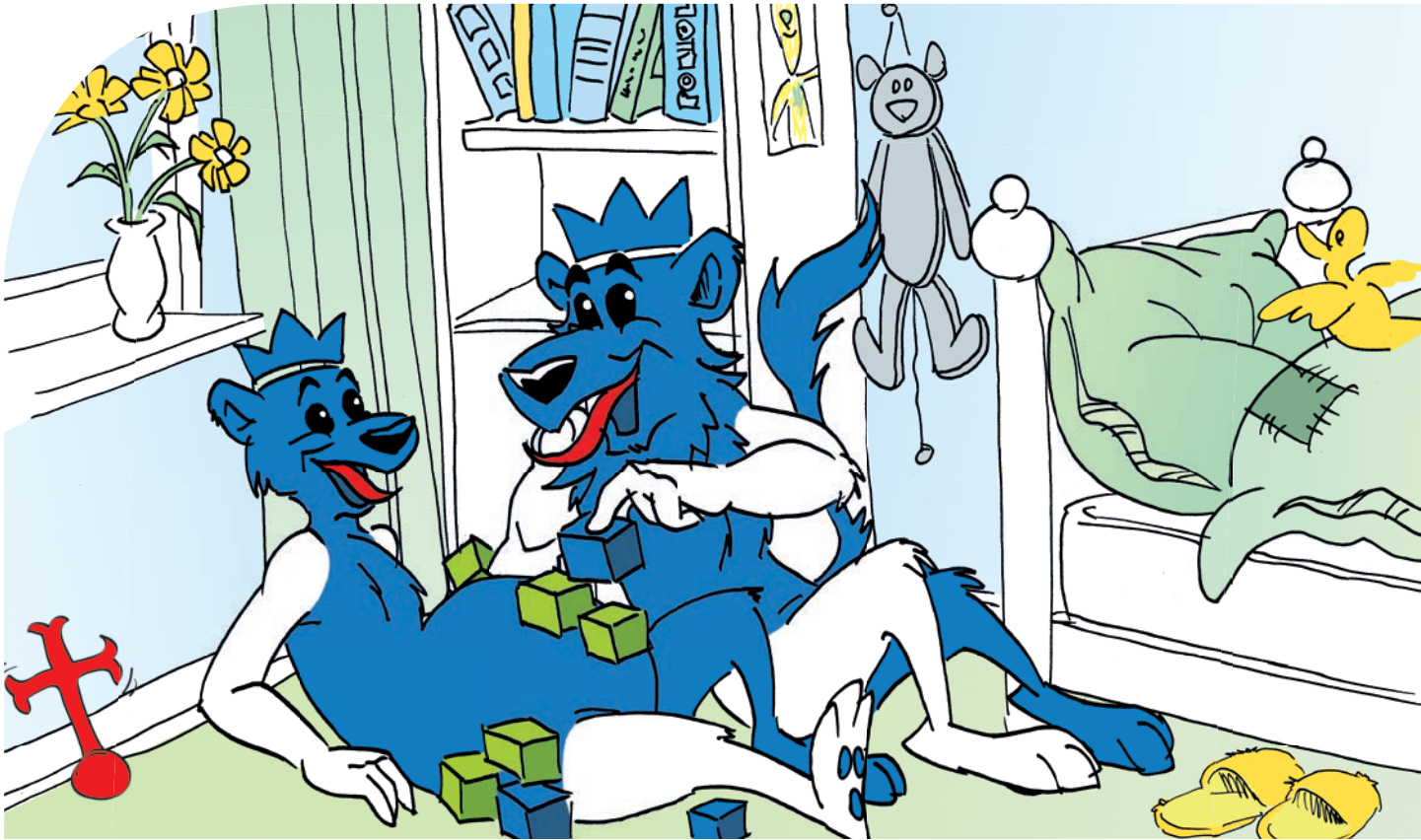




Für werdende Eltern

Eins und Eins macht Drei

Gemeinsam Leben gestalten
im Landkreis Hameln-Pyrmont

Notrufnummern

Polizei/Notruf 110

Feuerwehr 112

Rettungsdienst 112

Notarzt 116 117

Bundesweit einheitliche Notrufnummer
für Notärzte außerhalb der Praxisöffnungszeiten

Sana-Klinikum

Hameln-Pyrmont (Zentrale) 05151/97-0

Notaufnahme 05151/97-2233

Sana-Klinikum

Hameln-Pyrmont

Kinderklinik 05151/97-2326

Giftnotrufnummer 0551/19240

Informationen bereit halten:

Wer? Womit? Wie viel? Wo?

Hilfetelefon

Gewalt gegen Frauen 0800/116016

gebührenfrei, jeden Tag, rund um die Uhr

Frauenzentrum/Anlaufstelle

für das Frauenhaus Hameln 05151/25299

Kinder- und Jugendtelefon

Trau-dich! 0800/1110333

Die Nummer gegen Kummer

www.trau-dich.de

Sorgentelefon

Hameln-Pyrmont 0800/1110444

gebührenfrei & anonym,

täglich 18-21 Uhr – auch am

Wochenende und an Feiertagen

Elterntelefon des Deutschen

Kinderschutzbundes 0800/1110550

gebührenfrei, Mo-Fr 9-11, Di, Do 17-19 Uhr

Krisendienst des Jugendamtes

Hameln-Pyrmont 05151/9033434

Mo-Do 8-16, Fr 8-13 Uhr 05151/9033420



Grußwort des Landrates



Liebe Schwangere,
liebe Mütter und Väter,
liebe Familienplaner,

zu den Aufgaben der Kreisverwaltung gehört es, allen Müttern und Vätern hilfreiche Informationen über örtliche Unterstützungsangebote zur Kindesentwicklung an die Hand zu geben. Da die Kindesentwicklung bereits im Mutterleib beginnt, haben wir als Ergänzung zu dem bereits vorhandenen Familienhandbuch ein Schwangerschaftshandbuch entwickelt.

In dieser kompakten Lektüre finden Sie u. a. Angebote zur Gesundheit von Mutter und dem Ungeborenen, Informationen zur Entwicklung des Babys im Mutterleib sowie Beratungsstellen zur Beantwortung der verschiedensten Fragen. Sie finden Rat zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf, zu finanzieller Unterstützung sowie Anlaufstellen, wenn mal Sorgen auftauchen.

Frühe Hilfe wird bei uns im Landkreis Hameln-Pyrmont groß geschrieben und deshalb freue ich mich sehr, dass wir Sie mit diesem Schwangerschaftshandbuch schon vor der Geburt Ihres Kindes begleiten können. Ich wünsche Ihnen alles Gute auf dem Weg in ein harmonisches, unbeschwertes Familienleben.

Tjark Bartels
Landrat





„Fullservice“ für die Schwangerschaft

Junges Leben zieh ein. Es ist noch viel Raum da. Noch kann es sich ausdehnen. Es entfaltet dabei auch schon seinen Geist. Alle können mithelfen, dass es sich wohlfühlt: Mama, Papa, die Lebenspartnerin oder der Lebenspartner, die ganze Familie, Freunde und sogar der Landkreis. Jeder kann auf seine Weise mithelfen.

Der Bauch kann gestreichelt werden.

Mama bietet dem Gast gesundes Essen an.

Mama verzichtet auf Alkohol und Zigaretten. ☺

Freundlichkeit muntert auf – nicht nur die Mama, sondern den kleinen Gast gleich mit. ☺

GynäkologInnen führen Vorsorgeuntersuchungen durch.

Hebammen bieten ebenfalls Vorsorge an. Sie bereiten auch auf die Entbindung vor.

Es gibt Schwangerschaftsberatung ... und vieles mehr.

Und da kommen wir schon zu diesem Buch. In diesem Buch sind für Sie Angebote des Landkreises Hameln-Pyrmont zusammengestellt. Diese Akteurinnen und Akteure aus dem Gesundheitswesen, der Frühkindlichen Bildung und Frühen Hilfen haben dabei geholfen:

Iris Töpelmann als damalige Vertreterin zweier Familienkinderservicebüros, Suna Baris von Familie im Zentrum, Anette Wehrmann vom Landkreis

Hameln-Pyrmont (Tagespflege, Projektmanagement), Julia Pape vom Landkreis Hameln-Pyrmont (Sprachbildung und Sprachförderung), Beate Willumeit und Nicole Lehmann in Ihrer Funktion als Hebammen, Frau Langenhahn und Frau Dieckgerdes-Arke im Rahmen von Marte meo, Dagmar Kostulski, Frau Seifert, Dr. Anna Schmitz-Lück und Frau Theilen von den Schwangerschaftsberatungsstellen, Anja Becker, Patrizia Jonek und Ramona Stumme (Allgemeiner Sozialer Dienst) sowie Anja Eggers (Fachstelle Frühkindliche Bildung) vom Landkreis Hameln-Pyrmont

Herzlichen Dank!

In diesem Buch können Sie also schauen, wo Sie Unterstützung finden. So können Sie Ihrem wachsenden Baby einen besonderen Service bieten – sozusagen: all inklusive im „Hotelzimmer Mama“.

Der Landkreislöwe Leo bietet sich Ihnen und Ihrem Ungeborenen bei Ihren Entdeckungen in diesem Buch gerne als Reisebegleiter an. Daher – **auf geht's!**



Hier finden Sie unser
**Schwangerschaftshandbuch
zum Download:**

[www.hameln-pyrmont.de/
schwangerschaftshandbuch](http://www.hameln-pyrmont.de/schwangerschaftshandbuch)

Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate	9
Neues Leben	9
Allgemeine Schwangerschaftsberatung	10
Durch die Bauchdecke – Beziehungsaufbau zum Kind	11
Geburtsvorbereitung	12
Hebammen / Familienhebammen	13
GynäkologInnen – Frauenheilkunde und Geburtshilfe	20
Psychotherapie als „Behandlung der Seele“	23
Geburtskliniken/- stationen	24
Risikoschwangerschaft und Pränataldiagnostik – was bedeutet das?	28
Vermeidung von Belastungen – oder was Mama machen kann, um „die Wohnung gemütlich zu machen“	29
Behinderung des Kindes	30
Schwangerschaftskonfliktberatung	31
Lebens-, Familien-, Ehe-, Partner- und Sozialberatung	32
Vaterschaftsanerkennung	35
Gemeinsames Sorgerecht	36
Minderjährige Mütter und Väter	37
Adoption und vertrauliche Geburt	39
Kinderwunsch – künstliche Befruchtung	41
Pflegekinderdienst	42
Erstausrüstung und Babytasche	43
 Wohnungswechsel – Einzug in die „WG“	 46
Darf ich mich vorstellen? – „Mitbewohner-Aus- und Einzug“	46
Angebote für werdende Väter, Partner und Partnerinnen	47
Angebote für werdende Familien	49
Entscheidend für gutes Gelingen der Wohngemeinschaft: der Beziehungsaufbau zum Kind	53
Babymassage – gut für den Beziehungsaufbau	54
Kennen Sie Marte Meo?	58
Stillberatung und Stillgruppen	60
Rückbildung	64
Schreibabys	65
(Leih-) Großeltern und GemeinsamSTARK-Patenprojekt	67
Wellcome	68
Babysitting	69
Vermittlung von Notmüttern bei Krankheit	70
 Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist	 71
Gesetzliche Regelungen und Anträge	71
Namensgebung	72



Anmeldung bei der Gemeinde	73
Acht kreisangehörige Städte und Gemeinden	75
Mutterschutz	76
Elternzeit für Mütter und Väter	77
BasisElterngeld, ElterngeldPlus und Partnerschaftsbonus	79
Kindergeld	81
Zuschuss bei Mehrlingen	82
Familienpflege	83
Wohngeldzuschuss	84
Arbeitslosengeld II (Hartz IV) und Sozialgeld	85
Stiftung „Familie in Not“	86
Schuldnerberatung	87
Vereinbarkeit von Familie und Beruf	89
Schwangerschaft und Ausbildung	92

Hallo Nachbar, wir wohnen auch im Landkreis Hameln-Pyrmont 94

Jugendamt, Amt für Inklusion und Bildung/ Sozialamt, Gesundheitsamt	94
Familien- und Kinderservicebüros	96
Familie im Zentrum (FiZ) und Café Kinderwagen	99
Eltern- und Familienangebote: Lernen ohne Stress	100
Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte	101
Erste Hilfe	103
Fehlgeburt und plötzlicher Kindstod	105
Selbsthilfegruppen	107
Anlaufstellen für Menschen mit Migrationshintergrund	112
Migrationsrat	118
IntegrationslotsInnen	119
Kinderschutzbund und Babybedenkezeit	120
Trennung oder Scheidung	121
Missbrauch und Gewalt	123
Drogen- und Suchtberatung	125
Das Familienhandbuch „vom ICH zum WIR“ – Hier gibt's noch mehr Infos für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren	127

Impressum 129

Alphabetisch sortiertes Verzeichnis 130





Neues Leben

Ab jetzt tauchen Sie in eine neue Lebenssituation ein. Die kann viel Spaß mit sich bringen. Es kann aber auch anstrengend werden. Möglicherweise ist vieles für Sie neu und ungewohnt. Manchmal begleitet einen auch Unsicherheit oder Sorge. Für einige stellt sich vielleicht die Frage, ob man das alles gut schafft.

Auf den nächsten Seiten sind viele Anbieter und Dienstleister aus dem Landkreis Hameln-Pyrmont aufgelistet. Sie begleiten Sie auf Ihrem Weg durch die Schwangerschaft. Auch für Ihre Vorbereitungen in das gemeinsame Familienleben stehen sie Ihnen mit Rat und Tat beiseite. Und wenn Ihr Neugeborenes da ist und Sie weitere Fragen haben, kümmern sich die Anbieter ebenfalls. Wir stellen Ihnen mit diesem Heft eine Übersicht über die Anbieter zur Verfügung. Sie selber haben so die Möglichkeit zu entscheiden, bei wem Sie anfragen wollen oder auch nicht.

Wenn Sie Sorge haben, ob Sie eine gute Mutter oder ein guter Vater sein werden, können Sie sich einen Elternfilm ansehen. Sie finden ihn hier www.hameln-pyrmont.de.

Innerhalb von zwei Minuten haben Sie Lösungsmöglichkeiten.

Wenn Sie sich z.B. über Mutterschaft, Schwangerschaftsvorsorge und Nachsorge, Namensrechte oder

vielen mehr von zu Hause aus erkundigen möchten, dann können Sie folgenden Link aufrufen: www.familien-wegweiser.de. Auf dieser Seite finden Sie auch einen kurzen **Überblick über Essen und Schwangerschaft**.

„Rundum – Schwangerschaft und Geburt“ ist eine informative Broschüre von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Unter www.bzga.de können Sie sich die Broschüre runterladen oder kostenlos bestellen.

Und wenn Sie folgende Fragen haben ...

- Wo bekomme ich im Landkreis Hameln-Pyrmont eine allgemeine Beratung zur Schwangerschaft?
- Kann ich bereits im Bauch eine Beziehung zu meinem Kind aufbauen? Papa, mein Lebensgefährte oder meine Lebensgefährtin oder die zukünftigen Geschwisterkinder auch?
- Wo und wie kann ich mich auf die Geburt vorbereiten?

... dann können Sie es selbst auf den nächsten Seiten entdecken.

Folgen Sie dazu der Fährte des Löwen. Bleiben Sie ihm dicht auf den Fersen.



Allgemeine Schwangerschaftsberatung

„Sie sind schwanger.“ Mit der Nachricht können sich zahlreiche Fragen zur Schwangerschaft und Geburt einstellen. In diesem Fall können Sie zur Schwangerschaftsberatung gehen. Jede schwangere Frau hat das Recht, sich in einer solchen Beratungsstelle kostenlos zu informieren. Sie können dort auch Fragen zu Partnerschafts- und Sexual-

problemen stellen. Eine Beratung über Vertrauliche Geburt wird auch angeboten. Informationen zum Mutterschutz am Arbeitsplatz, zum Unterhaltsrecht oder zur vorgeburtlichen Diagnostik sowie Unterstützung beim Umgang mit Behörden werden ebenfalls vermittelt.

Angebote zur Allgemeinen Schwangerschaftsberatung	
Kontakt	Zusätzlich zum Basisangebot
Bad Pyrmont	
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	Schwangerenberatung Schwangerschaftskonfliktberatung (s. S. 31) Allgemeine Sozialberatung
Hameln	
Diakonisches Werk Allgem. Sozial- und Schwangerenberatung Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924577 Fax: 05151/924579 E-Mail: sozialberatung@beratungsstellen-hameln.de	Schwangerschaftsberatung Schwangerschaftskonfliktberatung (s. S. 31) Allgemeine Sozialberatung Mo 09.00 – 12.00 Uhr Do u. Fr 09.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 0 51 51 - 2 46 46 E-Mail: skf.hameln@t-online.de Internet: www.skf-hameln.de	Beratung in Bezug auf Schwangerschaft und Familienplanung Offene Sprechstunde für Schwangerenberatung Di u. Do 09.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung

Sollten Sie einen Schwangerschaftsabbruch erwägen, dann benötigen Sie eine Schwangerschaftskonfliktberatung. Näheres dazu finden Sie im Kapitel „Schwangerschaftskonfliktberatung und Sozialberatung“ auf Seite 31.

Durch die Bauchdecke – Beziehungsaufbau zum Kind

Ihr Kind fühlt in Ihrem Bauch bereits mit. Über die Nabelschnur werden nicht nur Nahrung sondern auch Gefühle übertragen. Wenn Sie sich freuen oder traurig sind, merkt das Ihr Kind. Wenn Sie über Ihren Bauch streicheln, ist es auch für Ihr Kind angenehm. Wenn Sie sprechen, hört Ihr Kind bereits zu. Gibt es Streit, bekommt es das ebenfalls mit. Gibt es Lob, merkt es, wenn es Sie zufrieden macht. Was Sie essen, kann Ihr Kind bereits schmecken. Es hat im Mutterleib sogar mehr Geschmacksknospen als nach der Geburt!

Ihr Ungeborenes kann also bereits eine ganze Menge! Sie können daher schon während der Schwangerschaft eine gute Beziehung zu Ihrem Kind aufbauen. Der Papa, der Freund, die Freundin und Geschwister gleich mit.

Was können Sie schon während der Schwangerschaft machen, um quasi einen guten Draht zu ihrem Ungeborenen aufzubauen?

Z.B. können Sie:

- singen
- zu Ihrem Kind durch die Bauchdecke sprechen
- auf Gedankenreise gehen und sich dabei ihr Kind vorstellen
- den Bauch streicheln
- an Geburtsvorbereitungskursen teilnehmen. Diese werden im Landkreis von den Hebammen angeboten. Die Angebote der Hebammen finden Sie im übernächsten Kapitel „Hebammen und Familienhebammen“ auf Seite 13.
- eine Ultraschall-Untersuchung in einer gynäkologischen Praxis machen lassen. Dort bekommen Sie ein Bild von Ihrem Ungeborenen.

Nicht nur Sie selbst können freundlich zu Ihrem Ungeborenen reden. Viele Menschen im Landkreis Hameln-Pyrmont sprechen auch freundlich mit Ihnen, Ihrem werdenden Kind und Ihren Familien. Wer das alles ist, zeigt Ihnen der Landkreislöwe auf den nächsten Seiten.



Geburtsvorbereitung

In dem Bereich der Geburtsvorbereitung gibt es eine Vielfalt an Kursen. Alle diese Kurse bereiten schwangere Frauen auf die Geburtswehen, den Geburtsverlauf und die darauf folgenden ersten Monate mit ihrem Säugling vor. Die Geburtsvorbereitungskurse bieten außerdem den Vorteil, dass während des Kurses Kontakte zu anderen werdenden Eltern hergestellt werden können. Häufig bildet sich sogar eine Gemeinschaft oder gar Freundschaft, die noch lange nach dem Kurs bestehen bleibt.

Hinweis:

Entstehenden Kosten für einen Geburtsvorbereitungskurs von maximal 14 Stunden werden in der

Regel von den Krankenkassen erstattet.

Die Krankenkassen übernehmen auch Kosten für die sogenannte Rückbildungsgymnastik nach der Entbindung. Bis zu 10 Unterrichtsstunden werden erstattet. Bei dieser Gymnastik werden die stark gedehnten Bauch- und Beckenbodenmuskeln wieder gestrafft.

Geburtsvorbereitung und Rückbildung werden von Hebammen angeboten. Daher haben wir alle Hebammen im Landkreis Hameln-Pyrmont für Sie aufgelistet. Springen Sie mit dem Löwen gleich zum nächsten Kapitel auf Seite 13 oder zum Extra-Kapitel Rückbildung auf Seite 64.





Hebammen / Familienhebammen

Der Landkreislöwe muss keinen Riesensatz machen, um neben den Frauenärztinnen und Frauenärzten weitere gesundheitliche Begleitung in der Schwangerschaft zu finden: Die Hebammen und Familienhebammen begleiten Sie ebenfalls auf ihrem Weg durch die Schwangerschaft und stehen Ihnen bestmöglich zur Seite. Auf die Betreuung durch eine Hebamme hat jede Frau Anspruch. Dieser Anspruch steht Ihnen in der Schwangerschaft, während und nach der Geburt sowie in der Stillzeit zu. Die dabei entstehenden Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Tipp: Melden Sie sich möglichst früh in der Schwangerschaft bei einer Hebamme an, denn viele Hebammen sind bereits über viele Monate im Voraus für die Wochenbettbetreuung ausgebucht.

Hebammen geben Antworten auf Fragen rund um:

- Schwangerschaft
- Geburt
- Pflege
- Entwicklung des Neugeborenen in den ersten Wochen
- Stillen

Natürlich unterstützen Hebammen Schwangere auch bei auftretenden Beschwerden.

Hebammen sind für Sie auch gute Ansprechpartnerinnen nach der Geburt. Noch ca. 8 Wochen nach der Entbindung begleiten Hebammen Mutter und Säugling(e). Dazu kommt die Hebamme zu Ihnen nach Hause. Das ist sehr komfortabel. Die Betreuung nach der Geburt zu Hause wird auch als „Wochenbettbetreuung“ bezeichnet.

Schwangerenbetreuung, allgemeine Informationen zur Geburtsvorbereitung, Vorsorge und Nachsorge bieten alle Hebammen an. Manche Hebammen bieten unter anderem auch medizini-

sche Vorsorgeuntersuchungen, Geburtsvorbereitungskurse, spezielle Stillberatung oder Stillgruppen und Schwangerschaftsgymnastik an. Einige Kurse gehen also über das Regelangebot hinaus. Diese müssen meistens selber bezahlt werden. Bitte erkundigen Sie sich, welche zusätzlichen Angebote von Ihrer Krankenkasse übernommen werden und welche nicht.

Wenn Sie während der Schwangerschaft keine Hebamme betreut hat, können Sie noch direkt nach der Entbindung ohne ärztliche Anordnung Kontakt aufnehmen. Dieses Recht steht jeder Mutter zu, die gerade entbunden hat. In der Regel werden die Kosten für die Wochenbettbetreuung und allgemeine Stillberatung in den ersten sechs bis acht Wochen nach der Geburt von den Krankenkassen übernommen. Einige Leistungen können in begründeten Fällen auch noch nach der achten Woche in Anspruch genommen werden.

Was bieten Hebammen und Hebammenpraxen alles im Landkreis Hameln-Pyrmont an? In der folgenden Tabelle finden Sie eine Übersicht.

Nähere Auskünfte zu Terminen erhalten Sie direkt über die Anbieter.

Einige Angebote werden in den nächsten Kapiteln näher erklärt. Bitte schauen Sie im alphabetischen Inhaltsverzeichnis, ob bzw. auf welchen Seiten Sie weitere Informationen finden.

Wenn Sie neben gesundheitlichen Fragen emotionale Belastungen haben, z.B. durch den Tod eines Familienmitglieds oder Angst vor der Entbindung haben, dann können Sie in der nachfolgenden Liste besonders nach dem Angebot „Emotionelle Erste Hilfen“ schauen. Einige Hebammen und eine Krankenschwester haben sich auf diese Themen besonders spezialisiert.

Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Hebammen / Familienhebammen	
Basisangebot von allen Hebammen: Schwangerenbetreuung, allgemeine Informationen zur Geburtsvorbereitung, Vorsorge, Wochenbettbetreuung, allgemeine Stillberatung	
Kontakt	Zusätzlich zum Basisangebot
Aerzen	
Begerau-Klohs, Miriam 0176/20378884 E-Mail: miriambegerau@yahoo.de Internet: www.geburtsraum-kugelrund.de	Geburtsvorbereitungskurse K-Taping Bindegewebsmassage Trageberatung Therapeutische Frauenmassage
Zmuda, Izabella Habichtsweg 23 31855 Aerzen Tel.: 05154/96041 und 01723/174445 E-Mail: hebamme-izabella-zmuda@web.de	Stillberatung Rückbildung Babymassage Fußreflexzonenmassage
Bad Münder	
Athanasiou, Daniela 31832 Springe Tel.: 0162/2372342 E-Mail: dathanasiou@web.de Internet: www.hebammen-hamelIn-pyrmont.de	Akupunktur
Özaydin, Fatma 31832 Springe Tel.: 0174/1884569 E-Mail: fatma1978@t-online.de Internet: www.hebammen-hamelIn-pyrmont.de	Akupunktur Türkische Sprachkenntnis
Praxis Kolibri Hillen, Brigitte Hillen, Karin Am Sportplatz 1 31848 Bad Münder Eimbeckhausen Tel.: 0177/2222452 und 0176/83233353 E-Mail: info@hebamme-hillen.de und karin@praxis-kolibri.de Internet: www.praxis-kolibri.de	Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung Akupunktur / Homöopathie Ernährungsberatung / Allergieprophylaxe Beikost -Zufüttern nach der Stillzeit bzw. der Flasche Babymassage Babymassage für Papas Musikwichtel / Musikgarten FEP®-Kurse (Frühkindliches-Entwicklungsförderungs-Programm) Elternkurse zum Thema Erziehung, Coaching und Aufstellungsarbeit von Familien Erste Hilfe Kurse vom Baby bis zum Kind Krabbelgruppen Abnehmprogramm Autogenes Training
Pfand, Daniela Tel.: 05041/81394 Fax: 05041/801271 E-Mail: daniela.pfand@t-online.de Internet: www.babyclub.de	Rückbildung



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Hebammen / Familienhebammen

Basisangebot von allen Hebammen: Schwangerenbetreuung, allgemeine Informationen zur Geburtsvorbereitung, Vorsorge, Wochenbettbetreuung, allgemeine Stillberatung

Kontakt		Zusätzlich zum Basisangebot	
Bad Pyrmont			
Kriegel, Michaela Pyrmonter Straße 20 31812 Bad Pyrmont (Hagen) Tel.: 05281/961496		Geburtsvorbereitungskurse	
Woythal, Lucyna Brunnenstraße 33 31812 Bad Pyrmont Tel.: 0174/3801800 E-Mail: lunathal@t-online.de Internet: www.familienbande24.de		Geburtsvorbereitungskurse Stillberatung Kurse zur Babypflege Rückbildung Babymassage-Kurse	
Emmerthal			
Hand in Hand Hebammenpraxis Simone Lehwald – IBCLC, Hebamme, Still- und Laktations-beraterin Auf dem Klink 12 31860 Emmerthal Tel.: 05157/959369, 0160/94155045 (Lehwald), E-Mail: praxis@handinhand-emmerthal.de und s.lehwald@handinhand-emmerthal.de Internet: www.handinhand-emmerthal.de		Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung zertifizierte Still- und Laktationsberatung nach IBCLC Stillgruppe Schreiambulanz/Krisenbegleitung Babymassage Laserbehandlung Gyn Tape Yoga Work in/out side (WIOS) (Mutter-Kind) Akupunktur Fußreflexzonenmassage	
Thorenz, Vanessa Tel.: 0176/82088280 E-Mail: vanessaschmidt96@t-online.de Internet: www.hebamme-hamel.de		Geburtsvorbereitungskurse Beikost Gyn-Tape	
Hameln			
Brill, Jana Tel.: 05151/ 820 77 28 und 01520/18 24 959 E-Mail: hebamme@janabrill.de Internet: www.hebammen-hamel-pyrmont.de		Geburtsvorbereitungskurse Babymassage Beikostberatung Beckenboden- und Kontinenztraining für jedes Alter Akupunktur Fußreflexzonenmassage	
Fink-Scharbatke, Melanie Heinestraße 8 31785 Hameln Tel.: 05151/8591 od. 0176/43746208 E-Mail: melaniefink-scharbatke@kabelmail.de Internet: www.hebammen-hamel-pyrmont.de		Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung Babymassage Reikibehandlungen Beikostkurse	

Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Hebammen / Familienhebammen	
Basisangebot von allen Hebammen: Schwangerenbetreuung, allgemeine Informationen zur Geburtsvorbereitung, Vorsorge, Wochenbettbetreuung, allgemeine Stillberatung	
Kontakt	Zusätzlich zum Basisangebot
Hebammenpraxis Kugelrund + Elternschule Begerau-Klohs, Miriam Brill, Jana Wolff, Sabine Steilen, Tanja – Physiotherapeutin, zertifizierte Stillberaterin; DELFI®-Leiterin (Elternschule) Klütstraße 103 31787 Hameln Tel.: 05151/678911 E-Mail: info@geburtsraum-kugelrund.de Internet: www.geburtsraum-kugelrund.de	Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung Stillberatung Erste Hilfe am Kind Emotionelle Erste Hilfe Krisenberatung Babypflege und -massage Tragetreff/Tragetuchkurs Elternschule Partnerkurse PEKiP®- Kurse DELFI® – Wachsen mit allen Sinnen Floh und Co – Frühe Förderung Minitreff Musikgarten® Musikalische Früherziehung Second-Hand Laden Milchcafé Akupunktur Fußreflexzonenmassage Yoga, Pilates, Zumba
Kirsch, Maria E-Mail: hebammemariakirsch@web.de Internet: www.hebamme-maria-kirsch.de	Rückbildungskurse
Mama Workout Frau Faas Physioteam am Feuergraben Feuergraben 29 31785 Hameln Tel.: 0151/61819195 E-Mail: info@frauкеfaas-mamaworkout.de Internet: www.frauкеfaas-mamaworkout.de	Babymassage Mama Workout Rückbildung Rückenfit mit Baby Fitness mit Baby und Buggy (Outdoor) Mama Workout
Malner, Denise Tel.: 0157/85346216 Internet: www.hebammen-hameln-pyrmont.de	K-Taping
Otto, Nadine Tel.: 0171/2402688 E-Mail: nadine.mfb.otto@gmail.com Internet: www.hebammen-hameln-pyrmont.de	K-Taping
Sawitzki, Doreen Bruchberg 3 31787 Hameln Tel.: 0151-59159449 E-Mail: hebamme@doreen-sawitzki.de Internet: www.hebammen-hameln-pyrmont.de	Massage Taping



Hebammen / Familienhebammen

Basisangebot von allen Hebammen: Schwangerenbetreuung, allgemeine Informationen zur Geburtsvorbereitung, Vorsorge, Wochenbettbetreuung, allgemeine Stillberatung

Kontakt	Zusätzlich zum Basisangebot
Schramm-Müller, Petra Fuhlenbreite 21 31789 Hameln Tel.: 05151/560995 Internet: www.hebammen-hameln-pyrmont.de	Stillberatung Beikostberatung (Allergieprophylaxe) Babymassage
Vauth, Annette Dornenreeke 17 31789 Hameln Tel.: 05151/3288 od. 0172/9938116 E-Mail: vauth.annette@t-online.de Internet: www.familienbande24.de	Stillberatung Beikostberatung (Allergieprophylaxe) Babymassage
... von Anfang an – Hebammenteam am Posthof Lehmann-Merz, Nicole Willumeit, Beate Am Posthof 1 (in Gemeinschaftspraxis Dr. Zeddies/Dr. Winkelmann) 31785 Hameln Tel.: 05151/925500 E-Mail: b.willumeit@web.de E-Mail: lehmann-nicole@web.de Internet: www.hameln-hebamme.de	Risikoschwangerenbetreuung Geburtsvorbereitungskurse Rückbildungskurse Stillberatung Beikost Akupunktur Babymassage Fußreflexzonentherapie Gyn Taping
Wilkop-Piepenschnieder Vogelbeerweg 33 31787 Hameln Tel.: 05151/17826 Internet: www.hebammen-hameln-pyrmont.de	Rückbildung Stillberatung Akupunktur Homöopathie
Zimmermann, Jane Tel.: 0179/9125912 Internet: www.hameln-hebamme.de	Geburtsvorbereitungskurse Stillberatung
Zwergen Power Leitung Kelch, Simone – Gesundheits- und Krankenpflegerin und Hebamme Frede-Seidensticker, Jennifer – Gesundheits- und Krankenpflegerin und Hebamme Wehrberger Straße 59 31787 Hameln Tel: 0171/3432644 und bzgl. Kursanfragen s. Teammitglieder auf der Internetseite E-Mail: s. ebenfalls Internetseite Internet: www.zwergenpower-hebamme.de	Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung Trageberatung Workout mit Baby und für Rückbildung Pilates für Schwangere und Mütter Yoga Fitness mit Baby Väterkurs „How to handle your baby“ – Ein Kurs für Männer Beikostkurse Babymassage Babyschwimmen im Vitalbad, Emmerthal Zwergenspaß: angeleitete Krabbelgruppe Akupunktur Fußreflexzonenmassage Taping Naturheilkunde/klassische Homöopathie für Kinder



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Hebammen / Familienhebammen	
Basisangebot von allen Hebammen: Schwangerenbetreuung, allgemeine Informationen zur Geburtsvorbereitung, Vorsorge, Wochenbettbetreuung, allgemeine Stillberatung	
Kontakt	Zusätzlich zum Basisangebot
Hessisch Oldendorf	
Hebammenpraxis VIVA – anthroposophisch orientiert Neitz, Bettina Lange Straße 96 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/3136 od. 0173/2833330 Fax: 05152/3136 E-Mail: hebammebneitz@aol.com Internet: www.hebammenpraxis-neitz.de	Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung Babymassage Säuglingspflegekurs Akupunktur Pilates
Kowalski, Gabriela Jägerweg 2 31840 Hessisch Oldendorf 05158/98896 E-Mail: gabi-k59@web.de Internet: www.familienbande24.de	Partnerkurse Stillberatung Beikost
Krieger, Larissa Ginsterweg 14 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/98218 od. 0176/20300306 E-Mail: la177@gmx.de Internet: www.hebammen-hameln-pyrmont.de	Rückbildung Akupunktur
Wolff, Sabine Schulstraße 6 31867 Pohle Tel.: 05043/5761 und 0175/6755557 E-Mail: wolff-pohle@t-online.de Internet: www.hebammen-hameln-pyrmont.de und www.geburtsraum-kugelrund.de	Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung Babymassage Emotionelle Erste Hilfe für Eltern & Baby Krisenberatung rund ums Elternsein
Salzhemmendorf	
GfG-Geburtsvor- und Familienbegleiterin Lahmann, Damaris Kleiner Lahweg 8 31020 Salzhemmendorf Tel.: 05153/964244 od. 01573/3979466 E-Mail: damaris.lahmann@freenet.de Internet: www.damaris-lahmann.de	Schwangerschaftsfeststellung Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung Stillberatung Beikost Babymassage Akupunktur Homöopathie Tragetuchberatung Emotionelle Erste Hilfe Unterstützung nach schwierigen Geburten und bei unruhigen Babys



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Hebammen / Familienhebammen

Basisangebot von allen Hebammen: Schwangerenbetreuung, allgemeine Informationen zur Geburtsvorbereitung, Vorsorge, Wochenbettbetreuung, allgemeine Stillberatung

Kontakt	Zusätzlich zum Basisangebot
Speth, Heike Vogelsang 21 31020 Salzhemmendorf-Lauenstein Tel.: 0171/5712247 E-Mail: linserstr@gmx.de Internet: www.soziales-hameln-pyrmont.de	Geburtsvorbereitungskurse Rückbildung Babymassage Beckenbodengymnastik Stillberatung Beikost Gyn-Tape-Behandlung

Familienhebammen haben eine Zusatzausbildung zur normalen Tätigkeit einer Hebamme (z.B. Vorsorge in der Schwangerschaft, Wochenbettbetreuung, Stillberatung). Familienhebammen können Eltern im ersten Lebensjahr ihres Kindes bei der Organisation des Alltags mit dem Baby bei Bedarf intensiver und länger unterstützen. Die Inanspruchnahme einer Familienhebamme ist kostenlos.

