

# Familienbegleitbuch

## Frühe Hilfen in Mettmann

Stand: Dezember 2024





Über diesen QR-Code gelangen Sie auf die Seite des Babybegrüßungsdienstes. Dort finden Sie die Broschüren im pdf-Format in der aktuellen Version sowie der Link zum Familienportal:



### Franca Trapp

**Dezernat 4 - Bildung, Jugend und Soziales**  
Abteilung 4.2.4 Jugendhilfeplanung und Prävention  
Frühe Hilfen - Babybegrüßungsdienst

Tel.: 02104 / 980 - 476  
Fax: 02104 / 980 - 755  
E-Mail: franca.trapp@mettmann.de  
Neanderstraße 85  
40822 Mettmann

### Herausgeberin

Kreisstadt Mettmann  
Die Bürgermeisterin  
Neanderstraße 85  
40822 Mettmann  
Tel.: 02104 / 980 - 0  
Fax: 02104 / 980 - 721

### Artwork

Layout:  
Grafik / Hausdruckerei  
Illustrationen:  
Nina Gunetsreiner  
www.ninagunetsreiner.de



Liebe Eltern,

zur Geburt Ihres Kindes gratuliere ich Ihnen herzlich. Ich freue mich ganz besonders, den neuen Erdenbürger, Ihr Baby, als Bürgermeisterin der Kreisstadt Mettmann willkommen zu heißen. Ich wünsche Ihrer Familie mit Ihrem Kind einen guten Start.

Mit der Geburt eines Kindes – ob des ersten oder eines Geschwisterkindes – verändert sich vieles. Es beginnt für Sie eine neue und spannende Zeit, die auch immer wieder Herausforderungen mit sich bringt. Sie sind die wichtigste Person für Ihr Kind und schenken ihm Liebe, Geborgenheit und Vertrauen. „Kinder sind Gäste, die nach dem Weg fragen. Es gilt, den Gästen einen guten Ort anzubieten und ihnen so lange Sicherheit und liebevollen Halt zu geben, bis sie ihren Weg selber gehen können“, so hat es die Kinderpsychologin Jirina Prekop einmal treffend formuliert.

Mir ist es wichtig, dass Sie als Eltern genügend Kraft haben, um mit Freude für Ihr Kind zu sorgen, damit es ihm, aber natürlich auch Ihnen gut geht.

Wir als Stadt Mettmann möchten Sie als Eltern gerne unterstützen. Auf den folgenden Seiten des Mettmanner Familienbegleitbuchs stellen sich daher zahlreiche Einrichtungen vor, die sich an Eltern, Mütter und Väter richten. Sie erhalten einen Überblick über die zahlreichen Hilfsangebote, die alle dem Zweck dienen, Ihren Kindern einen guten Start ins Leben zu ermöglichen und

Ihnen hierzu unterschiedliche Formen der Unterstützung anzubieten. Diese reichen von Babykursen über Beratungen bis hin zu materieller Hilfe und persönlicher Begleitung.

Wenn Sie Fragen haben oder noch weitere Informationen wünschen, wenden Sie sich gerne an unsere Mitarbeiterin des Babybegrüßungsdienstes. Sie wird Sie beraten, unterstützen und bestimmt das passende Angebot für Sie finden.

Mir ist wichtig, dass Sie sich mit Ihrem Kind in unserer Stadt wohlfühlen und es Ihnen gut geht. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihrem Kind von Herzen alles Gute!

Ihre

Sandra Pietschmann

Bürgermeisterin der Kreisstadt Mettmann



## Inhaltsverzeichnis



Vorwort Bürgermeisterin ..... S. 3



Inhaltsverzeichnis ..... S. 4



Was sind Frühe Hilfen? ..... S. 5



Wirtschaftliche Hilfen ..... S. 7-20



Beratung und Hilfe ..... S. 21-36



Kindergesundheit ..... S. 37-46



Interkulturelle Angebote ..... S. 47-52



Kinderbetreuung ..... S. 53-60



Sport, Spiel, Spaß ..... S. 61-68



Weitere Informationen ..... S. 69-74  
Ausflüge, Homepages, Broschüren



## Was sind Frühe Hilfen?

Frühe Hilfen unterstützen Familien von Anfang an. Die Angebote sind **freiwillig** und **kostenlos**.

Sie sind für Schwangere und Eltern mit Kindern bis drei Jahren gedacht.

Zu den Angeboten gehören

- Beratung in der Schwangerschaft
- Beratung nach der Geburt des Kindes
- Babybegrüßungsdienst
- Eltern-Kind-Gruppen
- Familienhebammen, die Sie ein ganzes Jahr lang unterstützen
- Familien-Kinderkrankenschwestern, die Sie bis zu drei Jahre nach der Geburt unterstützen können

und vieles andere mehr ...



FILM: Wie funktionieren  
Frühe Hilfen?



Quelle: BzgA



# Finanzen und Wirtschaftliche Hilfen





# FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

## WAS? – Elternzeit und Elterngeld

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

Es gibt unterschiedliche Varianten, wie Sie die Auszahlung des Elterngeldes gestalten und aufteilen können. Nähere Informationen und einen Elterngeld-Rechner finden Sie auf der Homepage des Kreises Mettmann.

### Kontakt:

**Kreisverwaltung**  
**Der Landrat**  
**- Abteilung Elterngeld -**

Düsseldorfer Straße 47  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 99 - 34 35  
E-Mail: [elterngeld@kreis-mettmann.de](mailto:elterngeld@kreis-mettmann.de)



Die Gestaltung von **Elternzeit** und **Elterngeld** hängt eng zusammen. Für die Planung können Sie sich auf der Internetseite des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend informieren: [www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)

**Elterngeld**



**Elternzeit**





## WAS? – Kindergeld und Kinderzuschlag

Sie erhalten **Kindergeld** für Ihr Kind, wenn Sie Ihren Hauptwohnsitz in Deutschland haben. Die Leistung gibt es für alle Kinder bis zum 18. Lebensjahr, für Kinder in der Ausbildung bis zum 25. Lebensjahr.

Ausgezahlt wird das Kindergeld an den Elternteil, bei dem das Kind lebt. Lebt es mit beiden Elternteilen zusammen, können Sie entscheiden, wer das Kindergeld erhalten soll.

Das Kindergeld wird bei der Familienkasse beantragt.

### Kontakt:

#### Familienkasse-Nordrhein-Westfalen-West Standort Düsseldorf

Besucheradresse  
Grafenberger Allee 300  
40237 Düsseldorf  
Postanschrift  
50574 Köln  
Tel.: 08 00 / 4 55 55 30



Familien, die kein sehr hohes Einkommen haben, haben die Möglichkeit, den **Kinderzuschlag** zu beantragen. Die Bewilligung ist abhängig vom Einkommen (Verdienst, Elterngeld), von der Anzahl und dem Alter der Kinder und von den Wohnkosten. Es können bis zu 292 € pro Monat und Kind bewilligt werden (Stand 2024).

Einen Kinderzuschlag-Rechner und ein Erklär-Video zur Beantragung finden Sie unter [www.kiz-digital.de](http://www.kiz-digital.de).





# FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

## WAS? – Unterhaltsvorschuss

Wenn Sie alleinerziehend sind und von dem anderen Elternteil keinen oder nicht ausreichenden Unterhalt erhalten, hat Ihr Kind gegebenenfalls Anspruch auf Leistungen nach dem Unterhaltsvorschussgesetz.

Das bedeutet, dass die Unterhaltsvorschusskasse ersatzweise eine Unterstützung für Ihr Kind / Ihre Kinder zahlt und prüft, ob sie dieses Geld von dem Elternteil zurückfordert, der seinen finanziellen Verpflichtungen nicht nachgekommen ist.

Nähere Informationen finden Sie unter [www.familienportal.de](http://www.familienportal.de).



Die Anträge sowie weitere Informationen und die unten aufgeführten Ansprechpartner\*innen bei der Stadt Mettmann finden Sie unter [www.mettmann.de](http://www.mettmann.de).



### Kontakt:



#### Dezernat Jugend, Familie und Soziales

- Wirtschaftliche Jugendhilfe -
- Unterhaltsvorschuss -

Neanderstraße 85  
40822 Mettmann

#### Sabine Affüpper

Tel.: 0 21 04 / 980 - 446

E-Mail: [Sabine.Affuepper@mettmann.de](mailto:Sabine.Affuepper@mettmann.de)

#### Pelle Köpke

Tel.: 0 21 04 / 980 - 479

E-Mail: [Pelle.Koepke@mettmann.de](mailto:Pelle.Koepke@mettmann.de)

#### Jasmin Märrens

Tel.: 0 21 04 / 980 - 484

E-Mail: [Jasmin.Maertens@mettmann.de](mailto:Jasmin.Maertens@mettmann.de)





## WAS? – Bildung und Teilhabe (BuT)

Kinder und Jugendliche sollen nicht aus finanziellen Gründen vom kulturellen und sozialen Leben mit Gleichaltrigen ausgeschlossen sein. Durch Leistungen des Bildungs- und Teilhabepakets werden Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit geringem Einkommen in der Schule unterstützt und gefördert, um ein aktiver Teil der Gesellschaft zu sein. Anspruch haben insbesondere Beziehende\*innen von

- Bürgergeld, früher Arbeitslosengeld II/ Hartz IV (SGB II)
- Sozialhilfe (SGB XII)
- Kinderzuschlag (WWG)
- Asylbewerberleistungen (AsylbLG)

Nähere Informationen dazu, wofür Sie BuT-Leistungen erhalten können sowie Informationen darüber, wo und wie Sie sie beantragen können, finden Sie

- auf der Homepage des Jobcenters unter [www.jobcenter-me-aktiv.de](http://www.jobcenter-me-aktiv.de)



- im Flyer der Stadt Mettmann



- auf der Homepage der Stadt Mettmann unter [www.mettmann.de](http://www.mettmann.de)





# FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

## WAS? – Wohngeld

Wenn das Einkommen nicht ausreicht, eine angemessene und familiengerechte Wohnung zu finanzieren, ist es möglich, dass Sie einen „Mietzuschuss“ erhalten. Damit werden einkommensschwache Haushalte bei der Finanzierung der Wohnkosten unterstützt.

Wenn Sie in der Vergangenheit bereits Wohngeld beantragt haben und der Antrag abgelehnt wurde, lohnt es sich, gelegentlich über den Wohngeldrechner zu prüfen, ob man inzwischen Anspruch haben könnte. Vor allem, wenn sich etwas Wesentliches ändert, wenn zum Beispiel eine Person im Haushalt dazugekommen ist, kann sich ein erneuter Antrag lohnen.

Das Wohngeld gibt es nicht für Menschen im Bürgergeld-Bezug.

Nähere Informationen, aktuelle Öffnungszeiten sowie die Verlinkung zu einem Wohngeldrechner finden Sie auf der Seite der Stadt Mettmann unter [www.mettmann.de](http://www.mettmann.de).



### Kontakt:



#### Dezernat Jugend, Familie und Soziales - Wohnungswesen -

Neanderstraße 85  
40822 Mettmann

#### Ronin Bogner (A - K)

Tel.: 0 21 04 / 980 - 454

E-Mail: [Sigrid.Ueberacher@mettmann.de](mailto:Sigrid.Ueberacher@mettmann.de)

#### Sigrid Überacher (L - Z)

Tel.: 0 21 04 / 980 - 455

E-Mail: [Sigrid.Ueberacher@mettmann.de](mailto:Sigrid.Ueberacher@mettmann.de)





# FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

## WAS? – Sozialagentur

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

Sozialhilfeleistungen sind abhängig von Ihrem Einkommen und Vermögen.

