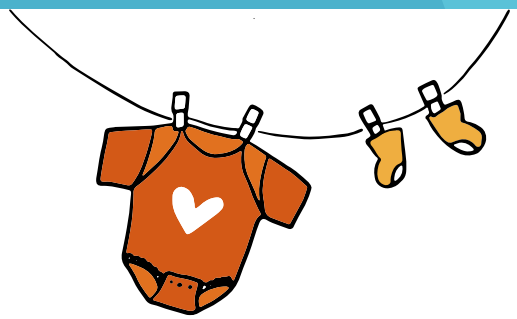
kreis-coesfeld.de

FAMILIEN WEGWEISER.

Informierte Eltern
haben‘s leichter.



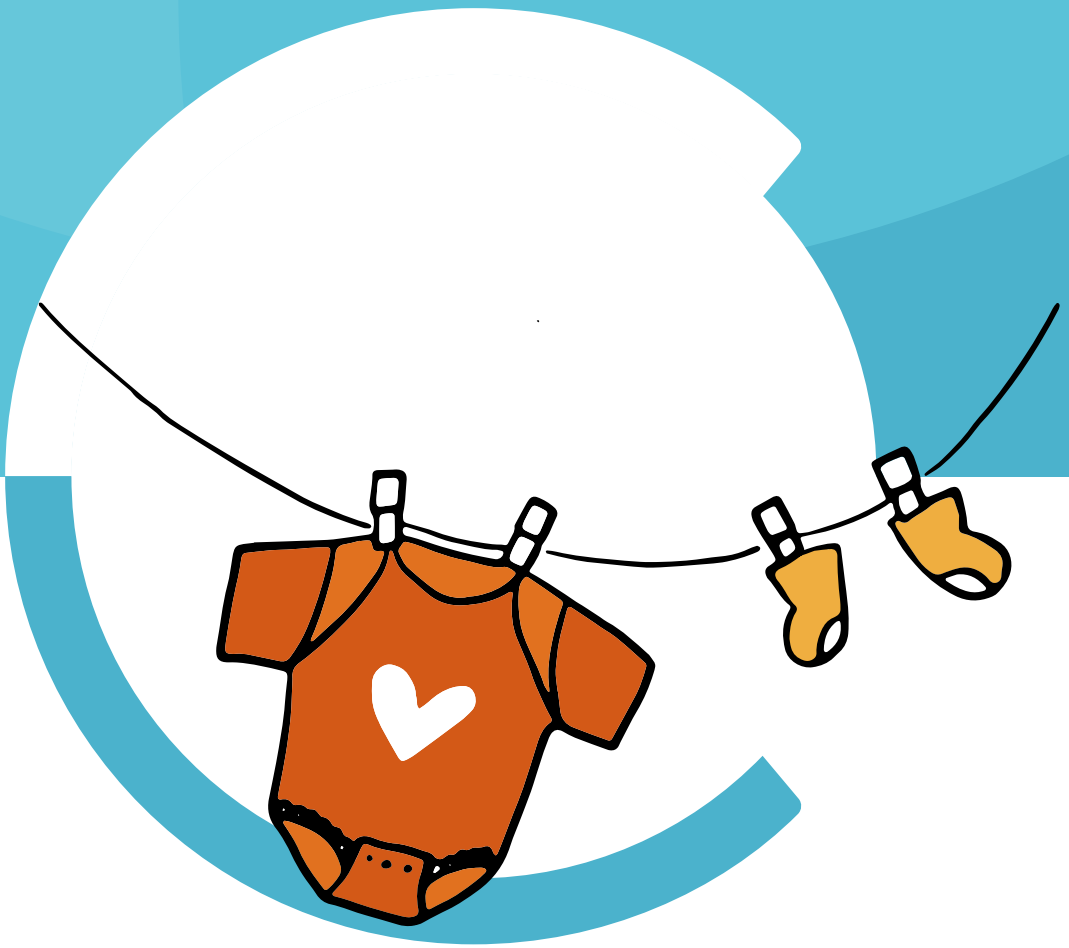
Herzlich willkommen!

KREISCOESFELD.

MÜNSTERLAND. DAS GUTE LEBEN.

FAMILIENWEGWEISER

Informationen und Tipps
für Eltern



Herzlich
willkommen!

KREIS COESFELD

kinder**leicht** !
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

VORWORT

Liebe Familie,
herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Kindes!

Die Geburt eines Kindes ist ein freudiges und aufregendes Ereignis. Auf Sie als Eltern warten nun in den nächsten Tagen, Monaten und Jahren viele schöne und vor allem unvergessliche Momente. Momente, die mit viel Freude, Liebe, Geborgenheit und Vertrauen, aber auch mit vielen Veränderungen und großer Verantwortung einhergehen.

Kinder lernen von Geburt an mit allen Sinnen und in jedem Augenblick. Besonders wichtig sind dabei Erwachsene, die sie begleiten, stärken und ihnen Orientierung geben. Damit Sie Ihren Aufgaben als Eltern – Tag und Nacht – gerecht werden können, möchte ich Ihnen mit dem Familienwegweiser eine Hilfe an die Hand geben. Ich möchte Sie als Familie unterstützen, damit ein guter Start ins Leben gelingt!

Im Familienwegweiser finden Sie wichtige Ansprechpersonen bei Fragen rund um den Alltag mit Kind, bei Anliegen zur finanziellen Unterstützung und hilfreiche Informationen und Tipps zur Entwicklung Ihres Kindes. Die Mitarbeitenden der Städte und Gemeinden sowie des Kreises Coesfeld stehen Ihnen mit Rat und Tat bei der Bewältigung Ihrer neuen und wichtigen Aufgabe zur Seite.

Die Welt zu entdecken, eigene Erfahrungen zu machen, Vertrauen und Halt zu finden sind wichtige Voraussetzungen für die positive Entwicklung Ihres Kindes. Sie als Eltern tragen die Verantwortung für die gelingende Kindheit – und ich unterstützen Sie dabei.

Nutzen Sie daher gerne die vielfältigen Unterstützungsmöglichkeiten, um Ihrem Kind ein chancengerechtes Aufwachsen im Kreis Coesfeld zu ermöglichen.

Ich wünsche Ihnen und Ihrer Familie alles Gute und einen guten Start im Kreis Coesfeld.

Dr. Christian Schulze Pellengahr
Landrat
des Kreises Coesfeld

WICHTIGE HINWEISE
ZUM FAMILIENWEGWEISER

WIE LANGE GEHT DIE ELTERNZEIT? WANN MELDE ICH MEIN KIND BEI DER KRANKENKASSE AN? WO KANN ICH KINDERGELD BEANTRAGEN? WELCHE FREIZEITANGEBOTE FÜR FAMILIEN GIBT ES IM KREIS COESFELD?

Sind das Fragen, die Sie gerade beschäftigen? Setzen Sie sich mit vielen Formularen und Behörden auseinander? Sind Sie unsicher womit Sie beginnen sollen oder benötigen Sie finanzielle Hilfen?

Neben einem kleinen Geschenk für Sie und Ihr Kind haben wir in diesem Familienwegweiser viele nützliche und wichtige Informationen für Sie zusammengetragen, damit Sie sich möglichst schnell und unkompliziert einen Weg durch den „Behörden-Dschungel“ bahnen können.

Damit bleibt mehr Zeit für die wirklich wichtigen Dinge im Leben – für Sie und Ihr Kind!

Der Familienwegweiser enthält viele Informationen zu Angeboten für Familien und Kinder, die Ihnen helfen können, die vielen kleinen und großen Herausforderungen der Organisation des Alltags zu meistern.

Sollten Sie weitere Hilfe benötigen, melden Sie sich gerne bei uns!

Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld
E-Mail: fruehehilfen@kreis-coesfeld.de
Telefon: 02541 18-5230 oder
02541 18-5243

WICHTIGE HINWEISE ZUM FAMILIENWEGWEISER

AUF FOLGENDES MÖCHTEN WIR SIE BESONDERS HINWEISEN:

Wo kann ich den Gutschein einlösen?
www.coe.de/gutschein

- Sie möchten nach der Geburt an einem Rückbildungskurs oder mit Ihrem Kind zusammen an einer Eltern-Baby-Gruppe teilnehmen? Nutzen Sie hierfür gerne den **Gutschein** im Familienwegweiser im Wert von **40 Euro** und lösen ihn für eines der vielen Angebote ein. Den Gutschein finden Sie ganz vorne in diesem Ordner oder erhalten diesen separat durch die Stadt oder Gemeinde in Ihrem Wohnort..
- Im Familienwegweiser können Sie einige wichtige Unterlagen abheften, beispielsweise die **Elternbriefe** des Arbeitskreises Neue Erziehung e.V. Diese können Ihnen auf Wunsch kostenlos und dem Alter Ihres Kindes entsprechend per Post zugeschickt werden.
  Weitere Infos dazu finden Sie unter
  www.ane.de/bestellservice/elternbrief-abo

WIR FREUEN UNS ÜBER IHR FEEDBACK

IHR
FEEDBACK LOHNT SICH!

Der Familienwegweiser im Kreis Coesfeld wird stetig an die Bedarfe von Eltern und Familien angepasst. Helfen Sie uns mit Ihrer Rückmeldung den Wegweiser attraktiv zu gestalten.

Wir freuen uns über ein kurzes Feedback von Ihnen:
https://.serviceportal.kreis-coesfeld.de ⇨ Dienstleistungen ⇨ Familie und Kind ⇨ Familienwegweiser

IHR FEEDBACK LOHNT SICH!
Sie können einen von vier Wunschgutscheinen in Höhe von **50,00 Euro** gewinnen.
https://www.wunschgutschein.de/

INHALTSVERZEICHNIS
DES FAMILIENWEGWEISERS

0 **HERZLICH WILLKOMMEN** 1
Vorwort / Willkommensgruß 1
Wichtige Hinweise zum Famlienwegweiser 3
Inhaltsverzeichnis 5
Impressum 7

1 **ANGEBOTE UND BERATUNG** 9
KINDERleicht – Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld 9
Unterstützung durch die Schwangeren- und Schwangerenkonfliktberatungsstelle 10
Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD) 12
Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern 13
Beratung für Familien 14
Verfahrenslotse 15
Frühförderung 16
Schuldnerberatung 17
Ehe-, Familien- und Lebensberatung 18
Kommunales Integrationsmanagement (KIM) 18

2 **WIRTSCHAFTLICHE HILFEN** 19
Beruf 19
Mutterschutz 19
Kündigungsschutz 19
Schulpflichtbefreiung von Müttern 20
Unterstützung der beruflichen Entwicklung von Frauen 20
Vereinbarkeit von Familie und Beruf 21
Elternzeit 21
Geld 22
Kindergeld 22
Kinderzuschlag 22
Kinderfreibetrag 22
Elterngeld 23
Arbeitslosengeld I 23
Bürgergeld 24
Weitere Hilfen für nicht erwerbsfähige Personen 24
Wohngeld 24
Förderung beim Bau oder Kauf eines Hauses oder einer Wohnung 25
Bildungs- und Teilhabepaket (BuT) 25
Förderung der Familienerholung 26
Sonstiges 26
Vaterschaftsanerkennung 26
Elterliche Sorge 26
Alleinerziehend? 27
Unterhaltsvorschuss 28
Beistandschaft 28
Familienportal 28

INHALTSVERZEICHNIS
DES FAMILIENWEGWEISERS

3 GESUNDHEIT 29
Hebammenbetreuung vor und nach der Geburt 29
Gesundheitsorientierte Familienbegleitung 29
Bindung – die Grundlage für eine gesunde Entwicklung 31
Alte Mythen rund ums Baby - heute wissen wir es besser! 32
Entwicklung Ihres Kindes 33
Gesundheitsuntersuchungen für Kinder 36
Anmeldung Ihres Kindes bei der Krankenkasse 38
Fieber 38
Blähungen 39
Warum schreien Babys? 40

4 KINDERTAGESBETREUUNG 43
Betreuung von Kindern 43
Betreuungsumfang 43
Anmeldeverfahren 44
Anmeldezeitraum 45
Vergabeverfahren 45
Elternbeiträge 45
Familienzentren 46

5 FAMILIENBILDUNG UND FREIZEIT 47
Beratung und Bildung für Familien 47
Elternbriefe 47
Gutschein für Eltern- und Familienbildung 48
Elternstart NRW 48
Internationale Eltern-Kind-Spielgruppe „Griffbereit“ 49
Lesestart 49
Aktion „Sprich mit mir“ 50
Spielideen (0–12 Monate) 51
Tipps und Infos zum Thema Ernährung 55

6 NOTFALLNUMMERN, ADRESSEN UND INTERNETSEITEN 59
Notfall-Telefonnummern 59
Allgemeine Notfalldienste 59
Hilfreiches 61
Wichtige Internetseiten 61

7 PERSÖNLICHES UND CHECKLISTEN 63
Was? Wann? Wo? – Checkliste für Behördengänge 63
Platz für persönliche Unterlagen 65

8 INFORMATIONEN VOR ORT
Hier finden Sie wichtige Informationen, Anlaufstellen, Freizeitmöglichkeiten und vieles mehr aus Ihrem Ort

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

KREIS COESFELD
Der Landrat
Jugendamt
Schützenwall 10
48653 Coesfeld

Telefon: 02541 18-0
Telefax: 02541 18-9999
fruehehilfen@kreis-coesfeld.de
www.kreis-coesfeld.de

Stand: Februar 2025

BILD- UND QUELLENNACHWEISE

Bildnachweise:
Titelbild – alexandr vasilyev - stock.adobe.com
Seite 4 – Gerd Altmann - pixabay.com
Seite 33 – Abbildung Fieberthermometer: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, kindergesundheit-info.de, www.kindergesundheit-info.de/themen/krankes-kind/krankheitszeichen/fieber/, (Auszug), CC BY-NC-ND
Seite 37 – NZFH/ Jun Kim

Quellenhinweise:
Seite 47 – Text: Spielideen (0-12 Monate): BZgA, kindergesundheit-info.de, https://www.kindergesundheit-info.de/themen/spielen/alltagstipps/0-12-monate/spiel-bewegung/, (Auszug, Stand: 17.10.2020), CC BY-NC-ND
Seite 51 – Text: Zehn gute Gründe für das Stillen: BZgA, kindergesundheit-info.de, https://www.kindergesundheit-info.de/themen/ernaehrung/0-12-monate/babys-wohlbefinden/, (Auszug, Stand: 11.3.2019), CC BY-NC-ND
Seite 52 | 53 – Text: Rezepte für Säuglingsbreie: BZgA, kindergesundheit-info.de, https://www.kindergesundheit-info.de/themen/ernaehrung/alltagstipps/0-12-monate/brei-rezepte/, (Auszug, Stand: 17.4.2019), CC BY-NC-ND; Text: Empfehlungen zur Säuglingsernährung: BZgA, kindergesundheit-info.de, https://www.kindergesundheit-info.de/themen/ernaehrung/0-12-monate/saeuglingsernaehrung/, (Auszug, Stand: 03.01.2019), CC BY-NC-ND; Text: Beikost einführen: BZgA, kindergesundheit-info.de, https://www.kindergesundheit-info.de/themen/ernaehrung/0-12-monate/beikosteinfuehrung/, (Auszug, Stand: 19.11.2018) , CC BY-NC-ND
Textauszüge stammen aus „Der Elternbegleiter – Erstes Lebensjahr. Wertvolle Praxistipps für die ersten 12 Monate“ von AkaMedica – Akademie & Medizinverlag (2021). - Den Elternbegleiter mit weiterführenden Informationen rund um Ihr Kind erhalten Sie bei Bedarf bei den Fachkräften der Frühen Hilfen.
Zudem wurden öffentlich zugängliche Informationen aus dem Internet genutzt.
Die Texte und Informationen wurden durch die Mitarbeitenden der Frühen Hilfen des Kreisjugendamtes in Abstimmung mit den zuständigen Mitarbeitenden der Kreisverwaltung und externen Fachkräften zusammengetragen.

Illustrationen: ByGretl | Annegret Rappers, Lange Riege 28, 46342 Velen, Tel. 0160 90634879, www.bygretl.com

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Der Text dient lediglich der Information und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.
Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

SOCIAL MEDIA

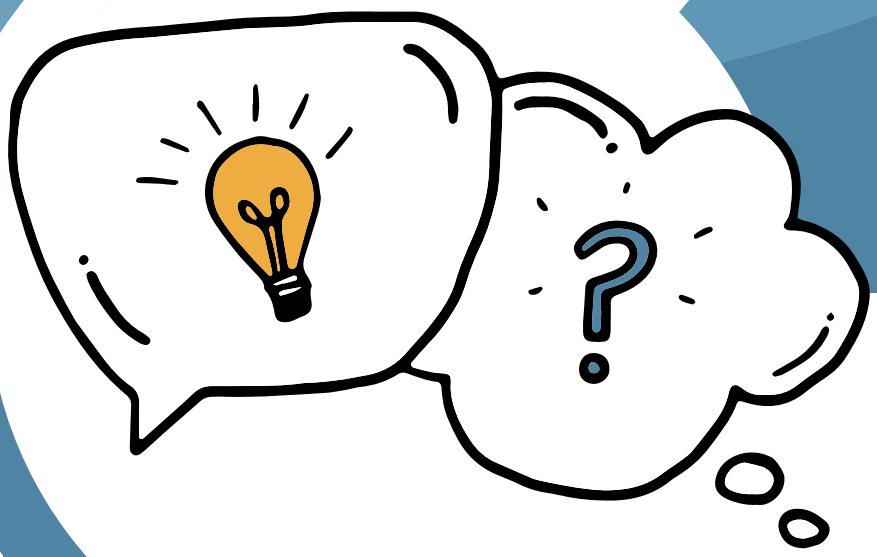
Facebook
@KreisCOE

Instagram
kreiscoesfeld

Youtube
Kreis Coesfeld

FAMILIENWEGWEISER
Informationen und Tipps
für Eltern

1



Angebote und Beratung

KREIS COESFELD

kinderleicht !
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

Angebote und Beratung

KINDERLEICHT – FRÜHE HILFEN IM KREIS COESFELD

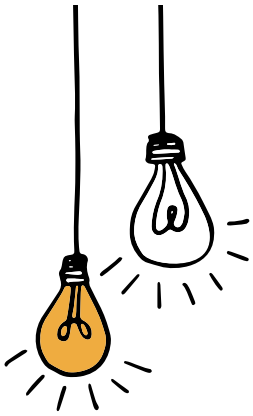
Damit Eltern die täglichen Herausforderungen mit ihrem Kind gut bewältigen können, sind Informationen, der Austausch mit anderen Eltern oder ein persönliches Gespräch mit einer Fachkraft sehr hilfreich. Die Chancenkarte Kreis Coesfeld ermöglicht die Suche nach örtlichen Angeboten rund um die Geburt, stellt verschiedene Angebote und Leistungen für (werdende) Eltern und ihre Kinder sowie Anlaufstellen im Kreis Coesfeld vor, denn:

INFORMIERTE ELTERN HABEN ES LEICHTER!

Familien können mit Hilfe der Chancenkarte unkompliziert und schnell gute und passende Angebote für sich finden.

WAS SIND FRÜHE HILFEN?

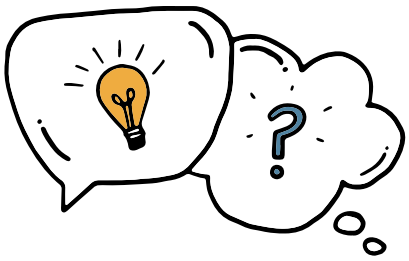
Wer ein Baby bekommt oder ein Baby hat und in einer neuen Lebenssituation ist, wünscht sich oft Hilfe. Frühe Hilfen bieten Schwangeren und Familien mit Kindern bis 3 Jahren auf unterschiedliche Weise Unterstützung an. Der Film erklärt, wie Frühe Hilfen funktionieren, welche kostenfreien Angebote es gibt und wie man diese erhalten kann.



Schauen Sie doch mal vorbei unter:
www.coe.de/chancen

Video-Clip:
Was sind Frühe Hilfen?

UNTERSTÜTZUNG DURCH DIE SCHWANGEREN- UND SCHWANGEREN-KONFLIKTBERATUNGSSTELLE



Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen bieten Beratung und Hilfe für Schwangere und deren Partner/in bei persönlichen und familiären Schwierigkeiten an. Zudem können sie Eltern finanzielle Hilfen zur Beschaffung einer Erstausstattung, z. B. aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind“, vermitteln. Die Schwangerenberatungsstellen informieren Sie zu Methoden der vorgeburtlichen Untersuchung einschließlich psychosozialer Begleitung, Beratung in Fragen zur Sexualität und Verhütung. Unter bestimmten Voraussetzungen besteht die Möglichkeit der Kostenübernahme für ein Langzeitverhütungsmittel und die Unterstützung in der Zeit nach der Geburt.
Vom Beginn der Schwangerschaft bis zum 3. Lebensjahr Ihres Kindes bekommen Sie in den Beratungsstellen umfassende Beratung zu gesetzlichen Ansprüchen in Bezug auf den Mutterschutz, die Elternzeit, bei Fragen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie als Alleinerziehende und zur Familienplanung.
Die Beratung ist kostenfrei, unabhängig von der Nationalität und Konfession und unterliegt der Schweigepflicht.

Kreis Coesfeld - Untere Gesundheitsbehörde

Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle
Schützenwall 16
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 18-5318 oder 18-5356
E-Mail: birgit.deese@kreis-coesfeld.de
viktoria.gelmut@kreis-coesfeld.de
Internet: www.kreis-coesfeld.de

Persönliche Gesprächstermine werden individuell vereinbart. In Coesfeld, Dülmen und Lüdinghausen stehen jeweils Beratungsräume zur Verfügung.

Diakonie WesT e.V.

Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle
Kleine Viehstraße 31
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 5026
E-Mail: coesfeld@diakonie-west.de
Internet: www.diakonie-west.de

Beratung in Coesfeld und Lüdinghausen (Außenstelle)

TIPP

Neben der Beratung vor Ort gibt es auch eine Telefonberatung für schwangere Frauen:

Telefon: 0800 40 40 020
Rund um die Uhr, anonym, kostenfrei und in bis zu 18 Sprachen

Donum vitae Kreisverband Coesfeld e.V.

Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle
Bahnhofstraße 36
48249 Dülmen
Telefon: 02594 786555
E-Mail: duelmen@donumvitae.org
Internet: www.donumvitae-duelmen.de

Beratung auch in Lüdinghausen, Senden und Werne

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. (SkF) Ortsverein Coesfeld

Schwangerschaftsberatung
Neustraße 8
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 95440
E-Mail: info@skf-duelmen-coesfeld.de
Internet: www.skf-duelmen.org

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. (SkF) Ortsverein Dülmen

Schwangerschaftsberatung
Kapellenweg 77
48249 Dülmen
Telefon: 02594 9505000
E-Mail: info@dks-duelmen-coesfeld.de
Internet: www.skf-duelmen.org

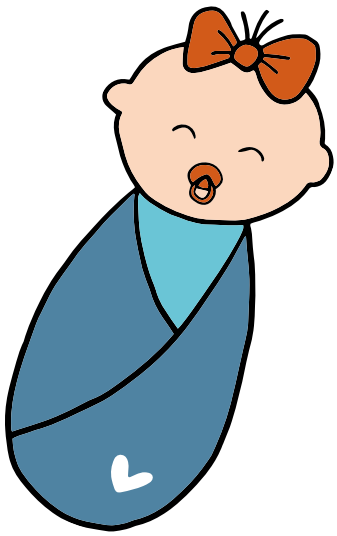
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. (SkF) Ortsverein Lüdinghausen

Schwangerschaftsberatung
Liudostr. 13
59348 Lüdinghausen
Telefon: 02591 237120
E-Mail: info@skf-luedinghausen.de
Internet: www.skf-luedinghausen.de

pro familia Lüdinghausen

Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle
Burgstr. 2-4
59348 Lüdinghausen
Telefon: 02591 925026
E-Mail: luedinghausen@profamilia.de
Internet: www.profamilia.de

Terminvereinbarung ausschließlich unter Telefon 0251 45858



ALLGEMEINER SOZIALER DIENST

TIPP

Bei Bedarf bietet der ASD erzieherische Hilfen für Kinder und Jugendliche in unterschiedlichen Formen an.

Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner des ASD für Ihren Wohnort finden Sie im Serviceportal des Kreises Coesfeld unter: www.coe.de/asd

DER ASD IST AUCH ÜBER DEN KINDER- UND JUGEND-NOTRUF UNTER **02541 18-5170** ERREICHBAR.

Der Allgemeine Soziale Dienst (ASD) des Kreisjugendamtes Coesfeld steht Ihnen für alle offenen Fragen der Erziehung sowie zum Schutz von Kindern zur Verfügung. Er bietet Kindern, Jugendlichen, jungen Volljährigen, Eltern und anderen Erziehungsberechtigten Beratung und Unterstützung in Belastungs-, Krisen- und Notsituationen. Ziel ist es, Betroffene durch Beratung und Hilfen (wieder) in die Lage zu versetzen, ihre eigenen Kräfte zu mobilisieren und die Probleme zu bewältigen.

Im ASD des Kreises Coesfeld arbeiten über 20 Sozialarbeiter/innen und Sozialpädagogen/innen. Sie sind als Ansprechpersonen für bestimmte Bezirke zuständig. Vielerorts finden regelmäßige offene Sprechstunden statt. Termine mit dem ASD können in den Räumlichkeiten des Jugendamtes, in anderen Einrichtungen oder als Hausbesuche stattfinden. Die Mitarbeitenden kennen die sozialen Einrichtungen, Ansprechpersonen und Angebote in ihrem Bezirk und stehen gerne für Fragen zur Verfügung.

KREIS COESFELD JUGENDAMT SOZIALPÄDAGOGISCHE JUGEND- UND FAMILIENHILFE ALLGEMEINER SOZIALER DIENST

Dienststelle Coesfeld
Schützenwall 10
48653 Coesfeld

Nebenstelle Lüdinghausen
Graf-Wedel-Straße 2
59348 Lüdinghausen

Telefon: 02541 18-0
E-Mail: jugend-und-familie@kreis-coesfeld.de
Internet: www.kreis-coesfeld.de

BERATUNG
FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ELTERN

Die erste Zeit mit einem Säugling oder Kleinkind bereitet viel Freude, stellt Eltern aber auch vor große Herausforderungen. Vielleicht fragen Sie sich, warum Ihr Kind übermäßig weint, nur sehr wenig und unregelmäßig schläft, sich schlecht füttern lässt oder nicht essen möchte. Manchmal fällt es Ihnen schwer, die Bedürfnisse Ihres Kindes richtig zu „lesen“ und Sie wundern sich, warum Ihr Kind häufig unzufrieden wirkt und extreme Nähe sucht? Informationen und ein frühzeitiger Austausch können helfen, die ersten Hürden sicher zu meistern.

Beratung und Entlastung erhalten Sie bei diesen Fragen von der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Caritasverbandes, die eine spezielle und kostenfreie Beratung für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern anbietet.

Das Lexikon der Baby-Sprache in Filmen erklärt und in verschiedenen Sprachen

Caritasverband für den Kreis Coesfeld
Standort Dülmen
Mühlenweg 88
48249 Dülmen
Telefon: 02594 950-4000
E-Mail: erziehungsberatung.duelmen@caritas-coesfeld.de

Standort Lüdinghausen
Bahnhofstraße 24
59348 Lüdinghausen
Telefon: 02591 2354230
E-Mail: erziehungsberatung.luedinghausen@caritas-coesfeld.de

Standort Coesfeld
Osterwicker Straße 12
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 7205-4200
E-Mail: erziehungsberatung.coesfeld@caritas-coesfeld.de

BERATUNG FÜR FAMILIEN

Wenn ein Kind zu früh geboren wurde, eine chronische Erkrankung oder eine Behinderung hat, steht die ganze Familie oft vor großen Herausforderungen. Um Eltern in diesen Situationen Orientierung und Sicherheit zu geben, bietet der Bunte Kreis Münsterland e.V. Beratung, Begleitung und Unterstützung in unterschiedlichen Lebenslagen an.

ANGEBOTE SIND:

- familienorientierte Nachsorge,
- psychologische Beratung,
- Neurodermitisschulung für Eltern von Kindern unter 6 Jahren,
- Asthmaschulungen für Kinder, Jugendliche und ihre Eltern,
- Anaphylaxieschulungen für Kinder, Jugendliche und ihre Eltern und
- verschiedene Elterngruppen, in denen sich Eltern von Frühgeborenen, Kindern mit Behinderung oder Erkrankung sowie Eltern von früh verstorbenen Kindern austauschen können.

Die Angebote sind für Familien kostenfrei und können als Einzelberatung, Paarberatung, Familienberatung, Geschwisterberatung oder als Unterstützung in Gesprächen mit Kitas, Schulen oder Ärztinnen bzw. Ärzten in Anspruch genommen werden.

Bunter Kreis Münsterland e.V.
Poststraße 5
48653 Coesfeld

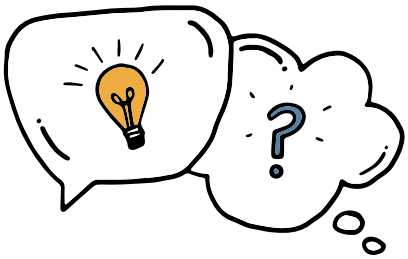
Telefon: 02541 89-1500
E-Mail: info@bunter-kreis-coesfeld.de
Internet: www.bunter-kreis-muensterland.de

TIPP

Eltern von einem Kind, das zu früh geboren wurde, eine Erkrankung oder Behinderung hat, stehen vor noch größeren Aufgaben als Eltern mit gesunden Kindern.

Manchmal hilft Ihnen bereits der Austausch mit Eltern, die von gleichen Erfahrungen berichten. Nehmen Sie aber auch gerne das Angebot der psychologischen Beratung in Anspruch.

VERFAHRENS LOTSE



„Menschen sind nicht behindert,
Menschen werden durch äußere Umstände behindert.“

Diesem Grundsatz folgend soll der Verfahrenslotse als unabhängige Stelle junge Menschen bis 26 Jahren, die wegen einer (drohenden) körperlichen, seelischen oder geistigen Behinderung einen möglichen Anspruch auf Eingliederungshilfe haben, sowie deren Familienangehörige unterstützen und beraten, um diese „äußeren Umstände“ abzumildern.

Mit Hilfe des Verfahrenslotsen sollen die Hürden bei der Geltendmachung von Ansprüchen auf Leistungen der Eingliederungshilfe überwunden und junge Menschen mit Behinderungen sowie deren Familien entlastet werden.

Die Beratung und Unterstützung umfasst die Bereiche der Antragstellung, Verfolgung und Inanspruchnahme der entsprechenden Leistungen, damit eine gleichberechtigte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben weitestgehend ermöglicht wird.

WEITERE INFORMATIONEN

Kreis Coesfeld | Jugendamt
Verfahrenslotse

Telefon: 02541 18-5145
E-Mail: verfahrenslotse@kreis-coesfeld.de
Internet: www.kreis-coesfeld.de

Beratungsgespräche sind nur nach vorheriger Terminabsprache möglich.

FRÜH-FÖRDERUNG

Wenn Sie sich um die Entwicklung Ihres Kindes Sorgen machen, zum Beispiel um die Bewegungsentwicklung, die Sprachentwicklung, das Verhalten oder die geistige Entwicklung, dann können Sie sich an eine Frühförderstelle wenden. Gleiches gilt, wenn Ihr Kind zu früh geboren wurde oder, wenn bei Ihrem Kind eine Behinderung festgestellt wurde.

Die Frühförderung ist ein freiwilliges und kostenloses Angebot, mit dem Ziel, Hilfen anzubieten, die dazu beitragen, dass sich Kinder möglichst gut entwickeln können. Die Angebote unterstützen Kinder dabei, ihre Stärken zu nutzen, ihre Fähigkeiten zu entfalten und an ihrer Lebenswelt teilzuhaben. Um den vielen Seiten der kindlichen Entwicklung gerecht zu werden, arbeiten Fachleute aus verschiedenen Bereichen zusammen.

Einzugsgebiet:
Nordkirchen Olfen, Ascheberg, Lüdinghausen, Senden, Dülmen

Interdisziplinäre Frühförder- und Beratungsstelle der Kinderheilstätte

Neustraße 1b
59348 Lüdinghausen
Telefon: 02591 947711
E-Mail: fruehfoerderung@kinderheilstaette.de
Internet: www.kinderheilstaette.de

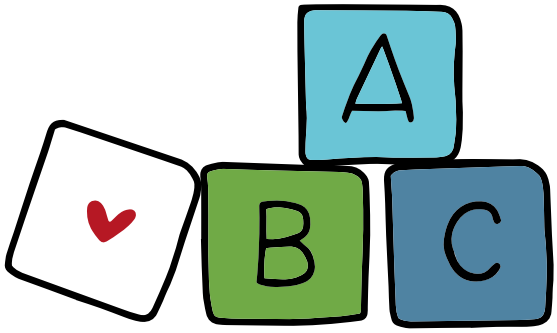
Außenstelle Dülmen
Friedrich-Ruin-Straße 31
48249 Dülmen
Telefon: 02594 7830378

Einzugsgebiet:
Coesfeld, Rosendahl, Billerbeck, Nottuln, Havixbeck

Frühförder- und Beratungsstelle Haus Hall

Gerlever Weg 11
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 98 00 05
E-Mail: fruehfoerderung.coesfeld@haushall.de
Internet: www.haushall.de

Außenstelle Nottuln
Coubertin-Straße 1
48301 Nottuln
Telefon: 02502 2219017



SCHULDNER-BERATUNG

Viele Familien geraten – oft unverschuldet – in die Schuldenfalle. Hilfe gibt es bei den zahlreichen Schuldnerberatungsstellen vor Ort. Bei existenzbedrohlichen Umständen bieten Ihnen die meisten Beratungsstellen das erste Beratungsgespräch ohne lange Wartezeiten an. Existenzbedrohliche Umstände sind beispielsweise Mietrückstände, Stromnachzahlungen, Kontenpfändungen, Ankündigungen von Inkassobüros oder Gerichtsurteilvollziehenden.

Unter folgender Telefonnummer erhalten Sie täglich in der Zeit von 10 bis 14 Uhr allgemeine Informationen zu Schuldnerberatungsstellen vor Ort: 030 346556660.
Weitergehende Informationen finden Sie im Internet unter www.bag-sb.de.

Wann bin ich überschuldet?
Wenn das monatliche Einkommen dauerhaft nicht ausreicht, um die fixen Lebenshaltungskosten sowie fällige Raten und Rechnungen zu bezahlen, ist man überschuldet.

Diakonie WesT e.V.
Beratungsstelle in Coesfeld für den nördlichen Kreis Coesfeld
Kleine Viehstraße 31
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 922809
E-Mail: schuldnerberatungcoe@diakonie-west.de

Beratungsstelle in Dülmen für den südlichen Kreis Coesfeld
Königswall 7
48249 Dülmen
Telefon: 02594 913560
E-Mail: schuldnerberatungduelmen@diakonie-west.de

TIPP

Neben den unten angegebenen Standorten werden auch in den örtlichen Familienzentren Sprechstunden angeboten.
Internet: www.ehefamilieleben.de

EHE-, FAMILIEN- UND LEBENSBERATUNG

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung bieten Einzelnen, Paaren und Familien fachliche Unterstützung in Partnerschafts- und Familienfragen, in schwierigen Lebensphasen und in Krisensituationen. Die Beratung ist offen für alle erwachsenen Menschen, unabhängig von Familienstand, Nationalität, Religionszugehörigkeit und sexueller Orientierung.

Standort Coesfeld
Gartenstraße 12
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 2363
E-Mail: efl-coesfeld@bistum-muenster.de

Standort Dülmen
Overbergplatz 4
48249 Dülmen
Telefon: 02594 80073
E-Mail: efl-duelmen@bistum-muenster.de

Standort Lüdinghausen
Mühlenstraße 29
59348 Lüdinghausen
Telefon: 02591 78726
E-Mail: efl-luedinghausen@bistum-muenster.de

TIPP

Eltern mit Einwanderungsgeschichte oder Fluchterfahrungen stehen häufig vor vielen neuen Aufgaben. Mit Unterstützung des Kommunalen Integrationszentrums kann eine Beratung in Ihrer Muttersprache stattfinden.

KOMMUNALES INTEGRATIONSMANAGEMENT (KIM)

Wünschen Sie sich Unterstützung bei Ihrem Leben in Deutschland? Das KIM-Case Management berät Menschen mit Einwanderungsgeschichte, egal wie lange sie schon in Deutschland leben. Ein Case Manager oder eine Case Managerin kann Sie über eine längere Zeit oder bei einzelnen Themen begleiten:

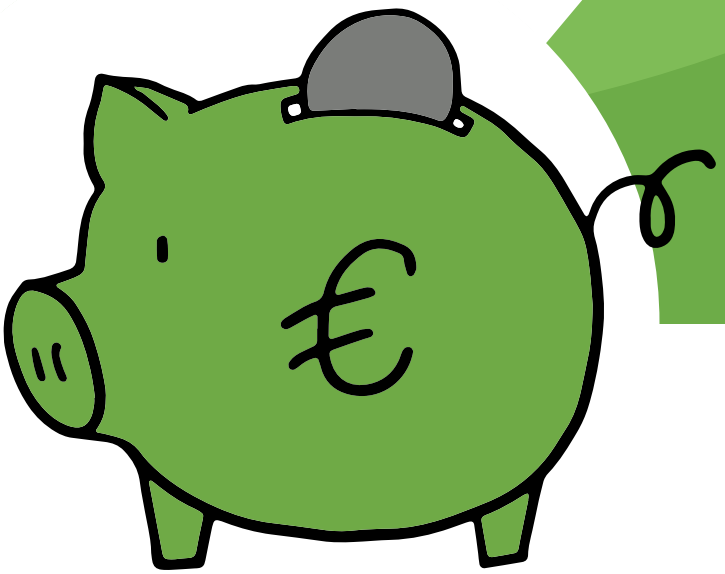
- Wohnen
- Arbeit
- Sprache
- Aufenthalt
- Gesundheit
- Bildung
- Familie
- Anträge

Die Beratung findet in Ihrem Wohnort statt und ist freiwillig und kostenlos.

Kommunales Integrationszentrum Kreis Coesfeld
Borkener Straße 13
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 18-9401
E-Mail: integrationsmanagement@kreis-coesfeld.de
Internet: https://integration.kreis-coesfeld.de/index.html

FAMILIENWEGWEISER
Informationen und Tipps
für Eltern

2

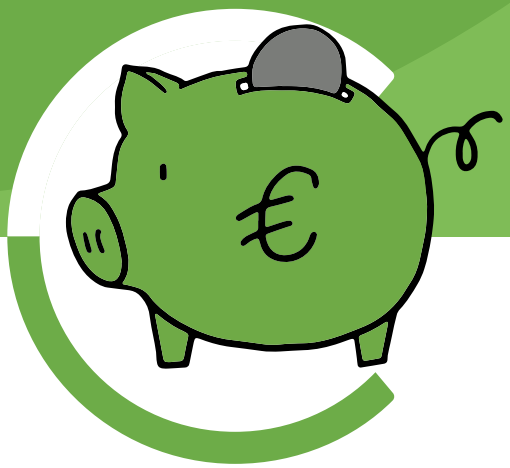


Wirtschaftliche Hilfen

KREIS COESFELD

kinderleicht !
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

Wirtschaftliche Hilfen



BERUF

MUTTER-SCHUTZ

Als werdende Mutter genießen Sie einen besonderen Schutz **6 Wochen vor und 8 Wochen nach der Geburt**. In dieser Zeit sind Sie von Ihrer Arbeit freigestellt, um sich auf die Geburt vorzubereiten und sich nach der Geburt zu erholen und in Ruhe die erste Zeit mit Ihrem Kind zu verbringen. Bei Früh- und Mehrlingsgeburten verlängert sich die Mutterschutzfrist auf 12 Wochen nach der Entbindung. Sollte Ihr Kind eine Behinderung haben, kann die Schutzfrist ebenfalls auf 12 Wochen verlängert werden.

Das Mutterschutzgesetz gilt für alle Frauen, die in einem Arbeitsverhältnis stehen. Auch als geringfügig Beschäftigte stehen Sie unter dem Schutz des Mutterschutzgesetzes, in dem zwingende Schutzvorschriften für Mutter und Kind festgelegt sind.
Während des Mutterschutzes erhalten Sie, sofern Sie in einem Arbeitsverhältnis stehen, von Ihrer Krankenkasse Mutterschaftsgeld und gegebenenfalls von Ihrer Arbeitsstelle einen Arbeitgeberzuschuss.
Das Mutterschaftsgeld und der Arbeitgeberzuschuss ergeben zusammen Ihr durchschnittliches Nettoeinkommen aus den letzten drei Kalendermonaten. Sofern Sie sich in einem Arbeitsverhältnis befinden und privat versichert sind, ist nicht die Krankenkasse, sondern die Mutterschaftsgeldstelle beim Bundesversicherungsamt zuständig. Den Antrag können Sie online stellen unter www.mutterschaftsgeld.de.
Beamtinnen können sich an die Personalabteilung ihrer Arbeitsstelle wenden.

TIPP

Im Anschluss an die Mutterschutzfrist können Sie Elternzeit beantragen.

Weitere Informationen zum Mutterschutz erhalten Sie von Ihrer Krankenkasse oder – sofern Sie privat oder nicht selbst gesetzlich versichert sind – vom Bundesversicherungsamt in Bonn oder Ihrer Arbeitsstelle. Einen Leitfaden zum Thema Mutterschutz/ Mutterschaftsgeld, erhalten Sie unter:
www.bmfsfj.de oder
Servicetelefon
030 201 791 30

KÜNDIGUNGS-SCHUTZ

Während der Schwangerschaft und bis zu 4 Monate nach der Geburt darf Ihnen nicht gekündigt werden. Der Kündigungsschutz gilt unabhängig davon, ob Sie als Mutter nach der Mutterschutzfrist wieder an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren oder in Elternzeit gehen. Der Kündigungsschutz besteht auch während der gesamten Dauer der in Anspruch genommenen Elternzeit.

TIPP

Weitere Informationen zum Kündigungsschutz während und nach der Schwangerschaft finden Sie im Leitfaden zum Mutterschutz unter www.bmfsfj.de oder in der kostenlosen Broschüre „Kündigungsschutz“, die Sie auf der Homepage des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales: www.bmas.de herunterladen können.

SCHULPFLICHTBEFREIUNG VON MÜTTERN

Während der Schwangerschaft bleibt die Schulpflicht – bis zum Eintritt des Mutterschutzes – bestehen. Selbstverständlich kann nach Eintritt des Mutterschutzes weiterhin freiwillig die Schule besucht werden. Sofern Sie sich in einer Ausbildung befinden und in Elternzeit gehen, verlängert sich Ihre Ausbildungszeit entsprechend. Kann nach der Geburt die Betreuung des Kindes nicht anders sichergestellt werden, können Sie sich von der Schulpflicht befreien lassen. Dazu stellen Sie einen Antrag auf Befreiung der Schulpflicht. Anträge dazu sind in den Schulen erhältlich. Dem Antrag fügen Sie die Geburtsurkunde Ihres Kindes und eine Bescheinigung des Jugendamtes des Kreises Coesfeld bei, dass Ihr Kind von Ihnen alleine betreut wird. Falls die Betreuung Ihres Kindes durch andere Personen (zum Beispiel durch die Großeltern) sichergestellt werden kann, ist eine Schulbefreiung nicht möglich.