Weitere Informationen zu den Familienhebammen erhalten Sie beim Jugendamt unter der Telefon-Nr. 05151/903-3425

Die Familienpraxis miteinander ist keine klassische Hebammenpraxis. Die Praxis bietet aber zum Teil ähnliche, zum Teil ergänzende Angebote für werdende und gewordene Eltern an. Daher ist sie hier mit aufgeführt.

Familienpraxis miteinander Becker, Anja Henningstraße 33 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 0157/34332912 E-Mail: miteinander@online.de Internet: www.familienpraxis-miteinander.de	Rückbildung Begleitung bei Kinderwunsch Emotionelle Erste Hilfe Paartherapie Partnerkurse Vater-Kind-Beziehung Eltern-Kind-Kurse Pflegeelterntreff Basic Bonding (Bindung, Familienleben, Sprache des Säuglings) Babypflege und -massage Schreiambulanz Sectiobehandlung Akupunkturmassage Homöopathie Trauerbegleitung
--	--



GynäkologInnen – Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Gynäkologinnen oder Gynäkologen können mit Ultraschall das ungeborene Kind untersuchen. Das ist für Sie als Mutter schmerzlos. Für das entstehende Kind ist es ungefährlich. Eine solche Untersuchung dient der Vorsorge. Die Entwicklung wird beobachtet.

Gleichzeit können Erkrankungen wie Brust- oder Gebärmutterhalskrebs kontrolliert werden. Frauen ab 20 Jahren wird empfohlen, einmal jährlich zu einer gynäkologischen Vorsorgeuntersuchung zu gehen.

Auch schon vor dem 20. Lebensjahr ist es empfehlenswert. Zum Beispiel dann, wenn Sie Fragen zum Körper, der Pubertät und den damit verbundenen Veränderungen haben. Falls bis zum 16. Lebensjahr noch keine Regelblutung eingesetzt hat, ist dringend zu einem Besuch einer gynäkologischen Praxis zu raten.

Nicht jeder Besuch des Gynäkologen ist zwingend mit einer gynäkologischen Untersuchung verbun-

den. Es kann genauso allein darum gehen, sich über die Vielzahl der Verhütungsmittel zu informieren. Oder nach Möglichkeiten bei Kinderwunsch zu fragen.

Gynäkologinnen und Gynäkologen begleiten vom ersten Moment der Verkündigung der Schwangerschaft bis hin zur Geburt schwangere Frauen durch die Phase des Mutter-werdens. Fragen, Bedenken, Erwartungen und auch Ängste können besprochen werden. So bleibt man mit seinen Sorgen und Gedanken nicht allein.

Einige gynäkologische Praxen haben sich mit Hebammen zusammengeschlossen. Sie können sich aber auch jederzeit während der Schwangerschaft an eine Hebamme wenden. Für die Begleitung bei und nach der Geburt empfiehlt es sich, rechtzeitig anzufragen. Viele Hebammen sind bereits langfristig ausgebucht.

Welche Hebamme Sie ansprechen können, finden Sie im vorherigen Kapitel auf Seite 13.





GynäkologInnen – Frauenheilkunde und Geburtshilfe	
Kontakt	
Bad Münster	
Deutsche Klinik Bad Münster Zentrum für IVF- und Reproduktionsmedizin MVZ Wagnerstibbe Dr. med Chandra, Arvind Hannoversche Str. 24 31848 Bad Münster Tel.: 05042/940-300 Notfall außerhalb der Sprechzeiten: 05042/940-305 Fax: 05042/940308 www.kinderwunsch.com	Gynäkologie Geburtshilfe Sprechstunden Mo - Do 08.00 – 18.00 Uhr Fr 08.00 – 13.00 Uhr
Bad Pyrmont	
Dr. med. Behrens, Dorit Frauenheilkunde u. Geburtshilfe Brunnenstr. 33 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/10848 Fax: 05281/10888 Internet: www.arztauskunft-niedersachsen.de	Sprechstunden Mo 09.00 – 12.00 und 15.00 - 17.00 Uhr Di 09.00 – 12.00 und 15.00 - 17.00 Uhr Mi 10.00 – 12.00 Uhr Do 09.00 – 12.00 und 16.00 - 19.00 Uhr Fr 10.00 – 14.00 Uhr
Dr. med. Koch, Anette Frauenarztpraxis Oesdorfer Straße 11 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/2488 Internet: www.gyn-bad-pyrmont.de	Frauenarztpraxis mit Hebammenkooperation Barrierefrei Teenagersprechstunde Sprechstunden Mo 09.00 – 12.00 und 15.00 - 17.00 Uhr Di 09.00 – 12.00 und 16.00 - 19.00 Uhr Mi 09.00 – 12.00 Uhr Do 09.00 – 12.00 und 15.00 - 17.00 Uhr Fr 09.00 – 12.00 und 13.00 - 14.00 Uhr und nach Vereinbarung
Hameln	
Dr. med. Adolf, Stefan Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Psychotherapie, Psychoanalyse Osterstr. 51 31785 Hameln Tel.: 05151/7377 Internet: www.frauenaerzte-im-netz.de	Mutterschaftsvorsorge Betreuung von Risikoschwangerschaften Pränataldiagnostik Sprechstunden Mo 08.30 – 13.00 und 15.00 - 18.00 Uhr Di 08.30 – 13.00 und 14.00 - 18.00 Uhr Mi 08.00 – 13.00 Uhr Do 08.30 – 13.00 und 14.00 - 17.00 Uhr Fr 08.00 – 12.00 Uhr

Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

GynäkologInnen – Frauenheilkunde und Geburtshilfe	
Kontakt	
Praxis Dr. Brauns, Karsten Brauns, Birgit Gemeinschaftspraxis für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Lohstraße 4 31785 Hameln Tel.: 05151/41424 Fax: 05151/92233 E-Mail: mail@dr-brauns.de Internet: www.dr-brauns.de	Sprechstunden Mo, Di, Do 08.00 – 12.00 und 15.00 - 18.00 Uhr Mi u. Fr 08.00 – 13.00 Uhr
Praxis Dr. Fattahi-Meibodi, Arjang Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Ostertorwall 13 31785 Hameln Tel.: 05151/22922 Fax: 05151/958900 E-Mail: praxis@fattahi.de Internet: www.fattahi.de	Vorsorge Schwangerschaftsbegleitung Nachsorge 3D/4D, Dopplersonographie (spezielle Form der Ultraschall-Untersuchung) Sprechstunden Mo, Di, Do 08.00 – 18.00 Uhr Mi 08.00 – 14.00 Uhr Fr 08.00 – 12.00 Uhr
Dr. med. Lohne, Kristina Ärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Bahnhofsplatz 2 31785 Hameln Tel.: 05151/17999 E-Mail: Dr.K.Lohne@t-online.de Internet: www.frauenaerztin-dr-lohne.de	Sprechstunden Mo - Fr 08.00 – 12.00 Mo, Di, Do u. Fr 15.00 - 18.00 Uhr Mi geschlossen
Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe Sana Klinikum Hameln- Pyrmont Saint-Maur-Platz 1 31785 Hameln Tel.: 05151/97-1241 Fax: 05151/97-1141 E-Mail: sigrid.drube@sana.de Internet: www.sana-hm.de	Informationsabend für werdende Eltern und Kreißsaalbesichtigung Still-Informationsabend Auszeichnung als babyfreundliches Krankenhaus Perinatalzentrum im gleichen Gebäude Schwangerschaftsbetreuung Vorsorge Rooming Bonding Stillen
Dr. med. Schade, Tina und Weidemann, Michael Fachärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Fröbelweg 7 31785 Hameln Tel.: 05151/24323 Fax: 05151/959385 Internet: www.hameln-frauenaerzte.de	Sprechstunden Mo 08.00 – 12.30 und 14.30 - 18.00 Uhr Di u. Do 08.00 – 12.00 und 14.30 - 19.00 Uhr Mi 08.00 – 12.00 Uhr Fr 08.00 – 14.00 Uhr und nach Vereinbarung



GynäkologInnen – Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Kontakt

Steinmeyer, Elke

Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Gyn. Endokrinologie und Reproduktionsmedizin
Deisterstraße 20
31785 Hameln
Tel.: 05151/43870
Fax: 05151/407393
E-Mail: info@elkesteinmeyer.de

BKK-Hallo Baby - Vorsorgeprogramm
Fremdsprachen: Französisch und Englisch

Teenagersprechstunde: Donnerstag 16:00 - 17:00
Telefonprechstunde: Donnerstag 14:00 - 15:00 Uhr

Sprechstunden
Mo 08.00 – 12.00 und 15.00 - 18.00 Uhr
Di, Mi, Fr 09.00 – 14.00 Uhr
Do 13.00 – 19.00 Uhr
und nach Vereinbarung
Telefonprechstunde Do 14-15 Uhr
Teenagersprechstunde Do 16-17 Uhr

Frauenärztinnen am Posthof

Zeddies, Sabine und Winkelmann, Antje

Am Posthof 1
31785 Hameln
Tel.: 05151/925500
E-Mail: info@gyn-hameln.de
Internet: www.gyn-hameln.de

Teenager-Sprechstunde am Donnerstag:
15.00 Uhr bis 16.30 Uhr
Hebammenbetreuung
Schwangerenbetreuung und -nachsorge
Gynäkologie
Geburtshilfe

Sprechstunden
Mo-Fr 08.00 – 12.00
Nachmittags nach Vereinbarung

Psychotherapie als „Behandlung der Seele“

Manchmal schmerzt das Knie, manchmal die Seele. Wenn zum Beispiel massive Ängste bestehen, eine Depression vorliegt, Zwänge oder Essstörungen auftreten, die man alleine nicht bewältigen kann, dann kann eine Psychotherapie helfen. Belasten solche Krankheiten die Schwangerschaft oder die Betreuung des Kindes oder führt umgekehrt die Schwangerschaft zu einer schwerwiegenden Depression oder die Elternschaft zu übermäßigen Ängsten, dann kann möglicherweise durch eine Therapie geholfen werden.

Für eine allgemeine Beratung zu psychischen Erkrankungen und seelischen Notsituationen kann

auch der Sozialpsychiatrische Dienst des Landkreises Hameln-Pyrmont aufgesucht werden. Auf der Seite des Landkreises Hameln-Pyrmont www.hameln-pyrmont.de unter dem Stichwort „**Sozial-psychiatrischer Dienst**“, können Sie sich vorab informieren.

Und auf der Seite www.pflegesuche.de/psychotherapie_landkreis_Hameln-Pyrmont_1.html finden Sie eine Liste aller eingetragenen Psychotherapeuten im Landkreis Hameln-Pyrmont.

Geburtskliniken/- stationen

Wenn man zum ersten Mal das eigene Kind im Arm hält, ist das ein ganz besonderer Moment. Mit der Geburt des eigenen Kindes endet die Phase der Vorfriede und des Wartens. Die Geburt stellt nicht nur für das Kind einen Neuanfang dar, sondern auch für die frisch gebackenen Eltern. Eine gute Betreuung fördert das Wohlbefinden und eine

stressfreierte Geburt. Das Sana-Klinikum in Hameln bietet in der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe ein entsprechend vielseitiges Angebot. Die Geburtshilfe ist familienorientiert. Die individuellen Wünsche der werdenden Eltern werden berücksichtigt.





Geburtskliniken/-stationen

Kontakt

Hameln

Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe Sana Klinikum Hameln- Pyrmont

Saint-Maur-Platz 1
31785 Hameln
Tel.: 05151/97-1241
Fax: 05151/97-1141
E-Mail: sigrid.drube@sana.de
Internet: www.sana-hm.de

Informationsabend für werdende Eltern und Kreißsaal-
besichtigung
Still-Informationsabend
Auszeichnung als babyfreundliches Krankenhaus
Perinatalzentrum im gleichen Gebäude
Schwangerschaftsbetreuung
Vorsorge
Rooming
Bonding
Stillen

Für Familien, die an den Landkreisgrenzen wohnen, sind eventuell auch andere Krankenhäuser außerhalb des Landkreises eine Alternative. Daher haben wir einige Krankenhäuser im Umfeld hier mit aufgeführt. Sie sind entweder die nächsten Krankenhäuser im Umkreis oder Spezialkrankenhäuser. Die Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Die hier vorgestellten Angebote sind ebenfalls nur eine Auswahl. Es lohnt sich, auf den Homepages nach weiteren Informationen zu suchen. Oder Sie können die Kliniken bei Fragen auch einfach anrufen.

Die Entbindungsstationen und Kreißsäle können in der Regel vor der Geburt besichtigt werden. Bitte schauen Sie dazu auf die Homepages der Krankenhäuser. Sie können auch in den Krankenhäusern anfragen, ob und wann Besichtigungstermine sind.

Einige Kliniken bieten neben der Begleitung durch Hebammen besondere Elternkurse an. Bitte erfragen Sie die aktuellen Zeiten, Räume und Kosten für die Angebote und Kurse unter den jeweils angegebenen Telefonnummern der Elternschulen oder auf den Homepages der Kliniken.

Hannover

KRH Klinikum Robert Koch Gehrden Frauenklinik des Klinikum Robert Koch Gehrden

Von-Reden-Str. 1
30989 Gehrden
Tel.: 05108/69-2501
Fax: 05108/69-2502
E-Mail: frauenklinik.gehrden@krh.eu
Internet: www.krh.eu

Elternschule im KRH
E-Mail: elternschulegehrden@gmail.com
Internet: www.krh.eu

Elternschule
Rückbildungskurse
Wassergeburten
BEL-Entbindung
Hebammengeleitete Geburten
Geburtshilfe
Familienorientierte Geburtshilfe
Integrative Wochenbettpflege

Geburtsvorbereitungskurse
Rückbildungskurse
Säuglingspflege
Yoga

Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Geburtskliniken/-stationen	
Kontakt	
Medizinische Hochschule Hannover Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe – OE 6410 Carl-Neuberg-Straße 1 30625 Hannover Tel.: 0511/532-0 E-Mail: über die Homepage Internet: www.mh-hannover.de Elternschule in der MHH Tel.: 0511/532-6682 Internet: www.mh-hannover.de	Pränatalmedizin Geburtshilfe Familienfreundliche Geburtshilfe (Betreuung nach der Geburt verstärkt im häuslichen Bereich) Kinderwunsch Eltern-Kind-Gruppen für Babys von 4-6 Monaten Elternschule für Mütter und Väter mit Ihren Babys bis zum 1. Geburtstag: Still- und Laktationsberatung Musikgarten für Babys PEKiP® Rückbildung mit Babymassage Säuglingspflegekurs
Hildesheim	
St. Bernward Krankenhaus Hildesheim Frauenklinik Treibestraße 9 31134 Hildesheim Gynäkologie & Geburtshilfe Tel.: 05121/90-1801 Fax: 05121/90-1804 Tel.: Kreißsaal: 05121/90-1386 E-Mail: frauenklinik@berward-khs.de Internet: www.bernward-khs.de	Brustzentrum Perinatalzentrum Level 1 der höchsten Versorgungsstufe mit Neonatologie und Kinderchirurgie Diagnostik vor der Geburt Geburtshilfe Kursangebote für werdende Eltern
HELIOS Klinikum GmbH Hildesheim Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe Senator-Braun-Allee 33 31135 Hildesheim Tel.: 05121/894-2602 E-Mail: frauenklinik.hildesheim@helios-kliniken.de Internet: www.helios-kliniken.de/hildesheim Elternschule Tel.: 05121/894-3939 Internet: www.helios-kliniken.de	Kinderchirurgie Elternschule Perinatalzentrum Level 1 Hebammenkreißsaal Babyfreundlich Sternenkinder Elternschule für Babys und Kleinkinder bis zum 2. Lebensjahr: Körpererfahrungsübungen Ernährungsberatung Säuglingspflegekurs Babyschwimmen Eltern-Baby-Treff



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Geburtskliniken/-stationen	
Kontakt	
Höxter	
St. Ansgar-Krankenhaus Höxter Gynäkologie und Geburtshilfe Brenkhäuser Straße 71 37671 Höxter Tel.: 05271/66-2605 Fax: 05271/66-2609 E-Mail: gyn.sek.kha@khwe.de Kreißsaal: 05271/66-3320 E-Mail: kreissaal.kha@khwe.de Internet: www.khwe.de Hebammenzentrum Tel.: 05271/66-3323 Internet: www.khwe.de	Geburtshilfe Video über Geburtshilfe HypnoBirthing Geburtsvorbereitungskurse mit Partnerabenden Geschwisterkurse Hebammenzentrum Eltern-Kind-Angebote für Babys bis zum 1. Geburtstag Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach werden thematisiert Rückbildungsgymnastik Babymassage Tragehilfenberatung Kleiner Krankenpflegekurs für Eltern Erste Hilfe bei Kindern Babytreff und Stillcafe Beratung Breikostberatung



Risikoschwangerschaft und Pränataldiagnostik – was bedeutet das?

Bei einer **Risikoschwangerschaft** komplizieren verschiedene Gründe die Schwangerschaft oder die Geburt. Nur selten birgt das jedoch eine ernste Gefahr. Bei einer Risikoschwangerschaft werden Mutter und Kind verstärkt ärztlich begleitet. Die besondere Situation wird eben auch besonders behandelt – gerade um Komplikationen zu vermeiden!

Gründe für eine Risikoschwangerschaft können sein:

- das Alter – wenn die Schwangere älter als 35 ist
- chronische Krankheit der Mutter, z.B. Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Stoffwechselerkrankung der Mutter
- Mehrlinge
- Steißlage des Babys
- Unterschiedliche Blutgruppen von Mutter und Fötus
- wenn schon bei einer vorangegangenen Schwangerschaft Komplikationen aufgetreten sind

- wenn bei einer vorausgegangenen Geburt ein Kaiserschnitt durchgeführt wurde
- ab der 5. Schwangerschaft

Jeder Schwangeren stehen kostenlos 3 Ultraschalluntersuchungen zu. Die Gynäkologin oder der Gynäkologe untersucht dabei das Ungeborene mit einem speziellen Gerät. Die Untersuchung ist für Mutter und Kind schmerzfrei. Die Schallwellen sind unschädlich. Das Baby kann dabei auf einem Monitor gesehen werden. – Mit einer Art Kamera kann gewissermaßen in die „Wohnung“ geschaut werden. Ein erster „Blick-Kontakt“ unter die Bauchdecke wird so ermöglicht.

Pränataldiagnostik sind zusätzliche ärztliche Untersuchungen in der Schwangerschaft. Diese Untersuchungen können je nach Risikogrund durchgeführt werden. Sie geben genauere Hinweise auf den Gesundheitszustand von Mutter und Kind. Besondere Maßnahmen können dadurch verordnet werden - eben um Komplikationen zu vermeiden. - Oder anders ausgedrückt: Für die „Wohnung“ gibt es eine Spezialausstattung.





Vermeidung von Belastungen – oder was Mama machen kann, um „die Wohnung gemütlich zu machen“

Rauchen, Drogen, Alkohol, Essen von rohem

Fleisch – wenn Mama das schmeckt, kann es jedoch dem Ungeborenen schaden. Warum? Weil das Kind durch die Nabelschnur mit dem Blutkreislauf der Mutter verbunden ist. Was Mama zu sich nimmt, nimmt auch das Ungeborene auf. Der Verzicht darauf fällt meistens nicht leicht. Das geht Vielen so.

Wird also während der Schwangerschaft weiter geraucht, raucht das Kind mit. Die Entwicklung der Lunge des Kindes wird durch das Nikotin erheblich belastet. Das Risiko einer Frühgeburt oder gar Fehlgeburt steigt. Nach der Geburt ist das Kind meist anfälliger für Infektionen oder Allergien. Die Gefahr des plötzlichen Kindstods erhöht sich ebenfalls. Selbst das Passivrauchen kann Auswirkungen auf die Entwicklung des Ungeborenen haben. Papas, Lebensgefährtinnen und Lebensgefährten, Familie und Freunde können also mithelfen, die Gesundheit des heranwachsenden Babys in Ihrem Bauch zu fördern.

Bei Alkohol ist es schlimmer: Alkoholkonsum kann beim ungeborenen Kind schwere Behinderungen verursachen. Schon ein Glas kann das bewirken!! Die Auswirkungen von Drogenkonsum sind nach Drogenart und Stärke des Konsums unterschiedlich schädlich. Das Ungeborene kann diese Stoffe noch

schlechter verarbeiten als die ausgewachsenen Organe der Mutter. Die Entwicklung der Organe wird geschädigt. Bei Alkohol- oder Drogenabhängigkeit sollte sobald wie möglich professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden. Das ist beim Arzt oder der Drogenberatung möglich. Der Landkreis-Löwe führt sie auf die Fährte der Drogenberatungsstellen, wenn Sie auf Seite 125 schauen.

Rohes Fleisch kann besondere Keime oder Parasiten haben. Während der Schwangerschaft ist Ihr Immunsystem geschwächt. Keime und Parasiten können daher schlimme Infektionen bewirken. Infektionen können zusätzlich die Entwicklung Ihres Ungeborenen belasten. Beim Kochen oder Braten werden diese Keime oder Parasiten abgetötet.

Daher folgende Nachricht:

Bei Alkohol ist leider schon 1 Glas zu viel.

Mit Drogen und Rauchen steht's genauso.

Rohes Fleisch (z.B. Mett oder Carpaccio) weg lassen.

So schwer es auch fallen mag – wenn Sie es Ihrem Kind in Ihrer Wohnung gemütlich machen wollen:

0 % Alkohol, Drogen, Nikotin und rohes Fleisch ist das Beste.



Behinderung des Kindes

Eltern wünschen sich für ihre neugeborenen Kinder Gesundheit. Nicht immer geht dieser Wunsch in Erfüllung. Viele Behinderungen lassen sich heutzutage durchaus schon während der Schwangerschaft feststellen. Einige können sogar schon während der Schwangerschaft behandelt werden. Bitte erkundigen Sie sich nach den Verfahren und Risiken in einer gynäkologischen Praxis. Daher ist der Besuch in einer gynäkologischen Praxis empfehlenswert. Wo Sie die gynäkologischen Praxen finden, ist auf Seite 20 aufgelistet.

Alkohol in der Schwangerschaft kann auch zu geistigen Behinderungen führen. Schon ein Glas kann Folgen verursachen.

Einige Behinderungen entstehen aber auch erst nach einer Erkrankung oder einem Unfall.

Nach der Entbindung gibt es das sogenannte Neugeborenen-Screening. Wenn Sie in einer Klinik entbinden, wird es meistens gleich dort durchgeführt. Wenn Sie mit einem Löwensatz auf die Seite 24 springen, finden Sie die Entbindungskliniken aufgelistet. Sie können sich ggf. auch an die Kinderärztinnen und -ärzte wenden. Danach folgen weitere Untersuchungen, die in den kinderärztlichen Praxen durchgeführt werden. Die werden auch U-Untersuchungen genannt. Die Ergeb-

nisse werden in einem gelben Heft eingetragen. Auch die Kinderärztinnen und -ärzte haben wir für Sie aufgelistet. Sie finden Sie auf Seite 101.

Durch diese frühen Untersuchungen während der Schwangerschaft und nach der Geburt kann durch die Ärztinnen und Ärzte einige Auswirkungen behoben oder gelindert werden.

Die Ärztinnen und Ärzte sowie die Hebammen geben Rat oder können Ihnen oft auch weitere Förder- und Unterstützungsmöglichkeiten für die Erkrankung oder Behinderung nennen. Die Hebammen-Adressen sind auf Seite 13.

Wenn Sie Kontakt zu anderen Eltern aufsuchen möchten, begleitet Sie der Landkreislöwe gerne auf Seite 107. Dort haben wir Selbsthilfegruppen für Sie zusammengestellt.

Bei der Lebenshilfe in Hameln gibt es Beratung und den sogenannten „Familientastenden Dienst“. Der übernimmt zeitweilig die Betreuung und Pflege des beeinträchtigten Kindes. Unter www.lebenshilfe-hameln.de/angebote/ finden Sie weitere Informationen.

Behinderung des Kindes

Kontakt

Hameln

Landkreis Hameln-Pyrmont – Team Inklusion

Süntelstraße 9
31785 Hameln
Tel.: 05151/903-3324
Internet: www.hameln-pyrmont.de

Eingliederungshilfe für seelisch behinderte Kinder und Jugendliche





Schwangerschaftskonfliktberatung

Wenn Sie schwanger sind und Ihre Welt aus den Fugen gerät, sind Sie nicht allein!! Das zeigt auch ein **Elternfilm** unter www.hameln-pyrmont.de/Elternfilm. Es geht vielen so wie Ihnen. Zu Ihrer Unterstützung gibt es Beratungsstellen. Ihr Name bleibt dort geschützt.

Für eine allgemeine Beratung gibt es Schwangerschaftsberatungsstellen. Diese finden Sie im Landkreis Hameln-Pyrmont gleich am Anfang des Buches im Kapitel „Allgemeine Schwangerschaftsberatung“ auf Seite 10.

Sie können auch ein Hilfetelefon anwählen unter der Nummer 0800/4040020 oder im Internet unter www.schwanger-und-viele-fragen.de nachschauen. Gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Sollten Sie einen Schwangerschaftsabbruch erwägen, dann benötigen Sie eine Schwangerschaftskonfliktberatung. Nach dem Gespräch erhalten Sie eine Bescheinigung. Für einen Schwangerschaftsabbruch ist eine solche Beratung mit Bescheinigung gesetzlich vorgeschrieben. Ein Abbruch einer Schwangerschaft aus sozialen Gründen ist außerdem nur innerhalb von 12 Wochen nach der Empfängnis möglich.

Eine Entscheidung fällt schwer. Über Methoden, Risiken und Folgen einer Abtreibung beraten Sie Gynäkologinnen und Gynäkologen. Adressen s. S. 20.

Wenn ein Schwangerschaftsabbruch durchgeführt wurde, haben Sie ebenfalls Anspruch auf Nachbetreuung durch die Beratungsstelle.

Wichtig zu wissen: Die Gespräche unterliegen dem Datenschutz und damit der Schweigepflicht! Keiner, auch nicht der Ehemann, kann eine schwangere Frau zu einem Abbruch zwingen!

Schwangerschaftskonfliktberatung	
Kontakt	
Bad Pyrmont	
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	Schwangerenberatung Schwangerschaftskonfliktberatung Allgemeine Sozialberatung
Hameln	
Diakonisches Werk Allgem. Sozial- und Schwangerenberatung Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924577 Fax: 05151/924579 E-Mail: sozialberatung@beratungsstellen-hameln.de Internet: www.kirche-hameln-pyrmont.de	Schwangerschaftsberatung Schwangerschaftskonfliktberatung Allgemeine Sozialberatung Mo 09.00 – 12.00 Uhr Do u. Fr 09.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung

Lebens-, Familien-, Ehe-, Partner- und Sozialberatung

Damit die Wohnung auch gemütlich bleibt und nicht durch Stress in der Familie oder der Lebensgemeinschaft in Unruhe gerät, hält der Löwe hier bei den Beratungsstellen inne.

Besonders die Schwangerschaft und Geburt des ersten Kindes hat Einfluss auf die Paarbeziehung. Warum? Die Partnerin oder der Partner müssen eventuell zurück stecken, weil es der Schwangeren nicht gut geht oder sie sich später nicht mehr so gut bewegen kann. In der Freizeit müssen vielleicht Vorkehrungen für die Einrichtung einer neuen Wohnung oder eines Kinderzimmers getroffen werden. Dann müssen Familie und/oder Freunde entweder warten oder mithelfen. Einige Freizeitaktivitäten können möglicherweise aufgrund der Schwangerschaft nicht mitgemacht werden. Manchmal mischt sich die Familie in die Planungen mit ein. Das alles kann zu Spannungen führen.

Manchmal braucht es dann nur einen neutralen Zuhörer und ein paar Tipps, um eine Lösung für Beziehungsprobleme zu finden. Die Ursachen für Problematiken können allerdings an verschiedenen Stellen liegen. Daher ist es gut, wenn es ein vielfältiges Beratungsangebot gibt.

Die Erziehungsberatungsstelle des Landkreises Hameln-Pyrmonts ist eine Anlaufstelle. Die Beratung

ist kostenfrei. Sie steht allen Menschen im Landkreis Hameln-Pyrmont zur Verfügung. Dort wird unabhängig von religiöser Zugehörigkeit beraten. Die Gespräche unterliegen der Schweigepflicht. Weitere Informationen zur Erziehungsberatungsstelle finden Sie auch auf der Homepage des Landkreises Hameln-Pyrmont unter www.hameln-pyrmont.de.

Diakonie, Caritas und der Sozialdienst Katholischer Frauen bieten ebenfalls Beratungsgespräche an. Auf den Web-Seiten in der Tabelle können Sie sich vorab informieren. Zum Teil arbeiten einzelne Einrichtungen auch zusammen.

Der Deutsche Kinderschutzbund bietet neben einer Familien- und Erziehungsberatung auch Elternkurse an. Bei der Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) Hameln gibt es für junge und werdende Elternpaare das Angebot „Aus 2 werden 3“.

Eine Online-Beratung können Sie unter www.evangelische-beratung.info durchführen.

Die Beratungsangebote sind

- entweder kostenfrei oder es erfolgt eine Absprache über Ihren einkommensabhängigen Beitrag
- offen für alle unabhängig von Alter, Familienstand, Konfession und Weltanschauung





Lebens-, Familien-, Ehe-, Partner- und Sozialberatung	
Kontakt	
Bad Münde	
Diakonie Hameln / AIBM – Arbeitsloseninitiative Bad Münde Psychologische Beratungsstelle für Lebens-, Familien- und Eheberatung Angerstraße 2 31848 Bad Münde www.kirche-hamelnd-pyrmont.de	Termin nur nach Vereinbarung
Bad Pyrmont	
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	Schwangerenberatung Schwangerschaftskonfliktberatung Allgemeine Sozialberatung
Deutscher Kinderschutzbund, OV Bad Pyrmont e.V. Bismarckstraße 16 a 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/609505 Fax: 05281/1631829 E-Mail: ksb-badpyrmont@t-online.de Internet: www.kinderschutzbund-badpyrmont.de	Familien-/Erziehungsberatung Elternkurs Starke Eltern – starke Kinder® (45 € pro Kurs für 10 Abende, Ermäßigung nach Absprache)
Coppelnbrügge	
Familienzentrum „evfa“ Coppelnbrügge Niederstraße 11a 31863 Coppelnbrügge Tel.: 05156/7856926 Fax: 05156/7859375 E-Mail: evfa-coppelnbruegge@web.de Internet: https://evfa-coppelnbruegge.wir-e.de	Allgemeine Sozialberatung der Diakonie, Hildesheim Termin im „evfa“ nur nach Vereinbarung Tel.: 05068 / 5568 Internet: www.diakonie-hildesheim.de
Hameln	
Caritasverband im Weserbergland e.V. Caritas-Haus Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 05151/23950 Fax: 05151/45250 E-Mail: caritas.hameln@t-online.de Internet: www.caritashaus-hamelnd.de	Beratung zu Fragen des Ehe-, Familien- und Jugendhilferechts



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Lebens-, Familien-, Ehe- und Partnerberatung	
Kontakt	
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Hameln e.V. Fischbecker Straße 50 31785 Hameln Tel.: 05151/942571 Fax: 05151/942573 E-Mail: ksb.hameln@web.de Internet: www.kinderschutzbund-hamelnde	Familien-/Erziehungsberatung Elternkurs Starke Eltern – starke Kinder®: (Kosten nach Absprache)
Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) des Bistums Hildesheim Münsterkirchhof 13 31785 Hameln Tel.: 05151/22068 E-Mail: efl-hamelnde@t-online.de Internet: www.efl-hamelnde	„Aus 2 werden 3“ – psychologische Einzel-/ Paar-/ Familien-Beratung (auch) für junge und werdende Eltern Beratung bei Problemen und Konflikten in Ehe und Partnerschaft sowie bei Familienkrisen Termine nach (telefonischer) Vereinbarung Die Beratung ist kostenlos.
Diakonie Hameln-Pyrmont im Ev.-luth. Kirchenkreisverband Hameln-Holzwinden Lebens-, Familien- und Eheberatungsstelle Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/7666 E-Mail: info@lebensberatung-hamelnde Internet: www.kirche-hamelnde-pyrmont.de	Einzel- Paar- und Familienberatung Psychologische Beratung Mediation Supervision Prävention Die Beratung ist kostenlos.
Landkreis Hameln-Pyrmont Erziehungsberatungsstelle Hermannstraße 10 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3535 Fax.: 05151/903-63535 E-Mail: erziehungsberatung@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	Anlaufstelle für Beratung bei Erziehungsfragen, Belastung und Überforderung Diagnostische Erhebungen Fragen zur Entwicklung des Kindes und Auffälligkeiten Schwierigkeiten des Kindes mit anderen Kindern Streit zwischen den Geschwistern und/oder mit den Eltern Bedrückender Stimmung zu Hause und/oder Belastungen in der Familie Gruppenangebote für Eltern, Kinder und Jugendliche, Familiengespräche Auf Wunsch der Eltern Austausch mit Kindertageseinrichtungen, Ärzten und anderen Einrichtungen
Mütterzentrum Hameln e.V. Meißelstraße 12-16 31787 Hameln Tel.: 05151/958106 Fax: 05151/405853 E-Mail: info@muetter-zentrum-hamelnde Internet: www.muetter-zentrum-hamelnde	Allgemeine Sozialberatung Während der Bürozeiten
Sozialdienst Katholischer Frauen e.V. Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 05151/24646 E-Mail: skf.hameln@t-online.de Internet: www.skf-hamelnde	Allgemeine Sozialberatung und Hilfe bei Behördenkontakten Durchsetzung von Rechtsansprüchen für Frauen und Familien Di und Do 09.00-12.00 Uhr und nach Vereinbarung
Salzhemmendorf	
s. Coppenbrügge Familienzentrum „evfa“	Allgemeine Sozialberatung Termin nur nach Vereinbarung



Vaterschaftsanerkennung

Rechtlicher Vater eines Kindes ist der Mann,

- der zum Zeitpunkt der Geburt mit dessen Mutter verheiratet ist,
- oder, wenn die Mutter nicht verheiratet ist, der Mann
 - der die Vaterschaft anerkannt hat oder
 - dessen Vaterschaft gerichtlich festgestellt ist.

