwegweiser für Heidelberg und den Rhein-Neckar-Kreis

Überblick über alle Anlaufstellen für Familien mit Kindern mit chronischer Erkrankung oder (vermuteter) Behinderung, speziell bis zum 6. Lebensjahr, aber auch danach hilfreich
Kostenlos abzuholen:

Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis, Gesundheitsamt

Kurfürstenanlage 38-40, 69115 Heidelberg

T 5221864 | www.rhein-neckar-kreis.de

(Suche: Frühförderwegweiser)

ute.hambrecht@rhein-neckar-kreis.de

ELTERNBERATUNG & ERZIEHUNGSBERATUNG

Institut für analytische Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie Heidelberg e.V. (AKJP)

Erziehungsberatungsstelle

Lessingstraße 24, 69115 Heidelberg

T 439198 | www.akjp-hd.de

info@akjp-hd.de

Kinder- und Jugendamt der Stadt Heidelberg

Allgemeiner Sozialer Dienst: z.B. allgemeine Beratung in Fragen der Erziehung, in besonderen familiären Problemlagen, Notsituationen

Friedrich-Ebert-Platz 3, 69117 Heidelberg

T 58-31510 und 58-31520 | www.heidelberg.de

(Suche: Kinder- und Jugendamt)

Kinder- und Jugendförderung der Stadt Heidelberg

Erziehungsberatung

Plöck 2a, 69117 Heidelberg

T 58-31510 und 58-37960 | www.heidelberg.de

STÄRKE Programm des Landes Baden-Württemberg

Mit dem Landesprogramm STÄRKE werden Eltern frühzeitig bei der Erziehung ihrer Kinder unterstützt.

Das Programm STÄRKE bietet „offene Treffs“, die gezielt Personengruppen wie etwa Migrantinnen oder Alleinerziehende ansprechen und auf Familienbildungsangebote aufmerksam machen möchte.

www.rhein-neckar-kreis.de (Suche: Stärke)

martina.zimmermann@rhein-neckar-kreis.de

Volkshochschule Heidelberg e.V.

Bergheimer Straße 76, 69115 Heidelberg

T 9119-11 | www.vhs-hd.de

info@vhs-hd.de

ZPP Zentrum für psychologische Psychotherapie

Psychotherapeutische Ambulanz für Kinder und Jugendliche
Bergheimerstraße 58a (Gebäude 4311), 69115 Heidelberg

T 54-7291 | Fax 54-7600

www.psychologie.uni-heidelberg.de/zpp/kontakt.html

zpp@zpp.uni-hd.de

TRENNUNGSBERATUNG

Caritasverband Heidelberg e.V.

Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern
Gruppe für Kinder von getrennt lebenden bzw. sich in Trennung befindenden Eltern

Veit-Stoß-Straße 5, 69126 Heidelberg

www.psychologischeberatung-hd-caritas.de/pages/aktuelles.html
team-eb@caritas-heidelberg.de

„Checkliste Trennung“

Bündnis für Familie Heidelberg
Hospitalstraße 5, 69115 Heidelberg

T 1410-0 | www.familie-heidelberg.de
info@familie-heidelberg.de

Die Insel Heidelberg

zentral gelegener Begegnungsort mit Privatsphäre
für Kinder und Eltern in Trennungssituationen

Kontakt für ein Erstgespräch über
Die Insel c/o Luise Scheppeler-Heim
Mühlthalstraße 126, 69121 Heidelberg

T 64670 | www.insel-heidelberg.de
info@insel-heidelberg.de

Kinderbücher zum Thema Trennung

www.vamv-brandenburg.de

(Suche: Alleinerziehend: Tipps & Infos)

Stichwort Kinderbücher zum Thema Trennung und Scheidung

profamilia

www.profamilia-heidelberg.de (siehe: Beratung, Trennungs-
beratung)

T 069 – 26957790 | Fax 069 269577930
info@profamilia.de

Wegweiser für den Umgang nach Trennung und Scheidung

www.vamv.de (Suche: Trennung)

Broschüre „Wegweiser für den Umgang nach Trennung und
Scheidung“ ist bestellbar für 3€.

