

***Von Anfang an***

***gut informiert***



Die Infobroschüre für junge Familien im HSK



Impressum

Hochsauerlandkreis

Der Landrat

-Jugendamt-

Steinstraße 27

59872 Meschede

 02 91 / 94 - 12 72

[jugendamtsleitung@hochsauerlandkreis.de](mailto:jugendamtsleitung@hochsauerlandkreis.de)

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

Fotos: AdobeStock, Fotolia, HSK

Stand: April 2022

Grußwort

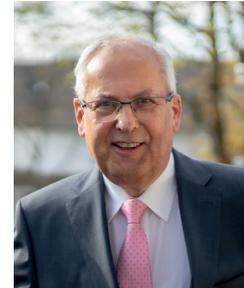
Einleitung

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 sexueller 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 Arbeitslosengeld I	23
6.4 Schuldnerberatung	23
6.5 Kleiderkammer „Die Truhe“	24
6.6 Die Tafel / Warenkorb	245
7. Service	
Was muss ich vor und nach der Geburt meines Kindes tun?	26
8. Notsituationen	28

## 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.

Bernd Wagner

Leiter Kreisjugendamt

# Außenstellen des Kreisjugendamtes Hochsauerlandkreis

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

## Regionalteam West

Meschede, Eslohe, Bestwig

☎ 0291/94-1177  
94 - 5948

## Regionalteam Mitte

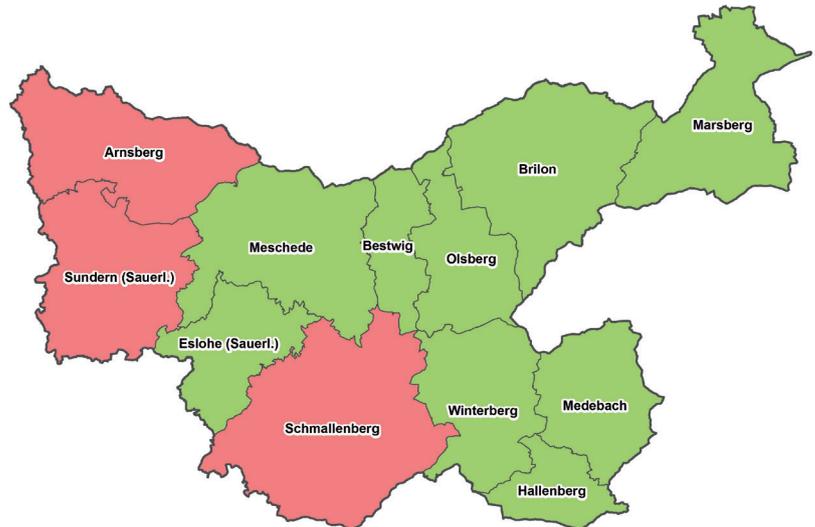
Olsberg, Hallenberg  
Medebach, Winterberg

☎ 0291/94-5945  
94-5956

## Regionalteam Ost

Brilon, Marsberg

☎ 02961/94-3262  
94-3124



## 1. Schwangerschaft und Geburt

### 1.1 Geburtshilfe / Gynäkologie

#### Brilon

Gemeinschaftspraxis  
Dr. med. U. Roß; B. Kastner  
Am Schönschede 1  
59929 Brilon  
☎ 02961/908200

#### Marsberg

Dr. 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. 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

#### Winterberg

Dr. med. Joachim Steller  
Dr. Alina-Mihaela Filip  
Medizinisches Versorgungszentrum  
St. Franziskus Hospital  
Am Kurpark 6  
59955 Winterberg  
☎ 02981/8021745



## 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 ☎ 0291/94-1271.

### 1.3 Schwangerenberatung / Schwangerschaftskonfliktberatung

Gesundheitsamt des Hochsauerlandkreises  
Steinstraße 27  
59872 Meschede

☎ 0291/94-1209

www.hochsauerlandkreis.de

bianca.burmann@hochsauerlandkreis.de

weitere Beratungsangebote nach vorheriger telefonischer Anmeldung in  
Arnsberg, Brilon, Sundern und Winterberg

- Link auf die HSK-Seite



### Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte und Familienplanung

Diakonie Ruhr Hellweg e.V.