Eine Vaterschaftsanerkennung brauchen nur unverheiratete Paare. Sie erfolgt beim Jugendamt der Landkreisverwaltung Hameln-Pyrmont.

Die Mutter muss der Vaterschaftsanerkennung zustimmen. Befindet sich die Mutter in einem gerichtlichen Scheidungsverfahren, muss auch der bisherige Ehemann der Vaterschaftsanerkennung durch einen anderen Mann urkundlich zustimmen.

Bitte bringen Sie für einen Vaterschaftsanerkennungsantrag **vor der Geburt** mit:

- Personalausweise

Ist die Anerkennung der Vaterschaft vor der Geburt beurkundet worden, wird der Vater wie bei verheirateten Eltern von Anfang an mit im Geburtenbuch eingetragen.

Wenn die Vaterschaftsanerkennung **nach der Geburt** erfolgt, ist vorher die Geburtsurkunde des Kindes zu beantragen. Der Name der Mutter wird dann zunächst nur eingetragen. Die Geburtsurkunde ist beim Standesamt zu beantragen. Wo Sie das Standesamt für Ihre Stadt oder Gemeinde finden, können Sie im Kapitel „Anmeldung in der Gemeinde“ auf Seite 73 sehen.

Bei einer Vaterschaftsanerkennung **nach der Geburt** brauchen Sie also:

- Geburtsurkunde des Babys
- Personalausweise

Vaterschaftsanerkennung

Kontakt

Landkreis Hameln-Pyrmont

Team Vormundschaft/Beistandschaft/Elterngeld
Süntelstraße 9
31785 Hameln
Tel.: s. Internetseite (nach Buchstaben)
Fax.: s. Internetseite (nach Buchstaben)
E-Mail: s. Internetseite (nach Buchstaben)
Internet: www.hameln-pyrmont.de

Vaterschaftsanerkennung

Beim Jugendamt können die Eltern auch das gemeinsame Sorgerecht beurkunden lassen. Voraussetzung ist auch hier die Zustimmung der Mutter. Dazu mehr im Kapitel „Gemeinsames Sorgerecht“. In diesem Fall ist es nur ein Katzensprung auf die nächste Seite.

Gemeinsames Sorgerecht

Bei unverheirateten Eltern hat die Kindesmutter automatisch das alleinige Sorgerecht. Das gemeinsame Sorgerecht können die unverheirateten Eltern vor oder nach der Geburt des Kindes beurkunden lassen. Die Beurkundung findet ebenfalls beim Jugendamt Hameln-Pyrmont statt. Ziel für unverheiratete Väter ist es, bei rechtlichen Entscheidungen gleichberechtigt mitwirken zu können oder nach einer Trennung ebenfalls den

gleichberechtigten Umgang zu haben. Die Mutter muss der Urkunde des gemeinsamen Sorgerechts zustimmen, damit diese wirksam wird. Stimmt die Mutter dieser Urkunde nicht zu, kann beim Familiengericht ein Antrag darauf gestellt werden. Das Familiengericht wiederum stimmt dem gemeinsamen Sorgerecht nur dann zu, wenn das Kindeswohl nicht gefährdet ist (§ 1626a BGB).

Gemeinsames Sorgerecht

Kontakt

Landkreis Hameln-Pyrmont

Team Vormundschaft/Beistandschaft/Elterngeld
Süntelstraße 9
31785 Hameln
Tel.: s. Internetseite (nach Buchstaben)
Fax.: s. Internetseite (nach Buchstaben)
E-Mail: s. Internetseite (nach Buchstaben)
Internet: www.hameln-pyrmont.de

Gemeinsames Sorgerecht





Minderjährige Mütter und Väter

Minderjährige Jugendliche müssen meist ganz schnell erwachsen werden, wenn sie schwanger werden. Durch diesen Schritt des plötzlichen Erwachsenwerdens überspringen sie mehrere Entwicklungsschritte, die andere in ihrem Alter normal durchlaufen.

Für die Partnerschaft ist das auch eine besondere Herausforderung. Kann evtl. einer von beiden schon die kleine Familie ernähren?

Wie läuft es mit einer eigenen Wohnung. Wer mietet die? Geben die Eltern das o.k. dafür? Unterstützen die eigenen Eltern oder gibt es eher Konflikte?

Daneben kommt häufig noch die Herausforderung, Schwangerschaft und Schul- oder Berufsausbildung unter einen Hut zu bekommen.

Für manche jugendlichen Eltern ist es auch ein Problem, dass sie ihre Freizeit weniger nach ihren eigenen Bedürfnissen gestalten können.

Doch nur nicht den Mut verlieren. Es gibt nette Nachbarn, die unterstützen können.

Bei den Fragen zur Ausbildung kann beim Jobcenter oder der Wirtschaftsförderung in Hameln nachgefragt werden.

Eine Beratung für minderjährige Eltern kann finanzielle Lösungen bieten. Das wirkt häufig auch in sozialer Hinsicht entspannend.

Mädchen haben auch Gelegenheit, sich im Mädchencafé No Limits auszutauschen. Das ist ein offener Treffpunkt für Mädchen und junge Frauen. Da kann man gemeinsam die Freizeit gestalten und bekommt auch Hilfe bei den Hausaufgaben.

Bei den Wellcome-Engeln kann man auch mal anfragen. Geht dazu vor auf Seite 68. Oder die Erziehungsberatungsstelle hilft. Alles bleibt dort anonym. Oder es kann sich gestärkt werden in dem Elternkurs „Starke Eltern – starke Kinder®“. Der ist auch für junge Eltern und Alleinerziehende.

In der folgenden Liste stehen wieder die Anschriften, wer welche Angebote wo anbietet.

Minderjährige Mütter und Väter	
Kontakt	
Bad Pyrmont	
Deutscher Kinderschutzbund, OV Bad Pyrmont e.V. Bismarckstraße 16 a 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/609505 Fax: 05281/1631829 E-Mail: ksb-badpyrmont@t-online.de Internet: www.kinderschutzbund-badpyrmont.de	Elternkurs: Starke Eltern – starke Kinder® – auch für junge Eltern und Alleinerziehende
Hameln	
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 0 51 51 - 2 46 46 E-Mail: skf.hameln@t-online.de Internet: www.caritashaus-hameln.de	Mädchencafé No Limits Schwangerenberatung

Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Minderjährige Mütter und Väter	
Kontakt	
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Hameln e.V. Fischbecker Straße 50 31758 Hameln Tel.: 05151/942571 E-Mail: ksb.hameln@web.de Internet: www.kinderschutzbund-hamelnde	Elternkurs: Starke Eltern – starke Kinder® - auch für junge Eltern und Alleinerziehende
Diakonisches Werk Hameln Diakonie / Kirchenkreissozialarbeit Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924577 Fax: 05151/924579 E-Mail: hameln@wellcome-online.de Internet: www.wellcome-online.de	Wellcome – Hilfe nach der Geburt. Weitergehende Informationen s. Kapitel „Wellcome“ auf Seite 68.
Erziehungsberatungsstelle Gesundheitscampus Hermannstraße 10 31785 Hameln Tel.: 05151/9033535 Fax: 05151/9033536 E-Mail: erziehungsberatung@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	Erziehungsberatung
Familien- und Kinderservicebüros (s. Kapitel „Familien- und Kinderservicebüros“ Seite 96)	Erziehungslotsen
Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Weserbergland Aktiengesellschaft Hefe Hof 8 31785 Hameln Tel.: 05151/5851008 Fax: 05151/5851009 E-Mail: frau-wirtschaft@weserberglandag.de Internet: www.frau-wirtschaft-weserbergland.de	Wirtschaftsförderung Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft im Wirtschaftsraum Weserbergland
Landkreis Hameln- Pyrmont Jugendamt Süntelstraße 9 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3629 (Vormundschaft) od. – 3409 (Sekretariat Allgemeiner Sozialer Dienst) E-Mail: s. Internetseite Internet: www.hameln-pyrmont.de	Ampflegschaften und Allgemeiner Sozialer Dienst

Im Internet gibt es Informationen unter:

www.familien-wegweiser.de

www.bmfsfj.de

www.profamilia.de



Adoption und vertrauliche Geburt

Vielleicht tragen Sie sich mit dem Gedanken, Ihr Kind nach der Entbindung zur Adoption freizugeben. Wenn Sie Fragen dazu haben oder diesen Schritt gehen möchten, können Sie sich an die gemeinsame Adoptionsvermittlungsstelle der Landkreise Hameln-Pyrmont/Schaumburg im Jugendamt der Kreisverwaltung wenden. Die Adoptionsvermittlungsstelle berät, erklärt die rechtlichen Schritte und zeigt Unterstützungsmöglichkeiten auf.

Im umgekehrten Fall, wenn Sie ein Kind adoptieren möchten, berät die Adoptionsvermittlungsstelle nicht nur Ehepaare oder Alleinstehende sondern auch gleichgeschlechtliche Partnerschaften, die ein Kind bei sich aufnehmen möchten.

Immer steht das Kindeswohl im Mittelpunkt der Vermittlung.

Aufgaben der gemeinsamen Adoptionsvermittlungsstelle sind u.a.:

- Beratung und Begleitung von Stiefkind-Adoptionen, Fremdadoptionen und Verwandtenadoptionen
- Informationen zu Auslandsadoptionen
- die Unterstützung erwachsener Adoptierter bei der Suche nach Angehörigen

Informationen zur „vertraulichen Geburt“ können ebenfalls in der Adoptionsvermittlungsstelle im Jugendamt erfragt werden. Genauso beraten die Schwangerschaftsberatungsstellen – siehe Seite 31 – zur vertraulichen Geburt. Die persönlichen Daten der Mutter bleiben im Fall der vertraulichen Geburt anonym. Auch im Krankenhaus müssen keine persönlichen Daten angegeben werden.

Unter nachfolgenden Adressen können Sie Kontakt aufnehmen.



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Adoption und vertrauliche Geburt	
Kontakt	
Bad Pyrmont	
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	Vertrauliche Geburt Schwangerenberatung Schwangerschaftskonfliktberatung Allgemeine Sozialberatung
Hameln	
Diakonisches Werk Allgem. Sozial- und Schwangerenberatung Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924577 Fax: 05151/924579 E-Mail: sozialberatung@beratungsstellen-hameln.de	Vertrauliche Geburt Schwangerschaftsberatung Schwangerschaftskonfliktberatung Allgemeine Sozialberatung Mo 09.00 – 12.00 Uhr Do u. Fr 09.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung
Gemeinsame Adoptionsvermittlungsstelle der Landkreise Hameln- Pyrmont und Schaumburg Jugendamt Süntelstraße 9 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3462 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.hameln-pyrmont.de	Adoption und Vertrauliche Geburt
Sozialdienst Katholischer Frauen e.V. Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 0 51 51 - 2 46 46 E-Mail: skf.hameln@t-online.de Internet: www.caritashaus-hameln.de	Vertrauliche Geburt Schwangerschaftsberatung Allgemeine Sozialberatung Offene Sprechstunde für Schwangerenberatung Di u. Do 09.00 – 12.00 Uhr Offene Sprechstunde für Allg. Sozialberatung Mi 10.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung

Allgemeine Informationen finden Sie im Internet unter:
www.familienrecht-ratgeber.de (Familienrecht/ Adoption)

www.adoption.de

www.adoptierte.de





Kinderwunsch – künstliche Befruchtung

Vollkommenes Glück wird von vielen Paaren durch ein eigenes Kind definiert. Es ist faszinierend einem Lebewesen neues Leben zu schenken und dessen Entwicklungen zu beobachten. Wenn eine ersehnte Schwangerschaft jedoch nicht zustande kommt, bedarf es vielleicht Rat.

Manche Ursachen können durch medizinische Begleitung beseitigt werden. Einige Gynäkologinnen und Gynäkologen haben sich darauf spezialisiert. In anderen Fällen kann über eine künstliche Befruchtung nachgedacht werden. Bei der künstlichen Befruchtung wird eine Schwangerschaft mithilfe eines medizinischen Eingriffs herbeigeführt. Dafür bringt eine Gynäkologin oder ein Gynäkologe Samen und Ei zusammen. Allerdings gibt es auch dabei keine Garantie für eine erfolgreiche Schwangerschaft. Eventuell müssen weitere Ver-

suche unternommen werden. Diese Unsicherheit kann für eine Partnerschaft sehr belastend sein.

In der Regel übernehmen Krankenkassen 50 % der Kosten für die ersten drei Versuche. Einige Kassen übernehmen auch mehr. Bitte erkundigen Sie sich bei Bedarf bei Ihrer Krankenkasse.

Wenn Sie wissen möchten, welche Gynäkologinnen hierzu Beratungen durchführen und Behandlung anbieten, folgen Sie dem Landkreislöwen bitte rückwärts zum Kapitel „GynäkologInnen – Frauenheilkunde und Geburtshilfe“ auf Seite 20.

Oder Sie können in der Dt. Klinik Bad Münde oder auch „Kinderwunschklinik“ genannt anfragen. Schauen Sie dazu auf Seite 41.



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Pflegekinderdienst

Die einen würden sich gerne um ein Kind kümmern, die anderen können möglicherweise ihr Kind nicht selber oder alleine versorgen. Da kann es nützen, wenn beide Seiten einander unterstützen. In solchen Fällen - und wenn es den Bedürfnissen des Kindes entspricht! - vermittelt das Jugendamt!

Wer ein Kind bei sich aufnehmen möchte, meldet sich beim Pflegekinderdienst des Jugendamtes. Der Pflegekinderdienst ist die erste Anlaufstelle. Es können jederzeit unverbindliche Informationsgespräche vereinbart werden.

Folgende Formen der Vollzeitpflege sind grundsätzlich möglich:

- Kurzzeitpflege:
kurzzeitige Betreuung eines Kindes, zum Beispiel während eines Krankenhausaufenthaltes oder einer Kur der Eltern/Sorgeberechtigten
- Bereitschaftspflege:
zeitweilige Unterbringung des Kindes für maximal 6 Monate
- Dauerpflege:
Aufnahme eines Kindes evtl. bis zur Volljährigkeit

Pflegekinderdienst

Kontakt

Landkreis Hameln-Pyrmont

Jugendamt
Süntelstraße 9
31785 Hameln
Tel.: 05151/903-3413
E-Mail: s. Internetseite
Internet: www.hameln-pyrmont.de

Pflegekinderdienst



Erstausstattung und Babytasche

Hat das Baby erst einmal die „Wohnung“ gewechselt, braucht es Kleidung. Den ersten Satz sollte man daher schon vor der Geburt besorgen. Und etwas zum Wechseln wird es auch unweigerlich brauchen. Daher ist ein Shopping-Ausflug noch während der Schwangerschaft durchaus in Betracht zu ziehen.

Wenn Ihre wirtschaftlichen Verhältnisse sehr eng sein sollten, bietet Ihnen das Deutsche Rote Kreuz an, Sie mit einer Basis-Babyausstattung auszurüsten. In einer Tasche erhalten Sie nach Vorlage des Mutterpasses Babybekleidung, eine Decke, Pflegemittel, Windeln und ein Trinkfläschchen.

Sie können auch eine Wickeltischauflage, eine Babywanne, Kinderwagen oder eine tragbare Maxi-Cosi-Liegeschale ausleihen. Die Liegeschale wird oft schon auf den Nachhauseweg von der Entbindungsstation gebraucht!

Wenn sie die Sachen nicht mehr nutzen oder die Kinder rausgewachsen sind, geben Sie zurück.

Die DRK-Stellen informieren auch über aktuelle Angebote. Mehr Informationen zur Babytasche des DRK's finden Sie unter: www.drk-hameln-pyrmont.de

Das DRK bietet auch Second-Hand-Läden an. Weitere Second-Hand-Geschäfte, in denen Sie insbesondere Bekleidung für Kinder finden, haben wir für Sie mit in der Übersicht aufgeführt.



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Erstausrüstung und Babytasche	
Kontakt	
Bad Pyrmont	
DRK-Shop Bad Pyrmont Lortzingstraße 20 a 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/1600707 Internet: www.drk-weserbergland.de/angebote/drk-shops/hier-finden-sie-unsere-shops.html	Kleidung, Spielsachen, Kinderwagen und vieles mehr Mo - Fr 10.00 – 13.00 Uhr und 15.00 – 18.00 Uhr Mi geschlossen
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	„Das Zweite Lädchen“ Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 Second-Hand-Kaufhaus Lügder Straße 13 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/9325-0 Der Zweite Markt Stüvestr. 45 (Ecke Fluthamelstraße) 31785 Hameln Tel.: 05151/787160 Mo – Fr 09.00 – 17.30 (November – März) / 18.00 Uhr (April - Oktober)
Bad Münder	
Umsonst-Laden Umsonst Münder e.V. Ostertorstraße 16 31848 Bad Münder Tel.: 05042/3377 E-Mail: info@umsonst-muender.de	Der Umsonst-Laden ist ein Treffpunkt des Lebens und Nehmens Di 15.00 – 17.30 Uhr Do 09.30 – 12.30 Uhr 1. Sa im Monat 10.00 – 12.00 Uhr
Coppnenbrügge	
Bürgerhilfe am Ith e.V. Kleiderladen Coppnenbrügge Bahnhofstraße 6 (ehem. Post) 31863 Coppnenbrügge E-Mail: info@buergerhilfe-am-ith.de Internet: www.buergerhilfe-am-ith.de	Schöne Kleidung für die ganze Familie zu ganz kleinen Preisen Do 15.00 – 17.30 Uhr
Hameln	
DRK Kreisverband Weserbergland e.V. Kaiserstraße 34 31785 Hameln Tel.: 05151/4012-0 Fax: 05151/4012-40 E-Mail: babytasche@drk-weserbergland.de Internet: www.drk-weserbergland.de	Die Babytasche



Es tut sich was im Bauch – eine „Wohnung“ für 9 Monate

Erstausrüstung und Babytasche	
Kontakt	
Diakonisches Werk Allgem. Sozial- und Schwangerenberatung Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924577 Fax: 05151/924579 E-Mail: sozialberatung@beratungsstellen-hameln.de	Beantragung einer Babyerstausrüstung Mo 09.00 – 12.00 Uhr Do u. Fr 09.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung
DRK-Shop Hameln Zentralstraße/Ecke Lohstraße 31785 Hameln Tel.: 05151/407775 Internet: www.drk-weserbergland.de/angebote/drk-shops/hier-finden-sie-unsere-shops.html	Kleidung, Spielsachen, Kinderwagen und vieles mehr Mo - Fr 10.00 – 18.00 Uhr
Hebammenpraxis Kugelrund Klütstraße 103 31787 Hameln Tel.: 05151/678911 E-Mail: info@geburtsraum-kugelrund.de Internet: www.geburtsraum-kugelrund.de www.hebammen-hameln-pyrmont.de	Second-Hand-Kleidung für Kind und Mutter (Basare)
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 0 51 51 - 2 46 46 E-Mail: skf.hameln@t-online.de	Second-Hand-Shop – Kleiderkammer für Kinderbekleidung bis Gr. 164 Ausgabe erfolgt nach Terminabsprache unter 05151/24646
Hessisch Oldendorf	
DRK-Shop Hessisch Oldendorf Lange Straße 66 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/5270120 Internet: www.drk-weserbergland.de/angebote/drk-shops/hier-finden-sie-unsere-shops.html	Kleidung, Spielsachen, Kinderwagen und vieles mehr Mo - Fr 10.00 – 13.00 Uhr und 15.00 – 18.00 Uhr Mi geschlossen
Salzhemmendorf	
Bürgerhilfe am Ith e.V. Kleiderladen Lauenstein Salzhemmendorfer Straße 2 (OKAL Industrie- und Gewerbeplatz) 31020 Salzhemmendorf OT Lauenstein E-Mail: info@buergerhilfe-am-ith.de Internet: www.buergerhilfe-am-ith.de	Schöne Kleidung für die ganze Familie zu ganz kleinen Preisen Do 15.00 – 17.00 Uhr Lebensmittelausgabe an alle Menschen mit Berechtigungsschein Fr 10.00 – 12.00 Uhr

Darf ich mich vorstellen? – „Mitbewohner-Aus- und Einzug“

Jetzt ist es bald so weit. In Kürze werden Sie Ihr Kind sehen können. Sie werden Ihre Wohnung für es aufschließen. Das Kind wird darin seinen Platz einnehmen.

Wenn Sie nicht zu Hause entbinden, ist es ratsam, einen Koffer mit den ersten Anzihsachen für Ihr Neugeborenes mit zu nehmen. Dann muss Ihre zukünftige Mitbewohnerin oder Ihr Mitbewohner auf dem Weg nach Hause nicht frieren und kann gewärmt in Ihre Wohnung einziehen.

Sollten Sie Ihr Kind mit dem Auto zu Ihrem Heim bringen, ist eine Babytransportschale Pflicht. Tragbare Maxi-Cosi-Liegeschale können Sie sich bei finanziellen Engpässen auch beim Deutschen Roten Kreuz ausleihen. Die Adresse finden Sie im Kapitel zuvor auf Seite 43.

Der Löwe wünscht Ihnen in unserem Namen ein gutes Ankommen zu Hause.



Angebote für werdende Väter, Partner und Partnerinnen

Väter und Schwangerschaft“ – „Väter und Geburt“ – „Väter und Stillen“ – wie passt das denn zusammen? Diese Fragen gelten natürlich auch für alle Partner und Partnerinnen, die eine Schwangere in einer engen Beziehung begleiten und unterstützen. Die hier benutzte Bezeichnung „Vater“/„Papa“ oder Hinweise auf spezielle Angebote für „Väter“ kann daher gerne auch auf „Partnerschaft“ übertragen werden.

Auf Internetseiten für Väter gibt es zu den Fragen nähere Auskünfte. Väter, bzw. PartnerInnen sind wichtige Unterstützer bereits in der Schwangerschaft. So kann z.B. auf folgenden Seiten geschaut werden: www.vaeter-in-niedersachsen.de oder in Hameln-Pyrmonts Nähe aus Lauenau www.vaeter-netz.de mit Hinweisen aus der umliegenden Region.

Und sollten Sie dringende Fragen haben, können sie diese an info@vaeternotruf.de stellen.

Außerdem gibt es eine Väter-App. Diese wurde vom nordrhein-Westfälischen Gesundheitsministerium entwickelt und heißt „Super-Dad“. Auf folgen-

dem Link des niedersächsischen können Sie darüber nachlesen: www.vaeter-in-niedersachsen.de.

Die „Super Dad“-App zeigt die Unterstützungsmöglichkeiten von Schwangeren durch Väter auf. Es wird beschrieben, wie sich auch Papa auf die Geburt vorbereiten kann. Es wird auch darüber informiert, wie Mama und Kind in den ersten sechs Monaten nach der Geburt begleitet werden können. So kann auch der Partner oder die Partnerin gute Beziehung aufbauen.

Viele Angebote für Schwangere und gewordene Mütter stehen heute auch Vätern und PartnerInnen offen. Fragen Sie bei den Hebammenangeboten auf Seite 13 nach, ob Sie Ihre Frau oder Lebenspartnerin zu Kursen wie z.B. Geburtsvorbereitungskurse oder Ernährungsberatung, etc. begleiten können.

Daneben gibt es aber auch spezielle Angebote für gewordene Väter. In der Übersicht finden Sie die Angebote im Landkreis Hameln-Pyrmont.



Angebote für werdende Väter, Partner und Partnerinnen	
Kontakt	
Bad Münster	
Praxis Kolibri Am Sportplatz 1 31848 Bad Münster Eimbeckhausen Tel.: 0177/2222452 und 0176/83233353 E-Mail: info@hebamme-hillen.de und karin@praxis-kolibri.de Internet: www.praxis-kolibri.de	Babymassage für Papas
Hameln	
AWO Kreisverband Hameln-Pyrmont e.V. Heiliggeiststraße 2 31785 Hameln Tel.: 05151/941560 Fax: 05151/941561 E-Mail: info@awo-hameln.de Internet: www.awo-hameln.de	Beratung Vater-Kind-Kuren
Caritasverband im Weserbergland e.V. Caritas-Haus Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 05151/23950 Fax: 05151/45250 E-Mail: caritas.hameln@t-online.de Internet: www.caritashaus-hameln.de	Kurberatung für Väter und Mütter
Diakonie Kirchenkreissozialarbeit Hameln-Pyrmont Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924577 Fax: 05151/924579 E-Mail: sozialberatung@beratungsstellen-hameln.de Internet: www.kirche-hameln-pyrmont.de	Kurenberatung und -vermittlung
DRK-Kreisverband Hameln-Pyrmont e.V. Kaiserstraße 34 31785 Hameln Tel.: 05151/4012-0 Fax: 05151/4012-40 E-Mail: info@drk-hameln-pyrmont.de Internet: www.drk-hameln-pyrmont.de	Kurberatung
Zwergen Power Wehrberger Straße 59 31787 Hameln Tel.: 0171/3432644, bzgl. Kursanfragen s. Internetseite E-Mail: s. ebenfalls Internetseite Internet: www.zwergenpower-hebamme.de	Väterkurs „How to handle your baby“ – Ein Kurs für Männer
Hessisch Oldendorf	
Familienpraxis miteinander Henningstraße 33 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 0157/34332912 E-Mail: miteinander@online.de Internet: www.familienpraxis-miteinander.de	Beratung Vater-Kind-Beziehung

Angebote für werdende Familien

Gute Beziehungen zur Familie aber auch zu den Nachbarn bereichern. Es gibt ein Gefühl von Sicherheit, wenn man bei Geschwistern, Großeltern, Onkel und Tanten, den Nachbarn oder z.B. auch im Familienbüro um die Ecke um Rat und Hilfe beim Umgang mit einem Neugeborenen anfragen kann.

Einige Anbieter haben dazu gezielt Orte zum Treffen geschaffen. An diesen Orten kommen kleine und große Menschen mit und ohne Behinderungen zusammen. Auch Menschen verschiedenen Alters sowie mit und ohne Migrationshintergrund treffen sich dort. Auch Bücherwürmer kommen gelegentlich auf Ihre Kosten. Die Vielfalt der Menschen wird dort als Bereicherung gesehen.

Wer freut sich nun auf Ihr Kommen? In der Liste finden Sie Anbieter von Partnerkursen, Eltern-Cafés

über Erste-Hilfe-Am-Kind-Kursen bis hin zu Kursen, in denen man die Sprache des Babys kennen lernt und vieles mehr. Sehen Sie selbst.

Nähere Auskünfte über Termine und Preise können sie direkt über die aufgeführten Anbieter telefonisch oder über die Websites erhalten.

Die Familien- und Kinderservicebüros in den Städten und Gemeinden beraten und unterstützen Familien ebenfalls. Dort gibt es Antworten auf viele Fragen, die das Familienleben betreffen. Oder es gibt Hinweise, wo Sie weitere Beratung finden können. Diese Büros haben wir in einem extra Kapitel aufgeführt. Dieses Mal braucht es allerdings einen Löwensprung, denn Sie müssen bis auf Seite 96 vorblättern.



Wohnungswechsel – Einzug in die „WG“

Angebote für werdende Familien	
Kontakt	
Bad Münster	
BaKi Battmer, Anke und Team Friedrich-Ebert-Allee 12 31848 Bad Münster Tel.: 0152/21914209 E-Mail: info@baki-hameln.de Internet: www.baki-hameln.de	Erste Hilfe am Baby Kinderernährung Trageberatung und -hilfen Baki-Café Babymassage PEKIP® Ninitreff für 1-2-Jährige MusikwischTel.: musik. Früherziehung (8 Monate – 2 Jahre)
Praxis Kolibri Am Sportplatz 1 31848 Bad Münster Eimbeckhausen Tel.: 0177/2222452 und 0176/83233353 E-Mail: info@hebamme-hillen.de und karin@praxis-kolibri.de Internet: www.praxis-kolibri.de	Coaching und Aufstellungsarbeit von Familien
Coppnenbrügge	
Familienzentrum „evfa“ Coppnenbrügge Niederstraße 11a 31863 Coppnenbrügge Tel.: 05156/7856926 Fax: 05156/7859375 E-Mail: evfa-coppnenbruegge@web.de Internet: https://evfa-coppnenbruegge.wir-e.de	Café in der „Guten Stube“ verschiedene Veranstaltungen u.a.: - Kreativ-Café, Fr 15.00 – 17.00 Uhr - Spiel-Café, Mo 15.00 – 17.00 Uhr - MiMi - Essen am MittwochMittag, (geringer Kostenbeitrag wird erhoben) - internationales Begegnungscafé
Hameln	
Familienbüro am Klüt Papengösenanger 6a 31787 Hameln Tel.: 05151/61775 E-Mail: kita-am-kluet@kitav.de Internet: www.fiz.hameln.de/service/kitaerziehung/kindertagesstaette/ev.-luth.kindergarten-am-kluet.htm	
Familien- und Stadtteilbüro Afferde Breslauer Straße 34 31789 Hameln Tel.: 05151/8228624 E-Mail: familienbuero-fferde@outlook.de Internet: www.fiz.hameln.de	Förderung der Bildungs- und Beziehungskompetenz von Eltern und Kindern Sprachkurs für ausländische Frauen Frauenfrühstück Elterncafé Integrationsarbeit
Familienbüro in der AWO Kita Barchusen Barchusen 5 31789 Hameln Tel.: 05151/65344 E-Mail: kita.barchusen.hameln@awo-juki.de Internet: www.fiz.hameln.de	Integration behinderter und nicht behinderter Kinder Hilfe für Menschen mit Fragen zur Migration Täglich durchgehend offener Elterntisch als Treff- und Austauschpunkt für Eltern bzw. Lesebereich der angrenzenden Bücherei (ebenfalls durchgängig offen)
Familienbüro in der AWO Kita Bertholdsweg Bertholdsweg 7 31787 Hameln Tel.: 05151/41286 E-Mail: kita.bertholdsweg.hameln@awo-juki.de Internet: www.fiz.hameln.de	Elterncafé Interkulturelle Begegnungen – Termine nach Bedarf und auf Anfrage Informationen über verschiedene Beratungsstellen Unterstützung im Ausfüllen von Anträgen Wechselnde, dem Bedarf angepasste Bewegung und Entspannungsangebote durch geschultes Personal oder externe Fachleute



Angebote für werdende Familien

Kontakt

Familienbüro in der DRK Kita Stadtteilprojekt Südstadt Königstraße 66 31785 Hameln Tel.: 05151/959178 E-Mail: kiga-hm2@t-online.de Internet: www.fiz.hameln.de	Hausführungen für Eltern und Kinder Gesundheitsprävention – einmal jährlich Präventionswoche durch das DRK zum Thema „Starke Kinder sagen Nein“
Familienbüro in der Kath. Kita St. Augustinus Lohstraße 8 B 31785 Hameln Tel.:05151/573993 E-Mail: kita@katholische-kirche-hameln.de Internet: www.fiz.hameln.de	Elterncafé mit Kinderbetreuung – ca. alle 2 Monate Gastvorträge zu Themen rund um die Familie (Termine auf Nachfrage) Begleitung von Familien und anderen im Stadtteil lebenden Menschen/ Bürgern Interkulturelle und interreligiöse Begegnungen Interkulturelle und religiöse Feiern Vermittlung an andere Institutionen
Familienbüro im Kinderhaus Rohrsen Alte Heersstraße 87 31789 Hameln Tel.: 05151/560368 E-Mail: fiz.rohrsen@hameln.de Internet: www.fiz.hameln.de	Familienfrühstück jeden ersten Mittwoch im Monat von 08.00 – 09.30 Uhr in der großen Halle im Kinderhaus Kindertreff in der Zwergengruppe in Hilligsfeld, Mühlenfeld 6, Mi 15.00 – 17.30 Uhr Kinder – Elternbücherei durchgehend geöffnet 2 mal jährlich Kinder- und Spielzeugbasar Übergangsgestaltung vom Kindergarten zur Grundschule durch regelmäßige Besuche in der Grundschule für die Kinder, die im nächsten Jahr zur Schule kommen
Familienbüro in der Kita der Eugen-Reintjes-Stiftung Großehofstraße 44 A 31785 Hameln Tel.:05151/821743 E-Mail: kita.ers@freenet.de Internet: www.fiz.hameln.de	Familienbildung und Beratung Familienbegleitung Veranstaltungen für Groß und Klein und Alt und Jung Elternstammtisch Elterncafé Elternkochgruppe Migration = Integration Vereinbarkeit von Familie und Beruf Kontakt zu sozialen Einrichtungen Individuelle Hilfen und Begleitung von Familien Familien einen Ort des Wohlfühlens bieten
Familienbüro in der Kindertagesstätte „Regenbogenland“ Domeierstraße 38 + 38 A 31785 Hameln Tel.: 05151/202-1455 od. -1451 Fax: 05151/202-1133 E-Mail: kita.domeierstrasse@hameln.de Internet: www.soziales-hameln-pyrmont.de	
Hebammenpraxis Kugelrund Klütstraße 103 31787 Hameln Tel.: 05151/678911 E-Mail: info@geburtsraum-kugelrund.de Internet: www.geburtsraum-kugelrund.de	Erste Hilfe am Kind Emotionelle Erste Hilfe Krisenberatung Elternschule Partnerkurse Second-Hand, Laden Akupunktur Fußreflexzonenmassage Yoga, Pilates, Zumba

Wohnungswechsel – Einzug in die „WG“

Angebote für werdende Familien	
Kontakt	
Mütterzentrum Hameln e.V. Mehrgenerationenhaus Meißelstraße 12-16 31787 Hameln Tel.: 05151/958106 Fax: 05151/405853 E-Mail: info@muetter-zentrum-hamel.de Internet: www.muetter-zentrum-hamel.de	Vermittlung von Notmüttern bei Krankheit Nachbarschaftstreff in der Heinestraße 29 Frühstückscafé Second Hand Shop Mehrgenerationenhaus
Nordstadttreff Heinestraße 29 31785 Hameln Tel.: 05151/503332 E-Mail: info@muetter-zentrum-hamel.de Internet: www.muetter-zentrum-hamel.de	Treffpunkt für Familien in der Erziehungsphase und die Nachbarschaft in der Nordstadt zwangloses offenes Treffen für Frauen und Kinder Beratung ausländischer Mitbürger und Mitmachfrühstück Deutschkurse für Ausländer und ausländische Frauen und Kinder am Vormittag Vermietung auch an externe Gruppen.
Offener Stadtteiltreff Haltestelle Afferde Leipziger Straße 14 31789 Hameln Tel.: 05151/9964027 und 0176/28561884 Fax: 05151/9964027 E-Mail: haltestelle-afferde@gmx.de Internet: www.haltestelle-afferde.de	Offener Stadtteiltreff für alle unabhängig von Alter, Familienstand, Konfession und Weltanschauung: Multikultureller Familientreff Frauen-Selbsthilfegruppe offener Treff für Jugendliche von 11 bis 18 Jahren Jugendarbeit mit Spaß und Freizeitbeschäftigung Unterstützung bei Problemlösungen und Integrationshilfen Bewerbungstraining Berufsberatung EDV-Training Freizeitgestaltung durch Spiel und Sport Kreative Angebote wie Basteln Malen Musizieren Tanzen Theater Beratungsstellen der Caritas Resohelp Brückenstelle Ehe-, Familien- und Lebensberatung Anlauf- und Beratungsstelle „No Limits“ Sozialdienst Kath. Frauen
Hessisch Oldendorf	
Familienpraxis miteinander Becker, Anja Henningstraße 33 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 0157/34332912 E-Mail: miteinander@online.de Internet: www.familienpraxis-miteinander.de	Partnerkurse Vater-Kind-Beziehung Eltern-Kind-Kurse Pflegeelterntreff Basic Bonding (Bindung, Familienleben, Sprache des Säuglings)
Kowalski, Gabriela Jägerweg 2 31840 Hessisch Oldendorf 05158/98896 E-Mail: gabi-k59@web.de Internet: www.familienbande24.de / www.soziales-hamel-pyrmont.de / www.babyclub.de	Partnerkurse



Entscheidend für gutes Gelingen der Wohngemeinschaft: der Beziehungsaufbau zum Kind

Direkt nach der Geburt baut sich eine Verbindung zwischen den engsten Vertrauten und dem Baby auf. „Bonding“ wird diese Verbindung auch genannt. Man kann es mit einem unsichtbaren Band vergleichen, welches zwischen den Betreuenden und dem Kind entsteht. Diese Verbindung ist am stärksten mit den Personen, die das Neugeborene hauptsächlich umsorgen.