Weitere Informationsbroschüren unter dem Stichwort
Publikationen / VAMV-Broschüren

FRAUEN-UND KINDERSCHUTZ

Donum vitae Regionalverband Heidelberg e.V.

Schwangerschafts(konflikt)beratung
Friedrichstraße 3, 69117 Heidelberg

T 4340281 | www.donumvitae-hd.de

Frauen helfen Frauen e.V.

bei Trennung und Gewalt gegen Frauen und Kinder
Frauenberatungsstelle Courage und Frauenhaus

T 840740 | Fax 7252761

www.fhf-heidelberg.de | courage@fhf-heidelberg.de

Frauen-Nachttaxi Heidelberg

ermäßigte Taxifahrten (von 22–6 Uhr) innerhalb
der Stadtgrenzen Heidelbergs für Frauen ab 14 Jahren;
Fahrscheine in Bürgerämtern erhältlich

www.heidelberg.de/frauennachttaxi

HEIKE – Heidelberger Kinderschutzengagement Wegweiser „Frühe Hilfen und Kinderschutz“

Zentrum für Kinder und Jugendmedizin

Dipl.-Psych. Patricia Finke

Angelika-Lautenschläger Klinik

Im Neuenheimer Feld 153, 69120 Heidelberg

T 56-38030

patricia.finke@med.uni-heidelberg.de

fruehe.hilfen@med.uni-heidelberg.de

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

das erste bundesweite Beratungsangebot für Frauen,
die von Gewalt betroffen sind

T 08000 116016

Internationales Frauen- und Familienzentrum Heidelberg e.V.

Familien- und Lebensberatung, Schwangerschafts(konflikt)beratung
Theaterstraße 16, 69117 Heidelberg

T 182334 | www.ifz-heidelberg.de

info@ifz-heidelberg.de

Interventionsstelle für Frauen und Kinder

Postanschrift: Mannheimer Straße 226, 69123 Heidelberg

T 750135 | info@interventionsstelle-heidelberg.de

FRAUEN-UND KINDERSCHUTZ WOHNEN

Kinderschutzbund e.V.

z.B. Elterntelefon, Begleiteter Umgang
Theaterstraße 11, 69117 Heidelberg
T 600300 | www.kinderschutzbund-heidelberg.de
info@kinderschutzbund-heidelberg.de

Kinder- und Jugendamt der Stadt Heidelberg

Elterliche Sorge, Umgangsrecht, Beistandschaft
Friedrich-Ebert Platz 3, 69117 Heidelberg
T 58-31510 und 58-31520
www.heidelberg.de (Suche: Kinder- und Jugendamt)
jugendamt@heidelberg.de

Kinder- und Jugendamt Rhein-Neckar-Kreis

Haberstraße 1, 69126 Heidelberg
www.rhein-neckar-kreis.de (Suche: Kinder- und Jugendamt)
jugendamt@rhein-neckar-kreis.de

pro familia Heidelberg

Schwanger und allein(erziehend)?
Informations- und Orientierungsberatung bei Trennung,
Familien- und Lebensberatung, Schwangerschafts-
(konflikt)beratung
Hauptstraße 79, 69117 Heidelberg
T 184440 | www.profamilia-heidelberg.de (siehe: Beratung)

WOHNEN

Baugenossenschaft Bauhütte Heidelberg eG

Schillerstraße 26, 69115 Heidelberg
T 9027-0 | www.bhh1949.de

Baugenossenschaft Neu Heidelberg eG

Rohrbacherstraße 56–58, 69115 Heidelberg
T 9821-0 | www.neu-hd.de

Baugenossenschaft Familienheim HD eG

Weberstraße 4, 69120 Heidelberg
T 5373-0 | www.familienheim-heidelberg.de

WOHNEN

Evangelische Stiftung Pflege Schönau

Zähringerstraße 18, 69115 Heidelberg
T 9109-0 | www.esp-schoenau.de

Fachstelle der Stadt für Wohnungsnotfälle & Flüchtlinge

Hilfen zum Erhalt oder zur Erlangung von Wohnraum
Bergheimer Straße 155, 69115 Heidelberg
T 58-37000 oder 58-37010
www.service-bw.de (Suche: Wohnungsnotfälle)

