

Von Anfang an  
gut informiert



Die Infobroschüre für junge Familien im HSK



Grußwort

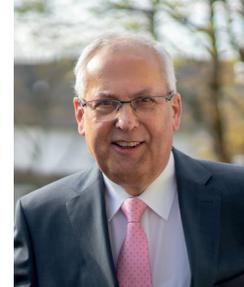
Einleitung

Außenstellen	6
1. Schwangerschaft und Geburt	
1.1    Geburtshilfe / Gynäkologie	7
1.2    Hebammen	8
1.2.1    Familienhebammen	8
1.3    Schwangerenberatung / Schwangerschaftskonfliktberatung	9
1.4    Geburts- und Entbindungsorte	10
1.5    Elternschule	11
2. Baby und Kleinkind	12
3. Betreuung für Kinder	12
3.1    Kitas / Familienzentren	13
3.2    Tagespflege	13
3.3    Ankerplatz Norderney	14
4. Gesundheit	
4.1    Was benötigt ein Kind am Anfang	14
4.2    Niedergelassene Kinder- und Jugendärzte	16
4.3    Früherkennungsuntersuchungen	17
4.4    Kinderkliniken	18
4.5    Gesundheitsamt HSK	18
4.6    Mutter-Kind Kuren / Vater-Kind Kuren	19

---

5.	Beratung und Hilfe für Familien	
5.1	Erziehungsberatung	20
5.2	Förderung und Erziehung in der Familie / ASD Allgemeiner sozialer Dienst	20
5.3	Beratung bei Problemen in der Beziehung und Trennung	20
5.4	Beratung für Frauen / Männer bei häuslicher und sexualisierter Gewalt	21
5.5	Beratung und Hilfen für Menschen mit Behinderung	21
5.6	Beratung und Hilfen für Menschen mit Migrationshintergrund	22
6.	Finanzielle Hilfen und Angebote	
6.1	Kindergeld	23
6.2	Elterngeld	23
6.3	Trennung, Unterhaltsvorschuss, Beistandschaft	23
6.4	Arbeitslosengeld I	23
6.5	Bürgergeld	24
6.6	Schuldnerberatung	25
6.7	Kleiderkammer „Die Truhe“	25
6.8	Die Tafel / Warenkorb	26
7.	Service	
	Was muss ich vor und nach der Geburt meines Kindes tun?	27
8.	Notsituationen	29

## Grußwort



### Sehr geehrte Eltern,

mit der Geburt Ihres Kindes strömt viel Neues auf Sie ein. Das Kreisjugendamt des Hochsauerlandkreises möchte Sie daher von Anfang an begleiten und unterstützen. Diese nützliche Infobroschüre enthält viel Wissenswertes über Angebote für junge Familien. Informationen und Ansprechpartner sollen Ihnen auf den folgenden Seiten helfen, die Herausforderungen im Familien-Alltag zu meistern.

Für die Entwicklung Ihres Kindes sind besonders die ersten Lebensjahre entscheidend. Der Hochsauerlandkreis legt mit den in der Region vorhandenen Angeboten die Voraussetzung, dass Sie Ihrem Kind dieses stabile Fundament sichern können.

Damit erfüllt der Hochsauerlandkreis auch die im Rahmen des Bundeskinderschutzgesetzes verankerte Beteiligung zur Stärkung der Kindergesundheit, des Kinderschutzes und der Prävention.

Die Verwaltungsvereinbarung zur Umsetzung der Bundesinitiative „Netzwerk Frühe Hilfen und Familienhebammen“ stellt den Hochsauerlandkreis und mit ihm die Träger in der freien Kinder- und Jugendhilfe sowie des Gesundheitsbereichs in die Verantwortung, verlässliche Strukturen und bedarfsgerechte Hilfen sicherzustellen, die allen Kindern ein gutes und gesundes Aufwachsen ermöglichen.

In diesem Sinne bietet dieses Heft einen detaillierten Überblick über das bestehende Angebot in der Region. Als Landrat empfehle ich Ihnen, nicht zu zögern, sondern die angebotenen Hilfen auch wahrzunehmen. Die Fachleute helfen Ihnen bestimmt gern weiter.

Dr. Karl Schneider  
Landrat

**Sehr geehrte Eltern,**

die Geburt eines Kindes stellt das Leben der Eltern sprichwörtlich „auf den Kopf“. Neben all den Glücksgefühlen, der Dankbarkeit und Freude, wird es auch dauern, bis Sie sich in Ihrer Rolle als Eltern, als alleinerziehende Mutter oder Vater, in Ihrer Funktion als „Familie“ auf das nun gemeinsame Leben eingestellt haben. In dieser Phase entstehen aber auch viele Fragen, manchmal auch Sorgen und das Gefühl der Überforderung, die Angst, den Anforderungen nicht gerecht werden zu können. Zumindest ist das Bedürfnis nach Information groß.

Diese Broschüre soll Ihnen helfen, einen Weg durch den Behördenschwung aufzuzeigen, Ansprechpartner vermitteln und Ihnen Auskunft über mögliche wirtschaftliche Hilfen geben. Zum anderen sollen Sie einen Überblick erhalten, welche verschiedenen Beratungsangebote unterschiedlichster Vereine und Träger in der jeweiligen Gemeinde / Stadt Ihnen zur Seite stehen, welche Betreuungsmöglichkeiten Sie für Ihr Kind haben und welche Kinderärzte und Hebammen Ihnen mit ihren Angeboten in Ihrer Nähe ihre Unterstützung anbieten.