Aufgabengebiete der Sozialagentur:

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

### Kontakt:



**Dezernat Jugend, Familie und Soziales**  
- Sozialagentur -  
Neanderstraße 85  
40822 Mettmann



Nähere Informationen, die Durchwahlen der Mitarbeiter\*innen und aktuelle Öffnungszeiten finden Sie auf der Seite der Stadt Mettmann unter [www.mettmann.de](http://www.mettmann.de).





## FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

### WAS? – Finanzielle Förderung während der Schwangerschaft und nach der Geburt

Beratung und finanzielle Unterstützung während der Schwangerschaft und nach der Geburt eines Kindes gehören zu den Aufgaben des jobcenters ME-aktiv.

Bezieherinnen von Regelleistungen des Sozialgesetzbuches II, Auszubildende, Schülerinnen und Studentinnen können folgende Leistungen beantragen:

- Mehrbedarf für Ernährung, Bekleidung oder Medikamente ab der 13. Schwangerschaftswoche in Höhe von 17 % der Regelleistungen,
- Schwangerschaftsbekleidung ab dem 4. Schwangerschaftsmonat,
- Säuglingsausstattung vor der Geburt ab dem 6. Schwangerschaftsmonat,
- Säuglingsausstattung nach der Geburt.

Näheres finden Sie im Flyer mit wichtigen Informationen für werdende Mütter



Auf der Homepage des jobcenter ME-aktiv können Sie sich unter Geldleistungen -> Geld für Mehrbedarfe ebenfalls informieren.



### WAS? - Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)

Planen Sie einen beruflichen Wiedereinstieg? Dann können Sie sich im jobcenter ME-aktiv und in der Agentur für Arbeit Mettmann an die jeweilige Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) wenden.

#### Kontakt:

**BCA - jobcenter ME-aktiv**

**Petra Baumbach**

Tel.: 0 21 04 / 14 16 31 19

E-Mail: jobcenter-ME-aktiv.BCA2@jobcenter-ge.de



**BCA – Agentur für Arbeit ME**

**Barbara Engelmann**

Tel.: 0 21 04 / 6 96 21 09

E-Mail: Mettmann.BCA2@arbeitsagentur.de





## WAS? – Beruflicher Wiedereinstieg im Kreis Mettmann Netzwerk W

Beruf und Familie zu vereinbaren, ist nicht immer einfach. Wir vom Netzwerk W im Kreis Mettmann unterstützen und begleiten Sie auf diesem Weg!

Im Kreis Mettmann gibt es viele spezielle Beratungseinrichtungen, unsere Netzwerk W Expert\*innen aus den Bereichen Wirtschaft, Arbeitsmarkt, Gleichstellung, Familien- und Bildungspolitik, die Ihnen unterstützend zur Seite stehen. Sie bieten gezielte Beratungen an, welche kostenlos, vertraulich, persönlich, telefonisch und / oder oftmals auch online möglich sind.

Aktuelle Informationen, Veranstaltungshinweise sowie Ansprechpersonen zu unterschiedlichen Themen finden Sie auf der Homepage

[www.wiedereinstieg-me.de](http://www.wiedereinstieg-me.de)





# FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

## WAS? – Schule, Ausbildung, Beruf

Die Berufsberatung unterstützt Sie bei Ihrer Studien- und Berufswahl, während Ihrer Ausbildung und am Anfang Ihres Erwerbslebens. In einem Beratungsgespräch können Sie wichtige Fragen zu Ihrer beruflichen Zukunft klären.

Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) und bei der zuständigen Agentur für Arbeit.



### Kontakt:

#### Agentur für Arbeit Mettmann

Marie-Curie-Straße 1 – 5  
40822 Mettmann

Tel.: 08 00 / 4 55 55 00 (Arbeitnehmer\*innen)

Tel.: 08 00 / 4 55 55 20 (Arbeitgeber\*innen)

E-Mail: [Mettmann@arbeitsagentur.de](mailto:Mettmann@arbeitsagentur.de)



Bundesagentur für Arbeit  
Agentur für Arbeit Mettmann

Beziehen Sie Regelleistungen nach dem Sozialgesetzbuch II und sind jünger als 25, dann wenden Sie sich gerne an die Kolleginnen und Kollegen des Teams U25!

Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.jobcenter-me-aktiv.de](http://www.jobcenter-me-aktiv.de).



### Kontakt:

#### jobcenter ME-aktiv

Marie-Curie-Straße 1 – 5  
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 14 16 33 33

E-Mail: [jobcenter-ME-aktiv.Eingangszone-515@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-ME-aktiv.Eingangszone-515@jobcenter-ge.de)

jobcenter

ME-aktiv ✓



Bundesagentur  
für Arbeit



Kreis Mettmann



# FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

## WAS? – Arbeitslosengeld I

Das Arbeitslosengeld I stellt eine Entgeltersatzleistung dar, die es der anspruchsberechtigten Person ermöglichen soll, über einen gewissen Zeitraum hinweg den Lebensstandard zu halten. Voraussetzung ist in der Regel, dass Sie in den letzten 30 Monaten mindestens zwölf Monate versicherungspflichtig gearbeitet haben. Dabei können mehrere Beschäftigungen zusammengerechnet werden.

Nähere Infos: [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de).



### Kontakt:

#### Agentur für Arbeit Mettmann

Marie-Curie-Straße 1 - 5  
40822 Mettmann

Tel.: 08 00 / 4 55 55 00 (Arbeitnehmer\*innen)

Tel.: 08 00 / 4 55 55 20 (Arbeitgeber\*innen)

E-Mail: [Mettmann@arbeitsagentur.de](mailto:Mettmann@arbeitsagentur.de)



Bundesagentur für Arbeit  
Agentur für Arbeit Mettmann

## WAS? – Bürgergeld (früher Arbeitslosengeld II / Hartz IV)

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

Nähere Infos und Öffnungszeiten: [www.jobcenter-me-aktiv.de](http://www.jobcenter-me-aktiv.de).



### Kontakt:

#### jobcenter ME-aktiv

Marie-Curie-Straße 1 - 5  
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 14 16 33 33

E-Mail: [jobcenter-ME-aktiv.Eingangszone-515@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-ME-aktiv.Eingangszone-515@jobcenter-ge.de)

jobcenter

ME-aktiv ✓

Bundesagentur für Arbeit

Kreis Mettmann



## WAS? – Schuldner- und Insolvenzberatung

Schuldnerberatungsstellen arbeiten kostenfrei und vertraulich.

Voraussetzung für eine Unterstützung ist

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

Neben der Beratung und Unterstützung bei bereits bestehender Verschuldung wird Hilfe angeboten, um Verschuldung und Überschuldung zu vermeiden.

### Kontakt:

#### **Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V. Schuldnerberatung**

Lutterbecker Straße 30  
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 79 49 33 - 23

E-Mail: [schuldnberatung@caritas-mettmann.de](mailto:schuldnerberatung@caritas-mettmann.de)

Termine nach Vereinbarung!

Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Homepage:



### Kontakt:

#### **Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann Schuldner- und Insolvenzberatung**

Bismarckstraße 39  
40822 Mettmann

**Charlotte Pleß**

Tel.: 0 21 04 / 2 33 53 25

E-Mail: [c.pless@diakonie-kreis-mettmann.de](mailto:c.pless@diakonie-kreis-mettmann.de)

Termine nach Vereinbarung  
montags und donnerstags

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Flyer:





# FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

## WAS? – Second-Hand-Läden

In folgenden Second-Hand-Geschäften in Mettmann finden Sie günstige Kleidung für sich und Ihre Kinder, Spielsachen, Babyausstattung, Möbel usw. Die genauen Angebote entnehmen Sie bitte den verlinkten Homepages.

### Kontakt:

#### SKFM Mettmann e.V.

##### „Der Laden“

Neanderstraße 68 - 72  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 150  
Öffnungszeiten  
Mo - Fr 9 - 18 Uhr  
Warenannahme:  
donnerstags 9 - 17 Uhr



#### Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann

##### - Kaufhaus der Mettmanner -

Bahnstraße 20  
Tel.: 0 21 04 / 17 30 90  
Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 9 - 18 Uhr  
Warenannahme:  
bis 17:30 Uhr



## Kinderkleiderflohmarkt

Der Kinderkleiderflohmarkt findet mehrmals im Jahr samstags im Konrad-Heresbach-Gymnasium (KHG) statt. Termine finden Sie in der lokalen Presse sowie im

Veranstaltungskalender der Stadt Mettmann.



Allgemeine Informationen zu Märkten in der Umgebung finden Sie unter [www.marktcom.de](http://www.marktcom.de).





# FINANZEN + WIRTSCHAFTLICHE HILFEN

## WAS? – Tafel

Die Tafel bietet Hilfe für Mettmanner Familien, indem sie Lebensmittel und Hygieneartikel bereitstellt.

Tagtäglich engagieren sich ehrenamtliche Fahrerinnen und Fahrer, um Waren bei umliegenden Geschäften einzusammeln. Alle Spenden werden gewissenhaft gesichtet, sortiert und sicher gelagert.

Jede Mettmanner Familie kann Gast der Tafel werden, sofern ihr Familieneinkommen innerhalb festgelegter Einkommensgrenzen liegt. Nach Vorlage eines Einkommensnachweises stellt die Tafel einen Berechtigungsschein aus. Dieser ist für die Dauer eines Jahres gültig und ermöglicht den Zugang zur Tafel gegen eine geringe Gebühr von 3 € pro Besuch.

Nähere Informationen für Kunden und zu Spenden sowie Sprechzeiten finden Sie unter [www.diakonie-kreis-mettmann.de](http://www.diakonie-kreis-mettmann.de).



### Kontakt:

**Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann**  
- Mettmanner Tafel -

Am Hügel 4  
40822 Mettmann

**Simon Wilde**

Tel.: 0 21 04 / 14 54 27

Mobil: 0170 / 7 08 58 63

E-Mail: [s.wilde@diakonie-kreis-mettmann.de](mailto:s.wilde@diakonie-kreis-mettmann.de)



# Beratung und Hilfe





## BERATUNG UND HILFE

### WAS? – Babybegrüßungsdienst Lotsin für (werdende) Familien

Alle Familien in Mettmann, in denen ein Baby geboren wird, bekommen von einer Mitarbeiterin der Stadt Mettmann das Angebot eines Besuchs. Der Termin wird in der Regel für den Zeitraum von sechs bis zehn Wochen nach der Geburt schriftlich angekündigt und kann wahrgenommen, verschoben oder abgesagt werden.

Ziel des Besuchs ist es, den Eltern Informationen über Angebote für Familien mit Babys und kleinen Kindern in Mettmann zukommen zu lassen. Bei Bedarf kann die Mitarbeiterin Hilfsangebote vorstellen, nach Wunsch vermitteln und auch einen ersten Termin begleiten. Dazu gehört auch die Vermittlung der kostenlosen Unterstützung durch die Familienhebamme und die Familien-Kinderkrankenschwester (S. 23).