Schützenstraße 10

59872 Meschede

✉ skb-meschede@diakonie-ruhr-hellweg.de

☎ 0291/2900-150

🌐 diakonie-ruhr-hellweg.de

Bahnhofstraße 27

59929 Brilon

✉ skb-brilon@diakonie-ruhr-hellweg.de

☎ 02961/7939-67



Donum vitae

Kolpingstraße 2

59872 Meschede

☎ 0291/90869-60

✉ meschede@donumvitae.org

🌐 donumvitae-hsk.de

Drostenfeld 5

59759 Arnsberg-Hüsten

☎ 02932/896941

✉ arnsberg@donumvitae.org

🌐 donumvitae-hsk.de



weitere Sprechstunden für Olsberg und Winterberg nach telefonischer Vereinbarung

☎ 0291/9086960

## Schwangerschaftsberatung

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Hochsauerland

RSteinstraße 12

59872 Meschede

☎ 0 29 32 / 9 39 34 20

✉ schangerschaftsberatung.m@skf-hochsauerland.de

🌐 skf-arnsberg.de



Sprechstunden in Brilon nach telefonischer Vereinbarung

☎ 0 29 32 / 9 39 34 20

### 1.4 Geburts- und Entbindungsorte

Klinikum Hochsauerland

Karolinen Hospital

Stolte Ley 5

59759 Arnsberg-Hüsten

☎ 0 29 32 / 952 - 14 50

🌐 klinikum-hochsauerland.de

Städt. Krankenhaus

Maria Hilf gGmbH

Am Schönschede 1

59929 Brilon

☎ 0 29 61 / 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

☎ 0 29 61 / 7 80 13 06

🌐 [krankenhaus-brilon.de](http://krankenhaus-brilon.de)

Elternschule  
Klinikum Hochsauerland  
Karolinen Hospital  
Stolte Ley 5

59759 Arnsberg-Hüsten

☎ 0 29 32 / 952 - 14 60

🌐 [klinikum-hochsauerland.de](http://klinikum-hochsauerland.de)



## 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 Tagespflege

Kfd-Tagesmütterverein e.V.

Emhildisstraße 9

59872 Meschede

☎ 0291/52233

☎ 0170-3584689

✉ kontakt@tagesmuetter-meschede.de

🌐 tagesmuetter-meschede.de

Kreisjugendamt des Hochsauerlandkreises

für die Bereiche Olsberg, Brilon, Marsberg

Am Rothaarsteig 1

59929 Brilon

☎ 02961/94-3265

✉ walther.wegener@hochsauerlandkreis.de

🌐 hochsauerlandkreis.de

### 3.3 Ankerplatz Norderney

Ankerplatz Norderney  
Kinder- und Jugendhilfezentrum  
des Hochsauerlandkreises  
Steinstraße 27  
59872 Meschede  
☎ 0291/94-1244



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****Arnsberg**

Dr. med. Maria Schindler  
Kirchstraße 9  
59823 Arnsberg-Oeventrop  
 02937/9682100

**Bestwig**

Dr. med. Heidrun Jänisch  
Bundesstraße 171  
59909 Bestwig  
 02904/9727-0

**Brilon**

Michael Ecken  
Niedere Straße 34  
59929 Brilon  
 02961/1393

**Marsberg**

Anja Deventer u. Bärbel Jürgens  
Bahnhofstraße 2  
34431 Marsberg  
 02992/9793470

**Meschede**

Dr. med. Ralph Armbrust  
Ruhrplatz 2  
59872 Meschede  
 0291/50895

Dr. med. Marie-Luise Herschbach-Düring  
Breiter Weg 12  
59872 Meschede-Freienohl  
 02903/2400

**Medebach**

Dr. med. Uta Hildebrand  
Hinterstraße 1  
59964 Medebach  
 02982/1660

**Olsberg**

Dr. med. Christiane Bub u. Dr. med. Silvia Rummel  
Ruhrstraße 25  
59939 Olsberg  
 02962/5444

### 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

Klinikum Hochsauerland  
 Karolinen-Hospital  
 Stolte Ley 5  
 59759 Arnsberg-Hüsten  
 ☎ 02932/952-0  
 🌐 klinikum-hochsauerland.de

Evangelisches Krankenhaus Lippstadt  
 Wiedenbrücker Straße 33  
 59555 Lippstadt  
 ☎ 02941/61-0  
 ✉ info@ev-krankenhaus.de  
 🌐 ev-krankenhaus.de

St.-Vincenz-Krankenhaus Paderborn  
 Husener Straße 81  
 33098 Paderborn  
 ☎ 05251/86-40  
 ✉ info@vincenz.de  
 🌐 vincenz.de

Klinik für Kinder und Jugendmedizin  
 Baldingerstraße  
 35043 Marburg  
 ☎ 06421/58-66229  
 ✉ susanne.zimmermann@uk-gm.de  
 🌐 ukgm.de

#### 4.5 Gesundheitsamt HSK

##### Kinder- und jugendärztlicher Dienst

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 Gesundheitsprobleme hat.