Ich hoffe, dass diese Broschüre Ihnen die notwendigen Antworten auf Ihre Fragen rund um Ihr Kind gibt. Zögern Sie bitte nicht, entsprechende Beratungsangebote zu nutzen und bei Bedarf entsprechende Hilfen anzunehmen.

Liebe und Zuneigung, eine glückliche Kindheit sowie Werte, die Halt und Orientierung für die Zukunft bieten, sind das Beste, was wir unseren Kindern auf ihren Lebensweg mitgeben können. Ihnen und Ihrem Kind wünsche ich in diesem Sinne alles nur erdenklich Gute.

Miriam Schlüter  
Leiterin Kreisjugendamt

# Außenstellen des Kreisjugendamtes Hochsauerlandkreis

[www.hochsauerlandkreis.de](http://www.hochsauerlandkreis.de)  
[jugendamtsleitung@hochsauerlandkreis.de](mailto:jugendamtsleitung@hochsauerlandkreis.de)

## Regionalteam West

Meschede, Eslohe, Bestwig

☎ 0291/94-2961

## Regionalteam Mitte

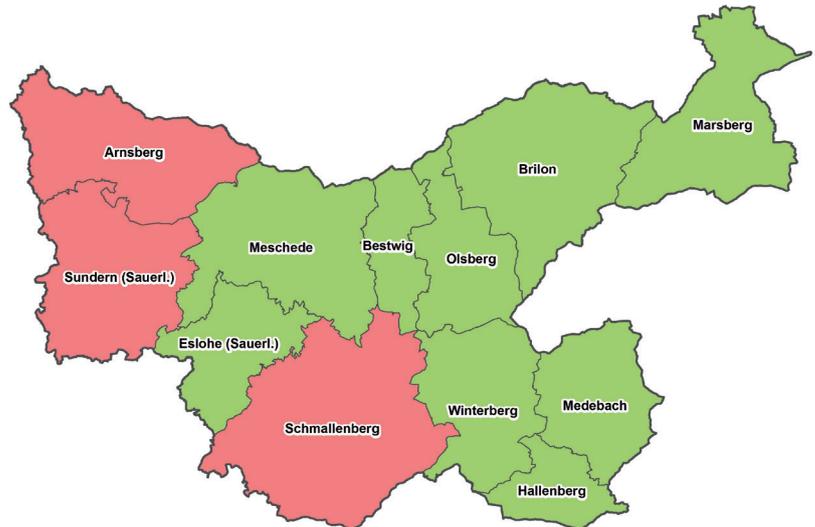
Olsberg, Hallenberg  
Medebach, Winterberg

☎ 0291/94-2962

## Regionalteam Ost

Brilon, Marsberg

☎ 02961/94-2963



## 1. Schwangerschaft und Geburt

### 1.1 Geburtshilfe / Gynäkologie

#### Brilon

Gemeinschaftspraxis  
Dr. med. U. Roß; B. Kastner  
Am Schönschede 1  
59929 Brilon  
☎ 02961/9875189

#### Marsberg

Irena Brak  
Paulinenstraße 1  
34431 Marsberg  
☎ 02992/8000

Dr. med. Siegfried Stark  
Bülberg 1  
34431 Marsberg, Niedermarsberg  
☎ 02992/3081

#### Meschede

Dr. med. Judith Lausberg  
Ruhrstraße 23  
59872 Meschede  
☎ 0291/6077

Dr. med. Dorothea Nölke  
Ruhrstraße 25  
59872 Meschede  
☎ 0291/6217

Dr. Henryk Zieleniecki  
Kaiser-Otto-Platz 6  
59872 Meschede  
☎ 0291/6271

#### Olsberg

Dr. med. Juliane Wunderlich  
Hauptstraße 85  
59939 Olsberg  
☎ 02962/1626

Frauenarztpraxis Blago  
Josef-Rüther-Straße 2  
59939 Olsberg  
☎ 02962/1817



## 1.2 Hebammen

Sie sind wichtige Vertrauenspersonen von schwangeren Frauen und jungen Müttern. Ihr Arbeitsgebiet ist längst nicht mehr auf den Kreißaal begrenzt. Freiberufliche Hebammen arbeiten frei praktizierend in Schwangerenvorsorge, bei Hausgeburten, Wochenbettbetreuung und Stillhilfe. Viele Hebammen bieten zudem Kurse vor und nach der Geburt an.

Wenn Sie eine Hebamme in Ihrer Nähe suchen, weil Sie

- eine Betreuung während der Schwangerschaft
- ein Kursangebot (Vorbereitungskurs, Rückbildungskurs, etc.)
- ein außerklinisches Geburtsangebot (Hausgeburt, Geburtshaus, usw.)
- eine Beleghebamme
- eine Wochenbettbetreuung

finden Sie unter diesem Link Hebammen aus der Region:

<https://www.gkv-spitzenverband.de/service/hebammenliste/hebammenliste.jsp>



### 1.2.1 Familienhebammen

Der Start als Familie ist nicht immer sorgenfrei. Eine ungewollte Schwangerschaft oder zu frühe Mutterschaft, eine Mehrlingsgeburt, ein Schreibaby, finanzielle Engpässe, persönliche Einschränkungen eines Elternteils oder ein erhöhter Förderbedarf des Kindes.

