



Mettmanner Familienbegleitbuch

Gut begleitetet bei den ersten Schritten.



Liebe Eltern,

Als Bürgermeister der Stadt Mettmann gratuliere ich herzlich zur Geburt Ihres Kindes. Ich freue mich mit Ihnen, einen neuen Erdenbürger in Mettmann begrüßen zu können und wünsche Ihnen als Familie einen guten Start.

Ein Kind verändert die Welt. Die Geburt Ihres Kindes hat sicherlich auch Ihr Leben schon beeinflusst. Mit der neuen Lebenssituation tauchen Fragen und Unsicherheiten auf. Bestimmt ist auch Ihr Bedürfnis nach Informationen groß.

Mit dem Besuch unserer Fachkraft und der Überreichung des Babybegrüßungspaketes der Stadt Mettmann möchte ich Ihnen versichern, dass Sie mit eventuellen Fragen und Unsicherheiten nicht alleine sind. In der Stadt Mettmann gibt es ein umfassendes Beratungs- und Betreuungsangebot für Eltern und Kinder.

Das Elternbegleitbuch enthält eine Reihe von wertvollen Informationen.

Sie werden sehen, dass es in Mettmann eine Vielzahl von kinder- und familiengerechten Angeboten der unterschiedlichen Träger und Institutionen gibt.

Ich hoffe, dass die überreichten Informationen Ihnen bei den ersten Fragen rund um Ihr Kind behilflich sind. Zögern Sie bitte nicht, die Mitarbeiterin des Besuchsdienstes bei Fragen anzusprechen oder im Bedarfsfall die angebotenen Hilfen wahrzunehmen.

Mein Wunsch ist, dass es allen Kindern, insbesondere den Kleinsten unter ihnen, in unserer Stadt gut geht.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihrem Kind alles erdenklich Gute.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr *Bernd Günsler*



Wirtschaftliche Hilfen



Elterngeld und Betreuungsgeld

Elterngeld

Wenn Sie sich als Mutter oder Vater entscheiden, für die Betreuung Ihres neugeborenen Kindes in Elternzeit zu gehen, haben Sie Anspruch auf Zahlung von Elterngeld.

Das Elterngeld ersetzt 65% des bisherigen Nettoerwerbseinkommens, höchstens jedoch 1.800 Euro und mindestens 300 Euro.

ACHTUNG: bei Familien im SGB II-Bezug (Hartz IV) wird das Elterngeld auf die Sozialleistung angerechnet! Es muss dennoch beantragt werden, da es als Leistung vorrangig zur Sozialleistung gilt. Das Jobcenter hat aber einen Erstattungsanspruch.

Gezahlt wird das Elterngeld bis zu 14 Monate nach der Geburt. Diese Zeit können Sie sich als Eltern frei untereinander aufteilen. Ein Elternteil alleine kann jedoch nur maximal zwölf Monate der Zeit in Anspruch nehmen.

ACHTUNG: Alleinerziehende mit alleinigem Sorgerecht können das Elterngeld für 14 Monate beziehen.

Eine Teilzeitbeschäftigung von bis zu 30 Stunden pro Woche ist möglich. Das Elterngeld wird in diesem Fall gekürzt.

Kreisverwaltung Mettmann Der Landrat

- Abteilung Elterngeld -
Düsseldorfer Straße 47
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 99 - 34 35
elterngeld@kreis-mettmann.de

Betreuungsgeld

Betreuungsgeld können Sie vom 15. Lebensmonat ihres Kindes bis maximal zum 36. Monat beantragen, wenn Sie für ihr Kind keine Kindertagespflege oder keinen Kindergarten in Anspruch nehmen.

ACHTUNG: Elterngeld und Betreuungsgeld können nur nacheinander bezogen werden!

- Das Betreuungsgeld ist unabhängig von einer Erwerbstätigkeit.
- Es beträgt ab 1. August 2014 150 Euro monatlich.

Voraussetzung für ausländische Bürgerinnen und Bürger für den Bezug von Elterngeld und Betreuungsgeld ist der Besitz eines sogenannten „qualifizierten Aufenthaltstitels“.

Den Antrag finden Sie online unter:

www.kreis-mettmann.de/soziales

- Elterngeld
- Betreuungsgeld

Kreisverwaltung Mettmann Der Landrat

Sozialamt / Betreuungsgeld
Düsseldorfer Straße 47
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 99 - 21 91

Anträge und Informationen erhalten Sie beim Sozialamt des Kreises sowie im Jugendamt und im Bürgerbüro der Stadt Mettmann.



Kindergeld und Kinderzuschlag

Kindergeld

Eltern erhalten Kindergeld, wenn sie ihren Hauptwohnsitz in Deutschland haben.

Das Geld gibt es für alle Kinder bis zum 18. Lebensjahr, für Kinder in der Ausbildung bis zum 25. Lebensjahr.

Für Kinder, die wegen einer Behinderung nicht in der Lage sind, sich selbst zu unterhalten, erhalten Sie zeitlich unbegrenzt Kindergeld.

Das Kindergeld beträgt :

für das 1. und 2. Kind	184,00 Euro
für das 3. Kind	190,00 Euro
für das vierte und jedes weitere	215,00 Euro

Ausgezahlt wird das Kindergeld an den Elternteil, bei dem das Kind lebt.

Lebt das Kind mit beiden Elternteilen zusammen, können Sie bestimmen, wer von beiden das Kindergeld erhalten soll.

Das Kindergeld wird bei der Familienkasse beantragt.

Für Mettmann ist das die **Familienkasse Düsseldorf**

Postanschrift:

Postfach 101130
40002 Düsseldorf

Besucheradresse:

Grafenberger Allee 300
40237 Düsseldorf

Viele Anliegen können Sie jetzt aber auch telefonisch von zu Hause erledigen.

Persönliche Auskünfte rund um das Kindergeld oder den Kindergeldzuschlag erhalten Sie unter der Service-Nummer: 0800 4 5555 30 (Mo. bis Fr. von 8-18 Uhr).

Die Zahlungstermine erfahren Sie unter der Service-Nummer 0800 4 5555 33 (Mo. bis So. von 0-24 Uhr)

Wer im öffentlichen Dienst beschäftigt ist, beantragt das Kindergeld bei seiner Personalstelle.

Kinderzuschlag

Für einkommensschwache Familien hat die Bundesregierung 2005 einen Kinderzuschlag eingeführt.

Den Kinderzuschlag können Sie beanspruchen, wenn Sie zwar Ihren eigenen Unterhalt, nicht aber den Ihrer Kinder sicherstellen können.

Weiter Informationen sowie einen Kinderzuschlagsrechner finden Sie unter :

www.bmfsfj.de

Unterhaltsvorschuss

Hilfe für Alleinerziehende

Wenn Sie alleinerziehend sind und vom anderen Elternteil keinen oder keinen ausreichenden Unterhalt erhalten, hat Ihr Kind Anspruch auf einen Unterhaltsvorschuss.

Das bedeutet, dass die Stadt Ihnen ersatzweise eine Unterstützung zahlt und prüft, ob sie dieses Geld von dem Elternteil zurückfordert, das nicht gezahlt hat.

Unterhaltsvorschuss wird maximal 72 Monate gewährt.

Für Kinder ab dem 12. Lebensjahr gibt es keine Unterhaltsvorschussleistungen.

Für ausländische oder staatenlose Kinder gelten besondere Regeln.

Ansprechpartnerinnen:

Kreisstadt Mettmann
Fachbereich Jugend, Familie und Soziales
Neanderstraße 85
40822 Mettmann

Sabine Affüpper und Pelle Köpke
Raum 14 b
Tel.: 0 21 04 / 980 - 446

Nähere Informationen erhalten Sie zu den Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.	9:00 - 12:00 Uhr
Mo., Di., Mi.	14:00 - 15:30 Uhr
Do.	14:00 - 17:30 Uhr

Bildung und Teilhabe

Wenn Sie und oder ihre Kinder

- Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld
- Sozialhilfe (SGB XII)
- Kinderzuschlag oder Wohngeld

erhalten, können Sie zusätzliche Unterstützung für

- Ausflüge / Klassenfahrten mit Schule und Kindergarten
- Schulsachen
- Nachhilfe
- Zuschuss zum Mittagessen in Schule und Kindergarten
- Sport und Freizeitangebote (Kursgebühren, Mitgliedsbeiträge)

erhalten.

Ihr Ansprechpartner :

Jobcenter
Herr Lukas
Tel.: 0 21 04 / 1397 - 130

Beziehen Sie Wohngeld oder Kinderzuschlag, stellen Sie den Antrag im Rathaus:

Kreisstadt Mettmann
Neanderstraße 85
40822 Mettmann

Ihre Ansprechpartnerin:

Daniela Glar
Zimmer N 14
Tel.: 0 21 04 / 980 - 459



Wohngeld

Wenn das Einkommen nicht ausreicht, eine angemessene und familiengerechte Wohnung zu finanzieren, können Sie einen „Mietzuschuss“ erhalten.

Damit sollen die Wohnkosten für einkommensschwache Haushalte unterstützt werden.

Das Wohngeld gibt es nicht für Menschen im Arbeitslosengeld II Bezug.



Ansprechpartnerin:

Kreisstadt Mettmann

Abt. 4.3.1 - Sozialabteilung - Wohnungswesen

Neanderstraße 85

40822 Mettmann

Sigrid Ueberacher

Tel.: 0 21 04 / 980 - 455

Nähere Informationen erhalten Sie zu den Öffnungszeiten:

Mo., Mi., Do., Fr. 9:00 - 12:00 Uhr

Do. 14:00 - 17:30 Uhr

Arbeitslosengeld II (Hartz IV)

Sofern Ihnen kein ausreichendes Einkommen für den Lebensunterhalt zur Verfügung steht, haben Sie unter Umständen Anspruch auf Arbeitslosengeld II.

Voraussetzung ist, dass mindestens eine Person in Ihrer Haushaltsgemeinschaft erwerbsfähig ist, d.h. keine gesundheitlichen Gründe gegen eine Erwerbstätigkeit von mindestens drei Stunden täglich sprechen.

Ob eine Erwerbsfähigkeit wegen der Betreuung von Kindern nicht möglich ist, spielt dabei keine Rolle.

Arbeitslosengeld II ist abhängig von Ihrem Einkommen und Vermögen.

Grundlage für die Entscheidung ist das Sozialgesetzbuch 2. Buch (SGB II).

Adresse:

Jobcenter Me – aktiv
Geschäftsstelle Mettmann
Seibelstraße 11-13
40822 Mettmann

Ansprechpartner:

Teamleitung
Herr Becker Tel.: 0 21 04 / 1376 -163

Buchstaben A-C
Frau Krahl Tel.: 0 21 04 / 1376 -150

Buchstaben D-Hei
Frau Becker Tel.: 0 21 04 / 1376 -162

Buchstaben Hej-K
Frau Bauer Tel.: 0 21 04 / 1376 -112

Buchstaben L-Pa
Herr Kemaloglou Tel.: 0 21 04 / 1376 -137

Buchstaben Pb-Se
Herr Weber Tel.: 0 21 04 / 1376 -119

Buchstaben Sf-Z
Frau Dehnel Tel.: 0 21 04 / 1376 -135

Sozialagentur

Sofern Sie erwerbsunfähig sind und Ihnen kein ausreichendes Einkommen für Ihren Lebensunterhalt zur Verfügung steht, besteht unter Umständen Anspruch auf Hilfe zum Lebensunterhalt.

Dies ist im Sozialgesetzbuch 12. Buch (SGB XII) geregelt.

Sozialhilfeleistungen sind abhängig von Ihrem Einkommen und Vermögen.

Aufgabengebiete

- Gewährung von Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch (SGB) XII:
 1. Hilfe zum Lebensunterhalt für vorübergehend Erwerbsunfähige
 2. Grundsicherung
 3. Hilfe in besonderen Lebenslagen
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylBLG)
- Ausstellung von Sozialpässen
- Bildung und Teilhabe

Anschrift

Stadtverwaltung Mettmann
- Sozialagentur -
Neanderstr. 85
40822 Mettmann

AnsprechpartnerInnen:

Sachgebietsleiterin
Anja Karp Tel.: 0 21 04 / 980 - 461

MitarbeiterInnen
Ute Bethge Tel.: 0 21 04 / 980 - 465
Anja Gleißner Tel.: 0 21 04 / 980 - 463
Brigitta Krause Tel.: 0 21 04 / 980 - 462

Schuldner- und Insolvenzberatung

Schuldnerberatungsstellen arbeiten kostenfrei und vertraulich.

Voraussetzung für eine Unterstützung ist

- Offenlegung der persönlichen und finanziellen Situation
- Einhalten getroffener Vereinbarungen
- Bereitschaft, sich mit dem eigenen Konsumverhalten auseinanderzusetzen

Neben der Beratung und Unterstützung bei bereits bestehender Überschuldung wird vorbeugende Hilfe angeboten, wie man Überschuldung vermeiden kann.

Schuldner- und Insolvenzberatungsstelle der Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann gGmbH

Bismarkstraße 39
40822 Mettmann
Tel.: 0 21 04 / 2 33 53 35

Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V. Nah am Nächsten

Johannes-Flintrop-Straße 19
40822 Mettmann
Tel.: 0 21 04 / 92 62 38

Ansprechpartner:
Herr Beyll

Mo. 9:00 - 11:00 Uhr
Di. 15:00 - 17:00 Uhr



Hier finden Sie günstige Second-Hand Kinderkleidung:

SKFM „Der Laden“

Neanderstraße 68-72
40822 Mettmann
Tel.: 0 21 04 / 14190

Kleidung für Schwangere, Erwachsene,
Kinderkleidung Gr. 56 bis 176; Spielsachen,
Babyausstattung, je nach Jahreszeit Karneval,
Kommunikationskleidung

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 9:00 - 18:00 Uhr

Kindersachentrödelmärkte

Mehrmals jährlich in der Stadthalle Mettmann

Termine erfahren Sie über
www.mettmann.de

Märkte in der Umgebung erfahren Sie unter
www.Marktcom.de

Kaufhaus der Mettmanner

Neander Diakonie
Bahnstraße 20
Tel.: 0 21 04 / 17 30 90

Kleidung für Kinder von Gr. 48 bis 176, Kleidung für
Erwachsene, Spielsachen, Babyausstattung, Möbel,
Deko, Teppiche, je nach Jahreszeit Karneval,
Kommunikationskleidung

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr. 9:30 - 18:00 Uhr

Mi. 9:30 - 15:00 Uhr

Sa. 9:30 - 13:00 Uhr

Kinderschutzbund Mettmann

Kurze Straße 6
Tel.: 0 21 04 / 7 20 10

Kleidung für Babys und Kinder bis Größe 176,
Kleidung für Erwachsene; Kinderspielsachen,
Babyausstattung;

Öffnungszeiten:

Di.: 16:30 - 17:30 Uhr

Mi.: 9:00 - 11:00 Uhr

Do.: 9:00 - 11:00 Uhr

Kinder- und Erwachsenenkleidung
als Spende können während der Bürozeit
Mo., Di., Do., Fr. von 9 - 12 Uhr
abgegeben werden.