Jede Familie erhält das Babybegrüßungspaket mit dem Mettmanner Familienbegleitbuch, zusätzlichen Informationen und neben Grußworten der Bürgermeisterin auch einem kleinen Geschenk für Ihr Baby.

Wenn Sie mit Ihrem Baby oder Kleinkind neu nach Mettmann gezogen sind ODER den Begrüßungsbesuch bereits vor oder kurz nach der Geburt wünschen, melden Sie sich gerne!

Des Weiteren ist die Mitarbeiterin ansprechbar für werdende Eltern und Familien mit Kindern bis zur Einschulung, wenn es Fragen, Unsicherheiten oder Bedarfe gibt.

#### Kontakt:



#### Dezernat Jugend, Familie und Soziales

- Frühe Hilfen -

Neanderstraße 85  
40822 Mettmann

#### Franca Trapp

Tel.: 0 21 04 / 980 - 476

E-Mail: Franca.Trapp@mettmann.de





# BERATUNG UND HILFE

## WAS? – Familienhebamme (FamHeb) Familien-Kinderkrankenschwester (FamKi)

Familienhebammen und Familien-Kinderkrankenschwestern haben eine Zusatzqualifikation zu ihrer Grundausbildung. Diese befähigt sie, Eltern und Familien in der neuen, veränderten Lebenssituation zu betreuen und zu unterstützen. Die Begleitung durch die Fachkräfte geschieht auf Wunsch der Familie und ist kostenfrei. Die FamHeb und die FamKi können vom Bekanntwerden der Schwangerschaft bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres die Familien begleiten.

Nähere Informationen dazu, wie die Unterstützung und Zusammenarbeit aussieht, finden Sie hier:

Familienhebamme:



Familien-  
Kinderkrankenschwester:



### Kontakt:

**SKFM Mettmann e.V.**  
**Familienhebamme**

Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 245

E-Mail: [fruehehilfen@skfm-mettmann.de](mailto:fruehehilfen@skfm-mettmann.de)



**Caritasverband für den  
Kreis Mettmann e.V.**  
**Familien-Kinderkrankenschwester**

Tel: 01 52 / 28 82 51 76

E-Mail: [fruehehilfen@caritas-mettmann.de](mailto:fruehehilfen@caritas-mettmann.de)



### Kontakt:



**Dezernat Jugend, Familie und Soziales**  
**- Frühe Hilfen -**

Franca Trapp

Tel.: 0 21 04 / 980 - 476

E-Mail: [Franca.Trapp@mettmann.de](mailto:Franca.Trapp@mettmann.de)





# BERATUNG UND HILFE

## WAS? – Eltern-Café MeKi

Das Eltern-Café MeKi ist ein Angebot des Caritasverbandes, des SKFM und der Stadt Mettmann im Rahmen der „Frühen Hilfen“.

Im Eltern-Café MeKi treffen sich werdende und junge Eltern mit ihren Babys und Kleinkindern, um miteinander ins Gespräch zu kommen, sich auszutauschen oder Anregungen und Informationen rund um Kind und Familie zu bekommen.

Für Fragen der jungen Eltern stehen je nach Wochentag eine Familienhebamme, eine Familien-Kinderkrankenschwester, eine Familienberaterin oder eine Sozialpädagogin als Gesprächspartnerinnen zur Verfügung.

Die wichtigsten Themen sind:

- Fragen zur Gesundheitsvorsorge,
  - Kindliche Entwicklung in den ersten drei Jahren,
  - Ernährung und Versorgung des Säuglings,
  - Freizeit-, Bildungs- und Betreuungsangebote,
  - Fragen zu Erziehung, Partnerschaft oder Behördenangelegenheiten
- sowie
- Vermittlung an weitergehende Hilfen der Fachdienste bei Bedarf.

Sie sind herzlich eingeladen!

### Ort:

SKFM „statt Laden“  
Neanderstraße 68 - 72  
40822 Mettmann

### Öffnungszeiten:

Di-Fr 10 - 13 Uhr

### Kontakt:

#### Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V.

Johannes-Flintrop-Str. 19  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 8 32 68 60  
E-Mail: familienhilfen@caritas-mettmann.de  
www.caritas-mettmann.de



#### SKFM Mettmann e.V.

Neanderstraße 68 - 72  
40822 Mettmann  
Tel: 0 21 04 / 14 19 - 245  
E-Mail: fruehehilfen@skfm-mettmann.de  
www.skfm-mettmann.de





# BERATUNG UND HILFE

## WAS? – Café BeKi

Das Café BeKi ist ein offenes Angebot für Eltern und ihre frühgeborenen, behinderten oder chronisch kranken Kinder und Kinder mit Entwicklungsbesonderheiten im Alter von null bis drei Jahren.

Eltern sind herzlich eingeladen, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Für die Kinder bietet das Café eine schöne Möglichkeit der Begegnung mit anderen Kindern.

Ein Team von Sozialpädagoginnen und Gesundheitsfachkräften beraten und unterstützen zu Themen wie Stillen, Beikost, Entwicklung, Entlastung / Selbstfürsorge, Spielanregungen, Pflegegeld, Behindertenausweis, Kuren / Reha und zu eigenen Themen.

Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig.

Ort: Kindertagesstätte und Familienzentrum Kirchendeller Weg 101, Mettmann

Zeit: jeden 2. und 4. Montag im Monat von 9 bis 11 Uhr  
(nicht in den Ferien in NRW)

### Kontakt:

#### Team Frühe gesundheitliche Hilfen Gesundheitsamt Kreis Mettmann

Timocom Platz 1  
40699 Erkrath  
Tel.: 0 21 04 / 99 - 22 96 (Sekretariat)  
E-Mail: [sozpaed@kreis-mettmann.de](mailto:sozpaed@kreis-mettmann.de)

Postanschrift:  
Düsseldorfer Straße 26  
40822 Mettmann



### Kooperation zwischen:





# BERATUNG UND HILFE

## WAS? – esperanza

### Schwangerschaftsberatung und Väterberatung

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

Wir informieren über staatliche Leistungen wie beispielsweise Kindergeld und Elterngeld.

Wir bieten:

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



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

Es gibt die Möglichkeit, sich online beraten zu lassen.

Den Zugang finden Sie hier:



Nähere Informationen entnehmen Sie der Homepage:



#### Kontakt:

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

Neanderstraße 68-72  
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 245  
Fax: 0 21 04 / 14 19 - 244

E-Mail: [esperanza@skfm-mettmann.de](mailto:esperanza@skfm-mettmann.de)  
[www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de)



**esperanza**



# BERATUNG UND HILFE

## WAS? – pro familia e.V. Beratungsstelle Mettmann

pro familia berät zu allen sozialrechtlichen, psychosozialen und medizinischen Fragen in der Schwangerschaft und nach der Geburt.

Im Rahmen einer Schwangerschaftskonfliktberatung können wir den Beratungsschein ausstellen.

Die Mitarbeiter\*innen von pro familia helfen bei den Veränderungen und neuen Anforderungen, die die Geburt eines Kindes an die Eltern mit sich bringt.

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

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

Durch die Elternschaft kann sich auch die Sexualität des Paares ändern. Hierzu werden Einzel- und Paargespräche angeboten.

Zudem kann es gerade in den ersten Wochen nach der Geburt besonders für Mütter zu nicht erwarteten Gefühls- oder Überforderungsreaktionen kommen. Gerade dieses Erleben ist für manche Frauen ein Tabuthema, das im Familienumfeld vielleicht auf taube Ohren trifft. In unserem Team treffen Eltern auch und gerade mit diesen Sorgen und schwierigen Gefühlen auf Expert\*innen mit offenen Ohren und Beratungsangeboten.

### Kontakt:

#### pro familia e.V.

Elberfelder Straße 6  
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 24 428

Fax: 0 21 04 / 14 19 - 244

E-Mail: [mettmann@profamilia.de](mailto:mettmann@profamilia.de)

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





## WAS? – Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Im Familienleben gibt es viele schöne Momente, aber auch Fragen, Konflikte und Belastungen. Wir helfen Familien, Eltern, Kindern und Jugendlichen aus der Stadt Mettmann

- bei Fragen zum Zusammenleben in der Familie und zur Entwicklung der Kinder,
- bei der Bewältigung schwieriger Lebensumstände.

Die Beratungsstelle bietet auch Eltern von Säuglingen und Kleinkindern schnell und unkompliziert Unterstützung an. Sie können sich mit vielen möglichen Fragen und Themen rund um die neue Familien- und Lebenssituation an die Beratungsstelle wenden, auch z.B.

- bei einem leicht irritierbaren Säugling, der viel schreit,
- bei Säuglingen und Kleinkindern mit Ess- und Fütterproblemen,
- bei Problemen rund ums Schlafen.

Unsere Angebote sind **kostenfrei**. Alle Mitarbeiter\*innen der Beratungsstelle unterliegen der **Schweigepflicht**. Termine werden nach Absprache vereinbart.

Weitere Informationen, unsere Bürozeiten sowie die Mitarbeitenden der Beratungsstelle finden Sie unter [www.mettmann.de](http://www.mettmann.de).



### Kontakt:



#### Dezernat Jugend, Familie und Soziales - Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche -

Neanderstraße 18  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 92 42 - 0  
Fax: 0 21 04 / 92 42 - 20  
E-Mail: [eb-beratung@mettmann.de](mailto:eb-beratung@mettmann.de)





## WAS? – Beistandschaften

Ein Angebot des Jugendamtes für

- werdende Eltern, die nicht miteinander verheiratet sind,
- Elternteile, bei denen das Kind lebt,
- junge Volljährige bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres,

Beratung und Unterstützung können zu folgenden Themen **kostenfrei** in Anspruch genommen werden:

- Vaterschaft,
- gemeinsame elterliche Sorge,
- Unterhalt,
- Beurkundung.

**Hinweis:** Nicht miteinander verheiratete Eltern können die Vaterschaftsanerkennung und die gemeinsame elterliche Sorge bereits vor der Geburt des Kindes beurkunden lassen.