FLÜWO Bauen Wohnen eG

Kranichweg 31, 69123 Heidelberg
T 7481-0 | www.fluewo.de

GGH Gesellschaft für Grund- und Hausbesitz mbH Heidelberg

Bergheimer Straße 109, 69115 Heidelberg
T 5305-0 | www.ggh-heidelberg.de

Mieterverein Heidelberg e.V.

Poststraße 46, 69115 Heidelberg
T 20473 | www.mieterverein-heidelberg.de

Pfälzer Katholische Kirchenschaffnei

Eisenlohrstraße 8, 69115 Heidelberg
T 9001-0 | www.schaffnei-hd.de

Wohnberechtigungsschein

für öffentlich geförderte Wohnungen
Antrag in den Bürgerämtern erhältlich
Kontaktinformationen siehe Seite 25

Wohngeldstelle der Stadt Heidelberg

Bergheimer Straße 69, 69115 Heidelberg
T 58-38710 bis 58-38714 und
T 58-38716 bis 58-38720
www.heidelberg.de (Suche: Wohngeldbehörde)
wohngeldstelle@heidelberg.de

FINANZEN

Amt für Soziales und Senioren

Bergheimer Straße 155, 69115 Heidelberg
T 58-37000 / 58-37010 | sozialamt@heidelberg.de
www.heidelberg.de (Suche: Amt für Soziales)

Bildungs- und Teilhabepaket

Kinder und Jugendliche aus Familien mit geringen Einkommen können z.B. bei Ausflügen und Ferienfreizeiten mitfahren, Sport- und Musikangebote nutzen, bei Bedarf Nachhilfe bekommen oder am gemeinsamen Mittagessen in der Schule, der Kindertageseinrichtung, dem Hort oder bei der Tagesmutter teilnehmen. Ansprechpartner sind die jeweils zuständigen Sachbearbeiter der Leistungsabteilung beim Jobcenter Heidelberg. Für Bezieher von Sozialhilfe nach SGB XII, Kinderzuschlag oder Wohngeld.

Elternzeit/Elterngeld/Landeserziehungsgeld

Anträge bei den Bürgerämtern in den einzelnen Stadtteilen oder unter www.l-bank.de
Landeskreditbank Baden Württemberg, 76113 Karlsruhe
T 0180 1907050

Existenzsicherung, auch Beratung bei Schulden

Diakonisches Werk Heidelberg
Karl-Ludwig Straße 6, 69117 Heidelberg
T 53-750 | diakonie@dwhd.de
www.diakonie-heidelberg.de (siehe: Angebote, Sozialberatung)

Grundsicherung Arbeitslosengeld II / Sozialgeld

Jobcenter Heidelberg
Infos, Antrags- und Leistungsbearbeitung
Speyerer Straße 6, 69115 Heidelberg
T 9159-111 | www.jobcenter-hd.de

Heidelberg-Pass / Heidelberg-Pass+

Bürgeramt und Ordnungsamt
Bergheimer Straße 69, 69115 Heidelberg
T 58-47980 und 58-17010
Abhängig von einer festgelegten Einkommensgrenze erhalten Familien unter bestimmten Bedingungen Vergünstigungen in öffentlichen Einrichtungen der Stadt Heidelberg, auch in Kindertagesstätten und Betreuungseinrichtungen. Information zu Ansprüchen und Ausgabe in den Bürgerämtern.