Koordinationsstelle  
 Steinstraße 27  
 59821 Arnsberg  
 ☎ 0291/94-1180



## 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/fruehfoerung](http://www.lwl.org/fruehfoerung)

Grundsätzlich können sich alle Eltern an die Mitarbeiter des Gesundheitsamtes wenden, wenn sie Sorgen oder Bedenken hinsichtlich der Entwicklung ihres Kindes haben.

Eine Anmeldung erfolgt telefonisch unter:

### Arnsberg und Sundern

Eichholzstraße 11  
59821 Arnsberg  
 02931/94-4427

### Brilon, Hallenberg,, Marsberg, Medebach Olsberg, Winterberg

Am Rothaarsteig 1  
59929 Brilon  
 02961/94-3331

### Bestwig, Eslohe, Meschede Schmallenberg

Steinstraße 27  
59872 Meschede  
 0291/94-1124

## Frühe Hilfen des Gesundheitsamtes

Die Entwicklung des Kindes und die Beziehung von Eltern und Kind sollen gestärkt und verbessert werden.

Ein Team bietet Familien mit Unterstützungsbedarf zu Themen wie:

Gesundheit, Säuglingspflege, Ernährung, Erziehung, soziale Integration und Finanzen Hilfe an.

Steinstraße 27  
59872 Meschede  
 0291/94-1053 oder 1054

## 4.6 Mutter-Kind-Kuren / Vater-Kind-Kuren

Caritasverband Meschede e.V.  
Steinstraße 12  
59872 Meschede  
 0291/9021-156  
 [caritas-meschede.de](http://caritas-meschede.de)

Caritasverband Brilon e.V.  
Scharfenberger Straße 19  
59929 Brilon  
 02961/97190  
 [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 12

59872 Meschede

 02 91/90 21 -0

 [info@caritas-meschede.de](mailto:info@caritas-meschede.de)

Gartenstraße 33

59929 Brilon

 029 61/24 89

 [eb-brilon@caritas-meschede.de](mailto:eb-brilon@caritas-meschede.de)

Termine in Winterberg bitte erfragen unter 02961/2489

### 5.2 Förderung der Erziehung in der Familie / ASD Allgemeiner sozialer Dienst

Sozialdienst kath. Frauen e.V. Brilon

Steinweg 5

59929 Brilon

 029 61/960 -0

 [m.herting@skf-brilon.de](mailto:m.herting@skf-brilon.de)

 [skf-brilon.de](http://skf-brilon.de)

Sozialdienst kath. Frauen e.V. Hochsauerland

Steinstraße 12

59872 Meschede

 0291/99 74 -0

 [zentrale@skf-meschede.de](mailto:zentrale@skf-meschede.de)

 [kf-meschede.de](http://kf-meschede.de)

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

#### Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Paderborn

Le Puy-Straße 15

59872 Meschede

 0291/78 18

Gartenstraße 33

59929 Brilon

 0291/78 18

**Diakonie Ruhr Hellweg**

Schützenstraße 10

59872 Meschede



0291/2900-150



beratung@diakonie-ruhr-hellweg.de



diakonie-ruhr-hellweg.de

**5.4 Beratung für Frauen / Männer bei häuslicher u. sexualisierter Gewalt**

Frauenberatungsstelle Frauenzimmer e.V.

Kolpingstraße 18

59872 Meschede



0291/52171

Allgemeine Frauenberatungsstelle Arnsberg

Brückenplatz 4

59821 Arnsberg



02931/2038, 2037



fhf.arnsberg@t-online.de



frauenberatungsstelle-arnsberg.de

**5.5 Beratung und Hilfen für Menschen mit Behinderung**

Gesundheitsamt des Hochsauerlandkreises

Beratungsstelle für Arnsberg, Sundern

Eichholzstraße 6

59821 Arnsberg



02931/94-4000

Beratungsstelle für Brilon, Hallenberg

Marsberg, Medebach, Olsberg, Winterberg

Am Rothaarsteig 1

59929 Brilon



02961/94-3333, 94-3122

Beratungsstelle für Bestwig, Eslohe,

Meschede, Schmallenberg

Steinstraße 27

59872 Meschede



0291/94-1111

## 5.6 Beratung und Hilfen für Menschen mit Migrationshintergrund

### Kommunales Integrationsbüro

Steinstraße 27  
59872 Meschede  
☎ 0291/94-1391

### Internationaler Bund e.V. Arnsberg

Bahnhofstraße 128a  
59759 Arnsberg  
☎ 02932/8991 16-15  
✉ JMD-Arnsberg@internationaler-bund.de