Weitere Informationen:

- Broschüre „Das Kindschaftsrecht“ unter [www.bmj.de/ratgeber](http://www.bmj.de/ratgeber)
- Broschüre „Die Beistandschaft“ unter [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)



### Kontakt:



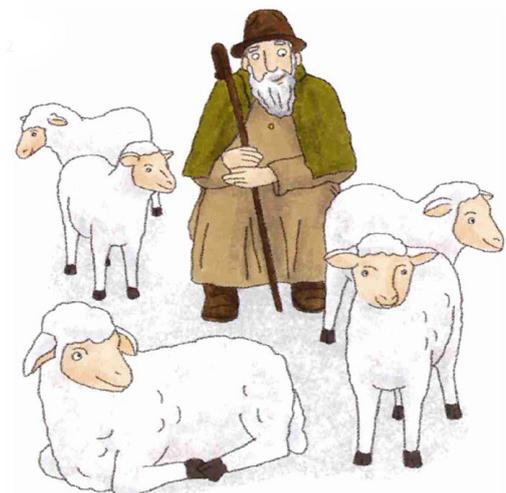
#### Dezernat Jugend, Familie und Soziales - Beistandschaft -

Neanderstraße 18  
40822 Mettmann

**Doris Bachhausen-Leiß**  
Tel.: 0 21 04 / 980 - 447

**Ariane Berbig**  
Tel.: 0 21 04 / 980 - 448

E-Mail: [Beistandschaft@mettmann.de](mailto:Beistandschaft@mettmann.de)





## BERATUNG UND HILFE

### WAS? – Team Frühe gesundheitliche Hilfen Sozialpädagogische Beratung



Unser multiprofessionelles Team ist von der Geburt bis zum Eintritt in den Kindergarten für Sie da, wenn

- Ihr Kind zu früh geboren wurde,
- es in der Schwangerschaft oder bei der Geburt Komplikationen gab,
- Sie sich Gedanken machen, ob Ihr Kind sich altersgemäß entwickelt,
- Ihr Baby viel schreit, nicht schlafen will oder unzufrieden ist,
- Sie sich noch unsicher in der Versorgung Ihres Kindes fühlen und Sie Fragen haben,
- Sie sich selber in einer Notlage befinden oder Sie unter einer Erkrankung leiden, die die Versorgung Ihres Kindes erschweren könnte,
- Sie neben dem Vorsorgeheft ein „Checkheft“ für zusätzliche Untersuchungen bei der Kinderärzt\*in erhalten möchten,
- Sie Unterstützung bei der Beantragung von einem Schwerbehindertenausweis und Pflegegeld wünschen,
- Sie Beratung zu Fördermöglichkeiten wie Frühförderung oder heilpädagogische Einzelförderung haben möchten,
- Sie nach Empfehlungen zu Angeboten vor Ort wie Babykursen, Spielgruppen, Elterncafés, Familienhebammen und anderen Beratungsstellen suchen.

Unser Beratungsspektrum ist individuell und orientiert sich an den Bedürfnissen Ihrer Familie und Ihres Kindes. Die Beratung findet gerne bei Ihnen zu Hause statt und ist kostenlos und vertraulich.

#### Kontakt:

##### Team Frühe gesundheitliche Hilfen Gesundheitsamt Kreis Mettmann

Besucheranschrift:

Timocom Platz 1

40699 Erkrath

Tel.: 0 21 04 / 99 - 22 96 (Sekretariat)

E-Mail: [sozpaed@kreis-mettmann.de](mailto:sozpaed@kreis-mettmann.de)

Postanschrift:

Düsseldorfer Straße 26

40822 Mettmann





# BERATUNG UND HILFE



## WAS? – Kiwi - Kinder wollen Kind sein

### Hilfen für Kinder suchtkranker Eltern in Wülfrath und Mettmann

Leidet ein Familienmitglied an einer Suchterkrankung, dann steht die Familie vor Herausforderungen. Doch Sie sind nicht allein! Wir bieten Unterstützung für alle Familienmitglieder!

Kiwi ist ein Angebot der Caritas-Suchthilfe für den Kreis Mettmann e.V. für Kinder, Jugendliche, Mütter, Väter und Multiplikator\*innen.

#### ... unsere Angebote

- „Kiwi Sprechstunde“  
Mo 15 - 16:30 Uhr, in den Räumen der Caritas-Familienhilfen,  
Mittelstraße 13 in Mettmann,
- Beratung betroffener Kinder, Jugendlicher und ihrer Familien,
- Elternangebot „EWES – Eltern wollen Eltern sein“,
- Kindergruppenangebot „Kiwi – Kinder wollen Kind sein“,
- Beratung für von FASD (Fetal Alcohol Spectrum Disorder) betroffener Kinder, Jugendlicher und Familien im Kreis Mettmann,
- Beratung und Schulungen für Multiplikator\*innen im Kreis Mettmann.

#### ... unsere Ziele

- Familien im Umgang mit Erkrankungen stärken,
- Enttabuisierung des Themas,
- Förderung von Resilienz und Ressourcen,
- Gelingendes Aufwachsen fördern, Übergänge in hilfreiche Angebotsstrukturen ermöglichen,
- Gemeinschaftliche Übernahme von Verantwortung stärken.

#### Kontakt:

##### Caritas-Suchthilfe

Nordstraße 2a  
42489 Wülfrath  
Tel.: 0 20 58 / 7 80 20

E-Mail: [kiwi@caritas-mettmann.de](mailto:kiwi@caritas-mettmann.de)  
[www.caritas.erzbistum-koeln.de](http://www.caritas.erzbistum-koeln.de)





## BERATUNG UND HILFE

### WAS? – Kommunaler Sozialdienst (KSD) des Jugendamtes Mettmann

Das Team des Kommunalen Sozialdienstes berät und gibt Hilfestellung

- bei Familien-, Erziehungs- und Versorgungsfragen,
- in Trennungs- und Scheidungssituationen,
- bei Sorgerechts- und Umgangsfragen,
- bei Wohnproblemen und drohender Obdachlosigkeit,
- bei Strafverfahren bis zum 21. Lebensjahr,
- in Fragen zur Pflegekinderhilfe und Adoption.

In vertraulichen Gesprächen werden Ratsuchende über ihre gesetzlichen Ansprüche, bestehende Hilfsangebote und Aktivitäten sowie die Möglichkeit zur Selbsthilfe informiert.

Wir vermitteln direkte Hilfen zur Versorgung von Familien in Notsituationen und arbeiten zusammen mit

- Kindertageseinrichtungen und Schulen,
- dem psychologischen Dienst und anderen Beratungsstellen,
- Freien Trägern der Jugendhilfe.

Eine wichtige Aufgabe besteht im Schutz von Kindern vor Gewalt, Gefährdung und vor Unterversorgung in der Familie.

Nähere Informationen finden Sie auf [www.mettmann.de](http://www.mettmann.de).



#### Kontakt:



#### Dezernat Jugend, Familie und Soziales - Kommunaler Sozialdienst -

Neanderstraße 18  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 980 - 435  
Fax: 0 21 04 / 980 - 761





## WAS? – Weitere Aufgabengebiete des Jugendamtes

Neben dem Kommunalen Sozialdienst (KSD) gibt es im Jugendamt noch weitere Bereiche:

- Jugendhilfe im Strafverfahren,
- Pflegekinderhilfe,
- Adoptionen.

Auf der Homepage der Stadt Mettmann [www.mettmann.de](http://www.mettmann.de) finden Sie Informationen über die Aufgabenbereiche, Ansprechpartner\*innen und Sprechzeiten.

Jugendhilfe im Strafverfahren .....



Pflegekinderhilfe .....



Adoption .....





# BERATUNG UND HILFE

## WAS? – Allgemeine Frauenberatungsstelle

Wir beraten und unterstützen Frauen zu frauenspezifischen Themen in unterschiedlichen Lebenssituationen und zu individuellen Fragen.

Ziel der Beratung ist die nachhaltige und ganzheitliche Unterstützung der Frauen, unter anderem

- Unterstützung in Umbruchsituationen und Krisen,
- Informationen zu rechtlichen und finanziellen Fragen,
- Begleitung zu Behörden und anderen Institutionen,
- Vermittlung zu anderen Fachstellen und Unterstützungsangeboten,
- Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit.

## WAS? – Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt

Wir beraten Frauen, die sexualisierte Gewalt erlebt haben, sowie Angehörige und Fachkräfte zum Thema sexualisierte Gewalt.

Unser Beratungsangebot richtet sich nach dem individuellen Hilfebedarf, ist kostenfrei, auf Wunsch anonym, unabhängig von Nationalität und Religion und unterliegt der Schweigepflicht.

- Von der Krisenintervention bis hin zur langfristigen Unterstützung,
- telefonische und persönliche Beratung,
- Informationen zu psychosozialen, rechtlichen und medizinischen Aspekten,
- Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit,
- Antragstellung beim Fonds Sexueller Missbrauch.

### Kontakt:

#### **SKFM Mettmann e.V.**

#### **Allgemeine Frauenberatungsstelle**

Neanderstraße 68-72

40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 232

Fax: 0 21 04 / 14 19 - 222

E-Mail: [frauenberatung@skfm-mettmann.de](mailto:frauenberatung@skfm-mettmann.de)

[www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de)

#### **SKFM Mettmann e.V.**

#### **Frauenberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt**

Neanderstraße 68-72

40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 226

Fax: 0 21 04 / 14 19 - 222

E-Mail: [sexualisiertegewalt@skfm-mettmann.de](mailto:sexualisiertegewalt@skfm-mettmann.de)

[www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de)





## WAS? – Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt

Der SKFM Mettmann e.V. ist Träger der Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt für den Kreis Mettmann.

Wir beraten in Fällen von häuslicher Gewalt aufgrund einer persönlichen Anfrage oder nach einem Polizeieinsatz. Unser Beratungsangebot richtet sich nach dem individuellen Hilfebedarf der Betroffenen und ist kostenfrei.

### Umfang der Beratung

- Erfassung der physischen und psychischen Situation,
- Maßnahmen zu Schutz und Sicherheit,
- Rechtliche Möglichkeiten,
- Kontakt mit weiteren Fachstellen,
- Begleitung zu Gerichten und Behörden bei Bedarf.

### Kontakt:

**SKFM Mettmann e.V.**  
**Interventionsstelle für häusliche Gewalt**

Neanderstraße 68-72  
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 221

Fax: 0 21 04 / 14 19 - 222

E-Mail: [interventionsstelle@skfm-mettmann.de](mailto:interventionsstelle@skfm-mettmann.de)

[www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de)





## BERATUNG UND HILFE

### WAS? – Wohnprojekt für Frauen nach Gewalterfahrung

Im Wohnprojekt werden von häuslicher Gewalt besonders belastete Frauen und ihre Kinder individuell und ganzheitlich begleitet mit dem Ziel der persönlichen und wirtschaftlichen Eigenständigkeit.

Die Teilnehmerinnen schließen einen zeitlich befristeten Miet- und Betreuungsvertrag mit dem SKFM ab.

#### Umfang der Beratung

- Umfassender Schutz und Sicherheit bei Bedarf,
- Aufarbeiten von Gewalterfahrungen,
- Persönlichkeitsbildung und -stärkung,
- Familiäre Stabilisierung,
- Soziale Integration,
- (Weiter-) Entwicklung beruflicher Perspektiven,
- Verselbständigung und finanzielle Eigenständigkeit.

### WAS? – Frauen- und Kinderschutzhaus

Der SKFM Mettmann e.V. ist Träger des Frauen und Kinderschutzhauses für den Kreis Mettmann.

Das Frauenhaus bietet Frauen mit und ohne Kindern – unabhängig von Nationalität und Religion – Schutz und Wohnraum nach häuslicher Gewalt.

- Schutz vor weiterer Gewalt,
- Klärung sozialer, rechtlicher und finanzieller Fragen,
- Qualifizierte Unterstützung zur Entwicklung einer neuen Lebensperspektive,
- Unterstützung und Förderung der Kinder in einem sicheren Umfeld,
- Nachbegleitung im neuen Wohnumfeld nach Frauenhausaufenthalt.