FINANZEN

Landesfamilienpass

unentgeltlicher bzw. ermäßigter Eintritt in staatlichen Museen, Gärten, Schlössern. Information und Ausgabe in den Bürgerämtern. Mehr Informationen dazu in den Bürgerämtern oder beim Sozialministerium: sozialministerium.baden-wuerttemberg.de

Kindergeld/Kindergeldzuschlag Familienkasse – Agentur für Arbeit

Czernyring 22/11, 69115 Heidelberg
T 5240 (Zentrale) oder kostenfrei 0800 455530
www.arbeitsagentur.de

Landeskreditbank Baden-Württemberg

T 0800 6645-471 (Hotline Familienförderung)

Schuldnerberatungstelle des Caritasverbandes Heidelberg e.V.

Turnerstraße 38, 69126 Heidelberg
T 3303-0
www.caritas-heidelberg.de (siehe: Dienste und Einrichtungen)

Schuldnerberatung (Paritätischer Wohlfahrtsverband)

Schwetzingenstraße 26, 69124 Heidelberg
T 400132 | www.paritaet-bw.de
schuldnerberatung@paritaet-hd.de

Sozialamt Heidelberg

Fischmarkt 2, 69117 Heidelberg
T 58-37000 | sozialamt@heidelberg.de

Sozialhilfe – Leistungen der Hilfe zum Lebensunterhalt Amt für Soziales und Senioren der Stadt Heidelberg

Fischmarkt 2, 69117 Heidelberg
T 58-37000 und 58-37010

Übernahme: Kinderbetreuungskosten, Unterhaltsvorschuss, wirtschaftliche Jugendhilfe Kinder- und Jugendamt der Stadt Heidelberg

Friedrich-Ebert Platz 3, 69117 Heidelberg
T 58-31510 (Hotline)
www.heidelberg.de (Suche: Kinderbetreuungskosten)

FINANZEN GÜNSTIG EINKAUFEN

Broschüre „Das Bildungspaket“

Informationen zur Beantragung von Unterstützung von Kindern aus einkommensschwachen Familien durch Finanzierung von Ausflügen, gemeinsamen Mittagessen in Schule und Kita, Nachhilfe, Schulbedarf und mehr.

Bundesministerium für Arbeit und Soziales

Telefonisch und online sowie per E-Mail bestellbar:

T 01805 778090 | www.bmas.de (Suche: Bildungspaket)
publikationen@bundesregierung.de

GÜNSTIG EINKAUFEN

Gebrauchte (Kinder-) Kleidung, Kinderwagen, Babyerstausrüstung, Schulranzen, Spielzeug, Fahrradzubehör sowie Haushaltswaren und -geräte, Möbel etc.

Deutscher Frauenring e.V.

Friedrichstraße 9, 69117 Heidelberg

T 21123

Deutscher Kinderschutzbund e.V.

Kleiderstube Altstadt

Theaterstraße 11, 69117 Heidelberg

T 600300

Helfer ohne Grenzen

Second-Hand Laden/Flohmarkt

Siemensstraße/Hans-Bunte Straße (hinter Kaufland),
69123 Heidelberg

T 802775 | www.helfer-ohne-grenzen.de

Kinderflohmarkt-Datenbank

www.familie-heidelberg.de/familien/kinderflohmarktdatenbank/

Kleiderladen „Jacke wie Hose“

des Deutschen Roten Kreuz (DRK)

Siemensstraße 36, 69123 Heidelberg

T 9010-100

www.drk-heidelberg.de (siehe: Angebote, Kleiderläden)

Kleiderstube Emmertsgrund

Emmertsgrundpassage 9, 69126 Heidelberg

T 380900

GÜNSTIG EINKAUFEN

LUULA

Leih- und Umsonstladen hinter dem Mehrgenerationenhaus
Heidelberg-Rohrbach

Öffnungszeiten:

Mo 10.00 – 12.00 Uhr

Do, Sa 14.00 – 16.00 Uhr

Heinrich-Fuchs-Straße 85, 69126 Heidelberg

www.luula.org | umsonstladen.heidelberg@web.de

Die Möbelhalle

Heidelberger Dienste gGmbH

Oftersheimer Weg (Recyclinghof), 69124 Heidelberg

T 1410-54 | www.hdddienste.de (siehe: Service für Bürger)