Die Tafel

Die Tafel versorgt bedürftige Bürger der Stadt Mettmann.

Täglich sind ehrenamtliche Fahrer unterwegs und sammeln Lebensmittel ein, die im Handel nicht mehr verkauft werden können. Dazu zählen Backwaren vom Vortag, Milchprodukte, Obst, Gemüse, Konserven und Hygieneprodukte.

Alle Spenden werden täglich gesichtet, sortiert und eingelagert.

Gast der Mettmanner Tafel kann jeder werden, dessen Familieneinkommen im Rahmen festgelegter Einkommensgrenzen liegt. Gegen Vorlage eines Einkommensnachweis erstellt die Tafel einen Berechtigungsschein. Dieser ist ein Jahr gültig und die Voraussetzung, um die Tafel für einen Betrag von 2 Euro pro Besuch in Anspruch zu nehmen.

Für Fragen und Informationen
steht Ihnen die Tafelleitung zur Verfügung.

Mettmanner Tafel

Gisela Fleter

Römerstraße 2
40822 Mettmann

Tel.: 021 04 - 23 35 311

Tel.: 021 04 - 14 54 27

Mobil 0162 - 48 74 388

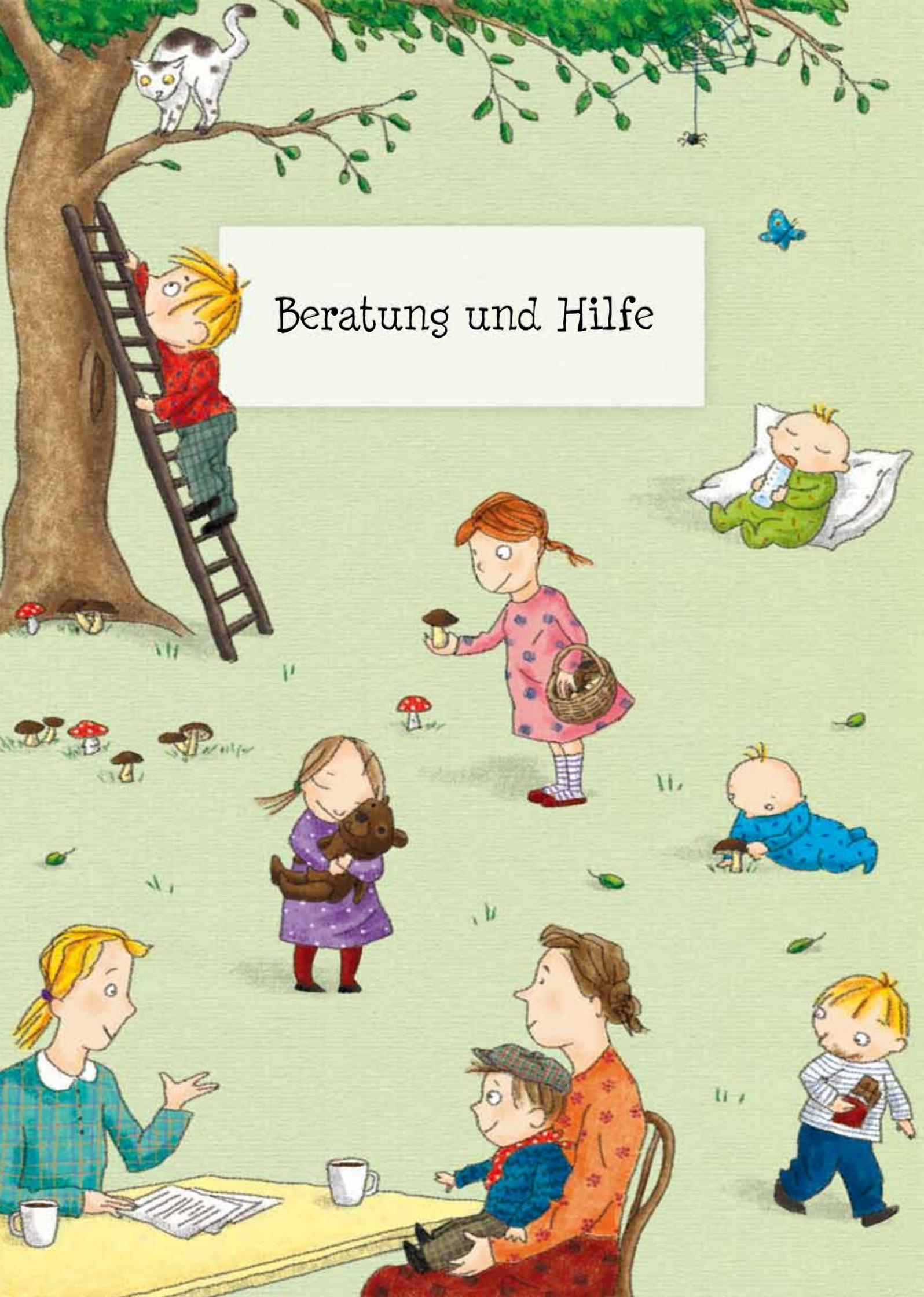
g.fleter@diakonie-kreis-mettmann.de

Öffnungszeiten:

Di. 11:00 - 12:30 Uhr

Sa. 10:00 - 12:00 Uhr





Beratung und Hilfe

„Frühe Hilfen“ der Stadt Mettmann

Baby-Begrüßungsdienst

In Mettmann werden jedes Jahr ca. 270 Kinder geboren. Jede Familie eines neugeborenen Kindes wird von einer Mitarbeiterin der Stadt Mettmann aus dem Bereich Jugendhilfeplanung und Prävention besucht, welche sich ca. 4 Wochen nach der Geburt bei der Familie schriftlich ankündigt.

Ziel des Besuches ist es, den Familien wertschätzend und ressourcenorientiert Unterstützung anzubieten, individuell Hilfsangebote vorzustellen und nach Wunsch diese zu vermitteln bzw. den ersten Kontakt zu begleiten.

Außerdem bekommt jedes Neugeborene ein kleines Willkommensgeschenk mit Grußworten des Bürgermeisters überreicht. Die Mitarbeiterin ist offen für Anregungen, Mettmann noch familienfreundlicher zu gestalten. Das heißt, die Familien haben bei dem Besuch die Möglichkeit, ihre Wünsche und evtl. fehlende Angebote zu äußern. Somit kann langfristig der Bedarf – an den Familien orientiert – noch besser gedeckt werden.

Wenn Sie mit Ihrem Baby neu nach Mettmann gezogen sind, können Sie sich gern bei der Mitarbeiterin des Babybegrüßungsdienstes melden.



Cornelia Solenski

Rathaus-Anbau
Zimmer N 109

Neanderstraße 85
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04/980 - 456

Fax: 0 21 04/980 - 756

cornelia.solenski@mettmann.de

Familienhebamme

Familienhebammen sind staatlich examinierte Hebammen mit einer Zusatzqualifikation. Diese befähigt sie dazu, Eltern und Familien mit besonderen Bedürfnissen zu betreuen und zwar bis zu einem Jahr nach der Geburt eines Kindes. Diese Tätigkeit der Familienhebamme ist für die Familie kostenfrei.

Zielgruppen

Familien, die durch gesundheitlich-medizinische, soziale oder psychosoziale Belastungen erhöhten Unterstützungsbedarf haben. Hierzu zählen u.a.

- minderjährige Schwangere / Mütter
- Familien in besonders schwierigen Lebenssituationen
- Psychisch und anderweitig chronisch Erkrankte
- Geistig und körperlich behinderte Familienmitglieder
- Flüchtlinge
- Familien mit Suchtproblematik
- Frühgeborene oder krank geborene Kinder

Hilfeangebot

- Betreuung während der gesamten Schwangerschaft, im Wochenbett und bei Bedarf bis zum vollendeten 1. Lebensjahr des Kindes
- Informationen über Geburtsvorbereitung und Kursangebote vor, während und nach der Schwangerschaft
- Beratung und Aufklärung etwa zu Ernährungsfragen oder Vorsorgeuntersuchungen
- Still- und Ernährungsberatung
- Informationen über die Entwicklung des Kindes und seiner möglichen Förderung
- Vermittlung und Begleitung bei Arztbesuchen und Behördengängen
- Unterstützung darin, das Wohlbefinden und die Gesundheit der ganzen Familie zu stärken und zu fördern
- Hilfestellung, sich an das Baby und die neuen Aufgaben zu gewöhnen
- Hilfe, eine gute Beziehung zum Kind aufzubauen
- Anleitung dazu, das Kind noch besser „im Blick zu haben“
- Motivation und Stärkung in Situationen, wenn einem alles „über den Kopf wächst“
- Die Möglichkeit, gemeinsam Hilfesysteme für die Zukunft aufzubauen

Bundesinitiative
Frühe Hilfen 

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Der Einsatz der Familienhebamme wird koordiniert von der Netzwerkkoordinatorin der Frühen Hilfen der Stadt Mettmann.

Cornelia Solenski

Rathaus-Anbau
Zimmer N 109

Neanderstraße 85
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04/980 - 456
Fax: 0 21 04/980 - 756

cornelia.solenski@mettmann.de

Jugendamt

Kommunaler Sozialdienst (KSD)

Der Kommunale Sozialdienst der Kreisstadt Mettmann berät und hilft mit eigenen Fachkräften in schwierigen Lebenssituationen.

Unsere Hilfe steht allen Mettmanner Bürgerinnen und Bürgern – ungeachtet des Alters und der Staatsangehörigkeit – zur Verfügung.

Wir beraten Sie kostenlos und vertraulich.

Wir beraten und unterstützen Sie bei:

- wirtschaftlichen Notsituationen
- Familien- und Partnerkonflikten
- Schwierigkeiten in der Versorgung und Erziehung von Kindern
- Ehescheidung / Familientrennung / Sorgerechtsregelungen
- Wohnproblemen und Obdachlosigkeit
- Lebenskrisen und seelischer Not
- Strafverfahren bis zum 21. Lebensjahr

Vermittlung

Wir vermitteln Ihnen unterschiedliche Hilfen wie:

- Versorgung von Familien in Notsituationen
- Ehe- und Erziehungsberatung
- Schulpsychologische Beratung
- Ambulante Haus-, Kranken- und Altenpflege
- Stationäre und teilstationäre Versorgung
- Erholung
- Schuldnerberatung

Schutz

Wir schützen Kinder, Jugendliche und hilfebedürftige Personen bei:

- Gewalt
- Gefährdung
- Unterversorgung

Ihr(e) Ansprechpartner(innen)

Christof Alipaß	Tel.: 021 04 / 980 - 442
Melanie Berenwinkel	Tel.: 021 04 / 980 - 443
Susanne Butzke	Tel.: 021 04 / 980 - 440
Claudia Erkens	Tel.: 021 04 / 980 - 441
Vera Freymann-Iven	Tel.: 021 04 / 980 - 445
Tanja Schill	Tel.: 021 04 / 980 - 438

Wir sind für Sie erreichbar:

Mo. 10:00 - 12:00 Uhr
Do. 15:00 - 17:30 Uhr

Gerne vereinbaren wir nach telefonischer Absprache auch außerhalb dieser Zeiten einen Termin mit Ihnen (auch Hausbesuche).



Psychologischer Dienst der Stadt Mettmann

Besonders in der Partnerschaft treten mit der Geburt des Kindes Veränderungen ein. Sie nehmen als „Eltern“ Ihre Rolle ein, müssen Ihren Alltag auf das Baby umstellen.

Der Psychologische Dienst der Kreisstadt Mettmann bietet eine fachkundige, vertrauliche und neutrale Anlaufstelle bei Problemen rund um die Familie.

Die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle helfen Ihnen, wenn Sie in der Erziehung Ihres Kindes unsicher sind oder Fragen in der Entwicklung des Kindes haben.

Unsere Arbeit berücksichtigt folgende Grundlagen:

- **Freiwilligkeit**
Die Zusammenarbeit mit uns erfolgt auf freiwilliger Basis.
- **Vertraulichkeit**
Alle Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht und geben ohne Ihre Einwilligung keine Auskünfte.
- **Beratung und therapeutische Angebote sind kostenfrei.**



Kontakt:

Psychologischer Dienst der Stadt Mettmann
Neanderstraße 18
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 9242 - 0

Mo. bis Do. 9:00 - 16:00 Uhr
Fr. 9:00 - 15:00 Uhr

psychologischeberatung@mettmann.de

Beistandschaft

Werdende Eltern, die nicht miteinander verheiratet sind oder Elternteile, bei denen das Kind lebt, können die Beratung und Unterstützung der Beistandschaft des Jugendamtes der Stadt Mettmann kostenfrei in Anspruch nehmen.