#### Kontakt:

##### **SKFM Mettmann e.V.**

##### **Wohnprojekt für Frauen nach Gewalterfahrung**

Neanderstraße 68-72  
40822 Mettmann.  
Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 224  
Fax: 0 21 04 / 14 19 - 222  
E-Mail: [wohnprojekt@skfm-mettmann.de](mailto:wohnprojekt@skfm-mettmann.de)  
[www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de)

##### **SKFM Mettmann e.V.**

##### **Frauen- und Kinderschutzhaus**

Neanderstraße 68-72  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 92 22 20 (Tag und Nacht)  
Fax: 0 21 04 / 14 19 - 222  
E-Mail: [frauenhaus@skfm-mettmann.de](mailto:frauenhaus@skfm-mettmann.de)  
[www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de)



# Kindergesundheit





## WAS? – Kinderärzt\*innen in Mettmann

### Dr. med. Marketa Groeger

Mühlenstraße 15  
40822 Mettmann  
Tel.: 02104 / 92 13 10

### Norbert Hilbert

Karpendeller Weg 16  
40822 Mettmann  
Tel.: 02104 / 7 30 33

### Gemeinschaftspraxis

### Eva-Maria Pyka

### Dr. med. Sabine Weiß

Neanderstraße 84 - 86  
40822 Mettmann  
Tel.: 02104 / 8 26 25  
(ehemals Praxis Dr. Biggemann)

Wenn die Kinderarztpraxen geschlossen haben, finden Sie nachfolgend Kontaktdaten zu Notfallpraxen für Kinder.

## WAS? – Notfälle

### Ärztliche Notfallpraxis für Kinder und Erwachsene am St. Marien Krankenhaus in Ratingen

Mühlheimer Straße 37  
40882 Ratingen  
Tel.: 02102 / 7 00 64 99

### Kinderärztlicher Notdienstpraxis Velbert am Klinikum Niederberg

Robert-Koch-Straße 2  
42549 Velbert

### Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung

Tel.: 116 117

### Vergiftungszentralen

Bonn: 0228 / 1 92 40  
Berlin: 030 / 1 92 40

### Apotheken-Notdienst-Ansage



Polizei 110  
Feuerwehr / Krankenwagen 112





## WAS? - Hebammen

Die Hebamme begleitet die Frau in der Schwangerschaft, während der Geburt, im Wochenbett und während der Stillzeit. Sie ist Ansprechpartnerin für alle Belange rund um die Geburt und unterstützt Familien in der neuen Situation mit einem Neugeborenen.

Auf der zentralen Internetseite können Sie anhand Ihrer Postleitzahl nach einer Hebamme suchen.

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



## WAS? – Hilfe bei Schreibabys

### Sana Klinik Düsseldorf-Gerresheim

Gräulinger Straße 120

40625 Düsseldorf

Tel.: 0211 / 28 00 32 28

**Regulationsstörungs-Sprechstunde (Frau Doré)**

Mo bis Do 10 - 12:30 Uhr



### Babysprechstunde der Kinderschutzambulanz am EVK Düsseldorf

Kronenstraße 38

40217 Düsseldorf

Tel.: 0211 / 9 19 37 00

(mit Überweisung!)

### Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Neanderstraße 18

40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 92 42 - 0

Fax: 0 21 04 / 92 42 - 20

E-Mail: eb-beratung@mettmann.de



**FILM: Wenn Babys nicht aufhören zu schreien**



Quelle: BzgA



## WAS? – Betreuung rund um die Geburt im EVK Mettmann

Rund um die Geburt eines Kindes bietet das Evangelische Krankenhaus in Mettmann folgende Leistungen für werdende und frische Eltern an:

- Geburtsplanung
- Anmeldung zur Geburt
- Info-Abend für werdende Eltern mit anschließender Kreißsaalführung. Nähere Informationen dazu: 
- Kreißaalgeflüster – Sie haben Sorgen, Ängste oder Fragen? Dann können Sie diese im Rahmen einer Sprechstunde stellen.

Den Flyer der Geburtshilfe des EVK finden Sie hier:



### Kontakt:

#### EVK - Elternschule Geburtshilfe

Gartenstraße 4 - 8  
40822 Mettmann

#### Sekretariat

**Frau Sandra Simon**

Tel.: 0 21 04 / 773 - 161

**Frau Kianga Will**

Tel.: 0 21 04 / 773 - 161

E-Mail: gyn@evk-mettmann.de

#### Kreißaal

**Frau Cornelia Feller (kommissarische Leitung)**

Tel.: 0 21 04 / 773 - 165

E-Mail: kreisssaal@evk-mettmann.de





# KINDERGESUNDHEIT

## WAS? – Elternschule des EVK Mettmann

In Ergänzung zur geburtshilflichen Abteilung bietet die Elternschule Kurse vor und nach der Schwangerschaft an.

Säuglingspflege

Rückbildungsgymnastik

Fit Dank Baby

Babymassage

PEKIP (Prager-Eltern-Kind-Programm)

Das aktuelle Angebot der Elternschule finden Sie hier:



### Kontakt:

**EVK - Elternschule**  
**Institut für Gesundheitsförderung**

Gartenstraße 4-8  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 773 - 331  
E-Mail: ifg@evk-mettmann.de





## WAS? – Frühförderung der Lebenshilfe e.V.

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

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

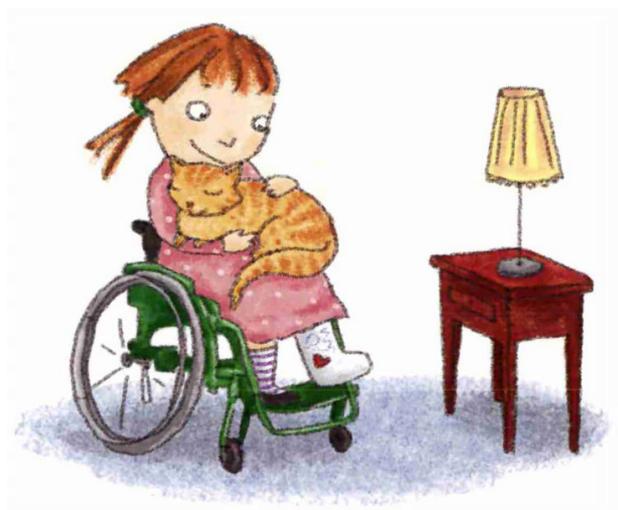
Wir bieten Einzelförderung in der häuslichen Umgebung oder in der Frühförderstelle, Elternberatung, Eltern-Kind-Gruppen und Entwicklungsdiagnostik an.

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

### Kontakt:

**Frühförderung der Lebenshilfe e.V.**  
**Kreisvereinigung Mettmann**

Werdener Straße 4  
40878 Ratingen  
Tel.: 0 21 02 / 1 68 70 12  
Fax: 0 21 02 / 1 68 70 20  
E-Mail: [fruehfoerderung.ratingen@lebenshilfe-mettmann.de](mailto:fruehfoerderung.ratingen@lebenshilfe-mettmann.de)





## WAS? – Heilpädagogische Praxis und Förderzentrum für Autismustherapie Vanessa Gottschling

Unsere heilpädagogische Praxis hat sich auf die Förderung von Kindern von Geburt an bis zum 18. Lebensjahr spezialisiert. Frühförderung bieten wir für Kinder von null bis sechs Jahren an.

Wir begleiten, fördern und unterstützen Kinder, deren Entwicklung sich nicht altersgerecht gestaltet oder die von Beeinträchtigungen bedroht sind.

Ihr Kind wird entsprechend seines Alters und Entwicklungsstandes spielerisch in der gesamten Entwicklung gefördert und begleitet.

Die Förderungen sind umfassend, individuell, ganzheitlich und ressourcenorientiert.

Sie bezieht die ganze Familie und das soziale Umfeld des Kindes mit ein.

Wir fördern Kinder mit

- Entwicklungsverzögerung
- geistigen, körperlichen, psychischen Beeinträchtigungen
- Wahrnehmungsstörungen
- Verhaltensauffälligkeiten
- Auffälligkeiten im Sozialverhalten
- ADS / ADHS
- Autismus
- Teilleistungsstörungen LRS / Dyskalkulie

### Kontakt:

#### Vanessa Gottschling - Heilpädagogische Praxis und Förderzentrum für Autismustherapie

Auf dem Hüls 4  
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 2 14 90 14

E-Mail: [info@heilpaedagogik-gottschling.de](mailto:info@heilpaedagogik-gottschling.de)

[www.therapiezentrum-gottschling.de](http://www.therapiezentrum-gottschling.de)





## WAS? – Ergotherapie Bartel / Söffing-Bartel

Ergotherapie ist ein Heilmittel, das der Kinderarzt verordnet. Ziel ist die altersentsprechende Selbstständigkeit im Alltag. Je nach Alter des Kindes kommen unterschiedliche spielerische, motorische und kreative Methoden zum Einsatz. Im Vordergrund stehen immer die individuellen Ziele.

Woran erkennen Sie, dass Ergotherapie Ihrem Kind weiterhelfen könnte?

- Ihr Kind ist ungeschickt.
- Ihr Kind ist unsicher beim Klettern, Hüpfen, Laufen, Balancieren...
- Ihr Kind malt und schneidet ungern.
- Ihr Kind hat Schwierigkeiten beim Schreiben (z.B. langsam, unleserlich, hoher Druck).
- Ihr Kind hat Probleme, seine Aufmerksamkeit zu steuern.
- Ihrem Kind fällt es schwer, sich zu regulieren und / oder schreit viel.
- Ihr Kind hat Anpassungs- oder Schlafprobleme.
- Ihr Kind hat Lernprobleme.
- Ihr Kind ist immer in Bewegung.
- Ihr Kind ist aggressiv.
- Ihr Kind ist auffallend zurückhaltend.

Für Fragen oder Terminabsprachen stehen wir Ihnen gerne telefonisch zur Verfügung. Hinterlassen Sie uns gerne eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter. Wir rufen Sie gerne zurück.

### Kontakt:

#### Gemeinschaftspraxis für Ergotherapie Uta Bartel & Julia Söffing-Bartel

Talstraße 3  
40822 Mettmann  
Tel: 0 21 04/ 28 62 80  
E-Mail: bartel-ergotherapie@yahoo.de  
www.ergotherapie-mettmann.de



#### Wir ziehen um! Ab August 2024

Jubiläumsplatz 2-4  
40822 Mettmann  
Telefonnummer und E-Mail-Adresse bleiben erhalten!





## WAS? – Kinder- und Jugend-Hospiz-Dienst

Wenn Eltern eine herausfordernde Diagnose für ihr Kind erhalten, ändert sich das Leben in der Familie von einem auf den anderen Moment. Eltern konzentrieren dann sehr viel Energie auf das erkrankte Kind. Zugleich brauchen die Geschwisterkinder ihre Aufmerksamkeit und Fürsorge. Oft muss ein Elternteil seinen Arbeitsplatz aufgeben, um das kranke Kind besser versorgen zu können. Vielen Familien fällt es schwer, die familiäre Balance zu bewahren und den Kontakt zu Familien mit gesunden Kindern zu halten.

Der Ambulante Kinder- und Jugend-Hospiz-Dienst **unterstützt** Kinder, Jugendliche sowie (werdende) Eltern mit **lebensbedrohlichen** oder **lebensverkürzenden Krankheiten** im Kreis Mettmann!

Speziell befähigte **ehrenamtliche Begleiter\*innen** entlasten Familien im Alltag und schaffen Freiräume, wo es notwendig und gewünscht ist.

Um in den Austausch mit anderen Eltern zu kommen, freuen wir uns, Sie immer am dritten Freitag im Monat in der Zeit von 10 bis 12 Uhr in unserem **Elterncafé** auf eine Tasse Kaffee und ein schmackhaftes Brötchen einladen zu können.