Second-Hand Kaufhaus der IFA Bric & Brac

Fabrikstraße 28, 69126 Heidelberg

T 36313-0 | www.ifa-heidelberg.de

Sell your Stuff and Free your Stuff Heidelberg

Online Flohmärkte für die Region auf facebook

www.facebook.com/groups/sellyourstuffheidelberg

www.facebook.com/groups/freeyourstuffheidelberg

Tausch- und Verschenkmarkt

Online Plattform für Heidelberg

www.internet-verschenkmarkt.de

Lebensmittel

Foodsharing

Internetsuche: Fairteiler Heidelberg

info@foodsharing.de

Diakonieladen – „Brot & Salz“

Plöck 22, 69117 Heidelberg | Di – Fr 11.30 – 16.00 Uhr

T 618190 | www.diakonie-heidelberg.de (siehe: Angebote,
Diakonieladen Brot & Salz)

Heidelberger Südstadt-Tafel

Rat und Tat Sankt Elisabeth

Turnerstraße 36, 69126 Heidelberg

T 7781385

QUALIFIZIERUNG & ARBEIT

Agentur für Arbeit Heidelberg

Kaiserstraße 69–71, 69115 Heidelberg

T 5240 (Zentrale) oder

T 0800 45555-00 | www.arbeitsagentur.de

Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

IKUBIZ Mannheim, N 4, 1, 68161 Mannheim

T 0621 43773112 | www.netzwerk-iq-bw.de

info@netzwerk-iq-bw.de | anerkennung@ikubiz.de

Bewerbungstipps Ü25

Tipps und ausführliche Beispiele für eine überzeugende Bewerbung
Jobcenter Heidelberg, Speyerer Straße 6, 69115 Heidelberg

www.jobcenter-hd.de/markt-integration/

jobcenter-heidelberg@jobcenter-ge.de

Berufsinformationszentrum (BIZ)

Kaiserstraße 69–71, 69115 Heidelberg

T 0800 45555-00 oder 524-484

www.arbeitsagentur.de (Suche: BIZ)

Bündnis für Familie Heidelberg

Bewerbungsmappencheck einmal im Monat,
kostenfrei, nach Voranmeldung

Hospitalstraße 5, 69115 Heidelberg

T 1410-19

www.buendnis-familie.de (Suche: Bewerbungsmappencheck)

Chancengleichheit – Berufstätig mit Kind

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Jobcenter Heidelberg

Speyerer Straße 6, 69115 Heidelberg

T 9159513 | jobcenter-heidelberg.bca@jobcenter-ge.de

Diakonisches Werk

der Evangelischen Landeskirche Baden e.V.

Broschüren zu Ausbildung oder Studium mit Kind

Vorholzstraße 3–7, 76137 Karlsruhe

T 0721 93490 | kontakt@diakonie-baden.de

www.diakonie-baden.de (Suche: Ausbildung mit Kind bzw.
Studieren mit Kind)

QUALIFIZIERUNG & ARBEIT

Frau und Beruf

Amt für Chancengleichheit der Stadt Heidelberg

Qualifizierungsmaßnahmen und Weiterbildungsangebote
für Frauen

Bergheimer Straße 69, 69115 Heidelberg

T 58-15500 | www.heidelberg.de/chancengleichheit

chancengleichheit@heidelberg.de

Heidelberger Dienste gGmbH

Beratung, Coaching und Unterstützung bei der Stellensuche
und dem beruflichen Wiedereinstieg

Hospitalstraße 5, 69115 Heidelberg

T 1410-0 | www.hddienste.de

Interkultureller Elternverein Heidelberg e.V.

Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg

T 21832 | www.iev-heidelberg.de

info@iev-heidelberg.de

Jobcenter Heidelberg

Infos, Vermittlung von Arbeit und Arbeitsgelegenheiten
sowie Beratung

Speyerer Straße 6, 69115 Heidelberg

T 9159-111 | www.jobcenter-hd.de

jobcenter-heidelberg@jobcenter-ge.de

Stark im Beruf

Wiedereinstieg in den Beruf für Mütter mit Migrationshintergrund

Heidelberger Dienste gGmbH

Hospitalstraße 5, 69115 Heidelberg

T 1410-33 | www.hddienste.de/ausbildung/stark-im-beruf/

ungelenk@hddienste.de

Volkshochschule Heidelberg e.V.