- Vaterschaft
- Vaterschaftsanfechtung
- Unterhalt
- Sorgeerklärung
- Beurkundungen

Kontakt:

Diana Williams
Doris Bachhausen-Leiß

Tel.: 0 21 04 / 980 - 447

diana.williams@mettmann.de
doris.bachhausen-leiss@mettmann.de

Sprechzeiten (oder nach vorheriger Vereinbarung):

Mo. bis Fr. 9:00 - 12:00 Uhr
Mi. geschlossen
Do. 14:00 - 17:30 Uhr (nur nach Vereinbarung)

Kreis Mettmann Gesundheitsamt Team „Frühe gesundheitliche Hilfen“



Sozialpädagogische Beratung

Die Entwicklung von Kindern verläuft sehr unterschiedlich und lässt sich bei der Geburt nur erahnen. Ein Kind beim Aufwachsen zu begleiten, bringt neben Freude auch Unsicherheiten mit sich.

Wie die Entwicklung bei einem Kind verläuft, wird bei den Früherkennungsuntersuchungen regelmäßig durch die niedergelassenen Kinder- und Jugendärzte beobachtet. Damit die Untersuchungen nicht in Vergessenheit geraten, erinnert das Kreisgesundheitsamt in Kooperation mit den Jugendämtern die Eltern im Kreis Mettmann frühzeitig an die bevorstehenden Termine – von der U5 bis zur U9 sowie zur J1.

Ergänzend zum Kinderarzt ist die Sozialpädagogische Beratung des Teams „**Frühe gesundheitliche Hilfen**“ für die Eltern da. Die Mitarbeiterinnen informieren und beraten hinsichtlich der gesundheitlichen Entwicklung des Kindes und suchen gegebenenfalls mit den Eltern nach individuellen Fördermöglichkeiten.

Besonders Familien mit Mehrlingen, Frühchen, entwicklungsverzögerten, kranken oder von einer Behinderung bedrohten Säuglingen und Kleinkindern werden vom Team „**Frühe gesundheitliche Hilfen**“ in pädagogischen, therapeutischen und medizinischen Fragestellungen bis zum Kindergartenbeginn beraten und unterstützt. Hierzu wird das Checkheft genutzt.

Die Mitarbeiterinnen der Sozialpädagogischen Beratung informieren über spezielle Fördermöglichkeiten und die Beantragung sozialrechtlicher Leistungen. Bei Bedarf gehen sie mit den Eltern gemeinsam die erforderlichen Wege – alles im Hinblick auf eine möglichst frühe Behandlung und frühe Förderung der Kinder.

Kontakt:

**Kreis Mettmann
Gesundheitsamt
Team „Frühe gesundheitliche Hilfen“**
Sozialpädagogische Beratung

Sie erreichen uns:

Tel.: 0 21 04 / 99 - 22 96

Fax: 0 21 04 / 99 - 84 22 96

sozpaed@kreis-mettmann.de

Clearingstelle

Die Aufgabe der Clearingstelle im Team „**Frühe gesundheitliche Hilfen**“ ist die frühzeitige Klärung des heilpädagogischen Förderbedarfs bei entwicklungsverzögerten oder von Behinderung bedrohten Kindern im Alter von 0-3 Jahren.

Eine Kinderärztin und eine Sozialarbeiterin prüfen hier in Zusammenarbeit mit der Familie und beteiligten Fachkräften, welche Fördermaßnahmen die optimale Entwicklung des Kindes unterstützen. Dazu gehören eine kinderärztliche Untersuchung, ein Gespräch über die bisherige Entwicklung und die Einbeziehung eventuell bereits vorhandener diagnostischer Ergebnisse.

Die Untersuchung des Kindes erfolgt im Gesundheitsamt der Stadt Mettmann. Im Anschluss daran werden die geeigneten Fördermaßnahmen mit der Familie besprochen. Mit deren Einverständnis übernimmt die Clearingstelle die Vermittlung in die heilpädagogische Frühförderung.

Ansprechpartnerinnen:

Tanja van Kampen

Ärztin für Kinderheilkunde

Tel.: 0 21 04 / 99 - 23 25

tanja.vankampen@kreis-mettmann.de

Frau Benita Weber

Sozialarbeiterin

Tel.: 0 21 04 / 99 - 23 24

benita.weber@kreis-mettmann.de



LOTT-JONN
Initiative Kinder- und Jugendgesundheit

Kreis Mettmann Gesundheitsamt Team „Frühe gesundheitliche Hilfen“



Checkhefte zur Erfassung von Kindern mit Förderbedarf

Die Entwicklung von Kindern verläuft sehr unterschiedlich und lässt sich bei der Geburt nur erahnen. Die Geburtsklinik oder Kinderarzt sehen den Bedarf, aufgrund von medizinischen oder sozialen Indikationen, ein Kind in seiner Entwicklung enger zu begleiten. Mit Einwilligung der Eltern kann ein Kind in das Checkheftsystem des Gesundheitsamtes aufgenommen werden.

Das Checkheft für die ersten drei Lebensjahre beinhaltet

- Anschreiben und Information zum Checkheft
- Schweigepflichtentbindung
- Impfkalender
- Informationen zur Zahngesundheit
- 10 Checkkarten:

1.	4.-6. Lebenswoche	U3
2.	8 Wochen	
3.	3.-6. Lebensmonat	U4
4.	6.-7. Lebensmonat	U5
5.	9. Lebensmonat	
6.	10.-12. Lebensmonat	U6
7.	18. Lebensmonat	
8.	21.-24. Lebensmonat	U7
9.	30. Lebensmonat	
10.	33.-39. Lebensmonat	U7a

Der Kinderarzt füllt bei der Untersuchung die Checkkarten aus und sendet sie an das Team „**Frühe gesundheitliche Hilfen**“. Die Checkkarten beinhalten kurze Informationen zum Entwicklungsstand des Kindes. Mögliche Auffälligkeiten können so gleich entdeckt und notwendige Fördermaßnahmen frühzeitig in die Wege geleitet werden.

Die MitarbeiterInnen des Teams beraten und unterstützen in pädagogischen, therapeutischen und medizinischen Fragestellungen. Zu speziellen Fördermöglichkeiten im Kreis Mettmann und in der Umgebung können genauso Hilfestellungen geben werden wie zur Beantragung von sozialrechtlichen Leistungen.

Mit Rat und Tat – auf Wunsch auch zu Hause – kann die Familie von den MitarbeiterInnen unterstützt werden.

Team „Frühe gesundheitliche Hilfen“

Kreis Mettmann Gesundheitsamt

Düsseldorfer Straße 47
40822 Mettmann

Zimmer 4.437

Tel.: 0 21 04 / 99 - 22 96

Fax: 0 21 04 / 99 - 84 22 96

sozpaed@kreis-mettmann.de

Pro Familia e.V. Beratungsstelle Mettmann



Pro Familia berät zu allen sozialrechtlichen, psychosozialen und medizinischen Fragen in der Schwangerschaft und nach der Geburt.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von pro Familia helfen bei den Veränderungen und neuen Anforderungen, die die Geburt eines Kindes an die Eltern mit sich bringt.

Der Alltag muss neu strukturiert werden. Gerade in der Anfangszeit müssen zusätzlich eine Reihe an Formalitäten erledigt oder rechtliche Fragen geklärt werden.

Pro Familia informiert schon während der Schwangerschaft über die Veränderungen der rechtlichen und finanziellen Situation vor und nach der Geburt.

Durch die Elternschaft kann sich auch die Sexualität des Paares ändern.

Hierzu werden Einzel- und Paargespräche angeboten.

- Beratung bei der Familienplanung
- Sexualpädagogische Beratung
- Krisenintervention
- Unterstützung von Alleinerziehenden
- Beratung von Minderjährigen

Kontakt:

pro Familia e.V.

Elberfelder Straße 6
40822 Mettmann

Tel.: 021 04 / 244 28

Frauenhaus Mettmann

Das Frauenhaus richtet sich an Frauen mit und ohne Kinder, die von ihrem Ehemann oder Partner körperlich oder seelisch bedroht, geschlagen oder misshandelt werden und Schutz suchen vor weiterer Gewaltausübung.

Die Adresse des Frauenhauses ist anonym, die Aufnahme erfolgt über einen telefonischen Kontakt.

Im Frauenhaus kann die Frau mit ihren Kindern leben, bis sie eine Lösung aus der Krise gefunden hat.

Die Mitarbeiterinnen des Frauenhauses unterstützen, beraten und begleiten die Frau während ihres Aufenthaltes und in der Übergangszeit nach dem Auszug.

Frauenhaus SKFM – Vereinsverband im Kreis Mettmann e.V.

Neanderstraße 68
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04/92 22 20 (Tag und Nacht)

www.skfm-mettmann.de

Wohnprojekt für Frauen

Das Wohnprojekt richtet sich an Frauen mit und ohne Kinder, insbesondere nach der Erfahrung häuslicher Gewalt. Oft ergeben sich aus dieser Lebenssituation vielfältige Lebensprobleme, die alleine nicht bewältigt werden können.

Im Wohnprojekt werden Frauen beraten, angeleitet und gestützt bei der Gestaltung des Alltags, der Kindererziehung, zur Erreichung persönlicher und beruflicher Ziele.

Der Projektvertrag ist auf drei Jahre befristet. Bei Bedarf, z.B. wenn die Ausbildung noch nicht abgeschlossen ist, ist eine Verlängerung möglich.

Wohnprojekt für Frauen

Neanderstraße 68
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04/9 28 80

www.skfm-mettmann.de



SKFM – Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer Mettmann e.V.



esperanza **Schwangerschaftsberatung und Väterberatung**

Wir beraten Frauen und Männer rund um Schwangerschaft, Geburt und beim Übergang zur Elternschaft bis zum 3. Lebensjahr des Kindes.

Wir informieren über staatliche Leistungen, wie beispielsweise Kindergeld und Elterngeld.

Wir bieten:

- Allgemeine Schwangerschaftsberatung
- Konfliktberatung
- Väterberatung
- Beratung zu vorgeburtlichen Untersuchungen
- Beratung nach Fehl- und Totgeburt
- Beratung nach Abbruch
- preisgünstige Kleidung aus dem esperanza-Laden
- finanzielle Unterstützung aus der „Bundesstiftung Mutter und Kind“ und kirchlichen Fonds

Wir unterliegen der Schweigepflicht und beraten kostenlos und unabhängig von Nationalität und Konfession.

Sonstige wichtige Informationen:

Wir begleiten Mädchen, Jungen und ihre Eltern vor und während der Pubertät mit unserem sexualpädagogischen Angebot in Schulen und Jugendgruppen.

Vereinbaren Sie einen Termin mit uns.

Babynest

Das Kursangebot richtet sich an Mütter mit Kindern im ersten Lebensjahr.

Themen sind:

- Wie versorge ich mein Baby gut?
- Wie kann ich seine Entwicklung fördern?
- Bleibt auch mit Baby Zeit für mich?

Spiel, Austausch und Kontakt mit anderen Müttern und ihren Kindern stehen im Mittelpunkt.

Die Kurse finden fortlaufend statt. Informieren Sie sich unter den angegebenen Kontaktdaten.

Kontakt:

SKFM Mettmann e.V.
**esperanza Schwangerschaftsberatung
und Väterberatung**

Neanderstr. 68-72
40822 Mettmann

Tel.: 021 04 / 14 19 - 245
Fax: 021 04 / 14 19 - 244

esperanza@skfm-mettmann.de
www.skfm-mettmann.de

Öffnungs- und Sprechzeiten:
Mo. bis Do. 8:30 - 17:00 Uhr
Fr. 8:30 - 13:00 Uhr



*Beratungs- und
Hilfenetz
vor, während und
nach einer
Schwangerschaft*

SKFM – Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer Mettmann e.V.



KiM – Kinder im Mittelpunkt

Der SKFM Mettmann e.V. bietet Familien in besonders belasteten Lebenssituationen Unterstützung und weiterführende Hilfen an.

KiM richtet sich an Eltern und ihre Kinder bis zu 6 Jahren.

Das Gruppenangebot wird von zwei Fachkräften geleitet und bietet Zeit für gemeinsame Aktivitäten:

- Spiel- und Bewegungsangebote
- Kochen und gesunde Ernährung

und Zeit für getrennte Aktivitäten

- Vertrauensvolle Gespräche der Eltern über ihre Situation
- Altersgerechte, ruhige Beschäftigungen der Kinder

Das Angebot ist kostenlos.

Sonstige wichtige Informationen:

Information und Vermittlung zu weitergehenden Unterstützungsangeboten bei Bedarf

Das Angebot ist vernetzt mit den Fachdiensten des SKFM Mettmann e.V. und dessen Kooperationspartnern im Stadtgebiet Mettmann.

Kontakt:

SKFM Mettmann e.V.

Neanderstr. 68-72
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 0
Fax: 0 21 04 / 14 19 - 122

info@skfm-mettmann.de
www.skfm-mettmann.de

Öffnungszeiten:

KiM im SKFM-statt Laden
Neanderstr. 68-72
40822 Mettmann (Eingang unter der Arkade)

Do. 15:30 - 17:00 Uhr

KiM

Kinder im Mittelpunkt

Frühe Hilfen – Eltern-Café MeKi

Das Eltern-Café MeKi ist ein Angebot im Rahmen des Konzeptes „Frühe Hilfen“ für schwangere Frauen und werdende Väter sowie Mütter und Väter mit Kindern in den erstendrei Lebensjahren.

Geöffnet ist das Eltern-Café MeKi an 4 Tagen in der Woche als Treffpunkt für Gespräche, Austausch, Informationen und Anregungen rund um das Kind.

Als Gesprächspartnerinnen stehen je nach Wochentag eine Familienhebamme, eine Familienberaterin und eine Sozialpädagogin zur Verfügung.

Die wichtigsten Themen sind: Fragen zur Gesundheitsvorsorge, Ernährung und Versorgung des Säuglings sowie Probleme in der Erziehung, in der Partnerschaft oder bei Behördenangelegenheiten.

Gegebenenfalls werden weitergehenden Hilfen der Fachdienste und der bestehenden Mettmanner Angebote vermittelt.

Mit dem Einsatz von Familienhebammen und Familienbegleiterinnen oder Familienpaten bieten wir jungen Eltern eine umfassende und effektive Hilfe in der ersten Zeit mit dem Baby an.

Informieren Sie sich unter den angegebenen Kontaktdaten.

SKFM Mettmann e.V.