Sprechen Sie uns an, auch wenn Sie nicht wissen, ob wir die „richtige Stelle“ für Sie sind. Gemeinsam finden wir heraus, was für Sie die passende Unterstützung sein kann.

### Kontakt:

**Franziskus Hospiz Hochdahl**  
**Ambulanter Kinder- und Jugend-Hospiz-Dienst**

Mühlenstraße 17  
40822 Mettmann  
Tel: 0 21 04 / 93 72-57  
E-Mail: [kjhd.hochdahl@marienhaus.de](mailto:kjhd.hochdahl@marienhaus.de)  
Homepage: [www.franziskus-hospiz-hochdahl.de/kjhd](http://www.franziskus-hospiz-hochdahl.de/kjhd)





## WAS? – Familienpflege

### Was tun, wenn ein Elternteil krank ist?

Besonders Familien können, zum Beispiel durch Krankenhaus- oder Kuraufenthalte oder andere Belastungen, immer wieder in Situationen geraten, in denen sie auf Hilfe von außen angewiesen sind. In dieser Situation sind die Mitarbeiter\*innen unserer Familienpflege für Sie da.

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

Die Aufgaben der Familienpflege liegen in den Bereichen

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

Die Kosten für die Einsätze der Familienpflege können übernommen werden von

- Krankenkassen
- Jugendamt
- Sozialamt
- Privat

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



### Kontakt:

#### Caritas im Kreis Mettmann

Johannes-Flintrop-Straße 19  
40822 Mettmann

#### Christiane Fiebig

Tel.: 0 21 04 / 8 23 68 60

E-Mail: familienhilfen@caritas-mettmann.de



# Interkulturelle Angebote





# INTERKULTURELLE ANGEBOTE

## WAS? – Griffbereit

Familien entdecken gemeinsam Spiel und Sprache

Möchten Sie und Ihr Kind gemeinsam mit anderen singen, spielen, Spaß haben und Austausch pflegen?

Reizt es Sie, etwas über andere Kulturen und Traditionen, eine andere Religion und Sprache zu erfahren?

Wollten Sie immer schon einmal Kontakte über die Grenzen der eigenen Nationalität hinaus haben?

Haben Sie Interesse an einer etwas anderen Spielgruppe?

Dann ist das **GRIFFBEREIT-PROGRAMM** das Richtige für Sie!

Nähere Informationen zum Programm Griffbereit sowie ein Erklärvideo finden Sie unter [www.griffbereit-rucksack.de](http://www.griffbereit-rucksack.de).



## WAS? – Griffbereit MINI

Eine mehrsprachige Eltern-Baby-Spielgruppe für Familien mit Kindern **im ersten Lebensjahr** (auch Schwangere) mit und ohne internationale Familiengeschichte

griffbereit**MINI** 



**Wann?** jeden Dienstag von 16:30 bis 18 Uhr

**Wo?** Städt. Kinder- und Familienzentrum Rheinstraße  
Rheinstraße 42, 40822 Mettmann

**Kontakt:** Tel: 0 21 04 / 9 52 22 20



**Wann?** jeden Mittwoch von 9:30 - 11 Uhr

**Wo?** Kindergarten und Familienzentrum Goldberg  
Goldberger Straße 32, 40822 Mettmann

**Kontakt:** Tel: 0 21 04 / 8 32 40 36 oder  
0 21 04 / 99 21 24





## INTERKULTURELLE ANGEBOTE

### WAS? – Griffbereit

Eine mehrsprachige Spielgruppe für Familien mit Kindern im Alter von **1 bis 3 Jahren** mit und ohne internationale Familiengeschichte

**Wann?** jeden Dienstag von 9:30 bis 11 Uhr

**Wo?** Mehrgenerationenhaus Am Kö  
Am Königshof 17-19, 40822 Mettmann

**Kontakt:** Tel: 0 21 04 / 980-421 oder  
0 21 04 / 99 21 24

### Griffbereit

Familien entdecken gemeinsam  
Spiel und Sprache



**Wann?** jeden Mittwoch von 9:30 - 11 Uhr

**Wo?** Kindertagesstätte Gruitener Straße  
Gruitener Straße 16, 40822 Mettmann

**Kontakt:** Tel: 0 21 04 / 1 72 58 20



im  
Kreis  
Mettmann

**Wann?** jeden Mittwoch von 9:30 - 11 Uhr

**Wo?** Städt. Kinder- und Familienzentrum Rheinstraße  
Rheinstraße 42, 40822 Mettmann

**Kontakt:** Tel: 0 21 04 / 9 52 22 20





# INTERKULTURELLE ANGEBOTE

## WAS? – Integrationsbeauftragter / Flüchtlingsberatung Stadt Mettmann

Der Integrationsbeauftragte der Stadt Mettmann ist Anlauf- und Koordinierungsstelle für alle Flüchtlingsangelegenheiten. Er stimmt Angebote aufeinander ab und ergänzt bei weiteren Bedarfen. Außerdem führt er die Informationsangebote zusammen.

### Sprechzeiten

Mo, Do und Fr von 9 bis 12 Uhr

Mo und Do von 14 bis 16 Uhr

... und nach vorheriger Vereinbarung

### Kontakt:



**Dezernat Bildung, Familie und Soziales  
- Integrationsstelle -**

Neanderstraße 18  
40822 Mettmann

**Frederic Kipp**

Tel.: 01 72 / 4 79 10 95

E-Mail: frederic.kipp@mettmann.de



## WAS? - Flüchtlingshilfe Caritasverband im Kreis Mettmann e.V.

Beratung und Unterstützung für Geflüchtete, die in Deutschland vorübergehend oder dauerhaft Schutz suchen.

Wir unterstützen bei der Entwicklung einer Aufenthalts- und Lebensperspektive für Geflüchtete und bei der Integration in unsere Gesellschaft.

### Offene Sprechstunde

Beratungszentrum, Lutterbecker Straße 30, 40822 Mettmann

montags 9 bis 12 Uhr

donnerstags 9 bis 12 Uhr

### Offene Sprechstunde

Café International, MGH, Am Königshof 17-19, 40822 Mettmann

freitags 11 bis 13 Uhr

### Kontakt:

**Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V.**

Migration und Vielfalt – Flüchtlingshilfe

Lutterbecker Straße 30

40822 Mettmann

E-Mail: fluechtlingshilfe-mettmann@caritas-mettmann.de





# INTERKULTURELLE ANGEBOTE

## WAS? – Frauen-Treff Begegnung ohne Grenzen

Jeden Dienstag von 14 bis 17 Uhr wird im SKFM-statt Laden ein offener Treff für geflüchtete Frauen und ihre Kinder angeboten. Themen sind unter anderem

- Austausch,
- Beratung zu Frauenthemen,
- Begegnung,
- Begleitung,
- Unterstützung,
- Gespräche,
- und Vieles mehr.

Informationen auf weiteren Sprachen erhalten Sie unter [www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de).



## WAS? - Nähprojekt für geflüchtete Frauen

Der SKFM bietet einen Nähkurs für geflüchtete Frauen an. Ein Kurs umfasst sechs Einheiten à 2,5 Stunden. Es können bis zu sechs Frauen mit unterschiedlichen Vorkenntnissen teilnehmen.

Interessentinnen können sich gerne dienstags im Frauen-Treff (siehe oben) oder telefonisch melden.

### Kontakt:

**SKFM Mettmann e.V.**  
**Frauen-Treff und Nähprojekt**  
Neanderstraße 68 - 72  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 14 19 - 234  
Fax: 0 21 04 / 14 19 - 222  
[www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de)





# Kinderbetreuung





# KINDERBETREUUNG

## WAS? – Kindertagespflege (Tagesmütter und -väter, Großtagespflege)

### Was ist Kindertagespflege?

Kindertagespflege ist besonders für die Betreuung von jüngeren Kindern geeignet. In einer kleinen überschaubaren Gruppe und mit einer festen Bezugsperson können flexible und individuelle Betreuungen vereinbart werden. Jedes Kind wird gemäß seines Alters und Entwicklungsstandes individuell gefördert. In der Regel sind die betreuten Kinder bis zu drei Jahre alt. Arbeitet eine **Kindertagespflegeperson** allein, kann sie bis zu fünf Kinder betreuen, entweder im eigenen Haushalt oder in angemieteten Räumen. Schließen sich zwei oder drei Kindertagespflegepersonen in einer so genannten **Großtagespflege** zusammen, können sie bis zu neun Kinder betreuen.

### Welche Qualifikation haben Kindertagespflegepersonen?

Kindertagespflegepersonen haben eine Qualifizierung nach dem DJI-Curriculum absolviert und werden fortlaufend von der Fachberatung Kindertagespflege des Jugendamtes begleitet. Nur geeignete und qualifizierte Kindertagespflegepersonen erhalten eine Pflegeerlaubnis.

Eltern werden von der Fachberatung ausführlich beraten und erhalten eine auf ihre Wünsche abgestimmte Vermittlung. Wie für die Kindertagesstätte wird auch in der Kindertagespflege der Elternbeitrag einkommensabhängig berechnet.

#### Kontakt:



#### Dezernat Jugend, Familie und Soziales - Fachdienst Kindertagespflege -

Rathaus, Zimmer 14  
Neanderstraße 85  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 980 - 433, - 475, - 437  
E-Mail: kindertagespflege@mettmann.de





## WAS? – Kindertageseinrichtungen (Kitas)

Mettmann verfügt über 18 Kindertageseinrichtungen in unterschiedlicher Trägerschaft für Kinder ab einem Jahr bis zur Einschulung. Bei Bedarf können nach Absprache und Verfügbarkeit von Plätzen auch Kinder unter einem Jahr betreut werden.

Es werden unterschiedliche Öffnungszeiten angeboten. Eltern können – abhängig vom Angebot der jeweiligen Kita und der Verfügbarkeit von Plätzen – zwischen Angeboten mit 25, 35 oder 45 Stunden in der Woche wählen. In den Familienzentren können Familien zusätzliche Angebote wahrnehmen, z.B. Elternabende oder Eltern-Kind-Aktionen.

Die „Schwerpunkt-Kitas Inklusion“ verfügen darüber hinaus über vertiefte Kenntnisse in der pädagogischen Arbeit für Kinder mit und ohne Behinderung.

### Anmeldung

Alle Eltern, die sich um einen Platz für ihr Kind in einer Kindertageseinrichtung bemühen möchten, werden gebeten, sich mit ihrer „Wunsch-Kita“ in Verbindung zu setzen, um sich über das Angebot zu informieren und um einen Termin für die Vormerkung ihres Kindes zu verabreden. Eine verbindliche Vormerkung kann immer nur über eine Kita-Leitung nach einem persönlichen Kontakt erfolgen. Die **Frist** für die Vormerkungen zur Aufnahme des Kindes zum Beginn des nächsten Kindergartenjahres (jeweils 1. August) endet **immer Anfang Januar** zu einem festgesetzten Termin, in der Regel zwischen dem 4. und 8. Januar. Die Zusagen auch über das Nachrückverfahren werden im Januar und Februar verschickt.

Nähere Informationen zum Anmeldeverfahren sowie zu den einzelnen Kindertageseinrichtungen und der Erhebung von Elternbeiträgen finden Sie unter [www.mettmann.de](http://www.mettmann.de).