### Internationaler Bund e.V. Olsberg

Hauptstraße 116  
59939 Olsberg  
☎ 02962/9766-16  
✉ JMD-Olsberg@internationaler-bund.de

### Caritasverband Brilon e.V.

Scharfenberger Straße 19  
59929 Brilon  
☎ 02961/971929  
🌐 caritas-brilon.de

### Caritasverband Meschede e.V.

Steinstraße 12  
59872 Meschede  
☎ 0291/9021-150  
🌐 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

Bundesagentur für Arbeit  
 Familienkasse  
 Brückenstraße 10  
 59872 Meschede  
 ☎ 0 18 01/54 62 27

### 6.2 Elterngeld

Elterngeldstelle des Hochsauerlandkreises  
 Finanzielle Familienförderung  
 Steinstraße 27  
 59872 Meschede  
 ☎ 02 91/94 - 1335

### 6.3 Arbeitslosengeld I

Bundesagentur für Arbeit  
 Brückenstraße 10  
 59872 Meschede  
 ☎ 02921/106200  
 ✉ meschede@arbeitsagentur.de  
 🌐 arbeitsagentur.de

### Arbeitslosengeld II

Beratung zum Arbeitslosengeld II bietet die jeweilige Stadt- / Gemeindeverwaltung

### 6.4 Schuldnerberatung

Sozialdienst Kath. Frauen e.V. Brilon  
 Steinweg 5  
 59929 Brilon  
 ☎ 02961/96 06 - 10, 96 06 - 17  
 🌐 skf-brilon.de

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



### 6.5 Kleiderkammer „Die Truhe“

Caritaskonferenzen der kath. Kirche Meschede Bestwig  
Kampstraße 16  
59872 Meschede

Öffnungszeiten: Di. 14.30 - 17.00 Uhr; Fr. 9.30 -12.00 Uhr; 1. Sa. im Monat 10.30 - 12.30 Uhr

Caritaskonferenzen der kath. Kirche Meschede / Bestwig  
Alte Post / Am Bähnchen  
59909 Bestwig

Öffnungszeiten: Mi. 15.00 - 17.00 Uhr

Caritaskonferenz der kath. Kirche Olsberg  
Pfarrheim Bigge  
59939 Olsberg

Öffnungszeiten: Di. 14.00 - 17.00 Uhr

Kleiderstube Brilon / Evangelische Kirchengemeinde  
Kontakt bitte über das Gemeindebüro.

Mo., Di., Fr. 9.00 - 12.00 Uhr

Do. 15.00 - 18.00 Uhr

 02961/50020

 [gemeindeamt@kirchebrilon.de](mailto:gemeindeamt@kirchebrilon.de)



## 6.6 Die Tafel / Warenkorb

Mescheder Tafel  
Ittmecker Weg 15  
59872 Meschede

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr 15.00 - 17.00 Uhr

Warenkorb Brilon  
Scharfenbergerstraße 19  
59929 Brilon

Öffnungszeiten: Mi. 10.30 - 12.30 Uhr

Warenkorb Olsberg  
Am Schwesternheim 7  
59939 Olsberg

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

Kath. Pfarrbüro  
Schulstraße 4  
59964 Medebach

Öffnungszeiten: Do. Vormittag

Frankenberger Tafel  
Ev. Pfarrheim  
Am Heiligenhaus 1  
59969 Hallenberg

Öffnungszeiten: alle 14 Tage  
Do. 14.00 - 14.45

Haus Nordhang  
Am Hagenblech 53  
59955 Winterberg

Öffnungszeiten: Mi. 10.30 - 12.30 Uhr



## 7. Service

## 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	Das jeweilige 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 Geburtsurkunde der Eltern, Vaterschaftsanerkennung falls bereits vorhanden.
Vaterschaftsanerkennung	Vor oder nach der Geburt möglich (Zustimmung der Mutter nötig)	Das jeweilige Standesamt	Ausweise beider Eltern, Geburtsurkunde oder Abstammungsurkunde beider Eltern
Fortzahlung des Mutterschaftsgeld	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 ☎ 02 91/94-13 35	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 ☎ 0 18 01/54 63 37	Antrag auf Kindergeld Geburtsurkunde bzw. Geburtsbescheinigung des Kindes im Original

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



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**

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---