Neanderstr. 68-72
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 1419 - 0
Fax: 0 21 04 / 1419 - 122

info@skfm-mettmann.de
www.skfm-mettmann.de

Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V.

Johannes-Flintrop-Str. 19
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 9262 - 27
Fax: 0 21 04 / 9262 - 30

rosenkranz@caritas-mettmann.de
www.caritas-mettmann.de

Öffnungs- und Sprechzeiten:

Eltern-Café MeKi im SKFM-statt Laden
Neanderstr. 68-72 (Eingang unter der Arkade)

Di. und Do. 10:00 - 13:00 Uhr
Familienhebamme

Mi. und Fr. 10:00 - 13:00 Uhr
Familienberaterin / Spielangebote



**SKFM – Sozialdienst
Katholischer Frauen
und Männer Mettmann e.V.**



**in Kooperation mit dem
Caritasverband im
Kreis Mettmann e.V.**

wellcome



Familien, die sich in der ersten Zeit nach der Geburt Unterstützung wünschen, oder die unter besonderen Belastungen leiden, erhalten diese durch ehrenamtliche Mitarbeiterinnen.

Wellcome hilft dort, wo Familie und Freunde nicht zur Verfügung stehen.

Müttern wird die Gelegenheit geboten, Zeit für sich zu gewinnen, in der sie Kraft tanken und einfach mal ihren eigenen Bedürfnissen nachgehen können.

Die Hilfe:

Die ehrenamtliche Hilfe findet ca. zweimal pro Woche für jeweils zwei bis drei Stunden während der ersten Wochen und Monate nach der Geburt statt. Die Unterstützung erfolgt z.B. durch:

- Betreuung des Neugeborenen
- Geschwisterbetreuung
- Zuhören und ganz praktische Hilfen

Für die Hilfe wird, wenn möglich, eine Gebühr von maximal fünf Euro pro Stunde berechnet, für die Vermittlung wird eine einmalige Pauschale von 10 Euro erhoben. Es sind individuelle Ermäßigungen und auch kostenfreie Vermittlungen möglich, da die Hilfe nicht am Geld scheitern soll.

Ihre Ansprechpartnerin ist:

Renate Schanz

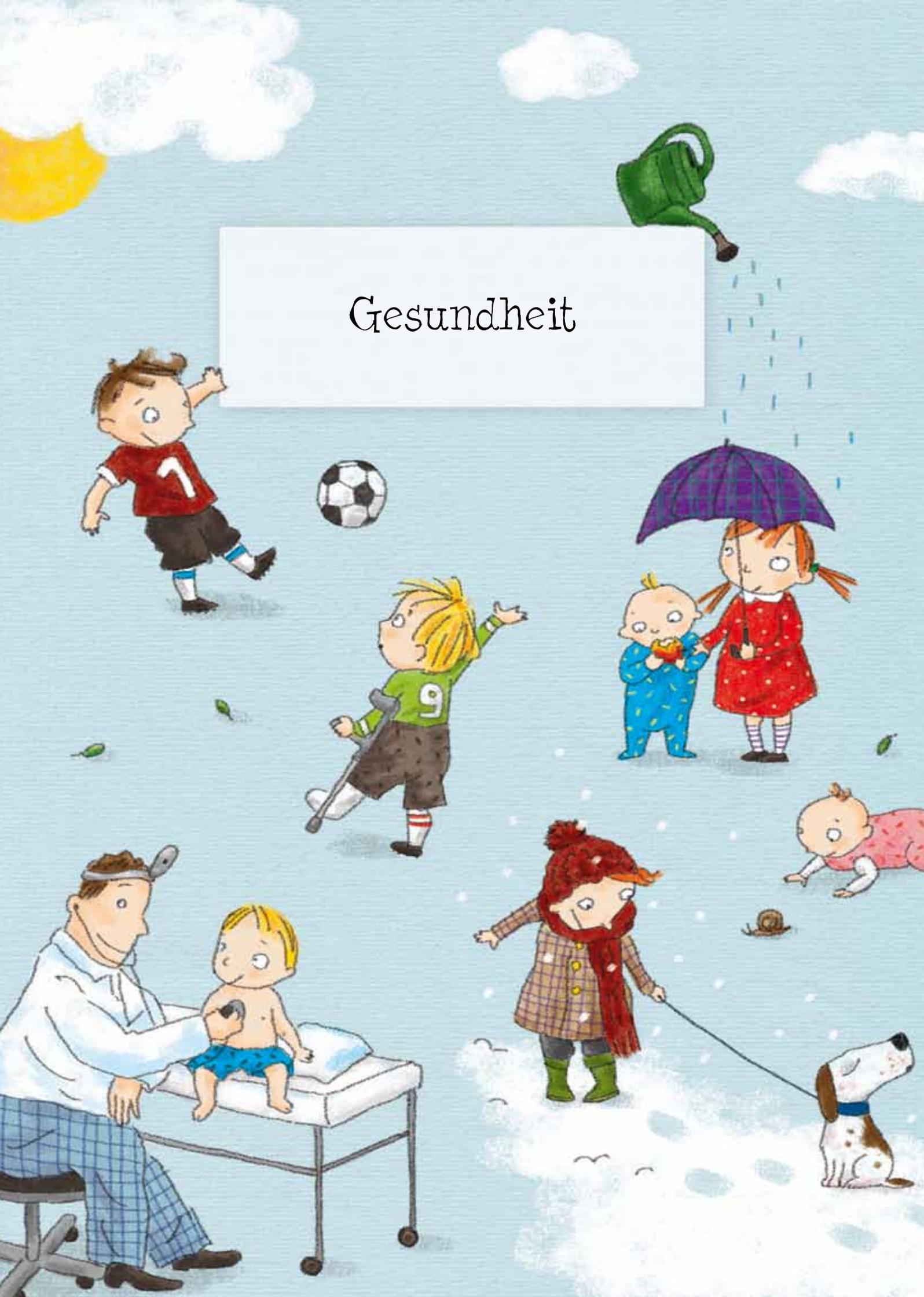
Ev. Gemeindezentrum
Donaustraße 24
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 233 53 66

mettmann@wellcome-online.de



Gesundheit



Frühförderung der Lebenshilfe e.V. Kreisvereinigung Mettmann



Die Frühförderung ist ein Angebot an Familien, deren Kinder von der Geburt bis zum dritten Lebensjahr bei ihrer kognitiven, sprachlichen, motorischen, emotionalen und sozialen Entwicklung Unterstützung brauchen. Sie können sich an uns wenden, wenn Sie sich Sorgen um Ihr Kind machen,

- weil es z.B. zu früh geboren ist
- weil es sich „anders“ als Gleichaltrige entwickelt
- weil es besonders ruhig oder unruhig ist
- weil es kaum oder gar nicht auf Anlächeln, Ansprache oder Spielangebote reagiert
- weil ein Arzt eine Behinderung festgestellt hat.

Wir bieten Einzelförderung in der häuslichen Umgebung oder in der Frühförderstelle, Elternberatung, Eltern-Kind-Gruppen und Entwicklungsdiagnostik an.

Das Kind wird in seiner individuellen Entwicklung in allen Entwicklungsbereichen unterstützt und seine Fähigkeiten werden erweitert. Ein Schwerpunkt der Frühförderung ist es, die Lebensfreude und Eigenkräfte des Kindes zu wecken.

Ansprechpartnerin:

Leiterin der Frühförderung: Birgit Cordes-Lacerenza

Frühförderung der Lebenshilfe e.V. Kreisvereinigung Mettmann

Werdener Str. 4
40878 Ratingen

Tel.: 0 21 02 / 168 701 2
Fax: 0 21 02 / 168 702 0

fruehfoerderung.ratingen@lebenshilfe-mettmann.de

Öffnungs- und Sprechzeiten:

Keine festen Öffnungszeiten,
immer über Anrufbeantworter erreichbar.



Erste Hilfe am Kind

Regelmäßig im Herbst bietet die Columbus Apotheke einen „Erste Hilfe Kurs am Kind“ an.

Kostenbeitrag : 5,00 Euro

Info und Anmeldung:

Columbus Apotheke
Karpendeller Weg 19
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 145 760

Außerdem bietet die Elternschule des EVK Mettmann „Erste Hilfe am Kind“ an

Info:

Institut für Gesundheitsförderung
Gartenstraße 4-8
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 773 - 329

u.j.klugstedt@evk-mettmann.de

Alternative Heilmethoden

Regelmäßig im Frühjahr bietet die Columbus Apotheke einen Vortrag zum Thema „Homöopathie für Kinder“ an.

Termine zu erfragen in der
Columbus Apotheke
Karpendeller Weg 19
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 145 760

Die Elternschule des EVK bietet einen Kurs zur „Naturheilkunde bei Kinderkrankheiten“ an.

Info:

Institut für Gesundheitsförderung
Gartenstraße 4-8
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 773 - 329

u.j.klugstedt@evk-mettmann.de



Familienpflege



Was tun, wenn Mutter krank ist?

Besonders Familien können, z.B. durch Krankenhaus- oder Kuraufenthalt oder andere Belastungen, immer wieder in Situationen geraten, in denen sie auf Hilfe von außen angewiesen sind. In dieser Situation sind die Mitarbeiterinnen unserer Familienpflege für Sie da.

Aufgabe der Familienpflege ist es, Hilfen für Familien zu bieten, wenn in besonderen Belastungssituationen die Weiterführung des Haushaltes, die ausreichende Betreuung, Pflege und Erziehung der Kinder und die Versorgung pflegebedürftiger Haushalts- und Familienmitglieder nicht von der Familie geleistet werden kann.

Die Aufgaben der Familienpflege liegen in den Bereichen:

- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Erziehung und Betreuung der Kinder
- Pflege und Unterstützung der Haushalts- und Familienmitglieder

Kostenträger für die Einsätze der Familienpflege:

- Krankenkassen
- Rentenversicherungsträger
- Jugendamt
- Sozialamt
- Privat

Familienpflege Familienpflegeeinsätze werden fachgerecht und durch geeignetes Personal kreisweit durch uns erbracht.



Ansprechpartnerin:

Ruth Braun

Johannes-Flintrop-Str.19
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 92 62 37

Fax: 0 21 04 / 92 62 30

braun@caritas-mettmann.de

Sprechzeiten:

Mo. 9:00 - 10:00 Uhr

Di., Mi., Do., Fr. 12:00 - 13:00 Uhr

Mütterkuren – Mutter/Vater-Kind-Kuren Kinderkuren



... reif für die Kur ?

Viele Frauen, die sich durch Haushalt, Kindererziehung und zum Teil zusätzlicher Berufstätigkeit erschöpft und ausgebrannt fühlen, können während einer dreiwöchigen Kur ihre Gesundheit stärken und wieder zu sich selber finden.

Mütterkuren und Mutter-Kind-Kuren des Müttergenesungswerkes sowie Kinderkuren werden von der Kurberaterin des Caritasverbandes für den Kreis Mettmann e. V. vorbereitet und vermittelt.

Ansprechpartnerin:

Ruth Braun

Johannes-Flintrop-Str.19
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 92 62 37

Fax: 0 21 04 / 92 62 30

braun@caritas-mettmann.de

Sprechzeiten:

Mo. und Do. 9:00 - 11:00 Uhr

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin!



Unterstützung durch die Hebamme / Familienhebamme

Hebammen

Jede Frau, die schwanger ist oder ihr Kind entbunden hat, hat Anspruch auf Unterstützung durch eine Hebamme.

Die Kosten für die Hebamme trägt die Krankenkasse, bei Asylbewerberinnen auf Antrag die örtliche Sozialagentur.

Hebammen begleiten die Schwangerschaft und übernehmen die Betreuung der entbundenen Frau mit Säugling.

Sie beraten bei der Pflege und Versorgung des Babys, geben Tipps bei der Ernährungsumstellung, helfen bei Stillproblemen etc...

Eine aktuelle Liste mit Adressen und Telefonnummern von Hebammen in Mettmann erhalten Sie:

Evangelisches Krankenhaus Mettmann

Gartenstraße 4-8
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 773 161 Entbindungsstation

Kreisgesundheitsamt Mettmann

Düsseldorfer Straße 47
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 99 - 22 96

Familienhebammen

Familienhebammen haben, neben der Ausbildung zur Hebamme, eine Zusatzqualifikation für Familien mit zusätzlichem Unterstützungsbedarf. Indikatoren können sein:

- sehr unsicherer Umgang mit dem Neugeborenen (bei der Versorgung und Pflege)
- Schwierigkeiten beim Beziehungsaufbau zum Baby
- Partnerschaftskonflikte
- Unsicherheit mit der neuen Lebenssituation
- gesundheitliche Probleme des Kindes, die die Familie belasten
- eigene Problematik (Suchtprobleme, Wochenbett-Blues etc...)

Beantragt wird die Familienhebamme über die Koordinatorin der „Frühen Hilfen“ der Stadt Mettmann:

Cornelia Solenski

Tel.: 0 21 04 / 980 - 456

cornelia.solenski@mettmann.de



Kinderarztpraxen in Mettmann

Frau Dr. med. Brigitte Biggemann

Neanderstraße 84-86
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 82 625

Norbert Hilbert

Karpendeller Weg 18
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 73 033

Dr. med. Marketa Groeger

Mühlenstraße 15
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 92 13 10

Wenn die Kinderarztpraxen geschlossen haben,
ist der Kinderärztliche Notfalldienst für Sie da:

Kinderärztliche Notfalldienst im St. Marien Krankenhaus Ratingen

Mühlheimer Straße 37
40878 Ratingen

Tel.: 0 21 02 / 700 6499

Mi. und Fr. 16:00 - 19:00 Uhr
Sa., So. und Feiertags 10:00 - 13:00 und 16:00 - 19:00 Uhr

Neugeborenenhotline im Klinikum Niederberg

Tel.: 0 20 51 / 982 - 3100

Für Eltern, die Fragen haben oder Hilfe suchen.