UNTERSTÜTZUNG DER BERUFLICHEN ENTWICKLUNG VON FRAUEN

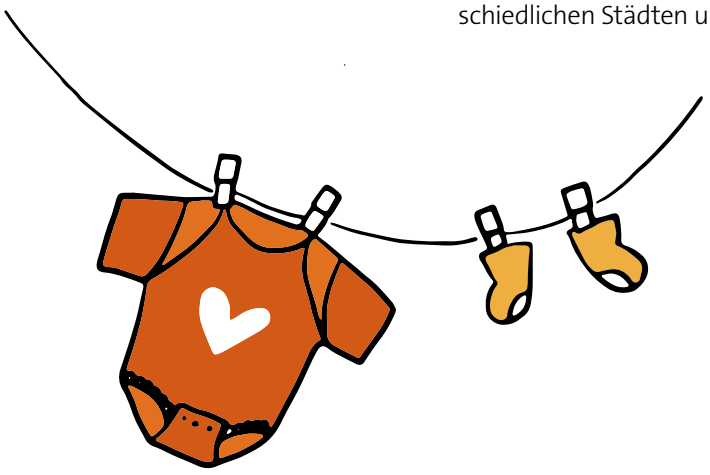
KREIS COESFELD
GLEICHSTELLUNG

Telefon: 02541 18-9200

E-Mail:
gleichstellung@kreis-coesfeld.de

Der Kreis Coesfeld bietet in Kooperation mit dem Arbeitskreis Gleichstellung im Kreis Coesfeld interessierten Frauen die Teilnahme an der Veranstaltungsreihe „Wegfinderin“ an. Ziel ist die Unterstützung von Frauen im Rahmen ihrer beruflichen Entwicklung. Digitalisierung, Home-Office und Arbeitszeitkonten: Zeit, Raum und Organisation von Arbeit wird neu gedacht und definiert.

Das Themenfeld ist weit gefasst: von Selbstmarketing über Strategien zum Stressabbau bis hin zur eigenen Absicherung; es werden die Lebenswirklichkeiten von Frauen im Beruf und unmittelbaren Umfeld behandelt. **Die Teilnahme ist kostenlos.** Die Veranstaltungen finden abwechselnd in den unterschiedlichen Städten und Gemeinden des Kreises statt.



Die Gleichstellungsbeauftragten übernehmen jeweils die Organisation. Der Slogan lautet „Warum nicht mal den Fokus auf sich selber setzen“.
Die Vorträge und Seminare inspirieren und geben neue Perspektiven und Impulse für die eigene berufliche Entwicklung.

Weitere Informationen erhalten Sie von der Gleichstellungsbeauftragten des Kreises Coesfeld.

VEREINBARKEIT VON FAMILIE UND BERUF

Die Wirtschaftsförderung des Kreises Coesfeld verhilft Unternehmen und deren Mitarbeitenden in Form eines Leitfadens zum Thema „Beruf & Kind im Kreis Coesfeld“ zu einer gelungenen Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Der Leitfaden unterstützt sowohl Eltern, als auch Arbeitgebende bereits ab der Schwangerschaft bei allen aufkommenden Fragen und gibt einen Überblick über Rechte und Pflichten.

Wichtige Anlaufstellen sind für Sie in dem Wegweiser zusammengefasst. Den Leitfaden sowie Informationen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf finden Sie auf der Internetseite der Wirtschaftsförderung im Kreis Coesfeld www.wfc-kreis-coesfeld.de.

WEITERE INFORMATIONEN

Telefon: 02594 78240-0

Internet:
www.perspektive-wiedereinstieg.de

Dort finden Sie auch alle Beratungsstellen in Ihrer Nähe sowie umfangreiche Informationen zum Thema „Wiedereinstieg“.

ELTERNZEIT

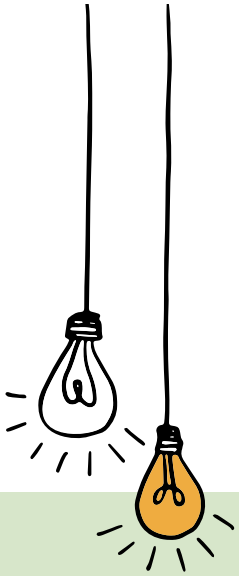
Sofern Sie Ihr Kind selbst betreuen und erziehen, haben Sie gegenüber Ihrer Arbeitstelle einen Anspruch auf Gewährung von Elternzeit bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres Ihres Kindes.

Sind Sie beide erwerbstätig, steht Ihnen frei, wer von Ihnen Elternzeit nimmt und für welche Zeiträume. Die Elternzeit kann ganz oder teilweise von einem Elternteil allein in Anspruch genommen werden. Die Eltern können die Elternzeit aber auch untereinander aufteilen und sich bei der Elternzeit abwechseln. Wenn Sie möchten, können Sie Anteile der Elternzeit oder aber die gesamte dreijährige Elternzeit vollständig gemeinsam nutzen.

Während der Elternzeit ruhen die Arbeitspflichten. Das Arbeitsverhältnis bleibt aber bestehen, so dass Sie nach Ablauf der Elternzeit wieder auf Ihren ursprünglichen oder einen vergleichbaren Arbeitsplatz zurückkehren können. Die Elternzeit muss der Arbeitsstelle **spätestens sieben Wochen vor ihrem Beginn** mitgeteilt werden. Dies gilt auch, wenn die Elternzeit gleich nach der Geburt des Kindes oder am Ende der Mutterschutzfrist beginnen soll. Damit legen Sie sich für die nächsten zwei Jahre fest. Wenn Sie die Elternzeit darüber hinaus verlängern wollen, informieren Sie Ihre Arbeitgerberin bzw. Ihren Arbeitgeber spätestens sieben Wochen vor Ablauf dieser ersten beiden Jahre.

Während der gesamten Dauer der Elternzeit genießen Sie Kündigungsschutz. Sie als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer können dagegen das Arbeitsverhältnis auch während der Elternzeit unter Einhaltung der Kündigungsfristen kündigen. Zum Ende der Elternzeit gilt hier jedoch eine Sonderkündigungsfrist von drei Monaten. Eine Teilzeitbeschäftigung von bis zu 30 Wochenstunden während der Elternzeit ist zulässig.

Darüber hinaus haben Sie in Betrieben mit in der Regel mehr als 15 Arbeitnehmerinnen und Abeitnehmern einen Anspruch auf Teilzeitbeschäftigung im Rahmen von 15 bis 30 Stunden, sofern Sie keine vollständige Arbeitsfreistellung wünschen.



TIPP

In Absprache mit Ihrer Arbeitsstelle können Sie auch bis zu zwölf Monate Ihrer Elternzeit auf die Zeit zwischen dem dritten und achten Geburtstag Ihres Kindes übertragen.

Weitere Informationen finden Sie unter www.elterngeld.nrw.de sowie unter www. bmfsfj.de und bei der Elterngeldstelle

Kreis Coesfeld
Jugendamt
Elterngeldstelle

Telefon: 02541 18-5280

E-Mail: elterngeld@kreis-coesfeld.de

Internet: www.kreis-coesfeld.de

GELD

KINDER-GELD

Familienkasse NRW Nord
Telefon: 0800 4 5555 30
Der Anruf ist kostenfrei.

Postanschrift
Familienkasse
Nordrhein-Westfalen Nord
44785 Bochum

Internet: www.arbeitsagentur.de

E-Mail:
Familienkasse-Nordrhein-Westfalen-Nord.F12@arbeitsagentur.de

Anspruch auf Kindergeld haben alle Eltern, die ihren Hauptwohnsitz in der Bundesrepublik Deutschland haben.
Kindergeld einfach erklärt: www.familienportal.nrw/de/kindergeld

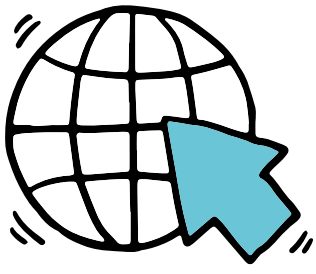
Ausgezahlt wird das Kindergeld an den Elternteil, bei dem das Kind lebt. Lebt das Kind mit beiden Elternteilen zusammen, können sie bestimmen, welcher Elternteil das Kindergeld erhalten soll. Das Kindergeld wird grundsätzlich bis zum 18. Lebensjahr des Kindes gezahlt.
Unter bestimmten Voraussetzungen kann das Kindergeld auch bis zum 25. Lebensjahr des Kindes gezahlt werden. Zu beantragen ist das Kindergeld bei der örtlich zuständigen Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit. Sofern Sie im öffentlichen Dienst beschäftigt sind, beantragen Sie das Kindergeld bei der Personalstelle Ihres Arbeitgebers.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer zuständigen Familienkasse.
Kindergeld kann auch online beantragt werden unter:
www.kindergeld-online-beantragen.de

WEITERE INFORMATIONEN

Informationen zum Kinderzuschlag erhalten Sie bei Ihrer zuständigen Familienkasse (siehe auch: Kindergeld).

KIZ-LOTSE:



KINDER-ZUSCHLAG

Familien mit kleinem oder mittleren Einkommen können einen Kinderzuschlag bei der örtlich zuständigen Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit beantragen,
Mit dem KiZ-Lotsen können Sie direkt online prüfen, ob Ihre Familie die Voraussetzung für den Kinderzuschlag erfüllt.
Wenn Sie einen Kinderzuschlag erhalten, haben Sie außerdem Anspruch auf Leistungen für Bildung und Teilhabe und können sich von den Kita-Gebühren befreien lassen.

KINDER-FREIBETRAG

Im Zuge der Einkommensteuerveranlagung wird für jedes Kind ein Kinderfreibetrag berücksichtigt. Abhängig von der Familiensituation ist für Sie entweder das Kindergeld oder der Kinderfreibetrag günstiger. Was das im Einzelfall für Sie bedeutet, prüft Ihr zuständiges Finanzamt für Sie. Für die

Eintragung oder Änderung der Kinderfreibeträge ist ausschließlich das Finanzamt zuständig. Änderungen in der elektronischen Lohnsteuerkarte werden registriert. Die Geburt Ihres Kindes müssen Sie mit Vorlage der Geburtsurkunde Ihrem zuständigen Finanzamt mitteilen. Das Finanzamt leitet die Angaben an Ihren Arbeitgeber weiter.

ELTERN-GELD

Sofern Sie sich Zeit für die Betreuung Ihres neugeborenen Kindes nehmen und in Elternzeit gehen, haben Sie Anspruch auf Zahlung von Elterngeld.
Es beträgt mindestens 300 Euro und höchstens 1.800 Euro.
Familien mit mehreren kleinen Kindern erhalten einen Geschwisterbonus, also einen Zuschlag in Höhe von 10 Prozent des sonst zustehenden Elterngeldes, mindestens jedoch 75 Euro. Bei Mehrlingsgeburten erhöht sich das Elterngeld für jeden weiteren Mehrling um 300 Euro.
Gezahlt wird das Elterngeld bis zu 14 Monate nach der Geburt. Diese Zeit können Sie sich als Eltern untereinander aufteilen, wobei jeder Elternteil mindestens für zwei Monate Elterngeld beantragen muss. Ein Elternteil allein kann jedoch nur maximal zwölf Monate der Zeit in Anspruch nehmen. Eine Ausnahme gilt für Eltern von mindestens 6 Wochen zu früh geborener Kinder und, unter weiteren Voraussetzungen, für Alleinerziehende.

WEITERE INFORMATIONEN

Ein „Elterngeldrechner" wird auf dem Familienportal des Bundesministeriums unter www.familienportal.de angeboten.

Elterngeld können Sie beim Jugendamt des Kreises Coesfeld beantragen. Dabei können Sie Ihren Elterngeldantrag jetzt auch ganz bequem online ausfüllen! Elterngeld Online führt Sie gezielt durch Ihren Elterngeldantrag und erstellt eine individuelle Übersicht der von Ihnen vorzulegenden Nachweise.
www.familienportal.nrw.de
Kreis Coesfeld | Jugendamt
Elterngeldstelle
Telefon: 02541 18-5280
E-Mail: elterngeld@kreis-coesfeld.de
Internet: www.kreis-coesfeld.de

ARBEITSLOSEN-GELD I

Sofern Sie oder Ihr/e Partner/in arbeitslos werden, können Sie Anspruch auf Zahlung von Arbeitslosengeld I haben. Voraussetzung ist, dass Sie in der sogenannten Rahmenfrist (zwei Jahre) mindestens zwölf Monate in einem sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnis gestanden haben. Das Arbeitslosengeld I stellt eine Entgeltersatzleistung dar, die dem Anspruchsberechtigten bei eintretender Arbeitslosigkeit ermöglichen soll, über einen gewissen Zeitraum hinweg, den Lebensstandard zu sichern. Die Anspruchsdauer richtet sich nach Ihrem Alter und der vorangegangenen Beschäftigungsdauer. Im Regelfall beträgt die Bezugsdauer zwölf Monate. Die Höhe des Arbeitslosengeldes beträgt bis zu 67 Prozent des letzten Nettoeinkommens. Um Arbeitslosengeld I zu erhalten, müssen Sie sich bei der zuständigen örtlichen Stelle der Bundesagentur für Arbeit arbeitslos melden. Dies kündigen Sie, wenn möglich, spätestens drei Monate vor Einritt in die Arbeitslosigkeit an. Die Mitarbeitenden beantworten gern weitere Fragen zum Arbeitslosengeld I.

Erhalten Sie den Kinderzuschlag, hat Ihr Kind Anspruch auf das Bildungspaket und ist vom Elternbeitrag für die Kindertagesbetreuung befreit, unabhängig von der Höhe des Kinderzuschlags.

Agentur für Arbeit Coesfeld
Telefon: 0800 4 5555 00
Der Anruf ist kostenfrei.

Internet: www.arbeitsagentur.de

BÜRGER-GELD

WEITERE INFORMATIONEN

erhalten Sie auch beim
Kreis Coesfeld | Jobcenter

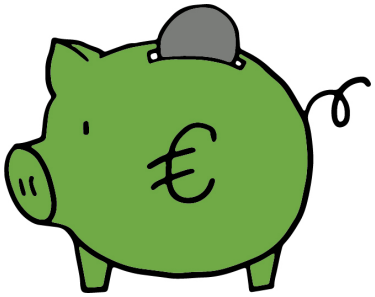
E-Mail: jobcenter@kreis-coesfeld.de

Telefon: 02541 18-5800

Internet:
www.jobcenter-kreis-coesfeld.de

Sofern Sie den Lebensunterhalt für sich und Ihre Familie nicht aus eigenen Mitteln sicherstellen können, haben Sie möglicherweise Anspruch auf die Zahlung von Bürgergeld. Voraussetzung hierfür ist, dass mindestens eine Person in Ihrer Haushaltsgemeinschaft erwerbsfähig ist. Die Zahlung des Bürgergeldes ist einkommens- und vermögensabhängig.
Zu beantragen ist das Bürgergeld im Jobcenter bei Ihrer zuständigen Stadt- oder Gemeindeverwaltung, die Ihnen in Fragen zum Bürgergeld gern weiterhilft.

WEITERE HILFEN FÜR NICHT ERWERBSFÄHIGE PERSONEN



Anspruch auf Zahlung von Sozialhilfe nach dem SGB XII haben Sie dann, wenn Sie nicht erwerbsfähig sind und Ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenen Mitteln sicherstellen können. Die Zahlung von Sozialhilfe ist einkommens- und vermögensabhängig. Zuständig für die Zahlung von Sozialhilfe ist das örtliche Sozialamt in Ihrer Stadt oder Gemeinde. Dort erhalten Sie auch nähere Informationen.
Darüber hinaus sieht das SGB XII Hilfen im Falle einer Pflegebedürftigkeit oder das SGB IX bei Behinderung vor.
Ansprechpartner ist hier das Sozialamt des Kreises Coesfeld.
E-Mail: sozialhilfe@kreis-coesfeld.de | Telefon: 02541 18-0

WOHN-GELD

Das Wohngeld hilft Familien mit geringem Einkommen, die Wohnkosten zu tragen. Mieter/innen erhalten das Wohngeld als Mietzuschuss, Eigentümer/innen von Eigenheimen oder Eigentumswohnungen erhalten einen Lastenzuschuss.
Ob und in welcher Höhe ein Anspruch besteht, hängt vom Gesamteinkommen des Haushalts, der Zahl der zum Haushalt gehörenden Familienmitglieder und der Höhe der zuschussfähigen Miete oder Belastung ab. Alleinerziehende Personen erhalten für jedes Kind unter zwölf Jahren einen Freibetrag.
Wenn Sie Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhalts oder Sozialhilfe bekommen, haben Sie keinen Anspruch auf Wohngeld, weil die Unterkunftskosten bereits durch das Jobcenter oder das Sozialamt übernommen werden.
Ihren Wohngeldantrag reichen Sie bitte bei der Wohngeldstelle Ihrer Stadt oder Gemeinde ein. Dort berät man Sie gerne.

TIPP

Adressen und Kontaktdaten der Städte und Gemeinden im Kreis Coesfeld finden Sie auf den jeweiligen Internetseiten der Städte und Gemeinden.
Siehe: Notfallnummern, Adressen und Internetseiten.

FÖRDERUNG
BEIM BAU ODER KAUF EINES HAUSES ODER EINER WOHNUNG

Das Land NRW fördert den Bau und den Erwerb von selbst genutztem Wohneigentum mit zinsgünstigen Darlehen. Diese Darlehen werden für Häuser oder Wohnungen, die sich im Kreis Coesfeld befinden, durch den Kreis Coesfeld bewilligt. Die Darlehensauszahlung sowie die Darlehensverwaltung erfolgen anschließend durch die NRW.Bank.

Anspruchsberechtigt sind Familien mit mindestens einem Kind, die die Einkommensgrenze der sozialen Wohnraumförderung einhalten. Einige Städte und Gemeinden im Kreis Coesfeld bieten weitere Vergünstigungen für Familien, zum Beispiel beim Erwerb eines Grundstückes, an.
Weitere Informationen erhalten Sie in Ihrem Bürgerbüro.

Wenn Sie ein Eigenheim bauen oder kaufen wollen, beraten Sie die zuständigen Stellen vor Ort über mögliche Förderungsmöglichkeiten durch Kommunen, Land, Bund und andere Stellen.

WEITERE INFORMATIONEN

Kreis Coesfeld
Bauen und Wohnen
Telefon: 02541 18-6401
E-Mail: wohnraumfoerderung@kreis-coesfeld.de

Internet: www.kreis-coesfeld.de

BILDUNGS- UND TEILHABEPAKET (BUT)

BuT steht für Bildung und Teilhabe und wird auch Bildungspaket genannt. Durch das Bildungspaket sollen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus Familien, die wenig Geld haben, unterstützt werden. Sie können durch das Bildungspaket Angebote in Schule und Freizeit nutzen, wenn sie sich die Kosten dafür ansonsten nicht leisten könnten.
Wenn Sie (oder Ihr Kind) leistungsberechtigt nach dem SGB II (insbesondere Bürgergeld oder Sozialgeld) sind oder Sozialhilfe nach dem SGB XII oder nach § 2 AsylbLG oder Wohngeld oder den Kinderzuschlag beziehen, dann hat Ihr Kind Anspruch auf das Bildungspaket. Ab der Geburt haben Kinder einen Anspruch auf diese Leistungen. So können Väter und Mütter mit ihren Kindern auch Angebote der Elternbildung bei anerkannten Bildungsträgern besuchen, zum Beispiel das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKIP), Babyschwimmen oder Babymassage wie auch kostenpflichtige Krabbel- und Spielgruppen von anerkannten Trägern.

HINWEIS

Ansprechpersonen für das Bildungspaket sind die Städte und Gemeinden im Kreis Coesfeld.
Siehe: Notfallnummern, Adressen und Internetseiten.

FÖRDERUNG DER FAMILIENERHOLUNG

WEITERE INFORMATIONEN

Kreis Coesfeld | Jugendamt
Familienförderung

Telefon: 02541 18-5229

Internet: www.kreis-coesfeld.de
(Rubrik „Serviceportal“,
Dienstleistung
„Familienerholung/
Familienfreizeiten“)

Viele Eltern und alleinerziehende Elternteile mit geringem Einkommen können sich keinen gemeinsamen Urlaub mit ihren Kindern leisten. Der Kreis Coesfeld möchte durch einen Zuschuss dazu beitragen, dass auch diese Familien zusammen verreisen können. Gefördert werden Familienurlaube, die in einer Familienferienstätte eines gemeinnützigen Trägers in Deutschland durchgeführt werden und mindestens 7 Tage und höchstens 14 Tage andauern.
In Deutschland gibt es über 80 Familienferienstätten. Der Zuschuss ist gestaffelt nach Kinderzahl und Einkommen.

ANGEBOTE FINDEN:

www.urlaub-mit-der-familie.de
www.jugendherberge.de

SONSTIGES

VATERSCHAFTS-ANERKENNUNG

Kreis Coesfeld | Jugendamt
Beistandschaft

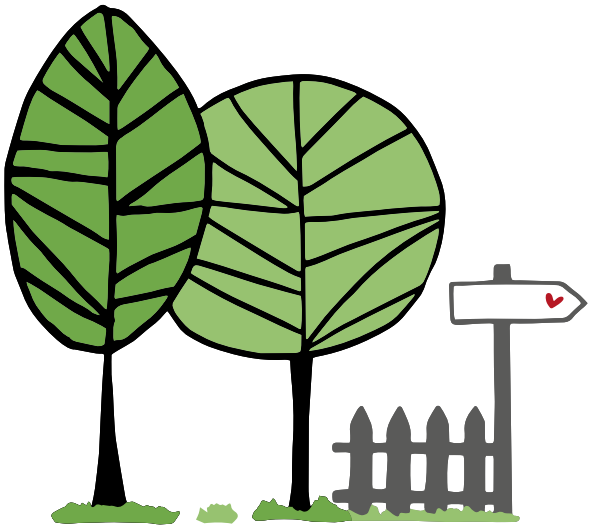
Telefon: 02541 18-5250
02541 18-5251
02541 18-5252

Beurkundungen sind nur nach vorheriger Terminabsprache möglich.