Neben Stärke ist aber auch Qualität gefragt. Eine gute Bindung wirkt sich positiv auf die ganze weitere Entwicklung Ihres Kindes aus. Wieso?

Wenn Ihr Kind Vertrauen zu Ihnen aufbauen kann, wird es entspannt sein. Wenn es entspannt ist, kann es sich auf das Erfassen seiner Umwelt konzentrieren. Es wird dann gestärkt auf erste kleine Entdeckungsreisen gehen. Es weiß, dass Mama, Papa oder die Familie es begleiten und beschützen. Dieses Vertrauen wirkt dauerhaft und stärkt immer wieder.

Daher kann man vereinfacht sagen: Je gelungener das Bonding am Anfang, je gelungener entwickelt

sich das Kind sein ganzes Leben lang.

Oder mit anderen Worten: eine gute Verbindung trägt lebenslang.

Was ist nun aber gelungen? Diese Frage lässt sich nicht einfach beantworten. Aber der Löwe hat einen guten Tipp: Hebammen, Kinderkrankenschwestern und Kinderärztinnen und -ärzte können Ihnen mitteilen, wie Sie eine gute Beziehung aufbauen können. Psychotherapeutinnen und -therapeuten, die z.B. Marte Meo anbieten, ebenfalls. Auch die Erziehungsberatungsstelle in Hameln kann Sie beraten. Alle diese Einrichtungen haben wir für Sie in diesem Buch aufgelistet.

Die Hebammen finden Sie auf Seite 13, Entbindungskliniken auf Seite 24, Kinderärztinnen und -ärzte auf Seite 101 und über Marte Meo gibt es ebenfalls ein eigenes Kapitel auf den nächsten beiden Seiten 58.



Babymassage – gut für den Beziehungsaufbau

Schon während der Schwangerschaft kann sanftes Massieren oder über die Haut streichen Ihnen und dem Kind ein wohliges Gefühl vermitteln. Auch Papa oder die Lebensgefährtin oder der Lebensgefährte können durch leichtes Streichen eine angenehme Beziehung zu Ihnen und dem Kind aufbauen.

Und ist das Kind erst einmal geboren, kann sanft direkt über die Haut des Babys gestreichelt werden. Durch diese Form der Zuwendung unterstützen Sie den Aufbau einer guten Bindung zu Ihrem Kind. Wenn sich das Kind sicher fühlt, hat es Konzentration, andere Eindrücke gut zu verarbeiten. Dieses angenehme Gefühl durch sanftes Massieren der Haut unterstützt daher die Gehirnentwicklung. Das

Baby kann sich leichter löwenstark entwickeln.

Durch den Hautkontakt können Sie Ihr Kind gewissermaßen „erfühlen“. Viele Kinder empfinden sanftes Reiben als entspannend und beruhigend. Bei leichten Blähungen hilft häufig schon das drucklose Auflegen der Hand auf den Bauch des Kindes und ruhiges Kreisen. Andererseits regen einige Arten von Massagen den Stoffwechsel und Kreislauf an. Manche Massageformen kräftigen die Muskeln. Dazu braucht es jedoch Anleitung. Die bekommen Sie bei folgenden, aufgelisteten Adressen. Die Kosten für Babymassagekurse werden in der Regel jedoch nicht von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.





Babymassage	
Kontakt	
Bad Münster	
BaKi Battmer, Anke und Team Friedrich-Ebert-Allee 12 31848 Bad Münster Tel.: 0152/21914209 E-Mail: info@baki-hamel.de Internet: www.baki-hamel.de	Babymassage
Praxis Kolibri Am Sportplatz 1 31848 Bad Münster Eimbeckhausen Tel.: 05043/5928, 0177/2222452 und 0176/83233353 E-Mail: info@hebamme-hillen.de und karin@praxis-kolibri.de Internet: www.praxis-kolibri.de	Babymassage Babymassage für Papas
Bad Pyrmont	
Woythal, Lucyna Brunnenstraße 33 31812 Bad Pyrmont Tel.: 0174/3801800 E-Mail: lunathal@t-online.de Internet: www.familienbande24.de/nachwuchs/hebammen/details/3691/Anfahrt.html#start_anchor	Babymassage
Hamel	
Brill, Jana Tel.: 05151/ 820 77 28 und 01520/18 24 959 E-Mail: hebamme@janabrill.de Internet: www.hebammen-hamel-pyrmont.de	Babymassage
Fink-Scharbatke, Melanie Heinestraße 8 31785 Hamel Tel.: 05151/8591 od. 0176/43746208 E-Mail: melaniefink-scharbatke@kabelmail.de Internet: www.hebammen-hamel-pyrmont.de	Babymassage
Hebammenpraxis Kugelrund Klütstraße 103 31787 Hamel Tel.: 05151/678911 E-Mail: info@geburtsraum-kugelrund.de Internet: www.geburtsraum-kugelrund.de	Babymassage
Mama Workout Frauke Faas Physioteam am Feuergraben Feuergraben 29 31785 Hamel Tel.: 0151/61819195 E-Mail: info@frauкеfaas-mamaworkout.de	Babymassage

Wohnungswechsel – Einzug in die „WG“

Babymassage	
Kontakt	
Schramm-Müller, Petra Fühlenbreite 21 31789 Hameln Tel.: 05151/560995 Internet: www.soziales-hamelin-pyrmont.de	Babymassage
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Hameln Tel.: 05151/24646 Internet: www.skf-hamelin.de/fruehehilfen.html	Vermittlung von Babymassage
... von Anfang an – Hebammenteam am Posthof Lehmann-Merz, Nicole Willumeit, Beate Am Posthof 1 (in Gemeinschaftspraxis Dr. Zeddies/ Dr. Winkelmann) 31785 Hameln Tel.: 05151/925500 E-Mail: b.willumeit@web.de E-Mail: lehmann-nicole@web.de Internet: www.hamelin-hebamme.de	Babymassage
Zwergen Power Wehrberger Straße 59 31787 Hameln Tel: 0171/3432644 und bzgl. Kursanfragen siehe Teammmitglieder auf der Internetseite E-Mail: siehe ebenfalls Internetseite Internet: www.zwergenpower-hebamme.de	Babymassage
Hessisch Oldendorf	
Hebammenpraxis VIVA – anthroposophisch orientiert Neitz, Bettina Lange Straße 96 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/3136 od. 0173/2833330 Fax: 05152/3136 E-Mail: hebammebneitz@aol.com Internet: www.hebammenpraxis-neitz.de	Babymassage
Familienpraxis miteinander Becker, Anja Gerdes, Petra Schrader, Petra Henningstraße 33 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/979063 oder 0157/34332912 E-Mail: miteinander@online.de Internet: www.familienpraxis-miteinander.de	Babypflege und -massage



Babymassage	
Kontakt	
Wolff, Sabine Schulstraße 6 31867 Pohle Tel.: 05043/5761 und 0175/6755557 E-Mail: wolff-pohle@t-online.de Internet: www.hebammen-hamel-n-pyrmont.de und www.geburtsraum-kugelrund.de	Babymassage
Salzhemmendorf	
GfG-Geburtsvor- und Familienbegleiterin Lahmann, Damaris Kleiner Lahweg 8 31020 Salzhemmendorf Tel.: 05153/964244 E-Mail: damaris.lahmann@freenet.de Internet: www.soziales-hamel-n-pyrmont.de	Babymassage
Speth, Heike Vogelsang 21 31020 Salzhemmendorf-Lauenstein Tel.: 0171/5712247 E-Mail: linserstr@gmx.de Internet: www.soziales-hamel-n-pyrmont.de	Babymassage

Unter www.babymassage.de können Sie sich im Internet informieren.

Kennen Sie Marte Meo?

Viele Bücher oder auch Ratschläge können junge Eltern verunsichern. Dabei besitzen Sie, liebe zukünftige Eltern und Neugeborenen, viele natürliche Fähigkeiten, um gut miteinander ins Leben zu starten.

Welche sind das?

- Signale, die schon Babys und Kleinkinder geben
- Abstufungen der Signale (leises Wimmern – Weinen - lautes Schreien)
- Einordnen der Signale in die Tageszeit (zum Beispiel: Weinen am Mittag als Anzeichen von Müdigkeit)

Wie Sie als Eltern darauf reagieren, beeinflusst erheblich das Miteinander und die Entwicklung des Kindes.

Was bedeutet nun MARTE MEO?

MARTE MEO heißt „aus eigener Kraft“. Marte Meo zeigt anhand von Videoaufnahmen, was das Kind braucht, um sich gut zu entwickeln. Ausgebildete

Marte Meo-Therapeuten bieten Eltern die Möglichkeit, Alltagssituationen mit ihren Kindern aufzunehmen. Anschließend werden die Momente hervorgehoben, die die Entwicklung des Kindes positiv unterstützen.

Mit anderen Worten: Es ist eine videogestützte Entwicklungsbegleitung und Beratung.

Marte Meo erleichtert auch den Beziehungsaufbau zwischen Eltern und Kind. Durch die Besprechung der tollen Momente können solche zukünftig bewusst wiederholt werden.

Auch die sprachliche Entfaltung des Kindes wird positiv beeinflusst. Marte Meo hat darüber hinaus vorteilhafte Auswirkungen auf das Selbstbild von Kindern, die Konzentration und Spielfähigkeit. So fördert Marte Meo die gesamte Entwicklung Ihres Kindes.

Auf den Punkt gebracht: Marte Meo hilft kindliches Handeln zu sehen und zu verstehen.

Wer bietet Marte Meo im Landkreis an?





Marte Meo	
Kontakt	
Bad Pyrmont	
Sanders, Anja Am Bruche 99 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/1605348 E-Mail: anja28473@googlE-Mail.com	Therapeutin für Marte Meo Motopädin
Hameln	
Hand in Hand Hebammenpraxis Lehwald, Simone – IBCLC, Hebamme, Still- und Laktationsberaterin, Therapeutin für Marte Meo Auf dem Klink 12 31860 Emmerthal Tel.: 05157/959369, 0160/94155045 (Lehwald) E-Mail: info@handinhand-emmerthal.de und s.lehwald@handinhand-emmerthal.de Internet: www.handinhand-emmerthal.de	Marte Meo-Konzept im Rahmen der zertifizierten Stillberatung bei Fütter-, Gedeih- und Bindungsstörung
Rabenhorst, Sabrina Schiffergang 1A 31789 Hameln Tel.: 0174/4461433 E-Mail: martemee.s.rabenhorst@gmx.de	Marte Meo Therapeutin Heilpädagogin
Hessisch Oldendorf	
Lange, Sabrina Sachsenweg 23 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/69202 E-Mail: salange@t-online.de	Marte Meo Therapeutin Marte Meo Kollegen Trainer Lerntherapeutin Dyskalkulie/Legasthenie
Marte Meo Weserbergland Diekgerdes-Arke, Bärbel Pappelmühle 6 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05158/9928777 E-Mail: info@martemeeo-weserbergland.de Internet: www.martemeeo-weserbergland.de	Therapeutin für Marte Meo Lizenzierte Marte Meo Supervisorin Ausbildung – Fortbildung - Therapie
Kalletal	
Fischer, Meike Doktorweg 13 32689 Kalletal Tel.: 0515/54724795 E-Mail: info@martemeeo-kalletal.de	Therapeutin für Marte Meo



Stillberatung und Stillgruppen

Stillen ist ein Erlebnis. Über das Stillen wird ihr Baby nicht nur satt, es wird auch eine Beziehung aufgebaut.

Gleich nach der Geburt geht es auch schon los. Die erste Milch enthält besonders viele Abwehrstoffe. Das Baby bekommt somit einen guten Start. Muttermilch ist die natürliche Ernährung für Babys. Muttermilch ist immer verfügbar und kostenlos.

Wie zeigt das Baby an, dass es gestillt werden möchte?

Das Baby öffnet den Mund, streckt die Zunge zur Unterlippe, dreht den Kopf und sucht die Brust. Wenn es dem Baby nicht schnell genug geht, runzelt es die Stirn, überkreuzt Arme und Beine und ballt die Fäuste. Schließlich wird das Baby zu schreien anfangen.

Doch was ist zu tun, wenn man stillen möchte, aber Probleme auftauchen? Hebammen helfen Ihnen, wenn Sie folgende Fragen haben:

- Wie lege ich das Kind an die Brust?
- Wie häufig muss mein Kind an die Brust angelegt werden?
- Kann ich unterwegs stillen?
- Reicht die Muttermilch aus, um das Kind satt zu machen?
- Wie rege ich den Milchfluss an?
- Wirkt sich das Stillen auf das Aussehen der Brust aus?
- Kann ich Stillen und Arbeit vereinbaren?

Jede Hebamme kann Ihnen dazu einen Rat geben. Hebammen beantworten auch allgemeine Fragen zur Milchabgabe (Laktation), zur Stilltechnik oder zum Stillrhythmus. Einige Hebammen haben sich auf die Stillthematik spezialisiert. Sie sind nachfolgend noch einmal extra aufgeführt. Auch nicht stillende Mütter können bei Fragen zur Ernährung des Säuglings eine Beratung durch Hebammen in

Anspruch nehmen.

Die Kosten für eine Still- und Laktationsberatung werden jedoch bislang in der Regel nicht von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Es gibt auch die Möglichkeit, sich einer Stillgruppe anzuschließen. Dort kann man sich zu diesem Thema mit anderen Müttern austauschen. Vielleicht ergibt sich sogar ein Erfahrungsaustausch darüber hinaus. Gleichzeitig bietet sich für Ihre Kinder ein Kontakt zu anderen Babys. Sie finden in der Liste dazu ebenfalls Hinweise.

Wie weit sich Stillen und Berufstätigkeit verbinden lässt, können Sie ebenfalls die Hebammen oder auch die Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft oder die KompetenzWerkstatt Beruf (s. Seite 91) fragen. Wer früh wieder in den Beruf zurückkehrt und stillen möchte, hat Anspruch auf mindestens zweimal täglich eine halbe Stunde oder einmal täglich eine Stunde Stillzeit. Das ist im Mutterschutzgesetz geregelt (§7 MuSchG). Wenn Sie mehr über die Bestimmungen zum Mutterschutz lesen möchten, können Sie mit einem Löwen-Satz auf Seite 76 vorspringen. Oder Sie schauen im world-wide-web nach unter folgendem Link: www.bmfsfj.de. Dort finden Sie einen sehr gut beschriebenen Leitfaden zum Mutterschutz.

Es gibt auch sogenannte „Elternbriefe“ über Stillen und Ernährung. Die finden Sie unter www.ane.de im Internet. Wenn Sie sich durch die Links „Elternbriefe® / nach Themen / Ernährung“ durchklicken, finden Sie an der rechten Seite die Elternbriefe, die über das Thema Ernährung je nach dem Alter von Kindern schreiben. Oder schauen Sie auf folgende Seite einmal rein: www.bmel.de – Stillen - Die beste Ernährung in den ersten Lebensmonaten.



Stillberatung und Stillgruppen

Kontakt	
Bad Münden	
Praxis Kolibri Am Sportplatz 1 31848 Bad Münden Eimbeckhausen Tel.: 05043/5928, 0177/2222452 und 0176/83233353 E-Mail: info@hebamme-hillen.de und karin@praxis-kolibri.de Internet: www.praxis-kolibri.de	Ernährungsberatung Allergieprophylaxe Beikost – Zufüttern nach der Stillzeit bzw. der Flasche
Bad Pyrmont	
Woythal, Lucyna Brunnenstraße 33 31812 Bad Pyrmont Tel.: 0174/3801800 E-Mail: lunathal@t-online.de Internet: www.familienbande24.de/nachwuchs/hebammen/details/3691/Anfahrt.html#start_anchor	Stillberatung
Verein Stillgruppe Bad Pyrmont Bathildisstr. 14 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/7243 Internet: www.freiwilligenserver.de	
Stillgruppe Bad Pyrmont Tel.: 05281/961352 Internet: www.paritaetischer.de	Telefonberatung
Emmerthal	
Hand in Hand Hebammenpraxis Lehwald, Simone – IBCLC, Hebamme, Still- und Laktationsberaterin Auf dem Klink 12 31860 Emmerthal Tel.: 05157/959369, 0160/94155045 (Lehwald), E-Mail: praxis@handinhand-emmerthal.de und s.lehwald@handinhand-emmerthal.de Internet: www.handinhand-emmerthal.de	Zertifizierte Still- und Laktationsberatung nach IBCLC Stillgruppe Beikostkurse
Thorenz, Vanessa Tel.: 0176/82088280 E-Mail: vanessaschmidt96@t-online.de Internet: www.hebamme-hamelnde	Beikost Gyn-Tape
Hameln	
Brill, Jana Tel.: 05151/ 820 77 28 und 01520/18 24 959 E-Mail: hebamme@janabrill.de Internet: www.hebammen-hamelnde-pyrmont.de	Beikostberatung
Fink-Scharbatke, Melanie Heinestraße 8 31785 Hameln Tel.: 05151/8591 od. 0176/43746208 E-Mail: melaniefink-scharbatke@kabelmail.de Internet: www.hebammen-hamelnde-pyrmont.de	Beikostkurse

Wohnungswechsel – Einzug in die „WG“

Stillberatung und Stillgruppen	
Kontakt	
Hebammenpraxis Kugelrund + Elternschule Klütstraße 103 31787 Hameln Tel.: 05151/678911 E-Mail: info@geburtsraum-kugelrund.de Internet: www.geburtsraum-kugelrund.de www.hebammen-hamel-pyrmont.de	Zertifizierte Stillberatung Stillgruppe Milch-Cafe Elternschule
Schramm-Müller, Petra Fuhlenbreite 21 31789 Hameln Tel.: 05151/560995 Internet: www.soziales-hamel-pyrmont.de	Stillberatung Beikostberatung (Allergieprophylaxe)
... von Anfang an – Hebammenteam am Posthof Lehmann-Merz, Nicole Willumeit, Beate Am Posthof 1 (in Gemeinschaftspraxis Dr. Zeddies/ Dr. Winkelmann) 31785 Hameln Tel.: 05151/925500 E-Mail: b.willumeit@web.de E-Mail: lehmann-nicole@web.de Internet: www.hamel-habamme.de	Stillberatung Beikost
Wilkop-Piepensneider Vogelbeerweg 33 31787 Hameln Tel.: 05151/17826 Internet: www.hebammen-hamel-pyrmont.de	Stillberatung
Zimmermann, Jane Tel.: 0179/9125912 E-Mail: jane.zimmermann@t-online.de	Stillberatung
Zwergen Power Wehrberger Straße 59 31787 Hameln Tel: 0171/3432644 und bzgl. Kursanfragen siehe Teammitglieder auf der Internetseite E-Mail: siehe ebenfalls Internetseite Internet: www.zwergenpower-hebamme.de	Beikostkurse
Hessisch Oldendorf	
Familienpraxis miteinander Becker, Anja Gerdes, Petra Schrader, Petra Henningstraße 33 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/979063 oder 0157/34332912 E-Mail: miteinander@online.de Internet: www.familienpraxis-miteinander.de	Beikostkurse



Stillberatung und Stillgruppen	
Kontakt	
Kowalski, Gabriela Jägerweg 2 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05158/98896 E-Mail: gabi-k59@web.de Internet: www.familienbande24.de/nachwuchs/hebammen/ort/Hameln#1	Stillberatung Beikost
Salzhemmendorf	
GfG-Geburtsvor- und Familienbegleiterin Lahmann, Damaris Kleiner Lahweg 8 31020 Salzhemmendorf Tel.: 05153/964244 od. 01573/3979466 E-Mail: damaris.lahmann@freenet.de Internet: www.hebammen-hameln-pyrmont.de/hebammen.html	AFS-Stillberaterin
Speth, Heike Vogelsang 21 31020 Salzhemmendorf-Lauenstein Tel.: 0171/5712247 E-Mail: linserstr@gmx.de Internet: www.soziales-hameln-pyrmont.de	Still- und Beikostberatung



Rückbildung

Nach der Geburt ist der Bauch nicht unbedingt gleich wieder so flach wie vorher. Das liegt daran, dass sich die Bauch- und Beckenbodenmuskeln während der Schwangerschaft und Geburt besonders stark dehnen.

Dagegen hilft die sogenannte Rückbildung. Das sind gymnastische Übungen. Mit dieser Rückbildungsgymnastik kann der Beckenboden gestärkt und die Bauchmuskeln gestrafft werden. Anleitungen und Kurse gibt es bei den Hebammen. Krankenkassen übernehmen die Kosten für bis zu zehn

Unterrichtsstunden Rückbildungsgymnastik, wenn der Kurs bis zum Ende des neunten Monats des Kindes nach der Geburt abgeschlossen ist.

Empfohlener Beginn von Rückbildungsgymnastik: ca. 6-8 Wochen nach der Geburt.

In der Tabelle im Kapitel „Hebammen“ auf den Seiten 13 können Sie nachlesen, welche Hebammen Rückbildungsübungen anbieten.





Schreibabys

Schreien ist eine Form der Verständigung. Babys zeigen mit dem Schreien an, dass sie müde sind, Hunger, nasse Windeln oder Schmerzen haben.

Wenn das Schreien weitergeht, obwohl alle Ursachen beseitigt sind, wird es zur Belastung. Möglicherweise spüren Sie, wie Sie die Geduld verlieren. Unsicherheit und Stress können auftreten. Das geht Vielen so. Doch eines muss unbedingt vermieden werden: Schütteln, denn:

Schütteln ist für Ihr Baby lebensgefährlich!

Zunächst ist gut zu wissen: Schreien ist kein Zeichen für Ablehnung! Im Gegenteil: Das Kind braucht jetzt ganz besonders Ihre Zuneigung. Bitte lassen Sie ihren Säugling daher nicht alleine. Geben Sie Ihrem Kind Körperkontakt. Dadurch bekommt es das Gefühl von Geborgenheit.

Wenn Ihr Kind sehr viel schreit, ist es vielleicht ein sogenanntes „Schreibaby“. Woran erkennt man Schreibabys?

In den ersten zwei Wochen nach der Geburt fangen Schreibabys an, über einen längeren Zeitraum unruhig zu werden. Dann beginnen sie ausdauernder zu schreien. Dies steigert sich bis zur sechsten Lebenswoche. Meistens fängt das intensive Schreien abends oder nachts an.

Um einschätzen zu können, ob Ihr Baby ein Schreibaby ist, können Sie sich an der sogenannten „3er Regel“ orientieren: Ihr Baby schreit mindestens an 3 Tagen pro Woche über 3 Stunden täglich. Dieses Verhalten hält länger als 3 Wochen an.

In der Liste finden Sie, wer Ihnen zum Thema „Schreibaby“ zur Seite steht.

Schreibabys	
Kontakt	
Emmerthal	
Hand in Hand Hebammenpraxis Lehwald, Simone – IBCLC, Hebamme, Still- und Laktationsberaterin, Therapeutin für Marte Meo Esther Schünemann Auf dem Klink 12 31860 Emmerthal Tel.: 05157/959369, 0160/94155045 (Lehwald), 0176/23886351 (Schünemann) E-Mail: info@handinhand-emmerthal.de und s.lehwald@handinhand-emmerthal.de Internet: www.handinhand-emmerthal.de	
Hameln	
Sana Klinikum Hameln-Pyrmont Kinderklinik Hameln Saint-Maur-Platz 1 31785 Hameln Tel.: 05151/97-2201 Fax: 05151/97-2125 E-Mail: info@sana-hm.de Internet: www.sana-hm.de	Stationäre Abklärung möglicher körperlicher Ursachen

Wohnungswechsel – Einzug in die „WG“

Schreibabys	
Kontakt	
Hebammenpraxis Kugelrund Schulstraße 6 31867 Pohle Telefon 05043/5761 und 0175/6755557 E-Mail: wolff-pohle@t-online.de Internet: www.geburtsraum-kugelrund.de / www.hebammen-hamel-pyrmont.de	
Hessisch Oldendorf	
Familienpraxis miteinander Henningstraße 33 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 0157/34332912 E-Mail: miteinander@online.de Internet: www.familienpraxis-miteinander.de	Schreiambulanz
Salzhemmendorf	
Lahmann, Damaris Kleiner Lahweg 8 31020 Salzhemmendorf Tel.: 05153/9642244 oder 0157/33979466 E-Mail: damaris.lahmann@freenet.de Internet: www.hebammen-hamel-pyrmont.de	Unterstützung nach schwierigen Geburten und bei unruhigen Babys

Außerhalb des Landkreises können Sie sich an folgende Einrichtungen wenden:

Hannover	
Eltern-, Säuglings- und Kleinkindambulanz im Winnicott- Institut Hannover Geibelstraße 104 30173 Hannover Tel.: 0511/800497-0 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.winnicott-institut.de	





(Leih-) Großeltern und GemeinsamSTARK-Patenprojekt

„Zeit für Kinder“ verbindet Generationen. Das Projekt ermöglicht Kindern mit Leih-Großeltern aufzuwachsen. Für die Erwachsenen wiederum ist es eine Gelegenheit, als „(Leih-) Großeltern“ ihre Lebenserfahrung weiterzugeben.

Mitmachen können rüstige Damen und Herren ab 50 Jahren. Sie werden an Familien und Alleinerziehende, die sich eine inhaltliche Unterstützung bei der Betreuung ihrer Kinder wünschen, vermittelt.

Die Freiwilligen Agentur Hameln-Pyrmont organisiert ein Kennenlernen. Die Agentur begleitet auch beide Seiten durch Gespräche. Mit den aktiven (Leih-) Großeltern finden regelmäßig Treffen statt. Erfahrungen mit den Kindern und Familien können ausgetauscht werden.

Beim GemeinsamSTARK-Projekt vom DRK gibt es Familienzuwachs ebenfalls auf diese besondere Art. Auch hier werden Patinnen und Paten gesucht, die mit Kindern bis zu zehn Jahren ihre Zeit verbringen

möchten. Das DRK bringt die Patinnen und Paten in Kontakt zu den Familien. Für ein paar Stunden kümmern sich dann die Patinnen und Paten um die Kinder. So lernen Jung und Alt voneinander. Und es entlastet den Familienalltag.

Das DRK betreut beide Seiten und organisiert gemeinsame Aktionen. Oft entstehen auf diesen Treffen weitere Ideen für gemeinsame Unternehmungen.

Die Tätigkeit als Leih-Oma oder Leih-Opa ist ehrenamtlich. Diese Betreuungsform ist aber mehr als Babysitting, denn sie ist auf einen langen Zeitraum angelegt. Wenn Sie einen Babysitter suchen, dann folgen Sie dem Löwen auf Seite 69 zum Kapitel „Babysitting“.

Wenn Sie mitmachen möchten, um Brücken über Generationen hinweg zu anderen Familien zu bauen, dann können Sie hier anfragen:

(Leih-) Großeltern und GemeinsamSTARK-Patenprojekt	
Kontakt	
Hameln	
DRK-Kreisverband Weserbergland e.V. Kaiserstraße 34 31785 Hameln Tel.: 0151/40804825 E-Mail: r.leunig@drk-weserbergland.de Internet: www.drk-weserbergland.de	GemeinsamSTARK
Freiwilligen Agentur des Paritätischen Hameln-Pyrmont Osterstraße 46 (im FiZ – Familie im Zentrum) 31785 Hameln Tel.: 05151/ 576127 Fax: 05151/ 59977 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.freiwilligenagentur-hameln.de	„Zeit für Kinder“-Projekt

Wohnungswechsel – Einzug in die „WG“

Wellcome

Wenn Sie mit Ihrem Kind zu Hause angekommen sind, kann es manchmal turbulent und stressig zugehen. Gut, wenn Familie oder Freunde in der ersten Zeit unterstützen können.

Wer keine Hilfe hat, bekommt sie von wellcome.

Wie ein guter Engel kommt die ehrenamtliche wellcome-Mitarbeiterin der Familie zu Hilfe.

- Sie wacht über den Schlaf des Babys, während sich die Mutter erholt.
- Sie kümmert sich um das Geschwisterkind
- Sie begleitet die Zwillingsmutter zum Kinderarzt
- Sie unterstützt ganz praktisch und hört zu

Die Unterstützung durch wellcome findet zeitlich begrenzt etwa zweimal pro Woche für jeweils zwei bis drei Stunden im ersten Lebensjahr des Kindes

statt. Für die Vermittlung einer Ehrenamtlichen wird eine einmalige Gebühr von maximal 10 € berechnet. Und für die anschließende Betreuung bis zu 5 € pro Stunde. Damit werden die Fahrtkosten der Ehrenamtlichen finanziert. Doch am Geld darf die Hilfe nicht scheitern! Eine Ermäpigung erfolgt gerne individuell.

Wellcome wird in Hameln und nach Absprache auch in Teilen des Landkreises angeboten.

Nähere Informationen finden Sie unter: diakonie.kirche-hamelin-pyrmont.de/startseite/kirchenkreissozialarbeit/unsere-angebote/

Auf dieser Seite können Sie sich allgemein über das Programm informieren: www.wellcome-online.de

Wellcome	
Kontakt	
Hameln	
Diakonisches Werk im Kirchenkreis Hameln-Pyrmont Kirchenkreissozialarbeit Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924577 Fax: 05151/424579 E-Mail: hameln@wellcome-online.de und sozialberatung@beratungsstellen-hamelin.de Internet: www.wellcome-online.de	Wellcome

Babysitting

Ihr Kind ist in Ihre WG eingezogen. Alleine kann es in der Wohnung nicht bleiben. Ohne Kind aus dem Haus gehen wird daher ab jetzt schwieriger. Manchmal wollen oder müssen Sie aber ohne Ihr Kind einen Termin wahrnehmen. Oftmals helfen in solchen Momenten Oma oder Opa, Freunde oder Nachbarn. Aber was tun, wenn keiner Zeit hat? – Ein Babysitter kann dann die Lösung sein.

Beim AWO Kreisverband können Sie nach einem Babysitter fragen. Dort werden ausgebildete Babysitter vermittelt. Die Babysitter sind mindestens 16 Jahre alt und auf ihre Eignung geprüft.

Die Aufnahmegebühr für die erste Vermittlung kostet einmalig 10 €. Für die Vermittlung müssen Sie einen Fragebogen ausfüllen. Diesen können Sie

unter www.awo-hameln.de herunterladen. Der Lohn für eine Stunde Babysitting ist Verhandlungssache. Er liegt meistens zwischen 5 € - 8 €.

Wenn Sie selber Babysitten möchten, können Sie ebenfalls die AWO ansprechen.

Die Volkshochschule Hameln-Pyrmont bietet außerdem Ausbildungskurse zum Babysitter an. Sie können unter www.vhs-hameln-pyrmont.de nachsehen oder per Tel.: 05151/9482-0 anfragen.

Die Familien- und Kinderservicebüros unterstützen Sie auch bei der Suche nach Babysittern. Um die Adressen der Servicebüros zu finden, folgen Sie der Spur des Löwen bis zum Kapitel „Familien- und Kinderservicebüros“ auf Seite 96.

Babysitting

Kontakt

Hameln

AWO Kreisverband Hameln-Pyrmont e.V.

Heiliggeiststraße 2
31785 Hameln
Tel.: 05151/941560
Fax: 05151/941561
E-Mail: info@awo-hameln.de
Internet: www.awo-hameln.de

Babysitter-Service
Vermittlung und Ausbildung

Volkshochschule Hameln- Pyrmont

Sedanstraße 11
31785 Hameln
Tel.: 05151/94820
Fax : 05151/948231
E-Mail : info@vhs-hameln-pyrmont.de
Internet: www.vhs-hameln-pyrmont.de

Ausbildung zum Babysitter



Vermittlung von Notmüttern bei Krankheit

Es geht Ihnen nicht gut. Sie sind krank. Papa oder die oder der Lebensgefährte sind bei der Arbeit. Oder Sie sind alleinerziehend. Kurzum: Sie können Ihr Kind nicht ausreichend versorgen. Dann finden Sie beim Mütterzentrum Hameln e.V. Hilfe.

Beim Mütterzentrum können Sie nach den sogenannten „Notmüttern“ fragen. Dort können Sie den Zeitraum absprechen, wann die Notmutter zu Ihnen kommen soll. Die Notmütter kommen auch am Abend oder in der Nacht.

Bei bescheinigter Krankheit übernehmen in der Regel die Krankenkassen die Kosten für die Notmütter. Es ist jedoch ratsam, vorher bei Ihrer Krankenkasse nachzufragen.

Wenn Sie keine Bescheinigung für eine Krankheit haben oder anderweitig in Not sind, können Sie trotzdem nach einer Notmutter fragen. Meistens müssen Sie die Kosten dann aber selber tragen. Fragen dennoch bei Ihrer Krankenkasse nach, ob eine Kostenübernahme in Ihrem Fall möglich ist.

Falls Sie selber als Notmutter anderen Eltern helfen

möchten, können Sie sich gleichfalls beim Mütterzentrum melden. Dort freut man sich über Ihre Unterstützung.

Das Jugendamt bietet außerdem kurzzeitige Betreuung Ihres Kindes bzw. Ihrer Kinder an, wenn Sie als Sorgeberechtigte/r ins Krankenhaus oder zur Kur fahren müssen (Kurzzeitpflege).

Darüber hinaus gibt es die sogenannte Bereitschaftspflege. Die Bereitschaftspflege ist eine vorübergehende Unterbringung Ihres Kindes bzw. Ihrer Kinder für einen Zeitraum von maximal 6 Monaten. Sprechen Sie das Jugendamt an, wenn Sie sich in einer länger anhaltenden gesundheitlichen oder auch persönlichen Krisensituation befinden. Das Jugendamt unterstützt sie gerne und vermittelt Hilfe in solch einer besonderen Situation.

Das Jugendamt freut sich genauso wie das Mütterzentrum, wenn Sie selbst Interesse haben, anderen Familien in Krisensituationen beizustehen. Der Pflegekinderdienst bietet regelmäßig entsprechende Qualifizierungskurse an.

Vermittlung von Notmüttern bei Krankheit

Kontakt

Hameln

Landkreis Hameln-Pyrmont

Pflegekinderdienst
Süntelstraße 9
31785 Hameln
Tel.: 05151/903-3413
E-Mail: s. Internetseite
Internet: www.hameln-pyrmont.de

Vermittlung von Kurzzeit- und Bereitschaftspflege

Mütterzentrum Hameln e.V. Mehrgenerationenhaus

Meißelstraße 12-16
31787 Hameln
Tel.: 05151/958106
Fax: 05151/405853
E-Mail: info@muetter-zentrum-hamel.de
Internet: www.muetter-zentrum-hamel.de

Notmütter
Bei Krankheit Übernahme der Kosten in der Regel von den Krankenkassen.