Der Unterstützungsbedarf von (werdenden) Eltern und Familien mit Säuglingen und Kleinkindern sollte immer ernst genommen werden. Dem möchten wir als Jugendamt im Hochsauerlandkreis durch den Einsatz von geschulten Familienhebammen und Familienkinderkrankenschwestern begegnen.

Eine solche Fachkraft unterstützt Schwangere und Familien mit Kindern im Alter von 0-3 Jahren in besonderen Lebenssituationen. Die Hilfe ist kostenlos und kann unbürokratisch beim Jugendamt angefragt werden. Bei Bedarf melden Sie sich gerne unter ☎ 0291/94-1723.



### 1.3 Schwangerenberatung / Schwangerschaftskonfliktberatung

Gesundheitsamt des Hochsauerlandkreises  
Steinstraße 27  
59872 Meschede  
☎ 02 91 / 94 - 12 09  
[www.hochsauerlandkreis.de](http://www.hochsauerlandkreis.de)  
[bianca.burmann@hochsauerlandkreis.de](mailto:bianca.burmann@hochsauerlandkreis.de)



### Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte und Familienplanung

Diakonie Ruhr Hellweg e.V.  
Schützenstraße 10  
59872 Meschede  
☞ [skb-meschede@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:skb-meschede@diakonie-ruhr-hellweg.de)  
☎ 02 91 / 29 00 - 150

Bahnhofstraße 27  
59929 Brilon  
☞ [skb-brilon@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:skb-brilon@diakonie-ruhr-hellweg.de)  
☎ 0 29 61 / 79 39 - 67



Donum vitae  
Kolpingstraße 2  
59872 Meschede  
☎ 02 91 / 90 8 69 - 60



weitere Sprechstunden für Olsberg und Winterberg nach telefonischer Vereinbarung

☎ 02 91 / 90 8 69 60

## Schwangerschaftsberatung

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Hochsauerland

Steinstraße 12

59872 Meschede

☎ 02932/9393421

✉ Schangerschaftsberatung.m@skf-hochsauerland.de



Sprechstunden in Brilon nach telefonischer Vereinbarung

☎ 02932/9393420

### 1.4 Geburts- und Entbindungsorte

Klinikum Hochsauerland

Karolinen Hospital

Stolte Ley 5

59759 Arnsberg-Hüsten

☎ 02932/952-242501

✉ geburtshilfe@klinikum-hochsauerland.de

🌐 klinikum-hochsauerland.de

Städt. Krankenhaus

Maria Hilf gGmbH

Am Schönschede 1

59929 Brilon

☎ 02961/780-0

🌐 krankenhaus-brilon.de



© amin - AdobeStock.com

## 1.5 Elternschule

Die Elternschulen an den einzelnen Krankenhäusern bieten ein umfangreiches Kursangebot für (werdende) Mütter und Eltern rund um Schwangerschaft und Geburt und die Zeit danach an.

Elternschule Maria Hilf Krankenhaus  
Gynäkologie und Geburtshilfe (*Sekretariat*)  
Am Schönschede 1  
59929 Brilon

☎ 02961/9891-700

✉ info@praxis-bauchwunder.de

🌐 krankenhaus-brilon.de

Elternschule  
Klinikum Hochsauerland - Karolinen Hospital  
Stolte Ley 5

59759 Arnsberg-Hüsten

☎ 02932/952-1460

✉ b.karneil@klinikum-hochsauerland.de

🌐 klinikum-hochsauerland.de



© Kazem - AdobeStock.com

## 2. Baby und Kleinkind

Aktuelle Krabbelgruppen, Baby- und Kleinkindschwimmen, Spielgruppen und Turngruppen, ihre Treffpunkte und Termine erfragen Sie in den örtlichen Sportvereinen oder Kirchengemeinden.

Ebenso bieten einige Hebammenpraxen verschiedene Angebote für Babys und Kleinkinder an. Dort erhalten Sie Auskunft über Angebote und freie Plätze.

Weiterhin bieten Familienzentren ebenfalls Kurse für Eltern oder Babysitter an. Diese Telefonnummern finden sie in dieser Broschüre.



## 3. Betreuung für Kinder

Tageseinrichtung für Kinder sind Kindertagesstätten, Horte und andere Einrichtungen, in denen sich Kinder einen Teil des Tages oder ganztags aufhalten.

Die Tageseinrichtungen sind sozialpädagogische Einrichtungen, die neben der Betreuungsaufgabe einen eigenständigen Erziehungs- und Bildungsauftrag als Elementarbereich des Bildungssystems haben.

Kinder ab dem Alter von einem Jahr haben seit dem 1. August 2013 einen Rechtsanspruch auf „frühkindliche Förderung in einer Tageseinrichtung oder Kindertagespflege“ (§ 24 SGB VIII).

Ein Kind, das das dritte Lebensjahr vollendet hat, hat bis zum Schuleintritt Anspruch auf Förderung in einer Tageseinrichtung.

Der Träger der öffentlichen Jugendhilfe hat darauf hinzuwirken, dass für diese Altersgruppe ein bedarfsgerechtes Angebot zur Verfügung steht.

Allerdings umfasst der Anspruch nicht die Aufnahme in eine bestimmte Einrichtung und nicht eine Übermittagsbetreuung.