Sofern Sie verheiratet sind, ist eine Vaterschaftsanerkennung nicht notwendig, da hier per Gesetz der Mann, der zum Zeitpunkt der Geburt mit der Mutter verheiratet ist, als Vater des Kindes gilt. Wenn Sie nicht verheiratet sind, besteht eine Vaterschaft erst dann, wenn sie anerkannt oder gerichtlich festgestellt ist. Um eine Vaterschaft anerkennen zu lassen, wenden Sie sich bitte an das Jugendamt des Kreises Coesfeld. Hier wird die Anerkennung der Vaterschaft sowie die Zustimmung durch die Mutter des Kindes beurkundet.

Die Anerkennung sollte – wenn möglich – bereits vor der Geburt oder kurz danach erfolgen.

ELTERLICHE SORGE



Neben dem Wunsch, für ein gemeinsames Kind da zu sein, haben Eltern auch die Pflicht und das Recht, für ihr minderjähriges Kind zu sorgen.

Es besteht ein gemeinsames Sorgerecht, wenn die Eltern zum Zeitpunkt der Geburt des Kindes miteinander verheiratet sind oder, wenn die Eltern nach der Geburt einander heiraten. Bei nicht verheirateten Eltern besteht ein gemeinsames Sorgerecht dann, wenn die Eltern erklären, dass sie die Sorge gemeinsam übernehmen wollen (Sorgeerklärung) oder, wenn das Familiengericht den Eltern die elterliche Sorge gemeinsam überträgt.

Die Sorgeerklärungen von Mutter und Vater müssen öffentlich beurkundet werden, was zum Beispiel beim Jugendamt oder beim Notar erfolgen kann. Sie können auch schon vor der Geburt abgegeben werden.

ALLEINERZIEHEND?

Wenn Sie Ihr Kind alleine großziehen, haben Sie sicher in jeder Hinsicht alle Hände voll zu tun. Hinzu kommt möglicherweise eine dauernde Geldknappheit, da sich (Vollzeit-) Arbeit und Kindererziehung für Sie als alleinstehendes Elternteil besonders schwer vereinbaren lassen. Umso wichtiger ist es, dass Sie mögliche wirtschaftliche Hilfen und unterstützende und beratende Anlaufstellen kennen. Alleinerziehende Mütter und Väter können allein für die vollen 14 Monate Elterngeld beanspruchen. Zudem steht Ihnen bei Anspruch auf Kindergeld oder einen Kinderfreibetrag ein steuerlicher Entlastungsbetrag zur Verfügung. Alleinerziehende können außerdem mit Mehrbedarfszuschlägen zu Regelleistungen des Bürgergeldes oder der Sozialhilfe und mit zusätzlichen Hilfen während der Ausbildung rechnen.
Weitere Informationen für Alleinerziehende finden Sie unter:
www.familienportal.nrw/de/alleinerziehende

TIPP

Hilfe in allen Fragen des täglichen Lebens bekommen Sie bei den lokalen Beratungsstellen.

Die Adressen erhalten Sie beim Jugendamt des Kreises Coesfeld oder in einem Familienzentrum vor Ort.

UNTERHALTS-VORSCHUSS

Kreis Coesfeld | Jugendamt
Unterhaltsvorschuss

Telefon: 02541 18-5211
02541 18-5212
02541 18-5257

Internet: www.kreis-coesfeld.de

Öffnungszeiten
Mo – Fr: 08:30 bis 11:30 Uhr

Wenn Sie alleinerziehend sind und vom anderen Elternteil keine oder unter dem festgesetzten Regelbedarf liegende Unterhaltszahlungen erhalten, können Sie beim Jugendamt des Kreises Coesfeld Unterhaltsvorschuss beantragen: Das Kind muss im Bundesgebiet bei einem Elternteil leben, der ledig, verwitwet, geschieden oder von seinem Ehegatten dauernd getrennt lebend ist. Die Höhe des Unterhaltsvorschusses richtet sich, wie auch der Unterhalt, nach dem für die betreffende Altersstufe festgelegten Mindestunterhalt. Hiervon wird jeweils das Kindergeld abgezogen.

Weitere Auskünfte zur Zahlung von Unterhaltsvorschuss erhalten Sie bei der Unterhaltsvorschusskasse des Jugendamtes oder unter www.bmfsfj.de unter dem Stichwort „Unterhaltsvorschuss“.

BEISTANDSCHAFT

Kreis Coesfeld | Jugendamt
Beistandschaft

Telefon: 02541 18-5250
02541 18-5251
02541 18-5252

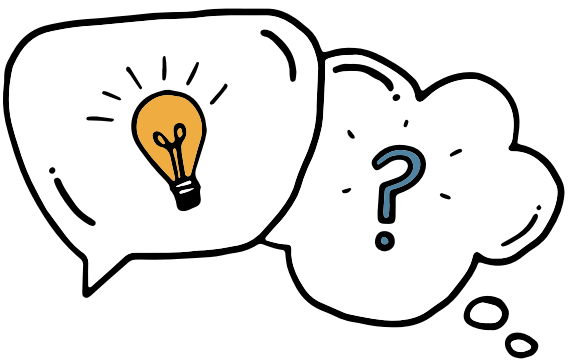
Vorherige
Terminvereinbarung
gewünscht.

Die Einrichtung einer Beistandschaft ist ein kostenloses Hilfsangebot des Kreisjugendamtes Coesfeld. Eine Beistandschaft hat insbesondere die Aufgaben, die Vaterschaft Ihres Kindes festzustellen und/oder die Unterhaltsansprüche Ihres Kindes geltend zu machen. Eingerichtet werden kann die Beistandschaft auf schriftlichen Antrag des Elternteils, mit dem das Kind in einer Haushaltsgemeinschaft lebt.

FAMILIENPORTAL

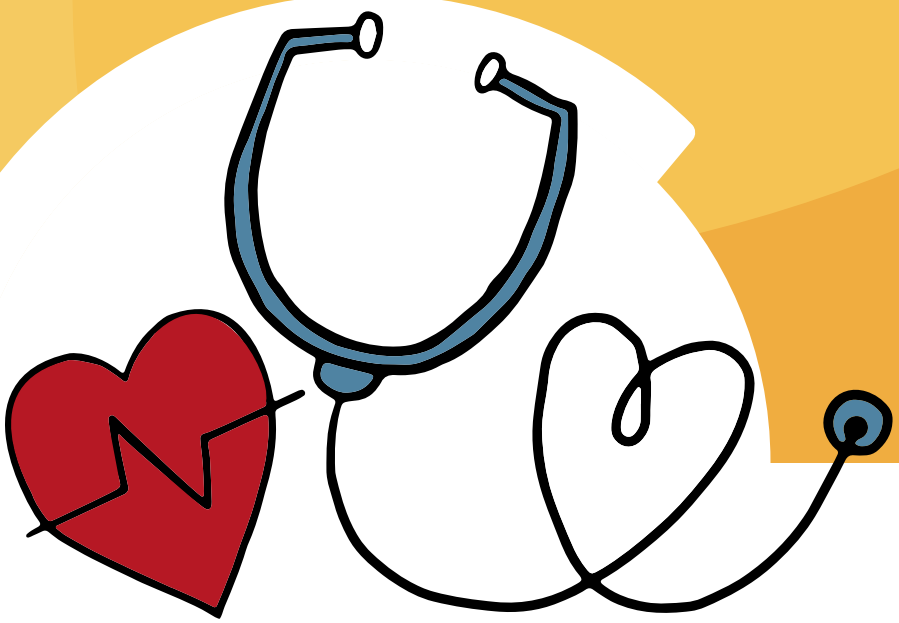
Im Familienportal des Bundesfamilienministeriums finden Sie viele weitere Informationen und Checklisten für die Zeit vor und nach der Geburt und in unterschiedlichen Lebenslagen. Sie können sich über das Portal auch unverbindlich und online ausrechnen lassen, ob Sie Anspruch auf bestimmte Leistungen und Hilfen haben.

Das Familienportal stellt Familien die Informationen in verschiedenen Sprachen zur Verfügung. Einige der Informationen gibt es dort auch in leichter Sprache und in Gebärdensprache.
www.familienportal.de



FAMILIENWEGWEISER
Informationen und Tipps
für Eltern

3



Gesundheit

KREIS COESFELD

kinder**leicht !**
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

HEBAMMENBETREUUNG VOR UND NACH DER GEBURT

Grundsätzlich haben Sie einen Anspruch auf Unterstützung durch eine Hebamme Ihrer Wahl während der Schwangerschaft zur Schwangerenvorsorge, in der Zeit um die Geburt und für den Zeitraum von zwölf Wochen nach der Entbindung. Anspruch auf Hebammenleistung besteht bis zum Ende der Stillzeit oder bis zum Ablauf von 9 Monaten bei Fragen zur Ernährung. Von Ihrer Hebamme erhalten Sie bereits in der Schwangerschaft und in der ersten Zeit nach der Geburt Hilfe bei der Pflege und Ernährung Ihres Kindes, beim Stillen und vielem mehr. Die Kosten für die Betreuung durch Ihre Hebamme werden für die Zeit bis zu zwölf Wochen nach der Entbindung vollständig von Ihrer Krankenkasse übernommen. Sollten Sie nach den zwölf Wochen weitere Betreuung benötigen, wenden Sie sich an Ihre Hebamme.

Einige Hebammen bieten in einem Familienzentrum oder in der Kindertageseinrichtung kostenfreie „Wiegesprechstunden“ an. Damit haben Eltern auch nach zwölf Wochen Hebammenhilfe eine Ansprechperson für ihre Fragen rund um das Baby. Termine und weitere Informationen erhalten Sie in Ihrem örtlichen Familienzentrum bzw. in der Kindertageseinrichtung.

WEITERE INFORMATIONEN:

Kreis Coesfeld | Gesundheitsamt
Schwangerenberatung

Telefon: 02541 18-5318
02541 18-5356

E-Mail:
gesundheit@kreis-coesfeld.de

TIPP

Ein Verzeichnis der Hebammen in Ihrem Wohnort erhalten Sie bei Ihrer Gynäkologin oder bei Ihrem Gynäkologen, Ihrer Geburtsklinik, bei Schwangerenberatungsstellen und im Internet unter
www.hebammensuche.de oder unter www.hebammennetzwerk-muensterland.de

GESUNDHEITSORIENTIERTE FAMILIENBEGLEITUNG

Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern, die auch nach der Wochenbettzeit eine Familienhebamme oder Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin wünschen, können diese Unterstützung im Kreis Coesfeld bis zum Ende des 3. Lebensjahres des Kindes schnell und unbürokratisch in Anspruch nehmen.
Das Angebot richtet sich an alle Familien im Kreis Coesfeld. So werden auch Familien in besonderen psychosozialen Lebenssituationen und Familien mit zu früh geborenen, (chronisch) kranken Kindern oder Kindern mit (drohender) Behinderung umfassend unterstützt.

WEITERE INFORMATIONEN:

Kreis Coesfeld | Jugendamt
Frühe Hilfen

Telefon: 02541 18-5246
02541 18-5230

E-Mail:
fruehehilfen@kreis-coesfeld.de

CAFÉ KINDERLEICHT

Die gesundheitsorientierten Familienbegleiterinnen bieten in den Familienbüros und in Familienzentren regelmäßig offene Sprechstunden an.

Weitere Infos:
www.coe/chancen

Dabei wird immer die ganze Familie in den Blick genommen und Eltern werden zum Beispiel darin unterstützt, typischen Auffälligkeiten von Geschwisterkindern vorsorglich zu begegnen.

Auch bei Unsicherheiten, die die Pflege, Gesundheit und die altersgerechte Entwicklung Ihres Kindes betreffen, beraten die Fachkräfte Sie gerne und geben praktische Tipps, sodass Sie die Hürden des Alltags gut meistern können. Gründe für die Unterstützung durch die gesundheitsorientierte Familienbegleitung können ebenfalls Konflikte der Eltern untereinander sein, wenn die Versorgung des Kindes betroffen ist. Ebenso kann die Hilfe infrage kommen, wenn Mutter und Vater Schwierigkeiten haben, die Signale ihres Kindes zu verstehen und angemessen auf seine Bedürfnisse einzugehen oder sie sich Anleitung für einen entwicklungsfördernden Umgang mit ihrem Kind wünschen (Anreize durch Sprache und Spiel).

Die Unterstützung einer gesundheitsorientierten Familienbegleitung kann auch sinnvoll sein, wenn Mütter und Väter Schwierigkeiten haben, sich emotional in ihre neue Rolle als Eltern einzufinden.

DIE FAMILIENBEGLEITERINNEN

(von links nach rechts):
Annette Taheri, Heike Werp-Rottmann, Christiane Schmauck

Die Fachkräfte bringen Verständnis für die Lebenssituation von belasteten Familien auf und vermitteln ihnen auf Wunsch auch andere Hilfsangebote vor Ort. Denn die gesundheitsorientierten Familienbegleiterinnen verstehen sich als Lotsen durch die erste Lebensphase.

Wenn Sie die Unterstützung einer gesundheitsorientierten Familienbegleitung wünschen, können Sie sich gerne bei den Fachkräften der Frühen Hilfen im Kreis Coesfeld melden.

DIESE LEISTUNG
IST FÜR SIE
KOSTENLOS.

BINDUNG – DIE GRUNDLAGE FÜR EINE GESUNDE ENTWICKLUNG

Ohne menschliche Nähe, Schutz und Zuwendung kann ein Kind nicht gesund aufwachsen. Ihr Kind möchte die Welt entdecken und dafür braucht es den Schutz und die Sicherheit einer zuverlässigen Beziehung.

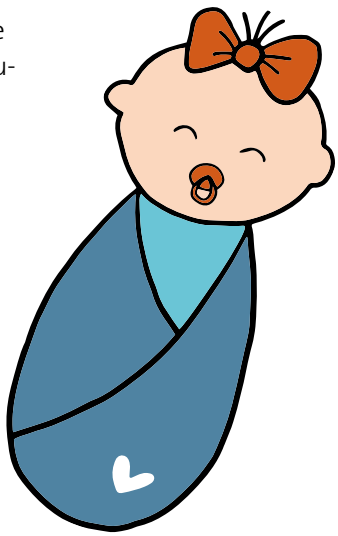
Vom Tag der Geburt an zielt das Verhalten Ihres Kindes darauf ab, mit Ihnen eine sichere Bindung aufzubauen. In der Regel sind dies vorrangig Sie als Eltern. Aber auch weitere Personen, zum Beispiel Großeltern oder Tageseltern, können zu wichtigen Bezugspersonen werden, bei denen ein Kind Schutz und Geborgenheit sucht.

SO KÖNNEN SIE EINE SICHERE BINDUNG FÖRDERN

- Seien Sie aufmerksam gegenüber Ihrem Kind. Gehen Sie auf seine Bedürfnisse ein.
- Reagieren Sie sofort und trösten Sie Ihr Kind geduldig, wenn es schreit.
- Nehmen Sie sich genügend Zeit für Ihr Kind, vor allem bei der Pflege und beim Stillen oder Füttern. Nutzen Sie diese Gelegenheiten, mit Ihrem Kind zu sprechen, indem Sie ihm zum Beispiel erzählen, was Sie gerade tun.
- Richten Sie sich nach Ihrem Kind, wann und wie viel Kontakt es mit Ihnen haben möchte: Nehmen Sie es auf, wenn es auf Ihren Arm möchte und mit Ihnen schmusen will. Setzen Sie es wieder ab, wenn es Ihnen zeigt, dass es genug hat.
- Zeigen Sie Ihre Freude, wenn sich Ihr Kind offensichtlich für Sie oder die Dinge in seiner Umgebung interessiert, und unterstützen Sie seine Neugier.

BINDUNG

Was sichere Bindung bedeutet, lesen Sie unter:



ALTE MYTHEN RUND UMS BABY - HEUTE WISSEN WIR ES BESSER!

„LASS DAS BABY RUHIG SCHREIEN, DAS KRÄFTIGT DIE LUNGEN!"

Durch das Schreien äußert Ihr Baby seine Bedürfnisse. Reagieren Sie immer darauf! (Siehe S. 40: „Warum schreien Babys?")

„WENN DU IMMER SOFORT REAGIERST, VERWÖHNST DU DAS BABY!"

Ihr Baby baut eine Bindung zu Ihnen auf und gewinnt Vertrauen in die Welt, wenn Sie auf seine Bedürfnisse eingehen. Bindung ist die Grundlage für ein gesundes Aufwachsen.

„EIN BABY MUSS ALLE 3 STUNDEN MILCH BEKOMMEN!"

Babys haben (wie Erwachsene auch) nicht immer zur selben Zeit Hunger. Versuchen Sie Ihr Baby nach Bedarf zu stillen/füttern. Die Zeitabstände können variieren. Achten Sie auf die Signale Ihres Babys.

„MIT DREI MONATEN KANN JEDES BABY IM EIGENEN BETT DURCHSCHLAFEN!"

Auch beim Schlafen ist jedes Baby anders, und so dauert es unterschiedlich lang, bis Babys einen Tag-Nacht-Rhythmus entwickeln. Besonders in den ersten Monaten benötigen viele Babys Körperkontakt, um sich sicher und geborgen zu fühlen.

Mehr zum Thema Babyschlaf unter:

https://www.kindergesundheit-info.de/themen/schlafen/0-12-monate/babyschlaf/

ENTWICKLUNG IHRES KINDES

Die ersten 12 Monate sind eine einmalige Zeit. Ihr Kind wird in dieser Zeit viele Fähigkeiten entwickeln.

IM 1. MONAT

Ihr Kind sieht anfangs nur helle und dunkle Farben und nimmt Konturen verschwommen wahr. Alles im Abstand von etwa 30 cm kann es jedoch schon erkennen – mit Vorliebe Ihr Gesicht. Ihr Kind kann vertraute Personen über Gerüche und Stimmen wiedererkennen. Die Nackenmuskulatur Ihres Kindes ist noch nicht besonders kräftig. Halten Sie das Köpfchen daher beim Hochheben und unterstützen Sie die Bewegung.
Ihr Kind lernt in diesem Monat Dinge mit den Augen zu verfolgen. Probieren Sie doch mal aus, ob Ihr Kind einem Gegenstand folgt, indem Sie diesen langsam im Blickfeld Ihres Kindes hin- und herbewegen.

IM 2. MONAT

Ihr Kind kann nun lächeln und findet große Muster und bunte Farben spannend. Gegenstände und Formen sind jetzt besonders interessant. Auch Geräusche nimmt Ihr Kind jetzt deutlicher wahr. Singen Sie Ihrem Kind etwas vor. Vorsingen fördert das Sprachverständnis und den Hörsinn.

Ihr Kind kann sich auf erste interaktive Spiele einlassen. Auch das Knistern von Papier wird jetzt interessant. Wenn Sie mit Ihrem Kind sprechen, guckt es Sie jetzt vielleicht an und hält kurz Blickkontakt oder antwortet sogar schon mit ersten Lauten.

IM 3. MONAT

Ihr Kind möchte nun alles mitbekommen und ist an der eigenen Umwelt interessiert. Es kann in der Bauchlage das Köpfchen leicht heben und einen Moment halten. Wenn Sie Ihrem Kind einen Gegenstand in die Hand geben, kann es diesen auch schon festhalten und erkunden. Gezieltes Greifen ist eher noch ein Schlagen nach dem jeweiligen Gegenstand. Die eigenen Finger und Füße sind jetzt besonders interessant für Ihr Kind und werden erkundet.

IM 4. MONAT

Ihr Kind wird immer kräftiger und hüpft nun leicht mit den Beinen, wenn Sie es mit Unterstützung aufrecht hinstellen. Zudem beginnt es sich von der Bauch- in die Rückenlage zu drehen. Hierbei können Sie Ihr Kind unterstützen. Es merkt jetzt auch, wenn fremde Personen mit ihm spielen. Das kann zu Begeisterung führen, aber auch zu lautem Protest.

Ihr Kind beginnt zu „plappern“ und macht erste Sprachversuche. Umso wichtiger ist es nun, dass Sie viel mit Ihrem Kind reden. Wiederholen Sie die Laute Ihres Kindes und schauen Sie mal, wie es darauf reagiert.

WICHTIG IST:
JEDES KIND
ENTWICKELT SICH IM EIGENEN TEMPO!

Ihr Kind erkennt Sie an Ihrer Stimme:
SPRECHEN SIE VIEL MIT IHREM KIND.

FINGERSPIELE

(siehe Register 5 - Spielideen)

EIN MOBILÉ

über der Krabbeldecke oder dem Wickeltisch schafft Anreize für Ihr Kind.

UNTERSTÜTZEN

Sie Ihr Kind, indem Sie es beim Spielen auf den Bauch legen. Um Gegenstände zu betrachten, muss es dann den Kopf anheben. So werden die Nacken- und Schultermuskeln trainiert.

IM 5. MONAT

Gehirn, Augen und Hände stimmen sich immer mehr miteinander ab. Ihr Kind lernt nun gezielt zu greifen und Gegenstände wieder loszulassen. Ihr Kind erkundet die eigene Umwelt nun mit den Händen und dem Mund. Es zeigen sich zudem erste Vorbereitungen auf das Krabbeln: In Bauchlage kann ihr Kind sich mit Beinen und Armen abstützen.

IM 6. MONAT

Ihr Kind dreht und bewegt sich nun viel, um sich fortzubewegen. Manche Kinder können jetzt auch schon gezielt Gegenstände heranziehen und wieder wegwerfen. Sie werden merken, dass Ihr Kind zunehmend sprachliche Fähigkeiten entwickelt. Es quietscht, blubbert und plappert jetzt immer mehr. In diesem Alter lieben Kinder es, wenn mit Ihnen gesprochen wird und zum Beispiel vorgesagte Laute wie „Quak - Quak“ nachgemacht werden können.