Gesetzliche Regelungen und Anträge

Schwangere haben Ansprüche auf besondere Unterstützungsleistungen. Sie können z.B. 6 Wochen vor dem Geburtstermin von der Arbeit befreit werden. Wenn das Kind dann zur Welt gekommen ist, braucht es einen Namen und muss damit beim Einwohnermeldeamt angemeldet werden. Außerdem braucht das Kind Windeln und Kleidung. Ab einem gewissen Zeitpunkt braucht es auch Beikost und Brei und so weiter. Dadurch steigen die monat-

lichen Kosten. Und wer durch die Kinderbetreuung eine Zeit lang zu Hause bleibt, hat obendrein noch Verdiensteinbußen.

Wie Sie das gut auffangen können und für was Sie wo Anträge stellen müssen, können Sie auf den nächsten Seiten herausfinden. Folgen Sie einfach wieder dem Löwen querbeet. Er zeigt Ihnen, wie Sie den finanziellen Weg ebnen können.



Namensgebung

Wie soll das Kind eigentlich heißen? Soll es:

- einen oder zwei Vornamen haben oder ganz viele
- sollen die Vornamen mit oder ohne Bindestrich geschrieben werden
- den Nachnamen von der Mutter oder der bzw. dem Angetrauten bekommen
- einen Doppel-Nachnamen erhalten
- genauso heißen wie ein Familienmitglied oder eine Freundin, bzw. ein Freund
- einen modernen oder klassischen Namen bekommen oder außergewöhnlich benannt werden
- einen charakteristischen Namen bekommen?

Grundsätzlich steht den sorgeberechtigten Eltern teilen das Recht zu, dem Kind den Vornamen zu erteilen. Hat nur ein Elternteil das elterliche Sorgerecht, bestimmt dieser über den Vornamen des Kindes.

Zu bedenken ist: Es muss eindeutig sein, dass es sich um einen Vornamen handelt!

Bezeichnungen wie zum Beispiel „Störenfried“ sind nicht erlaubt, da das Kind damit als negativ bezeichnet wird. Es könnte verspottet oder ausgelacht werden. Das widerspricht dem Wohl des Kindes.

Die Wahl des Namens sollte also gut überlegt werden, denn er bleibt meist ein ganzes Leben. Eine Änderung ist nur in Ausnahmefällen möglich.

Glücklicherweise gibt es im Buchhandel oder im Internet viele Übersichten über Vornamen, deren Bedeutung, Herkunft und Beliebtheit. Sie müssen sich spätestens bei der Anmeldung Ihres Kindes beim Einwohnermeldeamt Ihrer Stadt oder Gemeinde für einen Namen entschieden haben.

Wo Sie die Einwohnermeldeämter im Landkreis Hameln-Pyrmont finden, können Sie gleich im nächsten Kapitel erfahren.





Anmeldung bei der Gemeinde

Innerhalb einer Woche nach der Geburt muss dem Einwohnermeldeamt, bzw. dem Standesamt - die Geburt des Kindes mitgeteilt werden. Bis dahin macht es Sinn, sich für einen Namen entschieden zu haben. Dort erhalten Sie dann auch die Geburtsurkunde für Ihr Kind.

Von verheirateten Eltern sind mitzubringen:

- Personalausweis
- Heiratsurkunde oder beglaubigte Abschrift aus dem Familienbuch
- Geburtsbescheinigung Ihres Kindes von der Klinik

Von nicht verheirateten Eltern sind mitzubringen:

- Personalausweis
- Geburtsurkunde der Mutter

- Vaterschaftsanerkennung, falls schon vorhanden (s. dazu auch Kapitel „Vaterschaftsanerkennung“, S. 35)

Sollte sich eine Änderung auf der Lohnsteuerkarte von Ihnen oder des Partners ergeben, können Sie diese ebenfalls gleich mitbringen.

- Lohnsteuerkarte

Gut zu wissen:

Wenn das Kind in den Reisepass eingetragen werden soll, müssen Nichtverheiratete zusätzlich eine Sorgerechtsbescheinigung vorlegen.

Viele Geburtskliniken unterstützen bei den Anmeldungen. Sie informieren oder haben sogar Anträge vorliegen.

Anmeldung bei der Gemeinde

Kontakt

Flecken Aerzen Standesamt

Kirchplatz 2
31855 Aerzen
Tel.: 05154/988-41
Fax: 05154/2016
E-Mail: rathaus@Aerzen.de
Internet: www.aerzen.de

Mo – Fr 08.00 – 12.00 Uhr
Mo 13.30 – 16.00 Uhr
Do 13.30 – 17.00 Uhr

Stadtverwaltung Bad Münster am Deister Standesamt

Steinhof 1
Tel.: 05042/943-147/148
Fax: 05042/943-150
E-Mail: stadt@stadt-muender.de
Internet: www.bad-muender.de

Mo-Fr 08.00 – 12.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung unter 05042/943-148

Stadt Bad Pyrmont Standesamt

Rathausstraße 1
31812 Bad Pyrmont
Tel.: 05281/949-134
Fax: 05281/949-234
E-Mail: standesamt@stadt-pyrmont.de
Internet: www.bad-pyrmont.de

Mo – Fr 08.00 – 12.30 Uhr
Fr 14.00 – 16:30 Uhr

Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist

Anmeldung bei der Gemeinde	
Kontakt	
Flecken Coppenbrügge Standesamt Schloßstraße 14 31863 Coppenbrügge Tel.: 05156/7819-24 Fax: 05156/7819-40 E-Mail: flecken@coppenbruegge.de oder leweke@coppenbruegge.de Internet: www.coppenbruegge.de	Mo 08.30 – 12.00 und 14.00 – 16.00 Uhr Di und Mi 08.30 – 12.00 Uhr Do 08.00 – 12.30 und 15.00 – 18.00 Uhr Fr 08.30 – 12.00 Uhr
Gemeinde Emmerthal Einwohnermeldeamt/Standesamt Berliner Straße 15 31860 Emmerthal Tel.: 05155/69-0 /127 E-Mail: standesamt@emmerthal.de und rathaus@emmerthal.de Internet: www.emmerthal.de	Mo – Fr 08.30 – 12.00 Uhr Mo 14.30 – 17.30 Uhr
Stadt Hameln Standesamt Rathausplatz 1 31785 Hameln Tel.: 05151/202-1433 Fax: 04141/202-1369 E-Mail: rathaus@hameln.de über Kontaktformular Internet: www.hameln.de	Mo und Di 08.30 – 15.00 Uhr Mi 08.30 – 13.00 Uhr Do 08.30 – 17.00 Uhr Freitags geschlossen, nur Eheschließungen
Stadt Hessisch Oldendorf Standesamt Marktplatz 13 31840 Hess. Oldendorf Tel.: 05152/782-119 u. 121 Fax: 05152/782-210 E-Mail: s.Internetseite Internet: www.hessisch-oldendorf.de	Mo, Di, Mi und Fr 08.30 – 12.30 Uhr Do 08.30 – 18.00 Uhr und nach Terminvereinbarung
Flecken Salzhemmendorf Standesamt Hauptstraße 2 31020 Salzhemmendorf Tel.: 05153/808-114 Fax: 05153/808-210 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.salzhemmendorf.de	Bürgerbüro: Mo und Do 7.00 – 18.00 Uhr Di, Mi und Fr 9.00 – 12.30 Uhr



Acht kreisangehörige Städte und Gemeinden

Die Städte und Gemeinden stehen für Schwangeren und werdende Eltern als Ansprechpartner ebenfalls bereit. Auf den Homepages gibt es viele Informationen, die über den Verwaltungsbereich hinausgehen. Unter Schlagworten wie „Bürgerservice“, „Familie“, „Tourismus“ oder Bildung“ kann gut gestöbert werden. Informationen zu Feriengästen, Freizeitangeboten, Spielplätzen sind dort neben vielem anderen zu finden.

In jeder Gemeinde gibt es auch Familien- und Kinderservicebüros. Diese Büros informieren ebenfalls über aktuelle Angebote und Freizeitgestaltungsmöglichkeiten. Wo diese Büros zu finden sind, können Sie auf Seite 96 nachlesen.

Hier nun finden Sie wieder die Adressen der Rathäuser und die Internetseiten der Städte und Gemeinden.

Acht kreisangehörige Städte und Gemeinden

Kontakt

Flecken Aerzen

Kirchplatz 2
31855 Aerzen
Tel.: 05154/988-0
Fax: 05154/2016
E-Mail: rathaus@aerzen.de
Internet: www.aerzen.de

Stadtverwaltung Bad Münder am Deister

Steinhof 1
31848 Bad Münder
Tel.: 05042/943-0
Fax: 05042/943-153
E-Mail: stadt@bad-muender.de
Internet: www.bad-muender.de

Stadt Bad Pyrmont

Rathausplatz 1
31812 Bad Pyrmont
Tel.: 05281/949-0
Fax: 05281/10772
E-Mail: rathaus@stadt-pyrmont.de
Internet: www.stadt-badpyrmont.de

Flecken Coppenbrügge

Schloßstraße 2
31863 Coppenbrügge
Tel.: 05156/7819-0
Fax: 05156/7819-40
E-Mail: flecken@coppenbruegge.de
Internet: www.coppenbruegge.de

Gemeinde Emmerthal

Berliner Straße 15
31860 Emmerthal
Tel.: 05155/69-0
Fax: 05155/69-199
E-Mail: rathaus@emmerthal.de
Internet: www.emmerthal.de

Stadt Hameln

Rathausplatz 1
31785 Hameln
Tel.: 05151/202-0
Fax: 04141/202-1369
E-Mail: rathaus@hameln.de
Internet: www.hameln.de

Stadt Hessisch Oldendorf

Marktplatz 13
31840 Hess. Oldendorf
Tel.: 05152/782-0
Fax: 05152/782-172
E-Mail: systemho@stadt-hessisch-oldendorf.de
Internet: www.hessisch-oldendorf.de

Flecken Salzhemmendorf

Hauptstraße 2
31020 Salzhemmendorf
Tel.: 05153/808-0
Fax: 05153/808-22
E-Mail: info@salzhemmendorf.de
Internet: www.salzhemmendorf.de

Mutterschutz

Sechs Wochen vor und acht Wochen nach der Geburt eines Kindes sollen Mütter laut dem Mutterschutzgesetz (MuSchuG) nicht arbeiten. Bei Mehrlingsgeburten hat die Mutter sogar Anspruch auf zwölf Wochen Mutterschutz. Bei Frühgeburten verlängert sich die nachgeburtliche Schutzfrist um die verkürzte Zeit vor der Geburt.

Zur finanziellen Absicherung erhält die Mutter Mutterschaftsgeld. Um das Geld zu bekommen, muss die Mutter pflichtversichertes Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse mit Anspruch auf Zahlung von Krankengeld sein. Die Höhe des Mutterschaftsgeldes bemisst sich an dem vorherigen durchschnittlichen Nettoarbeitsentgelt, maximal begrenzt auf 13 Euro pro Tag. Die Krankenkasse

zahlt also höchstens 390 Euro pro Monat. Die Differenz zum vorherigen Nettoarbeitslohn muss der Arbeitgeber zahlen. Für Privatversicherte, Minijobberinnen und Beamtinnen gelten besondere Bedingungen.

Um das Geld bei Ihrer Krankenkasse beantragen zu können, brauchen Sie eine Bescheinigung mit dem Geburtstermin von Ihrer Gynäkologin oder Ihrem Gynäkologen. Diese müssen Sie sowohl der Krankenkasse als auch Ihrem Arbeitgeber vorlegen.

Wenn Sie mehr über die Bestimmungen zum Mutterschutz erfahren möchten, können Sie unter folgendem Link nachsehen: www.bmfsfj.de





Elternzeit für Mütter und Väter

Die staatliche Einrichtung von Elternzeit ermöglicht die Vereinbarkeit von Familie und Beruf. So können Sie sich als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer Zeit für ihr Neugeborenes nehmen. Das geht bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres des Kindes. Ihren Arbeitsplatz müssen Sie dazu nicht aufgeben.

Bis zu zwölf Monate Elternzeit können auch zwischen dem dritten und achten Lebensjahr des Kindes genommen werden. Der Arbeitgeber muss dem jedoch zustimmen.

Befristete Verträge verlängern sich durch die Elternzeit jedoch nicht. Die Elternzeit muss dem Arbeitgeber schriftlich mitgeteilt werden.

Anspruch auf Elternzeit haben ebenfalls Personen, die ein Kind in Vollzeitpflege oder Adoption aufgenommen haben. Auch wenn man ein Kind eines

nahen Verwandten betreut, kann man unter gewissen Umständen Elternzeit bekommen.

Väter, deren Vaterschaft noch nicht wirksam anerkannt ist, angeheiratete Ehepartnerinnen und –partner oder eingetragene Lebenspartnerinnen und –partner können mit Zustimmung des sorgeberechtigten Elternteils genauso Elternzeit beantragen.

Folgende Voraussetzungen müssen allerdings gegeben sein, um Elternzeit zu bekommen:

- Antragstellerinnen und Antragsteller müssen mit dem Kind im selben Haushalt leben
- das Kind muss überwiegend selbst betreut und erzogen werden
- während der Elternzeit darf nicht mehr als 30 Wochenstunden gearbeitet werden
- das Arbeitsverhältnis muss dem deutschen Ar-



Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist

beitsrecht unterliegen; der Wohnsitz muss aber nicht zwingend in Deutschland liegen.

Für Mütter gilt, dass die Mutterschutzfrist auf die mögliche dreijährige Gesamtelternzeit angerechnet wird. Für Väter beginnt die Elternzeit ab der Geburt.

Wenn Ihnen während der Elternzeit Lohn entfällt, können Sie durch Antrag auf Elterngeld das Defizit einige Monate lang zu einem Teil ausgleichen. Eltern, die vor der Geburt gering verdient haben, können auch bis zu 100 Prozent erhalten. Wenn Sie der Fährte des Löwen gleich bis zum nächsten Kapitel „BasisElterngeld, ElterngeldPlus und Partnerschaftsbonus“ auf Seite 79 folgen, können Sie dort weitere Details erfahren.

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend hat die Broschüre „Elterngeld und Elternzeit. Das Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz“ herausgegeben. Diese Broschüre informiert ausführlich über die Regelungen zur Elternzeit. Sie finden sie im Internet unter: www.bmfsfj.de

Die App „Erste Schritte – unser Baby“ informiert ebenfalls über das Elterngeld. Die Bedeutung, Höhe und Voraussetzungen des Elterngeldes werden in dieser App näher erläutert.

Über die Elternzeit können Sie sich aber auch in der Kreisverwaltung Hameln-Pyrmont oder bei der Stadt Bad Pyrmont erkundigen. Dort können Sie das Elterngeld zugleich beantragen.

Elternzeit

Kontakt

Für alle kreisangehörigen Städte und Gemeinden außer Bad Pyrmont

Landkreis Hameln-Pyrmont

Süntelstraße 9
31785 Hameln
Tel.: 05151/903-3115, -3104 und -3106
Fax: 05151/903-63115, -63104 und -63106
E-Mail: s. Internetseite
Internet: www.hameln-pyrmont.de

Informationen über Elternzeit
Antrag auf Elterngeld
Elterngeld

Bad Pyrmont

Stadt Bad Pyrmont

Rathausstraße 1
31812 Bad Pyrmont
Tel.: 05281/949-0
Fax: 05281/10772
E-Mail: rathaus@stadt-pyrmont.de
Internet: www.stadt-badpyrmont.de

Informationen über Elternzeit
Antrag auf Elterngeld



BasisElterngeld, ElterngeldPlus und Partnerschaftsbonus

Sie möchten nach der Geburt Ihres Kindes ihre berufliche Tätigkeit unterbrechen oder reduzieren und ihr Kind betreuen – dann können Sie in Elternzeit gehen. Das wurde im vorherigen Kapitel bereits beschrieben. Fehlendes Einkommen kann dann ausgeglichen werden. Dazu können Sie je nach persönlicher Situation Elterngeld, ElterngeldPlus oder einen Partnerschaftsbonus beantragen. Mischen geht auch.

Tipp: Von daher ist es ratsam, sich schon vor der Geburt darüber zu informieren.

Ein Hinweis außerdem vorab: In Monaten mit Mutterschaftsgeldleistungen kann nur BasisElterngeld und kein ElterngeldPlus bezogen werden.

BasisElterngeld

Das BasisElterngeld ersetzt nach der Geburt eines Kindes anteilig das wegfallende Erwerbseinkommen. Es ist abhängig vom Voreinkommen und liegt zwischen 65% bis 100 %. Der Betrag liegt bei mindestens 300 € und höchstens 1.800 €.

Und das ist interessant: Auch Elternteile ohne Erwerbseinkommen haben einen Anspruch auf den Mindestbetrag in Höhe von 300 €.

Bis zu 14 Monate können Eltern Elterngeld bekommen, wenn sich beide Elternteile an der Betreuung beteiligen und dadurch Einkommen wegfällt. Ein Elternteil kann maximal zwölf Monate die Betreuung übernehmen. Mindestens zwei Monate muss dann das andere Elternteil das Kind betreuen. Bis auf diese Einschränkung können Sie die Monate sonst ganz nach Bedarf aufteilen.

Getrenntlebende Elternteile und Alleinerziehende können ebenfalls die vollen 14 Lebensmonate das BasisElterngeld beziehen, wenn sie die gesetzlichen

Voraussetzungen erfüllen.

Für die Auszahlung des BasisElterngeldes ist eine Teilzeitbeschäftigung bis zu 30 Wochenstunden erlaubt. Das Einkommen wird dann auf das Elterngeld angerechnet.

Das BasisElterngeld kann nur bis zum 14. Lebensmonat des Kindes in Anspruch genommen werden. Das bedeutet: Melden Sie das BasisElterngeld zügig nach der Geburt Ihres Kind an, wenn Sie die volle Zeit in Anspruch nehmen möchten.

ElterngeldPlus

Das ElterngeldPlus lohnt sich besonders für Eltern, die nach der Geburt des Kindes bald wieder bis zu 30 Wochenstunden in Teilzeit arbeiten möchten. Sie können durch das ElterngeldPlus den Anspruch auf Elterngeld zeitlich verdoppeln; sie erhalten dann allerdings pro Monat maximal die Hälfte des Betrages vom Elterngeld.

Eltern, die nicht arbeiten, können mit ElterngeldPlus ihren Elterngeldbezug ebenfalls zeitlich verdoppeln. Aber auch dann gilt: Die Höhe der Auszahlung des ElterngeldPlus beträgt maximal die Hälfte des errechneten BasisElterngeldes.

Oder um es noch einmal anders auszudrücken: ElterngeldPlus kann mit der Hälfte des errechneten Betrages vom BasisElterngeld doppelt so lange ausgezahlt werden.

Partnerschaftsbonus

Wenn Alleinerziehende oder beide Eltern gleichzeitig für 4 aufeinanderfolgende Monate zwischen 25 und 30 Wochenstunden arbeiten, erhalten sie jeweils 4 zusätzliche ElterngeldPlusMonats-Beträge.

Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist

Dabei spielt es keine Rolle, ob sie getrennt oder zusammen leben. Der Partnerschaftsbonus kann je nach persönlicher Situation sowohl in Kombination mit dem BasisElterngeld oder dem ElterngeldPlus genommen werden.

Hier noch einmal eine Faustregel bei entsprechenden Voraussetzungen:

- BasisElterngeld: Beide Eltern unterbrechen für

2 bis max. 12 Monate ihre Arbeit und beziehen Elterngeld für 14 Monate.

- ElterngeldPlus: Sie erhalten die Hälfte des errechneten BasisElterngeld-Betrages doppelt so lange.
- Partnerschaftsbonus: Sie arbeiten an 4 aufeinanderfolgenden Monaten zwischen 25 und 30 Wochenstunden

Was für Sie am besten ist, können Sie gerne mit folgenden Elterngeld-Stellen besprechen

Elternzeit	
Kontakt	
Für alle kreisangehörigen Städte und Gemeinden außer Bad Pyrmont	
Landkreis Hameln-Pyrmont Süntelstraße 9 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3115, -3104 und -3106 Fax: 05151/903-63115, -63104 und -63106 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.hameln-pyrmont.de	Elterngeld Die Zuständigkeit richtet sich nach dem Anfangsbuchstaben des Nachnamen.
Bad Pyrmont	
Stadt Bad Pyrmont Rathausstraße 1 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/949-0 Fax: 05281/10772 E-Mail: rathaus@stadt-pyrmont.de Internet: www.stadt-badpyrmont.de	Elterngeld

Auch hier gilt, wie im Kapitel davor:

Weitere Infos gibt es

- in der Broschüre vom Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend „Elterngeld, ElterngeldPlus und Elternzeit“. Das Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz“ gibt weitere Informationen
- auf der Homepage des Niedersächsischen Ministeriums für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit oder unter www.bmfsfj.de
- auf der App „Erste Schritte – unser Baby“

Zusätzliche Hinweise:

Es gibt auf der Internetseite vom Bundesministerium (www.bmfsfj.de) auch einen Elternfilm, der über das ElterngeldPlus informiert. Und Sie finden einen Link zum Familienwegweiser. Den gibt es hier aber noch einmal extra, falls Sie gleich dort schauen möchten: www.familien-wegweiser.de

Und unter www.familien-wegweiser.de/Elterngeldrechner können Sie sich ausrechnen lassen, wie viel Geld Sie erhalten werden!



Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist

Kindergeld

Das Kindergeld ist eine Steuervergütung. Das heißt: Eltern, die in Deutschland leben und Einkommensteuer bezahlen, bekommen Kindergeld.

Es wird für Kinder bis zum 18. Lebensjahr gezahlt. Es wird darüber hinaus auch für Kinder, die bis zum 25. Lebensjahr in der Ausbildung sind, gezahlt. Für arbeitslose Kinder gibt es bis zum 21. Lebensjahr Kindergeld.

Die Kinder, für die Kindergeld gezahlt wird, müssen ebenfalls in Deutschland oder in einem Mitgliedsstaat der Europäischen Union wohnen oder sich hauptsächlich hier aufhalten.

Das Kindergeld ist gestaffelt. Pro Monat erhält die

Person, in deren Obhut sich das Kind bzw. die Kinder befinden:

- 192 € für das erste und zweite Kind
- 198 € für das dritte Kind
- 223 € ab dem vierten und für jedes weitere Kind

Ab 2018 wird das Kindergeld um 2 Euro erhöht.

Leben beide Eltern mit dem Kind zusammen, bestimmen sie, wer von beiden das Geld bekommen soll.

Das Kindergeld können Sie bei der Familienkasse Hildesheim beantragen.

Elterngeld

Kontakt

Familienkasse Hildesheim

Bahnhofsallee 1
31134 Hildesheim
Tel.: 01801/546337
E-Mail: Familienkasse-Hildesheim@arbeitsagentur.de

Kindergeld
Kindergeldzuschlag

Im Internet können Sie sich informieren unter:

www.arbeitsagentur.de

www.familien-wegweiser.de



Zuschuss bei Mehrlingen

Im vorherigen Kapitel „Kindergeld“ ist schon zu sehen gewesen, dass sich das Kindergeld ab dem vierten Kind erhöht.

Bei Mehrlingsgeburten ab dem 1. Januar 2015 erhalten Eltern zusätzlich zum errechneten Elterngeld 300 €. Für das ElterngeldPlus sind es 150 € für jedes weitere Mehrlingsgeschwisterkind.

Solange ein Geschwisterkind noch unter 3 Jahren ist oder zwei Geschwister noch bis zum vollendeten sechsten Jahren da sind, können Sie bezüglich des Elterngelds nach einem **Geschwisterbonus** fragen. Sonderregeln gibt es noch für Kinder mit Behinderung und angenommene Kinder. Sprechen Sie dazu bitte die auf den Seiten 79 und 77 (Elterngeld und Elternzeit) angegebenen Beratungsstellen an.

Unterstützung gibt es auch durch das Niedersächsische Sozialministerium. Zur Geburt von Drillingen oder Vierlingen übernimmt das Ministerium eine Ehrenpatenschaft. Mit dieser Patenschaft gibt es je Mehrlingskind eine einmalige Unterstützung. Zur Geburt und zur Einschulung zahlt das Land Niedersachsen jeweils 250 € je Kind. Diese Zahlung ist unabhängig vom Einkommen des oder der Sorgeberechtigten.

Innerhalb der ersten 12 Monate nach der Geburt bzw. nach der Einschulung muss ein Antrag gestellt werden. Diesen und weitere Informationen finden Sie unter www.ms.niedersachsen.de.

Bitte richten Sie den Antrag schriftlich an das:

Zuschuss bei Mehrlingen

Kontakt

Landesamt für Soziales, Jugend und Familie

Domhof 1, 31134 Hildesheim

Tel.: 05121/304-626

Fax: 05121/304-683

E-Mail: siehe Internetseite

Internet: www.soziales.niedersachsen.de

Die Stiftung „Familie in Not“ fördert Mehrlingsfamilien, die sich in einer besonderen Situation befinden. Schauen Sie für mehr Informationen gerne zum Kapitel „Stiftung „Familie in Not“ auf Seite 86.

Wenn Sie sich gerne mit anderen Eltern austauschen würden, die ebenfalls Mehrlinge haben, sprechen Sie den Paritätischen an. Wen Sie dort ansprechen können, finden Sie im Kapitel „Selbsthilfegruppe“ auf Seite 107.

Die Mutterschutzfristen (s. Kapitel Mutterschutz auf Seite 76) regeln, dass eine werdende Mutter 6 Wochen vor der Geburt bis 8 Wochen nach der Geburt nicht arbeiten muss. Bei Mehrlings- oder Frühgeburten verlängert sich das Beschäftigungsverbot auf 12 Wochen.





Familienpflege

Familienpflege erhalten Mutter oder Vater bzw. die Erziehungsberechtigten, wenn sie durch Krankheit oder Notsituationen im Familienleben ausfallen. Anspruch darauf haben Familien, in denen mindestens ein Kind unter 12 bzw. 14 Jahren lebt oder eine Behinderung aufweist.

Vielleicht haben Sie ja die Situation, dass Sie nicht wissen, wer Ihr bereits geborenes, älteres Kind während der Entbindung des zukünftigen Geschwisterkindes betreuen soll. Dann können Sie bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt anfragen, ob eine Familienpflegekraft verordnet wird. Die Kosten werden dann von der Krankenkasse oder der Rentenversi-

cherung übernommen. Ziel ist, dass das ältere Kind oder die älteren Kinder während der besonderen Situation zu Hause in ihrem Umfeld bleiben können.

Hinweis: Frauen mit Schwangerschaftsbeschwerden ohne Kind können ebenfalls anfragen, ob in diesem Fall Familienpflege verordnet werden kann. Fragen Sie auch nach, wenn es um chronische Erkrankungen geht.

Die Rechtsgrundlage ist entweder der § 38 SGB V Abs. 1. und 2. (bis 12 Jahren) oder der § 20 SGB VIII (zw. 12-14 Jahren).



Wohngeldzuschuss

Wenn der Nachwuchs einzieht, braucht es manchmal familiengerechte Wohnverhältnisse. Eventuell muss umgebaut werden. Oder man muss in eine größere Wohnung ziehen. Wenn dann vielleicht auch noch Einkommen wegfällt, weil Sie das Kind selber betreuen möchten, oder das Einkommen zumindest knapper wird, kann es eng werden. Bis zu einer bestimmten Einkommenshöhe kann aber Wohngeld beantragt werden. Auch Eigentümerinnen und Eigentümer können Wohngeld beantragen.

Ob Sie einen Wohngeldzuschuss bekommen, hängt von folgenden Voraussetzungen ab:

- dem Gesamteinkommen des Haushalts
- der Zahl der zu berücksichtigen Haushaltsmitglieder
- der Höhe der zuschussfähigen Miete bzw. Belastung für den eigenen Wohnraum

Sie können über Rechner im Internet unverbindlich ausrechnen lassen, ob bzw. wie viel Wohngeldzu-

schuss Sie erhalten könnten. Besondere Situationen werden dabei jedoch nicht berücksichtigt.

Wenn Sie es genau wissen möchten, wenden Sie sich gerne an die Kreisverwaltung, Team Soziale Hilfen. Wer für Sie zuständig ist, können Sie im Internet (siehe Tabelle) herausfinden. Auf der Homepage finden Sie auch Formulare zum Herunterladen.

Bitte bringen Sie folgende Unterlagen mit:

- Einkommensnachweise
- Nachweise über Kapitalerträge, auch wenn diese unter den Sparerfreibetrag fallen
- als Eigentümer: Kaufvertrag, Fremdmittelbescheinigung der Banken, Grundsteuerbescheid, Grundbucheintrag, ggf. Eigenheimzulagebescheid
- Bescheinigung des Vermieters/Mietvertrag
- Schulbescheinigungen bei Kindern über 16 Jahren
- falls vorhanden: Unterhaltsverpflichtungsnachweis, Pflegegeldbescheid, Schwerbehindertenausweis

Wohngeldzuschuss

Kontakt

Landkreis Hameln-Pyrmont

Süntelstraße 9
31785 Hameln
E-Mail: s. Internetseite
Internet: www.hameln-pyrmont.de

Wohngeldzuschuss

Die Beratung richtet sich nach den Anfangsbuchstaben des Nachnamens
In den Verwaltungen von Aerzen, Bad Münder, Coppenbrügge, Emmerthal, Hess. Oldendorf und Salzhemmendorf finden regelmäßige Sprechzeiten statt. Für Einwohnerinnen und Einwohner der Städte Bad Pyrmont und Hameln sind die jeweiligen Stadtverwaltungen zuständig.



Arbeitslosengeld II (Hartz IV) und Sozialgeld

Wenn erwerbsfähige Personen arbeitslos sind und kein Einkommen oder Vermögen haben, hilft das Arbeitslosengeld II. Es sichert die Fortführung des Lebensunterhaltes. So soll ein Leben ermöglichen, das der Würde des Menschen entspricht. Das Arbeitslosengeld II wird häufig auch als „Hartz IV“ bezeichnet. Personen zwischen 15 und 65 bzw. 67 Jahren können Arbeitslosengeld II beziehen, wenn sie leistungsberechtigt sind.

Im Unterschied zum Arbeitslosengeld II gibt es Sozialgeld. Sozialgeld erhalten nichterwerbsfähige

Leistungsberechtigte, die in einer Bedarfsgemeinschaft mit erwerbsfähigen Leistungsberechtigten zusammen leben. Das Geld wird monatlich im Voraus ausgezahlt.

Wenn es trotz Arbeit oder dem Bezug von Arbeitslosengeld I finanziell sehr eng ist, können Sie unter gewissen Voraussetzungen ebenfalls Arbeitslosengeld II beziehen. Auch hier ist es das Ziel, die grundlegenden Bedarfe des Lebens decken zu können. Bei Fragen dazu können Sie sich an das JobCenter wenden.

Arbeitslosengeld II (Hartz IV) und Sozialgeld

Kontakt

JobCenter Geschäftsstelle Bad Pyrmont

Auskünfte zur Leistungsgewährung
Mühlenbergstraße 8
31812 Bad Pyrmont
Tel.: 05281/9356-83 od. – 85
Fax: 05281/9356-60

Auskünfte und Anträge zum:
Arbeitslosengeld II
Sozialgeld

JobCenter Hameln-Pyrmont

Auskünfte zur Leistungsgewährung
Süntelstraße 5
31785 Hameln
Tel.: 05151/7815-4
Fax: 05151/7815-599
E-Mail: jobcenter-hameln-pyrmont@jobcenter-ge.de
Internet: www.jobcenter-hameln-pyrmont.de

Auskünfte und Anträge zum:
Arbeitslosengeld II
Sozialgeld
Beratung in Angelegenheiten Familie und Beruf für Leistungsbezieher
Mehrbedarfe bei Schwangerschaften



Stiftung „Familie in Not“

Über diese Stiftungsgelder kann es noch einmal zusätzlich löwenstarke finanzielle Unterstützung geben.

Besonders kinderreiche Familien, Alleinerziehende und Schwangere aus Niedersachsen können sich an die Stiftung wenden, wenn sie in finanzielle Not geraten. Die Stiftung steht Ihnen bei längerer Krankheit, Arbeitslosigkeit, Trennung oder Todesfällen zur Seite.

Das Geld soll helfen, selbständig einen Weg aus der Krise zu finden. Die Stiftung gewährt dazu zweckgebundene finanzielle Zuschüsse oder zinslose Darlehen. Zum Beispiel werden manchmal Umzugskosten bezuschusst, wenn ein Wohnungswechsel die Lage entspannt. Oder es können Kinderbetreuungskosten für eine Zeit gezahlt werden, wenn eine Ausbildung beendet werden muss.

Auf der Internetseite www.ms.niedersachsen.de sind weitere Gründe aufgeführt. Dort finden Sie auch noch mehr Informationen. Einige Auskünfte stehen auch in Arabisch, Englisch und Türkisch zur Verfügung.

Die Stiftung berät darüber hinaus oder unterstützt Sie bei Gesprächen mit einer Schuldnerberatungs-

stelle. Hierzu gibt es im nächsten Kapitel auf Seite 87 weitere Informationen.

Sie können die Stiftungshilfe je nach persönlicher Situation über folgende Beratungsstellen beantragen:

- Schwangerschaftsberatung
- Schuldnerberatung
- Beratungsstellen der Freien Wohlfahrtsverbände oder Familienverbände
- Beratungsstellen der Städte, Gemeinden und des Landkreises

Danach können Sie den Antrag* an folgende Adresse senden:

Stiftung Familie in Not

Postfach 141

30001 Hannover

Telefon: 0511/106-7490

E-Mail: FamilieinNot@ms.niedersachsen.de

*um den Antrag öffnen und lesen zu können, benötigen Sie den Adobe Reader. Diesen können Sie kostenlos herunterladen unter: www.ms.niedersachsen.de





Schuldnerberatung

Bis eben war noch alles gut. Dann passieren unvorhersehbare Dinge: man wird arbeitslos, muss umziehen, erkrankt für längere Zeit, hat größere notwendige Reparaturen zu leisten, oder vieles andere kann passieren. Und plötzlich steht man vor einem Berg Schulden. In solchen Situationen gibt es löwenstarke Unterstützer: die Schuldnerberatungen.

Schuldnerberatungen suchen mit Ihnen zusammen nach einer Lösung. Die Beratungen sind kostenlos. Geld für die Entschuldung gibt es von den Beratungsstellen selber jedoch nicht. Aber Sie erfahren,

wie Sie am besten aus der Situation wieder rauskommen. Sie können dort auch nach Unterstützung für Verhandlungen fragen.

Auf den Internetseiten der aufgeführten Schuldnerberatungen können Sie sich intensiver informieren. Oder Sie lassen sich vom Landkreislöwen leiten und suchen eine der Schuldnerberatungsstellen im Landkreis Hameln-Pyrmont auf. Bitte lassen Sie sich unbedingt vorher einen Termin geben!