## Was dürfen Sie in der Kita erwarten?

Das KiBiz legt für die Kitas Betreuungszeiten und Gruppenformen fest:

Betreuungszeiten:

- 25 Stunden: am Vormittag
- 35 Stunden: am Vor- und Nachmittag oder im Block vormittags über Mittag
- 45 Stunden: am Vor- und Nachmittag mit der Betreuung über Mittag

## Gruppen:

Gruppenform I: Kinder von zwei Jahren bis zur Einschulung; bis zu 20 Kinder in einer Gruppe

Gruppenform II: Kinder im Alter von unter drei Jahren; bis zu 10 Kinder in einer Gruppe

Gruppenform III: Kinder im Alter von drei Jahren und älter; bis zu 25 Kinder in einer Gruppe

Die Eltern müssen den Stundenumfang ihres Betreuungsbedarfs in der jeweiligen Kita anmelden.

## 3.1 Kitas / Familienzentren

Eine aktuelle Liste aller Einrichtungen im Zuständigkeitsbereich des Kreisjugendamtes finden Sie auf:

<https://www.hochsauerlandkreis.de/hochsauerlandkreis/buergerservice/jugend/familie/kinderbetreuung/kita-kompass>

oder auf der Internetseite der jeweiligen Kommune.

## 3.2 Kindertagespflege

Kfd-Kindertagespflege Meschede e.V.  
Feldstraße 26  
59872 Meschede

 0291/52233

 kontakt@kld-kindertagespflege-meschede.de

Kreisjugendamt des Hochsauerlandkreises  
für die Bereiche Olsberg, Brilon, Marsberg  
Am Rothaarsteig 1  
59929 Brilon

 02961/94-3265

 walther.wegener@hochsauerlandkreis.de

### 3.3 Ankerplatz Norderney

Kinder- und Jugendhilfezentrum  
des Hochsauerlandkreises  
Steinstraße 27  
59872 Meschede  
☎ 0291/94-1204  
✉ ankerplatz-norderney@hochsauerlandkreis.de



Pausen machen stark. Das Kinder- und Jugendhilfezentrum des Hochsauerlandkreises stärkt Kinder, Jugendliche und Familien in Krisensituationen. Kinder im Alter von 2 bis 15 Jahren kommen hier zur Ruhe und finden neue Kräfte. Sie können Abstand von familiären Problemen nehmen und anschließend wieder gestärkt in ihren Alltag zurückkehren. Nähere Informationen finden Sie unter [www.norderney-ankerplatz.de](http://www.norderney-ankerplatz.de)

## 4. Gesundheit

### 4.1 Was benötigt ein Kind am Anfang?

Kleidung in Gr. 56 / 62:

- 5 Bodys
- 5 Strampler
- 5 Langarmshirts
- Jacke für draußen
- 2-5 Paar Söckchen
- 2 Stoffmützen, im Winter eine dickere Mütze für draußen
- 6 Spucktücher
- 4 Moltontücher als universelle Unterlage
- 1 Wolldecke oder Fleecedecke

## Für die Pflege

- Wickelkommode mit abwaschbarer Wickelauflage
- Babywanne oder -eimer mit Badethermometer
- 1 Kapuzenhandtuch
- 4 Waschlappen
- Babynagelschere (speziell für Babys mit abgerundeten Spitzen)
- Sterile Kompressen für den Nabel
- Windeleimer mit Deckel
- Windeln
- milde Feuchttücher
- trockene Tücher
- gutes, pflanzliches Babyöl
- Wundschutzcreme
- Fieberthermometer

## Für Unterwegs

- Babyautositz
- Kinderwagen mit Zubehör
- Wickeltasche / Rucksack
- Tragetuch



## Zimmer / Mobiliar

- Babybett / Stubenwagen / Wiege
- Matratze
- 2 Schlafsäcke
- Mullwindel als Kopfunterlage, Kopfkissen ist nicht notwendig sondern eher gefährlich
- 2 Bettlaken
- Krabbeldecke
- Schmusetier
- Babywippe

## Ernährung

- Sterilisator oder sauberer Kochtopf zum Auskochen von Flaschen, Sauger, Schnuller
- Flaschen- und Saugerbürste
- Flaschen- und Babykostwärmer
- ca. 4 Flaschen 250 ml
- 6 kleine Sauger für Tee und Milch
- event. Beruhigungssauger Gr. 1
- 5 Lätzchen
- Stillkissen oder 2 feste Kissen zum entlasten der Arme beim Stillen oder Flaschegeben
- Thermobox oder Thermoflasche für die Nahrung unterwegs
- event. Milchpumpe

Quelle: Baby-Erstaustattung.com

## 4.2 Niedergelassene Kinder- und Jugendärzte

### Bestwig

Marwa Erghei  
Bundesstraße 171  
59909 Bestwig  
☎ 0 29 04/97 27 -0

### Brilon

Michael Ecken  
Niedere Straße 34  
59929 Brilon  
☎ 0 29 61/1393

### Meschede

Dr. med. Ralph Armbrust  
Ruhrplatz 2  
59872 Meschede  
☎ 0 29 1/50895

### Medebach Olsberg

Dr. med. Uta Hildebrand  
Hinterstraße 1  
59964 Medebach  
☎ 0 29 82/1660

### Marsberg

Anja Deventer u. Bärbel Jürgens  
Bahnhofstraße 2  
34431 Marsberg  
☎ 0 29 92/979 34 70

Dr. med. Marie-Luise Herschbach-Düring  
Breiter Weg 12  
59872 Meschede-Freienohl  
☎ 0 29 03/24 00

Dr. med. Christiane Bub u. Dr. med. Silvia Rummel  
Ruhrstraße 25  
59939 Olsberg  
☎ 0 29 62/54 44