IM 7. MONAT

Ihr Kind wird mobil:
MACHEN SIE IHRE WOHNUNG KINDERSICHER

Ihr Kind wird jetzt lernen, alleine und ohne Unterstützung zu sitzen. Zudem wird Ihr Kind mobiler. Es sitzt, robbt und dreht sich. Zwischen dem 6. und 10. Monat lernen die meisten Kinder krabbeln. Dies können Sie fördern, indem Sie Spielsachen außer Reichweite hinlegen. Dadurch strengt Ihr Kind sich an und trainiert Bewegungen, um das Spielzeug zu erreichen.

Ihr Kind lernt in die Hände zu klatschen und kann jetzt Gegenstände von der einen Hand in die andere geben. Mit Klatschspielen unterstützen Sie die Feinmotorik der Hände.

VORSICHT
Aus Neugierde ziehen Kinder sich an Möbeln hoch. Hier besteht Unfallgefahr!

IM 8. MONAT

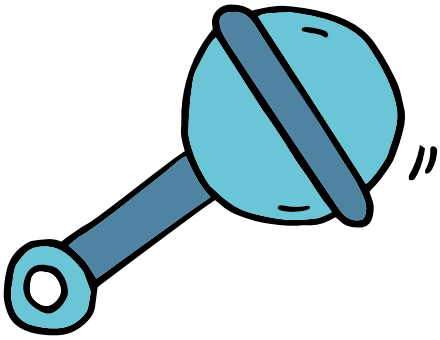
Ihr Kind beginnt zu krabbeln und sich auf dem Po rutschend fortzubewegen. Nun kann Ihr Kind gezielt mit dem Finger auf Dinge zeigen, für die es sich interessiert.

Mit Singspielen und Vorlesen trainieren Sie den Hörsinn und das Sprachempfinden. Lesen Sie Ihrem Kind abends vor dem Zubettgehen eine Gute-Nacht-Geschichte vor.

IM 9. MONAT

Ihr Kind ist auf dem besten Wege laufen zu lernen. Dabei hält es sich an Möbeln fest und kann schon stehen. Vielleicht ist auch schon das erste Zähnchen da.

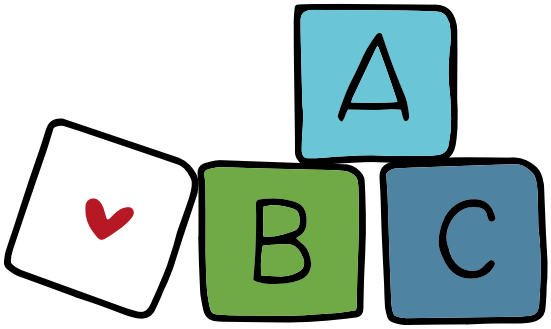
Das Sprachverständnis bildet sich immer weiter aus. Sie werden merken, dass Ihr Kind immer mehr versteht.



Um Ihr Kind zu beschäftigen, können Sie aus Dosen mit Deckeln und darin eingefüllten Reiskörnern (oder Ähnlichem) eine Rassel basteln. Damit kann Ihr Kind die Feinmotorik trainieren und lernt, dass es durch Handbewegungen selbst Geräusche produzieren kann.

IM 10. MONAT

Das Krabbeln funktioniert meist ohne Probleme. Das Laufen muss noch etwas geübt werden. Ihr Kind lernt und erkundet jetzt, dass Dinge verschiedene Funktionen haben. Es versucht Schranktüren zu öffnen und Schränke auszuräumen.



Bauklötze zum Umwerfen werden gerne genutzt. Das Spielen damit fördert die Hand-Augen-Koordination.

IM 11. MONAT

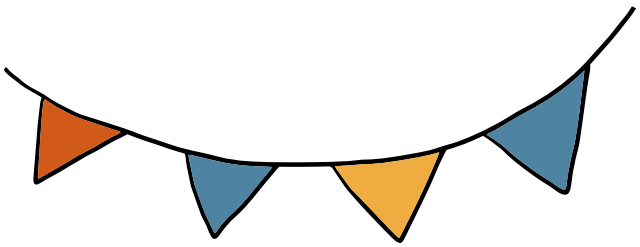
Ihr Kind hat eine eigene Persönlichkeit und will die Welt entdecken. Jetzt kommen Lernbücher zum Einsatz. Wo ist dein Mund? Wo ist deine Nase? Wo sind Mamas Ohren?

Beim Ausziehen streckt es mittlerweile die Arme hoch und geht vielleicht auch schon erste Schritte an Ihrer Hand. Mama und Papa kennen Ihr Kind ganz genau.

Jetzt lernt Ihr Kind, dass es Grenzen gibt und versteht das Wort „Nein“. Achten Sie darauf, das Wort nicht zu häufig zu benutzen. Zunächst nur in Situationen, die für Ihr Kind wirklich gefährlich sein können, zum Beispiel, wenn es versucht den Herd anzufassen.

IM 12. MONAT

Ihr Kind hat vielleicht begonnen, auf Zehenspitzen die ersten Schritte alleine zu gehen. Bis das Laufen ganz ohne Hilfe klappt, wird es noch ein wenig dauern. Jetzt möchte Ihr Kind vielleicht auch den Löffel beim Essen selbst nehmen. Dabei verfehlt es immer mal wieder noch den eigenen Mund.
Ihr Kind kann nun Ursache und Wirkung lernen. Dies können Sie fördern indem Sie eine leere Papprolle nutzen, um Kugeln aus Papier hinausrollen zu lassen. Jetzt ist Ihr Kind an der Reihe. Lassen Sie es ausprobieren, wie das funktioniert.
Kinder mögen es mit anderen Kindern zusammen zu sein. Sie plappern gemeinsam und gucken sich an. Das Sozialverhalten wird gefördert. Eine Spielgruppe kann auch Ihnen als Eltern eine gute Möglichkeit für einen Austausch bieten.



HURRA, HURRA, SCHON EIN JAHR!

DIE ERSTE GEBURTSTAGSFEIER!

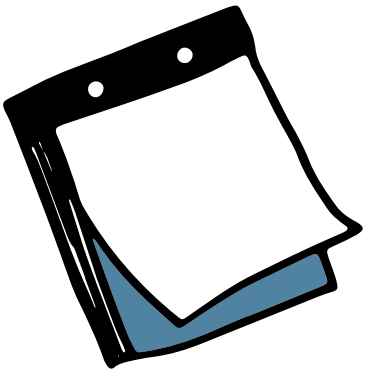
GESUNDHEITS-UNTERSUCHUNGEN FÜR KINDER

Die körperliche und geistige Entwicklung ihres Kindes verläuft in den ersten Lebensjahren sehr schnell. Zur Überprüfung der altersangemessenen Entwicklung Ihres Kindes finden deshalb Früherkennungsuntersuchungen statt. Diese werden auch „U-Untersuchungen“ genannt.
Zur Geburt eines Kindes erhalten Sie als Eltern ein Untersuchungsheft. In diesem sind alle wichtigen Früherkennungsuntersuchungen aufgeführt.
Die Untersuchungen tragen die Bezeichnung U1 bis U9. Sie finden nach der Geburt bis zum 6. Lebensjahr statt.
Die Ergebnisse der Untersuchungen trägt Ihre Kinderärztin/Ihr Kinderarzt in das Untersuchungsheft ein. Darin ist auch der Inhalt der Untersuchungen aufgelistet.

Die Untersuchungen werden von den Krankenkassen bezahlt. Durch das frühe Erkennen von möglichen Auffälligkeiten in der Entwicklung oder im Verhalten des Kindes ist eine frühzeitige Behandlung möglich. Damit kann späteren Erkrankungen vorgebeugt werden.

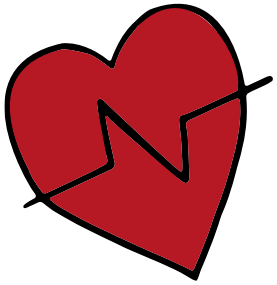
Es gibt eine vom Land Nordrhein-Westfalen (NRW) vorgegebe Meldepflicht für diese Untersuchungen. Dadurch soll die Einhaltung der vorgegebenen Termine gefördert werden. Hierfür ist die Landesinitiative für Gesundheit und Arbeit (LIGA) zuständig. Die Ärztinnen und Ärzte teilen dort mit, welche Kinder an einer Früherkennungsuntersuchung teilgenommen haben. Wenn Eltern eine Früherkennungsuntersuchung vergessen haben, erhalten sie eine Erinnerung von der „LIGA“.

Sollten Eltern mit ihrem Kind auch dann nicht an der Früherkennungsuntersuchung teilgenommen haben, informiert die „LIGA“ das Jugendamt des Kreises Coesfeld darüber. Das Kreisjugendamt wird dann die Eltern in einem persönlichen Schreiben noch einmal an die Früherkennungsuntersuchung erinnern.



FRÜHERKENNUNGSUNTERSUCHUNGEN
U1 BIS U9

U1 Die U1 wird als erste Untersuchung Ihres Kindes gleich nach der Geburt durchgeführt. Ihr Neugeborenes wird gewogen und die Körpergröße gemessen. Auch wird geklärt, ob lebenswichtigen Funktionen wie zum Beispiel die Atmung und das Herz-Kreislaufsystem in Ordnung sind und ob äußerlich erkennbare Fehlbildungen festzustellen sind. In den ersten drei Tagen wird bei Ihrem Kind eine Blutuntersuchung durchgeführt, um eventuell vorhandene Stoffwechselkrankheiten rechtzeitig zu erkennen.



U2 Die U2 ist die erste kinderärztliche Grunduntersuchung. Dabei wird ihr Kind von Kopf bis Fuß untersucht. Erstmals werden alle Körperregionen, die Organe, das Skelettsystem, die Mundhöhle und die Sinnesorgane gründlich untersucht. Die U2 ist daher sehr wichtig!
Ihr Kind wird wieder gewogen und gemessen. Die Kinderärztin/der Kinderarzt bespricht mit Ihnen die Rachitis-Vorbeugung. Auch das Stillen, die Impfungen, das Risiko von Allergien und die Vorbeugung des plötzlichen Säuglingstods werden hier besprochen.

U3 Bei dieser Untersuchung achtet die Kinderärztin/der Kinderarzt vor allem auf den Ernährungszustand und das Körpergewicht Ihres Kindes. Die Kinderärztin/der Kinderarzt schaut nach, ob es sich altersgerecht entwickelt. Dafür werden die Hüftgelenke untersucht, die Augenreaktionen und das Hörvermögen getestet. Die U3 ist besonders wichtig für die rechtzeitige Behandlung einer möglichen Fehlstellung der Hüftgelenke.

U4 Die Kinderärztin/der Kinderarzt untersucht die körperliche und geistige Entwicklung Ihres Kindes. Unter anderem wird das Bewegungsverhalten sowie das Seh- und Hörvermögen Ihres Kindes geprüft. Hier können Sie auch Fragen zur Ernährung Ihres Kindes stellen. Die U4 ist auch der erste Impftermin Ihres Kindes. **Bitte den Impfpass mitnehmen!**

U5 Die Ärztin/der Arzt prüft in diesem Termin vor allem die Beweglichkeit, die Körperbeherrschung und Geschicklichkeit Ihres Kindes. Das Seh- und das Hörvermögen werden erneut untersucht und die weitere Ernährung wird besprochen.

U6 Gegen Ende des ersten Lebensjahres beobachtet die Ärztin/der Arzt sehr genau, was Ihr Kind schon alles kann – robben, krabbeln, vielleicht schon alleine stehen. Wieder werden das Hör- und Sehvermögen getestet. Dabei wird auch die sprachliche Entwicklung und das Verhalten Ihres Kindes einbezogen. Ausstehende Impfungen werden vorgenommen und weitere Impftermine besprochen.

U7 Seit der letzten Untersuchung ist ein ganzes Jahr vergangen. Daher schaut Ihre Ärztin/Ihr Arzt nun, wie sich Ihr Kind körperlich und geistig entwickelt hat. Es wird geprüft, ob es alleine gehen kann, ob es richtig sieht und hört, wieviel es spricht und ob es schon Wörter verstehen kann. Wenn es notwendig ist, wird Ihre Ärztin/Ihr Arzt Sie mit Ihrem Kind zu einer Augenärztin/einem Augenarzt schicken. Auch hier kann die gesunde Ernährung Ihres Kindes wieder ein Thema sein. Zudem wird die Vollständigkeit des Impfstatus überprüft und Impfungen werden gegebenenfalls nachgeholt.

U7a Schwerpunkte dieser Vorsorgeuntersuchung sind das Erkennen und Behandeln von Sehstörungen, Sozialisations- und Verhaltensstörungen, Unter- bzw. Übergewicht, Sprachentwicklungsstörungen sowie Zahn-, Mund- und Kieferauffälligkeiten. Zusätzlich wird überprüft, ob das Wachstum Ihres Kindes ohne Störungen verläuft.

U-UNTERSUCHUNGEN

U1	direkt nach der Geburt
U2	3. - 10. Lebenstag
U3	4. - 5. Lebenswoche
U4	3. - 4. Lebensmonat
U5	6. - 7. Lebensmonat
U6	10. - 12. Lebensmonat
U7	21. - 24. Lebensmonat
U7a	34. - 36. Lebensmonat
U8	46. - 48. Lebensmonat
U9	ca. 5 Jahre
U10	7 - 8 Jahre
U11	9 - 10 Jahre
J1	12 - 14 Jahre
J2	16 - 17 Jahre

JEDES KIND HAT DAS RECHT AUF DAS ERREICHBARE HÖCHSTMASS AN GESUNDHEIT.

So steht es in Artikel 24 der UN-Kinderrechtskonvention. Sie als Eltern sind dafür verantwortlich dies für Ihr Kind umzusetzen!

WICHTIG

Gehen Sie für die „U-Untersuchungen“ nach Möglichkeit immer zur selben Kinderarztpraxis. Dort kennt man Ihr Kind und kann es am besten beurteilen.
So hat Ihr Kind von Anfang an die besten Chancen auf ein gesundes Wachstum.

HIER FINDEN SIE EINE KINDERARZTPRAXIS:
www.kvwl.de

TIPP

Ausführliche Informationen finden Sie im Internet unter www.kinderaerzte-im-netz.de oder www.bzga.de oder Sie wenden sich direkt an Ihre Kinderarztpraxis.

U8 Diese Vorsorgeuntersuchung findet mit etwa vier Jahren statt. Ihr Kind wird gründlich von Kopf bis Fuß untersucht. Dabei wird die körperliche, motorische und seelische Entwicklung geprüft. Auch das soziale Verhalten wird dabei thematisiert. Sollte Ihr Kind eine besondere Unterstützung brauchen, wird Ihre Ärztin/Ihr Arzt die Möglichkeiten mit Ihnen besprechen. Zudem wird auch nach den Zähnen und dem Kiefer geschaut.

U9 Dies ist die letzte Vorsorgeuntersuchung vor der Einschulung. Die Organe und Körperhaltung Ihres Kindes wird kontrolliert, der Urin wird untersucht und der Blutdruck gemessen. Zudem wird die Beweglichkeit des Kindes, seine Geschicklichkeit, das Seh- und Hörvermögen und die Sprachentwicklung überprüft.
Wenn erforderlich, wird Ihre Ärztin/Ihr Arzt noch vor dem Schuleintritt Hilfen und Maßnahmen empfehlen, um Ihrem Kind einen guten Schulstart zu ermöglichen. Zusätzlich wird der Impfschutz Ihres Kindes kontrolliert. Anstehende Impfungen oder Auffrischungsimpfungen werden vorgenommen.

KOSTENÜBERNAHME UND ERSTATTUNG

Für Kinder sind von der Geburt bis zum 18. Lebensjahr bisher 11 Vorsorgeuntersuchungen kostenlos: U1 bis U9 und J1. Vom Berufsverband der Kinder-und Jugendärztinnen/-ärzte werden 3 zusätzliche Gesundheitschecks empfohlen: U10, U11 und J2. Die Kosten dafür werden nicht von allen Krankenkassen erstattet.

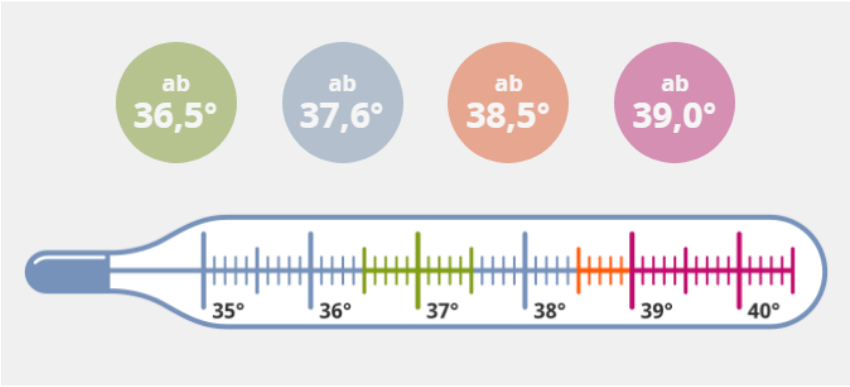
ANMELDUNG IHRES KINDES BEI DER KRANKENKASSE

Um eine erforderliche und angemessenen Gesundheitsfürsorge ermöglichen zu können, muss Ihr Kind krankenversichert sein. Sofern noch nicht geschehen, müssen Sie Ihr Kind dafür bei Ihrer Krankenkasse anmelden. Bei der Anmeldung Ihres Kindes im Standesamt haben Sie eine Bescheinigung zur Vorlage bei der Krankenkasse erhalten. Diese reichen Sie zur Anmeldung Ihres Kindes bei Ihrer Krankenkasse ein.
Bei verheirateten Eltern wird Ihr Kind kostenlos in die bestehende Familienversicherung aufgenommen, ebenso bei minderjährigen Eltern, die selbst noch bei Ihren Eltern mitversichert sind. Diese Regelung gilt bei allen gesetzlichen Krankenversicherungen. Eine Familienversicherung gibt es in der privaten Krankenversicherung nicht. Hier müssen Familienangehörige selbst versichert werden.
Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse.

FIEBER

Fieber ist ein Schutzmechanismus des Körpers. Damit wehrt dieser sich gegen Krankheitserreger wie Viren oder Bakterien. Durch die steigende Körpertemperatur können Krankheitserreger nur schwer überleben. Gleichzeitig werden durch das Fieber die körpereigenen Abwehrkräfte aktiviert.

Die Höhe des Fiebers sagt nicht immer etwas über die Schwere der Erkrankung aus. Wichtig ist auch der Allgemeinzustand Ihres Kindes. Haben Sie den Eindruck, dass dieser beeinträchtigt ist? Ihr Kind ist schwer krank und teilnahmslos? Suchen Sie sofort eine Ärztin oder einen Arzt auf.



ab 36,5° Normale Temperatur

ab 37,6° Erhöhte Temperatur

ab 38,5° Fieber

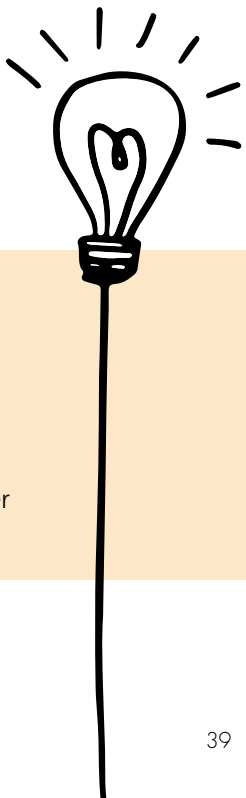
ab 39,0° Hohes Fieber

WICHTIG

Eine Erhöhung der Körpertemperatur kann auch durch einen Hitzestau (zu warme Kleidung), Sonnenstich, Flüssigkeitsmangel und Aufregung (z. B. durch Schreien) auftreten.

BLÄHUNGEN

Blähungen werden durch Luft oder Gase im Magen-Darm-Trakt verursacht. Unwohlsein und Schmerzen sind häufige Begleitsymptome. In den ersten Lebensmonaten neigen Säuglinge vermehrt zu einem geblähten Bauch, da ihr Verdauungssystem noch nicht ausgereift ist. Die Kleinen sind dann häufig unruhig, weinen viel und schlafen schlecht. Oft kommt es in den Abendstunden zu Blähungen.



WAS SIE TUN KÖNNEN:

- Geben Sie Ihrem Kind einen regelmäßigen Tagesablauf.
- Achten Sie dabei auf Ruhe am Abend.
- Bäuerchen nach den Mahlzeiten können hilfreich sein.
- Der Fliegergriff (Kind liegt bäuchlings auf Ihrem Unterarm) kann Linderung verschaffen.
- Bei starken Koliken können Medikamente wie Kümmelzäpfchen helfen. Lassen Sie sich hier vorab von einer Kinderärztin/einem Kinderarzt oder in Ihrer Apotheke beraten.

WARUM SCHREIEN BABYS?

Die Natur hat sichergestellt, dass der hilflose Säugling die eigenen Grundbedürfnisse mit großer Kraft der Umgebung zeigen kann. Sie hat uns Erwachsene auch mit dem Drang ausgestattet, alles zu unternehmen, damit die Bedürfnisse des Säuglings befriedigt werden und er aufhört zu schreien. Kinder schreien oft ohne ersichtlichen Grund und dies, je nach Kind, überaus ausdauernd und laut. Oft abends und nachts.

Häufig hat das Schreien einen konkreten Grund, wie etwa Hunger, Schmerz, Langeweile, Unsicherheit oder Müdigkeit. Säuglinge schreien manchmal allerdings auch ohne bestimmte Ursache.