Bergheimer Straße 76, 69115 Heidelberg

T 9119-11 | www.vhs-hd.de

QUALIFIZIERUNG & ARBEIT

Weitere Hilfestellungen und Beratung bei der Suche nach Arbeit oder einer Integrationsmaßnahme bieten auch:

BiBeZ – Ganzheitliche Bildung

Bildungs- und Beratungszentrum
Zur Förderung und Integration behinderter / chronisch erkrankter Frauen und Mädchen e.V.
Alte Eppelheimerstraße 40/1, 69115 Heidelberg
T 600908 | www.bibez.de
info@bibez.de

bfw (Berufsförderungswerk) Heidelberg (DGB)

Englerstraße 6, 69126 Heidelberg
T 3309-01 | www.bfw.de
lo-heidelberg@bfw.de

bfw Heidelberg (SRH)

Bonhoefferstraße 1, 69123 Heidelberg
T 88-0 | www.bfw-heidelberg.de
info@bfw.srh.de

Bildungsverbund Berufliche Qualifikation BBQ

Heidelberger Kurfürstenanlage 5, 69115 Heidelberg
T 27848 | www.biwe-bbq.de
heidelberg@bbq-online.de

Die Werkstatt-Spielart eG

Am Bahnbetriebswerk 3, 69115 Heidelberg
T 8353-0 | www.werkstatt-spielart.de
info@werkstatt-spielart.de

Ifa Heidelberg Rhein-Neckar GmbH

Fabrikstraße 28, 69126 Heidelberg
T 36313-0 | www.ifa-heidelberg.de
post@ifa-heidelberg.de

Internationaler Bund (Bildungszentrum Heidelberg)

Belfortstraße 2, 69115 Heidelberg
T 316950 | bz-heidelberg@ib.de
www.internationaler-bund.de (siehe: Bildung und Beruf)

TEILZEITAUSBILDUNG & TEILZEITSTUDIUM

Teilzeitausbildung

Agentur für Arbeit Heidelberg

Kaiserstraße 69 –71, 69115 Heidelberg
T 524-0 (Zentrale) und 01801 555-11
www.arbeitsagentur.de

Duett – Teilzeitausbildung für Alleinerziehende

vbi Verein zur beruflichen Integration und Qualifizierung e.V.
für die Region
Fabrikstraße 28, 69126 Heidelberg
T 970371 | www.vbi-heidelberg.de (Suche: Duett)
duett-heidelberg@vbi-heidelberg.de

Heidelberger Dienste gGmbH 'Bündnis für Familie Heidelberg'

Hospitalstraße 5, 69115 Heidelberg
T 1410-0 | www.hddienste.de
www.familie-heidelberg.de

Info-Heft: Teilzeit-Ausbildung – good-practice Beispiele von und für Unternehmen

Gerade Alleinerziehende werden besonders gefördert, wenn sie eine Ausbildung in Teilzeit beginnen möchten
LAG Mädchenpolitik Baden-Württemberg e.V.
Siemensstraße 11, 70469 Stuttgart
T 0711 8382157
info@netzwerk-teilzeitausbildung-bw.de

Jobcenter Heidelberg

Speyerer Straße 6, 69115 Heidelberg
T 9159-111 | www.jobcenter-hd.de

Verein zur beruflichen Integration und Qualifizierung e.V. (vbi)

Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg
T 970322 | www.vbi-heidelberg.de

TEILZEITAUSBILDUNG & TEILZEITSTUDIUM

Teilzeitstudium

Universität Heidelberg

Möglichkeiten für ein Teilzeitstudium an der Universität Heidelberg – Persönlichen Beratungstermin vereinbaren
Seminarstraße 2, 69117 Heidelberg
T 545454 | www.uni-heidelberg.de/studium/interesse/teilzeitstudium@uni-heidelberg.de