## 4.3 Früherkennungsuntersuchungen von U1 bis U9

<b>U 1</b>	direkt nach der Geburt	Untersuchung u.a. von Herz und Lunge, Sauerstoffgehalt des Blutes, Hautfarbe, Muskelspannung und Reflexe
<b>U 2</b>	dritter bis zehnter Lebenstag	Erste Grunduntersuchung von Kopf bis Fuß - u.a. Organe, Geschlechtsteile, Haut, Knochen, Nervensystem, Hüftgelenke, Stoffwechsel
<b>U 3</b>	vierte bis sechste Lebenswoche	Untersuchung u.a. von Körperfunktionen, Hörvermögen, Bewegungsverhalten, Ernährungszustand, Gewicht, vollendeter zweiter Lebensmonat gegebenenfalls erste Impfung (Diphtherie, Wundstarrkrampf, Keuchhusten, Haemophilus influenzae Typ b, Kinderlähmung, Hepatitis B)
<b>U 4</b>	dritter bis vierter Lebensmonat	Gründliche Untersuchung u.a. von Organen, Geschlechtsteilen, Hör- und Sehvermögen, Fontanelle, der allgemeinen Beweglichkeit und des Reaktionsvermögens, zweite Impfung (siehe U 3)
<b>U 5</b>	sechster bis siebter Lebensmonat	Überprüfung u.a. der Beweglichkeit und Körperbeherrschung, des Hör- und Sehvermögens, gegebenenfalls Wiederholungsimpfung
<b>U 6</b>	zehnter bis Zwölfter Lebensmonat	Untersuchung u.a. Körperfunktionen, der Beweglichkeit und der Körperbeherrschung sowie Hinweise zur Zahnpflege, MMR (Masern, Mumps, Röteln) Impfung, gegebenenfalls Wiederholungsimpfung
<b>U 7</b>	21. bis 24. Lebensmonat	Untersuchung der körperlichen und geistigen Entwicklung, Ebenso der Sprachentwicklung und des Sozialverhaltens und von grob- und feinmotorischen Fähigkeiten, MMR Wiederholungsimpfung
<b>U 7a</b>	34. bis 36. Lebensmonat	Erkennen und behandeln von Sehstörungen, Untersuchung der Haut, Geschlechtsorgane, des Skelett, Muskel- und Nervensystems, messen von Größe und Gewicht, Hinweise zur Zahnpflege, Entwicklung der Motorik und des Sprachverhaltens
<b>U 8</b>	dreieinhalb bis vier Jahre	Kontrolle der Funktionstüchtigkeit der Organe, des Hör- und Sehvermögens, der Sprachentwicklung und Körperbeherrschung
<b>U 9</b>	ca. fünf Jahre	Umfangreiche Prüfung von Kopf bis Fuß: Organfunktionen, Seh- und Hörvermögen, grob- und feinmotorische Entwicklung, Körperhaltung, geistige, seelische und soziale Entwicklung, Sprachvermögen. Mit der U 9 findet eine erste Einschätzung statt, wann das Kind schulfähig ist. Prüfung des Impfpasses auf Vollständigkeit.

Quelle: Gesundes-Kind.de

#### 4.4 Kinderkliniken

MVZ am Karolinen Hospital  
Kinder- und Jugendmedizin  
Stolte Ley 5  
59759 Arnsberg-Hüsten  
☎ 0 29 32/952 - 24 38 01  
🌐 klinikum-hochsauerland.de

St.-Louise Klinik für Kinder- und Jugendmedizin  
Husener Straße 81  
33098 Paderborn  
☎ 0 52 51 / 86 - 40  
✉ info@vincenz.de  
🌐 st-louise.de

Evangelisches Krankenhaus Lippstadt  
Wiedenbrücker Straße 33  
59555 Lippstadt  
☎ 0 29 41 / 67 - 0  
✉ info@ev-krankenhaus.de  
🌐 ev-krankenhaus.de

Klinik für Kinder und Jugendmedizin  
Baldingerstraße  
35043 Marburg  
☎ 0 64 21 / 58 - 6 26 71  
✉ susanne.zimmermann@uk-gm.de  
🌐 ukgm.de

#### 4.5 Gesundheitsamt HSK

##### Kinder-, Jugend- und Zahngesundheit

Folgende Aufgaben werden durchgeführt:

- Kindergartenreihenuntersuchungen der 4- jährigen
- Zahnärztliche Untersuchungen in den Kindertageseinrichtungen und Schulen
- Schuleingangsuntersuchungen der zukünftigen Erstklässler
- Untersuchungen für Kinder, die zugewandert sind und zum ersten Mal eine deutsche Schule besuchen
- Masernimpfungen für Kinder und Jugendliche bis 17 Jahren für Familien ohne Arztanschluss



Rechtzeitige Gesundheitsvorsorge ist wichtig. Die Mitarbeiter des Gesundheitsamtes unterstützen Sie in Ihren Bemühungen Ihre Kinder gesund erwachsen werden zu lassen.

Sie bieten Beratung und Hilfe, wenn Ihr Kind Gesundheitsproblem hat.

Grundsätzlich können Sie sich gerne an die Mitarbeiter des Gesundheitsamtes wenden, wenn Sie Sorgen oder Bedenken hinsichtlich der Entwicklung Ihres Kindes haben.