Hier erhalten Eltern auch Informationen
für weitergehende Hilfen

Ärztliche Notfallnummer: 116 117

Hilfe bei Schreibabys

■ Ihr Kinderarzt

■ **Sana Klinik Düsseldorf – Gerresheim**

Gräulinger Straße 120
40625 Düsseldorf

Tel.: 0 21 1 / 2800 3228 (Frau Dore)

Regulationsstörungen-Sprechstunde
Mo. bis Do. 10:00 - 12:30 Uhr

■ **Babysprechstunde der Kinderschutzambulanz am Evangelischen Krankenhaus in Düsseldorf**

Kronenstraße 38
40217 Düsseldorf

Tel.: 0 21 1 / 919 3700

■ **Baby-Kummer / Hotline-Nummer Elternschule der St. Anna Klinik Wuppertal** Susanne Pilters und Ute Schwarzkopf

Tel.: 0 170 / 333 09 90

Täglich von 8:00 - 10:00 Uhr und 17:00 - 22:00 Uhr

Stimmungsschwankungen, Hormonumstellung nach der Entbindung, Krise nach der Geburt

Wenn die Mutterliebe nicht von selbst kommt

Die Postpartale (nach der Geburt) Depression ist eines der letzten Tabus:

Wenn eine junge Mutter nicht spontane Zuneigung für ihr Kind empfindet und sich statt dessen indifferent, ängstlich oder ablehnend verhält, reagiert die Umwelt im besten Fall mit Unverständnis und in der Regel mit Vorwürfen. Dadurch wird die Mutter weiter unter Druck gesetzt, anstatt dass ihr Hilfe zuteil wird.

Insbesondere angesichts der fast 100 % Heilungsprognose scheint es ein Widerspruch zu sein, dass das Krankheitsbild so wenig bekannt ist und entsprechend häufig nicht oder erst sehr spät diagnostiziert wird.

Die Gemütszustände, in die eine Mutter rund um die Geburt des Kindes geraten kann, gliedern sich vorrangig in drei verschiedene Kategorien: das postpartale Stimmungstief (Baby-Blues), die peripartale Depression, Angst- und Zwangsstörung und die peripartale Psychose. Diese Gruppen stehen nicht isoliert nebeneinander, sondern gehen oft fließend ineinander über.

Das postpartale Stimmungstief

Das postpartale Stimmungstief oder auch Baby-Blues (amerikanischer Fachbegriff) bezeichnet ein kurzlebiges Stimmungstief innerhalb der ersten 14 Tage nach der Entbindung, von dem ungefähr 50 bis 80 Prozent aller Mütter betroffen sind. Es entsteht meist zwischen dem 3. und 5. Tag und dauert wenige Stunden bis maximal einige Tage an. Als typische Kennzeichen dieses Stimmungstiefs gelten:

- Müdigkeit, Erschöpfung und Energiemangel
- Empfindsamkeit und Stimmungsschwankungen
- Traurigkeit und häufiges Weinen
- Schlaf- und Ruhelosigkeit
- Konzentrations-, Appetit-, Schlafstörungen
- Ängstlichkeit und Reizbarkeit

Da es sich beim Baby-Blues um eine zeitlich begrenzte und häufig vorkommende Erscheinung handelt, gilt er als nicht behandlungsbedürftige Folge der körperlichen, hormonellen und psychischen Umstellung. Die Einordnung des Baby-Blues als Normalzustand darf jedoch nicht zur Folge haben, ihm keine weitere Beachtung zu schenken. Wenn die schlechte Stimmung ungewöhnlich lange anhält (über zwei Wochen), kann dies das erste Anzeichen einer Depression sein.

Peripartale Depression / Peripartale Angst- und Zwangsstörung

Diese Krankheitsbilder können jederzeit in der Schwangerschaft und in den ersten beiden Jahren, vorrangig aber in den ersten Wochen nach der Entbindung entstehen. Dabei sind graduelle Abstufungen von leichteren Anpassungsstörungen bis hin zu schweren suizidalen Formen möglich. Häufig ist eine schleichende Entwicklung. Ungefähr 10 bis 20 Prozent aller Mütter sind hiervon betroffen.

Typische Kennzeichen können sein:

- Müdigkeit, Erschöpfung, Energiemangel
- Traurigkeit, häufiges Weinen
- Schuldgefühle
- Inneres Leeregefühl
- Allgemeines Desinteresse, sexuelle Unlust
- Zwiespältige Gefühle dem Kind gegenüber
- Konzentrations-, Appetit-, Schlafstörungen
- Kopfschmerzen, Schwindel, Herzbeschwerden, andere psychosomatische Beschwerden
- Ängste, extreme Reizbarkeit, Panikattacken, Zwangsgedanken (wiederkehrende destruktive Vorstellungen und Bilder, die nicht in die Tat umgesetzt werden)
- Suizidgedanken

Die peripartalen Angstzustände werden als eigenständige Kategorie behandelt, da Angstzustände im Vordergrund stehen und depressive Symptome vorhanden sein können, aber nicht müssen. Peripartale Angsterkrankungen umfassen schwere und immer wiederkehrende Angst- und / oder Panikgefühle.

Stimmungsschwankungen, Hormonumstellung nach der Entbindung, Krise nach der Geburt

Die Ängste oder Sorgen können vage sein und sich auf das Leben und die Welt ganz allgemein beziehen, oder sie können in ganz bestimmten Situationen auftreten. Typisch sind Ängste und Sorgen in Bezug auf das Wohlergehen des Babys. Peripartale Angststörungen (Anfälle extremer Angst) und peripartale Zwangsstörungen (ständig zwanghaft wiederkehrende Angstgedanken, Angstvorstellungen, Angstbilder) sind schwere Formen peripartaler Angstreaktionen.

Peripartale Psychose

Die peripartale Psychose kann gelegentlich in der Schwangerschaft, aber vorwiegend in den ersten beiden Wochen nach der Entbindung entstehen. Sie kann sich aber auch aus einer Depression entwickeln. Sie gilt als die schwerste Form der peripartalen Krise und kommt bei einer bis drei von 1000 Müttern vor.

Mögliche Kennzeichen sind:

- Starke Antriebssteigerung, motorische Unruhe (manische Phase)
- Antriebs-, Bewegungs- und Teilnahmslosigkeit (depressive Phase)
- Extreme Angstzustände
- Verwirrtheit, Wahnvorstellungen, Halluzinationen

Der starke Antrieb, der sich in diversen unproduktiven Aktivitäten äußert, bedeutet nicht, dass sich die Mutter in gehobener Stimmung befindet. Bei den Halluzinationen und Wahnvorstellungen kann die betroffene Frau Stimmen hören, Menschen, Tiere und Dinge sehen, die nicht existieren oder Wahnvorstellungen z. B. religiöser Natur entwickeln. Für die Betroffene sind diese Erscheinungen dann real.

Beschreibungen aus: www.schatten-und-licht.de

Bundesweite Selbsthilfe – Organisation
Schatten & Licht – Krise nach der Geburt e. V.

Literaturhinweise:

Depression nach der Geburt –
Ratgeber für Betroffene und Angehörige

Broschüre Techniker KK; lv-bayern@tk.de

Schimpf, Ulrike: „Wie kann ich Dich halten,
wenn ich selbst zerbreche?“

Meine postpartale Depression
und der Weg zurück ins Leben
ISBN 3517089060

Hilfe finden Sie bei ihrer Hebamme,
Ihrer Gynäkologin / Gynäkologen,
bei Ihrem Hausarzt/ärztin,
sowie in Beratungsstellen

siehe Kapitel: Hilfe und Beratung

Plötzlicher Kindstod / Sicherer Babyschlaf

Es gibt drei R – Regeln für sicheren Babyschlaf zur Vermeidung von plötzlichem Kindstod:

Rauchfrei
Rückenlage
Richtiges Babybett

Das Baby schläft gesund, wenn...

- es in einem passenden Schlafsack schläft (nicht zu groß!)
- auf einer festen Matratze liegt
- keine Decken, Kissen, Bettumrandungen, Schaffell, Kuscheltiere im Bett sind
- es im Elternschlafzimmer liegt, im eigenen Bett
- idealer Weise eine Raumtemperatur von 16-18 Grad ist
- in seiner Umgebung nicht geraucht wird



Kreis Mettmann Gesundheitsamt Team „Frühe gesundheitliche Hilfen“



Clearingstelle

Die Aufgabe der Clearingstelle im Team „**Frühe gesundheitliche Hilfen**“ ist die frühzeitige Klärung des heilpädagogischen Förderbedarfs bei entwicklungsverzögerten oder von Behinderung bedrohten Kindern im Alter von 0-3 Jahren.

Eine Kinderärztin und eine Sozialarbeiterin prüfen hier in Zusammenarbeit mit der Familie und beteiligten Fachkräften, welche Fördermaßnahmen die optimale Entwicklung des Kindes unterstützen. Dazu gehören eine kinderärztliche Untersuchung, ein Gespräch über die bisherige Entwicklung und die Einbeziehung eventuell bereits vorhandener diagnostischer Ergebnisse.

Die Untersuchung des Kindes erfolgt im Gesundheitsamt der Stadt Mettmann. Im Anschluss daran werden die geeigneten Fördermaßnahmen mit der Familie besprochen. Mit deren Einverständnis übernimmt die Clearingstelle die Vermittlung in die heilpädagogische Frühförderung.



Ansprechpartnerinnen:

Tanja van Kampen

Ärztin für Kinderheilkunde

Tel.: 0 21 04 / 99 - 23 25

tanja.vankampen@kreis-mettmann.de

Frau Benita Weber

Sozialarbeiterin

Tel.: 0 21 04 / 99 - 23 24

benita.weber@kreis-mettmann.de

LOTT-JONN

Initiative Kinder- und Jugendgesundheit

Vorsorgeuntersuchungen

Sie erhalten bei der Geburt ihres Kindes ein Vorsorgeuntersuchungsheft.

Auf diesem sind in der Regel alle Vorsorgetermine für ihr Kind, mit Zeitfenster, in welchem Sie das Kind dem Kinderarzt vorstellen sollten, eingetragen.

Auch wenn Sie der Meinung sind, ihr Kind ist gesund und altersgemäß entwickelt, stellen Sie es bitte trotzdem zu den Vorsorgeterminen Ihrem Kinderarzt vor.

Viele Krankheiten sind nicht auf den ersten Blick zu erkennen. Je früher ein Kind behandelt oder gefördert wird, umso eher kann es zu einer erheblichen Besserung oder Heilung kommen.

Notieren Sie sich vor dem Arztbesuch Ihre Fragen, damit Sie während der Untersuchung umfassend beraten werden können.

Hinweis: Das Land NRW hat 2008 beschlossen, dass alle Kinderärzte und -ärztinnen verpflichtet werden, die Teilnahme an U-Untersuchungen einer zentralen Erfassungsstelle zu melden.

Diese Zentrale wird Sie vor Ablauf der Frist daran erinnern, falls Sie mit Ihrem Kind noch nicht bei der anstehenden Untersuchung waren.

Wenn Sie dann eine der Untersuchungen (U5-U9) Ihres Kindes nicht bei einem Kinderarzt/ärztin durchführen lassen, wird die zentrale Meldestelle dies dem örtlichen Jugendamt melden.

Die MitarbeiterInnen des Jugendamtes sind dann verpflichtet zu überprüfen, ob gewichtige Anhaltspunkte für eine Gefährdung des Wohles Ihres Kindes vorliegen.



Was tun, wenn das Baby schreit?

Schreien ist für das Baby die einzige Möglichkeit, sich mitzuteilen, zu sagen, dass es etwas möchte oder sich unwohl fühlt. Vielleicht hat es Hunger oder Durst, vielleicht ist auch seine Windel voll oder es hat Blähungen oder Bauchweh.

Viele Babys drücken damit ihr Bedürfnis nach körperlicher Nähe oder aber auch nach Ruhe und Schlaf aus.

Für Eltern besteht in der Regel kein Grund zur Sorge.

Wichtig ist, dass Sie Ihr Kind, wenn es schreit, trösten und versorgen. Je öfter dies nicht geschieht, desto mehr schwinden die Möglichkeiten des Kindes, sich auszudrücken und es nimmt Schaden an seiner seelischen Entwicklung.

Ein geregelter Tagesablauf, feste Essens- und Wachphasen und ein möglichst gleichmäßiger Rhythmus helfen Ihrem Baby, Orientierung zu finden.

Von Ihnen eingeführte Rituale geben Ihrem Kind Sicherheit.

Die frühkindliche Forschung hat in den letzten Jahren festgestellt, dass an den Schreiphasen vieler Babys nicht nur die bekannten „3-Monatskolliken“ Schuld sind. Vielmehr zeigen Babys sogenannte „Regulationsstörungen“.

Das bedeutet, dass ein Baby viele Eindrücke gesammelt hat und es (oft am Ende eines Tages) nicht mehr von allein schafft, sich zu beruhigen (in den Schlaf zu finden).

Babys sind noch nicht in der Lage, Geräusche zu „filtern“. Wenn Sie mit Ihrem Kind tagsüber viel unterwegs waren (z.B. vormittags Kinderarzt, mittags war Omi zu Besuch und nachmittags war eine Freundin mit Baby da und sie waren spazieren), hat es enorm viele Geräusche, Gerüche und Orte mitbekommen.

Manchen Babys macht das nichts aus, sie schlafen abends erschöpft ein. Einige aber schaffen das noch nicht von allein, sie sind zwar völlig übermüdet, aber voll mit Eindrücken.

Wenn Sie ein bisschen auf ihren Tagesablauf achten, gelingt es vielleicht, das Schreien „einzuordnen“.

Wenn Sie die Ursachen für das Unwohlsein Ihres Kindes nicht erkennen können und spüren, dass Sie mit Ihrer Geduld langsam am Ende sind, gibt es für Sie eine Möglichkeit.

Legen Sie Ihr Kind in sein Bettchen und gehen Sie für ein paar Minuten in ein anderen Raum, um Luft zu holen.

- Wichtig: Schütteln Sie Ihr Kind niemals!
- Geben Sie Ihrem Kind nie Medikamente zur Beruhigung!
- Suchen Sie sich Hilfe, wenn Sie das Gefühl haben, Sie verkraften das Schreien nicht mehr.