Abschlüsse über den 2. Bildungsweg

Abendgymnasium Heidelberg (VHS)

Bergheimer Straße 76, 69115 Heidelberg
T 911911 | www.vhs-hd.de (Suche: Abendgymnasium)
abendgymnasium@vhs-hd.de
Weitere Informationen unter: www.zbw-bw.de

Volkshochschule Heidelberg

50% Ermäßigung auf alle Kurse mit Heidelberg-Pass+;
20% Ermäßigung für Azubis, Schüler, Studenten,
Arbeitslose (mit Nachweis); Bildungsprämienberatung
25% Ermäßigung mit Jugendkulturpass
Bergheimer Straße 76, 69115 Heidelberg
T 911911 | www.vhs-hd.de

DIVERSE BERATUNGSANGEBOTE

Amtsgericht: Rechtsantragstelle

kostenlose Rechtsberatung, Beratungs- und Prozesskostenhilfe
Kurfürsten-Anlage 15, 69115 Heidelberg
T 59-0 | www.amtsgericht-heidelberg.de

Broschüre „Alleinerziehende unter Druck“ der Bertelsmann Stiftung

Vielfältige Infos zur Situation von Ein-Eltern-Familien
in Deutschland
Online abrufbar und kostenlos bestellbar unter:
www.bertelsmann-stiftung.de (Suche: Alleinerziehende)
Carl-Bertelsmann-Straße 256, 33311 Gütersloh
T 05241-810 | info@bertelsmann-stiftung.de

Broschüre „Teilzeit – Alles, was Recht ist“

Bundesministerium für Arbeit und Soziales
Online verfügbar: www.bmas.de (Suche: Teilzeit alles was Recht ist)

Caritasverband Heidelberg e.V.

Sozialberatung (kostenfrei)
Turnerstraße 38, 69126 Heidelberg
T 3303-0 | www.caritas-heidelberg.de (siehe: Dienste und Einrichtungen)

Deutsches Rotes Kreuz (DRK)

Sozialberatung
Rudolf-Diesel-Straße 28, 69115 Heidelberg
T 9010-0 | www.drk-heidelberg.de

Diakonisches Werk Heidelberg

Familien- und Lebensberatung, Schwangerschafts(konflikt)-
beratung, Sozialberatung
Karl-Ludwig Straße 6, 69117 Heidelberg
T 53750
www.diakonie-heidelberg.de (siehe: Angebot, Soziale Notlagen)

Fachverband für Prävention und Rehabilitation in der Erzdiözese Freiburg

Suchtberatung in Heidelberg, psychosoziale Beratung und
Behandlung
Bergheimerstraße 127/1, 69115 Heidelberg
T 29051 | www.suchtberatung-heidelberg.de

DIVERSE BERATUNGSANGEBOTE

Landesfamilienrat Baden-Württemberg

Weitreichende Informationen zum Thema Familienpolitik in Baden-Württemberg

Landesfamilienrat Baden-Württemberg
Gymnasiumstraße 43, 70174 Stuttgart

T 0711 625930 | www.landesfamilienrat.de
info@landesfamilienrat.de

Verband alleinerziehender Mütter und Väter

Landesverband Baden-Württemberg e.V.

Beratung und Vernetzung in unterschiedlichen Städten Baden-Württembergs

Gymnasiumstraße 43, 70174 Stuttgart

T 0711 24847118 | www.vamv-bw.de
vamv-bw@web.de

Beratungsstellen für Kinder, Jugendliche und Eltern

Caritasverband Heidelberg e.V.

Erziehungsberatung

Veit-Stoß-Straße 5, 69126 Heidelberg

T 409024 | www.caritas-heidelberg.de (siehe: Dienste und Einrichtungen)

Deutscher Kinderschutzbund e.V.