Hochsauerlandkreis  
Gesundheitsamt  
Kinder-, Jugend und Zahngesundheit  
Steinstraße 27  
59872 Meschede

Koordinationsstellen  
Zuständig für den gesamten Hochsauerlandkreis  
außer Arnsberg und Sundern:  
 0291 / 94- 1180  
Zuständig für Arnsberg und Sundern:  
 0291 / 94- 1895

#### 4.6 Kinderfrühförderung/ interdisziplinäre Frühförderung

Frühförderung ist ein wohnortnahes Förderangebot für Kinder, die von einer Behinderung betroffen oder bedroht sind. Sie kann Kindern helfen, wenn sie in ihrer körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung Unterstützung brauchen. Auf Frühförderung gibt es einen gesetzlichen Anspruch, damit Kinder von der Geburt bis zur Einschulung unterstützt werden können.

Nähere Infos unter: [www.lwl.org/fruehfoerderung](http://www.lwl.org/fruehfoerderung)

Eine Anmeldung erfolgt telefonisch unter:

Heilpädagogische Frühförderung  
Caritasverband Brilon e.V.  
02961- 777580

#### 4.7 Mutter-Kind-Kuren / Vater-Kind-Kuren

Caritasverband Meschede e.V.  
Steinstraße 13  
59872 Meschede

 0291/9021 - 131  
 [caritas-meschede.de](http://caritas-meschede.de)

Caritasverband Brilon e.V.  
Scharfenberger Straße 19  
59929 Brilon

 02961/9719 - 15  
 [caritas-brilon.de](http://caritas-brilon.de)

## 5. Beratung und Hilfe für Familien

### 5.1 Erziehungsberatung

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche  
Caritasverband Meschede e.V.

Steinstraße 13

59872 Meschede

 0291/9021-131

 eb-meschede@caritas-meschede.de



Gartenstraße 33

59929 Brilon

 02961/2489

 eb-brilon@caritas-meschede.de

Termine in Winterberg bitte erfragen unter 02961/2489

Sprechzeiten der Außenstellen in den Städten unter <https://www.caritas-meschede.de/>

### 5.2 Förderung der Erziehung in der Familie

Sozialdienst kath. Frauen e.V. Hochsauerland

Breloh 5

59759 Arnsberg

 02932/9393-700

 info@skf-hochsauerland.de

 skf-meschede.de



### 5.3 Beratung bei Problemen in der Beziehung und Trennung

#### Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Le Puy-Straße 15

59872 Meschede

 0291/7818

 eheberatung-meschede@

 erzbistum-paderborn.de

Gartenstraße 33

59929 Brilon

0291/7818

 eheberatung-brilon@

 erzbistum-paderborn.de

**Diakonie Ruhr Hellweg**

Schützenstraße 10

59872 Meschede

 0291/2900-150 efl-meschede@diakonie-ruhr-hellweg.de diakonie-ruhr-hellweg.de**5.4 Beratung für Frauen / Männer bei häuslicher u. sexualisierter Gewalt**

Frauenberatungsstelle e.V.

Ruhrplatz 2

59872 Meschede

 0291/52171 info@frauenberatung-hsk.de

Frauen helfen Frauen e.V. Arnsberg

Arnsberger Straße 14

59821 Arnsberg

 02932/8987-703 beratung@frauen-hsk.de frauen-hsk.de**5.5 Fachstelle für Pflege, Alter und Behinderung Beratungsstelle**

Gesundheitsamt des Hochsauerlandkreises

Beratungsstelle für Schmallenberg, Sundern

Eichholzstraße 9

59821 Arnsberg

 02931/94-4001

Beratungsstelle für Olsberg, Winterberg,

Hallenberg, Medebach, Meschede

Steinstraße 2

59872 Meschede

 0291/94-1111 und 94-4294

Beratungsstelle

für Brilon, Marsberg

Am Rothaarsteig 1

59929 Brilon

 02961/94-3333

Beratungsstelle für Bestwig, Eslohe, Meschede

Steinstraße 27

59872 Meschede

 0291/94-1224

## 5.6 Beratung und Hilfen für Menschen mit Migrationshintergrund

### Kommunales Integrationszentrum

Eichholzstraße 9  
59821 Arnsberg  
☎ 02931/94-4153

### Internationaler Bund e.V. Arnsberg

Bahnhofstraße 128a  
59759 Arnsberg  
☎ 02932/8991 16-0  
✉ ib-Arnsberg@ib.de

### Internationaler Bund e.V. Olsberg

Hauptstraße 116  
59939 Olsberg  
☎ 02962/9766-16  
✉ ib-Olsberg@ib.de

### Caritasverband Brilon e.V.

Scharfenberger Straße 19  
59929 Brilon  
☎ 02961/9719-0  
✉ info@caritas-brilon.de  
🌐 caritas-brilon.de

### Caritasverband Meschede e.V.

Steinstraße 13  
59872 Meschede  
☎ 0291/9021-0  
✉ info@caritas-meschede.de  
🌐 caritas-meschede.de

### Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.