## WAS? – Die Kindertageseinrichtungen in Mettmann

### **Städtischer Kindergarten Teichstraße**

Adresse: Teichstraße 21  
Tel.: 0 21 04 / 2 23 33  
E-Mail: kita-teichstrasse@mettmann.de  
Gruppen: 3  
Alter der Kinder: ab 2 Jahren  
Mögliche Std. pro Woche: 25, 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7:15 - 16:15 Uhr

### **Kinder- und Familienzentrum Kirchendelle (Stadt und Kreis Mettmann) (Schwerpunkt-Kita: Inklusion)**

Adresse: Kirchendeller Weg 101  
Tel.: 0 21 04 / 91 28 10  
E-Mail: kita-kirchendellerweg@mettmann.de  
Gruppen: 7 (2 heilpäd. Gruppen vom Kreis Mettmann)  
Alter der Kinder: ab 4 Monaten  
Mögliche Std. pro Woche: 25, 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 16:30 Uhr

### **Städtisches Kinder- und Familienzentrum Händelstraße**

Adresse: Händelstraße 5-7  
Tel.: 0 21 04 / 95 25 50  
E-Mail: kita-haendelstrasse@mettmann.de  
Gruppen: 8  
Alter der Kinder: ab 4 Monaten  
Mögliche Std. pro Woche: 25, 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 16:30 Uhr

### **Städtischer Kindergarten Obschwarzbach**

Adresse: Schlesienstraße 18a  
Tel.: 0 20 58 / 7 03 89  
E-Mail: kita-obschwarzbach@mettmann.de  
Gruppen: 3  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 25, 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 16 Uhr

### **Städtischer Kindergarten Rheinstraße**

Adresse: Rheinstraße 42  
Tel.: 0 21 04 / 95 22 20  
E-Mail: kita-rheinstrasse@mettmann.de  
Gruppen: 5  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 25, 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7:30 - 16:30 Uhr





## WAS? – Die Kindertageseinrichtungen in Mettmann

### Evangelischer Kindergarten und Familienzentrum Donaustraße (Schwerpunkt-Kita Inklusion)

Adresse: Donaustraße 24  
Tel.: 02104 / 7 20 19  
E-Mail: kita.donaustrasse.mettmann@ekir.de  
Gruppen: 5  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 25, 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7:15 - 16:15 Uhr

### Evangelischer Kindergarten Am Hoshof

Adresse: Am Hoshof 15  
Tel.: 0 21 04 / 5 29 39  
E-Mail: kita.hoshof.mettmann@ekir.de  
Gruppen: 5  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 16 Uhr



### Evangelischer Kindergarten und Familienzentrum Am Laubacher Feld

Adresse: Champagne 14  
Tel.: 0 21 04 / 17 29 95  
E-Mail: kita.lf.mettmann@ekir.de  
Gruppen: 6  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 25, 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7:15 - 16:15 Uhr

### Evangelische Kindertageseinrichtung Spessartstraße

Adresse: Spessartstraße 8a  
Tel.: 0 21 04 / 8 08 76 61  
E-Mail: kita.spessartstrasse.mettmann@ekir.de  
Gruppen: 6  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Do 7 - 16:30 Uhr  
Fr 7 - 16 Uhr



## WAS? – Die Kindertageseinrichtungen in Mettmann

### Katholischer Kindergarten und Familienzentrum St. Lambertus

Adresse: Friedhofstraße 10  
Tel.: 0 21 04 / 7 00 07  
E-Mail: kita.lambertus.mettmann@erzbistum-koeln.de  
Gruppen: 4  
Alter der Kinder: ab 2 Jahren  
Mögliche Std. pro Woche: 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 16 Uhr

### Katholischer Kindergarten und Familienzentrum St. Thomas Morus

Adresse: Breslauer Straße 1  
Tel.: 0 21 04 / 7 19 83  
E-Mail: kita.thomasmorus.mettmann@erzbistum-koeln.de  
Gruppen: 3  
Alter der Kinder: ab 2 Jahren  
Mögliche Std. pro Woche: 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 16 Uhr

### Katholischer Kindergarten Heilige Familie

Adresse: Gartenkampsweg 4  
Tel.: 0 21 04 / 5 44 60  
E-Mail: kita.heiligefamilie.mettmann@erzbistum-koeln.de  
Gruppen: 4  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7:30 - 16:30 Uhr

### Kindergarten und Familienzentrum der Caritas Goldberger Straße

Adresse: Goldberger Straße 32  
Tel.: 0 21 04 / 8 32 40 36  
E-Mail: kita-goldberg@caritas-mettmann.de  
Gruppen: 3  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 25, 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7:30 - 16:30 Uhr





## WAS? – Die Kindertageseinrichtungen in Mettmann

### Kindergarten und Familienzentrum der Arbeiterwohlfahrt (Schwerpunkt-Kita: Inklusion)

Adresse: Düsseldorf Straße 32  
Tel.: 0 21 04 / 7 14 32  
E-Mail: fz-mettmann@awo-kreis-mettmann.de  
Gruppen: 6  
Alter der Kinder: ab 4 Monate  
Mögliche Std. pro Woche: 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 17 Uhr

### Kindergarten und Familienzentrum der Arbeiterwohlfahrt

Adresse: Gruitener Straße 16  
Tel.: 0 21 04 / 1 72 58 20  
E-Mail: kita-mettmann@awo-kreis-mettmann.de  
Gruppen: 5  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 17 Uhr

### Montessori Kindergarten Mettmann e.V.

Adresse: Teichstraße 6  
Tel.: 0 21 04 / 7 62 70  
E-Mail: mail@montessori-kiga.de  
Gruppen: 3  
Alter der Kinder: ab 1 Jahr  
Mögliche Std. pro Woche: 35, 45  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 7 - 16 Uhr

### Montessori Kinderhaus

Adresse: Gottfried-Wetzel-Straße 1  
Tel.: 0 21 04 / 7 06 66  
E-Mail: info@kinderhaus-mettmann.de  
Gruppen: 1  
Alter der Kinder: ab 2 Jahren  
Mögliche Std. pro Woche: 35  
Öffnungszeiten: Mo, Di, Do 7:30 - 14:30 Uhr  
Mi 7:30 - 15 Uhr  
Fr 7:30 - 14 Uhr

### Rappelkiste e.V.

Adresse: Ratinger Straße 2  
Tel.: 0 21 04 / 1 44 45 86  
E-Mail: vanessa.witte@rappelkiste-mettmann.de  
Gruppen: 1  
Alter der Kinder: nur für Kinder unter 3 Jahren  
Mögliche Std. pro Woche: 35  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 8 - 15 Uhr





# Spiel, Sport und Spaß





# SPIEL, SPORT UND SPAß

## WAS? – mettmann-sport e.V.

Der Mettmanner Sportverein hält ein großes Angebot für Babys und Kleinkinder mit Eltern sowie Kursen für Kinder ab zirka drei oder vier Jahren auch ohne Eltern vor.

Schnuppern ist immer möglich!

### Angebote in der Schwangerschaft und dem ersten Lebensjahr

über das me-sport STUDIO

- Fit in der Schwangerschaft
- Buggy Sport
- Me & Mom



me-sport  
STUDIO

über den Stundenplan im kids-Bereich

- Babys in Bewegung
- Babymassage



Stundenplan  
kids-Bereich

### Kinderturnen (Stundenplan kids-Bereich)

- Eltern-Kind-Turnen ab neun Monate bis zirka drei Jahren
- Kinderturnen ohne Eltern für Drei- bis Sechsjährige
- Eltern-Geschwister-Turnen mit Kindern von zirka ein bis sechs Jahren
- Papa-Kind-Turnen am Samstag

### Inklusives Bewegungsangebot

- für Kinder von drei bis sechs Jahren mit und ohne Handicap
- auch für Grundschüler\*innen und Erwachsene

Nähere Infos:



### Wassergewöhnung bis Schwimmkurs

- Eltern-Kind-Schwimmen / Wassergewöhnung
- „Schwimmen lernen“ ab zirka vier Jahren
- Intensivschwimmkurse in den Oster- und Herbstferien auch ab zirka vier Jahren

Nähere Infos:



### Kontakt:

**mettmann-sport e.V.**

Hasselbeckstraße 6  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 97 60 06  
E-Mail: info@me-sport.de

Öffnungszeiten:

Di - Fr 9 - 12 Uhr

Mo, Mi, Do 16 - 19 Uhr

Bitte beachten Sie die evtl. Änderungen in den NRW-Ferien auf unserer Startseite.





# SPIEL, SPORT UND SPAß

## WAS? – Evangelisches Familienbildungswerk Ratingen

Das Evangelische Familienbildungswerk in Ratingen bietet eine Vielzahl an Kursen.

Kursstandorte sind Ratingen, Mettmann, Haan, Hilden, Erkrath und Hochdahl.

Angebote wie Geburtsvorbereitung, Rückbildung, Babymassage, Eltern-Kind-Gruppen, PEKiP und diverse Angebote zu Elternthemenabenden finden Sie auf der Homepage.

### Kontakt:

**Evangelisches Familienbildungswerk**  
Turmstraße 10  
40878 Ratingen  
Tel.: 0 21 02 / 1 09 40  
E-Mail: [anmeldung@ev-familienbildung.de](mailto:anmeldung@ev-familienbildung.de)  
[www.ev-familienbildung.de](http://www.ev-familienbildung.de)

**Evangelisches  
Familienbildungswerk**  
Diakonie  im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann



## WAS? – Evangelisches Familienbildungswerk Ratingen Elternstart NRW – „Café Babyzeit“ – kostenfrei!!!

Im offenen Eltern-Baby-Treff „Café Babyzeit“ in Mettmann können Eltern sich in lockerer Atmosphäre treffen und austauschen. Sie erhalten erste Anregungen rund ums Baby. Denn im ersten Lebensjahr gibt es immer wieder neue Herausforderungen, zum Beispiel rund um das Stillen, die Ernährung oder die allgemeine Entwicklung. Eine kompetente Ansprechpartnerin steht für Fragen zur Verfügung. Das Angebot ist kostenfrei.

Das „Café Babyzeit“ findet montags von 9 bis 10:30 Uhr im Haus der Begegnung in Mettmann-Süd, Vogelskamp 120 und freitags von 10:45 bis 12:15 Uhr im Ev. Gemeindehaus in Mettmann-West, Donaustraße 24 statt.



Weitere Informationen zu den Elternstart-angeboten entnehmen Sie der Internetseite des Ev. Familienbildungswerks Ratingen:





# SPIEL, SPORT UND SPAß

## WAS? – Evangelisches Familienbildungswerk Ratingen Spielgruppen für Eltern mit Kindern von einem bis drei Jahren

In der Baby- oder Spielgruppe bieten wir altersgerechte Anregungen. Die Kleinen und die Großen knüpfen Kontakte, lernen einander kennen und wachsen miteinander. Die Anregungen für neugierige kleine Entdeckerinnen und Entdecker fördern alle Sinne und die Bewegungsfreude. Lieder oder Fingerspiele zur Begrüßung und zum Abschied machen Spaß und sind für die Sprachentwicklung sinnvoll. Fragen zur Entwicklung des Kindes oder zu besonderen Herausforderungen können mit der erfahrenen Kursleitung besprochen werden. Eine offene Atmosphäre und der Austausch mit anderen Eltern können hilfreich sein, um sicherer im Umgang mit dem Kind zu werden.