Erziehungsberatung

Theaterstraße 11, 69117 Heidelberg

T 600300 (Mo bis Fr: 9 –13 Uhr, Do 15 –17 Uhr)
www.kinderschutzbund-heidelberg.de
info@kinderschutzbund-heidelberg.de

BÜRGERÄMTER & SERVICE HEIDELBERG

Bürgeramt Mitte (Bahnhof, Bergheim, Weststadt, Südstadt)

Bergheimer Straße 69, 69115 Heidelberg

T 58-47980 | E-Mail: buergeramt@heidelberg.de

Bürgeramt Altstadt

Marktplatz 10, 69117 Heidelberg

T 58-13810 | E-Mail: buergeramt-altstadt@heidelberg.de

Bürgeramt Boxberg/Emmertsgrund

Emmertsgrundpassage 17, 69126 Heidelberg

T 58-13850 | E-Mail: buergeramt-emmertsgrund@heidelberg.de

Bürgeramt Handschuhsheim

Dossenheimer Landstraße 13, 69121 Heidelberg

T 58-13820 | E-Mail: buergeramt-handschuhsheim@heidelberg.de

Bürgeramt Kirchheim

Schwetzingener Straße 20, 69124 Heidelberg

T 58-13860 | E-Mail: buergeramt-kirchheim@heidelberg.de

Bürgeramt Neuenheim

Lutherstraße 18, 69120 Heidelberg

T 58-13830 | E-Mail: buergeramt-neuenheim@heidelberg.de

Bürgeramt Pfaffengrund

Am Markt 21, 69123 Heidelberg

T 58-13870 | E-Mail: buergeramt-pfaffengrund@heidelberg.de

Bürgeramt Rohrbach

Rathausstraße 43, 69126 Heidelberg

T 58-13880 | E-Mail: buergeramt-rohrbach@heidelberg.de

Bürgeramt Wieblingen

Mannheimer Straße 259, 69123 Heidelberg

T 58-13890 | E-Mail: buergeramt-wieblingen@heidelberg.de

Bürgeramt Ziegelhausen/Schlierbach

Kleingemünder Straße 18, 69118 Heidelberg

T 58-13840 | E-Mail: buergeramt-ziegelhausen@heidelberg.de

Bürgerservice Heidelberg

Behördennummer 115

T 58-10580

WICHTIGE NOTFALLNUMMERN

Polizei	110
Feuerwehr	112
Giftnotruf	0761 19240
Sperr-Notruf	116 116*
Elterntelefon	0800 111 05 50
Telefonseelsorge	0800 111 01 11 0800 111 02 22
Kinder- und Jugendtelefon	0800 111 03 33
Frauennotruf Heidelberg	06221 18 36 43

*Bankkunden- und Maestrokarten, Kreditkarten, Mobilfunkkarten
und viele andere elektronische Berechtigungen

Meine persönlichen Notfallnummern:



Perspektiven für Alleinerziehende. **Kooperativ.**

Arbeitschwerpunkt ‚Perspektiven für Alleinerziehende‘

Heidelberg hat eine gute Netzwerkstruktur im Bereich Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Die Kinderbetreuungsmöglichkeiten sind im Vergleich zu anderen Kommunen weit fortgeschritten, auch gibt es ein großes Angebot an Beratung und Unterstützung. Mit der vorliegenden Zusammenstellung können Ein-Eltern-Familien gezielter und schneller aus dieser Vielfalt das für sie Passende herausfinden.

Für das Thema Alleinerziehende engagieren sich:

Agentur für Arbeit Heidelberg
Caritasverband Heidelberg e.V.
Diakonisches Werk Heidelberg
Heidelberger Dienste gGmbH
Jobcenter Heidelberg
Kinderschutzbund Heidelberg
pro familia Heidelberg

Bündnis für Familie Heidelberg

Geschäftsführung:	Telefon 06221 1410-0
Heidelberger Dienste gGmbH	Telefax 06221 1410-12
Hospitalstraße 5	E-Mail info@familie-heidelberg.de
69115 Heidelberg	Internet www.familie-heidelberg.de



www.facebook.com/BuendnisFuerFamilieHeidelberg