



### Information und Beratung bei

- Sexual- und Partnerschaftsproblemen
- unerfülltem Kinderwunsch
- psychischen Problemen nach einem Schwangerschaftsabbruch
- Konflikten und Krisen während und nach einer Schwangerschaft

### Schwangerschaft und Geburt

- Schwangerschaftstest
- Geburtsvorbereitung
- Information über soziale Hilfen
- Beratung zu vorgeburtlicher Diagnostik
- Rückbildungsgymnastik

### Schwangerschaftskonfliktberatung nach § 219

- Beratung bei Schwangerschaftskonflikt
- Bescheinigung der gesetzlich vorgeschriebenen Pflichtberatung vor einem Schwangerschaftsabbruch

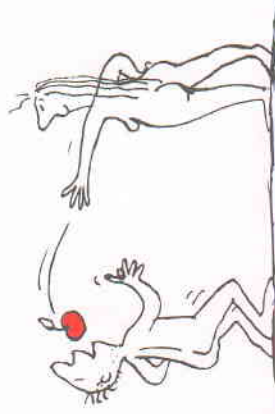
### Verhütung

- Beratung zu allen Verhütungsmethoden
- Anpassen von Diaphragma, Portiokappe und LEA
- Verschreiben der Pille, Einlegen einer Spirale – auch zur Nachverhütung

### Sexualpädagogik

- Info-Veranstaltungen für Schulklassen, Jugendgruppen und Multiplikatoren
- Fortbildung für Multiplikatoren
- Projekte für Jugendliche

Illustrationen: Jutta Bauer, Hamburg



# FAMILIEN PLANUNGS ZENTRUM

Familienplanungszentrum

Bei der Johanniskirche 20

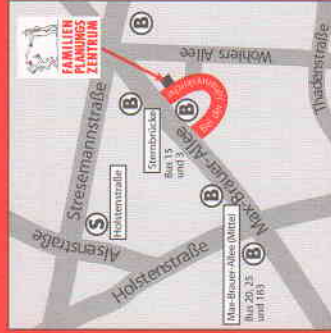
22767 Hamburg

Telefon 040 - 439 28 22

Fax 040 - 43 74 91

[fpz@familienplanungszentrum.de](mailto:fpz@familienplanungszentrum.de)

[www.familienplanungszentrum.de](http://www.familienplanungszentrum.de)



### Der Weg zum FPZ

Mit der S-Bahn bis Bahnhof Holstenstraße, dem Bus 3 oder 15 bis Sternbrücke oder den Bussen 20, 25 oder 183 bis Max Brauer Allee (Mitte)

### Öffnungszeiten und Sprechstunden

Montag 10-13 Uhr

Mittwoch und Donnerstag 16-19 Uhr und Termine nach Vereinbarung

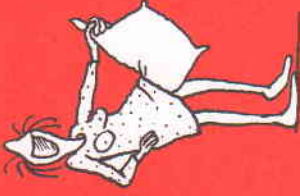
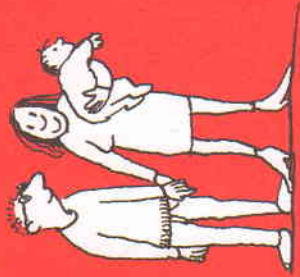
### Telefonische sind wir zu erreichen

Montag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag 10-13 Uhr

Dienstag und Donnerstag 16-18 Uhr

Telefon 040 / 439 28 22

## Allgemeine Information



### **Beraten, unterstützen, informieren**

Seit 30 Jahren bietet das Familienplanungszentrum Altona Rat, Hilfe und Information zu allen Fragen rund um die Themen Sexualität, Verhütung, Schwangerschaft und Sexualpädagogik.

Wir erfüllen außerdem Aufgaben, die der Gesetzgeber im Schwangerschaftskonfliktgesetz festgeschrieben hat, z.B. können Frauen bei uns die vorgeschriebene Pflichtberatung vor einem Schwangerschaftsabbruch erhalten.

Medizinische Hilfe, Fortbildungsprogramme und Informationsveranstaltungen runden die Palette unserer Leistungen ab.

### **Offen für alle**

Bei uns ist jeder willkommen – unabhängig von Nationalität, Geschlecht oder sexueller Orientierung, wir wenden uns an BesucherInnen jeden Alters und jeder sozialen Schicht. Menschen mit Lernschwierigkeiten sind bei uns herzlich willkommen.

Und wir sind einfach zu erreichen: telefonisch, persönlich, mit oder ohne Terminvereinbarung. In der Sprechstunde nehmen sich Ärztinnen und Beraterinnen Zeit für Ihre Anliegen. Auch in Notfällen sind wir für Sie da – etwa wenn die Verhütung versagt und die „Pille danach“ benötigt wird.

### **Kompetent und freundlich**

Für unsere Arbeit gilt: Frauen und Männer sollen über ihre Sexualität und Familienplanung selbst entscheiden. Bei uns finden Sie Hilfe, wenn sich dabei Fragen ergeben.