Am besten überlegen Sie sich in einer stressfreien Zeit, wen Sie anrufen oder um Hilfe bitten können, falls Ihr Kind wieder sehr viel schreit.

Fachliche Hilfe bekommen Sie in dafür eingerichteten Schreiambulanzen (siehe Abschnitt Ärzte und Ärztinnen, Schreiambulanz).

Zahngesundheit

Zahnpflege von Anfang an ist die wichtigste Maßnahme von Eltern, damit die Zähne ihrer Kinder gesund und schön bleiben.

Eltern putzen solange alle Zähne ihres Kindes von allen Seiten sauber, bis das Kind selbst zur gründlichen Mundhygiene fähig ist. Dieser Zeitpunkt ist erst erreicht, wenn das Grundschulkind flüssig Schreibschrift schreiben kann.

Mundhygiene ist Teil der Körperhygiene von Geburt an. Aus dieser Gewohnheit entwickelt sich eine Selbstverständlichkeit für das ganze Leben. Eltern streichen über den noch zahnlosen Kieferkamm und massieren ihn vorsichtig. Dabei fühlen sie, dass aus dem weichen Kieferkamm beim Einschließen der Milchzähne eine harte Zahnleiste wird.

Ab dem ersten Milchzahn putzen Eltern immer vor dem Schlafengehen die Milchzähne ihres Kindes mit einer Kinderzahnbürste und einem Hauch Kinderzahnpaste.

So geht es leicht:

- Beim Windelwechseln auf dem Wickeltisch: Das Köpfchen des Kindes wird durch ein Nestchen stabil gehalten, mit der freien Hand hält die Mutter/der Vater die Händchen des Kindes.

- Auf dem Schoß: Der Po des Kindes wird so weit zum Bauch gezogen, dass die Beinchen bequem rechts und links strampeln können, ohne, dass das Baby sich wegstoßen kann; die freie Hand kann die beiden Ärmchen locker halten, im direkten Blickkontakt können Eltern und Kind sich prima unterhalten. Die Hand des Kindes ist mit einer zweiten Zahnbürste „beschäftigt“.

Bald wollen die Kinder selbst putzen, denn Zähneputzen macht Spaß und ist interessant, z.B. morgens nach dem Frühstück oder auch zwischendurch.

Zusätzlich putzen die Eltern jeden Abend vor dem Schlafengehen alle Zähne ihres Kindes mit einer Kinderzahnbürste und einer erbsengroßen Menge Kinderzahnpaste von allen Seiten sauber.

Dafür kann die Mutter/der Vater das Kind auf den Arm nehmen. Besonders praktisch ist das Zähneputzen im Kinderstühlchen nach dem Füttern.

Schön kuschelig und bequem für Mutter/Vater und Kind ist die Zahnpflege im Bettchen als Teil des abendlichen Rituals: waschen - Schlafanzug anziehen - Zähne putzen - Geschichte vorlesen - Licht löschen - einschlafen.

Egal, ob die Zahnpflege liegend, sitzend oder leicht aufrecht im Arm gehalten stattfindet, verschlucken Kinder sowieso einen Teil der Kinderzahnpaste. Sie können altersgemäß nicht kontrolliert ausspucken – so wird oft erst geschluckt und dann ausgespuckt.

Phasenweise wehren sich Kinder gegen die Zahnpflege. Da hilft Ablenkung am besten: eine lustige Geschichte erzählen, singen, Späße machen oder auch einmal nebenbei Zähneputzen, z.B. beim Fernsehen oder beim Spielen.

Auf der Internetseite des Kreises Mettmann gibt es unter „Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit“ einige Tipps und Flyer stehen zum Download bereit.

www.kreis-mettmann.de

**Eltern putzen
Kinderzähne**





Entwicklung
0 bis 3 Jahre



Entwicklung in Riesenschritten und Sie als ständiger Begleiter

Die Entwicklung in den ersten 3 Lebensjahren eines Kindes – vom völlig hilflosen Säugling bis hin zu einer kleinen „eigenständigen“ Persönlichkeit ist wahrscheinlich die intensivste Zeit die Sie mit Ihrem Kind erleben und in welcher Sie beinahe jede Woche Neues entdecken.

Sie als Eltern sind die wichtigsten Bezugspersonen.

Wenn Sie Ihrem Kind einen „sicheren Hafen“ der Orientierung, fester Rituale, die Sicherheit, Zuwendung und Liebe zu erhalten, vermitteln, bieten Sie ihm eine sehr gute Basis für das Erforschen seiner aufregenden, kleinen Welt.

Anerkennung und Bestätigung können Sie Ihrem Kind bereits ab den ersten Lebenstagen vermitteln.

Wenn Ihr Kind die Augen öffnet, und Sie anschaut, formulieren Sie in Worten, was Sie wahrnehmen.

„Oh, Du machst die Augen auf und schaust mich an, das ist aber schön!“

So erhält Ihr Baby die Bestätigung, das was es getan hat, hat eine Bedeutung, wird wahrgenommen.

Wenn Sie beim Wickeln, Baden, Spazieren gehen mit Ihrem Baby sprechen und ihm erzählen, was Sie gerade tun, lernt es, das Geschehene in Worte zu fassen bzw. Worte mit Orten oder Taten in Verbindung zu bringen. (z.B. „Wir machen Dir jetzt eine neue Windel“ – ein Baby, was krabbeln kann, krabbelt evtl. Richtung Wickelplatz, ein Einjähriges zeigt auf den Wickelplatz und sagt „da“).

Mit dieser Verständigung wird die Bindung zwischen Ihnen und Ihrem Kind vertieft, eine wichtige Basis für die Entwicklung Ihres Kindes.

Schlaf im ersten Lebensjahr

Regelmäßigkeit im Alltag hilft, einen Rhythmus zu finden

Auch wenn in den ersten Lebenswochen Ihres Neugeborenen zunächst noch einiges „drunter und drüber“ geht, ist es wichtig, dass Sie den Tagesablauf mit Ihrem Baby regelmäßig gestalten. Das hilft, sich zu orientieren und einen Rhythmus zu finden.

Wenn ein Baby ein an seinen Bedürfnissen ausgerichteten Tag mit Wechseln von Ruhe und Anregung erlebt, lernt es, dass alles seine Zeit hat.

Bei Übermüdung fällt die Entspannung schwer

Babys können sich nicht entscheiden, ob sie nun schlafen wollen. Sie werden vom Schlaf übermannt. Wenn Ihr Baby gähnt, den Blick von dem Geschehnis abwendet oder gerötete Augen hat /sich über die Augen wischt, ist es Zeit für eine Pause oder ein Schläfchen.

Diese Zeichen von Erschöpfung zu erkennen ist wichtig, um eine Überreizung zu vermeiden. Wenn man das „Tor zum Einschlafen“ verpasst, kann es unter Umständen länger dauern, bis sich ein neues „Einschlafort“ auftut. (So nennt der Verhaltensbiologe Joachim Bense den fürs Einschlafen günstigsten Zeitpunkt, zu dem Kinder von einer aktiveren in eine ruhigere Phase eintreten und besonders gut schlafen).

Gerade für Babys mit sogenannten „Regulationsstörungen“ ist es wichtig, die Signale der Müdigkeit zu erkennen und dem Kind somit durch promptes reagieren in die Erholungs- und Ruhephase zu helfen.

Eigenständigkeit am Tag hilft auch in der Nacht

Kinder die tagsüber die Gelegenheit bekommen, Erfahrungen zu sammeln und „sich selbst zu beschäftigen“, ohne ständig bespielt zu werden, haben auch beim Einschlafen eher die Möglichkeit und das nötige Selbstvertrauen, es – anfangs mit Ihrer Hilfe – später aber allein zu schaffen, einzuschlafen oder auch wieder einzuschlafen.

Quelle:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln
www.kindergesundheit-info.de

Gefühvoll Grenzen setzen

Für ein Kind ist die Welt voller Aufregungen und Geheimnisse. Damit es sich darin orientieren kann, braucht es Grenzen und Orientierung, um sich zurecht zu finden.

Es gibt verschieden Arten von Grenzen:

- Grenzen in der eigenen Familie
- Grenzen, die von anderen Personen oder Institutionen gesetzt werden
- Grenzen aus der Umwelt
- Grenzen der eigenen Persönlichkeit

Grenzen sollten auch gegen den Willen Ihres Kindes aufgezeigt und konsequent eingehalten werden. Sie sind noch nicht in der Lage, von einer übergeordneten Sichtweise aus das Ganze zu betrachten.

Beispiel: Ein Kleinkind versteht nicht, dass es ertrinken kann, wenn es ohne Schwimmflügel ins Wasser geht. Es kann nicht absehen, was es für Folgen hat, wenn es ohne Sonnenschutz in die Sonne geht.

Dies sind bekannte Situationen, die Kleinkinder nicht gern mögen, Sie als Eltern haben hier aber die Verantwortung durch vorausschauendes Handeln Gefahren vorzubeugen und sich auch gegen den Willen ihres Kindes durchzusetzen (oder aber konsequent sein, keine Schwimmflügel, kein Ausflug ins Bad).

Je älter das Kind ist, desto mehr versteht es den Sinn von Regeln und Grenzen.

Grenzen sind also absolut notwendig und bieten bereits einem Kleinkind Orientierung und Hilfe.

Sprechen lernen

Viele Eltern gehen davon aus, dass ihr Kind im ersten Lebensjahr noch gar nicht versteht, wovon sie reden. Jedoch ist es sehr wichtig für die Sprachentwicklung, dass Sie von Anfang an mit Ihrem Baby sprechen.

Erzählen Sie Ihrem Baby bei der alltäglichen Pflege und bei Spaziergängen, was um Sie herum geschieht. Singen Sie ihm vor, schauen Sie sich gemeinsam Bilderbücher an und lesen Sie ihm vor. Sie werden merken, dass es versucht mit Lauten auf Sie zu reagieren. Jetzt ist es wichtig, dass Sie auf diese Laute reagieren, um es darin zu bestärken, dass seine Kommunikation erfolgreich war. Sie motivieren Ihr Baby auch weitere Laute von sich zu geben, indem Sie es anlächeln.

Beachten Sie, dass nichts die Unterhaltung zwischen Eltern und Kind ersetzen kann. Denn es lernt zu sprechen, indem Sie mit ihm in Kommunikation treten und nicht nur durch zuhören (CD-Player).

Die intensive Zuwendung zu Ihrem Baby fördert nicht nur den Spracherwerb, sondern auch den Bindungsaufbau.



Vom Trotzen und Motzen

Elternabend zum Thema Trotzalter

Wutanfälle und Tränen bei den Kindern, angespannte Nerven bei den Eltern?

Angela von Bartenwerffer-Meyer wird erläutern, welche Veränderungen bei Kindern im Trotzalter geschehen. Die Chance, den eigenen Weg zu entdecken, Konflikte und innere Spannungen auszuhalten – dies ist für Kinder eine wichtige Lebenserfahrung.

Der Abend kann Müttern, Vätern oder Tagesmüttern helfen, in schwierigen Alltagssituationen mit mehr Geduld, Gelassenheit und innerer Distanz zu reagieren.

Eingeladen sind Eltern, Großeltern oder Tagesmütter.



Ev. Gemeindehaus

Donaustraße 24

1 mal jährlich

Angela v. Bartenwerffer-Meyer

Kostenbeitrag 7,00 €

Den nächsten Termin erfahren Sie beim

Evangelischen Familienbildungswerk Neander Diakonie

Turmstraße 10
40878 Ratingen

Tel.: 02102 / 1094-0



Kinderbetreuung

Kindertagespflege

Was ist Kindertagespflege?

Kindertagespflege ist eine Alternative zur Betreuung in Kindertageseinrichtungen. In der Regel sind die zu betreuenden Kinder bis zu drei Jahre alt (in Ausnahmefällen auch älter, z.B. wenn ein Kind ein zusätzliches Angebot im Anschluss an eine Kindertagesstätte oder OGATA braucht).

Kindertagespflege zeichnet sich durch hohe Flexibilität aus und durch eine individuelle Betreuung in kleinen Gruppen, (Gruppengröße liegt zwischen zwei bis neun Kinder).

Kindertagespflege ist ein familienunterstützendes Angebot. Kindertagespflege findet im Haushalt der Tagespflegeperson statt, oder in extra dafür angemieteten Räumlichkeiten.

Welche Qualifikation haben Kindertagespflegepersonen?

Kindertagespflegepersonen verfügen entweder über eine pädagogische Ausbildung (Kinderpflegerin, Erzieherin, Sozialpädagogin u.ä.) und 80 Stunden Qualifizierung im Bereich Kindertagespflege, oder haben sich über einen Bildungsträger im Bereich Kindertagespflege mit 160 Stunden qualifiziert. Die Eignung der Tagespflegepersonen wird durch das Jugendamt überprüft. Tagespflegepersonen verfügen über eine Pflegeerlaubnis des Jugendamtes.

Finanzierung/Kosten

Das Jugendamt der Stadt Mettmann unterstützt die Eltern bei den Kosten zur Finanzierung der Kindertagespflege. Zur Zeit wird ein Zuschuss von z.Zt. 5,50 Euro pro Stunde und Kind gezahlt, wenn die Eltern gewisse Voraussetzungen (Berufstätigkeit u.ä.) erfüllen und bereit sind, einen einkommensabhängigen Kostenbeitrag an das Jugendamt zu zahlen.

Ihre Ansprechpartnerinnen

Elke Giannona (Fachberatung)	Tel.: 0 21 04 / 980 - 433
Marianne Rutten (Fachberatung)	Tel.: 0 21 04 / 980 - 433
Helga Burian (Finanzen)	Tel.: 0 21 04 / 980 - 431

Wir sind für Sie erreichbar:

Helga Burian

Mo. - Fr.	9:00 - 12:00 Uhr
Mo. - Mi.	14:00 - 15:30 Uhr
Do.	14:00 - 17:30 Uhr

Elke Giannona und Marianne Rutten
nach telefonischer Absprache.

Babysitter

Der Deutsche Kinderschutzbund vermittelt interessierten Eltern einen qualifizierten Babysitter.