Schützenstraße 4  
59872 Meschede  
☎ 0291/52207  
✉ fluechtlingsberatung-meschede@diakonie-ruhr-hellweg.de  
🌐 diakonie-ruhr-hellweg.de



## 6. Finanzielle Hilfen und Angebote

### 6.1 Kindergeld / Kindergeldzuschlag

Bundesagentur für Arbeit  
 Familienkasse  
 Brückenstraße 10  
 59872 Meschede  
 0291 / 204 - 162

### 6.2 Elterngeld / Elterngeld P

Elterngeldstelle des Hochsauerlandkreises  
 Finanzielle Familienförderung  
 Steinstraße 27  
 59872 Meschede  
 0291/94 - 1335  
 [hochsauerlandkreis.de](http://hochsauerlandkreis.de)

### 6.3 Trennung, Unterhaltsvorschuss, Beistandschaft

Steinstraße 27  
 598972 Meschede  
 0291/94 - 1275  
 [hochsauerlandkreis.de](http://hochsauerlandkreis.de)

### 6.4 Arbeitslosengeld I

Bundesagentur für Arbeit  
 Brückenstraße 10  
 59872 Meschede  
 0800/4 55 55 00  
 [meschede@arbeitsagentur.de](mailto:meschede@arbeitsagentur.de)  
 [arbeitsagentur.de](http://arbeitsagentur.de)



## 6.5 Bürgergeld

### Gemeinde Bestwig

Rathausplatz 1  
59909 Bestwig  
 0 29 04 / 987 - 0  
 [gemeinde@bestwig.de](mailto:gemeinde@bestwig.de)  
 [bestwig.de/startseite](http://bestwig.de/startseite)

### Stadt Brilon

Bahnhofstraße 33  
59929 Brilon  
 0 29 61 / 794 - 0  
 [info@brilon.de](mailto:info@brilon.de)  
 [brilon.de](http://brilon.de)

### Gemeinde Eslohe

Schultheistrae 2  
59889 Eslohe  
 0 29 73 / 800 - 0  
 [post@eslohe.de](mailto:post@eslohe.de)  
 [eslohe.de](http://eslohe.de)

### Stadt Hallenberg

Rathausplatz 1  
59969 Hallenberg  
 0 29 84 / 303 - 0  
 [post@stadt-hallenberg.de](mailto:post@stadt-hallenberg.de)  
 [stadt-hallenberg.de](http://stadt-hallenberg.de)

### Stadt Marsberg

Bredelaer Strae 33  
34431 Marsberg  
 0 29 92 / 602 - 0  
 [info@marsberg.de](mailto:info@marsberg.de)  
 [marsberg.de](http://marsberg.de)

### Stadt Medebach

sterstrae 1  
59964 Medebach  
 0 29 82 / 400 - 0  
 [post@medebach.de](mailto:post@medebach.de)  
 [medebach.de](http://medebach.de)

### Stadt Meschede

Franz-Stahlmecke-Platz 2  
59872 Meschede  
 02 91 / 205 - 0  
 [post@meschede.de](mailto:post@meschede.de)  
 [meschede.de](http://meschede.de)

### Stadt Olsberg

Bigger Platz 6  
59939 Olsberg  
 0 29 62 / 982 - 0  
 [post@olsberg.de](mailto:post@olsberg.de)  
 [eslohe.de](http://eslohe.de)

### Stadt Winterberg

Fichtenweg 10  
59955 Winterberg  
 0 29 81 / 800 - 0  
 [info@winterberg.de](mailto:info@winterberg.de)  
 [winterberg.de](http://winterberg.de)

## 6.6 Schuldnerberatung

Sozialdienst Kath. Frauen e.V. Brilon  
 Steinweg 5  
 59929 Brilon  
 ☎ 02961/9606-10, 9606-17  
 🌐 skf-brilon.de

Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.  
 Schützenstraße 10  
 59872 Meschede  
 ☎ 0291/2900-153  
 🌐 diakonie-ruhr-hellweg.de

## 6.7 Kleiderkammer „Die Truhe“

Caritaskonferenzen der kath. Kirche  
 Meschede Bestwig  
 Kampstraße 16  
 59872 Meschede  
 ☎ 0291/3211  
 Öffnungszeiten: Di. 14.30 - 17.00 Uhr;  
 Fr. 9.30 -12.00 Uhr; 1. Sa. im Monat 10.30 - 13.00 Uhr

Caritaskonferenzen der kath. Kirche  
 Meschede / Bestwig  
 Alte Post / Am Bähnchen  
 59909 Bestwig  
 Öffnungszeiten: Mi. 15.00 - 17.00 Uhr

Kleiderstube Brilon / Evangelische Kirchengemeinde  
 Kontakt bitte über das Gemeindebüro  
 ☎ 02961/50020  
 📧 gemeindeamt@kirchebrilon.de  
 Öffnungszeiten: Mo., Di., Fr.: 9.00 - 12.00 Uhr,  
 Do.: 15.00 - 18.00 Uhr

Caritaskonferenz der kath. Kirche Olsberg  
 Pfarrheim Bigge  
 59939 Olsberg  
 Öffnungszeiten: Di. 14.00 - 17.00 Uhr



## 6.8 Die Tafel / Warenkorb

Mescheder Tafel  
 Ittmecker Weg 15  
 59872 Meschede  
 Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr 14.45 - 17.00 Uhr