Dass unsere Angebote gerne angenommen werden, erleben wir immer wieder neu: Jährlich suchen uns rund 8000 Frauen und Männer auf – zur Einzel- und Paarberatung oder um unser umfangreiches Gruppenangebot wahrzunehmen.

### **Junge Liebe – viele Fragen**

Schulklassen und Jugendgruppen bieten wir die Gelegenheit sich in Workshops mit Themen wie Sexualität, Freundschaft und Beziehungen vertrauter zu machen.

Weil aber Jungen und Mädchen nicht immer alles gemeinsam bereden wollen, gibt es auch getrennte Angebote für beide Geschlechter.

### **Lust braucht Bildung**

Unser Wissen geben wir gerne weiter: Mit Fortbildungsmöglichkeiten und Fachberatung richten wir uns an MitarbeiterInnen aus Kitas, Jugendeinrichtungen und Schulen, sowie Einrichtungen der Behindertenhilfe. Auch sind willkommen KollegInnen aus dem medizinischen Bereich und Beratungsstellen.

### **Frauen vom Fach**

Wir sind ein erfahrenes Team von Ärztinnen, Psychologinnen, Krankenschwestern, Sozial- und Diplompädagoginnen sowie Fachfrauen für die Organisation – freieberufliche Hebammen ergänzen unser Angebot. Wir arbeiten fachübergreifend und kooperieren eng mit anderen Einrichtungen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich.

### **Erfahren, engagiert und respektvoll**

Unsere Einrichtung ist parteipolitisch und konfessionell unabhängig. Wir respektieren die Menschen, die zu uns kommen mit ihren Wünschen, Problemen und Entscheidungen. Alle Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht.

Besonders wichtig ist uns der interkulturelle Ansatz unserer Angebote. Die Hälfte derer, die uns aufsuchen, sind Migrantinnen. Wir beraten auch auf englisch, französisch, spanisch und italienisch.

Das Familienplanungszentrum ist eine gemeinsame Einrichtung von Pro Familia und der Arbeiterwohlfahrt. Einige unserer Leistungen sind kostenfrei, für andere erheben wir Gebühren.

Wir sind ein anerkannt gemeinnütziger Verein. Kleine und große Spenden helfen uns, den qualitativen und quantitativen Standard unseres Angebotes aufrechtzuerhalten.

## Die Außenstellen des Familienplanungszentrums e. V.



**Barmbek**  
**Barmbek Basch**  
Wohldorfer Straße 30  
22081 Hamburg  
U3, Dehnhaide

*Dienstags und Donnerstags  
von 15 – 18 Uhr  
Sprechstunde ohne Voranmeldung*



**Billstedt**  
**verikom Billstedt**  
Am Alten Zoll 1  
22111 Hamburg  
U2, Billstedt

*Montags von 10 bis 13 Uhr  
Sprechstunde ohne Voranmeldung*



**Jenfeld**  
**Quadriga Stadtteilbüro**  
Bei den Höfen 23  
22043 Hamburg  
Metrobus 10, 27, Jenfeld-Zentrum  
*Dienstags von 15 – 18 Uhr  
Sprechstunde ohne Voranmeldung*



**Wandsbek**  
**AWO Landesverband**  
Witthöftstraße 5-7  
22041 Hamburg  
U1, Wandsbek Markt  
*Mittwochs von 10 – 13 Uhr und  
Freitags von 12 – 15 Uhr  
Sprechstunde ohne Voranmeldung*



## FAMILIEN PLANUNGS ZENTRUM

### Haben Sie Fragen zu Anträgen auf Elterngeld, Kindergeld, Wohngeld oder Arbeitslosengeld II?

Das Familienplanungszentrum bietet eine

### Antragsprechstunde

für Schwangere sowie Mütter und Väter in der Elternzeit. Mittwochvormittags erhalten Sie kostenlos praktische Tipps, Informationen und direkte Unterstützung bei der Antragstellung!

**Vereinbaren Sie gern kurzfristig einen Termin.**

Familienplanungszentrum e.V.  
Bei der Johanniskirche 20  
22767 Hamburg  
Telefon (040) 439 28 22  
[www.familienplanungszentrum.de](http://www.familienplanungszentrum.de)



## FAMILIEN PLANUNGS ZENTRUM

### Schwanger - was nun?

Das Familienplanungszentrum berät Sie vertraulich und kostenfrei zu:

- \* Soziale Hilfen für werdende Mütter und Väter
- \* Anträge wie Eltern- und Kindergeld
- \* Schwangerschaftskonflikte
- \* Schwangerschaftsabbruch und die gesetzlich vorgeschriebene Beratung gem. § 219
- \* Verhütungsmethoden

Bei Fragen können Sie sich an das Familienplanungszentrum in Altona wenden:

Bei der Johanniskirche 20, 22767 Hamburg  
[www.familienplanungszentrum.de](http://www.familienplanungszentrum.de)  
Telefon (040) 439 28 22

Weitere Standorte siehe Rückseite