Es ist nicht leicht, sich vorzustellen, was in einem wenige Wochen oder Monate alten Säugling vorgeht, wenn er schreit. Wenn Sie auf das Weinen Ihres Babys reagieren, helfen Sie ihm, Vertrauen zu entwickeln in die Welt und auch in sich selbst. Ihr Kind stellt fest: „Ich kann mir Hilfe holen." Wenn es sicher sein kann, dass Sie kommen, kann es auch mal ein wenig auf Sie warten.

Bleiben Sie gelassen: Sie müssen Ihr Kind nicht immer mit der ganzen Fülle Ihrer mütterlichen oder väterlichen Gefühle überschütten. Säuglinge wollen nicht immer gestillt, gewickelt, geschaukelt oder herumgetragen werden. Manchmal reicht es schon, wenn Sie sich neben das Bett setzen oder Ihrem Baby übers Köpfchen streichen.

WENN IHR KIND NICHT AUFHÖRT ZU SCHREIEN ...

Wenn Ihr Kind auch nach vielen Bemühungen nicht aufhört zu schreien, kann das Stress in Ihnen auslösen. Babygeschrei kann Sie wütend und kraftlos machen und Sie zur Verzweiflung treiben. Dann sollten Sie als Eltern Auswege suchen: Legen Sie Ihr Kind an einem sicheren Ort ab und gehen Sie für einen Moment aus dem Zimmer. Rufen Sie eine Vertrauensperson an. Sprechen Sie über Ihre Not oder Sorgen mit anderen. Das hilft meistens schon sehr viel. Bitten Sie Ihren Partner, Freunde oder Verwandte um Unterstützung.

TIPPS

um Ihr Baby zu beruhigen:

HINWEIS

Durch das Schreien macht sich Ihr Baby bemerkbar, wenn es etwas braucht.

Hilfreich kann das Tragen des Säuglings in einem Tragetuch sein.

TIPP

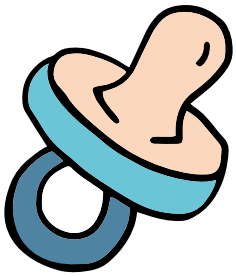
Wenn Ihr Kind immer schreit:

- Klären Sie ab, ob das Kind krank ist. Stellen Sie Ihr Kind einer Kinderärztin oder einem Kinderarzt vor.
- Nehmen Sie Unterstützung von Familie und Freunden an.

FÜR ALLE BABYS GILT: NICHT SCHÜTTELN!

GANZ WICHTIG:

Babys dürfen nicht geschüttelt werden, denn ihnen droht ansonsten das Baby-Schüttel-Trauma. Folgen davon können schwerste körperliche und geistige Behinderungen oder Atemstillstand sein. Ein Baby kann den Kopf noch nicht alleine halten. Die Nackenmuskulatur ist dafür noch nicht kräftig genug. Durch das Schütteln schlägt daher das Gehirn gegen die Schädeldecke. Schütteln ist körperliche Gewalt! Sie können die Schreizeiten Ihres Säuglings verkürzen, indem Sie sich spielerisch mit dem wachen Kind beschäftigen, das Kind regelmäßig über den Tag verteilt herumtragen, einen regelmäßigen Tagesablauf einhalten, den Blickkontakt des Kindes suchen, leise mit ihm reden oder vorsingen. Sie können Ihrem Kind auch einen Schnuller oder Ihre Finger zum Saugen geben, Ihre Hand auf seinen Bauch legen oder es auf den Arm nehmen, es sanft wiegen und herumgehen.



Haben Sie jedoch das Gefühl, dass Ihr Kind übermäßig schreit, nehmen Sie in jedem Fall Kontakt mit Ihrer Kinderärztin/Ihrem Kinderarzt oder der Kinderklinik auf.
Wenn Sie sich Sorgen um Ihr Baby machen oder die Situation mit dem Baby zu belastend ist, wenden Sie sich an das Kreisjugendamt oder an eine Beratungsstelle.

DAS ALLERWICHTIGSTE
NICHT VERZAGEN!
RUHE BEWAHREN!

BERATUNGSSTELLEN:

- Allgemeiner Sozialer Dienst, Telefon: 02541 18-0
- Kinder- und Jugendnotruftelefon, Telefon: 02541 18-5170
- Gesundheitsorientierte Familienbegleitung
  Telefon: 02541 18-5246 oder Telefon: 02541 18-5230
- Schreiambulanz der Vestischen Kinder- und Jugendklinik Datteln
  Telefon: 02363 4889-110, E-Mail: schreiambulanz@kinderklinik- datteln.de
- Schreiambulanz der Christophorus-Klinik Coesfeld, Telefon: 02541 8947628,
  E-Mail: sek-psychosomatik@christophorus-kliniken.de

FAMILIENWEGWEISER
Informationen und Tipps
für Eltern

4

Kindertages-betreuung

KREISCOESFELD.

kinderleicht !
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

Kindertages-betreuung

Schon in der frühen Kindheit werden die Grundlagen für eine erfolgreiche Entwicklung von Kindern gelegt. Der frühe Zugang zu guter Bildung, Erziehung und Betreuung eröffnet Chancen für eine bestmögliche Zukunft der Kinder. Qualitativ gute und verlässliche Kinderbetreuungsangebote unterstützen und erleichtern die Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

BETREUUNG VON KINDERN

UNTER 3 JAHREN

Jedes Kind hat ab dem 1. Geburtstag einen rechtlichen Anspruch auf einen Betreuungsplatz. Dies kann ein Platz in einer Kita oder in Kindertagespflege sein. Im Jugendamtsbezirk des Kreises Coesfeld wird ein passendes Angebot an Plätzen für Kinder unter 3 Jahren in Kitas und in der Kindertagespflege bereitgestellt.

ÜBER 3 JAHREN

Ab dem 3. Geburtstag hat ein Kind einen rechtlichen Anspruch auf einen Betreuungsplatz in einer Kindertageseinrichtung. Ergänzend können bis zum 14. Lebensjahr Angebote der Kindertagespflege in Anspruch genommen werden.

TIPP

Alle Kitas auf einen Blick finden Sie im Internet unter:
https://mykitavm.trinuts.de/

BETREUUNGS-UMFANG

Sie können dabei wählen, wie lange in der Woche Ihr Kind betreut werden soll. Je nachdem, welchen Bedarf Sie haben und welche Förderung Sie wünschen. Sie können zwischen folgenden Betreuungsumfängen wählen:

- bis zu 25 Wochenstunden,
- bis zu 35 Wochenstunden oder
- bis zu 45 Wochenstunden

Der Betreuungsumfang bedeutet nicht, dass Ihr Kind beliebig einzelne Stunden in der Woche betreut werden kann, bis der gewählte Stundenanteil erfüllt ist. Die Einrichtungen bieten bestimmte zusammenhängende Zeiten (Kernzeiten) an, damit Ihr Kind kontinuierlich gut betreut und gefördert werden kann.

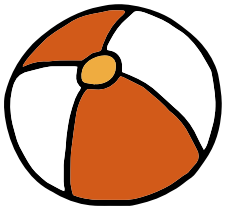
WIE MELDE ICH MEIN KIND FÜR DIE KITA AN?

ANMELDEVERFAHREN

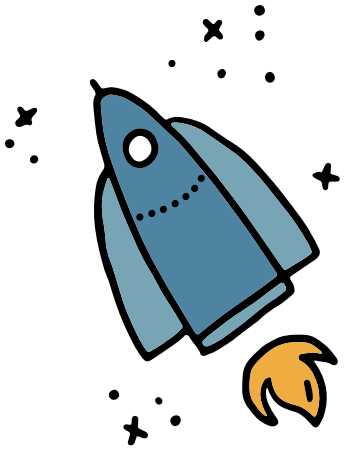
Über https://mykitavm.trinuts.de/ können Sie sich über die Einrichtungen informieren und Ihr Kind online für Ihre Wunsch-Kitas vormerken lassen. Wählen Sie dazu die Kommune Ihres Wohnortes aus und erstellen Sie ein Nutzer-Konto.
Nachdem Sie Ihr Kind online für einen Kita-Platz vorgemerkt haben, müssen Sie in Ihrer Wunsch-Kita ein Anmeldegespräch führen. Erst danach ist Ihr Kind verbindlich angemeldet.

Während des Anmeldezeitraums besteht im Regelfall die Möglichkeit, die Kitas, gern auch gemeinsam mit Ihrem Kind, zu besuchen. So können Sie sich vor Ort ein Bild von der Einrichtung und dem Außengelände, dem Team und dem pädagogischen Konzept der Kita machen. Dazu wird z.B. ein Tag der offenen Tür angeboten oder Sie können einen individuellen Besuchstermin vereinbaren.

Folgende Fragestellungen können für die Auswahl der Wunsch-Kita hilfreich sein:



- Welche Öffnungszeiten hat die Kita und passen diese zu meinen Arbeitszeiten?
- Wie oft und wie lange im Jahr ist die Kita geschlossen?
- Wie groß sind die Gruppen?
- Wie sind die Gruppen dem Alter nach zusammengesetzt?
- Wie viel Personal steht pro Gruppe zur Verfügung?
- Wie sind die Gruppenräume ausgestattet?
- Nach welchem Konzept arbeitet die Einrichtung?
- Gibt es an bestimmten Tagen besondere Aktionen?
- Bleibt für mein Kind genug Zeit für freies Spielen?
- Wie sieht die Gestaltung des Tages-, Wochen- und Jahresablaufes aus?
- Wie wird die Eingewöhnungsphase für mein Kind gestaltet?
- Wie arbeitet die Kita mit den Eltern zusammen?
- Welche zusätzlichen Kosten fallen an (zum Beispiel für Mittagessen)?



Wenn Sie ein Kind mit besonderen Bedürfnissen (zum Beispiel wegen einer Behinderung) haben:

- Wie kann die Einrichtung die speziellen Bedarfe meines Kindes unterstützen?
- Arbeitet die Kita mit Frühförderstellen und/oder therapeutischen Fachkräften zusammen?
- Welche Fördermöglichkeiten gibt es?

WANN MELDE ICH MEIN KIND FÜR DIE KITA AN?

ANMELDEZEITRAUM

Regelmäßig im Herbst finden die Anmeldewochen für das nächste Kindergartenjahr statt, welches am 1. August eines Jahres beginnt.
Zu Beginn eines Kita-Jahres stehen die meisten freien Kita-Plätze zur Verfügung, da zu diesem Zeitpunkt die schulpflichtigen Kinder aus der Kita in die Schule wechseln.
Sollten Sie ausnahmsweise unterjährig einen Kita-Platz benötigen, müssen Sie gegebenenfalls mit Wartezeiten rechnen, bevor ein Platz zur Verfügung steht. Das Jugendamt hat grundsätzlich 6 Monate Zeit, Ihnen einen Betreuungsplatz für Ihr Kind in angemessener Entfernung zu Ihrem Haushalt anzubieten.

HINWEIS

Ein Kindergartenjahr beginnt immer am 1. August.

BEKOMME ICH EINEN KITA-PLATZ FÜR MEIN KIND?

VERGABEVERFAHREN

Die Kindergartenbedarfsplanung erfolgt durch das Kreisjugendamt Coesfeld. Über die Aufnahme der Kinder auf die freien Plätze in einer Kita entscheidet der Träger der Einrichtung in eigener Verantwortung (Trägerautonomie). Dazu werden die jeweiligen Aufnahmekriterien angewendet. Diese Aufnahmekriterien werden durch den Rat der Kindertageseinrichtung festgelegt und sind öffentlich.
Nach Abschluss der Planungen, in der Regel im Januar eines Jahres, erhalten die Eltern eine Rückmeldung. Sie erhalten dann eine schriftliche Zu- oder Absage. Sofern Sie eine Zusage erhalten, können Sie einen Betreuungsvertrag mit der Kita abschließen. Sofern Sie eine Absage erhalten, wird das Jugendamt Sie über das weitere Verfahren entsprechend informieren.

KONTAKT

Kreis Coesfeld | Jugendamt
Kindertagespflege

Telefon: 02541 18-5223

E-Mail: kita@kreis-coesfeld.de

Internet: www.kreis-coesfeld.de
kinderbetreuung.kreis-coesfeld.de
https://mykitavm.trinuts.de

WAS KOSTET MICH EIN KITA-PLATZ?

ELTERNBEITRÄGE

Für die Bereitstellung eines Betreuungsplatzes ist ein Elternbeitrag zu leisten. Die Höhe des Elternbeitrags ist abhängig vom Betreuungsumfang des Kindes und der Höhe des Elterneinkommens. Maßgeblich für die Erhebung der Elternbeiträge ist die Elternbeitragssatzung des Kreises Coesfeld und die aktuelle Elternbeitragstabelle.
Diese finden Sie unter

https://kinderbetreuung.kreis-coesfeld.de/kitas-kindertageseinrichtungen/elternbeitraege.html

TIPP

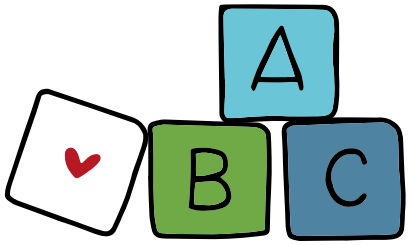
Alle Kitas auf einen Blick finden Sie unter: https://mykitavm.trinuts.de/

FAMILIEN-ZENTREN

TIPP

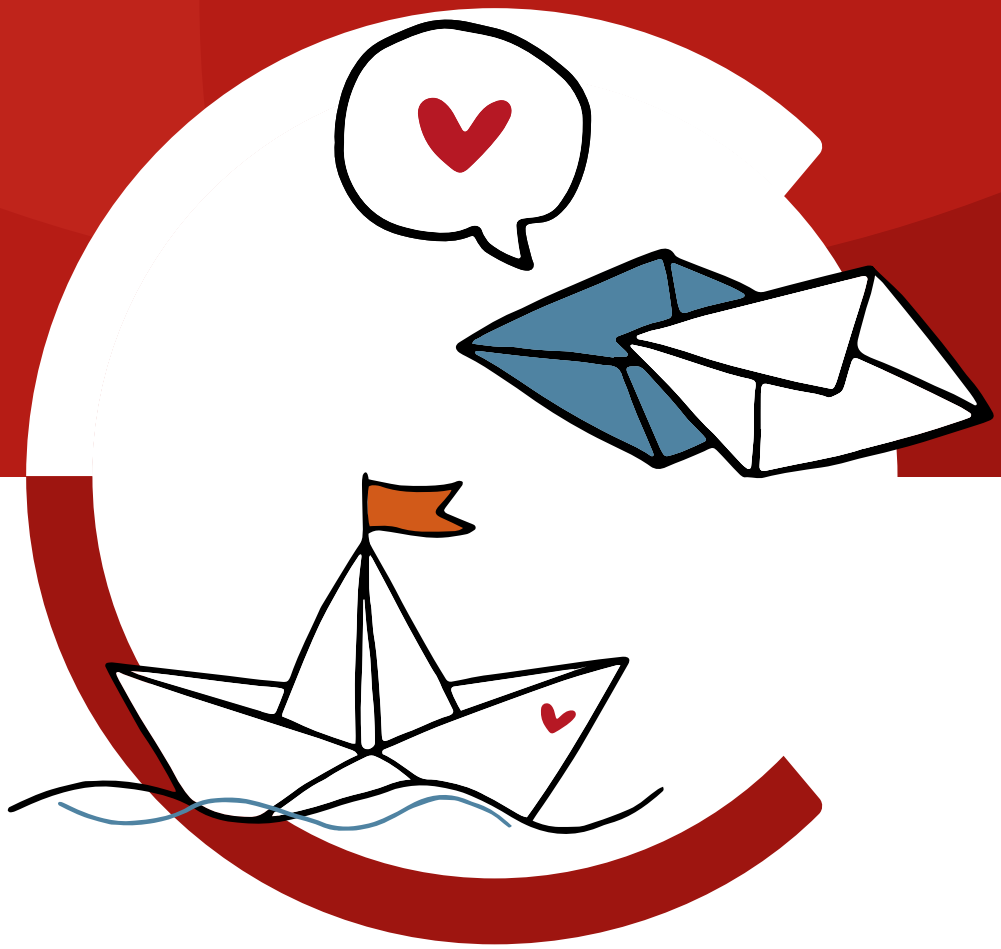
Informieren Sie sich gerne vor Ort in einem Familienzentrum über die meistens kostenlosen Angebote. Unter www.familienzentrum.nrw.de finden Sie sicher ein Familienzentrum in Ihrer Nähe.
Sie können die Angebote der Familienzentren in Anspruch nehmen, unabhängig davon, ob Ihr Kind später in der Einrichtung betreut wird.

Um Familien bei den wachsenden Herausforderungen im Alltag zu unterstützen, gibt es Familienzentren. Dabei handelt es sich um Kindertageseinrichtungen, die zu Familienzentren weiterentwickelt wurden. Sie fördern und unterstützen Familien, indem sie alltagsnahe und gut erreichbare Hilfe- und Unterstützungsangebote gemeinsam mit anderen Anbietern wie Beratungsstellen und therapeutischen Fachkräften erbringen oder vermitteln. So werden z. B. Eltern-Cafés oder Elternveranstaltungen zu pädagogischen Themen wie Mediennutzung oder Ernährung angeboten.



FAMILIENWEGWEISER
Informationen und Tipps
für Eltern

5

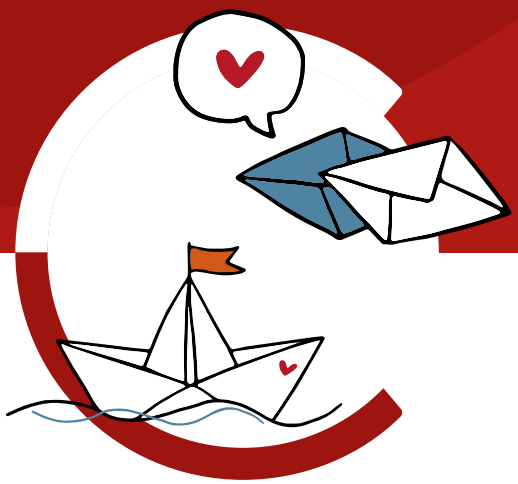


Familienbildung und Freizeit

KREIS COESFELD

kinder**leicht !**
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

Familienbildung und Freizeit



BERATUNG UND BILDUNG FÜR FAMILIEN

Viele Eltern möchten besser verstehen, wie sich ihr Kind entwickelt, wie sie es fördern können und wie sie mit Streit unter Geschwistern oder anderen Problemen umgehen können. Auch Konflikte in der Beziehung oder Schwierigkeiten mit Sorgerecht und Umgangsregelungen sind Gründe für Eltern, um sich Hilfe und Beratung zu suchen. Die Angebote der Familienbildung und Familienberatung können für Eltern eine wichtige Unterstützung sein.

Im Kreis Coesfeld gibt es für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und für ihre Eltern kostenlose Beratungen von unterschiedlichen Stellen. Angebote können oft in der Beratungsstelle oder auch bei Ihnen Zuhause stattfinden – erkundigen Sie sich in Ihrem örtlichen Familienzentrum oder beim Jugendamt des Kreises Coesfeld, welche Möglichkeiten es gibt. Eine anonyme und kostenfreie Beratung finden Sie im Internet unter www.bke.de oder unter www.elternsein.info

TIPP FÜR DAS ELTERN-SEIN:

Auch wenn Ihr Baby viel Aufmerksamkeit benötigt und Sie viele Dinge zu tun haben: wenn es schläft, ist es wichtig, dass Eltern sich Zeit füreinander nehmen.
Mutter und Vater zu sein, kann anstrengend sein.
Sprechen Sie miteinander, nehmen Sie sich Auszeiten aus dem Alltag, verbringen Sie Zeit zu zweit und pflegen Sie Ihre Beziehung.

ELTERN-BRIEFE

Elternbriefe enthalten interessante und wichtige Informationen zur Entwicklung Ihres Kindes und Hinweise zu verschiedenen Familien-Themen.
Die Briefe geben Orientierung bei vielen elterlichen Fragen. Weil jedes Kind anders ist, bieten Elternbriefe keine Lösung für alles, sondern regen dazu an, eigene Lösungen für Probleme zu finden.

Passend zum Alter Ihres Kindes können Sie die **kostenlosen** Elternbriefe per Post bekommen. Im ersten Lebensjahr Ihres Kindes erhalten Sie die Elternbriefe monatlich, danach alle zwei bis drei Monate bis zum 8. Lebensjahr Ihres Kindes. Die Elternbriefe werden durch den Arbeitskreis Neue Erziehung (ANE e.V.) verschickt.

WEITERE INFORMATIONEN:

www.ane.de/elternbriefe

Youtube-Kanal des ANE e.V. mit Video-Clips für Eltern

TIPP

Der Familienwegweiser bietet genug Platz, um die Elternbriefe einzuheften.

FRAGEN DAZU?

Melden Sie sich gerne:
Kreis Coesfeld | Jugendamt
Frühe Hilfen
Telefon: 02541 18-5229
E-Mail:
fruehehilfen@kreis-coesfeld.de

Für das kostenfreie Elternbrief-Abo füllen Sie einfach die Postkarte (vorne im Ordner) aus und schicken diese an die aufgedruckte Adresse oder melden Sie sich online über den folgenden Link an: www.ane.de/bestellservice/elternbrief-abo.

HINWEIS

Die Gutscheinkarte befindet sich vorne im Ordner!

Wo kann ich den Gutschein einlösen?
www.coe.de/gutschein

GUTSCHEIN
FÜR ELTERN- UND FAMILIEN-BILDUNG

Mit dem Gutschein in diesem Familienwegweiser lädt der Kreis Coesfeld Sie ein, ein Angebot der Elternbildung in Anspruch zu nehmen. Der Gutschein **in Höhe von 40 Euro** kann in allen Familienbildungsstätten im Kreis Coesfeld, im Katholischen Bildungswerk und bei vielen anderen Anbietern von Elternbildungsangeboten eingelöst werden. Nehmen Sie an einem Kurs oder einer Veranstaltung teil und lösen den Gutschein **bis zum 3. Lebensjahr** Ihres Kindes ein. Sie können den Gutschein auch für digitale oder Online-Angebote einlösen.