Die Kurse können auch im 2. Lebensjahr fortgesetzt werden. Die Gruppen „wachsen mit“. Erste kreative Erfahrungen mit Malen oder Matschen gehören dazu. Die Bewegungsangebote richten sich dem Alter entsprechend an „Krabbelkinder“ oder an Kinder, die zunehmend sicherer werden im Laufen und der gesamten Fortbewegung. Die Gruppe feiert gemeinsam Feste im Jahreskreislauf. Die Eltern können beobachten, wie ihre Kinder nun schon miteinander spielen. So lernen die Kinder die Grundlagen für ein soziales Miteinander

Aktuelle Kurse und Zeiten unter folgendem QR Code:



## WAS? – Babymassage

Körperliche Nähe und liebevolle Zuwendung spielen eine entscheidende Rolle für die

Entwicklung deines Babys. Die Babymassage ist eine wunderbare Möglichkeit, deinem Liebling nah zu sein und eure Bindung zu stärken. Ferner kann eine Bauchmassage deinem Baby bei Blähungen und Bauchweh Linderung verschaffen.

Alter des Babys: sechs Wochen bis sechs Monate  
Kursdauer: sechs Vormittage außer freitags  
Kosten: 100 €  
(Übernahme der Kosten durch die Krankenkasse teilweise möglich)

Teilnehmendenzahl: maximal sechs Teilnehmende plus Baby

Mit der Option für anschließenden Babygruppentreff!!!

### Kontakt:

#### Praxis am Schäfer

Nadine Kaubisch  
Talstraße 6  
40822 Mettmann  
Tel: 0 21 04 / 6 40 86 08  
E-Mail: info@praxis-am-schaefer.de  
www.praxis-am-schaefer.de





# SPIEL, SPORT UND SPAß

## WAS? – Familienzentrum Händelstraße

Im Rahmen unserer offenen Eltern-Treffs können sich Eltern über unterschiedliche Themen informieren und untereinander austauschen. Die Treffen sind kostenfrei. Vieles ist neu im Alltag mit Baby oder Kleinkind: Stillen, die Auswahl des besten Babyfläschchens, der Schlafrythmus, die Körpersprache des Babys, Beschäftigungsmöglichkeiten für Babys und Kleinkinder und Vieles mehr.

### Still-Treff

für Eltern mit den Allerkleinsten

Wann: mittwochs von 9 bis 10:45 Uhr

Kursleitung: Fr. Goldau-Hieret

Info: DRK Familienbildungswerk

Tel: 0 21 03 / 5 56 28

fbw@drk-mettmann.de



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

Kreisverband  
Mettmann e.V.

### Mami-Treff

für Eltern mit Kindern von null bis drei Jahren

Wann: jeden zweiten Freitag  
von 9:30 bis 11 Uhr

Kursleitung: Fr. Babenko

Info / Anmeldung: über das Familienzentrum



**Mettmann**  
Die Neanderthal-Stadt



### Kontakt:

**Städtisches Kinder- und  
Familienzentrum Händelstraße**

Händelstraße 5-7

40822 Mettmann

Tel: 0 21 04 / 95 25 50

E-Mail: [kita-haendelstrasse@mettmann.de](mailto:kita-haendelstrasse@mettmann.de)



STÄDTISCHES KINDER-  
UND FAMILIENZENTRUM  
Händelstraße



# SPIEL, SPORT UND SPAß

## WAS? – Musikschule der Stadt Mettmann

### MusikschulMäuse

„MusikschulMäuse“ sind Kinder zwischen eineinhalb und drei Jahren, die hier zum ersten Mal musikalische Erfahrungen gemeinsam in einer Gruppe machen. Hier wird getanzt, gesungen, Musik gehört und mit einfachen Instrumenten umgegangen. Ein Elternteil macht mit.

### MusikschulStrolche

„MusikschulStrolche“ sind die drei- bis vierjährigen Kinder, die schon bei den Musikschulmäusen mitgemacht haben und inzwischen im Kindergarten sind. Daher finden die Termine nachmittags statt. Auch „Neueinsteiger\*innen“ sind willkommen. Eltern müssen nicht mehr dabei sein. (Es gibt eine „Übergangsphase“ von zirka drei bis vier Terminen.)

Nähere Informationen, Flyer sowie Kosten und Ansprechpartner\*innen finden Sie hier:



### Musikalische Früherziehung

Regelmäßig nach den Sommerferien beginnen neue Kurse für Kinder im Vorschulalter: Die „Musikalische Früherziehung“. Die Vier bis Sechsjährigen erlernen noch kein Instrument. Vielmehr steht das „sich öffnen zur Musik“ ganz im Vordergrund des zweijährigen Kurses.

Nähere Informationen, Flyer sowie Kosten und Ansprechpartner\*innen finden Sie hier:



### Kontakt:



### Dezernat Jugend, Familie und Soziales - Musikschule -

Düsseldorfer Straße 14a  
40822 Mettmann

Tel.: 0 21 04 / 980 - 411

E-Mail: [musikschule@mettmann.de](mailto:musikschule@mettmann.de)

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





## SPIEL, SPORT UND SPAß



### WAS? – Stadtbibliothek Mettmann

Die Stadtbibliothek in der Neandertalhalle ist Leseoase, kommunikativer Treffpunkt, erste Adresse für alle Fragen im Informationszeitalter – und ein Ort für Familien. Neben Literatur für Eltern (Schwangerschaft, Beikost, Entwicklung, Laternen basteln, Schultüten...) gibt es einen großzügigen Kinderbereich, in dem Sie gemeinsam lesen, spielen und sich aufhalten können. Es gibt Toiletten, einen Platz zum Wickeln und auch eine Still-Ecke.

#### Kontakt:

##### Stadtbibliothek Mettmann

Am Königshof 13 (in der Neandertalhalle)  
40822 Mettmann  
Tel.: 0 21 04 / 980-414  
E-Mail: [bibliothek@mettmann.de](mailto:bibliothek@mettmann.de)  
[www.mettmann.de](http://www.mettmann.de)



### WAS? – Stadtbibliothek Mettmann – Vorlesezeit

Immer **samstags** findet in der Stadtbibliothek in der Zeit von **11 bis 11:30 Uhr** die Vorlesezeit für Kinder von **drei bis sechs Jahren** statt. Es werden von Ehrenamtlichen Kinderbücher vorgelesen. Im Anschluss wird gemalt oder gebastelt.

Sollte zum Beispiel wegen eines Feiertags oder in den Ferien die Bibliothek geschlossen sein, fällt das Angebot aus.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Angebot ist **kostenlos**.

### WAS? – Stadtbibliothek Mettmann – Bücherbabys

Unter dem Motto „Sprechen, lachen, selber machen“ werden kleine Geschichten mit Liedern und Bewegung für Eltern mit Kindern vorgelesen und vorgesungen und die „Bücherbabys“ zum Mitmachen animiert.

Das Angebot ist für Eltern mit Kindern **ab dem Sitzen / Krabbeln bis zum dritten Geburtstag** geeignet.

Das Angebot ist eine Kooperation zwischen dem Kreisintegrationszentrum Mettmann und der Stadtbibliothek Mettmann.

Alle interessierten Eltern sind herzlich eingeladen. Das Angebot ist **kostenlos**.

Es wird um Anmeldung gebeten.

Für weitere Informationen und Anmeldungen steht die Stadtbibliothek Mettmann unter Telefon **0 21 04 / 980-414** oder per Mail [bibliothek@mettmann.de](mailto:bibliothek@mettmann.de) und das Kreisintegrationszentrum Mettmann unter Telefon **0 21 04 / 99-21 30** oder per Mail [integration@kreis-mettmann.de](mailto:integration@kreis-mettmann.de) zur Verfügung.



# Weitere Informationen

Ausflüge, Homepages,  
Broschüren





## WEITERE INFORMATIONEN

### WAS? – Ausflüge

Vorschläge ohne Anspruch auf Vollständigkeit:



**Naturfreibad**  
[www.mettmann.de](http://www.mettmann.de)



**Hallenbad**  
[www.mettmann.de](http://www.mettmann.de)



**Freizeitanlage im Stadtwald /  
Stadtwaldkids**  
[www.mettmann.de](http://www.mettmann.de)



**Neanderthal Museum**  
[www.neanderthal.de](http://www.neanderthal.de)



**Gut Halfeshof**  
[www.halfeshof.de](http://www.halfeshof.de)



**Kultur für Kinder**  
[www.kulturvilla.com/veranstaltungen](http://www.kulturvilla.com/veranstaltungen)



**Aquazoo Löbbecke Museum**  
[www.duesseldorf.de/aquazoo](http://www.duesseldorf.de/aquazoo)



**Zoo Wuppertal**  
[www.wuppertal.de](http://www.wuppertal.de)



**Märchenzoo Blauer See Ratingen**  
[www.maerchenzoo.de](http://www.maerchenzoo.de)



**Kino für Kinder**  
[www.kinomettmann.de](http://www.kinomettmann.de)



**Gut Hixholz Velbert**  
[www.gut-hixholz.de](http://www.gut-hixholz.de)



## WEITERE INFORMATIONEN



**Herminghauspark Velbert**  
[www.herminghauspark-velbert.de](http://www.herminghauspark-velbert.de)



**Kinder Stadtplan Mettmann**  
[www.mettmann.de](http://www.mettmann.de)



**Grafenberger Wald Düsseldorf**  
[www.duesseldorf.de](http://www.duesseldorf.de)



**neanderland für Familien**  
[www.neanderland.de/neanderland-fuer/familien/](http://www.neanderland.de/neanderland-fuer/familien/)



**Unterbacher See Düsseldorf**  
[www.unterbachersee.de](http://www.unterbachersee.de)





## WEITERE INFORMATIONEN

### WAS? – Homepages

Auf folgenden Homepages finden Sie Informationen zu allen Themen rund um Elternschaft und Familie sein.

familienportal.de



bke-elternberatung.de



elternsein.info



alltagsheldinnen.org



schatten-und-licht.de



seelisch-gesund-aufwachsen.de





# WEITERE INFORMATIONEN

## WAS? – Broschüren

### Rundum Schwangerschaft und Geburt



### Kinder schützen – Unfälle verhüten



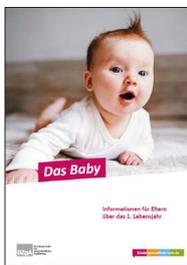
### Die erste Zeit zu dritt



### Gut hinsehen, gut zuhören, aktiv gestalten – Mediennutzung in der Familie



### Das Baby



### Chronische Erkrankungen im Kindesalter



### Unsere Kinder



### Mein Kind ist behindert – diese Hilfen gibt es



### Früherkennung und Vorsorge für Ihr Kind

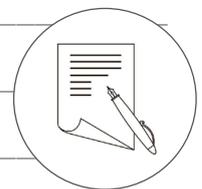


Die Broschüren als pdf finden Sie unter:





A series of horizontal lines for writing notes, starting from the top left and extending across the page.





- 
- **Wirtschaftliche Hilfen**
  - **Beratung und Hilfe**
  - **Kindergesundheit**
  - **Interkulturelle Angebote**
  - **Kinderbetreuung**
  - **Sport, Spiel, Spaß**
  - **Weitere Informationen**