Warenkorb Brilon  
Scharfenbergerstraße 19  
59929 Brilon

Öffnungszeiten: Mi. 10.30 - 12.30 Uhr

*für Marsberg, Medebach, Hallenberg und Winterberg*

Ev. Kirchengemeinde  
Bahnhofstraße 23  
34431 Marsberg

Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Do: 10.00 - 11.00 Uhr

Sa. 14.00 - 16.00 Uhr

Frankenberger Tafel  
Ev. Pfarrheim  
Am Heiligenhaus 1  
59969 Hallenberg

Öffnungszeiten: alle 14 Tage Do. 14.00 - 14.45

Warenkorb Olsberg  
Am Schwesternheim 7  
59939 Olsberg

Öffnungszeiten: Mi. 10.30 - 12.30 Uhr

Kath. Pfarrbüro  
Schulstraße 4  
59964 Medebach

Öffnungszeiten: Do. Vormittag

Haus Nordhang  
Am Hagenblech 53  
59955 Winterberg

Öffnungszeiten: Mi. 10.30 - 12.30 Uhr



## 7. Was muss ich vor und nach der Geburt meines Kindes tun?

Was?	Wann?	Wo?	Was brauchen Sie?
Mutterschaftsgeld beantragen	Frühestens 7 Wochen vor der Geburt, aber möglichst vor dem errechneten Termin	Krankenkasse	Bescheinigung der Gynäkologin / des Gynäkologen
Elternzeit beantragen	Spätestens 7 Wochen vor dem geplanten Beginn der Elternzeit	Arbeitgeber der Antragstellerin, des Antragstellers	Schriftlicher Antrag mit Angabe über die Dauer der Elternzeit
Geburtsurkunde	Innerhalb einer Woche nach der Geburt des Kindes	Beim jeweiligen Standesamt des Geburtsortes des Kindes	Geburtsbescheinigung, Ausweise der Eltern, Heiratsurkunde oder beglaubigte Abschrift aus dem Familienstammbuch, schriftl. Erklärung über die Bestimmung des Vornamens und des Familiennamens; Wenn sie nicht verheiratet sind, benötigen sie zusätzlich die Geburtsurkunde der Eltern und, falls vorhanden, die Vaterschaftsanerkennung.
Vaterschaftsanerkennung	Vor oder nach der Geburt möglich (Zustimmung der Mutter nötig)	Beim jeweiligen Standesamt	Ausweise beider Eltern, Geburtsurkunde oder Abstammungsurkunde beider Eltern
Fortzahlung des Mutterschaftsgeldes	Unmittelbar nach der Geburt	Krankenkasse	Geburtsbescheinigung
Krankenversicherung des Kindes anmelden		bei der Krankenkasse, bei der der berufstätige bzw. meistverdienende Elternteil versichert ist	Geburtsurkunde Für ihr Kind erhalten sie eine eigene Versichertenkarte
Einwohnermeldeamt: Kind anmelden Lohnsteuerkarte ändern	So früh wie möglich nach der Geburt	Einwohnermeldeamt der jeweiligen Gemeinde / Stadt	Personalausweis oder Reisepass, Lohnsteuerkarten, Geburtsurkunde im Original, eventuell Urkunde über Vaterschaftsanerkennung

Elterngeld beantragen	Innerhalb der ersten drei Monate nach der Geburt des Kindes (Elterngeld wird nur 3 Monate rückwirkend gezahlt)	Elterngeldstelle des HSK Finanzielle Familienförderung Steinstraße 27 59872 Meschede ☎ 0291/94-2585 bis -89	Von beiden Elternteilen unterschriebener Antrag auf Elterngeld, Ausnahme: ein Elternteil hat das allein. Sorgerecht. Geburtsbescheinigung des Kindes mit Verwendungszweck „Elterngeld“ oder „soziale Zwecke“ im Original; Bescheinigung der Krankenkasse über Mutterschaftsgeldzahlungen; Bescheinigung des Arbeitgebers über Zahlung eines Zuschusses zum Mutterschaftsgeld nach der Entbindung, Einkommenserklärung und Lohn- und Gehaltsbescheinigungen der letzten 12 Monate vor der Geburt oder vor Beginn der Mutterschaftsfrist
Kindergeld beantragen	Spätestens bis zum vierten Lebensjahr des Kindes	Agentur für Arbeit Familienkasse Brückenstraße 10 59872 Meschede ☎ 0800/4555530	Antrag auf Kindergeld Geburtsurkunde bzw. Geburtsbescheinigung des Kindes im Original

Quelle: Das Elternbegleibuch des Bildungsbüro Kind und Co. der Stadt Paderborn 2010



© stockpics - fotolia.com

8. Notsituationen



<b>Notruf Polizei</b>	<b>110</b>
<b>Feuerwehr</b>	<b>112</b>
<b>Ärztlicher Notdienst</b>	<b>116 117</b>
<b>Giftnotruf</b>	<b>0228/19240</b>

**Nummer gegen Kummer**

Deutscher Kinderschutzbund  
[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

**Kinder- und Jugendtelefon**

0800/1110333

**Elterntelefon**

0800/1110550

**Telefon-Seelsorge**

0800/1110111

0800/1110222

 [telefonseelsorge.de](http://telefonseelsorge.de)

**Frauenhaus Arnsberg**

Frauen helfen Frauen

59821 Arnsberg

 02931/6791, 6783 Büro

 [frauenhaus-arnsberg@t-online.de](mailto:frauenhaus-arnsberg@t-online.de)

 [frauenhaus-arnsberg.de](http://frauenhaus-arnsberg.de)

**Persönliche Rufnummern**

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



Wir  
wünschen  
Ihnen alles  
Gute!



Impressum  
Hochsauerlandkreis  
Der Landrat  
- Jugendamt -  
Steinstraße 27  
59872 Meschede

☎ 0291/94-1272

[jugendamtsleitung@hochsauerlandkreis.de](mailto:jugendamtsleitung@hochsauerlandkreis.de)  
[www.hochsauerlandkreis.de](http://www.hochsauerlandkreis.de)

Fotos: AdobeStock, Fotolia, HSK

Stand: September 2024