Fragen können Sie auch online stellen unter:
www.caritas.de

Schuldnerberatung	
Kontakt	
Bad Münster	
Diakonie Hameln / AIBM – Arbeitsloseninitiative Bad Münster Schuldnerberatung Angerstraße 2 31848 Bad Münster Telefon: 05042/503440 E-Mail: schuldnerberatung@beratungsstellen-hameln.de www.kirche-hameln-pyrmont.de	Termin nur nach Vereinbarung
AWO Kreisverband Hameln-Pyrmont e.V. Wallstraße 3 31848 Bad Münster E-Mail: info@awo-hameln.de Internet: www.awo-hameln.de	Nur nach vorheriger Terminvereinbarung Mo 09.00 - 12.00 Uhr
Bad Pyrmont	
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	Mi 15.00 – 17.30 Uhr
AWO Kreisverband Luisenstraße 10 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/1600429 E-Mail: info@awo-hameln.de Internet: www.awo-hameln.de	Nur unter vorheriger Terminvereinbarung Mi 09.00 - 12.00 und 13.00 – 16.00 Uhr

Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist

Schuldnerberatung	
Kontakt	
Hameln	
AWO Kreisverband Hameln-Pyrmont e.V. Heiliggeiststraße 2 31785 Hameln Tel.: 05151/941560 Fax: 05151/941561 E-Mail: info@awo-hameln.de Internet: www.awo-hameln.de	Nur nach vorheriger Terminvereinbarung Di 09.00 - 12.00 und 13.00 – 16.00 Uhr Do 09.00 - 12.00 und 13.00 – 18.00 Uhr
Caritasverband im Weserbergland e.V. Caritas-Haus Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 05151/23950 E-Mail: schuldnerberatung.caritashm@t-online.de Internet: www.caritashaus-hameln.de	Termine nach Vereinbarung
Schuldnerberatung der Diakonie Hameln-Pyrmont im Ev.-luth. Kirchenkreis Hameln-Pyrmont Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924578 Fax: 05151/42524 E-Mail: schuldnerberatung@beratungsstellen-hameln.de Internet: www.kirche-hameln-pyrmont.de	Termine nach Vereinbarung
Jobcenter Süntelstraße 5 31785 Hameln Tel.: 05151/78154 Fax: 05151/7815599 Internet: www.jobcenter-ge.de	Telefonische Kontaktzeiten 08.00 – 18.00 Uhr
Hessisch Oldendorf	
Schuldnerberatung der Diakonie Hessisch Oldendorf Kirchplatz 1 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/527644 Fax: 05152/527689 Internet: www.diakonie-rinteln.de	Sprechzeiten nach Terminvereinbarung



Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Sie sind schwanger oder werdender Partner. Mit der Geburt des Kindes wird ein neuer Lebensabschnitt eintreten. Ab dem Tag braucht es eine Betreuung für das Kind, wenn Sie alleine oder als Paar ohne das Kind ausgehen wollen oder müssen. Wenn Sie arbeiten, müssen Sie ebenfalls eine Betreuung sicherstellen. Vielleicht nehmen Sie Elternzeit (s. Seite 77) oder wechseln sich in der Betreuung ab. Vielleicht möchten Sie aber auch weiterhin arbeiten gehen – als Alleinerziehende oder beide Elternteile.

Unweigerlich kommen dann Fragen auf wie zum Beispiel:

Wer betreut wann das Kind?

Wie kann ich eine gute Balance zwischen Kind und Arbeit halten?

Welche Arbeitszeit- und Betreuungsmodelle gibt es?
Wo finde ich Übersichten über öffentliche Betreuungsangebote?

Welche finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?

Kann ich auch mit Kind eine Ausbildung/Fortbildung machen?

Wie kann der Wiedereinstieg nach einer Familienphase organisiert werden?

Wer kann mich beraten?

Schwanger, arbeitslos und auf Jobsuche – wer kann unterstützen?

Gibt es im Landkreis Hameln-Pyrmont eine Lebens- und Berufsplanungs-Beratung?

Zur den letzten drei Fragen gibt es gleich hier eine Antwort. Die Beratungsstellen sind nachstehend aufgelistet.

Suchen Sie während der Schwangerschaft oder nach der Entbindung einen neuen Arbeitsplatz, bieten das JobCenter und die Agentur für Arbeit Beratung und Serviceleistungen an.

Das JobCenter zeigt Ihnen verschiedene Möglichkeiten auf, wie Sie eine Erwerbstätigkeit aufnehmen oder beibehalten können, wenn Sie Leistungen nach dem SGB II beziehen.

Die Agentur für Arbeit bietet Informationen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf für diejenigen an, die Arbeitslosengeld I beziehen.

Das BIZ (Berufsinformationszentrum) Hameln in der Agentur für Arbeit informiert über:

- Ausbildung und Studium
- Berufsbilder und Anforderungen
- Weiterbildung und Umschulung
- Entwicklungen auf dem Arbeitsmarkt
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf für beide Geschlechter
- Gleichstellung der Geschlechter am Arbeitsmarkt

Das BIZ bietet auch regelmäßig Informationsveranstaltungen an. Bitte erkundigen Sie sich direkt beim BIZ.

Wenn Sie Fragen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie Chancengleichheit von Frauen und Männern haben, können Sie unter folgenden Links schauen: www.arbeitsagentur.de oder www.jobcenter-ge.de.

Der Familien-Wegweiser unter www.familienwegweiser.de beantwortet ebenfalls viele Fragen zu diesem Thema.

Die KompetenzWerkstatt Beruf berät Sie außerdem. Die Werkstatt sorgt auch dafür, dass Sie andere Schwangere oder Mütter kennen lernen, die Familie und Beruf vereinbaren wollen.

Die Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Hameln-Pyrmont unterstützt ebenfalls die beruflichen Planungen für Väter und Mütter bzw. für die Sorgeberechtigten. Die Kontaktdaten finden Sie

Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist

entweder auf der Homepage des Landkreises Hameln-Pyrmont unter www.hameln-pyrmont.de oder in der Liste.

Vielleicht denken Sie während der Schwangerschaft gleichzeitig über eine berufliche Veränderung nach. Oder Sie wollen nach der Geburt in die Selbstständigkeit wechseln. Die „Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft“ der Weserbergland AG berät besonders Schwangere, junge Mütter und

Frauen nach der Familienphase zum Wiedereinstieg in den Beruf. Sie setzt sich für die Förderung Ihrer persönlichen Fähigkeiten und Stärken sowie für familienfreundliche Strukturen am Arbeitsplatz ein. Die Koordinierungsstelle achtet dabei immer auf die Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Eventuell ist auch ein Termin in Ihrer Gemeinde möglich. Sprechen Sie die Koordinierungsstelle dazu gerne an.

Vereinbarkeit von Familie und Beruf	
Kontakt	
Bad Münster	
Arbeitsloseninitiative Bad Münster Angerstraße 2 31848 Bad Münster Tel.: 05042/503490 E-Mail: ines.rasch@evlka.de Internet: www.kirche-hameln-pyrmont.de	Allgemeine Sozialberatung Psychosoziale Beratung Vermittlung Arbeitsgelegenheiten Beschäftigungsprojekt Möbellager / Grünpflege
Bad Pyrmont	
Agentur für Arbeit Mühlenbergstraße 8 31812 Bad Pyrmont Tel.: 0800/4555500 (kostenfrei) Fax: 05281/935677 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.arbeitsagentur.de	Arbeitsplatzvermittlung Beratung Weiterbildung Zahlung von Arbeitslosengeld
Hameln	
Agentur für Arbeit Süntelstraße 6 31785 Hameln Fax: 05151/909254 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.arbeitsagentur.de	Arbeitsplatzvermittlung Beratung Weiterbildung Zahlung von Arbeitslosengeld
Berufsinformationszentrum in der Agentur für Arbeit Süntelstraße 6 31785 Hameln Tel.: 05151/909-687, -688, -689 Fax: 05151/909-286 E-Mail: Hameln.BIZ@arbeitsagentur.de Internet: www3.arbeitsagentur.de	Beratung zu: Ausbildung und Studium Berufsbildern und Anforderungen Weiterbildung und Umschulung Entwicklungen auf dem Arbeitsmarkt Bewerbungen Vereinbarkeit von Familie und Beruf für beide Geschlechter Gleichstellung der Geschlechter am Arbeitsmarkt



Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist

Vereinbarkeit von Familie und Beruf	
Kontakt	
CompetenzWerkstatt Beruf gGmbH HefeHof 24 31785 Hameln Tel.: 05151/787770 Internet: www.competenzwerkstatt-beruf.de	Beratung zum Wiedereinstieg besonders während und nach einer Familienphase Beratung bei beruflicher Neuorientierung Aufzeigen von möglichen Hilfestellungen zum Thema „Vereinbarkeit von Familie und Beruf“ -> Schaffen von persönlichen Netzwerken
JobCenter Süntelstraße 5 31785 Hameln Tel.: 05151/78154 Fax: 05151/7815599 E-Mail: jobcenter-hameln-pyrmont@jobcenter-ge.de Internet: www.jobcenter-hameln-pyrmont.de	Beratung in Angelegenheiten Familie und Beruf für Leistungsbezieher Mehrbedarfe bei Schwangerschaften Förderung der Aufnahme und Beibehaltung in eine Erwerbstätigkeit Leistungen zur Eingliederung in Arbeit Finanzielle Hilfen für den Lebensunterhalt und Wohnen Unterstützung für Bildung und Teilhabe Beratung bei Schulden
Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Weserbergland Aktiengesellschaft Klosterstr. 26 31737 Rinteln Tel.: 05751/8902136 oder 0171/3751329 E-Mail: kostelle-weserbergland@landkreis-schaumburg.de und frau-wirtschaft@weserberglandag.de Internet: www.frau-wirtschaft-weserbergland.de	Kostenlose Beratung und Weiterbildung von Frauen/ Eltern insbesondere vor, während und nach einer Familienphase Förderung von persönlichen Fähigkeiten und Stärken Individuelle und bedarfsorientierte Weiterbildungen, Workshops und Seminare Verbesserung der Chancen am Arbeitsmarkt Förderung/ Beratung bei beruflicher Neuorientierung und Weiterentwicklung Individuelle Bewerbungstrainings Förderung von Vereinbarkeit von Familie und Beruf Begleitung beim Einstieg in die Selbstständigkeit Kontakte zu Unternehmen Förderung von familienfreundlichen Strukturen am Arbeitsplatz Öffnungszeiten: Mo - Fr 9.00 – 12.30 Uhr Mo - Do 14.00 – 15.30 Uh
Landkreis Hameln- Pyrmont Gleichstellungsbeauftragte Süntelstraße 9 31785 Hameln Tel.: 05151/903-9600 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.hameln-pyrmont.de	Verwirklichung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern 

Schwangerschaft und Ausbildung

Passen Schwangerschaft und Ausbildung zusammen? Möglich ist das. Schließlich ist ein Berufsabschluss für einen guten Start ins Berufsleben wichtig. Dadurch können später die Lebenshaltungskosten getragen werden. Aus diesem Grunde erhalten Schwangere extra löwenstarke Unterstützungsangebote.

Das Mutterschutzgesetz (MuSchG) hat besondere Regelungen für werdende Mütter. Zu den Arbeitsaussetzeiten haben wir bereits im Kapitel „Mutterschutz“ auf Seite 76 berichtet. Außerdem haben Schwangere einen besonderen Kündigungsschutz. Einer werdenden Mutter darf während der Schwangerschaft bis vier Monate nach der Entbindung nicht gekündigt werden. Auch nicht in der Probezeit.

Das Mutterschutzgesetz regelt ebenso den besonderen Arbeits- und Gesundheitsschutz für Schwangere. Es sind Höchstarbeitszeiten festgelegt. Das Heben schwerer Lasten ist anzupassen oder ganz zu vermeiden. Auch der Umgang mit Gefahrstoffen muss je nach dem eingeschränkt oder ausgesetzt werden. Manchmal kann ein Arzt auch ein Beschäftigungsverbot verordnen.

Gut zu wissen: die Ausbildungsvergütung darf trotz

Einschränkungen oder Beschäftigungsverbot nicht gekürzt werden (§ 11 MuSchG).

Nacharbeit oder Arbeit an Sonn- und Feiertagen sind für Schwangere ebenfalls verboten. Auch Ruhemöglichkeiten müssen vorhanden sein.

Über die Regelungen zum Elterngeld gibt es auch für Auszubildende finanzielle Unterstützung. Die Ausbildung kann also weiterlaufen. Bei der Berechnung für den Zahlungsbetrag kommt es bei der Ausbildung nicht auf die Anzahl der Wochenstunden an. Wenn Sie mehr drüber erfahren möchten, springen Sie zurück zum Kapitel BasisElterngeld, ElterngeldPlus und Partnerschafts-Bonus auf Seite 79.

Wer vor der Situation „Schwangerschaft und Ausbildung“ steht, kann sich an das Berufsinformationszentrum (BIZ) wenden. Auch bei der Agentur für Arbeit Hameln gibt es Beratung, welche Unterstützung es gibt. Die Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft und die KompetenzWerkstatt beraten ebenfalls, wie Sie Familie und Ausbildung vereinbaren können.





Wohngeldzuschuss, Einwohneranmeldung und was sonst noch zu bedenken ist

Schwangerschaft und Ausbildung	
Kontakt	
Hameln	
Berufsinformationszentrum in der Agentur für Arbeit Süntelstraße 6 31785 Hameln Tel.: 05151/909-687, -688, -689 Fax: 05151/909-286 E-Mail: Hameln.BIZ@arbeitsagentur.de Internet: www.arbeitsagentur.de	Beratung zu: Ausbildung und Studium Berufsbildern und Anforderungen Weiterbildung und Umschulung Arbeitsmarkt-Entwicklungen Bewerbungen Mo - Mi 08.00 – 16.00 Uhr Do 08.00 – 18.00 Uhr Fr 08.00 – 12.00 Uhr
Agentur für Arbeit Süntelstraße 6 31785 Hameln Tel.: 05151/909-620 Fax: 05151/909-111 E-Mail: Hameln.Arbeitgeber@arbeitsagentur.de Internet: www.arbeitsagentur.de	Betriebliche Ausbildungsvermittlungsstelle Beratung über berufliche Rehabilitation Mo - Mi v 08.00 – 16.00 Uhr Do 08.00 – 18.00 Uhr Fr 08.00 – 12.00 Uhr
CompetenzWerkstatt Beruf gGmbH HefeHof 24 31785 Hameln Tel.: 05151/787770 Internet: www.competenzwerkstatt-beruf.de	Mögliche Hilfestellungen bei Bewerbungen und Jobsuche, die durch die Agentur für Arbeit und das Jobcenter gefördert werden Persönliche Beratung zum Thema „Ausbildung/Umschulung“
Handwerkskammer (HWK) Hannover zuständig für den Landkreis Hameln-Pyrmont Berliner Allee 17 30175 Hannover Tel.: 0511/5456229 – 57 E-Mail: info@hwk-hannover.de Internet: www.hwk-hannover.de	Zuständige Stellen für die Berufsausbildung im dualen System. Unterstützen Lehrstellensuchende bei der Besetzung freier Lehrstellen Kostenlose Registrierung unter: www.hwk-hannover.de
Industrie- und Handelskammer Hannover – Geschäftsstelle Hameln 31785 Hameln HefeHof 25 Tel.: 05151/93696 Fax: 05151/936978 E-Mail: hameln@hannover.ihk.de Internet: www.hannover.ihk.de	Informationen über Aus- und Weiterbildung Anerkennungs- und Qualifizierungsberatung für Inhaber ausländischer Bildungs- und Berufsabschlüsse
Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Weserbergland Aktiengesellschaft Klosterstr. 26 31737 Rinteln Tel.: 05751/8902136 oder 0171/3751329 E-Mail: kostelle-weserbergland@landkreis-schaumburg.de und frau-wirtschaft@weserberglandag.de Internet: www.frau-wirtschaft-weserbergland.de	Öffnungszeiten: Mo - Fr 9.00 – 12.30 Uhr Mo - Do 14.00 – 15.30 Uhr

Jugendamt, Amt für Inklusion und Bildung/Sozialamt, Gesundheitsamt

Was fällt einem ein, wenn man an Ämter denkt? Richtig: „Papierkram“ und lange Flure mit vielen Türen. Das haben wir im Landkreis Hameln-Pyrmont tatsächlich zu bieten. Das Gute daran ist: die Türen auf den langen Fluren stehen Ihnen offen! Und der „Papierkram“ bringt für Sie eine Leistung! Einige davon haben besonders mit Schwangerschaft und/oder Familie zu tun. So hat das:

Jugendamt

Familienhebammen. Die Familienhebammen unterstützen Familien in besonderen Situationen. Außerdem kommt ein Brief vom Jugendamt zu Ihnen, wenn Ihr Kind geboren ist. Dieses Schreiben heißt Ihr Kind herzlich willkommen und kündigt ein Begrüßungspaket an.

Sollten Sie sich von Ihrem Partner trennen wollen, können Sie zur Trennungs-, Umgangs- und Scheidungsberatung ins Jugendamt vorbei kommen. Das Jugendamt erkennt Vaterschaften an. Elterngeld kann in diesem Amt beantragt werden. Wer einen Unterhaltsvorschuss benötigt, kann ebenfalls vorbei schauen. Hier können Sie auch einen Antrag zur Kostenerstattung für die Kindertagesbetreuung einreichen. Und die Adoptionsberatung sowie der Pflegekinderdienst sind ebenfalls hier zu finden.

Sozialamt

Auch das Sozialamt bietet gute Nachbarschaftshilfe. Es hält in besonderen Situationen die „Hilfe zum Lebensunterhalt“ bereit. Sie können hier Wohngeld beantragen. Oder falls Sie nach der Schwangerschaft verhüten möchten, können in diesem Amt unter bestimmten Voraussetzungen dafür die Kosten dafür übernommen werden.

Ist das Kind da aber die Kasse knapp, unterstützt das sogenannte „Bildungs- und Teilhabepaket“. Es ermöglicht dem Kind zum Beispiel einen Ausflug mit

der Kita. Eine Kostenbeteiligung für Mittagessen ist ebenfalls möglich.

Gesundheitsamt und Gesundheitsregion

Das Gesundheitsamt des Landkreises ist genauso vielseitig. Es berät, wie man sich als Schwangere vor Infektionen schützen kann – oder wie man das Kind schützt, wenn es geboren ist. Das Gesundheitsamt unterstützt Sie bei einer Behinderung des Kindes. Es erklärt auch, wie schon Babyzähne gepflegt werden können. Wenn Sie seelische Unterstützung brauchen, können Sie sich an den Sozialpsychiatrischen Dienst wenden.

Darüber hinaus hat die Gesundheitsregion einen Wegweiser psychische Gesundheit herausgebracht. Sie finden ihn unter www.gesundheitsregion-hameln-pyrmont.de/media/custom/2830_155_1.PDF?1553066196.

Amt für Inklusion und Bildung

Wenn in der Schwangerschaft oder nach der Entbindung bei Ihrem Kind eine Behinderung festgestellt wird, erhalten Sie in diesem Amt Unterstützung. Hier können Sie Fragen rund um das Thema Behinderung stellen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kümmern sich auch um integrative Krippen- und Kindergartenbetreuung.

Die Teams erreichen Sie montags bis donnerstags von 08.00 bis 16.00 Uhr und freitags von 08.00 – 13.00 Uhr. In den Städten und Gemeinden werden vom Jugendamt und Sozialamt oft auch Sprechzeiten angeboten. Bitte erkundigen Sie sich bei den Ämtern nach Terminen. Sie können auch die Stadt- und Gemeindeverwaltungen bei Ihnen vor Ort ansprechen. Die Adressen finden Sie im Kapitel „Acht kreisangehörige Städte und Gemeinden“ auf Seite 75.

Manchmal können auch Termine zu Hause vereinbart werden. Rufen Sie uns an.



Jugendamt, Amt für Inklusion und Bildung/Sozialamt, Gesundheitsamt	
Kontakt	
Hameln	
Landkreis Hameln-Pyrmont Jugendamt Süntelstraße 9 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3409 Fax: 05151/ 903-63409 E-Mail: landkreis@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	Insbesondere: Amtspfleg/-Beistandschaften Erziehungsberatung und erzieherische Hilfen, Kinder- und Jugendschutz Trennungs- und Scheidungsberatung / Umgangsrecht gemeinsame Adoptionsvermittlungsstelle der Landkreise Hameln-Pyrmont/Schaumburg Pflegekinderdienst Kindertagesbetreuung Eltern- und Betreuungsgeld Unterhaltsberatung und -vorschuss Familienpflege Erziehungsberatungsstelle Hermannstraße 10 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3535 Fax: 05151/903-63535 E-Mail: erziehungsberatung@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de
Landkreis Hameln-Pyrmont Amt für Inklusion und Bildung Süntelstraße 9 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3330 E-Mail: landkreis@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	Bafög Eingliederungshilfen für behinderte oder von Behinderung bedrohte Kinder und Jugendliche: Beratung und Vermitt- lung Integrative Krippen- und Kindergartenbetreuung Unterhaltssicherung bei Wehr- und Zivildienst
Landkreis Hameln-Pyrmont Sozialamt Süntelstraße 9 Tel.: 05151/903-3100 Fax: 05151/1502 E-Mail: landkreis@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	Insbesondere Antragsstellung und -abwicklung für: Bildungs- und Teilhabepaket Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung Hilfe zum Lebensunterhalt Leistungen für Asylbewerber Hilfe zur Pflege Kriegsopferfürsorge Übernahme von Kosten für Verhütungsmittel Vertriebenenangelegenheiten Wohngeld
Landkreis Hameln-Pyrmont Gesundheitsamt Hugenottenstraße 6 31785 Hameln Tel.: 05151/903-5555 Fax: 05151/903-65555 E-Mail: gesundheitsamt@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	Insbesondere: Beratung bei einer Behinderung des Kindes Sozialpsychiatrischer Dienst Jugendzahnpflege Einschulungsuntersuchungen Sprachberatung Infektionsschutz

Familien- und Kinderservicebüros (FKSB)

Familien- und Kinderservicebüros (FKSB) informieren Schwangere und Familien über Angebote in der Stadt oder Gemeinde unseres Landkreises. Jede Stadt und jede Gemeinde hat ein eigenes FKS-Büro.

Die FKS-Büros beraten besonders zu Fragen der Erziehung. Sie unterstützen Eltern bei der Suche nach einer passenden Betreuung für das Kind. Die Büros vermitteln Plätze in Krippe, Kindergarten oder bei Tagespflegepersonen. Sie helfen auch bei der Antragsstellung. Fragen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf werden außerdem gerne beantwortet.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Büros kümmern sich auch um spezielle Belange von werden- den Eltern und Familien mit Migrationshintergrund. Für Fragen rund um Behinderungen bei Kindern ist dort ebenfalls eine gute Anlaufstelle.

Wo Sie die Familien- und Kinderservicebüros in Ihrer Stadt oder Gemeinde finden, zeigt Ihnen wieder die Liste.

Termine außerhalb der Öffnungszeiten sind nach Rücksprache gegebenenfalls auch möglich. Die Beratungen sind kostenfrei.

Familien- und Kinderservicebüros (FKSB)

Kontakt

Aerzen

Familien- und Kinderservicebüro Aerzen

Kirchplatz 2
31855 Aerzen
Tel.: 05154/988-34
E-Mail: cbrandt@aerzen.de
Internet: www.aerzen.de

Individuelle Unterstützung und Beratung für Eltern in allen familienrelevanten Bereichen
Vermittlung von Betreuungsmöglichkeiten in Kindertages- einrichtungen
Vermittlung von qualifizierten Tagespflegepersonen
Vermittlung von Babysittern
Fortbildungs- und Vortragsveranstaltungen
Organisation von ehrenamtlichen Familienpaten

Mo-Fr 08.00 -12.00 Uhr und 13.30 – 16.00 Uhr
Do 13.30 – 17.00 Uhr

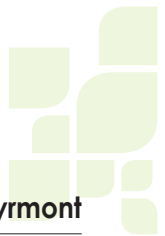
Bad Münster

Familienbüro Bad Münster

Obertorstraße 3
31848 Bad Münster
Tel.: 05042/943-217, -176, -145
Fax: 05042/943153
E-Mail: Familienbuero@bad-muender.de
Internet: www.bad-muender.de

Vermittlung und Beratung für passgenaue Betreuungsfor- men für Kinder jeden Alters
Informationen über Kindertagesstätten und schulische Angebote in Bad Münster
Informationen und Anmeldung zur Nachmittagsbetreuung von Grundschulkindern
Informationen und Anmeldung zur verlässlichen Ferienbe- treuung und zum Ferienprogramm
Information über: Beratungsangebote, Erziehungshilfen, Hilfen für Eltern mit behinderten Kindern, Freizeit- und Kul- turangebote für Familien

Mo 09.00 - 12.00 Uhr
Di 09.00 - 12.00 Uhr
Do 10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 17.00 Uhr



Familien- und Kinderservicebüros (FKSB)

Kontakt

Bad Pyrmont

Familien- und Kinderservicebüro Bad Pyrmont

Humboldtstraße 23
Villa Winkelmann, Raum 201
31812 Bad Pyrmont
Tel.: 05281/949512
E-Mail: familien-servicebuero@pyrmont.de
Internet: www.familien-servicebuero-pyrmont.de

Schaffung von passgenauer und individueller Kinder-
tagesbetreuung
Information über bestehende Betreuungsangebote
Vermittlung von Tagespflege
Unterstützung und Beratung in Notsituationen

Mo 15.:30 – 18.00 Uhr
Mi 10.00 – 12.30 Uhr
Do 14.00 – 18.00 Uhr

Coppenbrügge

Familien- und Kinderservicebüro im Flecken Coppenbrügge

Niederstraße 11a
31863 Coppenbrügge
Tel.: 05156/7868717
Fax: 05156/961933
E-Mail: familienbuero.coppenbruegge@web.de
Internet: www.coppenbruegge.de

Sprechstunde für MigrantInnen jeden Do von 17.00 – 18.00
Uhr nebenan im Familienzentrum evfa
Bildung
Betreuung
Freizeitgestaltung
Bezuschussung von Freizeit- und Bildungsaktivitäten
Antragsstellung zu BuT- und „DabeiSein“
Vermittlung von Babysittern in den Ortsteilen Coppen-
brügge und Marienau

Di 14.00 - 16.00 Uhr
Do 16.00 - 18.00 Uhr
und gern nach Vereinbarung

Emmerthal

Service für Familien in Emmerthal

Neue Straße 28 d
31860 Emmerthal
Tel.: 05155/69541
Fax: 05155/69549
E-Mail: familienservice@emmerthal.de
Internet: www.familienservice-emmerthal.de

Vermittlung und Betreuung von Tagesmüttern
Beratung und Unterstützung von Menschen mit Interesse
an einer Qualifizierung zur Tagespflegeperson
Vermittlung und Ausbildung von Babysittern
Beratung rund um das Thema „Familien in Emmerthal“

Mo – Fr 08.00 - 12.00 Uhr

Hameln

Familien- und Kinderservicebüro im FiZ

Osterstraße 46
31785 Hameln
Tel.: 05151/202-3456
Durchwahl für Vermittlung in Kinderbetreuung: -3045
E-Mail: familie@hameln.de
Internet: www.fiz.hameln.de

Informationsknotenpunkt und Wegweiser für alle Familien
in Hameln
Vermittlung zu individuellen Hilfen / Erziehungslotsen
Vermittlung von Kinderbetreuung in Krippen, Kitas oder
Tagespflege und zu eigenen Angeboten zur Kinderbetreu-
ung
Unterstützung bei Antragsverfahren
Thementage und Elternbildungsvorträge für alle Fragen
rund um Tagespflegebetreuung

Mo – Fr 10.00 – 18.00 Uhr
Sa 10.00 – 13.00 Uhr

Familien- und Kinderservicebüros (FKSB)	
Kontakt	
Hessisch Oldendorf	
Familien- und Kinderservicebüro Hess. Oldendorf Marktplatz 13 31840 Hessisch Oldendorf Telefon: 05152/782-212 E-Mail: pneujahr@stadt-hessisch-oldendorf.de Internet: www.hessisch-oldendorf.de	Beratung von Familien in Fragen zur Kinderbetreuung und -erziehung Unterstützung von Eltern bei der Suche nach einer geeigneten Betreuungsform für ihr Kind Vermittlung von qualifizierten Tagespflegepersonen Information über Qualifizierung und Tätigkeit als Tagespflegeperson Entwicklung verlässlicher Ferienbetreuungsangebote für Kindergarten- und Grundschulkinder Mo - Fr. 08:30 - 12:30 Do 12:30 - 16:00 Uhr und gern nach Vereinbarung
Salzhemmendorf	
Familien- und Kinderservicebüro Salzhemmendorf Kleiner Lahweg 2 31020 Salzhemmendorf Tel.: 05153/808-52 Fax: 05153/808-58 E-Mail: sander@salzhemmendorf.de Internet: www.salzhemmendorf.de	Unterstützung und Beratung von Eltern in Erziehungsfragen Vermittlung und Beratung in passgenaue Betreuungsangebote für Kinder jeden Alters Beratung und Unterstützung in bereits bestehenden Betreuungsverhältnissen Hilfe und Beratung bei Fragen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf (z. B. Babysitter-Service) Information über Beratungsangebote, Erziehungshilfen, Hilfen für Eltern mit behinderten Kindern, Freizeit- und Kulturangebote für Familien Beratung und Vermittlung von Interessierten in Qualifizierungskurse zur Tagespflegeperson Mo 09.00 – 12.30 Uhr Do 09.00 – 11.30 Uhr





Familie im Zentrum (FiZ) und Café Kinderwagen

Wenn Ihr Kind da ist, können Sie sich im FiZ über Sport- und Freizeitmöglichkeiten für Familien informieren. Das FiZ kennt sich auch gut mit sozialen Einrichtungen in Hameln aus. Sie haben eine besondere Situation – dann berät Sie das FiZ, wohin Sie gehen können. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des FiZ unterstützen Sie außerdem beim Ausfüllen von Anträgen.

Das Café Kinderwagen in Kooperation vom Landkreis mit dem FiZ findet einmal in der Woche im FiZ statt. Eine Familienhebamme steht dort für Fragen rund ums Kind bereit. Außerdem treffen Sie dort viele andere Eltern mit Babys.

Familie im Zentrum (FiZ) und Café Kinderwagen

Kontakt

Familie im Zentrum inkl. Familien- und Kinderservicebüro

Osterstraße 46
31785 Hameln
Tel.: 05151/202-3456
Durchwahl für Vermittlung in Kinderbetreuung: -3045
E-Mail: familie@hameln.de
Internet: www.fiz.hameln.de

Informationsknotenpunkt und Wegweiser für alle Familien in Hameln
Information über soziale Einrichtungen in Hameln
Information über Sport- und Freizeitmöglichkeiten
Still- und Wickelraum
Thementage und Elternbildungsvorträge
Unterstützung bei Antragsverfahren
Vermittlung zu individuellen Hilfen
Vermittlung bei Gesundheitsfragen

Im Familien- und Kinderservicebüro im FiZ: Vermittlung von Kinderbetreuung in Krippen, Kitas oder Tagespflege inkl. eigenen Angeboten zur Kinderbetreuung

Café Kinderwagen mittwochs von 10-12
In den Ferien ist das Café in manchen Wochen geschlossen. Bitte informieren Sie sich auf der Homepage des FiZ

Öffnungszeiten des FiZ:
Mo - Fr 10.00 – 18.00 Uhr
Sa 10.00 – 13.00 Uhr



Eltern- und Familienbildungsangebote: Lernen ohne Stress

Die **Hebammen** sind sehr aktiv. Sie bieten Ihnen viele Tipps rund um Schwangerschaft und Erziehung an. Wenn Sie einen Löwensprung zurück auf Seite 13 machen, können Sie dort die Angebote nachlesen.

Das **Café Kinderwagen** bietet ebenfalls viele hilfreiche Hinweise zur Entwicklung Ihres Babys. Im vorherigen Kapitel finden Sie die Kontaktdaten.

Die Volkshochschule Hameln-Pyrmont – kurz VHS versteht Lernen als Bereicherung. Die VHS bietet entspannte und kostengünstige Kurse zu Erziehungsfragen an. Auch zum Thema „Vereinbarkeit von Familie und Beruf“ gibt es immer

wieder Kursangebote. Einen Schulabschluss kann man dort auch nachholen. Vielleicht möchten Sie die Schwangerschaftszeit nutzen, sich parallel beruflich fortzubilden. Dann sind Sie bei der VHS richtig.

Man kann dort auch Fremdsprachen oder Deutsch lernen. Kurse zur Gebärdensprache gibt es ebenfalls. So könnte man sich mit dem Kind später in verschiedenen Sprachen unterhalten.

Wenn Sie Lust auf lockeres Lernen haben, besuchen Sie gerne die Internet-Seite unter www.vhs-hamelin-pyrmont.de.

Eltern- und Familienbildungsangebote: Lernen ohne Stress

Kontakt

Volkshochschule Hameln- Pyrmont

Sedanstraße 11
31785 Hameln
Tel.: 05151/94820
Fax : 05151/948231
E-Mail : info@vhs-hamelin-pyrmont.de
Internet: www.vhs-hamelin-pyrmont.de

VHS-Angebote im Überblick:
Gesellschaft – Pädagogik – Kommunikation
Studienfahrten - Kultur –Kreatives Gestalten
Entspannung, Bewegung, Ernährung, Heilmethoden
15 Fremdsprachen und Integrationskurse
EDV-Anwendungen für privat und Beruf
Schulabschlüsse nachholen
Alphabetisierung
Ausbildung zum Babysitter





Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte

Ab der Geburt Ihres Kindes werden Untersuchungen zur gesundheitlichen Vorsorge durchgeführt. Diese werden U-Untersuchungen genannt. Die Ergebnisse werden in ein gelbes Heft eingetragen. Die erste U-Untersuchung passiert meistens schon kurz nach der Entbindung - entweder noch im

Krankenhaus oder bei Kinderärztinnen und -ärzten. Die weiteren U-Untersuchungen werden in der Regel in den Kinderarztpraxen durchgeführt. Wo die Kinderarztpraxen sind, sehen Sie wieder in der folgenden Übersicht.

Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte	
Kontakt	
Bad Münster	
Dr. med. Meyer-Habighorst, Kirsten Fachärztin für Kinderheilkunde und Jugendmedizin Angerstraße 23a 31848 - Bad Münster Tel.: 05042/929307 Fax: 05042/929308 E-Mail: meyer-habighorst@web.de Internet: www.kinderarzt-bad-muender.de	Vorsorgen Impfungen Hyposensibilisierung Ultraschall Lungenfunktion EKG Entwicklungstestung Frühgeborenenversorgung
Bad Pyrmont	
Dr. med. Ackermann, Ewa Lortzingstraße 15 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/8099 Internet: www.kinderarztpraxis-ackermann.de	Fachärztin für Kinderheilkunde und Jugendmedizin zertifizierte Asthmatrainerin
Prof. Dr. med. Cario, Wolf-Rainer Facharzt für Kinderheilkunde und Jugendmedizin Allergologe Brunnenstraße 28 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/10751 Fax: 05281/607649 E-Mail: wolf-rainer@prof-cario.de Internet: www.prof-cario.de	Beratung zu Säuglingsernährung und Vorsorgen Anmeldung bitte möglichst über E-Mail
Dr. med. Ruhmann, Frank-Thomas Arzt für Allgemeinmedizin Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin Herlingsburgstraße 18 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/3752 Internet: www.med-kolleg.de/arzt/ kinderheilkunde/1965.html	

Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte	
Kontakt	
Hameln	
Dr. med. Höller, Wulf Facharzt für Kinderheilkunde und Jugendmedizin Reitkamp 2 31785 Hameln Tel.: 05151/924247 Fax: 05151/924248 E-Mail: praxis-Dr.Hoeller@web.de Internet: www.kinderaerzteimnetz.de/aerzte/arzt_578.html	
Dr. med. Kohlhase, Maria Dr.med. Kohlhase, Bernd Frau Silke Lüers Fröbelweg 4 31785 Hameln Tel.: 05151/3488	
Dr. med. Rothgänger, Siegrid Kinderärztin Wettorstraße 8 31785 Hameln Tel.: 05151/941718 Fax: 05151/941719 Internet: www.kinderarzt-hameln.de	Kinder- und Jugendheilkunde Ultraschall EKG Spirografie
Kinder- und Jugendarztpraxis am Bahnhof Hameln Kaiserstraße 55 31785 Hameln Tel.:05151/55199 Fax: 05151/109973 E-Mail: kinderarztpraxis-bahnhof-hameln@web.de Internet: www.kinderarztpraxis-bahnhof-hameln.de	Behandlung und Vorsorgen von Säuglingen, Kindern und Jugendlichen Kinderarzt Kinderchirurgie Psychotherapie Verhaltens- und Entwicklungsdiagnostik





Erste Hilfe

Auch Kleine brauchen manchmal schnelle erste Hilfe! Sie sind dann gefordert.

Kinderunfälle passieren nicht nur auf der Straße. Auch in Haus und Garten kommt es immer wieder zu Unfällen, zu denen der Rettungswagen gerufen werden muss. Durchschnittlich dauert es 8-10 Minuten, bis der Wagen kommt. In der Zeit können Sie bereits erste Hilfe leisten. Dazu brauchen Sie Wissen, was zu tun ist.

Wie und wo können Sie sich auf Notsituationen vorbereiten? Bei Ihren Nachbarn: den Erste-Hilfe-Anbieter im Landkreis Hameln-Pyrmont. Vielleicht sind die hilfreichen Helfer nur einen Katzensprung von Ihnen entfernt – die Liste verrät es Ihnen.

In der Schwangerschaft ist es häufig einfacher, einen solchen Kurs zu besuchen. Dann muss man keinen Babysitter für die Zeit suchen. Wenn Sie sich vorbereiten möchten - hier können Sie es tun:

Erste Hilfe	
Kontakt	
Bad Münder	
Praxis Kolibri Am Sportplatz 1 31848 Bad Münder Eimbeckhausen Tel.: 0177/2222452 und 0176/83233353 E-Mail: info@hebamme-hillen.de und karin@praxis-kolibri.de Internet: www.praxis-kolibri.de	Erste-Hilfe-Kurse 30 Euro pro Person Anmeldung siehe: www.praxis-kolibri.de/kurse.html
Hameln	
Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Weserbergland e.V. Ausbildungszentrum Reichertstraße 7 31785 Hameln Tel.: 05151/78144-66 oder 05151/4012-0 E-Mail: info@drk-weserbergland.de Internet: www.weserbergland.de	Erste Hilfe am Kind - kompakt Dauer ca. 4-5 Stunden Teilnehmerbeitrag: 35,00 Euro pro Teilnehmer 55 Euro pro Elternpaar Kurse siehe www.drk-weserbergland.de
Hebammenpraxis Kugelrund Klütstraße 103 31787 Hameln Tel.: 05151/678911 E-Mail: info@geburtsraum-kugelrund.de Internet: www.geburtsraum-kugelrund.de	Kindernotfalltraining Emotionelle Erste Hilfe
Hessisch Oldendorf	
Familienpraxis miteinander Henningstraße 33 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 0157/34332912 E-Mail: miteinander@online.de Internet: www.familienpraxis-miteinander.de	Emotionelle Erste Hilfe

Hallo Nachbar, wir wohnen auch im Landkreis Hameln-Pyrmont

Erste Hilfe	
Kontakt	
Wolff, Sabine Schulstraße 6 31867 Pohle Tel.: 05043/5761 und 0175/6755557 E-Mail: wolff-pohle@t-online.de Internet: www.hebammen-hamel-pyrmont.de und www.geburtsraum-kugelrund.de	Emotionelle Erste Hilfe für Eltern & Baby Krisenberatung rund ums Elternsein

In Notfällen können Sie sich telefonisch an folgende Nummer wenden:

Notrufnummern

Polizei/Notruf 110

Feuerwehr/Rettungsdienst 112

Notarzt 116 117

Bundesweit einheitliche
Notrufnummer für Notärzte
außerhalb der Praxisöffnungszeiten
(ärztlicher Bereitschaftsdienst
der Kassenärztlichen Vereinigungen)

Sana-Klinikum

Hameln-Pyrmont

Kinderklinik 05151/97-2318

Giftnotrufnummer 0551/19240

Informationen bereit halten:
Wer? Womit? Wie viel? Wo?

Elterntelefon des Deutschen

Kinderschutzbundes 0800/1110550

gebührenfrei, Mo-Fr 9-11, Di, Do 17-19 Uhr



Fehlgeburt und plötzlicher Kindstod

Manchmal bleibt die Wiege leer – oder es wird still in der Wiege.

Wohin dann mit all den Tränen? Wohin mit dem Alleinsein? Wohin mit der Angst? Wo finde ich eine Antwort auf die Frage „Warum?“?

Manche Mütter bewältigen die Trauer, in dem sie sich zurückziehen. Anderen Müttern hilft es, wenn sie darüber sprechen können. Begleitung, Trost und Hilfe zur Verarbeitung gibt es bei den unterstützenden Nachbarn unten in der Liste und im weiteren Text.

In einer solchen Trauersituation stehen religiöse Seelsorgerinnen und Seelsorger bereit. Wenden Sie sich in dieser Hinsicht bitte an Ihre religiöse Gemeinschaft oder ein religiöses Zentrum in Ihrer Nähe. Krankenhäuser haben extra Seelsorgestationen eingerichtet. Die Entbindungskliniken finden Sie auf Seite 24. Kinderkliniken haben wir im Familienhandbuch auf der Homepage des Landkreises aufgelistet. Das Handbuch ist unter www.hameln-pyrmont.de/Familienhandbuch zu finden.

Hebammen können ebenfalls nach einer Fehlgeburt in Anspruch genommen werden. Das steht jeder Frau in einer solchen Situation zu. Die Adressen von Hebammen sind im Kapitel „Hebammen und Familienhebammen“ auf Seite 13 aufgelistet.

Zur Traumabewältigung können auch Psychologinnen und Psychologen angesprochen werden. Oder sogenannte „HP-Psychs“ bieten Unterstützung an. – „HP-Psychs“ sind Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker. Sie haben sich mit einer speziellen psychologischen Zusatzausbildung ebenfalls auf eine Begleitung und Beratung vorbereitet. Alle Psychologischen Praxen und Heilpraktiker im Landkreis Hameln-Pyrmont aufzulisten, würde leider den Rahmen sprengen. Aber es gibt Übersichten im Internet, z.B. unter www.pflegesuche.de. In Hameln gibt es die Möglichkeit der Beratung zur Selbsthilfe. Die Kontaktstelle für Selbsthilfe des

Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Hameln-Pyrmont steht dazu an Ihrer Seite. Dort kann angefragt werden, ob eine Selbsthilfegruppe besteht. Wenn nicht, gibt es vielleicht auch die Möglichkeit, eine eigene Gruppe zu gründen. Die Telefonnummer ist in der Liste mit aufgeführt. Im nächsten Kapitel auf Seite 107 geht es um Selbsthilfegruppen. Dort sind zwei derzeit aktive Selbsthilfegruppen aufgeführt.

In Hannover hat sich ein Verein „Leere Wiege Hannover e.V.“ gegründet. Unter www.leere-wiege-hannover.de finden Eltern tröstende Begleitung.

Hospizvereine kümmern sich ebenfalls um Trauernde. Für einen Kontakt schauen Sie unter www.hospiz-badmuender.de, www.hospiz-bethesda.de, www.hospizverein-badpyrmont.de oder www.hospiz-verein-hameln.de.

Die meisten Fehlgeburten passieren unbemerkt. Von einer Fehlgeburt wird gesprochen, wenn der Fötus vor der 24. Schwangerschaftswoche stirbt. Typisches Symptom einer Fehlgeburt sind Blutungen.

Jede Frau kann eine Fehlgeburt haben. Das Risiko einer Fehlgeburt kann etwas gemindert, z.B. durch

- Verzicht auf Zigaretten in der gesamten Schwangerschaft
- wenig Koffeingenuss (mehr als vier Tassen pro Tag)
- kein Alkoholkonsum (ein Glas ist schon zu viel)

Trotzdem kann es dennoch zu Fehlgeburten kommen. Folgende Faktoren können z.B. auch eine Fehlgeburt bewirken:

- Gendefekte
- Stress und Ängste
- Infektionen oder Tumore
- HELP-Syndrom (Leberversagen des Fötus)
- Autoimmunkrankheit oder andere dauerhafte Erkrankungen wie z.B. Diabetes oder Nierenerkrankungen

Hallo Nachbar, wir wohnen auch im Landkreis Hameln-Pyrmont

- Alter der Mutter (ab 35 Jahren)
- vorausgegangene Fehlgeburten

Trotz aller Vorsorge und Achtsamkeit gibt es daher Kinder, die nicht geboren werden oder die plötzlich leise gehen.

Aber Heidi Blohmann vom „Leere Wiege Hannover e.V.“ sagt: „Ein Leben mit Trauer muss kein trauriges Leben sein.“* Diesen Trost möchten wir Ihnen gerne mit auf den Weg geben.

*(Quelle: www.haz.de“, Montag, den 24.4.2017)

Fehlgeburt und plötzlicher Kindstod	
Kontakt	
Bad Pyrmont	
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	Beratung nach Fehl- oder Totgeburt
Hameln	
Diakonisches Werk Allgem. Sozial- und Schwangerenberatung Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/924577, Fax: 05151/924579 E-Mail: sozialberatung@beratungsstellen-hameln.de	Schwangerschaftskonfliktberatung (s. S. 31) Allgemeine Sozialberatung Mo 09.00 – 12.00 Uhr Do u. Fr 09.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung
Hebammenpraxis Kugelrund + Elternschule Klütstraße 103 31787 Hameln Tel.: 05151/678911 E-Mail: info@geburtsraum-kugelrund.de	Hilfe nach Tod- und Fehlgeburten
Paritätischer Wohlfahrtsverband Hameln-Pyrmont Kontaktstelle für Selbsthilfe im FiZ Osterstr. 46 31785 Hameln Tel.: 05151/ 576113 E-Mail: Kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Information und Beratung über Selbsthilfe, Selbsthilfegruppen und professionelle Hilfeangebote im Landkreis Hameln-Pyrmont. s. auch Kapitel „Selbsthilfegruppen“ auf Seite 107.
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 05151/24646 E-Mail: skf.hameln@t-online.de Internet: www.skf-hameln.de	Beratung nach Tod- oder Fehlgeburt oder nach dem Abbruch der Schwangerschaft Offene Sprechstunde für Schwangerenberatung Di u. Do 09.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung
Hessisch Oldendorf	
Familienpraxis miteinander Henningsstraße 33 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 0157/34332912 E-Mail: miteinander@online.de Internet: www.familienpraxis-miteinander.de	Trauerbewältigung



Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen sind gute Nachbarn. Dort findet man andere Eltern in gleichen Lebenslagen. Selbsthilfegruppen werden in der Regel von Betroffenen selbst angeleitet. Nur gelegentlich bieten ausgebildete Fachkräften Selbsthilfegruppen an.

Wir haben hier einige Selbsthilfegruppen für Sie zusammengestellt. Zu den meisten kommen Eltern erst nach der Geburt zusammen. Aber so können Sie schon einmal schnuppern, was es gibt. Dann wissen Sie zumindest, wohin Sie nach der Geburt gehen könnten.

Vielleicht möchten Sie auch schon vor der Geburt mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin dort vorbeischauen. So können Sie sich gemeinsam vorab kennen lernen.

Unter www.paritaetischer-hameln.de gibt es eine komplette Übersicht über alle Selbsthilfegruppen. Wenn Sie über die Selbsthilfegruppe hinaus professionelle Hilfe in Anspruch nehmen möchten, berät Sie die Kontaktstelle für Selbsthilfe der Paritäten Hameln-Pyrmont. Sie ist über weitere Angebote im Landkreis Hameln-Pyrmont informiert und hilft Ihnen auf Wunsch bei der Vermittlung.

Selbsthilfegruppen	
Kontakt	
Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.paritaetischer-hameln.de	

Und hier nun einige Selbsthilfegruppen, die für Sie interessant sein könnten:

Selbsthilfegruppen für Eltern	
Kontakt	
Bad Pyrmont	
Elterninitiative behinderter Kinder Bad Pyrmont Im Paritätischen Pyrmont Schloßstraße 15 31812 Bad Pyrmont Tel.: 0581/95037 od. 05281/163037 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.bad-pyrmont.paritaetischer.de	Erfahrungsaustausch Beratung für neu betroffene Eltern Organisation von Freizeitaktivitäten Gruppentreffen nach Absprache
Stillgruppe Bad Pyrmont Tel.: 05281/961352	Telefonberatung

Selbsthilfegruppen für Eltern	
Kontakt	
Emmerthal	
Stillgruppe Emmerthal in der Praxis für Stillberatung Auf dem Klink 12 31860 Emmerthal Tel.: 05151/59977	Erfahrungsaustausch rund um das Stillen u. das Leben mit Kindern Büchertisch jeden 2. u. 4. Fr im Monat 09.30–11.30 Uhr
Hameln	
Eltern mit ADHS-Kindern Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Im FIZ, Osterstraße 46, Hameln
Eltern allergie-asthma-neurodermitis-kranker Kinder und Erwachsener Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/576113 oder 05151/924247 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Nach Absprache
Angehörige von Autistischen Menschen Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Gruppentreffen nach Absprache
Eltern herzkranker Kinder Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Beratung nach Vereinbarung Tel.: 05154/3646



Selbsthilfegruppen für Eltern	
Kontakt	
Selbsthilfegruppe für Eltern mit Zwillingen und Mehrlingsgeburten Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Nach Vereinbarung
Stillgruppe Milch-Cafe Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	offener Treff für Stillende, Nichtstillende und Schwangere Hebammenpraxis Kugelrund Klütstr. 103 31787 Hameln E-Mail: info@elternschule-hameln.de s. auch Kapitel „Stillberatung und Stillgruppen“ auf Seite 60.
Up mit Down – Eltern von Kindern mit Down-Syndrom Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Gruppentreffen Treffpunkt nach Absprache Zeit nach Vereinbarung
Selbsthilfegruppe Pflegeeltern Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Gruppentreffen Paritätischer Hameln Kaiserstraße 80 31785 Hameln Gruppentreffen jeden 3. Mittwoch im Monat um 20.00 Uhr
Stadthagen	
Geburtshilfegeschädigte Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Nach Absprache

Selbsthilfegruppen für Eltern	
Kontakt	
Selbsthilfegruppen bei Verlusten	
Selbsthilfegruppen für Frauen, die ihren Partner verloren haben Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 Tel.: 05151/576113 Fax: 05151/59977 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Gruppentreffen FIZ (Eugen-Rentjes-Haus) Osterstraße 46 31785 Hameln jeden 4. Mo im Monat um 17.00 Uhr
Junge verwitwete Frauen mit Kindern Kontaktstelle für Selbsthilfe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 Tel.: 05151/ 576113 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Trauer- und Lebensbegleitung, Gemeindehaus St. Nikolai) Niederstraße 11 a 31863 Coppenbrügge vorherige Kontaktaufnahme erwünscht Gruppentreffen samstags nach Absprache
Selbsthilfegruppen für Familien mit Migrationshintergrund:	
Alevitische Selbsthilfegruppe Hameln-Pyrmont Der Paritätische Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/ 576113 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Gruppentreffen jeden 3. Fr im Monat um 18.00 Uhr
Interkulturelle Frauengruppe Der Paritätische Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/ 576113 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Bewegungsgruppe Gruppentreffen jeden Mo 17.00-18.30 Uhr
Internationale Frauengruppe Der Paritätische Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/ 576113 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Treffen nach Vereinbarung Im Stadtteil „Haltestelle“ Afferde Leipziger Straße 14 31789 Hameln



Selbsthilfegruppen für Eltern	
Kontakt	
Internationale Frauengruppe Der Paritätische Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/ 576113 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Treffen nach Vereinbarung Spätaussiedler und Deutsche Rückwanderer e.V. Hameln (SDR) Fischbecker Straße 30 31785 Hameln
Selbsthilfegruppe für vietnamesische Frauen Der Paritätische Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/ 576113 E-Mail: hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Gruppentreffen alle 2 Monate nach Absprache
Selbsthilfegruppe für vietnamesische Frauen Der Paritätische Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/ 576113 E-Mail: kontaktstelle.hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	Gruppentreffen alle 2 Monate nach Absprache

Wenn Sie Kontakt zu Migrantenselbstorganisationen aufnehmen möchten, dann können Sie im Kapitel „Familien mit Migrationshintergrund – gemeinsam auf dem Weg“ nachschlagen.



Anlaufstellen für Menschen mit Migrationshintergrund

Sie sind schwanger. Vielleicht sind Sie neu im Landkreis Hameln-Pyrmont? Eventuell sind Sie sogar erst kürzlich nach Deutschland gekommen? Sie möchten noch Deutsch lernen, bevor das Kind geboren wird. Oder Sie hätten gerne Informationen zur Schwangerschaft und Kontakt zu Menschen mit demselben Migrationshintergrund – auch wenn Sie selber hier aufgewachsen sind.
– Deshalb haben wir für Sie viele Anlaufstellen zusammengestellt.

Im Internet können Sie unter www.schwanger-und-viele-fragen.de Materialien herunterladen – auch in mehreren Sprachen.

Im Landkreis Hameln-Pyrmont gibt es Familien- und Kinderservicebüros, die Sie vor Ort beraten (s. S. 96). Außerdem hat der Landkreis Hameln-Pyrmont ein Integrationsbüro. Hier gibt es Antworten auf viele allgemeine Fragen rund um das Thema Migration.

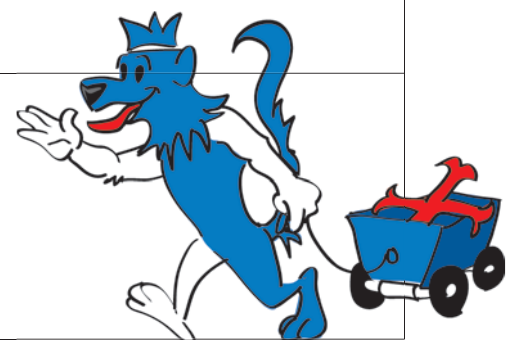
Anlaufstellen für Menschen mit Migrationshintergrund	
Kontakt	
Bad Münde	
Diakonie im Kirchenkreis Hameln-Pyrmont Diakonisches Beratungszentrum Bad Münde Angerstraße 2 (Eingang Bahnhofsstraße) 31848 Bad Münde Tel.: 05042/503440	Sozialrechtliche und psychosoziale Beratung Kultursensible Beratung Unterstützung bei Antragsstellung Projekt- und Netzwerkarbeit Frühstücks-Treff in Bad Münde Spiele- und Basteltreff in Einbeckhausen
Hameln	
Landkreis Hameln-Pyrmont Kordinierungsstelle Migration und Teilhabe Süntelstraße 9 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3010 Fax: 05151/903-6 E-Mail: landkreis@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	Ansprechpartner für alle Fragen rund um das Thema Migration

In den Städten und Gemeinden gibt es auch Beratungsstellen. Hier gibt es zum Teil ganz praktische Angebote. Die haben wir hier aufgelistet.

Allgemeine Beratungsstellen / Sprachkurse	
Kontakt	
Coppensbrügge	
Familien- und Kinderservicebüro im Flecken Coppensbrügge Niederstraße 11 a 31863 Coppensbrügge Tel.: 05156/7868717 Fax: 05156/961933 E-Mail: familienbuero.coppenbruegge@web.de Internet: www.coppenbruegge.de	Ansprechpartner für alle Fragen rund um das Thema Migration



Allgemeine Beratungsstellen / Sprachkurse	
Kontakt	
Familienzentrum „evfa“ Coppenbrügge Niederstraße 11a 31863 Coppenbrügge Tel.: 05156/7856926 Fax: 05156/7859375 E-Mail: evfa-coppenbruegge@web.de Internet: https://evfa-coppenbruegge.wir-e.de	Sprachkurse nach Bedarf
Bad Pyrmont	
AWO Kreisverband Hameln-Pyrmont e.V. Beratungsstelle Bad Pyrmont Villa Winkelmann Humboldtstr. 23 32812 Bad Pyrmont Tel.: 05281-949516 E-Mail: migration@awo-hameln.de Internet: www.awo-hameln.de	Migrationsberatung
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	Offener Treffpunkt Jugendmigrationsdienst (JMD) Koordination ehrenamtlichen Engagements im Flüchtlingsbereich Terminvereinbarung, Ausgabe Tafelkarten und offener Treffpunkt: Mo 13.30 – 16.30 Uhr Mi + Fr. 10.00 – 13.00 Uhr
Hameln	
AWO Kreisverband Hameln-Pyrmont e.V. Heiliggeiststraße 2 31785 Hameln Tel.: 05151/941560 Fax: 05151/941561 E-Mail: info@awo-hameln.de Internet: www.awo-hameln.de	Migrationsberatung
Beratungsstelle für Eltern mit Migrationsbiographie und Behinderung Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V. Kreisverband Hameln-Pyrmont Kaiserstr. 80 31785 Hameln Tel.: 05151 5761- 25 Fax: 05151 59977 E-Mail: migration-hameln@paritaetischer.de Internet: www.hameln.paritaetischer.de	
Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Weserbergland e.V. Ausbildungszentrum Reichertstraße 7 31785 Hameln Tel.: 05151/78144-66 oder 05151/4012-0 E-Mail: info@drk-weserbergland.de Internet: www.weserbergland.de	Sprachangebot Internationaler Chor Nähcafé



Allgemeine Beratungsstellen / Sprachkurse	
Kontakt	
Familie im Zentrum (FiZ) Osterstraße 46 31785 Hameln Tel.: 05151/202-3456 Durchwahl für Vermittlung in Kinderbetreuung: -3045 E-Mail: familie@hameln.de Internet: www.fiz.hameln.de	Sprachhilfepool Informationsknotenpunkt und Wegweiser Unterstützung bei Antragsverfahren Café Kinderwagen Bitte informieren Sie sich auf der Homepage des FiZ Fragen Sie nach den Angeboten der Familienbüros des FiZ: – Familien- und Stadtteilbüro Afferde – Bildungshaus am Klüt – Beratung und Vermittlung für Menschen mit Fluchterfahrung über ACKH siehe Internetseite: www.fiz.hameln.de/familie-im-zentrum/familienbueros-hameln Öffnungszeiten des FiZ: Mo - Fr 10.00 – 18.00 Uhr Sa 10.00 – 13.00 Uhr
Familien- und Stadtteilbüro Afferde Breslauer Straße 34 31789 Hameln Tel.: 05151/8228624 E-Mail: familienbuero-afferde@outlook.de Internet: www.fiz.hameln.de Internet: www.st-georg-afferde.de	Sprachkurs für ausländische Frauen Zwergentreff für Kinder von 0–3 Jahren
Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Weserbergland Aktiengesellschaft HefeHof 8 31785 Hameln Tel.: 05151/5851008 Fax: 05151/5851009 E-Mail: frau-wirtschaft@weserberglandag.de Internet: www.frau-wirtschaft-weserbergland.de	Kostenlose Beratung und Weiterbildung von Frauen/ Eltern insbesondere vor, während und nach einer Familienphase Förderung von persönlichen Fähigkeiten und Stärken Individuelle und bedarfsorientierte Weiterbildungen, Workshops und Seminare Verbesserung der Chancen am Arbeitsmarkt Förderung/ Beratung bei beruflicher Neuorientierung und Weiterentwicklung Individuelle Bewerbungstrainings Förderung von Vereinbarkeit von Familie und Beruf Begleitung beim Einstieg in die Selbstständigkeit Kontakte zu Unternehmen Förderung von familienfreundlichen Strukturen am Arbeitsplatz
Impuls gGmbH Ohsener Straße 106 31789 Hameln Tel.: 05151/98210 E-Mail: info@impuls-hamelnpyrmont.de Internet: www.impuls-hamelnpyrmont.de	Deutsch als Fremd- und Zweitsprache Beratungsangebote für Erziehungsfragen Begleitung und Vermittlung zu Behörden und anderen Institutionen Angebote zur beruflichen Integration
Kultur- & Bildungshaus Regenbogen Erichstraße 6 31785 Hameln Tel.: 05151/2020-1548 Mobil: 0160/1213618 E-Mail: regenbogen@hameln.de Internet: www.regenbogen.hameln.de	Anlaufstelle für allgemeine Probleme



Allgemeine Beratungsstellen / Sprachkurse	
Kontakt	
LEB in Niedersachsen e.V. Beratungsbüro Weserbergland Ruthenstraße 10 31785 Hameln Tel.: 05151/80994660 Fax: 05151/80994669 E-Mail: hameln@leb.de Internet: www.leb-niedersachsen.de	Lese- und Schreibförderung für Erwachsene Spracherwerb für Geflüchtete Förderung der Grundbildung
Mütterzentrum Hameln e.V. Mehrgenerationenhaus Meißelstraße 12-16 31787 Hameln Tel.: 05151/958106 Fax: 05151/405853 E-Mail: info@muetter-zentrum-hameln.de Internet: www.muetter-zentrum-hameln.de	Sprechstunde für Asylbewerber jeden Mittwoch von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr im Haydnweg 19 Beratung und Unterstützung beim Ausfüllen, Verstehen und Übersetzen, bei Behördengängen, Arztbesuchen, Schulanmeldungen, Bewerbungen etc., bei der Suche nach und dem Verweisen an jeweils zuständige Stellen und Organisationen Wir sprechen Deutsch, Englisch, Arabisch und Farsi.
Migrationsberatungsstelle Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V. Kaiserstraße 80 31785 Hameln Tel.: 05151/576125 E-Mail: migration-hameln@paritaetischer.de Internet: www.paritaetischer.de	Allgemeine Sozialberatung Mo 09.00 – 12.00 Uhr Do u. Fr 09.00 – 12.00 Uhr Weitere Termine nach Vereinbarung
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 05151/24646 Fax: 05151/821757 E-Mail: skf.hameln@t-online.de Internet: www.skf-hameln.de	Arbeit mit Migrantinnen und jungen Mädchen Anlauf- und Beratungsstelle „No Limits“ Mädchencafé Sprachkurse für Frauen mit Zuwanderungsgeschichte
Spätaussiedler und Deutsche Rückwanderer e.V. Hameln (SDR) Fischbecker Straße 30 31785 Hameln Tel.: 05151/405398 E-Mail: sdr_hameln@yahoo.de	Sprachkurse für Mädchen und Frauen mit Zuwanderungsgeschichte
Volkshochschule Hameln-Pyrmont Vhs-ArBuTec Ohsener Straße 108 31785 Hameln Tel.: 05151/948224 Fax: 05151/948231 E-Mail: info@vhs-hameln-pyrmont.de Internet: www.vhs-hameln-pyrmont.de	Kurse Deutsch als Fremd- und Zweitsprache Integrationskurse Einbürgerungstest Zertifikatsprüfungen



Hallo Nachbar, wir wohnen auch im Landkreis Hameln-Pyrmont

Allgemeine Beratungsstellen / Sprachkurse	
Kontakt	
Hessisch Oldendorf	
Verein für Kinder- und Jugendarbeit in Hessisch Oldendorf e.V. Rittergutstraße 39 31840 Hessisch Oldendorf E-Mail: über Internetseite Internet: www.vekuho.de	Sprachkurse für Familien und Väter mit Migrationshintergrund

Im Landkreis Hameln-Pyrmont gibt es auch viele Migrantenselbstorganisationen (MSO). Wo die sind, zeigt Ihnen wieder die Liste.

Migrantenselbstorganisationen	
Kontakt	
Bad Münder	
Arbeitskreis gegen Ausländerfeindlichkeit in Bad Münder 31848 Bad Münder Tel.: 05042/3627 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.petri-pauli-gemeinde.de	
Bad Pyrmont	
Integrationsrat der Stadt Bad Pyrmont Rathausstraße 1 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/949-112 E-Mail: s. Internetseite Internet: www.stadt-badpyrmont.de	
Jüdische Gemeinde Bad Pyrmont e.V. Löwenser Straße 9 B 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/163505 E-Mail: gmbp@gmx.de	
Hameln	
Amnesty International Hameln Tel.: 05152/525693 Internet: www.amnesty-international-hameln.de	
AKAK e.V. - Fachstelle für Migration Arbeitskreis Ausländischer Kinder e. V. Dr.-Winter-Straße 13 31787 Hameln Tel.: 05151/44441 Internet: www.akak.de	



Migrantenselbstorganisationen	
Kontakt	
DITIB Türkisch-Islamische Gemeinde zu Hameln Thiewall 7 31785 Hameln E-Mail: hamelnfatihcamii@hotmail.de	
Ezidisches Kulturzentrum e.V. 31789 Hameln Tel.: 0174/9239769	
Industrie- und Handelskammer Hannover – Geschäftsstelle Hameln 31785 Hameln HefeHof 25 Tel.: 05151/93696 Fax: 05151/936978 E-Mail: hameln@hannover.ihk.de Internet: www.hannover.ihk.de	Informationen über Aus- und Weiterbildung Anerkennungs- und Qualifizierungsberatung für Inhaber ausländischer Bildungs- und Berufsabschlüsse
Islamische Gemeinde Hameln e.V. Hunoldstraße 3 31785 Hameln Tel.: 05151/408282 E-Mail: hamidiye@ig-hameln.de Internet: www.islamische-gemeinde-hameln.de	
Jüdische Kultusgemeinde im Landkreis Hameln-Pyrmont e.V. Internet: www.jg-hameln.org	
Jüdische Gemeinde Hameln e. V. Synagogenplatz 1 31785 Hameln Tel.: 05151/925625 Internet: www.jghreform.org	
Spätaussiedler und Deutsche Rückwanderer e.V. Hameln (SDR) Fischbecker Straße 30 31785 Hameln Tel.: 05151/405444 E-Mail: sdr_hameln@yahoo.de	
Alevitischer Kulturverein Landkreis Hameln-Pyrmont e.V. HAKM. e. V. Zentralstr. 29 31785 Hameln Tel.: 0176-48604023 E-Mail: hakm-ev@gmx.de	
Hessisch Oldendorf	
Tamilisches Forum Hameln-Pyrmont e.V. Am Köther-Pfad 28 31840 Hessisch Oldendorf Tel.: 05152/98377 E-Mail: s.siva@online.de	

Migrationsrat

Der Migrationsrat im Landkreis Hameln-Pyrmont besteht seit 2013. Die Mitglieder des Rates vertreten die Interessen aller Migrantinnen und Migranten in der Kommunalpolitik und Öffentlichkeit. Angepasst an spezielle Bedürfnisse regen die Mitglieder des Migrationsrates Projekte an. Das gilt auch für Fragen rund um das Thema Schwangerschaft. Der Migrationsrat tagt zwei bis vier Mal jährlich. Der Rat ist für fünf Jahre gewählt worden. Ziel ist es,

Fremdenfeindlichkeit und Rassismus abzubauen. Außerdem soll ein gleichberechtigtes Zusammenleben aller Menschen mit verschiedenen kulturellen Hintergründen ermöglicht werden.

Die Ansprechpartnerinnen und -partner des Migrationsrates finden Sie unter: www.hameln-pyrmont.de.

Migrationsrat	
Kontakt	
Hameln	
Landkreis Hameln-Pyrmont Migrationsrat Süntelstraße 9 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3010 Fax: 05151/903-6 E-Mail: migrationsrat@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	





IntegrationslotsInnen

Was machen Integrationslotsinnen und Integrationslotsen?

Integrationslotsinnen und Integrationslotsen sind ausgebildete ehrenamtliche Personen, die Flüchtlinge in der ersten Zeit nach ihrer Zuweisung in den Landkreis Hameln-Pyrmont begleiten. Die Begleitung des Flüchtlings oder der Flüchtlingsfamilie wird alltagsnah und praktisch umgesetzt. Konkret geht es z.B. um die Begleitung bei Einkäufen, Behörden-gängen, Klärung von Alltagsproblemen und der Vermittlung und Anmeldung in Kindertagesstätte oder Vereinen.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Team Flüchtlingssozial beim Landkreis Hameln-Pyrmont unter www.fluechtlingssozialarbeit@hameln-pyrmont.de oder telefonisch unter 05151/903-3443 oder an ihre Stadt bzw. Gemeinde. Hierzu können Sie dem Löwen auf Seite 75 zum Kapitel „Acht kreisangehörige Städte und Gemeinden“ folgen.



Kinderschutzbund und Babybedenkzeit

Der Kinderschutzbund kümmert sich besonders um die Rechte und den Schutz von Kindern.

Aber noch vor der Schwangerschaft gibt es ein besonderes Angebot: es ist das Programm „Babybedenkzeit“.

Die Idee dahinter ist, Jugendlichen ein Praktikum als Eltern zu ermöglichen. Dazu wurden spezielle Babypuppen entwickelt. Das sind die sogenannten RealCare Babys®. Diese Puppen sind von der Größe und dem Gewicht Babys nachempfunden. Die Babypuppen müssen genauso versorgt werden wie Babys. Ein Chip am Handgelenk zeichnet die Aktionen auf. So wird sichergestellt, dass sich eine Person um die Babypuppe kümmert.

Unter www.babybedenkzeit.de finden Sie weitere Informationen.

Während der Schwangerschaft bietet der Deutsche Kinderschutzbund Hilfe bei Gewalt. Eine Beratung ist kostenfrei.

Ist das Baby da, kann der Kurs „Starke Eltern – Starke Kinder®“ besucht werden. Der Kurs gibt Hinweise zur Erziehung. Es zeigt Lösungen bei Konflikten auf. Er informiert über Kinderrechte und Erziehungsthemen. Kurzum: er gibt Eltern Sicherheit bei der Erziehung.

Eine Krippe hat der Deutsche Kinderschutzbund in Hameln auch im Angebot.

Kinderschutzbund und Babybedenkzeit

Kontakt

Bad Pyrmont

Kinderschutzbund Ortsverband Bad Pyrmont e.V.

Bismarckstraße 16 a
31812 Bad Pyrmont
Tel.: 05281/609505
Fax: 05281/1631829
E-Mail: ksb-badpyrmont@t-online.de
Internet: www.kinderschutzbund-badpyrmont.de

Familienberatung
Hausaufgabenunterstützung
Eltern-Kind-Treff
Elternkurs: Starke Eltern - starke Kinder® (45 € pro Kurs für 10 Abende, Ermäßigung nach Absprache)

Hameln

Kinderschutzbund Ortsverband Hameln e.V.