Er verfügt seit einigen Jahren über eine umfangreiche Babysitterdatei, in die nur TeilnehmerInnen aufgenommen werden, die einen Babysitterführerschein bei der VHS erfolgreich abgeschlossen haben.

Der Kurs vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten zur Kinderbetreuung.

Neben Übungen zur Pflege und Ernährung des Säuglings und Kleinkindes sind „Notfälle beim Babysitten“ sowie „Erste Hilfe am Kind“ weitere Themen und Kursinhalte.

Die Vermittlung erfolgt kostenlos. Der Kinderschutzbund berät auch bei Fragen nach dem an den Babysitter zu zahlenden Honorar.



die lobby für kinder

Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Mettmann e.V.

Kurze Straße 6
40822 Mettmann

Frau M. Rusche Tel.: 0 21 04 / 24 95 6

wellcome – Hilfe durch ehren- amtliche Familienbegleiterinnen



Familien, die sich in der ersten Zeit nach der Geburt Unterstützung wünschen, oder die unter besonderen Belastungen leiden, erhalten diese durch ehrenamtliche Mitarbeiterinnen.

Wellcome hilft dort, wo Familie und Freunde nicht zur Verfügung stehen.

Müttern wird die Gelegenheit geboten, Zeit für sich zu gewinnen, in der sie Kraft tanken und einfach mal ihren eigenen Bedürfnissen nachgehen können.

Die Hilfe:

Die ehrenamtliche Hilfe findet ca. zweimal pro Woche für jeweils zwei bis drei Stunden während der ersten Wochen und Monate nach der Geburt statt. Die Unterstützung erfolgt z.B. durch:

- Betreuung des Neugeborenen
- Geschwisterbetreuung
- Zuhören und ganz praktische Hilfen

Für die Hilfe wird, wenn möglich, eine Gebühr von maximal fünf Euro pro Stunde berechnet, für die Vermittlung wird eine einmalige Pauschale von 10 Euro erhoben. Es sind individuelle Ermäßigungen und auch kostenfreie Vermittlungen möglich, da die Hilfe nicht am Geld scheitern sollte.

Ihre Ansprechpartnerin ist:

Renate Schanz

Ev. Gemeindezentrum
Donaustraße 24
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 233 53 66

mettmann@wellcome-online.de



SKFM-Familienpatinnen

Vermittlung von Familienpaten an werdende und junge Eltern.

Die Familienpaten sind Ansprechpartner
in belasteter Lebenssituation; sie

- begleiten und unterstützen den Alltag
- geben Anregungen für Beschäftigung
und Spiel mit dem Kind
- beaufsichtigen das Kind, wenn die Mutter
eine Pause braucht
- begleiten zu Kinderärzten, Ämtern und Behörden
- ermutigen und motivieren zu Geburtsvorbereitung,
Krabbelgruppe, Elterncafé u. a.
- fördern die Integration ins soziale Umfeld

Die Familienpaten sind fachlich angebunden an die
Sozialpädagogin des SKFM. Sie können bei Bedarf
zusätzlich die Fachlichkeit des jeweiligen SKFM-
Fachdienstes nutzen.

Für den Einsatz werden Familienpaten geschult
und fachlich begleitet. Die Koordination der Einsätze
übernimmt die Sozialpädagogin.

Es findet ein regelmäßiger Erfahrungsaustausch
in der Gruppe der Ehrenamtlichen statt, bei Bedarf
Supervision.



SKFM Mettmann e.V.

Neanderstraße 68-72
40822 Mettmann

Tel.: 021 04/1419-0
Fax: 021 04/1419-122

info@skfm-mettmann.de
www.skfm-mettmann.de

Kindergärten und Kindertageseinrichtungen

Alle Kindergärten bieten Plätze für Kinder im Alter von 3 Jahren bis zum Beginn der Schulpflicht. Es werden unterschiedliche Öffnungszeiten angeboten. Eltern können zwischen Angeboten mit 25, 35 oder 45 Stunden wählen.

Die meisten Einrichtungen verfügen über Plätze für Kinder unter 3 Jahre.

In integrativen Gruppen werden Kinder mit und ohne Behinderung gemeinsam betreut.

In den Familienzentren können Familien zusätzliche Angebote wahrnehmen.



Städt. Kindergarten Rheinstraße



Leitung: Frau Leineweber
Adresse: Rheinstr. 42, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 76799
Email: Kita-Rheinstrasse@mettmann.de
Gruppen: 5
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 2 Jahre
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:30 - 16:30 Uhr

Städt. Kindergarten Teichstraße



Leitung: Frau Schröder
Adresse: Teichstr. 21, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 22333
Email: Kita-Teichstrasse@mettmann.de
Gruppen: 3
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 2 Jahre
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:15 - 16:15 Uhr

Städt. Kinder- und Familienzentrum Händelstraße



Leitung: Frau Haar
Adresse: Händelstr. 5-7, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 1774658
Email: Kita-Haendelstrasse@mettmann.de
Gruppen: 8
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 4 Monate
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:00 - 17:00 Uhr

Städt. Kindergarten Obschwarzbach



Leitung: Frau Schwarz
Adresse: Schlesienstr. 18 a, 40822 Mettmann
Tel.: 02058 / 70389
Email: Kita-Obschwarzbach@mettmann.de
Gruppen: 2
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 2 Jahre
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:00 - 16:00 Uhr

Kindergarten Kirchendelle in Trägerschaft von Stadt und Kreis Mettmann



Leitung: Frau Brückner-Winkels
Adresse: Kirchendeller Weg 101, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 912820
Email: kita-kirchendellerweg@mettmann.de
Gruppen: 7
Heilpädagogische
Plätze: ja
Alter der Kinder: ab 4 Monaten
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:00 - 16:30 Uhr

Ev. Kindergarten und Familienzentrum Donaustraße



Leitung: Frau Kündahl-Sommer
Adresse: Donaustr. 24, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 72019
Email: kita-donaustrasse@mettmann.com
Gruppen: 5
Integrative Plätze: ja
Alter der Kinder: ab 1 Jahr
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Do. 7:00 - 16:30 Uhr
Fr. 7:00 - 16:00 Uhr

Ev. Kindergarten Am Hoshof



Leitung: Frau Ott-Boll
Adresse: Am Hoshof 15, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 52939
Email: kita-hoshof@mettmann.com
Gruppen: 4
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 1 Jahr
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Do. 7:00 - 16:30 Uhr
Fr. 7:00 - 16:00 Uhr

Ev. Kindergarten und Familienzentrum Am Laubacher Feld



Leitung: Frau Wachholz
Adresse: Champagne 14, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 172995
Email: kita-laubacherfeld@mettmann.com
Gruppen: 6
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 1 Jahr
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Do. 7:00 - 16:30 Uhr
Fr. 7:00 - 16:00 Uhr

Kath. Kindergarten und Familienzentrum St. Lambertus



Leitung: Frau Zbick-Hahnen
Adresse: Friedhofstr. 10, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 70007
Email: kita-st.lambertus@t-online.de
Gruppen: 4
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 2 Jahre
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:00 - 16:30 Uhr

Kath. Kindergarten und Familienzentrum St. Thomas Morus



Leitung: Frau Völz
Adresse: Breslauer Str. 1, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 71983
Email: KitaThom@web.de
Gruppen: 3
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 2 Jahre
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:00 - 16:00 Uhr

Kath. Kindergarten Heilige Familie



Leitung: Frau Völz
Adresse: Gartenkampsweg 4, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 54460
Email: kita-hf@t-online.de
Gruppen: 2
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 2 Jahre
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:30 - 16:30 Uhr

Montessori-Kindergarten e.V.



Leitung: Frau Stegmann
Adresse: Teichstr. 6, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 76270
Email: info@montessori-kiga.de
Gruppen: 3
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 1 Jahr
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Mi. 7:00 - 16:00 Uhr
Do. 7:00 - 17:00 Uhr
Fr. 7:00 - 15:00 Uhr

Montessori-Kinderhaus e.V.



Leitung: Frau Bremicker
Adresse: Gottfried-Wetzel-Str. 1, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 70666
Email: info@kinderhaus-mettmann.de
Gruppen: 1
Integrative Plätze: nein
Alter der Kinder: ab 2 Jahre
Buchungszeiten: 35 Stunden
Öffnungszeiten: Mo., Di. Do. 7:30 - 14:30 Uhr
Mi. 7:30 - 15:00 Uhr
Fr. 7:30 - 14:00 Uhr

Kindertagesstätte und Familienzentrum der Arbeiterwohlfahrt



Leitung: Frau Schenke
Adresse: Düsseldorfer Str. 32, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 71432
Email: fz-mettmann@awo-kreis-mettmann.de
Gruppen: 5
Integrative Plätze: ja
Alter der Kinder: ab 4 Monate
Buchungszeiten: 25, 35, 45 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7:00 - 17:00 Uhr

Rappelkiste



Leitung: Frau Baulig
Adresse: Ratinger Str. 2, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 / 1444586
Email: linda.baulig@rappelkiste-mettmann.de
Gruppen: 1
Integrative Plätze: ja
Alter der Kinder: nur für Kinder unter 3 Jahre
Buchungszeiten: 35 Stunden
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8:00 - 15:00 Uhr

Spiel, Sport, Spaß!



Babyschwimmen

Durch spielerische Bewegungserfahrung im Wasser wird die motorische, emotionale soziale und sprachliche Entwicklung begünstigt.

Baby/ Kleinkindschwimmen

MEDI SPORT

Physiotherapie und Präventionszentrum

Auf dem Hüls 11 und 20

40822 Mettmann

Di. 9:30-10:00 Uhr für Kinder im ersten Lebensjahr

Di. 10:00-10:30 Uhr für Kinder im ersten
und zweiten Lebensjahr

Di. 16:00-16:30 Uhr für Kinder ab dem 2. Lebensjahr

Maximale Teilnehmerzahl: 6 Babys

Kursleiterin: Monika Strugholz, Dipl. Sportlehrerin

Tel.: 021 04 / 77 04 0

Babyschwimmen und Spiel und Spaß im Wasser für 1-2 Jährige

Elternschule des Evangelischen Krankenhauses Mettmann

Gartenstraße 4-8

40822 Mettmann

Die Babyschwimmgruppen finden Di., Do. und Sa. statt.

Institutsleitung: U. Johanna Klugstedt

Kursverwaltung: Brigitta Westelmayer; Jolantha Reddig

Tel.: 021 04 / 773 - 331

Volkshochschule

Im Rahmen der Eltern- und Familienbildung bietet die Volkshochschule Kurse für Eltern an.

Elternwissen :

- Mein Kind – das unbekannte Wesen
- Was Kinder stark macht
- Zehn Gebote für den Umgang mit Kindern

VHS – Haus Mettmann

Schwarzbachstraße 28

40822 Mettmann

Tel.: 021 04 / 1 39 20

info@vhs-mettmann.de

Weitere Infos finden Sie unter:

www.vhs-mettmann.de

Eltern-Kind-Turnen

Die Kinder lernen gemeinsam mit ihren Eltern und anderen Familien die Vielfalt des Kinderturnens kennen. Hierbei steht das Sammeln vielseitiger Bewegungserfahrung mit und ohne Materialien/Geräten im Vordergrund - vom Fingerspiel zum Bewegungslied, vom kleinen Spiel mit Alltagsmaterialien bis hin zum Kennenlernen von Bewegungslandschaften.

Mit Hilfe der Eltern bzw. Übungsleiter/innen erleben die Kinder durch Nachahmen und eigenständiges Probieren die Welt des Kinderturnens. Spiele für zu Hause und den Spielplatz werden vermittelt. Dadurch wird die Bewegung weit über die Sporthalle hinausgetragen und zum festen Bestandteil im Alltag der Familien.

Eltern-Kind-Turnen ab 12 Monate
Sa. 10:30-11:30 Uhr
Carina Bammesberger

Adresse:

Turnhalle der Katholischen Grundschule
Jahnstraße 7
40822 Mettmann

Krabbelturnen

Durch Sing- und Bewegungsspiele, sowie Klatsch- und Fingerspiele wird der Nachwuchs gemeinsam mit den Eltern aktiv. Eine große Vielfalt an Geräten fördert die motorische Entwicklung der Kleinen und hält auch die Eltern auf Trapp.

Die Mischung aus gezielter Bewegungsförderung und gemeinsamen Spiel findet Dienstags in der Gymnastikhalle der Carl-Fuhlrott-Realschule in Mettmann statt.

ab 9 Monate
Annette Reidick

Di. 09:00-10:00 Uhr
Di. 10:00-11:00 Uhr
Di. 11:00-12:00 Uhr

Adresse :

Carl-Fuhlrott-Realschule
Goethestraße 33
40822 Mettmann

Weitere Informationen finden Sie unter:

<http://www.me-sport.de/sportangebot/kids.html>

Hier spielt die Musik

Musikkurs für Eltern mit Kindern ab 2 Jahren

Spielerisch den Umgang mit Musik erleben! Spiellieder oder Lieder im Jahreskreislauf kennen lernen, den Rhythmus aufnehmen oder mit einfachen Instrumenten die Musik begleiten - dies alles gehört zu unserem Musikkurs dazu. Singen und Rhythmik fördert die Sprachentwicklung. Aktives Mitmachen der Eltern beim Singen, Klatschen oder Bewegen zur Musik regt die Kinder an und macht allen Spaß. Für Geschwisterkinder ab einem Jahr kostet die Teilnahme 18,00 € zusätzlich.

Ev. Gemeindehaus

Donaustr. 24

Musikkurs für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Mo. 16:30 - 17:30 Uhr
10 Termine, 38,00 €

Mo. 16:30 - 17:30 Uhr
9 Termine, 36,20 €

Mo. 16:30 - 17:30 Uhr
6 Termine, 23,60 €

Den Kursbeginn erfragen Sie bitte unter:

Evangelisches Familienbildungswerk
Neander – Diakonie

Turmstrasse 10
40878 Ratingen

Tel.: 021 02 / 1094 - 0

Wel(I)come-Café

Treff-Zeit zum Plaudern für alle Eltern mit ihren Kleinkindern

Mit anderen Eltern aus Ihrer Nachbarschaft ins Gespräch kommen. Jeden Mittwochvormittag von 9:00-11:00 Uhr gibt es Kaffee oder Tee für die Eltern und für die Kleinen genug Platz zum Spielen und Wohlfühlen.

Dabei können Kontakte geknüpft oder auch Fragen rund um's Kind geklärt werden. Das Eltern-Café ist kostenfrei. Spenden nehmen wir aber gerne entgegen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ansprechpartnerin bei Fragen rund um's Baby oder Kleinkind sind Renate Schanz oder Lisa Walkembach-Hast.

Ev. Gemeindehaus

Donaustr. 24

Mi. 09:00-11:00 Uhr (außer in den Schulferien)
Renate Schanz, Lisa Walkembach-Hast

Spielgruppen für Kleinkinder

Malen, Matschen, Spielen

Für Eltern mit Kindern ab 2 bis 5 Jahren

Spielerisches Gestalten mit Materialien wie Knete, Kleister, Fingerfarbe oder Naturmaterial wird hier angeboten. Die Kleinen können nach Herzenslust ausprobieren und die Eltern begleiten ihre Kinder beim kreativen Tun. Im Vordergrund steht nicht das Ergebnis, sondern der Raum für neue Erfahrungen und der Spaß daran. Und natürlich singen wir gemeinsam! Die Kursgebühr beinhaltet eine Materialumlage. Für Geschwisterkinder ab einem Jahr sind 18,00 € zusätzlich zu zahlen.

Bitte mitbringen: alte Kleidung und Malkittel.

Ev. Gemeindehaus

Vogelskamp 120

Mi. 15:30-16:30 Uhr
Claudia Goldau-Hieret

Fortlaufende Kurse beim
ev. Familienbildungswerk erfragen.



Gemeinsam Aufwachsen

Gruppe für Eltern und Kinder von 1-3 Jahren

Kleine Abenteurer im Aufwachsen zu begleiten, ist für alle Eltern eine schöne Herausforderung. Mit unseren Gruppen wollen wir einiges anbieten, was Eltern darin unterstützt, ihr Kind zu verstehen und zu fördern. Die Gruppen bieten Spielanregungen, neue Kontakte und Austausch für Eltern zu allen Themen, die im Laufe der Entwicklung im Baby- und Kleinkindalter auftauchen. Die ersten drei Lebensjahre sind die Zeit, in der Kinder mit viel Spaß lernen, mit Freude entdecken und alles ausprobieren. Dazu gibt es viele unterschiedliche Anregungen. Zusammen mit anderen Eltern sehen Sie, wie die Kinder miteinander in Kontakt treten, wie sie beginnen, sich fortzubewegen, zu sprechen und mit allen Sinnen die Welt zu erobern. Im Kurs kann in Ruhe die individuelle Entwicklung jedes Kindes beobachtet werden. Lieder, Fingerspiele oder Bewegungsbaustellen und erste Erfahrungen mit Malen oder Matschen gehören zum Ablauf. Bei uns sind alle Eltern, wichtige Bezugspersonen und kleine Abenteurer herzlich willkommen, um eine schöne gemeinsame Zeit verbringen zu können. Zu jedem Kurs gehört zudem ein Elternabend, der gemeinsam abgesprochen wird. Freie Plätze können auch nach Kursbeginn gerne noch belegt werden. Haben Sie noch Fragen? Dann freuen wir uns über Ihren Anruf oder eine E-Mail.

Bitte mitbringen: Rutschsocken und bequeme Kleidung für Eltern und Kinder.

Ev. Gemeindehaus

Vogelskamp 120

Fr. 09:30-11:00 Uhr

Yvonne Maria Peukert-Dimmers

Ev. Gemeindehaus

Donastr. 24

Mo. 09:30-11:00 Uhr

Bianca Scholten

Weitere Infos zu neuen Kursen:

Evangelisches Familienbildungswerk

NeanderDiakonie

Turmstr. 10 / Angerstr. 11
40878 Ratingen

Tel.: 0 2102/1094 - 24

Fax: 0 2102/1094 - 29

walkembach@ev-familienbildung.de

www.ev-familienbildungswerk.de

www.diakonie-kreis-mettmann.de

Spielgruppen für Kleinkinder

Die Spielgruppen betreuen an 2 - 4 Vormittagen in der Woche Kinder im Alter ab 2 Jahren ohne Anwesenheit der Eltern.

Fischer's Fritzchen e.V.

Emil-Beerli-Straße 6
40822 Mettmann

Tel.: 021 04/16580 oder 021 04/51 509

Angebot: Es gibt zwei Gruppen mit je 12 Kindern ab 2 Jahren (je 3 x wöchentlich). Die Gruppen werden jeweils von einer Erzieherin und einer Ergänzungskraft betreut.

Ev. Spielkreis Metzkausen

Gemeindezentrum Am Hügel
40822 Mettmann

Tel.: 021 04/54 509

Angebot: 1 Gruppe mit 12 Plätzen
für Kinder ab 2 Jahren (3 x wöchentlich)



Die Spielplatzpaten für Mettmann – das lokale Spielraumnetzwerk

In enger Abstimmung mit den zuständigen Ansprechpartnern bei der Stadtverwaltung kümmern sich in Mettmann vier Vereine, eine städtische Grundschule, rund 25 Einzelpersonen und Familien als Spielplatzpaten ehrenamtlich um öffentliche Kinderspiel- und Bolzplätze.

Wir achten auf die Pflege, Reinhaltung und Wartung der Spielflächen. Schäden und Missstände, die wir nicht selbst beseitigen können, melden wir der Stadt.

Wir organisieren Spielplatzfeste und setzen uns bürgerschaftlich für die Beteiligung der Spielplatznutzer, insbesondere der Kinder, bei der Planung und Umgestaltung der Flächen ein. Seit unserer Gründung im Sommer 2009 durch zwei engagierte Mütter haben wir zahlreiche Spielraumprojekte ins Leben gerufen. Unsere Vision ist die „Bespielbare Neanderthal-Stadt Mettmann“ mit genügend Freiraum für Kinder und deren Familien.



Unser Maskottchen „Spöki“, das die Mettmanner Kinderbuchautorin, Grafikerin und Illustratorin Andrea Behrens (selbst Mutter von drei Kindern) für uns entworfen hat, begleitet uns bei unserem Engagement.



Ania Niedieck, gebürtige Mettmannerin und Schauspielerin, unterstützt unsere Anliegen als Botschafterin.
(Foto © Niklas Berg)



Wenn Ihr Euch also fragt, wie



man die Spielplätze unserer Stadt sauberer und bespielbarer bekommt,



unsere Kinder und Jugendlichen besser auf den Spielflächen und in der ganzen Stadt spielen können,



man gemeinsam Spielräume gestalten kann,

dann wird es höchste Zeit, dass Ihr uns kennenlernt.

Wir freuen uns auf Euch & Eure Kinder!



Kontakt:

Spielplatzpaten für Mettmann
Nicola Hengst-Gohlke

Postfach 20 02 25
40811 Mettmann

Tel.: 021 04/81 901 82
Mobil: 0176/54 82 45 28

info@spielplatzpaten.com
www.spielplatzpaten.com

Wir spielen mit!

Wir sind Mitglied in den Mettmanner Bündnissen „MEhr für Kinder“ www.mehrfuerkinder.de und „Sauberes Mettmann“, im ABA Fachverband Offene Arbeit mit Kindern und Jugendlichen e. V. www.aba-fachverband.info und im Bündnis Recht auf Spiel des Deutschen Kinderhilfswerks e. V. www.recht-auf-spiel.de

Im Januar 2014 wurden wir vom Landschaftsverband Rheinland mit dem „LVR-Prädikat kinderfreundlich“ ausgezeichnet.



Winterspielplatz

Kleine Kinder brauchen viel Bewegung. In der dunklen Jahreszeit, wenn Dauerregen, Schneematsch oder eisige Kälte Spielplätze zu unwirtlichen Orten machen, kann das zum Problem werden. Denn die kleinen Stubenhocker werden schnell unausgeglichen und quengelig.

Umso notwendiger sind saisonale Winterspielplätze, wo sich der Nachwuchs mit Gleichgesinnten austoben kann.

FAST WIE ZU HAUSE

Willkommen beim Winterspielplatz sind vor allem Eltern mit kleinen Kindern bis etwa fünf Jahre, wobei auch ältere Geschwister mitkommen können.

In der wohnlichen Atmosphäre des Gemeindezentrums Mettmann-Süd fühlt man sich fast wie zu Hause. Ein kleine Tobeecke und weitere Spielgeräte sorgen dafür, dass Bewegung nicht zu kurz kommt. Wer mag, kann sich aber auch mit dem Kaufmannsladen, Puzzels, Bausteinen oder Büchern beschäftigen. In einer kleinen Kaffeeküche können sich die Eltern Heißgetränke zubereiten. Auch das Foyer kann genutzt werden.

Die Öffnungszeiten des ehrenamtlich organisierten Winterspielplatzes sind von November bis März jeden zweiten Donnerstag eines Monats von 15:00 bis 17:30 Uhr im Gemeindehaus Mettmann-Süd, Vogelskamp 120, 40822 Mettmann.

Der Eintritt ist frei, Spenden werden gerne angenommen.

Wir freuen uns auf Euch & Eure Kinder!

www.spielplatzpaten.com/winterspielplatz



Spiel- und Bolzplätze in Mettmann

Sie sind mit ihrer Familie gerade nach Mettmann gezogen und möchten wissen, wo sich die nächste Spielmöglichkeit für Ihr Kind befindet? Nachfolgend finden Sie eine Übersicht der Spiel- und Bolzplätze in unserer Stadt.

Einige dieser Flächen sind bereits auf dem Portal www.spielplatztreff.de mit Fotos und Bewertungen der Spielplatznutzer hinterlegt. Zusätzlich sind alle Schulhöfe der städtischen Grundschulen öffentliche Spielplätze und bieten ausreichend Spielmöglichkeiten für Kinder bis zu 10 Jahren.

Sollten Sie Anregungen, Verbesserungsvorschläge und Beschwerden bezogen auf Spiel- und Bolzplätze haben, nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

MehrGenerationenHaus Am KÖ

Am Königshof 17 - 19
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 980 - 421

Alterskategorie A

Für alle Altersstufen geeignet.

Die Nettospielfläche beträgt mindestens 1.500 qm.

Alterskategorie B

Insbesondere für schulpflichte Kinder geeignet.

Bis zu 400 qm Spielfläche.

Alterskategorie C

Spielflächen in erster Linie für Kleinkinder und jüngere Schulkinder geeignet.

Die Mindestgröße beträgt 60 qm.



Um alle mit einem „Spöki“ gekennzeichneten Spielflächen kümmern sich ehrenamtliche Spielplatzpaten.

Mettmann-Innenstadt

Schellenberg		B/C
Neanderstraße (Innenstadt)		B/C

Mettmann-West

Oderstraße (Spiel- und Bolzplatz)		A/B/C
Auf der Höhe		B/C
Wandersweg / Am Schlagbaum		B/C
Schwalbenweg		B/C
Quantenberg		A/B
Meisenweg		C
Am Freistein III		B/C
Am Freistein II		B
Am Freistein I		B/C
Düsselring		A/B/C
Am Herrenhaus		B/C
Multifläche Ellershof		A
Max-Ernst-Straße		C
Paul-Klee-Straße		B/C
August-Macke Straße		B/C
Champagne (Standort des Spielmobils)		A/B
Falkenweg		B
Am Mettmanner Bach		A/B
Bolzplatz Eidamshauer Straße		A
Rheinstraße (Spiel- und Bolzplatz)		A/B/C

Spiel- und Bolzplätze in Mettmann

Mettmann-Süd		
Schumannstraße (Spiel- und Bolzplatz)		A/B/C
Schumannstraße (Am Trafo)		B/C
Am Steinbruch		A/B/C
Mozartstraße (Am Wendehammer)		B
Mozartstraße (Am Garagenhof)		C
Mozartstraße (Am Tunnel)		C
Mozartstraße (Zeyenhäuser)		B/C
Am Webersbüschken		B
Klutenscheuer I		C
Klutenscheuer II		B/C
Koenneckestraße		B/C

Mettmann-Nord		
Bülthausen		C
Goethestraße (im Goethepark)		A/B
Danziger Straße		B/C
Am Kothen		B/C

Mettmann-Ost		
Am Mühlenteich (im Stadtwald)		B/C
Klein Goldberg		B/C
Stadtwald		A/B

Metzkausen		
Comberg Park / Raabestraße		B
Auf dem Pfennig		B
Hasselbeckstraße		C
Schlagholzbusch		C
Hasselkamp		A/B
Zu den vier Flöthen		B/C
Am Hoshof		B/C
Azaleenweg		B/C
Am Werfel		C
Wollenhausweg		C
Nietzschestraße - Am Feld		B
Kantstraße		B/C
Peckhauser Straße		B
Löffelbeckweg		A/B
Am Steinesweg		B/C
Ratinger Straße		B/C
Kirchendelle (Bolzplatz)		A

Obschwarzbach		
Pommernstraße		B
Schlesienstraße		B/C
Elbinger Straße		B/C
Obschwarzbach (Bolzplatz)		A



Mettmanner Familienbegleitbuch

**Herausgeber:**

Kreisstadt Mettmann,
Der Bürgermeister

Neanderstraße 85
40822 Mettmann

Tel.: 021 04/980-0
Fax: 021 04/980-721

Redaktion:

Abt. 4.2.4 - Jugendamt -
Jugendhilfeplanung und Prävention

Cornelia Solenski

Tel.: 021 04/980-456
Fax: 021 04/980-756

Artwork:

Umschlag und Register:
Nina Gunetsreiner
www.ninagunetsreiner.de

Innenseiten:
Ingo Grenzstein
www.artwork-grenzstein.de

- 
- Wirtschaftliche Hilfen
 - Beratung und Hilfe
 - Gesundheit
 - Entwicklung 0 bis 3 Jahre
 - Kinderbetreuung
 - Spiel, Sport, Spaß!
 - Elternbriefe
 - Eigene Unterlagen