ELTERNSTART
NRW

„Elternstart NRW“ ist ein kostenfreies Angebot für Mütter und Väter mit einem Kind im 1. Lebensjahr. Themen sind zum Beispiel die frühe kindliche Entwicklung, die Eltern-Kind-Beziehung und der Umgang mit neuen und auch anstrengenden Situationen in der Familie. Mütter und Väter tauschen sich untereinander aus und eine pädagogische Fachkraft leitet Gespräche über den Alltag und den Umgang mit einem Säugling.
Ziel von „Elternstart NRW“ ist kein Lernen nach einem festen Lehrplan. Die Kursleiterinnen und Kursleiter greifen die Fragen auf, die die Mütter und Väter mitbringen. „Elternstart NRW“ wird als klassischer Kurs mit festen Zeiten und auch als offener Treff angeboten.

Das Angebot umfasst fünf Termine, die jeweils 90 Minuten dauern.
In jeder Gruppe sind bis zu zehn Teilnehmende mit ihren Kindern.
Anmelden können Sie sich bei den Familienbildungsstätten im Kreis Coesfeld.

WEITERE INFORMATIONEN:

Familienbildungsstätte (FBS) Coesfeld
Marienring 27
48653 Coesfeld
Telefon: 02541 9492-0

FBS Dülmen
Bült 1
48249 Dülmen
Telefon: 02594 97995-300

FBS Lüdinghausen
Mühlenstraße 29
59348 Lüdinghausen
Telefon: 02591 98 90 90

INTERNATIONALE ELTERN-KIND-SPIELGRUPPE „GRIFFBEREIT“

Griffbereit
Familien entdecken gemeinsam Spiel und Sprache

griffbereitmini
von Anfang an gemeinsam

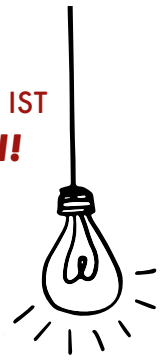
„Griffbereit-Gruppen“ sind internationale Eltern-Kind-Spielgruppen. Sie richten sich an Familien mit und ohne Zuwanderungsgeschichte mit Kindern zwischen 1 und 3 Jahren. In den Griffbereit-Gruppen spielen, singen und malen Kinder miteinander und mit ihren Eltern in den Familiensprachen und in Deutsch. Griffbereit fördert auf diesem Weg die frühe Entwicklung von Kindern durch kleinkindgerechte Aktivitäten und schafft eine wichtige Grundlage für die sprachliche Kompetenz. Die Mehrsprachigkeit wird dabei als Potential der Kinder aufgegriffen.

Griffbereit ist zudem ein Elternbildungsprogramm: In der Gruppe erfahren Eltern, wie sie ihre Kinder in der allgemeinen und sprachlichen Entwicklung stärken können. Griffbereit-Gruppen können in Kindertageseinrichtungen, Familienzentren, Familienbildungsstätten und bei weiteren freien Trägern angeboten werden.

Die Griffbereit-Gruppen im Kreis Coesfeld werden in Kooperation mit den Familienbildungsstätten Coesfeld, Dülmen und Lüdinghausen, dem Sozialdienst katholischer Frauen in Coesfeld und dem Verein für Übermittagsbetreuung angeboten.

Für Kinder im Alter von 0 bis 1 Jahr wird in Lüdinghausen und Coesfeld das Projekt **„griffbereit mini“** angeboten.

DIESES ANGEBOT IST ***KOSTENFREI!***



WEITERE INFORMATIONEN:
Kreis Coesfeld
Kommunales Integrationszentrum

Telefon: 02541 18-9409
02541 18-9412

E-Mail: ki@kreis-coesfeld.de

LESE-START

„Lesestart – 1-2-3“ ist ein bundesweites Programm zur Sprach- und Leseförderung, das sich schon an die Jüngsten richtet. Es wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung finanziert und von der Stiftung Lesen durchgeführt.
Kinder, die mit Büchern und Geschichten aufwachsen, lernen besser lesen und haben mehr Spaß daran. Das ist eine wichtige Voraussetzung für gute Bildungschancen! Deshalb erhalten Eltern drei Mal ein Lesestart-Set mit wertvollen Alltagstipps rund ums Vorlesen und einem Buchgeschenk für ihre Kinder, wenn diese ein, drei und sechs Jahre alt sind.

TIPP

Die Lesestart-Sets gibt es bei teilnehmenden Kinder- und Jugendarztpraxen.
Weitere Informationen unter
www.lesestart.de

AKTION „SPRICH MIT MIR“

TIPP

Sprechen Sie mit Ihrem Kind, lächeln Sie es an und es wird zurück lächeln.

Das Smartphone ist ein ständiger Begleiter. Ein Leben ohne Smartphone oder Handy können sich viele nicht mehr vorstellen. Neben **Vorteilen**, die das kleine Gerät mit sich bringt, wie die einfache Kommunikation mit Familie und Freunden zu jeder Zeit und dem digitalen Zeitvertreib, gibt es jedoch auch **Nachteile**: wenn die digitale Kommunikation sehr viel Zeit einnimmt, bleibt weniger Zeit für den Kontakt zwischen Eltern und Kind. Wenn Eltern das Smartphone statt ihr Kind anschauen, fehlen wichtige Interaktionen. Folgen können Probleme bei der Sprachentwicklung und späteren Konzentrationsfähigkeit der Kinder sein. Gerade für Säuglinge und Kinder ist die emotionale Zuwendung der Eltern deshalb sehr wichtig! Kinder entwickeln ihr Ich-Bewusstsein durch das Miteinander mit ihren wichtigsten Bezugspersonen: den Eltern.

Mit der Aktion **„Sprich mit mir“** sollen Eltern auf die Nutzung von digitalen Medien aufmerksam gemacht werden. Eltern soll auf humorvolle Art gezeigt werden, dass ihr Kind wichtiger ist als das Smartphone.

SPRICH MIT MIR – BABY STATT SMARTPHONE

Auch wenn Ihr Kind noch nicht sprechen kann, ist es wichtig, dass es angesprochen wird, vertraute Stimmen hört und Blickkontakt erhält. Das gibt ihm Sicherheit und ist die Grundlage für eine positive und gesunde, emotionale sowie geistige Entwicklung. **Nichts ist wichtiger als Ihr Kind! Nehmen Sie sich Zeit für Ihr Kind:**

SPRECHEN SIE MIT IHREM KIND!

Das fördert ein anregendes Miteinander und die Freude am Sprechen. Begleiten Sie das Spielen mit Worten. Erzählen Sie Ihrem Kind, was Sie machen und was es selbst tut. Wiederholen Sie seine Laute und Silben, singen kurze Reime vor und wiederholen kleine Melodien.

LESEN SIE IHREM KIND ETWAS VOR!

Während es gespannt der Geschichte zuhört, lernt es ganz nebenbei neue Wörter und Begriffe kennen und nimmt sie in seinen Wortschatz auf. Außerdem werden durch das Vorlesen die Konzentrationsfähigkeit, das Vorstellungsvermögen und das Gedächtnis gefördert.

INFORMATIONEN UND TIPPS

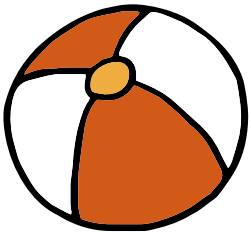
zum Thema Mediennutzung von Kindern gibt die Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung:

SPIELEN IST WICHTIG:

DIY (do it yourself) – SEIFENBLASEN

4 Tassen Wasser
½ Tasse Zucker
½ Tasse Spülmittel
Alles in einer Schüssel mischen.
Aus einem Pfeifenreiniger oder Draht einen Ring formen und los geht’s.

SPIELIDEEN (0-12 MONATE)



Babys mögen es, wenn mit ihnen gespielt wird und sie sich möglichst viel frei bewegen können. Spielen und Bewegung sind dabei oft eins.
Beim Spielen mit Ihrem Baby sind Ihren Ideen kaum Grenzen gesetzt – alles, was Ihnen beiden Spaß macht und Ihr Baby dem Alter entsprechend mitmachen kann, tut ihm gut. Aber orientieren Sie sich beim Spielen an seinen Möglichkeiten und überfordern Sie Ihr Kind nicht: Was Ihr Baby gern spielt und woran es besonders viel Freude hat, hängt vor allem davon ab, welche Fähigkeiten es gerade entwickelt. Die nachfolgenden Altersangaben geben deshalb auch nur grobe Anhaltspunkte. So, wie sich jedes Kind unterschiedlich schnell entwickelt, so können sich auch Neugier und Interesse an bestimmten Spielen zeitlich etwas verschieben und von Kind zu Kind auch unterschiedlich ausgeprägt sein.

WAS SIE BEIM SPIELEN MIT IHREM BABY BEACHTEN SOLLTEN:

- Es ist wichtig, das Baby richtig zu tragen, hochzunehmen und hinzulegen: Solange Ihr Baby das Köpfchen noch nicht selbstständig halten kann, muss es abgestützt werden.
- Vermeiden Sie beim Spielen mit Ihrem Kind auf jeden Fall heftige Bewegungen und Schütteln! Der Hals und das Köpfchen sind noch sehr empfindlich, und durch Schütteln könnte Ihr Baby schwere Verletzungen im Gehirn davontragen.
- Ihr Baby sollte beim Spielen ausgeschlafen und nicht hungrig sein.
- Sprechen Sie beim Spielen mit Ihrem Baby und schauen Sie ihm dabei in die Augen. Erzählen Sie mit einfachen Worten, was Sie gerade machen. Das macht ihm besonderen Spaß und regt gleichzeitig die Sprechfreude an.
- Überfordern Sie Ihr Baby nicht. Es braucht eine ausgewogene Mischung von Anregungen und Ruhepausen. Achten Sie auf die Reaktionen Ihres Babys – es zeigt Ihnen, wenn es genug hat und Ruhe braucht.
- Haushaltssachen sind wunderbare Spielsachen, wenn sie ungefährlich sind.
- Beim Spielen mit Ihrem Kind sollte der Spaß an erster Stelle stehen – nicht irgendwelche „Förderziele“.
- Wichtig: Gerade bei den ganz Kleinen gehören Körperkontakt und Streicheleinheiten zum Spiel dazu.

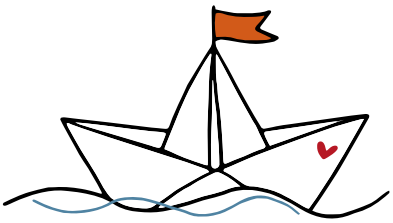
TIPP

Schon Babys lieben wiederkehrende Rituale und Wiederholungsspiele. Wenn Sie Ihr Kind aufmerksam beobachten, zeigt es Ihnen auch, dass Sie zum Beispiel ein Geräusch, Töne oder das Krabbeln der Finger wiederholen sollen. Wenn es spürt, dass es selbst den Anstoß dazu gibt, ist die Freude besonders groß.

FINGERSPIELE

FÜNF FREUNDE
[Eine Hand hoch halten und eine Faust machen; nacheinander kleinen Finger, Ringfinger, Mittelfinger, Zeigefinger und Daumen ausstrecken; zum Schluss eine Faust um den Daumen herum bilden.]
Fünf Freunde sitzen dicht an dicht,
sie wärmen sich, sie frieren nicht.
Der Erste sagt: Ich muss jetzt gehn.
Der Zweite sagt: Auf Wiedersehn.
Der Dritte, der verlässt das Haus.
Der Vierte geht zur Türe raus.
Der Fünfte ruft: Hey ihr, ich frier.
Da wärmen ihn die anderen vier.

SCHNECKE
Erst kommt die Schnecke und kriecht um die Ecke.
[Mit zwei Fingern z. B. den Arm des Kindes hinaufkriechen.]
Dann kommt der Hase und zwickt Dich in die Nase.
[Dem Kind an die Nase stupsen.]
Jetzt kommt der Zwerg, der klettert über'n Berg.
[Dem Kind mit den Fingern über den Kopf krabbeln.]
Zum Schluss kommt der Floh und zwickt dich in den Po!
[Dem Kind sanft in den Po zwicken.]

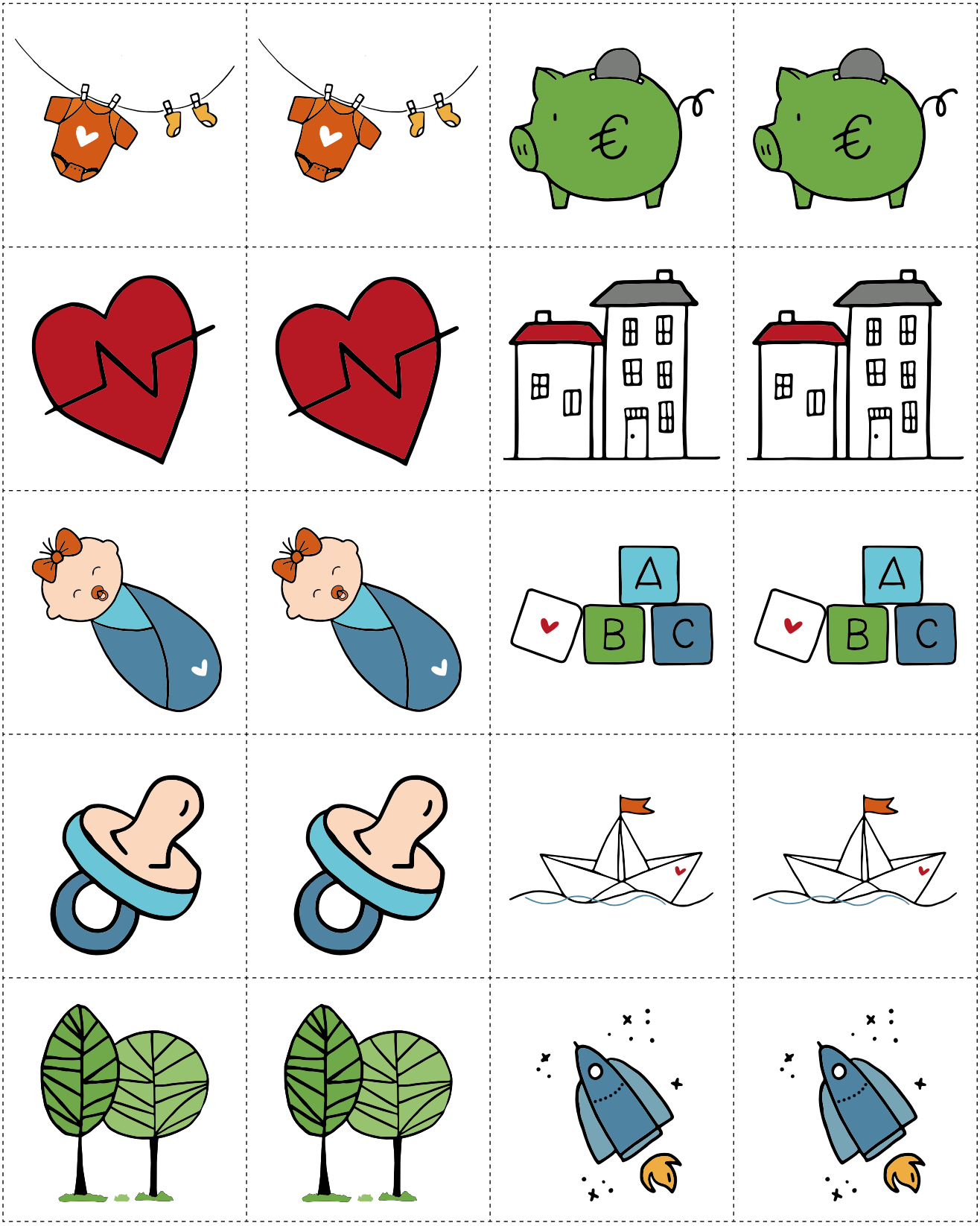


WIE DAS FÄHNCHEN AUF DEM TURME *[Hände drehen]*
Wie das Fähnchen auf dem Turme,
sich kann dreh'n bei Wind und Sturme,
so sollen sich meine Hände dreh'n,
dass es ein Spaß ist, zuzuseh'n.

MEMORY

> **TIPP**
>
> Memory macht besonders viel Spaß mit mindestens zwei Spielern.

Einen Vordruck für ein Memory zum Ausschneiden finden Sie auf der nächsten Seite. Memorys eignen sich für Kinder ab dem 3. Lebensjahr.
Schneiden Sie die Karten entlang der schwarzen gestrichelten Linien aus.
Legen Sie alle Karten verdeckt, mit dem Frühe Hilfen–Logo nach oben, auf einen Tisch.
Nun decken Sie nacheinander jeweils zwei der Karten auf und suchen zusammenpassende Bilder.
Drehen Sie die Karten wieder um und merken sich, welche Bilder wo lagen.
Wenn Sie zwei gleiche Bilder gefunden haben, legen Sie diese zur Seite.
Wer die meisten Pärchen findet gewinnt!


A
B
C
A
B
C

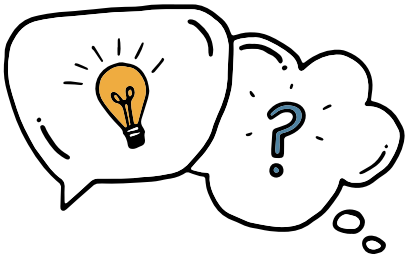
kinderleicht!
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

TIPPS UND INFOS
ZUM THEMA ERNÄHRUNG

ZEHN GUTE GRÜNDE FÜR DAS STILLEN

Stillen bietet einem Baby Nähe, Zuwendung und eine maßgeschneiderte Nahrung: Für die Mehrzahl der Säuglinge ist eine Ernährung ausschließlich durch Muttermilch in den ersten Lebensmonaten genau die richtige Ernährung. Auch danach, wenn das Kind Beikost bekommt, kann und sollte es weiterhin gestillt werden, solange Mutter und Kind dies möchten.

1. Stillen fördert die Bindung zwischen Mutter und Kind. Durch den engen körperlichen Kontakt können sich Mutter und Kind gut kennen lernen und werden rasch miteinander vertraut.
2. Muttermilch bietet eine maßgeschneiderte Ernährung mit allen Nährstoffen in genau der richtigen Zusammensetzung und Menge, wie sie das Baby für seine Entwicklung und sein Wachstum braucht.
3. Muttermilch ist leicht verdaulich und passt sich von allein den Ernährungsbedürfnissen des Babys an.
4. Muttermilch versorgt das Baby mit besonderen Abwehr- und Schutzstoffen, die es vor Krankheiten schützen.
5. Stillen vermindert das Risiko des plötzlichen Kindstodes.
6. Gestillte Kinder neigen Studien zufolge weniger dazu, später übergewichtig zu werden. Stillen kann zudem das Risiko für Durchfall und Mittelohrentzündung senken.
7. Stillen spart Arbeit und Zeit, kostet nichts und ist umweltfreundlich.
8. Stillen macht unabhängig, denn Muttermilch ist auch unterwegs immer verfügbar, hygienisch einwandfrei und hat immer die richtige Temperatur.
9. Stillen kann die Rückbildung der Gebärmutter nach der Geburt beschleunigen und den Blutverlust verringern.
10. Stillen kann für die Mutter das Risiko vermindern, an Brust- und Eierstockkrebs zu erkranken.



TIPP

Setzen oder legen Sie sich bequem hin, mit gutem Halt für Rücken und Arme, die Schultern entspannt. Unterstützung im wahrsten Sinne: Fußbank, Fußhocker, das Hochlegen der Beine, Nackenkissen, Kissen am Rücken und unter den Armen – so wenig oder so viel Sie brauchen.

HAUPTSACHE,
SIE UND IHR BABY FÜHLEN SICH WOHL!

ERNÄHRUNG FÜR DAS BABY

In den ersten 6 Monaten benötigt Ihr Baby nur (Mutter-)Milch. Wann Sie mit der Beikost starten, hängt von der Entwicklung Ihres Babys ab. Beginnen Sie nicht vor dem 5. Lebensmonat und achten Sie auf folgende Anzeichen:

Das Baby zeigt Interesse an Ihrem Essen.
Das Baby kann die Nahrung greifen und in den Mund stecken.
Das Baby kann mit wenig Unterstützung sitzen.
Das Baby schiebt nicht mehr alles mit der Zunge aus dem Mund.

B(r)eikost
Egal, ob Sie Ihrem Baby Brei geben möchten oder direkt mit fester Nahrung vom Familientisch starten, bieten Sie ihm weiterhin nach Bedarf (Mutter-) Milch an. So erhält Ihr Baby alles, was es braucht.
Achten Sie darauf, dass Ihr Kind nicht übermüdet oder zu hungrig ist. Nehmen Sie sich Zeit und haben Sie Geduld.
Besonders zu Beginn der Beikost sollten Sie sich auf Kleckerei einstellen. Ihr Baby möchte die Nahrung mit allen Sinnen erkunden. Damit die Kleckerei schneller beseitigt ist, legen Sie ein Handtuch, Zeitungspapier, eine Gummimatte oder Ähnliches unter den Hochstuhl und ziehen Sie Ihrem Kind ein Lätzchen mit Ärmeln an.

WICHTIG
Lassen Sie Ihr Kind niemals unbeaufsichtigt essen oder im Hochstuhl sitzen.“

Sie können Ihr Baby mit Brei füttern, müssen das aber nicht. Eine gesunde Ernährung kann auch direkt vom Familientisch ohne pürieren und füttern erfolgen. Ihr Baby isst dann selbständig.
Am besten eignet sich Essen in handlichen Stücken oder länglichen Streifen. Setzen Sie Ihr Baby in einen Hochstuhl oder auf Ihren Schoß. Es sollte gut auf den Tisch schauen und das Essen greifen können. Nun darf Ihr Baby selbst entscheiden, was und wie viel es essen möchte.