Fischbecker Straße 50
31785 Hameln
Tel.: 05151/942571
Fax: 05151/942573
E-Mail: ksb.hameln@web.de
Internet: www.kinderschutzbund-hameln.de
Internetseite: www.kinderschutzbund-hameln.de

Babybedenkzeit (Babysimulatoren zum Einüben)
Starke Eltern – starke Kinder® (Kosten nach Absprache)
Trennungs- / Scheidungsberatung und Begleiteter Umgang
Gewaltberatungsstelle/ Beratungsstelle „Sexueller Missbrauch“ (anonym und kostenfrei)
Malort (Gewalterfahrungen können in Bildern ausgedrückt werden)
Krippe „Kükennest“



Trennung oder Scheidung

Wenn aus der Zweierbeziehung eine Dreierbeziehung wird, kann es zu Konflikten kommen – auch schon bevor das Kind geboren ist. Wird eine Trennung überlegt, können die Erziehungsberatungsstelle oder die Beratungsstellen für Ehe, Partnerschaft, Familie- und Lebensberatung angesprochen werden. Sie finden die Adressen in Ihrer Nachbarschaft auf Seite 32.

Begleiten starke Konflikte die Trennung? Dann bietet der Deutsche Kinderschutzbund oder der Allgemeine Soziale Dienst (kurz: ASD) des Jugendamtes seine Unterstützung an – auch bereits in der Schwangerschaft! Mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern können Sie gemeinsam Strategien erarbeiten, wie Sie Ihre Partner- oder Familienkonflikte bewältigen können. Bei Gericht steht Ihnen der ASD ebenfalls zur Seite. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter suchen mit Ihnen zusammen nach den besten Lösungen.

Der ASD kommt auch zu Ihnen in die Städte und Gemeinden des Landkreises Hameln-Pyrmont. Die

Sprechstunden sind in den Außenstellen in Ihrer Nähe. Fragen Sie in der Landkreisverwaltung nach den Sprechzeiten. Der ASD ist montags bis donnerstags von 08.00 – 16.00 Uhr und freitags von 08.00 – 13.00 Uhr erreichbar. Termine außerhalb dieser Zeiten können vereinbart werden.

Noch ein Tipp vorab: Sollte der in Zukunft getrennt lebende Partner keinen Kindesunterhalt zahlen, können Sie unter bestimmten Voraussetzungen Leistungen nach dem Unterhaltsvorschussgesetz (UVG) erhalten. Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld können Sie ebenfalls beantragen. Zum Thema „Arbeitslosengeld II und Sozialgeld“ gibt es ein extra Kapitel auf Seite 85. Weiter Informationen gibt es unter www.familien-wegweiser.de.

Die hier aufgeführten Beratungsangebote sind offen für alle unabhängig von Alter, Familienstand, Konfession und Weltanschauung. Häufig sind sie kostenfrei. Manchmal wird ein einkommensabhängiger Beitrag vorab abgesprochen.

Trennung oder Scheidung	
Kontakt	
Bad Pyrmont	
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Bad Pyrmont e.V. Bismarkstraße 16 a 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/609505 E-Mail: ksb-badpyrmont@t-online.de	Familienberatung Eltern-Kind-Treff Elternkurs: Starke Eltern – starke Kinder® (45 € pro Kurs für 10 Abende, Ermäßigung nach Absprache)
Hameln	
Deutscher Kinderschutzbund Fischbecker Straße 50 31785 Hameln Tel.: 05151/942571 E-Mail: ksb.hameln@web.de Internet: www.kinderschutzbund-hameln.de	Beratung Begleiteter Umgang

Hallo Nachbar, wir wohnen auch im Landkreis Hameln-Pyrmont

Trennung oder Scheidung	
Kontakt	
Diakonie Hameln-Pyrmont im Ev.-luth. Kirchenkreisverband Hameln-Holzminden Lebens-, Familien- und Eheberatungsstelle Trennung- und Scheidungsberatung Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/7666 E-Mail: info@lebensberatung-hameln.de Internet: www.kirche-hameln-pyrmont.de	Psychologische Beratung Einzel-, Paar- und Familienberatung Prävention
Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) des Bistums Hildesheim Caritas-Haus Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 05151/22068 E-Mail: efl-hameln@t-online.de Internet: www.efl-hameln.de	„Aus 2 werden 3“ – psychologische Einzel-/ Paar-/ Familien-Beratung (auch) für junge und werdende Eltern Beratung bei Problemen und Konflikten in Ehe und Partnerschaft sowie bei Familienkrisen Termine nach (telefonischer) Vereinbarung Die Beratung ist kostenlos.
Landkreis Hameln-Pyrmont Erziehungsberatungsstelle Hermannstraße 10 31785 Hameln Tel.: 05151/903-3535 Fax.: 05151/903-63535 E-Mail: erziehungsberatung@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	
Landkreis Hameln-Pyrmont Allgemeiner Sozialer Dienst Süntelstraße 9 31785 Hameln Sekretariat 05151/903-3409 E-Mail: landkreis@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	
Landkreis Hameln-Pyrmont Team Vormundschaft/Beistandschaft/Elterngeld Süntelstraße 9 31785 Hameln Sekretariat 05151/903-3615 (A-L) oder – 3115 (M-Z) E-Mail: landkreis@hameln-pyrmont.de Internet: www.hameln-pyrmont.de	

Neben Trennung und Scheidung kann aber auch ein ganz anderes Problem vorliegen: **Die Zwangsheirat**. Wer sich von einer Zwangsheirat bedroht sieht oder in einer Zwangsheirat lebt, kann sich auf der Website von Kargah e.V./SUANA-Krisentelefon informieren und auch Rat holen: https://kargah.de/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=182&Itemid=683&lang=de



Missbrauch und Gewalt

Gewalterfahrungen während der Schwangerschaft belasten nicht nur die Mutter sondern auch das Ungeborene. Die Polizei steht Ihnen in akuten Gewaltsituationen zur Seite.

Wie können Sie sich und Ihr Ungeborenes außerdem schützen? Sie können zum Deutschen Kinderschutzbund oder auch zum Allgemeinen Sozialen Dienst im Jugendamt kommen. Im vorherigen Kapitel „Trennung oder Scheidung“ auf Seite 121 sind die Kontaktdaten bereits genannt. Zusammen mit Ihnen wird geschaut, wie (weitere) Gewalt vermieden werden kann.

Sie können sich außerdem an die Beratungsstelle des Weißen Rings in Hameln wenden. Der Weiße Ring unterstützt bei tatbedingten Notlagen auch finanziell. In einigen Fällen werden Anwaltskosten übernommen.

Hilfetelefone gibt es ebenso. Die sind in der Liste unten mit aufgeführt.

Wenn Sie selber zur Gewalt neigen und das vermeiden wollen, kommen Sie zum Deutsche Kinderschutzbund oder zum Allgemeinen Sozialen Dienst. Dort schätzt man Ihren Willen zur Vermeidung! Es werden Möglichkeiten zur Verhaltensänderung aufgezeigt. Gemeinsam werden Lösungen gesucht.

Und dann gibt es da noch das Projekt „Kein Täter werden“ von der Medizinischen Hochschule Hannover. Es ist eine kostenlose Therapie für Menschen, die sich sexuell zu Kindern hingezogen fühlen. Die Therapie ist ambulant. Selbstverständlich wird bei Beratungen die Schweigepflicht gewahrt. Die Internetseite www.kein-taeter-werden.de/hannover bietet weitere Informationen.

Wenn Sie merken, dass Ihr Kind sexuell missbraucht oder diskriminiert wird, können Sie sich an die Hotline-Nummer 0511/1207120 oder E-Mail anlaufstelle@mk.niedersachsen.de wenden. Das Telefon ist Mo - Do 08.00 - 16.00 Uhr und Fr 08.00 - 12.00 Uhr besetzt. Außerhalb dieser Zeiten können Sie auf den Anrufbeantworter sprechen.

Missbrauch und Gewalt	
Kontakt	
Deutschlandweite Hotlines	
Elterntelefon des Deutschen Kinderschutzbundes	0800/1110550 (kostenlos) Mo - Fr 09.00 – 11.00 Uhr + Di + Do 17.00 – 19.00 Uhr
Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen	0800/116016 (kostenlos) Chat oder E-Mail unter www.hilfetelefon.de rechts bitte anklicken: „Online-Beratung“
Kinder- und Jugendtelefon Trau-dich! Internet: www.trau-dich.de	0800/1110333 – Die Nummer gegen Kummer
Polizei	110
Sorgentelefon Hameln-Pyrmont	0800/1110444 gebührenfrei & anonym, täglich (auch am Wochenende und an Feiertagen) 18.00 – 21.00 Uhr
Hannover	
Frauennotruf	0511/332112
Gewaltnotruf Niedersachsen Hannover	0511/120-7120 Mo – Do 08:00 - 16:00 Uhr + Fr 08.00 bis 12.00 Uhr
Missbrauch von Kindern	0511/1207120 E-Mail: anlaufstelle@mk.niedersachsen.de

Missbrauch und Gewalt	
Kontakt	
Medizinische Hochschule Hannover Zentrum für Kinderheilkunde und Jugendmedizin Carl-Neuberg-Straße 1 30625 Hannover Tel.: 0511/532-8052 E-Mail: dunkelfeld.info@mh-hannover.de Internet: www.mh-hannover.de/dunkelfeld	„Kein Täter werden“ 0511/532-8052 Di + Do 09.00 – 11.00 Uhr Mi 15.00 – 17.00 Uhr
Bad Pyrmont	
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Bad Pyrmont e.V. Bismarkstraße 16 a 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/609505 E-Mail: ksb-badpyrmont@t-online.de	Familienberatung Eltern-Kind-Treff Elternkurs: Starke Eltern – starke Kinder® (45 € pro Kurs für 10 Abende, Ermäßigung nach Absprache)
Hameln	
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Hameln e.V. Fischbecker Straße 50 31758 Hameln Tel.: 05151/942571 E-Mail: ksb.hameln@web.de Internet: www.kinderschutzbund-hameln.de	Gewaltberatungsstelle und Beratungsstelle „Sexueller Missbrauch“ (anonym und kostenfrei), Malort für Kinder und Jugendliche (alternative Ausdrucksmöglichkeit nach Gewalterfahrung)
Frauenberatungsstelle Wilhelmstraße 3 31785 Hameln Tel.: 0 5151/7872666 E-Mail: frauenberatungsstelle@t-online.de Internet: www.frauen-maedchen-beratung.de/beratungsstellen/hameln/	Mo – Fr 09.00 – 12.00 Uhr Di und Do 15.00 – 18.00 Uhr und nach Vereinbarung
Frauenzentrum/Anlaufstelle für das Frauenhaus Hameln Biss (Beratungsstelle gegen häusliche Gewalt) Wilhelmstraße 3 31785 Hameln Tel.: 05151/25299 od. 05151/405707 E-Mail: biss-hameln@t-online.de Internet: www.rek-weserbergland-plus.de	Zufluchtsort für alle Frauen auch außerhalb von Schwangerschaft
Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Anlauf- und Beratungsstelle „No Limits“ Ostertorwall 6 31785 Hameln Tel.: 05151/24646 E-Mail: skf.hameln@t-online.de Internet: www.skf-hameln.de	Mädchencafé – Beratung in Not- und Konfliktsituationen und bei Gewalterfahrung für junge Frauen und Mädchen ab 9 Jahren
WEISSER RING e.V. – Außenstelle Hameln-Pyrmont Rotenberg 13 31787 Hameln Tel.: 05151/41507, Fax: 05151/41507 E-Mail: wr.jahn-pabel@web.de Internet: www.weisser-ring.de	Opferhilfe für Kriminalitätsopter Tel.: 116006 kostenfreies und anonymes Opfertelefon des Weissen Rings tägl. von 7-22 Uhr



Drogen- und Suchtberatung

Süchte sind sehr verschieden. Alkohol oder Medikamente sind nur zwei Beispiele. Jeder kann süchtig werden. Manchmal merkt man gar nicht, dass man sich auf dem Wege zu einer Sucht befindet. Oder bereits süchtig ist. Eine Sucht fühlt sich häufig sogar auch angenehm an. Gerade das macht es eben so schwierig.

Besonderes Problem in der Schwangerschaft ist: Süchte schaden der kindlichen Entwicklung oder werden übertragen. Mit anderen Worten: Die Sucht bezieht sich nicht nur auf Sie als Mutter sondern auch auf Ihr Ungeborenes.

Was kann man nun tun, um Süchten zu begegnen? Sie ahnen es: auch für Süchte gibt es freundliche Nachbarn. Diese Menschen finden es mutig, wer sich seinen Süchten entgegen stellt. Insbesondere, um auch das Kind zu schützen. Wer Ihren Besuch gut findet, steht wieder in der Liste. Gerne wird man

Sie auf dem Weg aus der Sucht begleiten. Gut daran ist außerdem, dass dabei das Selbstbewusstsein gestärkt wird. So fällt es leichter, sich von einer Abhängigkeit zu lösen.

Hier noch ein Hinweis: Kennen Sie die Online-Beratung der „STEP Hannover“? Die Internet-Adresse ist: www.step-hannover.de.

Zur Drogenberatungsstelle Drobs in Hameln können Sie hingehen. Dort stehen Ihnen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter persönlich als Ansprechpersonen zur Verfügung. Die genaue Anschrift ist neben anderen in der Liste.

Selbsthilfegruppen im Suchtbereich gibt es auch. Die Kontaktstelle für Selbsthilfe sind die Paritäten in Hameln. Weitere Informationen dazu finden Sie unter www.paritaetischer.de. Auf Seite 107 haben wir noch andere Selbsthilfegruppen rund um das Thema Schwangerschaft und Familie aufgeführt.



Drogen- und Suchtberatung	
Kontakt	
Bad Münden	
Ev.-luth. Kirchenkreisverband Hameln-Holzminden Fachstelle für Sucht und Suchtprävention Angerstraße 2 31848 Bad Münden Tel.: 05151/7667 E-Mail: info@suchtberatung-hameln.de	Prävention Beratung Therapievorbereitung Therapievermittlung Nachsorge Ambulante Therapie Glücksspielprävention Sprechstunde in Bad Münden nur nach Anmeldung unter 05042/503447 Offene Gruppe (angeleitet) Do 18.30 – 20.00 Uhr
Bad Pyrmont	
AIBP Arbeit und Integration Brunnenstraße 38 31812 Bad Pyrmont Tel.: 05281/608297 E-Mail: beratung@aibp.de Internet: www.aibp.de	nur nach Terminabsprache 14-tägig montags ab 11 Uhr für sechs Stunden in der Beratungsstelle der AIBP, Altenau- platz 4, Bad Pyrmont Tel.: 05151/940000
Hameln	
Ev.-luth. Kirchenkreis Hameln-Pyrmont Fachstelle für Sucht und Suchtprävention Münsterkirchhof 10 31785 Hameln Tel.: 05151/7667 E-Mail: suchtberatung@beratungsstellen-hameln.de Internet: www.kirche-hameln-pyrmont.de	Prävention Beratung Therapievorbereitung Therapievermittlung Nachsorge Ambulante Therapie Glücksspielprävention
Drobs Hameln Kaiserstraße 55 31785 Hameln Tel.: 05151/940000 Fax: 05151/925400 E-Mail: drobs.hameln@step-hannover.de Internet: www.step-niedersachsen.de	Ambulant betreutes Wohnen Begleitung von Schwangeren, Drogenkonsumierenden, substituierten Eltern, drogenkonsumierenden Eltern in Ein- zel- u. Paargesprächen Beratung: wann die Entgiftung sinnvoll ist wie ohne Kindsgefährdung der Konsum eingestellt werden kann ob Entgiftung und Therapie stationär oder ambulant durchgeführt werden soll



Hallo Nachbar, wir wohnen auch im Landkreis Hameln-Pyrmont

Das Familienhandbuch „vom ICH zum WIR“ – Hier gibt's noch mehr Infos für Eltern mit Kindern von 0–3 Jahren

Wussten Sie schon? – Der Landkreislöwe begleitet Sie nicht nur durch die spannende Welt der Schwangerschaft. Er führt Sie auch gerne auf Ihrem gemeinsamen Weg mit Ihrem Kind.

In dem Familienhandbuch „vom ICH zum WIR“ finden Sie alle Informationen die Sie benötigen, wenn ihr kleines Glück auf der Welt ist. Die Zielgruppe dieses Familienhandbuchs widmet sich Eltern mit Kindern im Alter von 0–3 Jahren.

Es bietet Ihnen ähnlich wie hier eine Menge Informationen, Adressen und Kontakte.

Sie finden es online unter www.hameln-pyrmont.de/Familienhandbuch. Oder unter folgendem QR-Code:





Impressum

Herausgegeben in Zusammenarbeit des Landkreises Hameln-Pyrmont und den im Vorwort genannten Institutionen. Die Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Auch sind nicht alle Adressen unter allen Rubriken zu finden. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung Fachstelle Frühkindliche Bildung entgegen. Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, Weiterverbreitung und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Herausgeber:

Landkreis Hameln-Pyrmont
Jugendamt
Süntelstr. 9
31785 Hameln
Tel.: 05151/903-3405
Fax: 05151/903-63405
E-Mail: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de
Internet: www.hameln-pyrmont.de

Gesamtherstellung:

ravi-DESIGN GmbH
Schwarzer Weg 39 A
31789 Hameln
Tel.: 05151/678146
Fax: 05151/678156
info@ravi-design.de
www.ravi-design.de

Text:

© Landkreis Hameln-Pyrmont

Abbildungen:

© Landkreis Hameln-Pyrmont

© ravi-DESIGN GmbH

© Fotolia.com:

© _jure, © Africa Studio, © Africa Studio, © Alekss,
© Andrey Bandurenko, © Andriy Petrenko,
© Artranq, © Bernd Leitner, © Boggy,
© chalabala, © Claudia Paulussen,
© contrastwerkstatt, © contrastwerkstatt,
© drubig-photo, © famveldman, © gpointstudio,
© GTeam, © Jasmin Merdan, © Joni Hofmann,
© Kzenon, © Kzenon, © Kzenon, © Kzenon,
© lumen-digital, © Iurii Sokolov, © Marcito,
© Marco2811, © mitarart, © mmphoto,
© Monkey Business, © Monkey Business,
© nd3000, © Photographee.eu,
© PhotographyByMK, © pololia,
© RioPatuca Images, © Sandor Kacso, © upixa,
© vchalup, © vchalup, © YakobchukOlena,
© zinkevych

© pixabay.com:

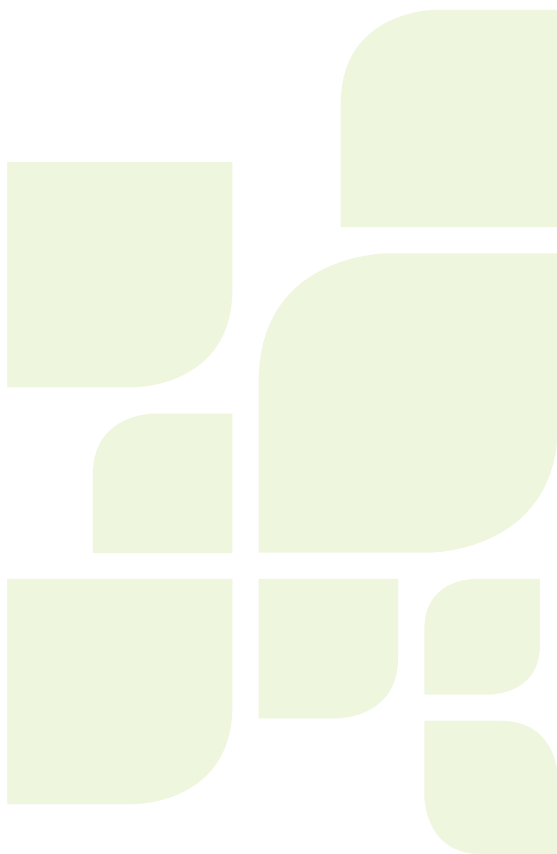
© 3907349, © Anemone123, © Greyerbaby,
© jarmoluk, © kelin, © PixelwunderByRebecca,
© RitaE, © skeeze, © tasha

Alphabetisch sortiertes Verzeichnis

A doption	39
Ämter / Jugendamt, Inklusion und Bildung, Sozialamt	94
Angebote für werdende Familien	49
Angebote für werdende Väter, Partner und Partnerinnen	47
Anlaufstellen für Menschen mit Migrationshintergrund	112
Anmeldung des Kindes bei den Städten und Gemeinden	73
Anträge	71
Arbeitslosengeld II (Hartz IV)	85
B abybedenkzeit	120
Babymassage	54
Babysitting	69
Babytasche	43
Behinderung des Kindes	30
Belastungen	29
Beziehungsaufbau	11, 53
C afé Kinderwagen	99
D rogenberatung	125
E heberatung	32
Eltern- und Familienangebote	100
Elterngeld	79
Elternzeit	77
Erstausstattung	43
Erste Hilfe	103
F amilie in Not	86
Familie im Zentrum (FIZ)	99
Familie und Beruf	89
Familienberatung	32
Familien- und Kinderservicebüros	96
Familienhebammen	13
Familienpflege	83
Fehlgeburt	105
Frauenheilkunde	20
G eburtshilfe	20
Geburtskliniken/- stationen	24
Geburtsvorbereitung	12
Gesetzliche Regelungen	71
Gesundheitsamt	94
Gewalt	123
GynäkologInnen	20
H artz IV	85
Hebammen	13
I mpressum	129
IntegrationslotsInnen	119
J ugendärztinnen und -ärzte	101
K inderärztinnen und -ärzte	101



Kindergeld	81
Kinderschutzbund	120
Kinderwunsch	41
Kindstod	105
Künstliche Befruchtung	41
Lebensberatung	32
(Leih-) Großeltern	67
Lernen ohne Stress	100
Marte Meo	58
Mehrlinge	82
Migrationshintergrund	112
Migrationsrat	118
Minderjährige Mütter / Väter	37
Missbrauch	123
Mutterschutz	76
Namensgebung	72
Notmütter	70
Patenprojekt	67
Partnerberatung	32
Partnerschaftsbonus	79
Pflegekinderdienst	42
Plötzlicher Kindstod	105
Pränataldiagnostik	28
Psychotherapie	23
Risikoschwangerschaft	28
Rückbildung	64
Scheidung	121
Schreibabys	65
Schuldnerberatung	87
Schwangerschaftsberatung	10
Schwangerschaftskonfliktberatung	31
Schwangerschaft und Ausbildung	92
Selbsthilfegruppen	107
Sorgerecht	36
Sozialberatung	32
Sozialgeld	85
Standesämter	73
Städte und Gemeinden	75
Stillberatung	60
Stillgruppen	60
Suchtberatung	125
Trennung	121
Vaterschaftsanerkennung	35
Vertrauliche Geburt	39
Wegweiser psychische Gesundheit	94
Wellcome	68



Landkreis
Hameln-Pyrmont



Jugendamt
Süntelstraße 9, 31785 Hameln

Telefon: 05151 / 903-3405
Telefax: 05151 / 903-63405

begruessungspaket@hameln-pyrmont.de
www.hameln-pyrmont.de



**Hier finden Sie unser
Schwangerschaftshandbuch
zum Download:**

[www.hameln-pyrmont.de/
schwangerschaftshandbuch](http://www.hameln-pyrmont.de/schwangerschaftshandbuch)

Russisch

Руководство по беременности

Вы беременны. У Вас начинается новый этап жизни. Район Хамельн-Пирмонт хотел бы поддержать Вас. Поэтому мы опубликовали руководство по беременности. В этом руководстве по беременности описаны предложения для будущих родителей и для ставших родителями. Каждый из подзаголовков глав показывает один из предложений. Под заголовками предоставлен список адрессов, где Вы можете найти те или иные предложения. Все предложения находятся в округе Хамельн-Пирмонт.

Руководство по беременности Вы так же найдете в интернете: www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch. Мы с удовольствием ответим на все Ваши вопросы дополнительно по телефону 05151/903- 3405 или по электронной почте begruessungspaket@hameln-pyrmont.de.

Мы желаем Вам и Вашему ребёнку всего хорошего. Ваше бюро по вопросам молодежи и юношества округа Хамельн-Пирмонт.

Serbisch

Priručnik za trudnoću

Trudni ste. Za Vas započinje nova faza života. Okrug Hameln-Pyrmont želi rado da Vam pruži podršku. Iz tog razloga smo objavili priručnik za trudnoću. Ovaj priručnik za trudnoću opisuje ponude za buduće i novonastale roditelje. Naslovi svakog poglavlja daju informacije o ponudi. Ispod naslova su adrese na kojima možete da nađete određenu ponudu. Sve ponude se nalaze ovde, u okrugu Hameln-Pyrmont. Priručnik za trudnoću dostupan je i na internetu na www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch.

Ako imate bilo kakvih pitanja, slobodno nas kontaktirajte. Možete nas kontaktirati na: Tel.: 05151/903- 3405 ili Email: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de.

Vama i Vašoj bebi želimo sve najbolje. Vaša Služba za pomoć mladima okruga Hameln-Pyrmont

Spanisch

Manual para el embarazo

Está embarazada. Es el inicio de una nueva etapa de su vida y el distrito de Hameln-Pymont desea apoyarle en este proceso. Por ello hemos publicado un manual para el embarazo. Este manual para el embarazo describe ofertas para futuros padres y aquellos que acaban de serlo. Los títulos de los capítulos indican la oferta correspondiente. Debajo de los títulos aparecen las direcciones en las cuales se encuentra la oferta. Todas las ofertas están ubicadas aquí, en el distrito de Hameln-Pyrmont.

El manual para el embarazo también está disponible en Internet bajo www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch. No dude en ponerse en contacto con nosotros si tiene cualquier pregunta. Nos encontrará por teléfono llamando al: 05151/903-3405 o por correo electrónico en: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de.

Con los mejores deseos, también para su bebé La Oficina de Protección de Menores del distrito Hameln-Pyrmont

Türkisch

Hamilelik Kılavuzu

Hamilesiniz. Sizin için bir yaşam evresi başlıyor. Hameln-Pyrmont vilayeti olarak size destek olmak istiyoruz ve bu nedenle de bir hamilelik kılavuzu yayınladık. Bu hamilelik kılavuzu, bebek bekleyen ve bebeği olan ebeveynler için sunulan hizmetleri açıklar. Her bölüm başlığı sunulan bir hizmeti gösterir. Başlıkların altında sunulan hizmeti bulabileceğiniz adresler yer alır. Tüm hizmetler Hameln-Pyrmont vilayetindedir. Hamilelik kılavuzuna ayrıca www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch

pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch adresinden de erişebilirsiniz.

Herhangi bir sorunuz varsa lütfen bizimle temasa geçmekten çekinmeyin. Bize 05151 / 903-3405 numaralı telefondan veya begruessungspaket@hameln-pyrmont.de e-posta adresinden ulaşabilirsiniz

Size ve bebeğinize iyi şanslar dileriz. Hameln-Pyrmont viyaleti Gençlik Yardım Ofisi

Ungarisch

Terhességi kézikönyv

Ön terhes. Az élet új fázisa kezdődik. Hameln-Pyrmont járás szeretné ebben támogatni. Ezért egy terhességi kézikönyvet jelentettünk meg. Ez a terhességi kézikönyv ajánlatot tartalmaz a leendő szülők számára. Az egyes fejezetek címsorai egy-egy ajánlatot mutatnak. A címsor alatt találhatóak azok a címek, ahol megtalálja az ajánlatot. Minden ajánlat a Hameln-Pyrmont járásban található. A terhességi kézikönyv egyúttal megtalálható az

interneten is az alábbi címen: www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch. Ha bármilyen kérdése van, vegye fel velünk a kapcsolatot. Itt érhet el minket: telefonon: 05151/903- 3405 vagy e-mailben: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de.

Minden jót kívánunk Önnek és gyermekének! Hameln-Pyrmont járás fiatalok gyámhivatala

Deutsch

Schwangerschaftshandbuch

Sie sind schwanger. Ein neuer Lebensabschnitt fängt an. Der Landkreis Hameln-Pyrmont möchte Sie gerne dabei unterstützen. Daher haben wir ein Schwangerschaftshandbuch herausgebracht. Dieses Schwangerschaftshandbuch beschreibt Angebote für werdende und gewordene Eltern. Die Überschriften der Kapitel zeigen jeweils ein Angebot auf. Unter den Überschriften sind Adressen aufgelistet, wo Sie das Angebot finden.

Alle Angebote sind hier im Landkreis Hameln-Pyrmont. Das Schwangerschaftshandbuch steht auch im Internet unter www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch. Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie Fragen haben. Sie erreichen uns unter Tel.: 05151/903-3405 oder E-Mail: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Baby alles Gute. Ihr Jugendamt Hameln-Pyrmont

Arabisch

دليل الحمل

أنتِ حامل. إذا سيبدأ فصل جديد من الحياة. إدارة منطقة هاملن – بيرمونت تودّ أن تدعمكِ.

ولهذا السبب أصدرنا دليل الحمل.

دليل الحمل يصف ويقدم عروضاً للذين أصبحوا أباء وأمهات أو للأباء والأمهات المنتظرين.

كل عنوان خاص بفصل يظهر لك بين طياته عرضاً.

أسفل العناوين الرئيسية هناك العنوان الخاص بالعرض المقدم.

جميع العروض متوفرة في دائرة منطقة هاملن - بيرمونت.

دليل الحمل موجود ايضا في الانترنت على العنوان التالي:

www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch.

إذا كان لديكم أي سؤال، لا تترددوا بالتواصل معنا على رقم الهاتف التالي:

05151/903-3405

او عن طريق البريد الالكتروني:

begruessungspaket@hameln-pyrmont.de

نتمنى لكم ولطفلكم كل التوفيق.

دائرة رعاية الشباب والقاصرين بمنطقة هاملن - بيرمونت.

Albanisch

Doracak shtatzënie

Ju jeni shtatzënë. Një pjesë e re të jetës fillon. Rrethi administrativ Hameln-Pyrmont dëshiron t'ju përkrahë gjatë kësaj. Prandaj kemi botuar një doracak shtatzënie.

Ky doracak shtatzënie përshkruan oferta për të gjithë që janë duke u bërë prindër ose që tashme u bënë prindër.

Titujt e kapitujve tregojnë secili një ofertë.

Poshtë titujve listohen adresat seku e gjeni ofertën.

Të gjitha ofertat janë këtu në rrethin administrativ Hameln-Pyrmont.

Doracaku i shtatzënisë mund të lexohet edhe

në internet nën [www.hameln-pyrmont.de/](http://www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch)

Schwangerschaftshandbuch.

Ju mirëpresim të na drejtoheni me pyetjet tuaja.

Ju mund të na kontaktoni: Tel.: 05151/903- 3405 ose

E-mail: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de.

Ne ju urojmë juve dhe bebes suaj gjithë të mirat.

Enti juaj i rinisë i rrethit administrativ Hameln-Pyrmont

Englisch

Pregnancy Manual

You are pregnant. A new chapter in life starts. The district of Hameln-Pyrmont wants to support you during this time. Therefore, we have published a pregnancy manual.

This pregnancy manual describes offers for expectant mothers and parents to be.

The heading of each chapter shows an offer. Under the headings are lists with addresses, where you can find that offer. All offers are here in the district of Hameln-Pyrmont.

The pregnancy manual is also on our

homepage: [www.hameln-pyrmont.de/](http://www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch)

Schwangerschaftshandbuch.

If you have any questions, please do not hesitate to contact us under: Phone: 05151/903-3405 or e-mail:

begruessungspaket@hameln-pyrmont.de.

We wish you and your baby all the very best.

Yours sincerely,

Your youth welfare service of the district of Hameln-Pyrmont

Kurdisch

Kurtepirtûka Ducaniyê

Tu ducanî yî. Perçeyekî nû ji Jiyanê destpêdike. Herêma Hameln-Pyrmont dixwaze ji bo vê yekê piştgirîê bide te. Ji ber vê hawî me Kurtepirtûkeke Ducaniyê weşandiye.

Ev Kurtepirtûka Ducaniyê çalakî û xizmetgûzariyan ji bo wan kesên ku dê bibin yan bûne Dayik û Bav şîrove dike.

Sernivîsên her perçeyekî pirtûkê xizmetgûzariyekê nîşan didin.

Di bin sernivîsan re navnîşanên cihên wan çalakî û xizmetgûzariyan hatine nivîsandin.

Hemî çalakî û xizmetgûzarî li vê deverê ne, anku li Herêma Hameln-Pyrmont in.

Kurtepirtûka Ducaniyê li Înternêtê jî li ser vê navnîşanê peyda dibe www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch.

Heger pirsên we hebin, hun dikarin yekser peywendiyê bi me re deynin.

Hun dikarin peywendiyê bi rêya Telefûnê: Tel.: 05151/903- 3405 yan bi rêya Ê-mailê: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de bi me re deynin.

Em ji bo te û dergûşa te her tiştên baş dixwazin.

Rêvebiriya karûbarên gencan ya ji bo we berpirsiyar li Herêma Hameln-Pyrmont

Rumänisch

Îndrumar pentru graviditate

Sunteți gravidă. Începeți un nou capitol al vieții.

Districtul Hameln-Pyrmont dorește din toată inima să vă sprijine. În acest scop am editat un îndrumar pentru graviditate.

Acest îndrumar pentru graviditate prezintă oferte pentru părinții în devenire și proaspăt deveniți. Titlurile capitolelor prezintă de fiecare dată o ofertă. Sub titluri sunt listate adresele la care găsiți fiecare ofertă.

Toate ofertele se află aici în Districtul Hameln-Pyrmont.

Îndrumarul pentru graviditate se află de asemenea în Internet la www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch.

Vă stăm cu plăcere la dispoziție să discutați cu noi dacă aveți întrebări.

Ne găsiți la: Tel.: 05151/903- 3405 sau

Email: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de.

Vă dorim toate cele bune dumneavoastră și bebelușului dumneavoastră.

Ai dumneavoastră

Oficiul pentru Tineret al Districtului Hameln-Pyrmont

Dari/Farsi/Persisch

راهنمای بارداری

شما باردار هستید. مرحله جدیدی از زندگی برایتان آغاز می شود. منطقه اداری (لند کرایز) هاملن- پیرمونت در ا راه از شما حمایت می کند. برای این منظور یک کتابچه راهنمای بارداری منتشر کرده ایم.

در این کتابچه راهنمای بارداری، امکانات و پیشنهاداتی برای والدین جدید که در انتظار نخستین فرزندشان هستند، همچنین برای سایر پدر و مادرها آورده شده است.

عناوین هر فصل یک امکان پیشنهادی را نشان می دهد.

در زیر عناوین لیست آدرس های مربوط به امکانات پیشنهادی را می یابید.

همه امکانات در همین منطقه هاملن-پیرمونت موجود می باشد.

کتابچه راهنمای بارداری تحت آدرس اینترنتی زیر نیز قابل دسترسی است: www.hameln-pyrmont.de/Schwangerschaftshandbuch.

لطفاً در صورت وجود هر گونه سؤال با ما تماس بگیرید.

امکان تماس با ما از طریق تلفن: ۰۵۱۵۱/۹۰۳-۳۴۰۵

امکان تماس با ما از طریق پست الکترونیکی//ایمیل: begruessungspaket@hameln-pyrmont.de

بهترین ها را برای شما و نوزادتان آرزو داریم.

از طرف اداره رفاه جوانان (کودکان، نوجوانان و جوانان) ناحیه اداری هاملن- پیرمونت