Das kann Ihr Baby essen:
weiches oder gedünstetes Obst und Gemüse, Fisch und Fleisch (durchgegart!), Kartoffeln, Reis, Nudeln und Brot, hartgekochte Eier, Öl und Butter,
Tipp: Weintrauben oder anderes kleines rundes Obst wird einfach halbiert, damit keine Erstickungsgefahr besteht.

Das sollten Sie vermeiden:
Honig (erst ab 1 Jahr), Zucker, Salz, rohe Eier, Fast-Food, Fertigprodukte, ganze Nüsse und sonstige harte kleine Stücke

Wenn Sie Ihrem Baby am Anfang oder zusätzlich Brei anbieten möchten, bereiten Sie diesen möglichst selbst zu. Nachfolgendes Rezept ist auf den altersentsprechenden Bedarf Ihres Kindes genau abgestimmt und kann in vielen Varianten zubereitet werden. Tauschen Sie Gemüse und Fleisch nach Lust und Laune.

REZEPT

Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei

Zutaten:

100 g	Gemüse (zum Beispiel Karotten, Kürbis, Blumenkohl, Brokkoli, Kohlrabi, Fenchel, Pastinake oder Zucchini)
50 g	Kartoffeln (oder Nudeln, Reis, Getreide)
1,5 EL	Fruchtsaft oder Obstpüree
1 EL	Rapsöl
30 g	Fleisch (zum Beispiel Lamm, Rind, Schwein, Geflügel)

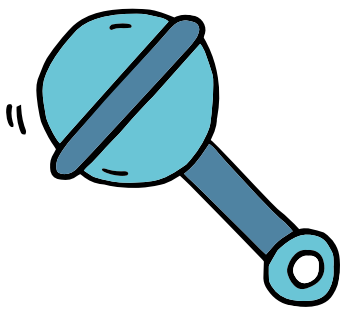
Zubereitung:
Das Gemüse putzen, die Kartoffeln schälen, beides würfeln und zusammen mit dem sehr klein geschnittenen Fleisch oder Tatar mit wenig Wasser garen. Den Fruchtsaft oder das Obstpüree zugeben und alles pürieren. Zum Schluss das Rapsöl unterrühren. Sie können auch 1 bis 2 Mal pro Woche das Fleisch durch grätenfreien Fisch (z. B. durch Lachs) ersetzen.

HINWEIS

Als vegetarische Alternative kann auch das Fleisch weggelassen werden. Stattdessen nach dem Garen 10 g Haferflocken und 2-3 EL Wasser hinzugeben und mitpürieren.
Da Fleisch die beste Nahrungsquelle für Eisen ist, muss bei vegetarischer Ernährung besonders auf eine ausreichende Eisenversorgung geachtet werden.

WARUM DIE NAHRUNG SELBST ZUBEREITEN?

- Sie wissen genau, welche Zutaten und Inhaltsstoffe im Essen für Ihr Kind sind.
- Sie können für eine größere geschmackliche Vielfalt sorgen als mit Fertigprodukten. So kann sich Ihr Baby schon früh an eine breitere Palette von Geschmack und „Mundgefühl“ gewöhnen. Studien zufolge kann eine frühe Vielfalt in der Ernährung dazu beitragen, dass Kinder neue Lebensmittel leichter annehmen.
- Viele Fertigprodukte enthalten zusätzlichen künstlichen Zucker.
- Selbstgemachtes Essen kann nach Lust und Laune mit verschiedenen Obst- und Gemüsesorten gekocht werden.
- Sie können für die ganze Familie kochen. Wer möchte, würzt hinterher nach.



HINWEIS ZUR HYGIENE

Achten Sie darauf, dass alle Küchengeräte sauber und gut abgespült sind.
Wenn Sie größere Mengen auf Vorrat herstellen, frieren Sie diese nach dem Abkühlen sofort portionsweise ein, damit sich keine Keime vermehren. Die Portionen sind bei -18° Celsius bis zu zwei Monate haltbar.

Auf diese Weise haben Sie immer einen Vorrat und können Zeit und Geld sparen.

FAMILIENWEGWEISER
Informationen und Tipps
für Eltern

6

Notfall-Telefonnummern, Adressen und Internetseiten

KREISCOESFELD.

kinderleicht !
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

Notruf-Telefonnummern, Adressen und Internetseiten

NOTFALL-
TELEFONNUMMERN

Notarzt/Feuerwehr	**112**
Polizei	**110**
Giftnotruf Bonn	**0228 1924-0**
Kreispolizeibehörde Coesfeld	**02541 14-0**
Kinder- und Jugendnotruf und Kindeswohlgefährdungen	**02541 18-5170**

HINWEIS

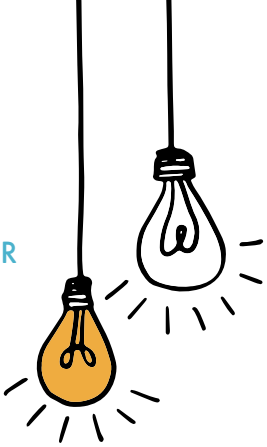
Eine Karte mit Notfallnummern zum Rausnehmen befindet sich auf der Innenseite vom Ordner.
So haben Sie die Rufnummern immer in Sichtweite und griffbereit, zum Beispiel am Kühlschrank oder an Ihrer Pinnwand.

ALLGEMEINE
NOTFALLDIENSTE

Der Notdienst ist über die landesweit einheitliche (kostenfreie) **Telefonnummer 116 117** erreichbar.

Unter dieser Nummer hilft Ihnen medizinisch ausgebildetes Personal weiter. Hierüber kann man auch die fachärztlichen Notfalldienste abfragen und den Hausbesuchsdienst anfordern.

Den **Notdienstkalender der Apotheken** finden Sie im Internet unter: www.akwl.de/notdienstkalender.php



ZUSTÄNDIGE KLINIKEN UND STANDORTE DER NOTFALLPRAXEN:

COESFELD

Notfallpraxis
an den Christophorus-Kliniken in Coesfeld
Südring 41
48653 Coesfeld

Notdienstzeiten:

samstags, sonntags und feiertags	10:00 Uhr – 13:00 Uhr
	16:00 Uhr – 19:00 Uhr

Sprechstunde Kinderärztin/Kinderarzt

montags, dienstags und donnerstags	19:00 Uhr – 21:00 Uhr
mittwochs und freitags	16:00 Uhr – 19:00 Uhr
samstags, sonntags und feiertags	10:00 Uhr – 13:00 Uhr
	16:00 Uhr – 19:00 Uhr

DEN ***NOTDIENST***
ERREICHE ICH
TELEFONISCH
UNTER
116 117

LÜDINGHAUSEN UND DÜLMEN

Notdienstpraxis Lüdinghausen
im Marienhospital
Neustraße 1A
59348 Lüdinghausen

Notdienstzeiten:

samstags, sonntags und feiertags	09:00 Uhr – 13:00 Uhr
	16.00 Uhr – 22.00 Uhr

Notdienstpraxis Dülmen
an den Christophorus-Kliniken
Vollenstraße 10
48249 Dülmen

Notdienstzeiten:

montags, dienstags und donnerstags	19:00 Uhr – 21:00 Uhr
mittwochs und freitags	16:00 Uhr – 19:00 Uhr
samstags, sonntags und feiertags	10.00 Uhr – 13.00 Uhr
	16.00 Uhr – 19.00 Uhr

HILFREICHES

NUMMER GEGEN KUMMER - ELTERNTELEFON

Das Elterntelefon ist ein bundesweites Angebot von Nummer gegen Kummer e.V. – Mitglied im Deutschen Kinderschutzbund.
www.nummergegenkummer.de

0800 1110550

anonym und kostenlos
montags bis freitags
9:00 – 17:00 Uhr
dienstags und donnerstags
9:00 – 19:00 Uhr

SOZIALPSYCHIATRISCHER DIENST

Beim Sozialpsychiatrischen Dienst des Kreisgesundheitsamtes stehen Ihnen Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter sowie ein Facharzt für Psychiatrie und Neurologie als Ansprechpersonen zur Verfügung.
Die Fachkräfte unterstützen

- Menschen mit seelischen Problemen und psychischen Störungen,
- Menschen in Krisensituationen,
- Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen (z. B. Alkohol, Medikamente, illegale Drogen),
- Menschen mit Selbsttötungsgedanken,
- Menschen mit geistigen und körperlichen Behinderungen.

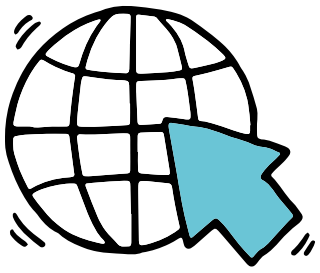
Dabei beraten die Fachkräfte Sie nach Bedarf bei Ihnen Zuhause, im Gesundheitsamt, in Sprechstunden in allen Gemeinden oder Städten des Kreises Coesfeld sowie am Telefon. Alle Gespräche werden vertraulich behandelt und unterliegen der Schweigepflicht.

TIPP

Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner des Sozialpsychiatrischen Dienstes für Ihren Wohnort finden Sie im Serviceportal des Kreises Coesfeld unter:
https://serviceportal.kreis-coesfeld.de
⇒ Dienstleistungen ⇒ Gesundheit
⇒ Sozialpsychiatrischer Dienst

Gesundheitsamt
Sozialpsychiatrischer Dienst
Telefon: 02541 18-0
E-Mail: gesundheit@kreis-coesfeld.de
Internet: www.kreis-coesfeld.de

WICHTIGE INTERNETSEITEN



Arbeiterwohlfahrt Münster-Recklinghausen	www.awo-msl-re.de
Agentur für Arbeit	www.arbeitsagentur.de
Bischöfliche Stiftung Haus Hall	www.haushall.de
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend	www.bmfsfj.de
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung	www.bzga.de
Caritasverband für den Kreis Coesfeld	www.caritas-coesfeld.de
Christophorus-Kliniken, Psychosomatik für Kinder	www.christophorus-kliniken.de/psychosomatik-fuer-kinder-u-jugendliche
Diakonie in Coesfeld und Umgebung	www.diakonie-west.de
Donum Vitae Dülmen - Schwangerenberatungsstelle	www.donumvitae-duelmen.de
Ev. Familienbildungsstätte Münster	www.ev-fabi-ms.de
Ehe-, Familie und Lebensberatung	www.efl-bistum-ms.de
Elternberatung im Internet	www.bke.de

Entlastungsangebot Wellcome	www.wellcome-online.de
Frühförderstellen	www.haushall.de/kinder-jugendliche/fruehfoerderung
Familienzentren finden NRW	www.familienzentrum.nrw.de
Gemeinde Ascheberg	www.ascheberg.de
Gemeinde Havixbeck	www.havixbeck.de
Gemeinde Nordkirchen	www.nordkirchen.de
Gemeinde Nottuln	www.nottuln.de
Gemeinde Rosendahl	www.rosendahl.de
Gemeinde Senden	www.senden-westfalen.de
Haus der Familie (Kursangebote)	www.haus-der-familie-muenster.de
Infos zur Impfung	www.impfen-info.de/
Informationen zu Themen wie Entwicklung, Schlafen, Spielen, Ernährung und U-Untersuchungen	www.kindergesundheit-info.de
Informationen für Menschen mit Behinderung | Lebenshilfe	www.lebenshilfe.de
Jobcenter Kreis Coesfeld	www.jobcenter-kreis-coesfeld.de
Katholische Familienbildungsstätten:	
Coesfeld	www.fbs-coesfeld.de
Dülmen	www.fbs-duelmen.de
Lüdnghausen	www.fbs-luedinghausen.de
Selm	www.fbs-selm.de
Werne	www.fbs-werne.de
Angebote für Familien im Kreis Coesfeld	www.coe.de/chancen
Kinderärzte im Netz	www.kinderaerzte-im-netz.de/startseite
Kreis Coesfeld	www.kreis-coesfeld.de
Kita finden NRW	www.kita.nrw.de/kinder-betreuen/kita-finder
Notdienstkalender für Apotheken	www.akwl.de/notdienstkalender.php
Nummer gegen Kummer	www.nummergegenkummer.de
Mutterschaftsgeld	www.bundesamtsozialesicherung.de/de/mutterschaftsgeld/ueberblick/
ProFamilia	www.profamilia.de/angebote-vor-ort/nordrhein-westfalen/muenster
Stadt Billerbeck	www.billerbeck.de
Stadt Lüdinghausen	www.luedinghausen.de
Stadt Olfen	www.olfen.de
Sozialdienst Katholischer Frauen	www.skf-duelmen.org www.skf-luedinghausen.de
Schuldnerberatung im Netz	www.meine-schulden.de
Stiftung Familienbande - Für Geschwister behinderter und kranker Kinder	www.stiftung-familienbande.de
Stift Tilbeck GmbH - Familienunterstützende Angebote für Menschen mit Behinderungen/Förderbedarf	www.stift-tilbeck.de
Vestische Kinderklinik Datteln	www.kinderklinik-datteln.de
Wiedereinstieg in den Beruf	www.perspektive-wiedereinstieg.de
Wirtschaftsförderung Kreis Coesfeld	www.wfc-kreis-coesfeld.de

FAMILIENWEGWEISER
Informationen und Tipps
für Eltern

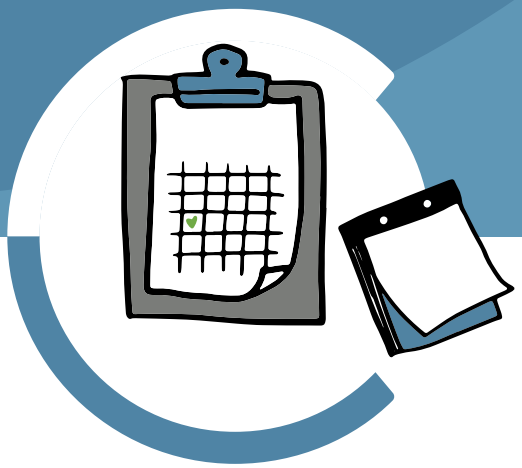
7

Persönliches und Checklisten

KREIS COESFELD

kinderleicht !
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

Persönliches und Checklisten

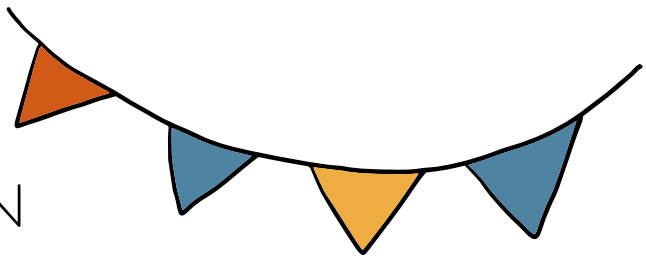


WAS? WANN? WO?
CHECKLISTE FÜR BEHÖRDEN-GÄNGE

Wenn Sie gerade ein Kind bekommen haben, durchleben Sie eine turbulente Zeit. Jeden Tag ist viel zu tun und Sie müssen an vieles denken. Damit Sie nichts verpassen, finden Sie folgend eine Checkliste mit den wichtigsten Aufgaben. Hier können Sie einfach abhaken, was Sie bereits erledigt haben.

CHECK?	WAS?	WANN?	WO?	BENÖTIGTE UNTERLAGEN
○	**Kind anmelden, Geburtsurkunde** *Wichtig, denn die Geburtsurkunde wird für viele Anträge auf (finanzielle) Leistungen benötigt.*	Innerhalb einer Woche nach der Geburt *Möchten Sie mit Ihrem Kind ins Ausland verreisen: dann beantragen Sie auch einen Reisepass.*	Beim Standesamt in Ihrem Wohnort, manchmal auch schon in der Geburtsklinik.	Je nach Standesamt benötigen Sie beispielsweise einen Personalausweis/Pass eines sorgeberechtigten Elternteils, Geld für die Geburtsurkunde und Kopien *Hinweis: Das Standesamt meldet Ihr Kind automatisch beim Einwohnermeldeamt an.*
○	**Mitteilung der Geburt**	So früh wie möglich nach der Geburt	Arbeitgeber/ Schule/ Uni	*Hinweis:* *Schriftlich oder mündlich*
○	**Vaterschafts-anerkennung** *(bei nicht verheirateten Eltern)*	Vor der Geburt oder so früh wie möglich nach der Geburt	Kreis Coesfeld Jugendamt Friedrich-Ebert-Str. 7 48653 Coesfeld	Personalausweise, Geburtsurkunde von Mutter und Vater, ggf. Geburtsurkunde des Kindes, Zustimmung der Mutter Vor der Geburt: Mutterpass
○	**Sorgerechts-erklärung** *(bei nicht verheirateten Eltern)*	Vor der Geburt oder so früh wie möglich nach der Geburt	Kreis Coesfeld Jugendamt Friedrich-Ebert-Str. 7 48653 Coesfeld	Personalausweise, Geburtsurkunde von Mutter und Vater, ggf. Geburtsurkunde des Kindes, Zustimmung der Mutter Vor der Geburt: Mutterpass

CHECK?	WAS?	WANN?	WO?	BENÖTIGTE UNTERLAGEN
○	**Anmeldung bei der Krankenkasse**	So früh wie möglich nach der Geburt	Bei der Krankenversicherung der Mutter oder des Vaters	Geburtsurkunde des Kindes, ggf. Vaterschaftsanerkennung, wenn Ihr Kind über den Vater familienversichert werden soll.
○	**U-Untersuchungen wahrnehmen**	Ab der Geburt	In der Kinderarztpraxis	Gelbes U-Heftchen, Impfpass *U-Untersuchungen sind wichtig, um zu kontrollieren, ob sich Ihr Kind gesund und altersentsprechend entwickelt.*
○	**Kindergeld** *Dieses stellt die grundlegende Versorgung Ihres Kindes sicher.*	Zeitnah nach der Geburt *Kindergeld wird bis zu 3 Monate rückwirkend gezahlt.*	Familienkasse der Agentur für Arbeit Holtwicker Str. 1 48653 Coesfeld	Geburtsbescheinigung, Geburtsurkunde, Antrag auf Kindergeld *Kindergeld online beantragen unter: www.kindergeld-online-beantragen.de* *Hinweis: Wenn Sie ein geringes Einkommen haben, können Sie einen Kinderzuschlag erhalten.*
○	**Elterngeld** Dieses *gleicht Ihr fehlendes Einkommen aus, wenn Sie nach der Geburt für Ihr Kind da sein möchten.*	Zeitnah nach der Geburt *Elterngeld wird bis zu 3 Monate rückwirkend gezahlt.*	Kreis Coesfeld Elterngeldstelle Friedrich-Ebert-Str. 7 48653 Coesfeld	Geburtsbescheinigung (mit Verwendungszweck „Elterngeld“/ „soziale Zwecke“), Geburtsurkunde, Antrag auf Elterngeld, Lohn-/ Gehaltsbescheinigung der letzten 12 Monate vor Mutterschaftsgeld *Elterngeld kann auch online beantragt werden: www.familienportal.nrw/elterngeld*
○	**Elternzeit**	**Mutter:** spätestens 7 Wochen vor Ende des Mutterschutzes **Vater:** spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit	Beim der/dem jeweiligen Arbeitgeber/in	Schriftliche Mitteilung *Hinweis: Mit der Mitteilung müssen Sie Ihre Elternzeit bis zum 2. Geburtstag des Kindes festlegen.*



PLATZ FÜR
PERSÖNLICHE UNTERLAGEN

Unter diesem Register können Sie die Elternbriefe des Arbeitskreises Neue Erziehung e.V. abheften. Zudem haben Sie Platz für alle wichtigen Unterlagen, die mit der Geburt oder dem ersten Lebensjahr Ihres Kindes zu tun haben.

ICH FREUE MICH
AUF MEIN ERSTES
SPANNENDES LEBENSJAHR

INFOS ZU MEINEM KIND

Hallo, ich bin .....

Ich bin am ..... in ..... geboren.

Meine Eltern heißen .....

und .....

Bei meiner Geburt wog ich ..... Gramm

und war ..... cm groß.

Ich esse gerne .....

Ich schlafe .....

Besonders gut kann ich .....

.....

Am meisten interessiert mich .....

.....

Meine Kinderärztin/Mein Kinderarzt heißt .....

Meine Hebamme heißt .....

Ein Foto von mir!

HIER BIN ICH

.....

MONATE ALT

FAMILIENWEGWEISER
Informationen und Tipps
für Eltern

8

Informationen vor Ort

KREIS COESFELD

kinderleicht !
Frühe Hilfen im Kreis Coesfeld

kreis-coesfeld.de

NOTRUF NUMMERN.

Notarzt/Feuerwehr	112
Polizei	110
Giftnotruf Bonn	0228 1924-0
Kreispolizeibehörde Coesfeld	02541 14-0
Kinder- und Jugendnotruf und akute Kindeswohlgefährdungen	02541 18-5170

KREIS COESFELD.

MÜNSTERLAND. DAS GUTE LEBEN.

kreis-coesfeld.de

MEINE NOTRUF NUMMERN.

Kinderarzt ..... Tel. .....

..... Tel. .....

..... Tel. .....

..... Tel. .....

..... Tel. .....

..... Tel. .....

..... Tel. .....

..... Tel. .....

Kreis Coesfeld | Der Landrat
Jugendamt
Schützenwall 10 | 48653 Coesfeld

© Kreis Coesfeld, April 2024
Foto Titel: Alexandr Vasilyev – stock.adobe.com

Herausgeber:

KREIS COESFELD

Kreis Coesfeld
Der Landrat
Jugendamt
Schützenwall 10
48653 Coesfeld

© Foto Titel: Alexandr Vasilyev – adobe.stock.com

gefördert durch das

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Bundesstiftung
Frühe Hilfen

Gefördert vom:

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend