



**Hallo,
da bin ich!**

Familienfreundliche
Stadt Aachen

© biker3 / Fotolia

www.aachen.de/besuchsdienst



Einleitung & Inhaltsverzeichnis

Liebe Eltern,

zur Geburt Ihres Kindes gratuliere ich Ihnen sehr herzlich und wünsche Ihnen mit Ihrem Neugeborenen einen guten Start in diesen neuen Lebensabschnitt als Familie.

Es ist eine sehr schöne und spannende Zeit.

Aber – es ist auch nicht immer einfach, denn Ihr Kind fordert Sie rund um die Uhr, und das kostet viel Kraft und Energie.

Es ist mir ein wichtiges Anliegen, dass Sie Unterstützung finden, wenn Sie sie benötigen, und dass Sie sich mit Ihrem Kind und Ihren Kindern in unserer Stadt gut aufgehoben fühlen.

Dieses Elternbegleitbuch wurde für Sie als praktischer Ratgeber entwickelt. Es enthält viele Informationen, nützliche Ratschläge und wichtige Adressen rund um Familie und Kind.

Haben Sie bitte keine Scheu, sich bei auftretenden Fragen und Problemen unmittelbar an meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Fachbereiches Kinder, Jugend und Schule oder andere Fachdienste zu wenden.

Den Sponsoren danke ich auf diesem Weg für Ihre Unterstützung.

Mit den besten Wünschen für Sie und Ihr Kind/Ihre Kinder

Ihre



Sibylle Keupen
Oberbürgermeisterin



Inhalt

Einleitung

Grußwort der Oberbürgermeisterin Sibylle Keupen
Inhaltsverzeichnis

Staatliche Leistungen und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten

Durch den „Behörden-Dschungel“
Wirtschaftliche Hilfen des Landes NRW
Adressen für wirtschaftliche Hilfen der Stadt Aachen
Bildungs- und Teilhabeleistungen des Jobcenters
Adressen für Beratung und Hilfe in finanziellen Notlagen in Aachen

Gesund groß werden und Grundlagen der kindlichen Entwicklung

Babypflege & Stillberatung in Aachen
Gesund groß werden – eine Information des Gesundheitsamtes
Der Kinderarzt – ein wichtiger Partner
Adressen von Kinderärzten & Gesundheitsamt in Aachen
Richtige Zahnpflege ab dem 1. Zahn
Elternbriefe 1 bis 12

Beratungs- und Hilfsangebote für Eltern

Familienbildung und Familienberatung
Adressenliste Familienbildung in Aachen
Familienbildung in Aachen: Begegnungsstätten & Treffpunkte
Beratung und Hilfe für Eltern in Aachen (Sozialraumteams uvm.)
Beratung und Hilfe für Eltern mit einem kranken oder behinderten Kind in Aachen
Sind Sie alleinerziehend?
Alleinerziehend in Aachen
Rechtsberatung & Unterstützung für getrennt lebende Eltern in Aachen
Kinderschutz in Aachen

Betreuungsangebote für Kinder

Kinderbetreuung in NRW

Angebote für Kinderbetreuung in Aachen – nach Stadtteilen aufgeführt

Angebote für Kinder, Jugendliche und Familien

Offene Angebote für Eltern mit Neugeborenen und Kleinkindern in Aachen

Mutter-Kind-Turnen, Kleinkinder-Turnen, Kleinkinder-Tanzen in Aachen

Stadtbibliothek Aachen

Bücherbus Fabian

Hilfen für ausländische Familien

Beratung und Hilfe für Eltern und Kinder mit Migrationshintergrund

Gutscheine

Was sonst noch wichtig ist & Platz für persönliche Unterlagen

Notfall-Nummern

Wichtige Dokumente und Anträge

Checkliste für Behördengänge und Anträge

Staatl. Leistungen

& finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten



Durch den „Behörden-Dschungel“

Anmeldung Ihres Kindes nach der Geburt

Die Anmeldung Ihres Kindes muss innerhalb einer Woche nach der Geburt beim zuständigen Standesamt durch ein sorgeberechtigtes Elternteil erfolgen. In vielen Fällen bieten die Geburtskliniken einen Anmeldeservice. Das Krankenhaus gibt dann die Geburtsanzeige sowie Ihre schriftliche Erklärung über die Bestimmung des Vor- und Familiennamens an das Standesamt weiter. Sie müssen die Urkunde dann lediglich vom Standesamt abholen. Die Zuständigkeit des Standesamtes richtet sich nach dem Geburtsort Ihres Kindes, nicht nach Ihrem Wohnort.

Welche Unterlagen zur Beantragung der Geburtsurkunde benötigt werden, hängt vom Familienstand und der Nationalität ab. Sind Sie nicht verheiratet oder ausländischer Herkunft, müssen evtl. fehlende Unterlagen nachgereicht oder eine Vaterschaftsanerkennung erklärt werden.

Bei einer Hausgeburt müssen Sie Ihr Kind innerhalb einer Woche selbst beim zuständigen Standesamt anmelden. Dafür legen Sie die von der Hebamme oder dem Arzt ausgestellte Geburtsbescheinigung vor. Für Fragen und weitere Auskünfte wenden Sie sich an Ihr zuständiges Standesamt.

Die Anmeldung beim Einwohnermeldeamt erfolgt in der Regel automatisch durch das Standesamt.

Hebammenbetreuung vor und nach der Geburt

Grundsätzlich haben Sie einen Anspruch auf die Unterstützung durch eine Hebamme Ihrer Wahl während der Schwangerschaft, der Geburt und für den Zeitraum von zwölf Wochen nach der Entbindung, bei Bedarf auch bis zum Ende der Stillzeit.

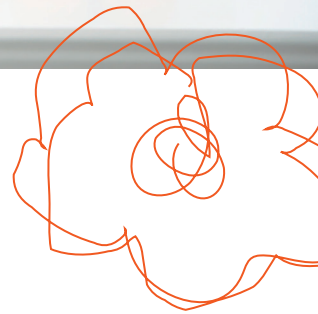
Von Ihrer Hebamme erhalten Sie in der ersten Zeit Hilfe bei der Pflege und Ernährung Ihres Kindes, beim Stillen, bei sozialen und behördlichen Fragen und bei vielem mehr. Die Kosten für die Hebamme werden vollständig von Ihrer Krankenkasse übernommen.

Ein Verzeichnis der Hebammen an Ihrem Wohnort erhalten Sie bei Ihrer Gynäkologin oder bei Ihrem Gynäkologen, Ihrer Geburtsklinik oder im Internet auf dem Familienportal.NRW unter: www.familienportal.nrw/schwangerschaft/gesundheit/hebammensuche

Frühe Hilfen

„Frühe Hilfen“ sind Angebote Ihrer Kommune für werdende Eltern und junge Familien. Zu Fragen der Schwangerschaft, zur Geburt Ihres Kindes und dessen Entwicklung in den ersten Lebensjahren können Sie sich informieren, beraten und – wenn Sie bei den vielen Veränderungen und neuen Herausforderungen im Alltag nach der Geburt Unterstützung benötigen – auch helfen lassen.

Diese Hilfen werden von Mitarbeitenden der Kinder- und Jugendhilfe, des Gesundheitswesens, der Schwangerschaftsberatung oder der Frühförderung geleistet. Neben den Fachkräften kommen unter Umständen in den „Frühen Hilfen“ auch Ehrenamtliche zum Einsatz, die Sie im Alltag unterstützen können. Angebote sind z. B. Willkommensbesuche nach der Geburt Ihres Kindes, Hilfe durch Familienhebammen, Elternkurse und -beratung sowie Informationsmaterialien. Sie möchten mehr zu den Angeboten der „Frühen Hilfen“ wissen? Weitere Informationen finden Sie auf dem Familienportal.NRW unter: www.familienportal.nrw/0-bis-1-jahre/beratung/fruehe-hilfen



Mutterschutz

Das Mutterschutzgesetz gilt für alle Frauen, die in einem Arbeitsverhältnis stehen. Für Schülerinnen und Studentinnen gilt es, wenn sie ein Pflichtpraktikum absolvieren oder wenn ihre Ausbildungsstelle den Ort, die Zeit und den Ablauf der Ausbildungsveranstaltung verpflichtend vorgibt. Auch Entwicklungshelferinnen, Frauen im Bundesfreiwilligendienst oder arbeitnehmerähnliche Selbstständige werden dann durch das Mutterschutzgesetz geschützt.

Als werdende Mutter genießen Sie sechs Wochen vor und acht Wochen nach der Geburt einen besonderen Schutz. In dieser Zeit sind Sie von Ihrer Arbeit freigestellt, um sich auf die Geburt vorzubereiten bzw. um sich nach der Geburt zu erholen und in Ruhe die erste Zeit mit Ihrem Kind zu verbringen.

Bei Früh- und Mehrlingsgeburten verlängert sich die Mutterschutzfrist auf zwölf Wochen nach der Entbindung. Das gilt auch nach der Geburt eines Kindes mit Behinderung.

Während des Mutterschutzes erhalten Sie – sofern Sie in einem Arbeitsverhältnis stehen – von Ihrer Krankenkasse Mutterschaftsgeld und ggf. von Ihrem Arbeitgeber einen Arbeitgeberzuschuss. Das Mutterschaftsgeld und der Arbeitgeberzuschuss ergeben summiert Ihr durchschnittliches Nettoeinkommen aus den letzten drei Kalendermonaten.

Sofern Sie privat versichert sind, ist nicht die Krankenkasse, sondern die Mutterschaftsgeldstelle beim Bundesversicherungsamt in Bonn die richtige Anlaufstelle. Privat Krankenversicherte haben während der Schutzfristen außerdem Anspruch auf Krankentagegeld.

Im Anschluss an die Mutterschutzfrist können Sie Elternzeit beantragen. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse oder – sofern Sie privat versichert sind – an das Bundesversicherungsamt in Bonn.

Weitere Informationen und einen Leitfaden zum Mutterschutz zum kostenlosen Herunterladen finden Sie auf dem Familienportal.NRW unter: www.familienportal.nrw/schwangerschaft/beruf-familie/mutterschutz

Kündigungsschutz

Während der Dauer der Schwangerschaft und bis zu vier Monate nach der Geburt darf Ihnen der Arbeitgeber nicht kündigen. Der Kündigungsschutz gilt unabhängig davon, ob Sie als Mutter nach Ablauf der Mutterschutzfrist wieder an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren oder in Elternzeit gehen wollen.

Der Kündigungsschutz besteht auch während der gesamten Dauer der in Anspruch genommenen Elternzeit.

Weitere Informationen zum Kündigungsschutz während und nach der Schwangerschaft finden Sie im Leitfaden zum Mutterschutz unter www.bmfsfj.de oder in der kostenlosen Broschüre „**Kündigungsschutz**“, die Sie beim Bundesministerium für Arbeit und Soziales bestellen können.

Elternzeit

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



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

Während der Elternzeit ruhen die Arbeitspflichten. Das Arbeitsverhältnis bleibt aber bestehen, so dass Sie nach Ablauf der Elternzeit wieder auf Ihren ursprünglichen oder einen vergleichbaren Arbeitsplatz zurückkehren können.

Sie können auch bis zu 24 Monate Ihrer Elternzeit auf die Zeit zwischen dem dritten und achten Geburtstag Ihres Kindes übertragen. Die Zustimmung Ihres Arbeitgebers brauchen Sie hierfür nur, wenn Sie Ihre Elternzeit auf diese Weise in mehr als zwei Abschnitte aufteilen.

Die Elternzeit muss dem Arbeitgeber spätestens sieben Wochen vor ihrem Beginn angezeigt werden. Dies gilt auch, wenn die Elternzeit gleich nach der Geburt des Kindes oder am Ende der Mutterschutzfrist beginnen soll. Mit dieser Anzeige legen Sie sich für die nächsten zwei Jahre fest. Wenn Sie die Elternzeit darüber hinaus verlängern wollen, informieren Sie Ihren Arbeitgeber spätestens sieben Wochen vor Ablauf dieser ersten beiden Jahre.

Während der gesamten Dauer der Elternzeit genießen Sie Kündigungsschutz gegenüber Ihrem Arbeitgeber. Sie als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer können dagegen das Arbeitsverhältnis auch während der Elternzeit unter Einhaltung der Kündigungsfristen kündigen.

Zum Ende der Elternzeit gilt hier jedoch eine Sonderkündigungsfrist von drei Monaten.

Eine Teilzeitbeschäftigung von bis zu 32 Wochenstunden während der Elternzeit ist zulässig.

Darüber hinaus haben Sie in Betrieben mit in der Regel mehr als 15 Arbeitnehmerinnen oder Arbeitnehmern einen Anspruch auf Verringerung der Arbeitszeit im Rahmen von 15 bis 32 Stunden, sofern Sie keine vollständige Arbeitsfreistellung wünschen. Weitere Informationen finden Sie unter auf dem Familienportal.NRW unter:

www.familienportal.nrw/elternzeit

Schulpflichtbefreiung von Müttern

Während der Schwangerschaft bleibt die Schulpflicht – bis zum Eintritt des Mutterschutzes – bestehen. Selbstverständlich kann nach Eintritt des Mutterschutzes weiterhin die Schule freiwillig besucht werden. Sofern Sie sich in einer Ausbildung befinden und in Elternzeit gehen, verlängert sich Ihre Ausbildungszeit entsprechend. Kann nach der Geburt die Betreuung des Kindes nicht anders sichergestellt werden, können Sie sich von der Schulpflicht befreien lassen.

Dazu stellen Sie einen Antrag auf Befreiung der Schulpflicht. Anträge dazu sind in den Schulen erhältlich. Dem Antrag fügen Sie die Geburtsurkunde Ihres Kindes bei sowie eine Bescheinigung Ihres zuständigen Jugendamtes, dass die Betreuung Ihres Kindes von Ihnen allein wahrgenommen wird.

Falls die Betreuung Ihres Kindes durch andere (z. B. durch die Großeltern) sichergestellt werden kann, ist eine Schulbefreiung nicht möglich.



Anmeldung Ihres Kindes bei der Krankenkasse

Ihr Baby ist vom ersten Lebenstag an automatisch krankenversichert. Sie müssen es innerhalb der ersten zwei Monate nach der Geburt bei Ihrer Krankenkasse anmelden. Hierzu erhalten Sie vom Standesamt, bei dem Sie Ihr Kind in der ersten Woche nach der Geburt angemeldet haben, eine Bescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse.

Bei miteinander verheirateten Eltern wird Ihr Kind in die bestehende Familienversicherung kostenlos mit aufgenommen, ebenso bei minderjährigen Eltern, die selbst noch bei ihren Eltern mitversichert sind. Das Kind kann auch in die Krankenkasse eines unverheirateten Elternteils aufgenommen werden.

Diese Regelung gilt bei allen gesetzlichen Krankenversicherungen. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse.

Kinderfreibetrag

Für manche Eltern lohnen sich die Freibeträge für Kinder mehr als das Kindergeld. Ob anschließend bei der Steuererklärung das Kindergeld oder der Kinderfreibetrag für Steuerpflichtige vorteilhafter sind, ermittelt das Finanzamt automatisch bei der jährlichen Berechnung der Einkommensteuer (Veranlagung) im Rahmen einer Günstigerprüfung. Eltern müssen den Kinderfreibetrag also nicht gesondert beantragen.

Informationen zum Kinderfreibetrag und weiteren Steuervorteilen für Familien finden Sie auf dem Familienportal.NRW unter www.familienportal.nrw/de/schwangerschaft/finanzielles-formales/steuervorteile-fuer-familien

Vaterschaftsanerkennung

Sofern Sie verheiratet sind, ist eine Vaterschaftsanerkennung nicht notwendig, da hier per Gesetz der Mann, der zum Zeitpunkt mit der Kindesmutter verheiratet ist, als Vater des Kindes gilt.

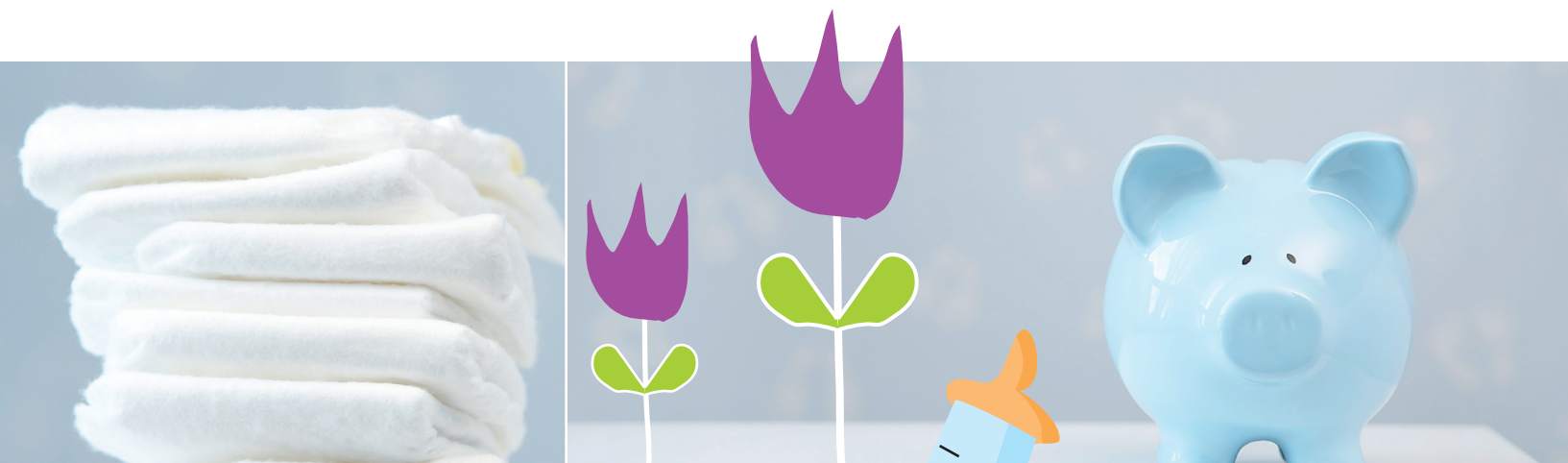
Sofern Sie nicht verheiratet sind, besteht eine Vaterschaft erst dann, wenn sie anerkannt oder gerichtlich festgestellt ist.

Um eine Vaterschaft anerkennen zu lassen, wenden Sie sich bitte an Ihr zuständiges Jugendamt oder Standesamt vor Ort. Hier wird die Anerkennung der Vaterschaft sowie die Zustimmung der Kindesmutter beurkundet. Die Anerkennung sollte – wenn möglich – bereits vor der Geburt oder kurz danach erfolgen. Einen Erklärfilm und weitere Informationen zu diesem Thema erhalten Sie auf dem Familienportal.NRW unter: www.familienportal.nrw/vaterschaftsanerkennung



Auf den Internetseiten des Familienportals.NRW finden (werdende) Eltern umfassende Informationen zu wirtschaftlichen Leistungen und Beratungsangeboten sowie viel Wissenswertes rund um das Familienleben. Das Online-Angebot erreichen Sie unter: www.familienportal.nrw





Wirtschaftliche Hilfen

Kindergeld

Anspruch auf Kindergeld haben alle Eltern, die in der Bundesrepublik Deutschland ihren Hauptwohnsitz haben. Kindergeld wird einkommensunabhängig gewährt.

Ausgezahlt wird das Kindergeld an den Elternteil, bei dem das Kind lebt. Lebt das Kind mit beiden Elternteilen zusammen, können Sie bestimmen, welcher Elternteil das Kindergeld erhalten soll. Das Kindergeld wird grundsätzlich bis zum 18. Lebensjahr des Kindes gezahlt. Unter bestimmten Voraussetzungen kann das Kindergeld auch bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres des Kindes gezahlt werden.

Zu beantragen ist das Kindergeld bei der örtlich zuständigen Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit. Der Antrag kann auch online unter www.arbeitsagentur.de gestellt werden. Sofern Sie im öffentlichen Dienst beschäftigt sind, beantragen Sie das Kindergeld bei der Personalstelle Ihres Dienstherrn. Wer Kindergeld erhalten möchte, muss die steuerliche Identifikationsnummer des Kindes angeben, für das Kindergeld beantragt wird sowie die steuerliche Identifikationsnummer des Elternteils, der den Kindergeldantrag stellt oder bereits Kindergeld bezieht. Ausführliche Fragen und Antworten zur Angabe der steuerlichen Identifikationsnummer finden Sie auf den Internetseiten des Bundeszentralamtes für Steuern unter www.bzst.de.

Weitere Informationen und einen Erklärfilm „Kindergeld – kurz erklärt“ finden Sie auf dem Familienportal.NRW unter www.familienportal.nrw/kindergeld sowie unter www.arbeitsagentur.de, bei Ihrer zuständigen Familienkasse oder – sofern Sie im öffentlichen Dienst tätig sind – bei Ihrem Dienstherrn.

Kinderzuschlag

Eltern mit kleinen Einkommen können zur Existenzsicherung ihrer Kinder einen Kinderzuschlag bei der örtlichen Familienkasse beantragen. Voraussetzungen sind, dass das Kind in Ihrem Haushalt lebt, unter 25 Jahre alt ist und nicht verheiratet ist. Außerdem muss Ihr Bruttoeinkommen mindestens 900 Euro (Paare) bzw. 600 Euro (Alleinerziehende) betragen.

Mit dem KiZ-Lotsen der Familienkasse finden Eltern und Alleinerziehende heraus, ob der Kinderzuschlag für sie in Betracht kommt und können den Antrag online bei der Familienkasse ausfüllen.

www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kiz-lotse

Kinder-Sofortzuschlag

Kinder und Jugendliche, die in Familien mit geringem Einkommen leben, erhalten seit Juli 2022 einen Sofortzuschlag von monatlich 20 Euro zusätzlich. Den Zuschlag erhalten alle Kinder, die in Familien leben, die beispielsweise mit der Grundsicherung auskommen müssen, einen Anspruch auf Kinderzuschlag haben oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz bekommen.



Elterngeld

Es gibt drei Elterngeld-Varianten:

- Basiselterngeld
- ElterngeldPlus
- Partnerschaftsbonus

Basiselterngeld

Basiselterngeld können Sie für 12 Monate bekommen. Bleibt der andere Elternteil auch für mindestens 2 Monate zuhause, verlängert sich die Zahlung um 2 Monate auf insgesamt 14 Monate. Für Kinder, die ab dem 1. April 2024 geboren werden, ist außerdem Voraussetzung, dass mindestens einer der beiden Partnermonate allein genommen wird. Eine gemeinsame Elternzeit von beiden Elternteilen ist also nur noch für einen Monat möglich.

Eltern von Frühgeborenen erhalten in Abhängigkeit davon, wie früh das Kind zur Welt gekommen ist, bis zu vier Elterngeldmonate mehr.

Das Basiselterngeld ersetzt mindestens 65 % Ihres bisherigen Einkommens. Es beträgt mindestens 300 € und höchstens 1.800 € monatlich. Den Mindestbetrag von 300 € können Sie auch bekommen, wenn Sie bisher kein Einkommen hatten.

Wie das Elterngeld berechnet wird, erfahren Sie auf dem Familienportal.NRW unter www.familienportal.nrw/elterngeld/hoehede-elterngeldes. Für eine erste unverbindliche Berechnung der Höhe Ihres Elterngelds, können Sie den Elterngeldrechner des Bundesfamilienministeriums nutzen: www.familienportal.de/familienportal/rechner-antraege/elterngeldrechner.

Einkommensgrenzen:

- Für Paare, deren Kind bis zum 31. März 2024 geboren worden ist, gilt die Grenze für das zu versteuernde Einkommen von 300.000 Euro. Paare, die diese Einkommensgrenze überschreiten, bekommen kein Elterngeld. Für Alleinstehende gilt eine Einkommensgrenze von 250.000 Euro.
- Für Kinder, die ab dem 1. April 2024 geboren werden, sinkt die Einkommensgrenze für Paare auf 200.000 Euro. Für Alleinerziehende gilt eine Einkommensgrenze von 150.000 Euro.
- Wird das Kind am oder nach dem 1. April 2025 geboren, gilt die Grenze von 175.000 Euro.

ElterngeldPlus

Das ElterngeldPlus ist vor allem ein Angebot für Eltern, die Familie und Beruf vereinbaren möchten und bis zu 32 Stunden pro Woche arbeiten. Das ElterngeldPlus ist halb so hoch wie das Basiselterngeld, also mindestens 150 € und höchstens 900 € monatlich. Dafür bekommen Sie es doppelt so lange.

Partnerschaftsbonus

Wenn beide Elternteile gleichzeitig zwischen 24 und 32 Wochenstunden in Teilzeit arbeiten, haben Sie Anspruch auf den sogenannten Partnerschaftsbonus. Den Partnerschaftsbonus können Eltern für mindestens zwei und maximal vier Monate beantragen. Die Partnerschaftsbonusmonate fördern somit gezielt Paare, die sich Familien- und Erwerbsarbeit partnerschaftlich teilen. Alleinerziehende haben Anspruch auf den gesamten Partnerschaftsbonus. Ausführliche Informationen zum Elterngeld und zum Online-Antrag finden Sie auf dem Familienportal.NRW unter www.familienportal.nrw/elterngeld.



Arbeitslosengeld

Sofern Sie oder Ihr Partner arbeitslos werden, haben Sie Anspruch auf Zahlung von Arbeitslosengeld. Voraussetzung ist, dass Sie in der sog. Rahmenfrist (zwei Jahre) mindestens zwölf Monate in einem Versicherungsverhältnis gestanden haben.

Das Arbeitslosengeld stellt eine Entgeltersatzleistung dar, die dem Anspruchsberechtigten bei eintretender Arbeitslosigkeit ermöglichen soll, über einen gewissen Zeitraum hinweg den Lebensstandard zu sichern. Die Anspruchsdauer richtet sich nach Ihrem Alter und der vorangegangenen Beschäftigungsdauer. Im Regelfall beträgt die Bezugsdauer zwölf Monate. Die Höhe des Arbeitslosengeldes beträgt 67 Prozent (erhöhter Leistungssatz) des letzten Nettoeinkommens. Der erhöhte Leistungssatz von 67 Prozent wird gewährt, wenn der Arbeitslose oder sein nicht dauernd getrennt lebender Ehegatte oder Lebenspartner einen Anspruch auf Kindergeld haben. Um Arbeitslosengeld zu erhalten, müssen Sie sich bei der zuständigen örtlichen Stelle der Bundesagentur für Arbeit arbeitslos melden.

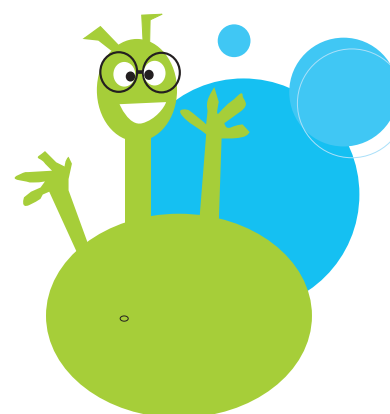
Bürgergeld

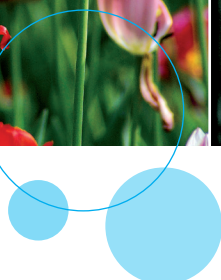
Seit Januar 2023 erhalten alle Menschen Bürgergeld, die bisher Arbeitslosengeld II bezogen haben. Anspruchsberechtigt sind Personen, die erwerbsfähig sind und entweder aktuell keine Arbeit haben oder mit ihrer Arbeit nicht genug verdienen, um ihren Lebensunterhalt zu decken und für die andere, vorrangige Leistungen (wie Wohngeld, Kinderzuschlag) nicht ausreichend sind, um die Hilfebedürftigkeit zu überwinden. Auch Personen, die nicht arbeiten können, die aber mit Bürgergeldberechtigten in einem Haushalt zusammenleben, können Bürgergeld

erhalten, sofern sie finanzielle Unterstützung benötigen. Zuständig für das Bürgergeld ist das Jobcenter am Wohnort.

Hilfen zum Lebensunterhalt nach dem SGB XII

Erwerbsfähige Menschen erhalten Leistungen der Grundsicherung für Arbeitsuchende/Bürgergeld, dauerhaft voll erwerbsgeminderte Menschen sowie Rentnerinnen und Rentner erhalten Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung. Hilfe zum Lebensunterhalt wird daher nur in seltenen Fällen gewährt, z.B. für Menschen, die vorübergehend erwerbsunfähig sind. Zuständig für die Zahlung von Sozialhilfe ist das örtliche Sozialamt in Ihrer Kommune.





Asylbewerberleistungen

Anspruch auf Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) haben materiell hilfebedürftige Asylbewerber*innen, Geduldete sowie Ausländer*innen, die vollziehbar zur Ausreise verpflichtet sind. In wenigen Ausnahmefällen sind auch Inhaber*innen einer befristeten Aufenthaltserlaubnis leistungsberechtigt nach AsylbLG. Als Leistungsbeneficiäre erhalten Sie Grundleistungen (ggfs. auch Sachleistungen) und die Kosten der Unterkunft. Außerdem werden Leistungen bei Krankheit, Schwangerschaft und Geburt gewährt, da Sie in der Regel von der gesetzlichen Krankenversicherung ausgeschlossen sind. Hinzu kommen Leistungen für besondere Bedarfe für Schwangere, Menschen mit Behinderungen und Pflegebedürftige.

Bildungs- und Teilhabepaket

Bedürftige Kinder haben einen Rechtsanspruch auf Mitmachen – zum Beispiel bei ein- oder mehrtägigen Ausflügen in der Kita und der Kindertagespflege oder für ein gemeinschaftliches Mittagessen in der Kita und dem Hort. Dafür erhalten sie einen Zuschuss. Zu den finanziellen Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket zählen:

- das Schulbedarfspaket
- kostenlose Schülerfahrkarten
- kostenloses Mittagessen in Kita und Schule
- kostenlose Nachhilfe
- ein monatlicher Zuschuss für die Teilnahme an Sport-, Musik- und Kunstangeboten

Informationen zum Bildungs- und Teilhabepaket erhalten Sie beim Bürgertelefon des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales unter 030 221911003 und unter: www.familienportal.nrw/bildungs-und-teilhabepaket.

Wohngeld-Plus

Das Wohngeld ist ein staatlicher Zuschuss zu den Wohnkosten für eine Mietwohnung oder selbstgenutztes Wohneigentum. Es unterstützt Haushalte mit niedrigem Einkommen oberhalb der Grundsicherung und dient der Sicherung eines angemessenen und familiengerechten Wohnens. Am 1. Januar 2023 ist die Wohngeld-Plus-Reform in Kraft getreten. Seither können mehr als dreimal so viele Haushalte vom Wohngeld profitieren. Zudem ist die Höhe des Wohngeldes für die bisher Beziehenden im Durchschnitt verdoppelt worden. Neu ist, dass das Wohngeld durch die Reform auch bei den Heizkosten entlastet und die für den Klimaschutz notwendigen Belastungen einer Sanierung abmildert. Ihren Wohngeldantrag reichen Sie bitte mit den erforderlichen Nachweisen bei der Wohngeldstelle Ihrer Kommune ein. Dort berät man Sie gern.

Schuldnerberatung

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

Weitergehende Informationen erhalten Sie in einem Schuldnerberatungsbüro vor Ort oder unter www.bag-sb.de. Die in Ihrem Ort anerkannten und ansässigen Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstellen können Sie unter folgendem Link finden: www.mkjfgfi.nrw/verbraucherinsolvenzberatungsstellen

Wirtschaftliche Hilfen der Stadt Aachen

Kindergeld/Kinderzuschlag

Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit Aachen

Roermonder Straße 51
52072 Aachen
Tel.: 0800 45555-30 (Kindergeld und Kinderzuschlag)
Tel.: 0800 45555-33 (Zahlungstermine)
Fax: 0241 5682109
familienkasse-nordrhein-westfalen-west@arbeitsagentur.de

Elterngeld

Elterngeldstelle

StädteRegion Aachen
Trierer Straße 1
52078 Aachen
Tel.: 0241 5198-5708
Fax: 0241 5198-5790
elterngeld@staedteregion-aachen.de
www.staedteregion-aachen.de/de/navigation/aemter/versorgungsamt-a-57/elterngeld

Familienkarte der StädteRegion Aachen

Die Familienkarte bietet eine Vielzahl von Leistungen an, die das Familienbudget schonen. Familien aus der StädteRegion Aachen erhalten sie kostenlos auf Antrag ab einem Kind unter 18 Jahre:

Bürgerservice am Hauptbahnhof

Hackländerstraße 1
52064 Aachen
Tel.: 0241 432-1234
Fax: 0241 432-5666
Eine Terminvereinbarung ist notwendig.

Bürgerservice am Katschhof

Johannes-Paul-II.-Straße 1
52062 Aachen
Tel.: 0241 432-1234
Fax: 0241 432-7788

und den jeweiligen Bezirksverwaltungsstellen
Tel.: 0241 432-0

Weitere Informationen finden Sie unter www.staedteregion-aachen.de/familienkarte

Bürgergeld

Jobcenter StädteRegion Aachen

Gut-Dämme-Straße 14
52070 Aachen
Tel.: 0241 886810
Jobcenter-Aachen@jobcenter-ge.de
www.jobcenter-staedtereion-aachen.de

Terminvereinbarung Online

Telefonterminvereinbarung Online (Rückruf des Jobcenters)

Antragstellung Online möglich

Information zum Bürgergeld, zur Antragstellung u. a.

Hilfe zum Lebensunterhalt nach SGB XII

Verwaltungsgebäude Bahnhofplatz
Hackländerstraße 1
52058 Aachen
Tel.: 0241 432-0
wohnen-soziales-integration@mail.aachen.de

Terminvereinbarung ist notwendig.

Über die Zentrale der Stadtverwaltung werden Sie mit Ihrem/r zuständigen Sachbearbeiter/in verbunden.

Eine **Online-Terminvereinbarung** ist möglich über das Serviceportal der Stadt:

aachen.de/serviceportal

Antragstellung online ist möglich

Aachen-Pass

Bezieher*innen von Bürgergeld sowie von Leistungen nach dem SGB XII erhalten den Aachen-Pass sowie Personen, die von der Rundfunkgebührenpflicht befreit sind oder deren Beitrag auf ein Drittel reduziert ist. Des Weiteren erhalten ihn Bezieher*innen von Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, von Kindergeldzuschlag, Menschen mit Behinderung, die in entsprechenden Einrichtungen leben, Bezieher*innen von wirtschaftlicher Jugendliche nach §39 SGB 8.

Er gewährt Vergünstigungen bei der Benutzung städtischer Einrichtungen oder beim Besuch städtischer Veranstaltungen.

Bezieher*innen von Bürgergeld sowie von der Rundfunkgebührenpflicht befreite Personen erhalten den Aachen-Pass auf Antrag und unter Vorlage eines Originalbescheides **in den Bürger*innenservicebüros und den Bezirksämtern.**

Verwaltungsgebäude Bahnhofplatz –

Bürger*innenservice

Hackländerstraße 1
52064 Aachen
Tel.: 0241 432-1234
Fax: 0241 432-56099
wohnen-soziales-integration@mail.aachen.de

Eine Terminvereinbarung ist notwendig, entweder unter der in der linken Spalte angegebenen Telefonnummer oder **online** über das Serviceportal der Stadt: **aachen.de/serviceportal**

Wohngeld/Mietzuschuss

Fachbereich Wohnen, Sozialer und Integration

Verwaltungsgebäude Bahnhofplatz
Hackländerstraße 1
52058 Aachen
Tel.: 0241 432-0
Fax: 0241 432-56470
wohngeld@mail.aachen.de
www.serviceportal.aachen.de/suche/-/egov-bis-search/service/3248

Eine Terminvereinbarung ist notwendig, entweder telefonisch über die in der linken Spalte angegebene Telefonnummer der Stadtverwaltung oder **online** über das Serviceportal der Stadt:

aachen.de/serviceportal

Beratung und Hilfe in finanziellen Notlagen

Diakonisches Werk im Kirchenkreis Aachen e. V. (Diakonie)

Familien- und Sozialberatung West/ASD
Vaalser Straße 439
52074 Aachen
Tel.: 0241 989010

Beratung bei Behördenproblemen
Mutter-, Vater-/Kind-Kurberatung sowie Kurberatung
für pflegende Angehörige
Terminvereinbarung ist jeweils erforderlich

Stadtteilbüro Preuswald
Reimser Straße 76
Sprechstunde: Mittwoch, 09.00 – 12.00 Uhr

SKM – Katholischer Verein für Soziale Dienste in Aachen e. V.

(SKM)
Heinrichsallee 56
52062 Aachen
Tel. 0241/413555-00
Fax 0241/413555-11
info@skm-aachen.de
www.skm-aachen.de

Eine Terminvereinbarung zur Beratung ist notwendig
unter der in der linken Spalte angegebenen
Telefonnummer

Familienpatenschaften:

Frau Götz, Tel.: 0241 41355527
Frau Scheins, Tel.: 0241 41355529

Schuldnerberatung

Schuldnerberatung Aachen e. V.

Dennewartstraße 17
52068 Aachen
Tel.: 0241 9039404
kontakt@schuldnerberatung-ac.de
www.schuldnerberatung-ac.info

Kostenlose Sprechstunde nach Terminvereinbarung

Verbraucherzentrale NRW e. V.

Beratungsstelle Aachen
Aachen-Münchener-Platz 6 (Kapuzinerkarree)
52064 Aachen
Tel.: 0241 46302601

u. a. Budget- und Rechtsberatung bei akuten
drohenden Energieschulden

Arbeitslosenzentren

Sozialprojekt der Gemeinde „Christus unser Bruder“

AC-Nord e. V. / AHA 100
Alt-Haarener-Straße 96 und 100
52080 Aachen
Tel.: 0241 164566
sozialprojekte-ac@t-online.de
aha-100.bistumac.de

KAB-Anlaufstelle für arbeitslose Menschen im
Bistum Aachen

Tel.: 0241 91610962

Beratungsstelle Arbeit
des Sozialwerks Aachner Christen e. V.
St.-Josefs-Platz 3
52068 Aachen
Tel.: 0241 51000755
Oder 0241 51000836
heinrichs@sozialwerk-aachen.de
www.arbeitslos-in-aachen.de

Ansprechpartner: Alois Heinrichs

Lebensmittel und Möbel/Kleidung

Aachener Tafel e. V.
Clermontstraße 10
52066 Aachen
Tel.: 0241 9977474
Fax: 0241 9128204
info@aachener-tafel.de
www.aachener-tafel.de

Zur Nutzung der Aachener Tafel ist eine Kundenkarte erforderlich

Erwerb der Kundenkarte siehe Homepage:
www.aachener-tafel.de

Sozialprojekt der Gemeinde
„Christus unser Bruder“
Second-Hand Möbel
Möbellager AHA 100
Alt-Haarener-Straße 96 und 100
52080 Aachen
Tel.: 0241 164566
Sozialprojekte-ac@t-online.de
aha-100.bistumac.de

Montag – Freitag: 10.00 -17.00 Uhr

Caritasverband Aachen

Fraulü – Secondhand – Bekleidung für Frauen
Markt 24
52062 Aachen
Tel.: 0241 51000832
s.holzapfel@caritas-aachen.de

Montag bis Freitag: 11.00 – 18.00 Uhr
Samstag: 10.00 – 16.00 Uhr

WABe e. V.

Sozialkaufhaus und Möbelshop
Freunder Weg 61
52068 Aachen
Tel.: 0241 9494067
sozialkaufhaus.aachen@wabe-aachen.de

Montag bis Donnerstag: 08.30 – 15.30 Uhr
Freitag: 08.30 – 14.00 Uhr

Second-Hand-Kaufhaus BreitSeite
Kleinkölnstraße 18
52062 Aachen
Tel.: 0241 47599917
Fax: 0241 47599919
breitseite@wabe-aachen.de

Montag bis Freitag: 10.00 – 18.00 Uhr
Samstag: 10.00 – 16.00 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz Aachen

Deutscher Roter Kleiderladen

Rudolfstraße 29
52070 Aachen
Tel.: 0241 47598170

Donnerstag: 10.00 – 18.00 Uhr
Dienstag: 10.00 – 13.30 Uhr
Mittwoch: 10.00 – 13.30 Uhr
Freitag: 10.00 – 13.30 Uhr

Malteser Hilfsdienst

Malteserlädchen

Trierer Straße 58
52078 Aachen
Herr Werr
Tel.: 0241 9670128

Mittwoch: 09.00 – 11.30 Uhr
Donnerstag: 09.00 – 11.30 Uhr

Für Tafelkunden: jeden 1. Freitag im Monat

Cafe 4 you

Gemeindezentrum St. Philipp Neri
Philipp-Neri-Weg 7
52074 Aachen
Frau Fischer:
Tel.: 0241 9492713
Cafe4you@gdg-grenzenlos.de

Café und Lädchen

Donnerstag: 09.00 – 11.00 Uhr und
16.00 – 18.00 Uhr

Gesund groß werden

& Grundlagen der
kindlichen Entwick-
lung

Babypflege & Stillberatung

Luisenhospital Aachen Treffpunkt „Luise“

Weberstraße 6
52064 Aachen
Tel.: 0241 414-2205
Fax: 0241 414-2705
treffpunkt-luise@luisenhospital.de
www.luisenhospital.de/luisenhospital/treffpunkt-luise

Säuglingspflege, Babymassage, Fenkid®,
PEKiP®, Babyschwimmen, Schrei-Ambulanz,
Körpererfahrung, Bewegungsspiele, Kinderschlaf
u. a.

Stillambulanz am Luisenhospital

(am Ärztehaus)
Boxgraben 95
52064 Aachen

Montags: 9 – 12 Uhr
Telefonische Anmeldung unter:
0241 4142423

Zentrum für Gesundheitsförderung – ZGF Marienhospital Aachen

Zeise 15
52066 Aachen
Tel.: 0241 6006-4500
info@zgf-aachen.de
www.marienhospital.de/de/ihr-zgf

Säuglingspflege, Stillgruppe, Babyschwimmen,
Babymassage, PEKiP® u. a.

Hebammen: siehe Hebammenliste für Aachen und Umgebung

Säuglingspflege, Stillberatung u. a.

Geburtshaus Aachen

Passstraße 106
52070 Aachen
Tel.: 0241 607280
Fax: 0241 607281
info@geburtshaus-aachen.de
www.geburtshaus-aachen.de

Rückbildungsgymnastik,
Still-Treffen, Babymassage, Tragetuch,
PEKiP®, Krabbelgruppen, homöopathische
Haus- und Notfallapotheke u. a.

IN VIA Aachen e. V.

Kath. Verband für Frauen- und Mädchensozialarbeit
Krefelder Straße 23
52070 Aachen
Tel.: 0241 60908-10
Fax: 0241 60908-20
zentrale@invia-aachen.de
www.invia-aachen.de

Babymassage,
Elternstart, PEKiP® u. a.

**Haus für Familien –
Evangelische Familienbildung Aachen**
Martin-Luther-Straße 16
52062 Aachen
Tel.: 0241 5152949
info@efam-aachen.de
www.efam-aachen.de

Stillberatung, Babymassage,
Elternstart, Eltern-Baby-Gruppe, Babyschwimmen,
FuN®-Baby Familienprogramm, PEKiP®,
Spielgruppen u.a.

Willkommen-Familien, Zeit schenken – Praktische
Hilfe für Familien nach der Geburt

DRK – Familienbildungswerk
Talstraße 2 (Depot)
52068 Aachen
Tel.: 0241 99022644
kursanmeldung@drk.ac
www.drk.ac/angebote/kinder-jugend-und-
familie/familienbildung

indische Babymassage,
Elternstart, PEKiP®, Turnen,
internationale Eltern-Kindgruppen (spanisch,
französisch, ungarisch, italienisch, russisch) u. a.

Helene-Weber-Haus im Domviertel
Kath. Forum für Erwachsenen- und Familienbildung
Bendelstraße 28-32
52062 Aachen
Tel.: 0241 18916359
info@heleneweberhaus.de
www.heleneweberhaus.de

Babyernährung, Babymassage,
Elternstart, PEKiP®, gemeinsam durch das erste
Lebensjahr, u. a.

Helene-Weber-Haus
Kath. Forum für Erwachsenen- und Familienbildung
Oststraße 66
52222 Stolberg
Tel.: 02402 95560
info@heleneweberhaus.de
www.heleneweberhaus.de

Deutscher Kinderschutzbund Aachen e. V.
Frühe Hilfen für Familien mit Säuglingen
Talstraße 2 (im Depot)
52068 Aachen
Tel.: 0241 94994-30
Fax: 0241 94994-13
fruehehilfen@kinderschutzbund-aachen.de
www.kinderschutzbund-aachen.de

Eltern-Säuglingsberatung, Unterstützung nach
der Geburt u. a.

Wichtige Links

Zur Ernährung in der Stillzeit:

www.kindergesundheit-info.de/themen/ernaehrung/stillen/ernaehrung-der-mutter
Information der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

www.still-lexikon.de/ernaehrung-der-stillenden-mutter
Infoportal Rund ums Stillen

Wenn Ihr Baby viel schreit:

www.elternsein.info/schreien/baby-schreit-viel/

Information des Nationalen Zentrums Frühe Hilfen, was helfen könnte, ihr Baby zu beruhigen

Was Babys brauchen

Liebe und Bindung

Um gesund aufzuwachsen braucht ein Kind vor allem eines: Liebe. Es muss spüren, dass es willkommen ist. Denn wenn es auf die Welt kommt, ist es völlig hilflos. Beim Großwerden ist es deshalb auf die vorbehaltlose Unterstützung eines erwachsenen Menschen angewiesen. Meistens übernimmt zunächst die Mutter die Aufgabe der wichtigsten Person und auf sie muss es sich verlassen können. Weil sein Leben davon abhängt, ist ein Baby von Anfang an bereit, alles für eine gute Beziehung zu seinen engsten Betreuungspersonen zu tun. Es lächelt sie an, sobald es das kann, es passt sich an, so gut es geht und bindet sich mit ganzem Herzen an sie.

! Diese enge Bindung ist wichtig, damit das Baby sich zu einem stabilen und selbstbewussten Erwachsenen entwickelt.

Das Baby verstehen

Die Bindung wird umso enger, je mehr ein Kind merkt, dass seine Eltern bereit sind, es zu verstehen und ihm das zu geben, was es braucht. Das ist nicht immer einfach, vor allem beim ersten Kind. Ob es wohl Hunger hat überlegen die Eltern, wenn das Baby schreit. Aber nein, an die Brust der Mutter angelegt, dreht es den Kopf weg. Auf Papas Teefläschchen reagiert es genauso. Vielleicht hat es die Windel voll und der Popo tut ihm weh? Aber auch ein Check auf dem Wickeltisch bringt kein Ergebnis. Wie wär's dann mit Müdigkeit? Kaum im Bett, dreht das Kleine den Kopf auf die Seite, quengelt noch ein bisschen vor sich hin und schläft dann friedlich ein.

! Durch Ausprobieren lernen Eltern ihr Kind allmählich kennen.

Verständlich sein

Auch das Kind versucht zu verstehen, wie seine Eltern ticken und wie das Leben mit ihnen funktioniert. Ein möglichst gleich bleibender Tagesablauf, ein fester Kreis von Menschen um es herum, kleine Rituale beim Wickeln oder zu Bett bringen helfen dem Baby, sich in seinem Erdendasein zurecht zu finden. Eine klare und übersichtliche Umgebung gibt dem Kleinen Sicherheit. Auch das Verhalten seiner Bezugspersonen trägt dazu bei. Ist die Mutter, zum Beispiel, einmal überschwänglich liebevoll und ein andermal gleichgültig, bekommt das Baby Stress, weil es nicht weiß, wie es ihr Verhalten deuten soll. Unbewusst versucht es, sich an ihre wechselnde Stimmung anzupassen. Aber nur, wenn es weiß, woran es ist, fühlt es sich bei der Mama geborgen.

! Ein Baby braucht möglichst gleich bleibende Aufmerksamkeit, Freundlichkeit und Klarheit.

Kuscheln und spielen

Der Wunsch zu kuscheln und der Wunsch zu spielen ist allen Menschen angeboren. Wird ein Säugling auf den Arm genommen, gestreichelt und geküsst, dann spürt er: Ich bin nicht allein und ich werde geliebt. Und schon

beginnt er mit dem Spielen. Bereits kurz nach der Geburt versucht er, den Gesichtsausdruck der Erwachsenen nachzumachen. Mit vier, fünf Monaten kann er einen Greifring festhalten und mit dem Mund untersuchen. Den meisten Spaß hat er aber, wenn Mama oder Papa ihn kitzeln, lustige Geräusche machen, einen Gegenstand vor seinen Augen verschwinden lassen. Wenn das Kind nicht mehr mag, sollten die Erwachsenen das Spiel beenden. Und sie sollten nur das anbieten, was zum Alter des Kleinen passt.

! Beim gemeinsamen Spielen und Kuscheln lernt das Kind Neues über sich und die Welt. Die Beziehung zwischen ihm und den Eltern festigt sich.

Unterstützung und Anerkennung

Eins wissen Babys anscheinend ganz genau, wenn sie geboren werden: Dass sie noch wahnsinnig viel lernen müssen, um im Leben zu bestehen. Mit großem Eifer und noch mehr Mut werfen sie sich deshalb auf die Erkundung der Welt, auch wenn man ihnen das anfangs noch gar nicht so anmerkt. Wenn ein Baby sprechen könnte, würde es sich vielleicht so ausdrücken: „Für mich ist wichtig, dass ihr mir beim Großwerden helft, mir einiges zutraut, aber nicht mehr, als ich gerade leisten kann. Schön wäre außerdem, wenn ihr mir immer wieder mal zeigt, dass ich meine Sache gut mache.“

! Babys brauchen auf ihrer Forschungsreise unbedingt Unterstützung und Anerkennung.

Gesund groß werden

Wie Babys lernen

Jedes Kind will lernen

Der Wille zu lernen und so zu werden wie die Erwachsenen, ist jedem Kind angeboren. Bis es aber so weit ist, braucht es sehr viel Zeit, Energie und eine ruhige Umgebung ohne ständige Berieselung durch Radio oder Fernseher. Unbewusst weiß das Kind, was wann dran ist, als hätte es fürs Lernen eine eigene innere Uhr. Krabbeln, laufen, sprechen, schreiben und lesen – diese Reihenfolge ist bei jedem gesunden Kind nahezu gleich. Wie lange es aber für jeden Lernschritt braucht und wann es den nächsten anfängt, das kann total unterschiedlich sein. Da heißt es manchmal einfach Geduld haben.

! Jedes Kind hat sein eigenes Lerntempo.

Bewegen

Am Anfang kann ein Baby gerade mal mit Armen und Beinen zappeln, wenn es auf dem Rücken liegt. In der Bauchlage dreht es das Köpfchen zur Seite. Aber sobald es wach ist, startet es von sich aus mit dem Trainingsprogramm. Nach wenigen Monaten kann es sich auf die Unterarme aufstützen und mit einem Jahr können die meisten Babys stehen, manche laufen sogar schon. Auch hier gilt: Jedes Kind macht den nächsten Lernschritt erst dann, wenn es den vorherigen sicher beherrscht. Lauflernhilfen und anderes Gerät sind deshalb vollkommen sinnlos (und im Fall eines Treppensturzes lebensgefährlich).

Ebenso wenig nutzt es, das Kleine hinzusetzen oder auf die Beine zu stellen, bevor es von sich aus damit anfängt. Im Gegenteil: Für seine zarten Knochen kann das sogar schädlich sein. Die einzige Hilfe, die ein Kind beim Laufen lernen braucht, ist ausreichend Platz, an dem es gefahrlos üben kann.

! Beim Bewegenlernen kann man nichts beschleunigen, ebenso wenig wie das Sauberwerden.

Sehen

Am Anfang sieht ein Baby noch sehr undeutlich, beginnt aber schon Farben, Formen und Muster zu unterscheiden. Mit etwa drei Monaten fängt es an, Entfernungen zu erkennen. Aber erst mit zehn bis zwölf Jahren hat ein Kind die Sehfähigkeit eines erwachsenen Menschen erreicht!

! In den ersten zehn Jahren sieht die Welt für ein Kind immer ein bisschen anders aus als für seine Eltern.

Hören

Anders als die Augen sind die Ohren bei der Geburt schon voll funktionsfähig. Bereits im Mutterleib konnte das Baby Geräusche erkennen und unterscheiden. Weil das Sprechen lernen ohne Hören nur schwer möglich ist, sollten Eltern genau beobachten, wie ihr Kind auf Geräusche reagiert. Erschrickt das Neugeborene bei lauten Geräuschen? Schaut es nach ein paar Wochen da hin, wo das Geräusch herkommt? Reagiert es mit drei Monaten auf die Stimme der Mutter? Dann ist alles in Ordnung.

! Wenn Sie den Eindruck haben, dass Ihr Kind nicht richtig hört, gehen Sie bitte zum Kinderarzt.

Sprechen

Mit dem Sprechen ist es wie mit dem Bewegen: Jedes Kind hat sein eigenes Lerntempo und man kann da nichts beschleunigen. Manche sagen schon mit neun Monaten „Mama“, andere erst mit anderthalb Jahren. Wichtig ist, dass das Kind die Sprache oft hört, denn nur dadurch kann es sie erlernen. Allerdings sollte man es nicht mit zu schwierigen Dingen „zutexten“. Wenn es anfängt zu sprechen, braucht es jemanden, der ihm zuhört. Verbessern muss man es nicht, denn die Fehler verschwinden beim gesunden Kind ganz von allein.

! Eltern sollten so viel wie möglich mit dem Baby sprechen, singen und schon früh mit dem Vorlesen anfangen.

Gesund groß werden

Wie Babys sich entwickeln

Die nachfolgende Tabelle zur Entwicklung des Babys gibt nur eine ganz grobe Übersicht, denn jedes Kind ist anders und macht die verschiedenen Entwicklungsschritte zu unterschiedlichen Zeiten. Wichtig ist nur, dass sie irgendwann erfolgen.

Alter des Kindes	Allgemeines	Bewegung	Kommunikation
1. – 3. Monat U1 (nach der Geburt) U2 (3.-10. Lebens- tag) U3 (4.-6. Woche) U4 (3.-4. Monat)	<ul style="list-style-type: none"> reagiert auf Geräusche kann jemanden anschauen, der mit ihm spricht erkennt vertraute Gesichter 	<ul style="list-style-type: none"> kann saugen und schlucken kann strampeln und sich bewegen kann den Kopf leicht anheben 	<ul style="list-style-type: none"> kann schreien kann Gurgellaute und vokalähnliche Laute nachahmen kann lächeln
4. – 6. Monat U5 (6.-7. Monat)	<ul style="list-style-type: none"> erkennt Mama und Papa und evtl. Geschwister unterscheidet wie man mit ihm spricht, z.B. liebevoll oder verärgert reagiert auf seinen Namen 	<ul style="list-style-type: none"> dreht den Kopf kann sich vom Bauch auf den Rücken drehen untersucht Gegenstände mit dem Mund sitzt erst mit und später ohne Hilfe kann etwas festhalten 	<ul style="list-style-type: none"> antwortet mit Geräuschen, wenn es angesprochen wird drückt mit unterschiedlichen Schreien verschiedene Bedürfnisse aus erkennt gewohnte Tätigkeiten wieder
7. – 9. Monat	<ul style="list-style-type: none"> versteht das Wort „Nein“ erzeugt mit Freude Geräusche erkennt Gegenstände, die man ihm benennt beobachtet die Tätigkeiten anderer Menschen „fremdelt“ gegenüber nicht vertrauten Personen 	<ul style="list-style-type: none"> greift und hält Dinge gezielt fest kann in etwas hinein beißen kann sich hochziehen schiebt und zieht gerne Dinge 	<ul style="list-style-type: none"> ahmt Sprechlaute nach ist sich bewusst, dass sein Schreien Aufmerksamkeit erregt erzählt gern und kann Laute mit Bewegungen kombinieren (z.B. „da, da“)
10. – 12. Monat U6 (10.-12. Monat)	<ul style="list-style-type: none"> kann Geräusche richtig einordnen (z.B. Telefon) erfüllt einfache Anweisungen schaut gezielt dorthin, wo etwas heruntergefallen ist 	<ul style="list-style-type: none"> sitzt auf einem Stuhl kann krabbeln und macht erste Versuche zu laufen zeigt mit einem Finger auf Gegenstände, die es haben möchte 	<ul style="list-style-type: none"> kann mit dem Kopf nicken und den Kopf schütteln kann einzelne Dinge benennen variiert zwischen Tonhöhe und Lautstärke kann einfache Gesten wie Winken einsetzen
2. Lebensjahr U7 (1 3/4 - 2 Jahre)	<ul style="list-style-type: none"> macht erste Malversuche schaut gern in Bücher, hört gern Geschichten 	<ul style="list-style-type: none"> krabbelt Treppen rauf und runter erkundet seine Umgebung baut Türme aus Bausteinen macht erste Versuche selbständig zu essen klettert auf Möbel 	<ul style="list-style-type: none"> spricht 2-3-Wortsätze benennt sich selbst mit dem Vornamen spricht in der dritten Person von sich (sie oder er) gelegentliche kleine Wutanfälle des Kindes sind normal

Gesund groß werden

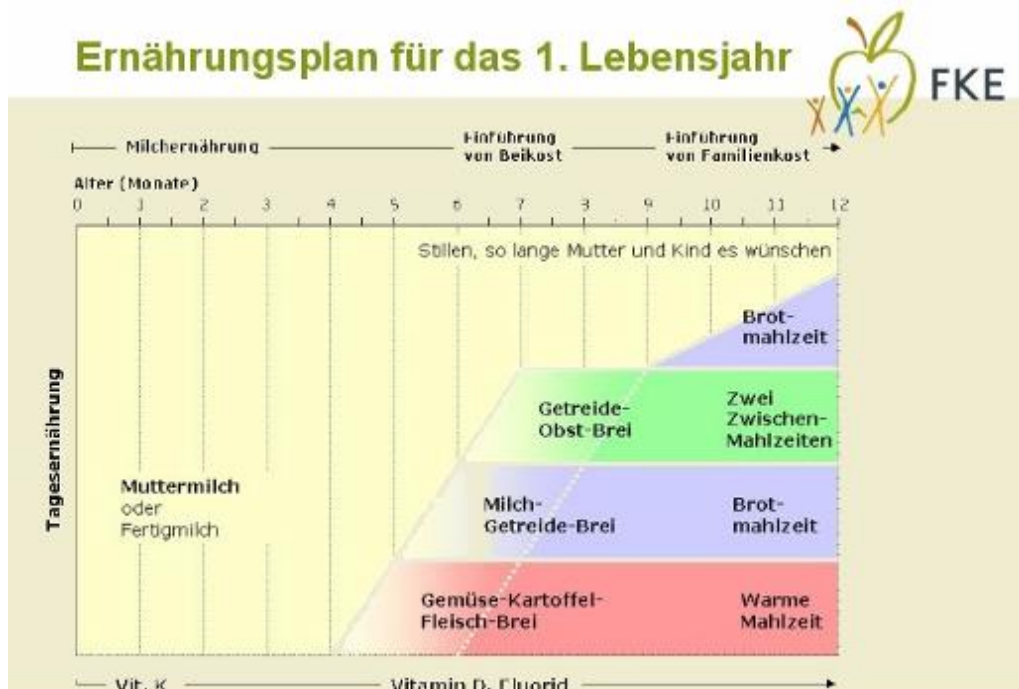
Was Babys essen

Die richtige, den Bedürfnissen des Babys angepasste Ernährung ist eine wichtige Voraussetzung, damit es sich gesund entwickeln kann.

Im ersten Lebensjahr

Muttermilch ist die beste Nahrung für das Neugeborene, weil sie alle Nährstoffe enthält, die es braucht, und das in der richtigen Menge. Mit der Muttermilch bekommt das Baby außerdem Abwehrstoffe, die es gegen Krankheiten schützen. In den ersten Monaten reicht das Stillen vollkommen aus. Wenn Sie nicht stillen können oder wollen, ist eine Fertigmilch die beste Alternative. Sie versorgt das Kind ebenfalls und ist hygienisch einwandfrei. Erst ab dem fünften Monat kann man allmählich zufüttern. Wenn man früher damit beginnt, besteht die Gefahr, dass das Baby die Kost nicht verträgt und allergisch darauf reagiert.

Welche Nahrung wann sinnvoll ist, zeigt die Tabelle:



Quelle: Forschungsinstitut für Kinderernährung

Schritt für Schritt werden die Milchmahlzeiten durch Brei abgelöst. Zwischen dem fünften und siebten Monat füttern Sie als Erstes einen Brei aus nur einem Bestandteil, zum Beispiel Möhre oder Kartoffel oder Apfel. So können Sie ausprobieren, ob Ihr Kind diese Speisen gut verträgt. Erst dann sollten Sie mischen, etwas Gemüse, Kartoffeln und Fleisch. Einen Monat später kann eine weitere Milchmahlzeit durch einen Milch-Getreide-Brei ersetzt werden. Dazwischen bekommt das Baby weiterhin Muttermilch oder Säuglingsmilch. Durch diese Mischung erhält es alles, was es für seine gesunde Entwicklung braucht. Ab dem zehnten Monat können Sie das Kleine langsam an die Familienkost gewöhnen.

Füttern Sie den Brei so früh wie möglich mit dem Löffel statt mit der Flasche. Dabei benutzt das Kind ganz andere Gesichtsmuskeln als beim Saugen, und zwar solche, die fürs Sprechen wichtig sind.

Wenn das Kind den Brei zunächst wieder ausspuckt oder damit spielt, dann tut es das nicht, weil es Sie ärgern möchte, sondern weil es noch nichts damit anfangen kann oder damit experimentiert. Sorgen Sie dafür, dass beim Essen gute Stimmung ist und zwingen Sie Ihr Baby nie zum Essen.

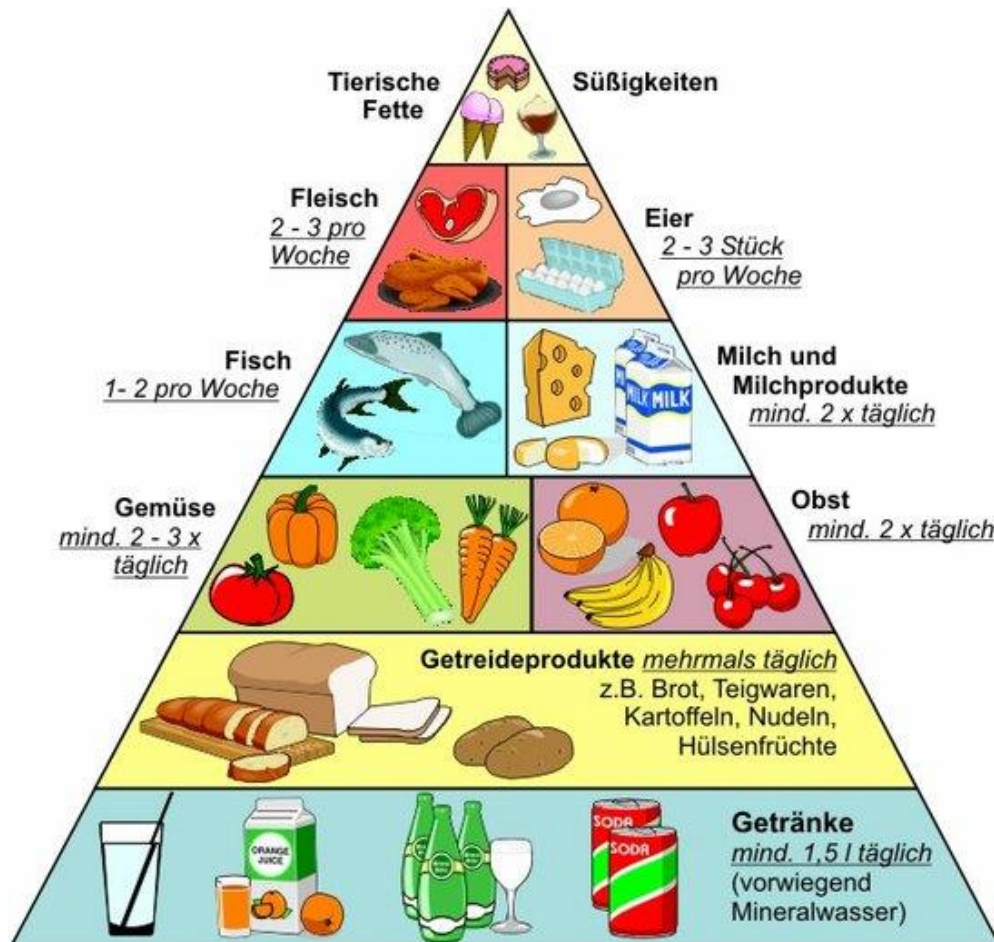
Gesund groß werden

Im zweiten Lebensjahr

Jetzt kann das Kind am Familientisch mitessen. Allerdings hat es noch nicht den gleichen Geschmack wie die Erwachsenen. Scharfe Gewürze kann es noch nicht vertragen und Lebensmittel mit starkem Eigengeschmack mag es auch noch nicht besonders. Das ist vollkommen normal.

Das Bild zeigt, welche Lebensmittel wie viel Anteil an der Ernährung haben sollten:

Ernährung ab dem zweiten Lebensjahr



Quelle: Wikipedia

Die optimale Mischung der verschiedenen Lebensmittel in der richtigen Menge garantiert eine gesunde Ernährung. Das gilt nicht nur für die Kleinen, sondern auch für größere Kinder und Erwachsene. Besonders wichtig ist auch, dass das Kind viel trinkt. In der Hauptsache sollte es Wasser trinken, weil das keine Kalorien enthält und die Zähne nicht angreift. Alle Getränke hingegen, die Zucker oder Säure (Fruchtsaft) enthalten, sind schlecht für die Zähne, besonders, wenn sie aus dem Fläschchen genuckelt werden. Fangen Sie deshalb ab dem achten bis zehnten Monat schon an, Ihr Baby ans Trinken aus einem Becher zu gewöhnen.

i Weitere Informationen finden Sie unter:

www.was-wir-essen.de,
www.ernaehrung.de,
www.fke-do.de (Forschungsinstitut für Kinderernährung)

Gesund groß werden

Wenn andere bei der Betreuung helfen

Grundsätzlich ist nichts dagegen zu sagen, dass sich auch andere Menschen als die Eltern an der Betreuung des Babys beteiligen. Allerdings sollte es möglichst immer die gleiche Person sein, wenn es um längere Betreuungszeiten geht. Das Baby braucht eine Weile, bis es sich an diesen Menschen gewöhnt und eine Bindung zu ihm aufgebaut hat. Eltern und Kind sollten die Betreuungsperson vorab regelmäßig besuchen, um sie kennen zu lernen. Während die sich mit dem Kleinen beschäftigt, bleiben die Eltern noch als „sicherer Hafen“ dabei. Auf keinen Fall dürfen Sie sich hinter dem Rücken des Babys „davon schleichen“, während es schläft oder spielt. Es traut sich sonst nicht mehr, sich auf irgendetwas anderes als seine Eltern zu konzentrieren, weil es Angst hat, sie könnten wieder verschwinden.

! Wichtig ist, dass auch die Eltern absolutes Vertrauen zur Betreuungsperson haben und ihr das Kind mit gutem Gefühl überlassen.

Die Vorsorgeuntersuchungen

Bis zum Alter von siebzehn Jahren gibt es für alle Kinder und Jugendlichen kostenlose Vorsorgeuntersuchungen (U1 bis U9 und J1) beim (Kinder-)Arzt. Sie haben den Zweck, möglichst früh zu erkennen, ob sich das Kind gesund entwickelt. Die Us bieten außerdem eine gute Gelegenheit, alle Fragen und Ängste mit dem Arzt oder der Ärztin zu besprechen. Weil es wichtig ist, dass die Termine eingehalten werden, schickt das Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit (LIGA NRW) automatisch ab der U5 einen Erinnerungsbrief an die Eltern, falls sie einmal einen Termin vergessen haben sollten.

Die U1

wird gleich nach der Geburt durchgeführt.

Das Baby wird gewogen und gemessen. Außerdem wird untersucht, ob es äußerlich gesund ist und Herz, Kreislauf und Atmung in Ordnung sind.

Das Baby bekommt Vitamin-K-Tropfen zur Vorbeugung innerer Blutungen.

Die U2

folgt zwischen dem dritten und zehnten Lebenstag.

Spätestens bis zur U2 wird ein Bluttest durchgeführt, um eine Stoffwechselstörung auszuschließen.

Jetzt nimmt der Arzt das Knochenystem, die Organe, Augen, Mund und Ohren noch einmal gründlich in Augenschein.

Das Baby bekommt ein zweites Mal Vitamin-K-Tropfen und der Arzt verschreibt Vitamin-D- und Fluoridtabletten, damit Zähne und Knochen des Kindes stabil werden.

Die U3

steht in der vierten bis fünften Woche nach der Geburt an.

Der Arzt prüft, ob sich das Baby gesund entwickelt, testet Augenreaktion und Hörvermögen und achtet vor allem auf die Stellung der Hüftgelenke.

Das Baby bekommt noch einmal Vitamin-K-Tropfen.

Die U4

findet im dritten bis vierten Lebensmonat statt.

Der Kinderarzt untersucht, ob sich das Baby gesund entwickelt. Vor allem achtet er auf die Bewegung, Sehen und Hören sowie Ernährung und Verdauung.

Bei der U4 wird das Kind auch geimpft.

Gesund groß werden

Die U5

erfolgt im sechsten bis siebten Monat.

Wieder geht es ums Sehen, Hören und die Ernährung. Außerdem prüft der Arzt, ob sich das Kind seinem Alter entsprechend bewegt.

Die U5 ist gleichzeitig Impftermin.

Die U6

ist im zehnten bis zwölften Lebensmonat dran.

Den Kinderarzt interessiert, wie sich das Kind verhält und was es alles schon kann (krabbeln, stehen, einfache Sätze verstehen, einzelne Wörter aussprechen).

Bei der U6 stehen weitere Impfungen an.

Die U7

wird erst Ende des zweiten Lebensjahres durchgeführt (21. bis 24. Monat).

Der Arzt möchte wissen, wie sich das Kind entwickelt hat. Kann es alleine gehen? Hört und sieht es richtig? Was versteht es und wie viel kann es schon sprechen?

Impfpass bitte mitnehmen. Eventuell noch fehlende Impfungen werden ergänzt.

Die U7a

findet statt, kurz bevor das Kind drei Jahre alt wird.

Der Arzt stellt fest, wie sich das Kind im letzten Jahr verändert hat. Verhält es sich seinem Alter entsprechend?

Wie steht es mit dem Hören, Sehen, Sprechen und Verstehen? Ist es rundum gesund?

Haben alle nötigen Impfungen stattgefunden? Impfpass wieder mitbringen!

Die U8

steht am Ende des dritten Jahres an (46. bis 48. Monat).

Wieder geht es darum, ob das Kind sich normal entwickelt: Ist es körperlich gesund? Wie gut sieht und hört es?

Wie bewegt es sich? Was kann es schon alles alleine tun? Wie verhält es sich gegenüber anderen Menschen?

Wie gut spricht es?

Die U9

findet Anfang bis Mitte des fünften Lebensjahres statt (60. bis 64. Monat).

Noch einmal untersucht der Arzt den Gesundheitszustand des Kindes und prüft seine Beweglichkeit, Hör-, Seh- und Sprachvermögen sowie sein Verhalten gegenüber anderen Menschen. Ist das Kind fit für die Schule?

Einige Impfungen müssen jetzt aufgefrischt werden. Impfpass nicht vergessen!

U10: 7. bis 8. Lebensjahr

Kinder- und Jugendärzte empfehlen zusätzlich zu den üblichen kostenlosen Vorsorgeuntersuchungen für Ihr Kind die U10 (7. bis 8. Lebensjahr). Sie soll die Lücke zwischen U9 (mit etwa 5 Jahren) und J1 (mit etwa 12 bis 14 Jahren) schließen. Schwerpunkte sind das Erkennen und ggf. Einleitung der Therapie von umschriebenen Entwicklungsstörungen (z.B. Lese-Rechtschreib-Rechenstörungen), Störungen der motorischen Entwicklung und Verhaltensstörungen (z.B. ADHS: Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Störung). Diese Vorsorgeuntersuchung wird noch nicht von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet. Die Rechnungen können jedoch bei der jeweiligen Krankenkasse eingereicht und von ihr im Rahmen von Bonusprogrammen und Leistungen der primären Prävention freiwillig erstattet werden.

U11: 9. bis 10. Lebensjahr

Schwerpunkte: Erkennen und Behandlungseinleitung von Schulleistungsstörungen, Sozialisations- und Verhaltensstörungen, Zahn-, Mund- und Kieferanomalien, gesundheitsschädigendem Medienverhalten. Diese Untersuchung soll u. a. der Bewegungs- und Sportförderung dienen, den problematischen Umgang mit Suchtmitteln erkennen und verhindern helfen, aber auch gesundheitsbewusstes Verhalten unterstützen (u.a. Ernährungs-, Bewegungs-, Stress-, Sucht- und Medienberatung). Diese Vorsorgeuntersuchung wird noch nicht von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet. Die Rechnungen können jedoch bei der jeweiligen Krankenkasse eingereicht und von ihr im Rahmen von Bonusprogrammen und Leistungen der primären Prävention freiwillig erstattet werden.

Gesund groß werden

Die J1

ist für Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 14 Jahren gedacht, weil gerade in diesem Alter körperlich und seelisch viel bei ihnen passiert. Der Arzt oder die Ärztin checkt den Gesundheitszustand der jungen Leute und ist offen für alle Fragen. Ob die Kids einen Elternteil mitnehmen, einen Freund, eine Freundin oder lieber alleine hingehen, bleibt ihnen selbst überlassen.

Einige Auffrischungsimpfungen stehen an. Noch mal den Impfpass mitnehmen.

J2: im 16. bis 18. Lebensjahr

Schwerpunkte: Erkennen und Behandlungseinleitung von Pubertäts- und Sexualitätsstörungen, Haltungstörungen, Kropfbildung, Diabetes-Vorsorge, Sozialisations- und Verhaltensstörungen; begleitende Beratung bei der Berufswahl. Diese Vorsorgeuntersuchung wird noch nicht von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet. Die Rechnungen können jedoch bei der jeweiligen Krankenkasse eingereicht und von ihr im Rahmen von Bonusprogrammen und Leistungen der primären Prävention freiwillig erstattet werden.

Gesund groß werden

Wenn´s mal nicht so gut läuft

Im Leben mit einem Säugling hat man nicht immer nur Spaß. Manchmal ist es anstrengend, vor allem am Anfang. Bisweilen tauchen auch größere und kleinere Probleme auf: Das Baby schreit viel, es wird krank, die Eltern fühlen sich müde und gestresst. Und dann gib es auch noch Gefahrenquellen...



Foto: Ingrid Leifgen

Wo Gefahren lauern

Babys haben nicht das geringste Gefühl für Gefahren. Sie sind entdeckungsfreudig und grenzenlos mutig. Erst ab ungefähr vier Jahren können sie akute Gefahren erkennen. Kein Wunder, dass die Kleinen stärker unfallgefährdet sind als große Kinder oder Erwachsene. Deshalb müssen Eltern dafür sorgen, dass ihre Umgebung möglichst sicher ist. Trotzdem werden sie nicht jede Schramme verhindern können und das soll auch nicht sein. Schließlich brauchen Kinder auch Bewegungsfreiraum, um ihre eigenen Erfahrungen machen zu können.

Achtung Sturzgefahr!

Lange bevor er sich selbst vom Bauch auf den Rücken dreht, kann ein Säugling seine Position verändern. Während er munter mit Armen und Beinen zappelt, kann er sich ungewollt an den Rand des Wickeltisches schieben. Das geht oft schneller als man meint. Deshalb:

! Lassen Sie Ihr Baby von Anfang an nie ohne Aufsicht irgendwo liegen, wo es herunter fallen könnte.

Die sichere Wohnung

Überprüfen Sie Ihre Wohnung frühzeitig auf mögliche Gefahrenpunkte. Denn mit etwa einem halben Jahr fangen viele Babys an, sich hochzuziehen und wenig später krabbeln sie schon. Außerdem nehmen sie neugierig alles Mögliche in den Mund, um es zu untersuchen. Scharfe Kanten sollten Sie abpolstern, Treppenauf- und -abgänge sichern, gefährliche Deko-Gegenstände aus der Reichweite des Kindes verbannen. Verzichteten Sie eine Zeit lang auf Tischdecken, die es mitsamt dem, was drauf steht, herunterziehen könnte. Schranktüren, hinter denen Glas, Porzellan oder Putzmittel aufbewahrt werden, kann man mit Sperrriegeln sichern, Steckdosen mit Kindersicherungen.

! Versuchen Sie den Blickwinkel des Kindes einzunehmen. Was könnte auf seiner Augenhöhe interessant und zugleich gefährlich sein?

Nicht alleine lassen

Das Baby ist gerade eingeschlafen und man müsste dringend ein paar Lebensmittel einkaufen. Da ist die Versuchung groß, mal eben schnell loszusausen. Länger als eine halbe Stunde wird man ja nicht außer Haus sein. Tun Sie es nicht! Auch wenn Ihr Kind sonst immer länger schläft, gerade heute könnte es kurz nach Ihrem Weggehen aufwachen. Eine halbe Stunde hilflos weinend im Bett zu liegen, ist für einen Säugling eine lange Zeit. Da er nicht weiß, wann seine Betreuer wieder kommen, gerät er in große Angst. Ist das Kind schon in der Lage, alleine aus dem Bett zu steigen, besteht die Möglichkeit, dass es „auf dumme Gedanken kommt“ und sich in Gefahr bringt. Deshalb:

! Lassen Sie Ihr Kind nicht alleine im Haus – auch nicht, wenn es schläft.

Gesund groß werden

Sicherer Schlaf

Damit Ihr Kind gesund, sicher und ruhig schläft, sollten Sie

- es im ersten Lebensjahr ins eigene Bettchen in Ihrem Zimmer legen,
- es immer auf den Rücken legen,
- einen Schlafsack - er darf auf keinen Fall zu groß sein - statt einer Zudecke verwenden,
- eine relativ feste, luftdurchlässige Matratze verwenden,
- auf Kopfkissen, Fell und allzu viele Stofftiere verzichten,
- für eine gesunde Zimmertemperatur von zirka 16° bis 18°C sorgen.

! Damit es entspannt schlafen kann, braucht Ihr Baby außerdem einen geregelten Tagesablauf und einen ruhigen Schlafplatz.



Foto: mit freundlicher Genehmigung der GEPS-NRW

Sicheres Spielzeug

Am Anfang braucht ein Baby höchstens ein Mobile in sicherer Entfernung über sich, das es mit den Augen verfolgen kann. Wenn es anfängt, nach Dingen zu greifen, spielt es mit allem, was in seine kleinen Hände passt. Das muss nicht unbedingt teures Spielzeug, sondern kann auch ein einfacher, abgerundeter Teelöffel sein. Wichtig ist, dass es sich mit den Gegenständen nicht durch ungeschickte Bewegungen verletzen (Auge!) kann. Da es beinahe alles in den Mund steckt, dürfen die Sachen nicht zu klein (Erstickengefahr!) und nicht giftig (Farbe!) sein. Das gilt für die gesamte Kleinkinderzeit.

! Achten Sie beim Kauf von Spielsachen auf das GS-Zeichen für „Geprüfte Sicherheit“, TÜV-Proof, das Umweltzeichen „Blauer Engel“, das „Spiel gut“-Siegel oder mindestens das europäische CE-Sicherheitszeichen.

Vor der Sonne schützen

Jeder Sonnenbrand beschädigt die Haut und steigert die Gefahr, später an Hautkrebs zu erkranken. Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kleines im ersten Lebensjahr immer im Schatten ist.

- Lassen Sie es auch später nicht in der prallen Sonne spielen.
- Bedecken Sie seine Haut möglichst mit sonnendichter Kleidung.
- Da, wo die Haut ans Licht kommt, Sonnenschutzcreme mit Lichtschutzfaktor 50 aufwärts benutzen.
- Hut oder Kappe nicht vergessen!

! Weil Babys Haut besonders empfindlich ist, darf es auf keinen Fall in die direkte Sonne.

Gesund groß werden

Rauchfrei fürs Baby

Tabakrauch tut niemandem gut und kleinen Kindern schon gar nicht. Deshalb sollte

- in Gegenwart von Kindern grundsätzlich nicht geraucht werden,
- in einer Wohnung, in der Kinder leben, nicht geraucht werden, weil Teer und Nikotin sich lange in der Luft halten.

! Wie wär's, wenn Sie die Ankunft Ihres Babys zum Anlass nehmen, selbst mit dem Rauchen aufzuhören?

Welche Krankheiten Babys bekommen können

Gegen manche Krankheitserreger sind Säuglinge geschützt, vor allem, wenn sie gestillt werden. Gegen andere können sie sich allerdings nur schlecht wehren. Typische „Kleinkinderkrankheiten“ sind:

Durchfall

Beim gesunden Stillbaby ist der Stuhlgang weich, gelb-grünlich und riecht nicht unangenehm. Beim Flaschenbaby ist er gelb-bräunlich und etwas fester. Erst wenn zugefüttert wird, ähnelt er mehr und mehr dem von Erwachsenen. Tritt der Stuhlgang deutlich häufiger auf als normal, riecht anders als sonst und ist dünnflüssig oder wässrig, kann das für Säuglinge schnell gefährlich werden, weil sie sehr viel Flüssigkeit verlieren.

Stillbabys bekommen auf jeden Fall weiter Muttermilch, bei Flaschenbabys sollte man für höchstens sechs Stunden auf Fenchel- oder Kamillentee umsteigen. Gehen Sie auf jeden Fall zum Kinderarzt, wenn

- der Durchfall länger als sechs Stunden (Säugling) bzw. zwölf Stunden (Kleinkind) anhält,
- das Kind zusätzlich Fieber, Bauchschmerzen oder Erbrechen hat,
- das Baby besonders schwach wirkt.

! Durchfall sollte man bei Kleinkindern immer ernst nehmen.

Erbrechen

Wenn ein Säugling nach dem Trinken beim Aufstoßen kleine Mengen Flüssigkeit wieder ausspuckt, ist das nicht weiter schlimm. Erbricht er aber größere Mengen, kann das ebenso gefährlich werden, wie Durchfall, weil er auch dabei Flüssigkeit verliert. Damit der Magen sich beruhigen kann, sollte man über mehrere Stunden nur kleine Schlückchen Fencheltee geben, und das in kurzen Abständen.

Bitte den Kinderarzt aufsuchen, wenn das Baby

- die erste Mahlzeit nach mehrstündiger Pause wieder erbricht,
- es gleichzeitig Bauchschmerzen, Durchfall oder Fieber hat,
- nach dem Erbrechen länger auffallend schlapp und müde ist.

! Achtung! Wenn ein Kind nach einem Sturz erbricht, kann das ein Zeichen für eine Gehirnerschütterung sein.

Schnupfen und Husten

Gegen die Viren, die Erkältungen auslösen, gibt es keine Medikamente. Husten, Schnupfen, Halsweh verschwinden meist nach etwa einer Woche von alleine. Man kann aber einiges tun, um dem kleinen Kind die Situation zu erleichtern. Feuchte Tücher im Raum verbessern zum Beispiel die Atmung, auf der Seite oder mit erhöhtem Oberkörper liegen, verringert den Hustenreiz.

- Wenn Ihr Kind weniger als drei Monate alt ist und außer Schnupfen auch Husten und Fieber hat, sollten Sie auf jeden Fall zum Kinderarzt gehen.
- Wenn sich zu der Erkältung noch Bauchschmerzen, Erbrechen oder andere Krankheitszeichen gesellen, bitte ebenfalls den Arzt fragen.
- Das gleiche gilt, wenn die Erkältung länger als zwei Wochen anhält.

! Achten Sie darauf, dass Ihr Kind viel trinkt. Das hilft, den Schleim zu lösen.

Mittelohrentzündung

Mittelohrentzündungen kommen bei kleinen Kindern häufig vor. Sie entstehen meist in Verbindung mit einer Erkältung und sind sehr schmerzhaft. Linderung bringen alte Hausmittel, wie warme Wickel. Wenn ein Kind heftig weint (vor allem im Liegen) und sich an die Ohren fasst, kann das ein Zeichen für eine Mittelohrentzündung sein. Sie muss behandelt werden, weil die Gefahr besteht, dass durch den Druck des Eiters im Ohr das Trommelfell beschädigt wird.

! Auf jeden Fall den Arzt aufsuchen.

Gesund groß werden

Fieber

Die normale Körpertemperatur eines Babys liegt zwischen 36,5° und 37,5° C. Fieber zeigt an, dass der Körper sich gegen Krankheitserreger wehrt. Das ist eine natürliche Reaktion und bei leicht erhöhter Temperatur bis 38° C braucht man nichts weiter zu tun, als dem Kind reichlich zu trinken zu geben. Übersteigt das Fieber 38,5° C, sollte man versuchen, es mit kühlen Umschlägen auf heißen Körperteilen (Stirn, Handgelenke, Waden) zu senken. Wenn Arme und Beine jedoch kühl sind, auf Wickel verzichten. Fiebersenkende Medikamente geben Sie bitte nur nach Rücksprache mit dem Arzt.

Fieber messen kann man am besten mit einem digitalen Thermometer. Das genaueste Ergebnis erhält man im Po (Thermometer eincremen und vorsichtig einführen), aber manche Babys wehren sich heftig gegen diese Methode. Ein gutes Ohr-Thermometer, zum Beispiel aus der Apotheke, ist eine akzeptable Alternative.

! Wenn Ihr Kind ungewöhnlich lange schlapp, müde und uninteressiert wirkt, suchen Sie bitte den Kinderarzt auf. Lassen Sie abklären, was dahinter steckt.

Entzündung am Po

Die beste Methode um zu verhindern, dass der Po wund wird, ist oft die Windel zu wechseln. Auf jeden Fall sollte das immer geschehen, wenn Stuhlgang drin ist. Der Po muss gründlich gereinigt und getrocknet werden, etwas Creme schützt die Haut zusätzlich.

Ist der Po trotzdem wund geworden, sollte man das Baby so oft wie möglich ohne Windel lassen, damit Luft an die Haut kommt. Kamillebäder beruhigen die Haut und abdeckende Salben schützen sie.

! „Luftbäder“ tun dem Popo immer gut. Sie helfen zu verhindern, dass er wund wird.

Dreimonatskoliken

Scheinbar ohne Grund fängt das Baby regelmäßig an zu schreien, meist am späten Nachmittag oder Abend. Sein Bauch ist aufgebläht, es krümmt und streckt sich beim Schreien.

Man nimmt an, dass die Ursache in Verdauungsproblemen liegt, weil der Darm des Kindes noch nicht ausgereift ist. Ein anderer Grund könnte darin bestehen, dass es regelmäßig überreizt und müde ist.

- Lassen Sie vom Kinderarzt abklären, ob keine andere Erkrankung vorliegt.
 - Sorgen Sie für einen möglichst gleichmäßigen, ruhigen Tagesablauf und ausreichend Schlaf.
 - Sorgen Sie für eine ruhige, reizarme Umgebung ohne permanentes Fernsehgeflimmer und laute Musik.
 - Versuchen Sie das schreiende Kind durch sanftes Hin- und Herwiegen und leises Singen oder Summen zu beruhigen.
 - Massieren Sie ihm den Bauch im Uhrzeigersinn.
-
- Tragen Sie es so auf Ihrem Unterarm, dass Sie leichten Druck auf seinen Bauch ausüben. Diese Lage nennt man Fliegerposition.

! Versuchen Sie, ruhig und gelassen zu bleiben. Die Schreiphase ist normalerweise spätestens nach drei Monaten vorbei.

Baby in der Fliegerposition



Foto: Picasa/Dieter

Gesund groß werden



Foto: Erich Kasten/PIXELIO

Wenn das Baby viel schreit

Wenn ein Baby schreit, kann das verschiedene Gründe haben: Hunger, Durst, Schmerzen, eine nasse Windel, Wärme, zu viel Licht, Langeweile, Müdigkeit. Wenn es allerdings länger als drei Stunden täglich schreit oder quengelt, und dies häufiger als an drei Tagen in der Woche und länger als drei Wochen, spricht man von einem Schreikind.

Das Schreien ihres Babys aushalten zu müssen, ist für Eltern nie leicht. Das Weinen Ihres Kindes sorgt dafür, dass bei Ihnen alle Alarmglocken läuten. Das ist gut so, denn für das Baby ist Schreien die einzige Möglichkeit, sich mit seinen Bedürfnissen bemerkbar zu machen.

Wenn Ihr Baby weint, werden Sie versuchen, den Grund dafür herauszufinden. Das gelingt nicht immer. Sie haben es gefüttert, frisch gewickelt, die Zimmertemperatur verändert - Ihr Kind schreit weiter. Es ist untröstlich. Dann können Sie versuchen, es mit einem der folgenden Mitteln zu beruhigen.

- Ziehen Sie sich mit Ihrem Baby in eine entspannte Umgebung ohne Lärm und Hektik zurück.
- Sprechen Sie ruhig mit Ihrem Baby, singen Sie ihm etwas vor, massieren Sie es sanft.
- Legen Sie sich Ihr Baby auf Ihren nackten Oberkörper, der Körperkontakt wirkt meistens beruhigend auf das Kind.
- Setzen Sie Ihr Baby mit dem Rücken zu sich auf Ihren Schoß. Halten Sie dabei mit einer Hand seinen Bauch, mit der anderen seinen Kopf.
- Legen Sie Ihr Kind zum Schlafen immer in sein Bettchen. Nehmen Sie es nicht bei der kleinsten Aufregung gleich wieder auf den Arm.
- Legen Sie Ihr Baby beim ersten Anzeichen von Müdigkeit ins Bett. Damit kann manche Schreiattacke rechtzeitig aufgefangen werden.
- Lassen Sie jemand anderen Ihr Baby halten. Es wirkt manchmal wie ein Wunder, wenn der Partner, die Freundin, Großmutter oder Großvater Ihr Kind auf den Arm nimmt.
- Wenn die Nerven blank liegen: Dunkeln Sie den Schlafraum des Babys ab. Gehen Sie für kurze Zeit aus dem Zimmer. Atmen Sie tief durch!

! Schütteln Sie niemals Ihr Baby aus lauter Verzweiflung. Das Kind kann seinen Kopf noch nicht alleine halten, deshalb können schwere Schädel- und Wirbelsäulenverletzungen die Folge sein. Auch sein Gehirn ist noch sehr zart und verletzlich.

i Rat und Hilfe erhalten Sie:

- bei Ihrem Kinderarzt
- beim kostenfreien Telefon des Deutschen Kinderschutzbundes

Telefon: 0800 1110220

Montag bis Freitag: 9.00 – 13.00 Uhr und 17.00 – 19.00 Uhr

Gesund groß werden

• **Auch Eltern haben es mal schwer**

Die Geburt eines Kindes bringt eine gewaltige Veränderung in das Leben von Müttern und Vätern, vor allem beim ersten Kind. Plötzlich ticken alle Uhren anders, die Bedürfnisse des Winzlings bestimmen auf einmal das Leben von vorher unabhängigen Erwachsenen. Aber auch wenn ein zweites, drittes oder viertes Kind geboren wird, ändert sich wieder alles. Das neue Mitglied muss einen Platz in der Familie bekommen, alle andern rücken auf einmal auf eine andere Position. Das macht man nicht mal eben mit links und nebenbei. Und das muss man auch gar nicht. Geben Sie sich Zeit und seien Sie mit sich selbst geduldig. Sie müssen keine Vorzeige-Eltern sein wie in der Werbung. Das ist übrigens niemand. Es kann Situationen geben, in denen Ihr Baby schreit und Sie sich bei dem Gedanken erwischen: „Was beschwert es sich denn nun schon wieder!“ Vor allem, wenn es sich mehrmals in der Nacht meldet.

Haushalt, Partner, ältere Kinder – da fühlt man sich manchmal überfordert und ein bisschen allein gelassen. Eine einfache Lösung gibt es nicht, aber Sie dürfen sich eingestehen, wenn Sie an Ihre Grenzen stoßen und sich Unterstützung holen. Krisen gehören zum Leben und zum Elternsein dazu. Und auch, dass man manchmal Hilfe braucht. Das ist keine Schande! Denken Sie daran: Vielen geht es genauso.



Foto: Ingrid Leifgen

Wochenbettblues

Am dritten Tag nach der Entbindung fühlen sich viele Mütter leer, müde, ängstlich und sind reizbar. Schnell fließen Tränen. Diese „Heultage“ haben damit zu tun, dass der Körper nach der Riesenanstrengung von Schwangerschaft und Entbindung wieder auf Normalzustand umschalten muss. Außerdem bringt die neue Familiensituation den Gefühlshaushalt durcheinander. Was Mütter jetzt brauchen ist Zuwendung, Verständnis und Unterstützung, bis sich ihr Nervenkostüm wieder stabilisiert hat.

Normalerweise ist die Seelenkrise nach zehn Tagen vorbei. Hält sie aber länger als zwei Wochen an und verstärkt sich möglicherweise noch, ist Achtung geboten! Sie könnte sich zu einer Wochenbettdepression entwickeln!

Neben Traurigkeit und Empfindlichkeit zeigen sich dann:

- Erschöpfung und Energiemangel,
- Appetitlosigkeit und Schlafstörungen,
- Schuldgefühle,
- Versagensängste,
- Panikattacken,
- Freudlosigkeit,
- innerer Leere,
- sexuelle Unlust,
- Gefühlskälte auch gegenüber dem Neugeborenen,
- Selbstmordgedanken.

! Eine Frau, bei der mehrere dieser Gefühlslagen über längere Zeit auftreten, braucht unbedingt ärztliche Hilfe. Auf keinen Fall sollte sie in dieser Situation zu rezeptfreien Stimmungsaufhellern greifen, schon gar nicht, wenn sie ihr Baby stillt.

Gesund groß werden

Probleme beim Stillen

Dass der Körper einer Frau nach der Geburt ihres Kindes die optimale Nahrung für das Baby produziert, ist ein kleines Wunder der Natur. Das Stillen ist außerdem eine schöne Gelegenheit für Mutter und Kind zusammen zu sein und sich kennen zu lernen. Das geht natürlich nicht von einem Tag auf den anderen. Bis sich beide aufeinander eingestellt haben, kann es schon mal zu Schwierigkeiten kommen. Ihre Hebamme ist in jedem Fall für Sie da!

Zu wenig Milch

Dass eine Frau zu wenig Milch produziert, kommt nur selten vor, denn die Milchmenge richtet sich danach, wie viel das Kind trinkt. An der Zahl der verbrauchten Windeln können Sie erkennen, ob Ihr Baby genug trinkt. Fünf bis acht nasse Windeln pro Tag sind ausreichend. Stuhlgang können Stillbabys mehrmals am Tag oder nur zwei Mal pro Woche haben. Wenn Sie mit dem Zufüttern zu früh anfangen oder das Kind zu selten anlegen, geht die Milchproduktion allerdings zurück. Nur wenn das Kind nicht zunimmt oder an Gewicht verliert, müssen Sie über Milchmangel nachdenken. Legen Sie das Baby häufiger an, denn dadurch wird mehr Milch produziert.

! Versuchen Sie, beim Stillen so entspannt wie möglich zu sein. Suchen Sie sich deshalb einen ruhigen Platz, an dem Sie bequem sitzen können. Trinken Sie als Mutter immer ausreichend.

Zu viel Milch oder Milchstau

Bei einem Milchstau sind die Brüste hart, druckempfindlich, später sogar gerötet, und Sie können leichte Temperatur haben. Zu einem Milchstau kann es kommen, wenn Sie länger als sonst nicht gestillt haben oder zu schnell abstillen. So verhindern Sie einen Milchstau:

! Legen Sie bei einem Milchstau Ihr Kind so an, dass sein Unterkiefer in Richtung des Staus zeigt. Die Stelle wird dann am besten leer gesaugt.

Brustentzündung

Ein Milchstau kann in eine Brustentzündung übergehen. Anzeichen sind:

- Fieber,
- Schwellungen der Brust,
- Gerötete, „heiße“ Brust,
- Vergrößerte Lymphknoten in der Achselhöhle,
- Allgemeines Krankheitsgefühl,
- Schmerzen in der Brust beim Stillen.

! Gehen Sie rechtzeitig zum Arzt! Wird die Entzündung nicht schnell behandelt, kann sich eventuell Eiter ansammeln, der operativ entfernt werden muss!

Das Kind lehnt die Brust ab

Manchmal kann es vorkommen, dass ein Kind plötzlich nicht mehr von der Brust trinken will. Der Grund ist vielleicht, dass die Mutter etwas gegessen hat, das es nicht verträgt. Oder das Baby ist beim Stillen mit unangenehm scharfen Deos oder Cremes in Berührung gekommen. Möglicherweise hat es auch etwas Attraktiveres kennen gelernt, zum Beispiel Milch aus der Flasche. Beim Trinken mit einem Nuckel muss sich das Kind weniger anstrengen. In einen echten „Stillstreik“ gehen Babys eher selten, wenn aber doch, kann der zwischen drei und fünf Tage dauern. Meist fühlt sich das Baby dann ohne Brust nicht mehr wohl.

- Legen Sie ein „streikendes“ Kind immer wieder an.
- Bieten Sie dem Kind in dieser Zeit keinen Schnuller oder Babyflasche an und versuchen Sie auf keinen Fall, dem Kind mit einem Löffel oder Becher die Milch zu geben!
- Fragen Sie Ihre Hebamme um Rat.

! Sie haben ein Recht darauf, dass Ihre Hebamme nach der Entbindung zehn Tage lang regelmäßig zu Ihnen kommt, um Sie zu unterstützen.

Acht Wochen lang nach der Geburt können Sie Ihre Hebamme jederzeit ansprechen, wenn Sie Hilfe brauchen.

So lange Sie stillen, steht Ihnen Ihre Hebamme außerdem zur Beratung bei Stillproblemen zur Verfügung.

i Rat und Hilfe erhalten Sie

bei: www.lalecheliga.de

Gesund groß werden

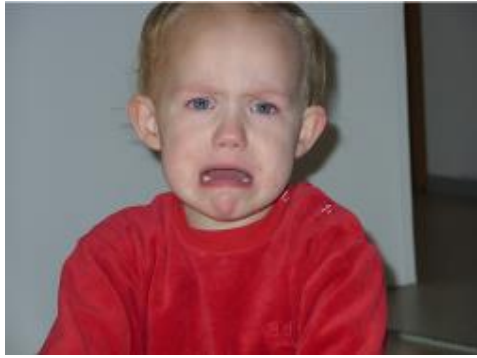


Foto: Björn Rauscher/PIXELIO

Eifersucht unter Geschwistern

Kommt ein Baby als neues Mitglied in die Familie, bringt das das bisherige Gefüge von Eltern und Kindern durcheinander. Der Säugling braucht sehr viel Aufmerksamkeit und macht durch häufiges Schreien auf sich aufmerksam. Und als Spielkameraden kann man ihn auch nicht gebrauchen. Häufig reagieren ältere Geschwister mit Eifersucht, wenn sie merken, dass sie nicht mehr im Mittelpunkt stehen. Besonders stark ist die, wenn sie zwischen zwei und vier Jahren sind. Manchmal hört man dann vom älteren Kind: „Können wir das Baby nicht wieder zurückgeben?“ Das ist aus Sicht des Kindes verständlich und kein Grund, ihm böse zu sein. Dennoch führt kein Weg daran vorbei, dass es lernen muss, nicht immer die Hauptperson zu sein. Eifersucht unter Geschwistern ist normal und kommt häufig vor.

Das können Sie tun, um die Situation zu entschärfen:

- Beziehen Sie die älteren Geschwister in die Pflege des Babys ein. Schon Zweijährige können kleine Aufgaben übernehmen (Schnuller holen).
- Sorgen Sie dafür, dass Stillzeiten stressfrei ablaufen: Mit einem Hörspiel lassen sich die Geschwister, zum Beispiel, solange beschäftigen. Oder der Vater kümmert sich während dessen um die Großen.

! Nehmen Sie sich bewusst Zeit für die anderen Kinder, wenn das Baby versorgt ist.

i Zu fast allen Themen erhalten Sie seriöse Informationen unter:

www.familienhandbuch.de,
www.leben-und-erziehen.de,
www.eltern.de,
www.baby-und-familie.de,
www.gesundheit-heute.de,
www.babyzimmer.de,
www.gesundheit-heute.de,
www.elternimnetz.de



Der Kinderarzt – ein wichtiger Partner

Wächst mein Kind gesund heran? Diese Frage werden Sie sich im Verlauf der Entwicklung Ihres Kindes immer wieder stellen.

Ein sicherer Weg, die Entwicklung des Kindes zu verfolgen und zu überprüfen, ist der Gang zum Kinderarzt. Hier werden Früherkennungsuntersuchungen durchgeführt, um rechtzeitig Fehlentwicklungen zu entdecken und zu behandeln. Überprüft wird die körperliche, geistige und soziale Entwicklung. Das Kind wird gewogen, gemessen und gründlich untersucht. Je nach Entwicklungsphase werden spezielle Untersuchungen durchgeführt. Die Ergebnisse werden in einem Vorsorgeheft festgehalten, das Sie zu jedem Untersuchungstermin mitnehmen sollten.

Sinnvoll ist es auch, den Impfpass bereitzuhalten. Oft wird im Anschluss an die Untersuchung eine Impfung vorgenommen. Die Früherkennungsuntersuchungen werden von den Krankenkassen bezahlt.

Nehmen Sie die Termine zu den Früherkennungsterminen bitte regelmäßig wahr. Werden Entwicklungsverzögerungen oder Erkrankungen frühzeitig erkannt, kann wesentlich mehr zu ihrer Behandlung getan werden. Wichtig ist auch, dass Sie dem Arzt oder der Ärztin auffällige Beobachtungen mitteilen.

Damit möglichst alle Kinder an den Früherkennungsuntersuchungen teilnehmen, wurde die „Zentrale Stelle Gesunde Kindheit“ beim Landeszentrum Gesundheit Nordrhein-Westfalen eingerichtet.

Sobald Ihr Kind an einer der Früherkennungsuntersuchungen U5 bis U9 teilgenommen hat, schickt die Ärztin bzw. der Arzt eine Bestätigung an diese „Zentrale Stelle“.

Die „Zentrale Stelle“ kann nun ermitteln, welche Kinder nicht an der Untersuchung teilgenommen haben, und schickt den Eltern dieser Kinder ein Erinnerungsschreiben. Die Eltern haben noch genügend Zeit, die Untersuchung nachzuholen.

Sollte jedoch auch dann das Kind nicht an der Früherkennungsuntersuchung teilnehmen, informiert die „Zentrale Stelle“ die Kommune, in der die Eltern und das Kind leben, darüber, welche Kinder noch nicht bei einer Untersuchung waren. Die Kommune (in der Regel das Jugendamt) wird dann prüfen, ob Grund besteht, sich einzuschalten (z. B. durch Anruf oder Besuch der Familie).

Folgende kostenlose Früherkennungsuntersuchungen gibt es:

- U 1:** direkt nach der Geburt
- U 2:** 3. – 10. Lebenstag
- U 3:** 4. – 6. Lebenswoche
- U 4:** 3. – 4. Lebensmonat
- U 5:** 6. – 7. Lebensmonat
- U 6:** 10. – 12. Lebensmonat
- U 7:** 21. – 24. Lebensmonat
- U 7a:** 34. – 36. Lebensmonat
- U 8:** 46. – 48. Lebensmonat
- U 9:** ca. 5 Jahre
- J 1:** 12 – 14 Jahre

Ausführliche Informationen finden Sie im Internet unter www.familienportal.nrw/0-bis-1-jahre/gesundheits-kind/u1-bis-j1, www.kinderaerzte-im-netz.de und www.bzga.de oder Sie wenden sich direkt an eine Kinderärztin bzw. einen Kinderarzt vor Ort.



Gesundheitsamt & Kinderärzte in Aachen

Gesundheitsamt

StädteRegion Aachen
Triererstraße 1
52078 Aachen
Tel.: 0241 51985300

Frühe Hilfen des Gesundheitsamtes

Beratung und Unterstützung zur Säuglings- und
Kleinkindentwicklung
Ansprechpersonen: Frau Schmadalla-Bürvenich
Frau Keller
Tel.: 0241 51985308

Kinderärzte am Steffensplatz

Dr. Dreuw, Dr. Pott,
Dr. Dworschak & Dr. Seyfarth
Adalbertsteinweg 12-16
52070 Aachen
Tel.: 0241 502785
0241 506750
Fax: 0241 5152487
mail@kinderaerzte-am-steffensplatz.de
www.kinderaerzte-am-steffensplatz.de

Kinderärzte am Neumarkt

Dr. Boosfeld-Mikolajczak, Dr. Eskandar,
Dr. Koutziampasi und Dr. Franzen
Neumarkt 2a
52066 Aachen
Tel.: 0241 509350
Fax: 0241 509305
kontakt@kinderaerzte-am-neumarkt.de
www.kinderaerzte-am-neumarkt.de

Kinder- und Jugendarztpraxis

Dr. Kamitz
Trierer Straße 172
52078 Aachen
Tel.: 0241 59317

Kinderarztpraxis Laurensberg

Dr. Friedrichs, Dr. Pfannenstiel,
Dr. Neunzig und Dr. Floege
Rathausstraße 10
52072 Aachen
Tel.: 0241 171096
friedrichs@kinderarztpraxis-laurensberg.de
www.kinderarztpraxis-laurensberg.de

Kinderärzte im Jakobsviertel

Dr. Bornemann und Dr. Nebgen
Kuckhoffstraße 2 / Karlsgraben 23
52064 Aachen
Tel.: 0241 21748
Fax: 0241/21507
kinderaerzteimjakobsviertel@t-online.de

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin

Klassische Homöopathie
Dr. Gentner
Theaterstraße 33
52062 Aachen
Tel.: 0241 31574
www.dr-gentner.de

Kinderarztpraxis

Dr. Kaminski und Dr. Häusler
Von-Coels-Straße 256
52080 Aachen
Tel.: 0241 556364
Fax 0241 / 18938530
info@kinderarzt-kaminski.de
www.kinderarzt-kaminski.de

Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

Osteopathische Medizin
Dr. Jessen
Schurzelter Straße 571
52074 Aachen
Tel.: 0241 86663
Fax: 0241 8793528
www.kinderaerztin-jessen.de

Kinderarztpraxis

Dr. Kohler und Dr. Tingart
Naturheilkunde und Homöopathie
Morillengang 6
52074 Aachen
Tel.: 0241 705550
Fax: 0241 705557
info@praxiskohler.de
www.kinderarzt-kohler.de

Kinderarztpraxis

Dr. Rosenthal
Roermonder Straße 546
52072 Aachen
Tel.: 0241 930247
Fax: 0241 930237

Praxis für Kinder- und Jugendmedizin

Psychotherapie für Kinder und Jugendliche
Dr. Steinau
Martelenberger Weg 34
52066 Aachen
Tel.: 0241 4011450
Fax: 0241 4011451
praxis@kinderaerztin-steinau.de
www.kinderaerztin-steinau.de

Kinderarztpraxis

Dr. Weiser
Heussstraße 42
52078 Aachen
Tel.: 0241 564041
Fax: 0241 922309

Gesundheitszentrum am Denkmal

Dr. Weber, Dr. Pinkall und Dr. Elbers
Alt-Haarener Straße 199
52080 Aachen
Tel.: 0241 164212
Fax: 0241 161438
praxis@gesundheitszentrum-am-
denkmal.de

Kinderarztpraxis

Dr. Langner
Trierer Straße 45
52078 Aachen
Tel.: 0241 575150
Fax: 0241 575402
www.kinderaerztin-langner.de

Gemeinschaftspraxis Kinder- und Jugendärzte**„Klein bis gross“**

Dr. Kulgemeyer, Dr. Kwiatkowski,
Dr. Schebesch-Breuer, Dr. Tingert, Dr. Heyne
Eupener Straße 3
52066 Aachen
Tel.: 0241 66266
0241 33104
Fax: 0241 23772
praxis@kleinbisgross.de
www.kleinbisgross.de

Kinderarztpraxis

Dr. Forster
Malmedyer Straße 30
52066 Aachen
Tel.: 0241 66232
Fax: 0241 60 88 755
info@kinderarzt-forster.de

**Praxis für Kinder- und Jugendmedizin
im Münsterländchen**

Dr. Sprünken und Dr. Korinth
Schleidener Straße 158
52076 Aachen
Tel.: 02408 80753
Fax: 02408 80898
info@praxis-im-muensterlaendchen.de
www.praxis-im-muensterlaendchen.de

Kinderarztpraxis

Dr. Stockberg-Bakir
Josefsallee 10
52078 Aachen
Tel.: 0241 520188
Fax: 0241 520329
kinder_stockberg@yahoo.de
www.kinderaerztin-aachen.de

Liebe Eltern,

Herzlichen Glückwunsch, wir wünschen Ihrem Baby Gesundheit für alle Zeiten.



„Gesunde Zähne von Anfang an, gesunde Zähne ein Leben lang“

Die folgenden Tipps sollen Sie bei der Gesunderhaltung der Zähne unterstützen:



Das Beste für Ihr Baby: Stillen

Stillen fördert das Wachstum und die Entwicklung des Kindes. Die Muttermilch ist immer in der benötigten Menge und in der optimalen Zusammensetzung vorhanden. Muttermilch ist hygienisch und kostenlos. Das Stillen ist wichtig für die Ausbildung der Mundmotorik und der Kieferentwicklung.



Zusätzliches Trinken

sollte in den ersten 4 Monaten die Ausnahme bleiben. An heißen Tagen oder bei Krankheit kann Wasser oder ungesüßter Tee angeboten werden. Eine frühe Gewöhnung an die Geschmacksrichtung „Süß“ wird somit vermieden.



Schnuller oder Daumen?

Den Schnuller bei Kindern die gestillt werden frühestens nach dem ersten Monat und dann nur zur Beruhigung oder zum Einschlafen geben. Babys, die nicht gestillt werden können, den Schnuller nur kurz zur Beruhigung oder zum Einschlafen geben.

Bitte achten Sie darauf, dass Kleinkinder tagsüber den Schnuller nicht mehr verwenden, denn bei längerem Gebrauch können Kiefer- und Zahnfehlstellungen entstehen. Das Kauen und die Sprachentwicklung sind dann stark beeinträchtigt.

Daumenlutschen kann ebenfalls zu schweren Fehlbildungen an Kiefer und Zähnen führen. Wegen der ständigen Verfügbarkeit, ist die Entwöhnung häufig schwer. Der Schnuller ist aus diesem Grund die bessere Alternative.



Schlechte Zähne oder Karies sind nicht erblich!

Karies entsteht durch zuckerreiche Ernährung und unzureichender Zahnpflege. Beide Gewohnheiten werden über Generationen weitergegeben und führen dann in Familien zu vermehrter Karies.

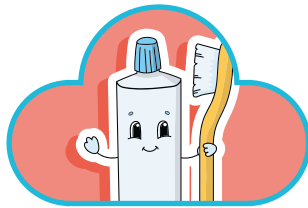


Das erste Zähnchen

Ab dem ersten Zahn heißt es putzen!
Putzen Sie morgens und abends mit einem ...



... reiskorngroßem Hauch



Kinder-Zahnpasta
mit Fluorid 1000ppm.

Am besten legen Sie Ihr Kind auf den Wickeltisch und putzen mit einer weichen Bürste vom Zahnfleisch zum Zahn.



Kariesprävention mit Fluorid im Säuglings- und frühen Kindesalter



* Fluoridhaltige Zahnpasta mit 1.000 ppm Fluorid

© BLE 2021/www.gesund-ins-leben.de



Flaschennahrung

Die Nuckelflasche sollte dem Baby nie zum Einschlafen oder im Kinderwagen überlassen werden, da Dauernuckeln eine Gefahr für die Milchzähne ist.



Je häufiger süße Getränke die empfindlichen Milchzähne umspülen, umso schneller entsteht die „Frühkindliche Karies“



Becher oder Tasse!

Sobald Ihr Kind sitzen kann, ersetzen Sie die Nuckelflasche durch eine Tasse oder einen Becher damit keine Gewöhnung stattfindet. Füllen Sie ausschließlich zuckerfreie Getränke in Tasse oder Becher, niemals Obstsaft, gesüßte Getränke oder Instant-Tees.

Die ersten Zähne



Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) | www.kindergesundheit-info.de | Stand: März 2014



Infografik: Durchbruchzeiten der Milchzähne:

Ab dem 6. Lebensjahr brechen, hinter den Backenzähnen des Milchgebisses, die ersten großen bleibenden Backenzähne durch, die so genannten 6 Jahr Molaren. Auf diese muss dann besonders geachtet werden!

Bitte vereinbaren Sie ab dem 6. Lebensmonat den 1. Termin beim Zahnarzt!



FU 1 Zahnärztliche Früherkennungsuntersuchung Ihres Kindes vom 6. bis zum vollendeten 33. Lebensmonat, jeweils eine

- a) Früherkennungsuntersuchung vom 6. bis zum vollendeten 9. Lebensmonat
- b) Früherkennungsuntersuchung vom 10. bis zum vollendeten 20. Lebensmonat
- c) Früherkennungsuntersuchung vom 21. bis zum vollendeten 33. Lebensmonat

Es sollten mindestens 4 Monate zwischen den jeweiligen Untersuchungen liegen.



Zahngesunde Ernährung

Kauaktive Nahrungsmittel wie Obst, Rohkost, Vollkornbrot (Brotrinde nicht abschneiden) bewirken einen höheren Speichelfluss, der die zahnschädigenden Säuren neutralisiert.

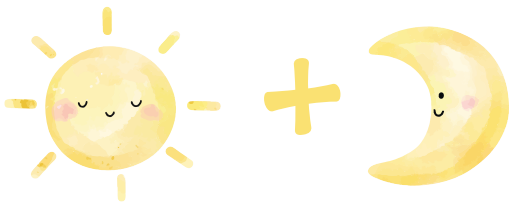


Quetschies sind keine Alternative zu frischem Obst oder Gemüse, da sie,

1. kleine Zuckerbomben sind (viel Fruchtzucker)
2. viel Zucker und Säure enthalten und die Gefahr für frühkindliche Karies erhöhen.
3. überteuert und mit 40 – 90 Cent teurer als ein Stück frisches Obst.
4. Die Kaumuskulatur wird mit frischem Obst oder Gemüse trainiert und fördert somit auch die Sprachentwicklung.

Ab dem 2. Geburtstag

ab dem 2. Geburtstag wird empfohlen, die Milchzähne 2–3 mal täglich mit einer erbsengroßen Menge Kinderzahnpaste mit 1000 ppm, unter entsprechender Hilfestellung und Kontrolle durch die Eltern, zu reinigen. Diese Unterstützung ist bis ins Schulalter erforderlich, da erst dann die Motorik der Kinder ausreichend geschult ist.



3 Minuten



Zeitpunkt der Schnullerentwöhnung

Spätestens im Alter von 2 – 3 Jahren sollte mit der Schnullerentwöhnung begonnen werden. Ihr Kind ist jetzt kein Säugling mehr, deshalb sollte spätestens jetzt der Schnuller abgewöhnt werden, da es in dem Alter kein Saugbedürfnis mehr gibt. Es ist nur noch eine schädigende Angewohnheit.

Möglichkeiten z. B.:

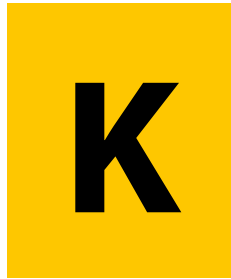
1. Den Schnuller nicht mehr anbieten. Oft ist der Schnuller schnell vergessen, wenn er nicht mehr dauernd sichtbar ist.
2. Die Schnullerfee holt ihn gegen ein kleines Präsent ab.
3. Den Schnuller an einen Schnullerbaum hängen.

Auf jeden Fall loben Sie Ihr Kind für jeden Tag, den es ohne Schnuller geschafft hat.

Die geeignete Zahnputz-Technik für Kinder ist die KAI-PLUS- Technik

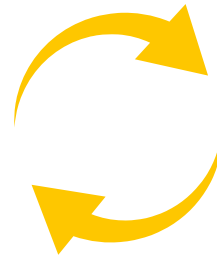
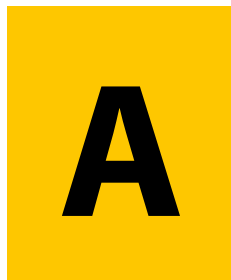
Durch hin und her bürsten werden die Kauflächen der Backenzähne gereinigt.

**Hin und Her, Hin und Her,
Zähne putzen mag ich sehr**



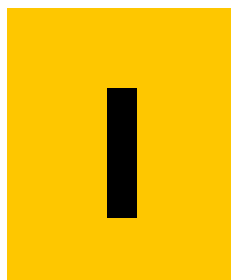
Mit kreisenden Bewegungen von Rot nach Weiß werden die Außenflächen gereinigt.

**Von Rot nach Weiß, von Rot nach Weiß,
Macht die Zähne strahlend weiß.**



Mit geöffnetem Mund wischen Sie die Innenflächen von Rot nach Weiß sauber.

**Ritsche, Ratsch, Ritsche, Ratsch
Zähne putzen ist kein Quatsch.**



**Eltern putzen Kinderzähne nach, bis
zum Ende der Grundschulzeit!**



Ab dem 3. Geburtstag

betreuen wir Ihr Kind im Kindergarten im Rahmen der Gruppenprophylaxe.

Durch die Beachtung der empfohlenen Tipps lässt sich Karies heutzutage fast vollständig verhindern.

**Alles Gute für die
Zukunft wünscht
das Team des
Arbeitskreis
Zahngesundheit!**



**Hallo Kinder,
ich besuche Euch
im Kindergarten!**

Weitere oder ausführliche Informationen finden sie auch auf folgenden Seiten:

https://www.staedteregion-aachen.de/fleadmin/user_upload/A_58/Dateien/leichte_sprache/zahngesundheit_merkblatt_LS_1119.pdf

<http://www.bzaek.de/>

<http://www.daj.de/>

<http://www.kindergesundheit-info.de/>

<http://www.gesundinsleben.de/>

<http://dgkiz.de/news.html>

<http://www.kariesvorbeugung.de/>

<http://www.kinderzahnaerzte.de/>

<http://www.bzga.de/>

<http://www.zahnhygiene.de/>

Beratungs- & Hilfsangebote für Eltern



Familienbildung und Familienberatung

Viele Familien möchten besser verstehen, wie sich ihre Kinder entwickeln, wie sie sie fördern können und wie sie mit Rivalitäten unter Geschwistern oder mit Entwicklungsstörungen umgehen können. Auch Konflikte in der Beziehung oder Probleme mit Sorge- und Umgangsregelungen lassen die Eltern nach Hilfe und Beratung suchen. In solchen Fällen können ihnen Angebote der Familienbildung und Familienberatung wertvolle Unterstützung geben, sei es durch Elternschulen, Gesprächskreise für Eltern, z. B. nach Trennung und Scheidung, oder Einzelberatung.

In Nordrhein-Westfalen stehen Kindern, Jugendlichen, Heranwachsenden und ihren Eltern kostenlos und vertraulich rund 270 Familienberatungsstellen zur Verfügung. Sie können die Familienberatungsstellen bei Ihrem zuständigen Jugendamt erfragen oder im Internet unter www.bke.de finden. Unter dieser Adresse gibt es auch Onlineberatungen für Eltern und Jugendliche. Die Angebote der Familienbildung sind unter www.familienbildung-in-nrw.de zusammengestellt.

Die Familienbildungsstätten und Familienberatungsstellen kooperieren auch mit Kindertageseinrichtungen, Familienzentren und anderen familienbezogenen Diensten.

Elternstart NRW

„Elternstart NRW“ ist ein Familienbildungsangebot für Mütter und Väter mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Das Angebot ist für die Eltern einmalig kostenfrei, die Finanzierung übernimmt das Familienministerium NRW. Themen sind zum Beispiel die frühkindliche Entwicklung, die Eltern-Kind-Beziehung und der Umgang mit neuen und auch anstrengenden

Familiensituationen. Mütter und Väter tauschen sich untereinander aus und eine pädagogische Fachkraft moderiert Gespräche über den Alltag und den Umgang mit einem Säugling.

Ziel von „Elternstart NRW“ ist kein Lernen nach einem festen Lehrplan. Die Kursleiterinnen und Kursleiter greifen vielmehr die Fragen auf, die die Mütter und Väter mitbringen. „Elternstart NRW“ wird als klassischer Kurs mit festen Zeiten angeboten und auch als offener Treff. „Elternstart NRW“ umfasst fünf Termine mit jeweils 90 Minuten. In jeder Gruppe sind bis zu zehn Teilnehmende mit ihren Kindern.

Anmelden können Sie sich in den Einrichtungen der Familienbildung für „Elternstart NRW“. Weitere Informationen und eine Vor-Ort-Suche finden Sie unter www.familienbildung-in-nrw.de/vor-ort-suche



Internetportale

für Familien

www.aachen.de/familie

Die Webseite der Stadt Aachen mit vielen Informationen zu den Themen Familie & Kinder wie z. B. Studieren, Lehren und Forschen mit Kind, Ferienspiele, Wahlgroßeltern, Broschüren, nützliche Links uvm.

www.aachen.de/kitas

Hier finden Sie die öffentlich geförderten und privatrechtlichen Kindertageseinrichtungen **aller** Träger in der Stadt sowie Informationen zur Kindertagespflege. Im KiTa-Portal **www.kitas.aachen.de** sind fast alle öffentlich geförderten KiTas aufgeführt: Bequem die passende KiTa aussuchen – nach Lage, Träger oder speziellen Angeboten. Die Seiten bieten einen ersten Überblick über die jeweilige Einrichtung – mit aussagekräftigen Bildern und kurzen Infos sowie einem Stadtplan mit der Lage der KiTa.

www.aachen.de/hochschule_und_familie

Auf dieser umfangreichen Webseite finden Studierende, die eine Familie gründen, lehrende oder Forschende, die mit ihrem/ihrer Partner*in und ihren Kindern nach Aachen kommen, detaillierte Informationen zu allen Themen, die die Vereinbarkeit von Studium, Forschung oder Lehrtätigkeit und Familie erleichtern.

www.aachenerkinder.de

Unter Veranstaltungen findet man Termine für Eltern-Baby-Kurse der Familienbildungsstätten und Eltern-Kind-Kurse, kostenlose oder günstige Freizeitgestaltungsmöglichkeiten: Ferienspiele, Schwimmbäder, Sportgruppen, Spielplätze uvm.

www.kingkalli.de

Veranstaltungen, Adressen, Kalender, Ferien- und Freizeitmöglichkeiten für die ganze Familie

www.forum-e.de

Forum für Alleinerziehende – Netzwerk für die StädteRegion Aachen

www.aachen.de/familienstadtplan

Beratungs- und Anlaufstellen für Kinder, Jugendliche, Eltern und Senioren, Kindertagesstätten, Grundschulen, Freizeitangebote u. a. auf einer Plattform

Familienbildung

in Aachen

DRK – Familienbildungswerk

Talstraße 2 (Depot)
52068 Aachen
Tel.: 0241 99022644
kursanmeldung@drk.ac
www.drk-aachen.de

Elternstart, PEKiP®, Eltern und Babys im ersten Lebensjahr“, indische Babymassage, Erste Hilfe am Kind, Eltern-Kind-Gruppen u. a.

IN VIA Aachen e. V.

Krefelder Straße 23
52070 Aachen
Tel.: 0241 60908-10
Fax: 0241 60908-20
zentrale@invia-aachen.de
www.invia-aachen.de

Elternstart, PEKiP®, Babymassage, Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Kindern von 6 Monaten bis zum 2. Lebensjahr u. a.

Haus für Familien – Ev. Familienbildung Aachen

Martin-Luther-Straße 16
52062 Aachen
Tel.: 0241 5152949
info@efam-aachen.de
www.efam-aachen.de

Elternstart, betreute Spielgruppen, PEKiP®, Baby-Massage, Babyschwimmen u. a.

Willkommen – Familien Zeit schenken

Frau Simons
Martin-Luther-Straße 16
52062 Aachen
Tel.: 0157 889 133 90
willkommen@efam-aachen.de

Praktische Hilfe durch Ehrenamtliche für Familien nach der Geburt eines Kindes – individuell und nach Bedarf

Sprechzeiten nach Vereinbarung

Helene-Weber-Haus im Domviertel

Katholisches Forum für Erwachsenen- und Familienbildung
Bendelstraße 28-32
52066 Aachen
Tel.: 0241 18916359

Elternstart, Babyschwimmen, PEKiP®, Baby-Ernährung, Gruppen, Groß-/Eltern-Baby-Gruppe u. a.

Helene-Weber-Haus

Kath. Forum für Erwachsenen- und Familienbildung
Oststraße 66
52222 Stolberg
Tel.: 02402 95560
info@heleneweberhaus.de
www.heleneweberhaus.de

Beratung & Hilfe

für Eltern in Aachen

Erziehungsberatung, Familienberatung, Paarberatung, Trennungs- und Scheidungsberatung

Stadt Aachen

Fachbereich Kinder, Jugend und Schule

Mozartstraße 2-10

52058 Aachen

familie@mail.aachen.de

www.aachen.de/familie

Die Aufgaben der **Sozialraumteams** sind:

- Beratung für Kinder und Jugendliche und deren Familien
- Beratung in sozialen Angelegenheiten
- Beratung in Fragen zu Trennung und Scheidung, Umgangsregelung
- Mitwirkung im familiengerichtlichen Verfahren
- Einrichtung von ambulanten und stationären Hilfen zur Erziehung nach dem Sozialgesetzbuch VIII
- Im Rahmen der Sicherstellung des Kindesschutzes Inobhutnahme von Kindern und Jugendlichen in Notsituationen
- Hilfe für junge Volljährige

Über die Zentrale der Stadtverwaltung **0241 432-0** werden Sie an das für Sie zuständige Sozialraumteam weitervermittelt.

Sozialraumteam 1

Sophienstraße 20

52070 Aachen

Tel.: 0241 432-5750

Sozialraumteam 3

Bezirksamt Eilendorf

Heinrich-Thomas-Platz 1

52080 Aachen

Tel.: 0241 432-5704

Sozialraumteam 5

Stephanstraße 16-20

52064 Aachen

Tel.: 0241 432-5714

Sozialraumteam 7 (Pflegekinderdienst)

Barbarastraße 1

52068 Aachen

Tel.: 0241 432-5113

Sozialraumteam 9 (Kriseninterventionsdienst)

Habsburgerallee 11-13

52064 Aachen

Tel.: 0241 432-5151

Sozialraumteam 2

Nadelfabrik

Reichsweg 30

52068 Aachen

Tel.: 0241 432-5122

Sozialraumteam 4

Sophienstraße 20

52070 Aachen

Tel.: 0241 432-5124

Sozialraumteam 6

Sophienstraße 20

52070 Aachen

Tel.: 0241 432-5720

Sozialraumteam 8

Habsburgerallee 11-13

52064 Aachen

Tel.: 0241 432-45380

Beratung & Hilfe

für Eltern in Aachen

Erziehungsberatung, Familienberatung, Paarberatung, Trennungs- und Scheidungsberatung

AWO – Arbeiterwohlfahrt

Kreisverband Aachen-Stadt e.V.
Gartenstraße 25
52064 Aachen
Tel.: 0241 889160
Fax: 0241 85639
info@awo-aachen-stadt.de
www.awo-aachen.com

Familienberatung, Trennungs- Scheidungsberatung

Offene Sprechstunden: Ortsverein Verlautenheide,
Verlautenheidenerstraße 115:
jeden 1. Montag im Monat: 8.30 – 10.30 Uhr

Ortsverein Aachen Ost, Schleswigstraße 10-16:
Dienstag: 8.30 – 10.30 Uhr

Nadelfabrik, Stadtteilbüro Ost, Reichsweg 30:
Dienstag: 14.00 – 16.00 Uhr

BRAWO (Bürgerräume der AWO)
Familienzentrum Mittendrin, Goerdelerstraße 6:
Mittwoch und Donnerstag: 8.30 – 10.30 Uhr
Freitag: 9.00 – 11.00 Uhr

Kath. Verein für Soziale Dienste in Aachen e. V. (SKM)

Heinrichsallee 56
52062 Aachen
Tel. 0241 413555-00
Fax 0241 413555-11
info@skm-aachen.de
www.skm-aachen.kibac.de

Familienberatung, Trennungs- Scheidungsberatung

Familienpatenschaften:

Frau Götz, Tel.: 0241 41355527
Frau Scheins, Tel.: 0241 41355529

Sozialdienst Kath. Frauen e. V. Aachen (SKF)

Wilhelmstraße 22
52070 Aachen
Tel.: 0241 470450
Fax: 0241 4704549
info@skf-aachen.de
www.skf-aachen.kibac.de

Familienberatung, Trennungs- Scheidungsberatung

Caritas Familienberatung Aachen

Reumontstraße 7 a
52064 Aachen
Tel.: 0241 479870
Tel.: 0241 33953
Fax: 0241 4009910
info@familienberatung.caritas-ac.de
www.beratung-caritas-ac.de

Beratung und Hilfe für Schwangere, Familien, Eltern,
Kinder, Jugendliche und Fachkräfte

Säuglings- und Kleinkind Telefonsprechstunde
Dienstag: 10.00 – 11.00 Uhr

**Diakonisches Werk im Kirchenkreis Aachen e. V.
(Diakonie)**

Familien- und Sozialberatung West/ASD
Vaalser Straße 439
52074 Aachen
Tel.: 0241 9890-10

Beratung bei Behördenproblemen

Mutter-, Vater-/Kind-Kurberatung sowie Kurberatung
für pflegende Angehörige

Terminvereinbarung ist jeweils erforderlich

Stadtteilbüro Preuswald
Reimser Straße 76
Sprechstunde:
Mittwoch: 9.00 – 12.00 Uhr

**Evangelische Beratungsstelle des Diakonischen
Werks im Kirchenkreis Aachen e. V.**

Vaalser Straße 349
52074 Aachen
Tel.: 0241 32047

Erziehungsberatung, Familienberatung, Partnerschafts-
und Lebensberatung

**Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband
Aachen e. V.**

Erziehungsberatungsstelle

Talstraße 2 (im Depot)
52068 Aachen
Tel.: 0241 94994-0
Fax: 0241 94994-13
info@kinderschutzbund-aachen.de
www.kinderschutzbund-aachen.de

Erziehungsberatung bei familiären Problemen jeder
Art, Frühe Hilfen, Müttercafé, „Starke Eltern – starke
Kinder^{®**} u. a.

Frühe Hilfen für Familien mit Säuglingen

Talstraße 2 (im Depot)
52068 Aachen
Tel.: 0241 94994-30
fruehehilfen@kinderschutzbund-aachen.de
www.kinderschutzbund-aachen.de/fruehe-hilfen

Eltern-Säuglingsberatung u. a.

Mutter-Kind-Kuren und Vater-Kind-Kuren

Mutter- oder Vater-Kind-Kuren sollen Elternteile, die belastet oder schon gesundheitlich beeinträchtigt sind, unterstützen. Die Beratungsstellen beraten Sie und helfen Ihnen bei der Beantragung einer solchen Kur.

**Caritasverband für die Regionen
Aachen-Stadt und Aachen-Land e. V.**
Scheibenstraße 16
52070 Aachen

Dienstag: 11.00 – 12.00 Uhr

Frau Müller
Tel.: 0174 1535639
k.mueller@caritas-aachen.de

Diakonisches Werk im Kirchenkreis Aachen e. V.
Vaalser Straße 439
52074 Aachen
Tel.: 0241 989010
info@diakonie-aachen.de
www.diakonie-aachen.de

Beratung & Hilfe für Eltern

mit einem kranken oder behinderten Kind

AKIS – Aachener Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Aachen in der VHS

Peterstraße 21-25
52062 Aachen
Tel.: 0241 4792240
akis@mail.aachen.de
www.selbsthilfe-staedteregion-aachen.de

u. a. Vermittlung in Selbsthilfegruppen

Sprechzeiten und telefonische Beratung:
Montag und Donnerstag: 10.00 – 12.30 Uhr
Mittwoch: 15.30 – 18.30 Uhr
und nach Vereinbarung

Beratungstelefon: 0241 49009

Autismus, Behinderung und Perspektiven e. V.

Franzstraße 107
52064 Aachen
Tel.: 0241 602206
www.abundp.org

Selbsthilfegruppe für Eltern autistischer und behinderter Kinder

Autismus-Therapie-Zentrum Aachen (ATZ)

Augustastraße 78
52070 Aachen
Tel.: 0241 5592720
Fax: 0241 55927229
info@autismus-aachen.de
www.autismus-aachen.de

Vielfältiges Angebot an Leistungen rund um das Thema Autismus-Spektrum-Störung (ASS) für Betroffene, Eltern, Betreuer*innen, Fachpersonal (aus Bildung, Erziehung und Medizin)

Arbeitsgemeinschaft zur Förderung Hörgeschädigter

Talbotstraße 13
52068 Aachen
Tel.: 0241 159544
Fax: 0241 911634
hgzaachen@hgz-aachen.de
www.hgz-aachen.de/arbeitsgemein-zur-foerderung-hoergeschaedigter-ggmbh/index.php

Beratung für Hörgeschädigte, Kurse, Dolmetscher*innen für Gebärdensprache

Bunter Kreis in der Region Aachen e. V.

Krefelder Straße 225
52070 Aachen
Tel.: 0241 89464400
Ansprechperson:
Frau Jacobi (0152 23040580)
info@bunterkreis-aachen.de
www.bunterkreis-aachen.de

Betreuung und Unterstützung von Familien mit Frühgeborenen, chronisch kranken und schwerkranken Kindern

Förderkreis „Hilfe für krebskranke Kinder“ e. V.
Kullenhofwinkel 26
52074 Aachen
Tel.: 0241 86131
Fax. 0241 8865264
info@krebskrankekinder-aachen.de
www.krebskrankekinder-aachen.de

Unterstützung für Familien mit krebskranken Kindern
Information und Beratung

Herzkrankes Kind Aachen e. V.
Jülicher Straße 373
52070 Aachen
Tel.: 0241 99741074
info@herzkrankeskindaachen.de
www.herzkrankeskindaachen.de

Unterstützung für Familien mit herzkranken Kindern
und Jugendlichen
Information und Beratung

Förderkreis „Schwerkranke Kinder“ e. V.
Rathausstraße 10
52072 Aachen
Tel.: 0241 98900330
Fax. 0241 98900-331
fsk@fsk-aachen.de
www.fsk-aachen.de

Beratung bei schwerkranken oder behinderten
Neugeborenen, Betreuungsdienst zur zeitweisen
Entlastung von Eltern schwerkranker oder behinderter
Säuglinge, Kinder und Jugendlichen

**Lebenshilfe Aachen e. V. –
Interdisziplinäre Frühförderung**
Lintertstraße 150
52076 Aachen
Tel.: 0241 928250
Fax. 0241 9282527
fruehfoerderung@lebenshilfe-aachen.de

Frühförderung für Kinder mit Entwicklungs-
auffälligkeiten oder Behinderungen von der Geburt bis
zur Einschulung

Gemeinsam leben – Gemeinsam lernen e. V. Aachen
Helga Rohs
Tel.: 0241 1686688
info@gl-gl-aachen.de
www.gemeinsamleben-gemeinsamlernen-aachen.de

Hilfe und Beratung von Eltern für Eltern zur Integration
von Kindern und Erwachsenen mit Behinderung

**Verein zur Förderung Körper- und
Mehrfachbehinderter e. V. (VKM)**
Welkenrather Straße 116
52074 Aachen
Tel.: 0241 913870
info@vkm-aachen.de
www.vkm-aachen.de

Assistenzdienste:
Ambulant betreutes Wohnen von Menschen mit
Mehrfachbehinderung
Autismus spezifische Familienhilfe

Studienassistenten für Studierende mit Autismus
Spektrum Störung



Sind Sie alleinerziehend?

Wenn Sie Ihr Kind allein groß ziehen, haben Sie sicher in jeder Hinsicht alle Hände voll zu tun. Hinzu kommt möglicherweise eine dauernde Geldknappheit, da sich (Vollzeit-)Arbeit und Kindererziehung für Sie als alleinstehenden Elternteil besonders schwer vereinbaren lassen. Umso wichtiger ist es, dass Sie mögliche wirtschaftliche Hilfen und unterstützende und beratende Anlaufstellen kennen. Hilfe in allen Fragen des täglichen Lebens eines alleinerziehenden Elternteils bekommen Sie bei den lokalen Beratungsstellen für Alleinerziehende sowie beim Verband allein erziehender Mütter und Väter NRW e.V. Die Adressen erhalten Sie bei Ihrem zuständigen Jugendamt. Informationen finden Sie auch im Internet unter:

www.vamy-nrw.de.

Sofern Sie keinen oder nicht den Ihnen zustehenden Unterhalt vom Vater bzw. von der Mutter Ihres Kindes erhalten, bietet Ihnen das Jugendamt vor Ort folgende Hilfen an:

Unterhaltsvorschuss

Sofern Sie alleinerziehend sind und vom anderen Elternteil keine oder keine regelmäßigen Unterhaltszahlungen erhalten, können Sie bei Ihrem zuständigen Jugendamt Unterhaltsvorschuss beantragen. Unterhaltsvorschuss gibt es bis zur Vollendung des 17. Lebensjahres des Kindes. Das Kind muss im Bundesgebiet bei einem Elternteil leben, der ledig, verwitwet, geschieden oder von seinem Ehegatten dauernd getrennt lebend ist. Die Höhe des Unterhaltsvorschusses richtet sich bundesweit nach dem Mindestunterhalt. Für die Berechnung des Unterhaltsvorschussbetrages wird das für ein erstes Kind zu zahlende Kindergeld in voller Höhe von dem Mindestunterhalt abgezogen. Die Auszahlung des Unterhaltsvorschusses erfolgt im Voraus für den nächsten Monat.

Weiter Auskünfte zur Zahlung und Antragsstellung von Unterhaltsvorschuss erhalten Sie bei Ihrem zuständigen Jugendamt vor Ort sowie auf dem Familienportal NRW. Hier finden Sie auch den Antragslink, um Unterhaltsvorschuss vollständig digital zu beantragen.

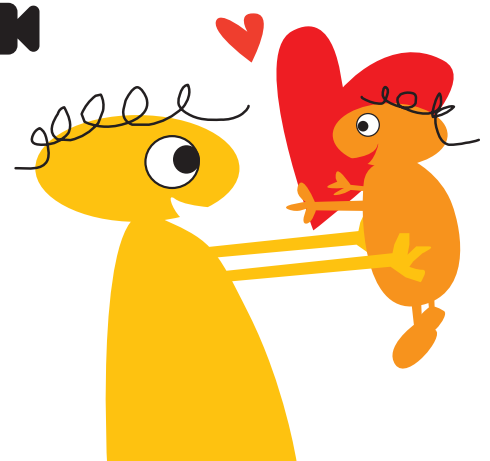
www.familienportal.nrw/unterhaltsvorschuss-nrw

Beistandschaft

Die Einrichtung einer Beistandschaft ist ein kostenloses Hilfsangebot Ihres zuständigen Jugendamtes. Eine Beistandschaft hat insbesondere die Aufgaben, die Vaterschaft für Ihr Kind festzustellen oder/und die Unterhaltsansprüche Ihres Kindes geltend zu machen. Eingerichtet werden kann die Beistandschaft mit schriftlichem Antrag von dem Elternteil, mit dem das Kind in einer Haushaltsgemeinschaft lebt. Sie kann jederzeit schriftlich durch den antragstellenden Elternteil beendet werden.

Auf dem Familienportal.NRW finden Sie ausführliche Informationen sowie den Erklärfilm „Beistandschaft kurz erklärt“ unter:

www.familienportal.nrw/bildungs-und-teilhabepaket/antrag



Alleinerziehend in Aachen

**Unterhaltsvorschusskasse:
Fachbereich Kinder, Jugend und Schule**
Mozartstraße 2-10
52064 Aachen
Tel.: 0241 432-45640
unterhaltsvorschuss@mail.aachen.de

Anträge können online gestellt werden unter:
aachen.de/serviceportal

oder auf Anforderung per Post zugeschickt werden

**Beratung und Unterstützung in Vaterschaftsfragen
und Unterhaltsangelegenheiten, Beistandschaften**
Fachbereich Kinder, Jugend und Schule
Mozartstraße 2-10
52064 Aachen
Tel.: 0241 432-45390
Fax: 0241 432 45993
beistandschaften@mail.aachen.de
www.aachen.de/familie

Rechtsberatung und Unterstützung zu den Themen
Vaterschaft, Unterhalt, Sorgerecht, Beistandschaft,
Beurkundung
Terminvereinbarung über das Service Center
Call Aachen: 0241 432-0

**Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV),
Ortsverband Aachen e. V.**
VAMV Aachen e. V.
Vaalserstraße 108
52074 Aachen
Tel.: 0241 870017
info@vamv-aachen.de
www.vamv-aachen.de

Sonntagsfrühstück:
Einmal im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr
in der Albert-Maas-Straße 32, Aachen
Um Anmeldung wird gebeten

Angebote und Treffen sowie weitere Aktivitäten sind auf
der Homepage sowie Instagram und Facebook zu
sehen.

IN VIA Aachen e. V.
Krefelder Straße 23
52070 Aachen
Tel.: 0241 60908-10 (Zentrale)
Fax: 0241 60908-20
zentrale@invia-aachen.de
www.invia-aachen.de

Gruppenangebot für Frauen in Trennungssituationen,
Gesprächskreis „Ich erziehe allein“
Trennungs-, Scheidungsberatung
Ansprechpartnerin: Theresia Kerber
Tel.: 0241 1606141

**Haus für Familien – Ev. Familienbildung
Aachen**
Martin-Luther-Straße 16
52062 Aachen
Tel.: 0241 5152949

Frühstückstreff für Alleinerziehende mit Kindern jeden
1. Mittwoch im Monat

Arbeitskreis Trennung und Scheidung
www.trennung-scheidung-aachen.de

Termine der Informationsveranstaltungen des
Arbeitskreises „Trennung und Scheidung“ für sich
trennende Paare und Eltern

Rechtsberatung & Unterstützung

für Mütter und Väter, die in Aachen leben und allein für ihr Kind sorgen. Sie erhalten beim Fachdienst Beistandschaften rechtliche Beratung und Unterstützung zu den Themen Vaterschaft, Unterhalt, Sorgerecht, Beistandschaft, Beurkundung

- Vaterschaft** Bekommt eine nicht verheiratete Frau ein Kind, bedarf die Vaterschaft immer einer gesonderten Feststellung, auch wenn Mutter und Vater mit ihrem Kind als Familie zusammenleben.
- Unterhalt** Beratung für
- Eltern von minderjährigen Kindern (sofern sich diese in ihrer Obhut befinden) und
 - Volljährige bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres sowie
 - gegebenenfalls für den betreuenden Elternteil aufgrund eigener Unterhaltsansprüche gegenüber dem anderen Elternteil, vorausgesetzt, sie sind nicht verheiratet.
- Sorgerecht** Sofern Sie als Eltern des Kindes nicht miteinander verheiratet sind, hat die Mutter das alleinige Sorgerecht für das Kind. Sie erhalten Beratung über die Abgabe einer gemeinsamen Sorgeerklärung und Informationen zu der Möglichkeit einer gerichtlichen Übertragung der gemeinsamen elterlichen Sorge. Bei Bedarf erhält die Mutter auf Antrag eine „Auskunft über Alleinsorge aus dem Sorgeregister“.
- Beistandschaft** Ist eine außergerichtliche Einigung für die Feststellung der Vaterschaft und/oder für die Geltendmachung von Unterhaltsansprüchen nicht erzielt worden, haben Sie die Möglichkeit für das gerichtliche Verfahren zur Durchsetzung der Ansprüche Ihres minderjährigen Kindes hier eine Beistandschaft für Ihr Kind zu beantragen. Dann kann Ihr Kind durch den Fachdienst im gerichtlichen Verfahren rechtlich vertreten werden. Voraussetzung ist, dass Sie sorgeberechtigt sind und sich das Kind in Ihrer Obhut befindet.
- Beurkundung** Freiwillige Erklärungen zur Anerkennung der Vaterschaft, der gemeinsamen elterlichen Sorge und Verpflichtung zur Erfüllung von Unterhaltsansprüchen können hier beurkundet werden.

Terminvereinbarungen sind online auf www.aachen.de unter dem Suchbegriff „Beurkundungen“ oder über das Servicecenter Call Aachen Te.: 0241 432-1234 möglich.

Alle Leistungen sind kostenfrei.

Kontakt und Terminvereinbarungen:

Stadt Aachen
Fachbereich Kinder, Jugend und Schule
Mozartstraße 2-10
52058 Aachen
Tel.: 0241 432-45390
beistandschaften@mail.aachen.de
www.aachen.de/familie

Kinderschutz

in Aachen

Kinderschutz-Hotline

der Stadt Aachen
Sozialraumteam IX
„Kriseninterventionsdienst“
Abteilung Jugend
Fachbereich Kinder, Jugend und Schule
Habsburgerallee 11-13
52064 Aachen
Tel.: 0241 432-5151
kriseninterventionsdienst@mail.aachen.de

24 Stunden besetzt – auch am Wochenende

Kinderschutz – Zentrum Aachen DKSB e. V.

Talstraße 2 (im Depot)
52068 Aachen
Tel.: 0241 949940

Beratungsstelle mit Schwerpunkt
Gewalt in der Familie, sexueller Missbrauch

Telefonsprechstunde:

Mittwoch: 14.00 – 15.00 Uhr

Montag, Dienstag,
Donnerstag und Freitag: 12.00 – 13.00 Uhr

Tel.: 0241 9499416

Betreuungsangebote

für Kinder



Kinderbetreuung

Tageseinrichtung für Kinder

Jedes Kind ist anders. Jedes Kind hat unterschiedliche Begabungen und Bedürfnisse, das wissen Sie als Eltern am besten. Die Kindertageseinrichtung ist der Ort, der die Erziehung und Bildung in der Familie sinnvoll ergänzt und die kindliche Entwicklung in besonderer Weise fördert.

Kinderbildungsgesetz (KiBiz)

Im Zentrum des Kinderbildungsgesetzes stehen neben dem verstärkten Ausbau des Betreuungsangebotes für unter Dreijährige insbesondere die frühe Bildung und individuelle Förderung von Kindern und mehr Flexibilität für die Eltern bei der Nutzung des Angebots. Alle Kinder sollen gleichermaßen gefördert und in ihren Bildungskompetenzen gestärkt werden. Damit Bildung für alle Kinder unabhängig vom Geldbeutel der Eltern zugänglich bleibt, werden in Nordrhein-Westfalen für die letzten zwei Jahre vor der Einschulung keine Elternbeiträge mehr erhoben. Weitere Informationen finden Sie unter www.kita.nrw.de.

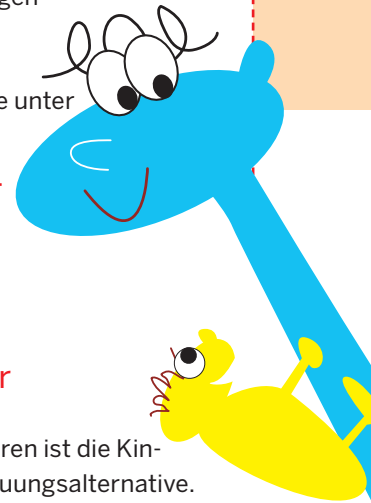
Betreuung von Kindern unter drei Jahren

Immer mehr Eltern haben den Wunsch, Familie und Beruf zu vereinbaren. Aber nur wenn eine Kinderbetreuung vorhanden ist, können Mütter oder Väter ihren weiteren Berufsweg oder ihre berufliche Weiterbildung planen. In Nordrhein-Westfalen hat jedes Kind nach der Geburt einen Rechtsanspruch auf einen Betreuungsplatz. In allen Jugendamtsbezirken soll ein bedarfsgerechtes Angebot an Plätzen für Kinder unter drei Jahren in Kitas und Kindertagespflege geschaffen werden.

Auf den Seiten des KiTa.NRW-Portals finden Eltern wichtige Informationen zu den Angeboten der Kindertagesbetreuung in Nordrhein-Westfalen sowie den kostenlosen KiTa-Finder mit aktuellen Angaben zum pädagogischen Konzept, Öffnungszeiten und Kontaktdaten aller Einrichtungen im Umkreis.



Das Angebot finden Sie unter www.kita.nrw.de.



Tagesmütter und Tagesväter

Für Eltern mit Kindern unter drei Jahren ist die Kindertagespflege eine attraktive Betreuungsalternative. Viele Eltern schätzen die familiennahe Form der Bildung und Erziehung durch Tagesmütter und Tagesväter, ihre zeitliche Flexibilität und ihre kleinen Gruppen. Die Kindertagespflege ist im Kinderbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen gesetzlich verankert. Die Tagesmütter und Tagesväter werden im Allgemeinen über Fortbildungen qualifiziert und durch ein Gesundheitszeugnis, polizeiliches Führungszeugnis sowie einen Hausbesuch überprüft. Die Kosten werden von Ihrem örtlichen Jugendamt einkommensabhängig ermittelt. Bei der Suche nach einer Tagesmutter oder einem Tagesvater hilft Ihr örtliches Jugendamt gerne.

Familienzentren

Als erstes Bundesland hat Nordrhein-Westfalen in Deutschland Familienzentren eingerichtet, um Eltern und Kindern alltagsnahe, ganzheitliche Hilfen rund um die Kindertagesstätten anzubieten. Ziel ist es, Bildung, Erziehung und Betreuung als Aufgabe der Kindertageseinrichtungen mit Angeboten der Beratung und Hilfe für Familien zusammenzuführen. Unter www.familienzentrum.nrw.de finden Sie sicher ein Familienzentrum in Ihrer Nähe sowie weitere, umfangreiche Informationen.

In allen Fragen der Kinderbetreuung beraten Sie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Ihres zuständigen Jugendamtes gerne.

Kinderbetreuung

in Aachen

Tagesmütter & Tagesväter

Familiäre Tagesbetreuung e. V.
Harscampstraße 20
52062 Aachen
Tel.: 0241 160206-0
Fax: 0241 160206-29
info@familiaere-tagesbetreuung-ac.de
www.familiaere-tagesbetreuung-aachen.de

Der Verein Familiäre Tagesbetreuung ist die vom Jugendamt der Stadt Aachen beauftragte Fachberatungs- und Fachvermittlungsstelle für Kindertagespflege (Tagesmütter und Tagesväter).

Kindergärten & Kindertagesstätten

Im Folgenden finden Sie eine Auflistung aller Kindergärten bzw. Kindertagesstätten in Aachen, unterteilt nach einzelnen Stadtteilen.

Zusätzlich können Sie im **Kita-Portal der Stadt Aachen online** Kinderbetreuungsplätze suchen unter: **www.kitas.aachen.de**

Wenn Sie Fragen zur Kinderbetreuungsmöglichkeiten haben, können Sie diese an die Betreuungshotline richten. Sie erreichen sie unter Telefon: 0241 432-45255.

Bei der Kinderbetreuung setzt die Stadt Aachen auf einen bewährten Mix aus städtischen Kindertageseinrichtungen, Einrichtungen freier oder kirchlicher Träger, Elterninitiativen, privatrechtliche KiTas – hier gelten die KiTa-Beiträge nicht bzw. die Beitragsfreiheit – und die familiäre Tagesbetreuung durch Tagesmütter oder -väter.

Familienzentren

In Aachen gibt es mehr als 35 Familienzentren. Das sind KiTas mit erweiterten Aufgaben. Sie sind Knotenpunkt in einem Netzwerk, das Kinder individuell fördert und Familien umfassend berät und unterstützt. Die Familienzentren finden Sie auf www.aachen.de (Suchbegriff: Familienzentren).

Angebote für

Kinder, Jugendliche
& Familien

Offene Angebote für Eltern

mit Neugeborenen & Kleinkindern in Aachen

Sozialdienst Katholischer Frauen e. V.

„Guter Start ins Leben“

Wilhelmstraße 22

52070 Aachen

Tel.: 0241 470450

info@skf-aachen.de

<http://skf-aachen.kibac.de/hilfen/hilfen-zur-erziehung/guter-start-ins-leben>

Kontakt und Austausch unter Schwangeren und Müttern/Eltern mit Säuglingen.

Beratung und Unterstützung im Umgang mit Säuglingen und zu den Themen Gesundheit, Ernährung, Entwicklung, Erziehung.

Dienstag und Donnerstag: 10.00 – 12.00 Uhr

Müttercafé Aachen-Ost

Trägerschaft Deutscher Kinderschutzbund

Düppelstraße 25

52068 Aachen

Tel.: 0241 99799744

MC@kinderschutzbund-aachen.de

www.kinderschutzbund-aachen.de/muettercafe

Kontakt und Austausch unter Müttern, Unterstützung im Umgang mit Säuglingen und Kindern, bei Bedarf psychosoziale Beratung. Spielmöglichkeit für Kinder, multikulturelle Begegnung, kostenlose Vorträge und Kurse zu den Themen: Gesundheit, Ernährung, Erziehung, Entwicklung u. a.

Öffnungszeiten:

Montag: 9.00 – 13.00 Uhr

Dienstag: 10.00 – 13.00 Uhr

Mittwoch: 9.00 – 13.00 Uhr

Donnerstag: 9.00 – 13.00 Uhr

Café International

Regionaler Caritasverband Aachen-Stadt und

Aachen-Land e. V. – Integrationsagentur

Scheibenstraße 16

52070 Aachen

Tel.: 0241 9492727

www.caritas-aachen.de/gemeinde/cafe-international.html

Offenes Sprachcafé für Frauen mit Stadtteilmüttern

Donnerstag: 11.00 – 13.00 Uhr

Haus für Familien – Ev. Familienbildung Aachen

Martin-Luther-Straße 16

52062 Aachen

Tel.: 0241 5152949

info@efam-aachen.de

www.efam-aachen.de

Eltern-Café mit Kindern von Geburt bis Schule:

Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch: 10.00 – 12.00 Uhr

Familienzentrum Aachen-Nord

Passstraße 25
52070 Aachen
Tel.: 0241 155776

Eltern-Café:
Dienstag ab 08.30 Uhr (offen und kostenfrei)

Eltern-Kind-Spielgruppe:
Mittwoch: 09.15 – 10.45 Uhr (kostenfrei)

Familienzentrum Aachen-Nord

Jülicher Straße 68
Tel.: 0241 507735
52070 Aachen

Gesprächstreffen für Alleinerziehende
(mit Kinderbetreuung): Einmal pro Monat im
Familienzentrum Jülicher Straße 68 unter
Leitung des Verbandes alleinerziehender Mütter
und Väter (VAMV).

Die Termine sind auf der Homepage des VAMV
zu sehen oder telefonisch beim VAMV zu
erfragen.

Familienzentrum Eibenweg

Eibenweg 16
52080 Aachen
Tel.: 0241 162540
(Frau Rose, Frau Crombach)
www.kita-eibenweg.de/familienzentrum

Elterncafé regelmäßig (Termine bitte in der
KiTa erfragen)

AWO-KiTa Kunterbunt

Sigmundstraße 8
52070 Aachen
Tel.: 0241 536850
Fax: 0241 9128226
kita-kunterbunt@awo-aachen-stadt.de
www.awoaachen.com
[/seite/208627/sigmundstra%C3%9Fe.html](http://seite/208627/sigmundstra%C3%9Fe.html)

Offenes Elterncafé täglich

Sozialberatung im Elterncafé:
Dienstag: 09.00 – 10.30 Uhr, 14-tägig

Eltern-Kind-Turnen:
Die Termine sind in der Einrichtung zu erfragen

KiTa St. Martin

Feldstraße 49
52070 Aachen
Tel.: 0241 161285
kiga_martin@gmx.de
www.christus-unser-bruder.de/lokal-gemeindlich/kindergaerten/kindergarten-st-martin

Krabbelgruppe „Griffbereit“
Montag: 09.30 – 10.30 Uhr

AWO-KiTa „Sternschnuppe“

Großheidstraße 61
52080 Aachen
Tel.: 02405 92944
kita-sternschnuppe@awo-aachen.de

Offenes Elterncafé für Mütter und Väter mit
ihren Babys/Kleinkindern
Freitag: 09.00 – 10.30 Uhr
(telefonische Anmeldung erforderlich)

Eltern-Kind-Spielgruppe
Donnerstag: 09.00 – 11.00 Uhr
(für drei Monate bis zwei jährige Kinder)
(telefonische Anmeldung erforderlich)

TABITAS – Das etwas andere Ladencafé

Heinrich-Hollands-Straße 6
52070 Aachen
Tel.: 0241 99729213
pfarrbuero@christusunserbruder.de
<http://tabitas-martin-aachen.kibac.de/seiten/>

Kaffee und Kuchen, Begegnung mit netten Menschen

Mittwoch: 15.00 – 17.00 Uhr

Verband alleinerziehender Mütter und Väter Ortsverband Aachen e. V. (VAMV)

Vaalser Straße 108
52074 Aachen
Tel.: 0241 870017
info@vamv-aachen.de
www.vamv-aachen.de

Sonntagsfrühstück:
1 x Monat: 10.00 – 12.00 Uhr
Albert-Maas-Straße 32, Aachen
Um Anmeldung wird gebeten.

Termine sowie weitere Aktivitäten sind auf der Homepage, Instagram und Facebook zu sehen.

Werkstatt der Kulturen

(Diakonisches Werk)
Reichsweg 30 (Nadelfabrik)
52068 Aachen
Tel.: 0241 56528290
werkstattderkulturen@diakonie-aachen.de
www.diakonie-aachen.de/373/

Angebote für Erwachsene (ohne Kinderbetreuung):
Inklusiver Chor
Interkulturelles Freitagstreff
Schreibwerkstatt

Um telefonische Anmeldung wird jeweils gebeten.

Mütterzentrum Mamma Mia e. V.

Vaalserstraße 547
52074 Aachen
Tel.: 0241 878981
Muetterzentrum-ac@web.de
www.muetterzentrum-mammamia.de

Second-Hand-Shop:
Montag – Freitag: 09.00 – 15.00 Uhr

Kinderflohmarkt alle 2 Monate
Ein Sommerangebot ist in Planung

Offene Angebote für Eltern

mit Neugeborenen & Kleinkindern in Aachen

Integratives Familienzentrum „Schikita“

Scheibenstraße 11
52070 Aachen
Tel.: 0241 413613-0
Fax: 0241 413613-90
www.caritas-lebenswelten.de/kindertagesstaetten/schikita
kita-schikita@caritas-lebenswelten.de

Elternplauderfrühstück:

1 Mal monatlich, verschiedene
Themen wie Ernährung, Gesundheit, motorische
Entwicklung, Umgang mit Medien, Erste Hilfe u. a.
werden behandelt.

Termine sowie aktuelle Angebote können telefonisch
in der Kita erfragt werden oder auf der Homepage
eingesehen werden.

Städtisches Familienzentrum Wiesental

Wiesental 8
52068 Aachen
Tel.: 0241 162960

„Wichteltreff“ deutsch-arabische Krabbelgruppe

(In Via)
Mittwoch: 09.00 – 10.30 Uhr

Elternbegleiter-Café

Mittwoch: 08.30 – 10.30 Uhr

Beratung für Eltern

Donnerstag: 08.30 – 09.30 Uhr

Deutschkurs (Werkstatt der Kulturen):

Mittwoch: 14.00 – 15.30 Uhr (ohne Kinderbetreuung)

Abenteuerspielplatz Zum Kirschbäumchen (Deutscher Kinderschutzbund)

Siedlung Daheim 11
52070 Aachen
Tel.: 0241 166131
asp@kinderschutzbund-aachen.de
www.kinderschutzbund-aachen.de/abenteuerspielplatz

Der Abenteuerspielplatz ist ein Angebot für alle
Kinder zwischen 5 und 15 Jahren ohne Eltern.

Er ist ganzjährig geöffnet, kostenlos und pädagogisch
betreut. Es gibt ein Piratenschiff, einen Klettergarten,
eine große Freispielfläche, ein Spielhaus mit
Aufenthaltsräumen und vieles mehr.

Öffnungszeiten des Spielplatzes:

Montag – Freitag: 14.00 – 18.00 Uhr
Samstag: 10.00 – 16.00 Uhr, zweimal im Monat auch
für Eltern mit Kindern unter 5 Jahren
(Termine telefonisch erfragen)

Sonn und feiertags geschlossen.

Ferienspiele finden in den ersten 3 Wochen der
Sommerferien statt;

Geburtstagsfeiern sind möglich

Städtische Kindertagesstätte für Kinder

Albert-Maas-Straße

Albert-Maas-Straße 32

52078 Aachen

Tel.: 0241 58132

Fax: 0241 41354-33002

Kita-AlbertMaasStr@mail.aachen.de

Minitreff der Ev. Familienbildungsstätte

Montag und Mittwoch: 09.00 – 12.00 Uhr

Dienstag und Donnerstag: 09.00 – 12.00 Uhr

Für Kinder von 15 Monaten bis zum KiTa-Eintritt.

Begleitetes Elterncafé

Donnerstag: 14.30 – 16.00 Uhr

Eltern-Kind-Turnen

Montag: 09.30 – 11.00 Uhr

.

Evangelische-Baptistische Gemeinde

Albert-Maas-Straße 34

52078 Aachen

Tel.: 0241 65771

Indoor-Spielplatz „Mauseloch“

von Oktober – März

Freitag: 15.30 Uhr – 18.00 Uhr

Eltern-Kind-Turnen, Kleinkinder-Turnen, Kleinkinder-Tanzen

Für die Gesamtstadt und auch für Erwachsene

Stadtsporthbund Aachen e. V.

Reichsweg 30
52068 Aachen
Tel.: 0241 4757950
Fax: 0241-47579555
info@sportinaachen.de
www.sportinaachen.de

Infos über alle Sportvereine und ihre Angebote
in Aachen

ATV – Aachener Turnverein von 1847 e. V.

Kornelimünsterweg 60
52066 Aachen
Tel.: 0241 9970594
info@atv1847.de

Ort: Turnhalle Kornelimünsterweg

Eltern-Kind-Turnen:
Donnerstag: 15.45 – 16.45 Uhr
16.45 – 17.45 Uhr
Telefon. Erreichbarkeit:
Montag, Mittwoch, Freitag: 13.00 – 15.00 Uhr

Haaren

Haarener Turnverein 1862 e. V.

Bogenstraße 7
52080 Aachen
Frau Kupfersberger:
Tel.: 0241 167935
geschaeftsstelle@htv1862.de
www.htv1862.com

Ort: Turnhalle GGS Am Haarbach

Eltern-Kind-Turnen (ab 2,5 bis ca. 5 Jahre):
Dienstag 16.00 – 17.00 Uhr

Haarener Turner Eintracht 1873

Kreuzstraße 11
52080 Aachen
Cynthia Karbe
Tel.: 0163 4849387
tanzenturnentoben@hte-aachen.de

Ort: Turnhalle GGS Am Haarbach

Tanzen, Turnen & Toben:
Mittwoch: Eltern-Kind-Gruppe:
16.30 – 17.30 Uhr (1,5 bis 3,5 Jahre)
Kindergruppen:
17.30 – 18.30 Uhr (3,5 bis 6 Jahre)
18.30 – 19.30 Uhr (3,5 bis 6 Jahre)

Verlautenheide

Turnverein 1874 Verlautenheide e. V.

Heider-Hof-Weg 12
52080 Aachen
Tel.: 0241 556729
info@vtv-aachen.de
www.vtv-aachen.de

Ort: Turnhalle Verlautenheide

Kleinkinder-Turnen (2 bis 4 Jahre)
Mittwoch: 16.00 – 17.00 Uhr

Burtscheid

Burtscheider Turnverein (BTV Aachen 1873 e. V.)

Viktoriaallee 28
52066 Aachen
Tel.: 02408 937616
bea@abkra.de

Ort: Turnhalle GHS Burtscheid, Malmedyer Straße

Eltern-Kind-Turnen (ab 2 Jahren)
Dienstag: 15.00 – 16.00 Uhr und
Dienstag: 16.00 – 17.00 Uhr

Eilendorf

Eilendorfer Turnverein 1870 e. V.

Brühlstraße 27
52080 Aachen
Tel.: 0241 5590245
www.eilendorfer-tv.de

Ort: Turnhalle Brühlstraße

Eltern-Kind-Turnen (ab 2 Jahren)
Dienstag: 16.00 – 17.00 Uhr
Mittwoch: 16.00 – 17.00 Uhr
17.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag: 16.00 – 17.00 Uhr
17.00 – 18.00 Uhr

Ort: Turnhallen Brühlstraße und Kaiserstraße

Kinderturnen (4 bis 6 Jahre)
Dienstag: 16.00 – 17.00 Uhr (Turnhalle Kaiserstraße)
Freitag: 16.00 – 17.00 Uhr (Turnhalle Brühlstraße)

Horbach

S.V. 1919 Horbach e. V.

Scherbstraße 22
52072 Aachen
katrin-buchholz@web.de

Ort: Turnhalle KGS Horbach

Eltern-Kind-Turnen (1 bis 3 Jahre)
Dienstag: 16.00 – 17.00 Uhr

Richterich

Turnverein 1885 Richterich e. V.

Horbacher Straße 374a
52072 Aachen
Tel.: 02407 5738163
Tel.: 0241 13926
info@tvrichterich.de

Ort: Peter-Schwarzenberg-Halle

Mutter - Kind-Turnen (2 bis 5 Jahre)
Montag: 16.00 – 17.00 Uhr
Dienstag: 16.00 – 17.00 Uhr

Kinderturnen (ab 5 Jahre)
Montag: 18.00 – 19.30 Uhr

Tanzen für Kindergartenkinder (3 bis 6 Jahre):
(Cheerleading-Showtanz)
Mittwoch: 17.00 – 18.00

Brand

Brander Turnverein 1883 Aachen e. V.

Trierer Straße 753
52078 Aachen
Tel.: 0241 99775530

Ort: Gymnastikraum Wolferskaul 19

Eltern-Kind-Turnen (1,5 bis 3 Jahre)
Mittwoch: 15.30 – 16.30 Uhr
16.30 – 17.00 Uhr

Ort: Turnhalle Marktstraße 25
Eltern-Kind-Turnen (1,5 bis 3 Jahre)
Dienstag: 16.00 – 17.00 Uhr
Eltern-Kind-Turnen (3 bis 5 Jahre)
Dienstag: 17.00 – 18.00 Uhr

Ort: Turnhalle Schagenstraße 40
Eltern-Kind-Turnen (3 bis 5 Jahre)
Montag: 16.00 – 17.00 Uhr

Ort: Turnhalle Karl-Kuck-Straße 35
Bewegung, Sport & Spiel (5 bis 6 Jahre):
Donnerstag: 15.15 – 16.15 Uhr

Walheim

Turnverein Eintracht 1909 Aachen-Walheim e. V.
Schwinningstraße 9
52076 Aachen
Tel.: 02408 9578274

Ort: Turnhalle Walheim
Eltern-Kind-Turnen (2 bis 5 Jahre)
Dienstag: 16.00 – 17.00 Uhr
Frau Scheithauer: 0176 23538515

Mittwoch: 16.00 – 18.00 Uhr
Frau Kranz: 0176 42142639

Oberforstbach

TKV Oberforstbach 1896 e. V.
Oberforstbacher Straße 309
52076 Aachen
Tel.: 02408 3413

Ort: Turnhalle Oberforstbach, Tannenallee 6
Kinderturnen (3 bis 6 Jahre):
Montag: 16.00 – 17.00 Uhr
Frau Dohmen: 0157 55677289

Donnerstag: 15.30 – 16.30 Uhr
Frau Fröhlke

Vaalsenquartier

DJK Westwacht 08 Aachen e. V.
Lütticher Straße 97
52074 Aachen
kt@westwacht.de

**Ort: Turnhalle Grundschule Kullen,
Phillipp-Neri-Weg**
Eltern-Kind-Turnen (1,5 bis 5,5 Jahre)
Dienstag: 16.15 – 17.15 Uhr
17.15 – 18.15 Uhr

Weitere Vereine finden Sie unter: www.vereinssuche-nrw.de

Stadtbibliothek

Aachen

Zentralbibliothek

Couvenstraße 15 (direkt am Bushof)
52062 Aachen
Tel.: 0241 432 38000
bibliothek@mail.aachen.de
www.stadtbibliothek-aachen.de

Servicezeiten:

Dienstag, Mittwoch, Freitag: 10.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag: 12.00 – 19.00 Uhr
Samstag: 10.00 – 14.00 Uhr

Ab Juni 2023 ist an jedem ersten Sonntag im Monat von 13 – 17 Uhr das Erdgeschoss in der Zentralbibliothek Couvenstraße geöffnet. Mit dem Bibliotheksausweis kann man Medien über die Selbstverbuchungsgeräte entleihen oder zurückgeben. Bitte beachten: An diesen Tagen steht kein Personal zur Verfügung.

Stadtteilbibliothek Haaren Welsche Mühle

Mühlenstraße 19
52080 Aachen
Tel.: 0241 1691286

Servicezeiten:

Montag: 15.00 – 18.00 Uhr
Freitag: 14.00 – 18.00 Uhr
(u. a. Kinder- und Jugendliteratur)
Während der Schulferien geschlossen.

Stadtteilbibliothek Depot Talstraße

Talstraße 2 (im Depot)
52068 Aachen
Tel.: 0241 432 38710
Tel.: 0241 432 38701 (vormittags)

Servicezeiten:

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag: 14.00 – 17.00 Uhr
Freitag: 10.00 – 12.00 Uhr
(u. a. Kinder- und Jugendliteratur)
Während der Sommerferien gelten abweichende Öffnungszeiten.

Kinder- und Jugendbibliothek in der Zentralbibliothek
Tel.: 0241 432-38610

Vorlesestunden für Kinder ab 4 Jahren
Donnerstag: 17.00 Uhr
(Kinderbibliothek/Bilderbuchecke)

Weitere Angebote sind auf der Homepage der Stadtbibliothek zu finden wie z. B. Filmfreund: ein attraktives Programm mit deutschen Filmen, europäischen Arthouse-Titeln, Filmklassikern, Kurzfilmen, Serien und Dokumentarfilmen. Das Angebot richtet sich sowohl an Erwachsene, als auch an Kinder und Jugendliche. Anmelden kann man sich mit einem gültigen Bibliotheksausweis der Stadtbibliothek Aachen und den üblichen Anmeldedaten.
<https://aachen.filmfreund.de/de/home>

Vorlesestunden für Kinder ab 3 Jahren
Freitag: 16.30 Uhr

Weitere Angebote sind auf der Homepage der Stadtbibliothek zu finden.

Vorlesestunden für Kinder ab 3 Jahren
Dienstag: 16.15 Uhr
Jeden ersten Dienstag im Monat Bilderbuchkino anstatt der Vorlesestunde.

Weitere Angebote sind auf der Homepage der Stadtbibliothek zu finden.

Die OpenLibrary in der Stadtteilbibliothek Depot, ist ein "Selbstbedienungsangebot" der Stadtbibliothek Aachen, das die Nutzung auch außerhalb der personalbesetzten Öffnungszeiten ermöglicht. Stöbern in aller Ruhe durch das Angebot, nutzen Räume nutzen zum Arbeiten und das Vorlesepodest zum Lesen und Spielen. Die Nutzung der Internet-Plätze ist kostenlos.

Nebenstelle Bildchen

Reimser Straße 76
52074 Aachen
Tel.: 0241 74926

Servicezeiten:

Montag: 15.00 – 18.00 Uhr

Dienstag: 08.30 – 12.00 Uhr

Während der Schulferien geschlossen.

Nebenstelle Oberforstbach

Oberforstbacher Straße 302
52076 Aachen
Tel.: 0241 47910

Servicezeiten:

Dienstag: 16.00 – 19.30 Uhr

Während der Schulferien geschlossen.

Nebenstelle Kornelimünster

Alfons-Gerson-Straße 26a
52076 Aachen
Tel.: 0241 4766

Servicezeiten:

Dienstag: 15.00 – 17.00 Uhr

Donnerstag: 15.00 – 17.00 Uhr

Während der Schulferien geschlossen

Nebenstelle Walheim

Pastor-Franzen-Straße 2
52076 Aachen
Tel.: 02408 7254713

Servicezeiten:

Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr

Sonntag: 10.00 – 13.00 Uhr

Während der Schulferien geschlossen

Bücherbus

Fabian

Tel.: 0241 43238801
Fax: 0241 432 38697
fabian.bibliothek@mail.aachen.de
www.stadtbibliothek-aachen.de

Fabian, der Bücherbus der Stadtbibliothek Aachen, fährt seit 1978 durch die Außenbezirke der Stadt Aachen. Wöchentlich werden 21 Haltestellen angefahren. Circa 5.000 Medien hat der Bus an Bord: Romane, Sachbücher, Zeitschriften, Hörbüchern, DVDs, Gesellschaftsspiele und Konsolenspiele.

Montag: **Richterich**, Rathausplatz 13.30 – 15.45 Uhr
 Horbach, Oberdorfstraße 16.00 – 16.45 Uhr
 Orsbach, Düserhofstraße 17.00 – 17.45 Uhr

Dienstag: **Sleckheim**, Kroitzheider Weg 13.30 – 14.30 Uhr
 Hahn, Hahner Straße 14.45 – 15.15 Uhr
 Schmithof, Schmithofer Straße 15.30 – 15.45 Uhr
 Sief, Magelspfad 15.50 – 16.05 Uhr
 Lichtenbusch, Raerener Straße,
 Parkplatz hinter Kirche 16.20 – 17.30 Uhr

Mittwoch: **Burtscheid**, Malmedyer Straße
 (Einhard-Gymnasium) 13.30 – 14.15 Uhr
 Steinebrück, Jahnplatz 14.30 – 15.00 Uhr
 Hanbruch, Kronenberg 15.30 – 16.00 Uhr
 Vaalsertier, Keltenstraße 16.15 – 17.30 Uhr

Donnerstag: **Gut Kullen**, Philipp-Neri-Weg 13.30 – 14.00 Uhr
 Laurensberg, Am Treut 14.15 – 15.00 Uhr
 **Aachen-Nord, Feldstraße/
 Kirschbäumchen** 15.15 – 16.00 Uhr
 Verlautenheide, Verlautenheidener
 Straße 16.15- 17.15 Uhr
 Rothe Erde, Barbarastraße/
 Zehnthofweg 17.30 – 18.00 Uhr

Freitag: **Driescher Hof**, Danziger Straße 13.30 – 14.30 Uhr
 Brander Feld, Schagenstraße 14.45 – 15.45 Uhr
 Brand, Nordstraße 16.00 – 16.45 Uhr
 Forst, Schönrahtstraße 17.00 – 17.45 Uhr

Während der Schulferien fährt der Bücherbus nicht aus.

Hilfen für ausländische Familien

Beratung & Hilfe für Eltern & Kinder mit Migrations- hintergrund

Kommunales Integrationszentrum

Reichsweg 30 (Nadelfabrik)
52068 Aachen
Tel.: 0241 432-56601
integration@mail.aachen.de
www.aachen.de/integration

Integration durch Bildung

Frühe Bildung und Elementarerziehung
Mehrsprachige Programme
„Griffbereit“, „Rucksack“ u.a.
Tel.: 0241 432-56604
0241 432-56613

Schulische Bildung

Seiteneinsteigerberatung für schulpflichtige
Kinder/Jugendliche aus dem Ausland
Durchgängige Sprachbildung
Tel.: 0241 432-56610

Terminvereinbarung jeweils erforderlich

PÄZ – Pädagogisches Zentrum e. V.

Mariahilfstraße 16
52062 Aachen
Tel.: 0241 49000
Tel.: 0241 4017779
paez@paez-aachen.de
www.paez-aachen.de

Fach- und Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und
Erwachsene ausländischer, binationaler und deutscher
Herkunft

Montag – Freitag: 09.00 – 13.00 Uhr

Psychosoziales Zentrum für Geflüchtete

Adalbertsteinweg 1 (2. Etage)
52070 Aachen
Tel.: 0241 51574752
psz.ac@paez-aachen.de
www.paez-aachen.de

Offene Sprechstunde:
Donnerstag: 09.00 – 11.00 Uhr

Integrationsstelle für Zuwanderer*innen und ihre Familien (IZ)

Mariahilfstraße 16
52062, Aachen
Tel.: 0241 4017779
Fax: 0241 49004
ia@paez-aachen.de
www.paez-aachen.de

Termine nach Vereinbarung

Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte (MBE)

Mariahilfstr. 16
52062, Aachen
Tel.: 0241 - 4017778
Fax: 0241 - 49004
mbe@paez-aachen.de

Montag – Donnerstag 09.00 – 12.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Café Zuflucht

Jülicher Straße 114A
52070 Aachen
Tel.: 0241 997877-40
Fax: 0241 997777-48
info@cafe-zuflucht.de
www.cafe-zuflucht.de

Café Zuflucht berät und begleitet Flüchtlinge

Montag: 10.00 – 13.00 Uhr
Dienstag: 10.00 – 13.00 Uhr
Mittwoch: 10.00 – 13.00 Uhr
Donnerstag: 17.00 – 20.00 Uhr

Beratungsstelle für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge

Tel.: 0241 44659020
info.umf@cafe-zuflucht.de

Montag – Freitag: 09.00 – 17.00 Uhr

Regionaler Caritasverband Aachen-Stadt und Aachen-Land e. V. – Integrationsagentur

Scheibenstraße 16
52070 Aachen
Tel.: 0241 94927222
info@caristas-aachen.de
www.caritas-aachen.de

Fachdienst für Integration und Migration
Jugendmigrationsdienst

Café International

Haus für Familien – Ev. Familienbildung Aachen

Martin-Luther-Straße 16
52062 Aachen
Tel.: 0241 5152949
info@zentrum-fuer-familien-aachen.de
www.zentrum-fuer-familien-aachen.de/4337

Interkulturelles Nähcafé
Donnerstag: 10.00 – 12.00 Uhr (kostenfrei)

DRK – Familienbildungswerk – Integrationsagentur

Talstraße 2 (im Depot)
52068 Aachen
Tel.: 0241 990226-43

Internationale Eltern – Kind – Gruppen
(russisch, englisch, spanisch, türkisch) u. a.

Werkstatt der Kulturen – Integrationsagentur

Diakonisches Werk im Kirchenkreis Aachen e.V.
Reichsweg 30 (in der Nadelfabrik)
52068 Aachen
Tel.: 0241 56528290
Fax: 0241 56528299

Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE), Sprachberatung, Sprachkurse, Interkulturelles Zentrum (InZel): Interkulturelle Begegnungen

EUROTÜRK Deutsch-Türkische Gesellschaft in der Euregio e. V.

Reichsweg 30

(in der Nadelfabrik)

52068 Aachen

Tel.: 0160 96796737 (Herr Bertrand)

r.bertrand@eurotuerk.com

www.eurotuerk.com

Lesepaten für Kita und Grundschule für Deutsch, Türkisch und andere Sprachen

Beratungsstelle für berufliche Ausbildung und Weiterbildung von Jugendlichen
Hilfestellung bei neu zugewanderten Akademikern

Schwimmgymnastik Angebot für muslimische Frauen

Eine telefonische Terminvereinbarung ist jeweils erforderlich

Was sonst noch
wichtig ist

Notfall – Nummern

Polizei / Notruf 110

Feuerwehr 112

Notarzt & Rettungsdienst 112

Kinderärztlicher Notdienst 116 117

Gift-Notrufzentrale Bonn 0228/19240

Informationen bereithalten:
Wer? Womit? Wie viel? Wann? Wo?

Beratungstelefone des
Deutschen Kinderschutzbundes:

bundesweit und kostenlos

Elterntelefon Mo - Fr, 09.00 – 11.00 Uhr 0800 1110550
Di + Do, 17.00 – 19.00 Uhr

Kinder- und Jugendtelefon 116 111
Mo – Sa, 14.00 – 20.00 Uhr

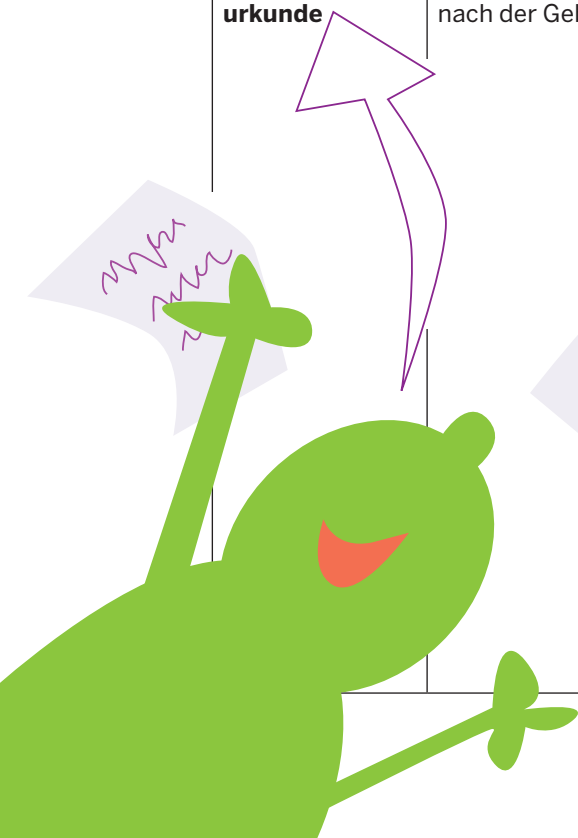
Wichtige

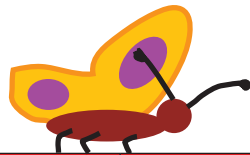
Dokumente
& Anträge



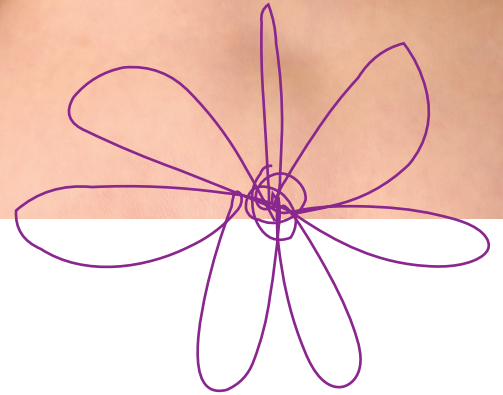
Checkliste für Behördengänge und Anträge

Was?	Wann?	Wo?	Womit?
Mutterschaftsgeld beantragen	7 Wochen vor der Geburt	Krankenkasse	Bescheinigung der Gynäkologin/des Gynäkologen. Die Bescheinigung darf nicht älter als eine Woche sein.
Beginn Mutterschutzfrist	6 Wochen vor der Geburt		
Elternzeit beantragen	spätestens 7 Wochen vor dem geplanten Beginn der Elternzeit	Arbeitgeber der Antragstellerin/des Antragstellers	Der Antrag muss schriftlich sein und die Angabe über die Dauer der Elternzeit beinhalten.
Vaterschaft anerkennen	vor oder nach der Geburt möglich (Zustimmung der Mutter nötig)	örtlich zuständiges Standesamt oder Jugendamt	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ausweise beider Elternteile ■ Geburtsurkunde oder Abstammungsurkunden beider Elternteile ■ Geburtsurkunde des Kindes
Geburtsurkunde	innerhalb einer Woche nach der Geburt	Standesamt des Geburtsortes Hinweis: Oft kann das Kind direkt im Krankenhaus angemeldet werden. Dann müssen Sie nur noch zum Abholen der Geburtsurkunde zum Standesamt.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Geburtsbescheinigung der Klinik ■ Personalausweis oder Reisepass desjenigen, der die Geburt anmeldet ■ Eheurkunde oder beglaubigte Abschrift aus dem Eheregister ■ schriftliche Erklärung über die Bestimmung der/des Vornamen/-s und des Familiennamens, wenn Sie keinen gemeinsamen Ehenamen führen <p>Wenn Sie nicht verheiratet sind, benötigen Sie zusätzlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Geburtsurkunde der Mutter ■ Vaterschaftsanerkennung, falls bereits vorhanden

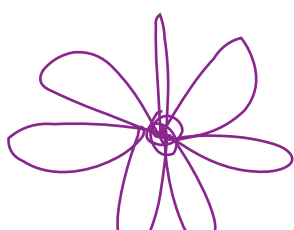




Was?	Wann?	Wo?	Womit?
Fortzahlung des Mutterschaftsgeldes beantragen	unmittelbar nach der Geburt	Krankenkasse	Bescheinigung des Standesamtes
Krankenversicherung des Kindes anmelden	unmittelbar nach der Geburt	bei der Krankenkasse, bei der der berufstätige bzw. meistverdienende Elternteil versichert ist	Zunächst können Sie die Krankenkasse telefonisch informieren. Als Nachweis benötigt die Krankenkasse die Geburtsurkunde. Für Ihr Kind erhalten Sie eine eigene Versicherungskarte.
Einwohnermeldeamt <ul style="list-style-type: none"> ■ Kind anmelden ■ evtl. Kinderreisepass beantragen 	so früh wie möglich nach der Geburt	Einwohnermeldeamt Ihres Wohnortes	<ul style="list-style-type: none"> ■ Personalausweis oder Pass eines Sorgeberechtigten ■ Geburtsurkunde des Kindes im Original ■ evtl. Urkunde über die Vaterschaftsanerkennung ■ Soll ein Kinderpass beantragt werden, wird außerdem ein Lichtbild des Kindes gemäß den neuen Anforderungen der Bundesdruckerei benötigt. Bei nur einem Erziehungsberechtigten wird zusätzlich ein Sorgerechtsnachweis benötigt.



Was?	Wann?	Wo?	Womit?
Elterngeld beantragen	<p>innerhalb der ersten drei Monate nach der Geburt des Kindes</p> <p>Hinweis: Elterngeld wird nur drei Monate rückwirkend gezahlt.</p>	<p>Elterngeldstelle</p> <p>Hinweis: Zuständig ist der Kreis bzw. die kreisfreie Stadt, in der Sie leben.</p> <p>Die für Sie zuständige Elterngeldstelle können Sie in der Datenbank des Familienministeriums unter www.mkjfgfi.nrw/elterngeldstellen finden.</p> <p>Der Online-Antrag ist für viele Kommunen bereits verfügbar. Den Link, Formulare und Hinweise finden Sie unter www.familienportal.nrw/elterngeld</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ von beiden Elternteilen unterschriebener Antrag auf Elterngeld ■ Ausnahme: Ein Elternteil hat das alleinige Sorgerecht. ■ Geburtsbescheinigung des Kindes mit Verwendungszweck „Elterngeld“ oder „soziale Zwecke“ im Original ■ Bescheinigung der Krankenkasse über Mutterschaftsgeldzahlung ■ Bescheinigung des Arbeitgebers über Zahlung eines Zuschusses zum Mutterschaftsgeld nach der Entbindung ■ Einkommenserklärung und Lohn- und Gehaltsbescheinigungen für die letzten 12 Monate vor der Geburt
Kindergeld beantragen	<p>spätestens bis zum Ablauf des 6. Lebensmonats</p>	<p>Familienkasse der örtlich zuständigen Agentur für Arbeit, auch online unter www.arbeitsagentur.de</p> <p>Ausnahme: Beschäftigte des öffentlichen Dienstes beantragen das Kindergeld bei der Personalstelle des Dienstherrn.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Antrag auf Kindergeld ■ Geburtsurkunde bzw. Geburtsbescheinigung des Kindes im Original



Antrag auf Ausstellung eines

- Kinderreisepasses** (nur bis zum 12. Lebensjahr)
 Reisepasses (ePass)
 Personalausweis (nPA)

Name des Kindes:	Vornamen (alle):
Geburtsdatum:	Geburtsort:
Körpergröße:	Augenfarbe:
Staatsangehörigkeit(en):	Wohnort, Straße und Hausnummer
Aachen, den	Unterschrift der Eltern/Erziehungsberechtigte (Vater) (Mutter)

Bei der Beantragung/Verlängerung/Aktualisierung der o. g. Dokumente für unverheiratete Minderjährige mit Wohnsitz in Aachen sind grundsätzlich folgende Unterlagen vorzulegen*:

- 1. Geburtsurkunde des Kindes im Original**
- 2. Falls vorhanden, bisheriger Personalausweis / Reisepass / Kinderreisepass des Kindes**
- 3. Aktuelles biometrisches Lichtbild** (bitte gesetzliche Anforderungen beachten)
- 4. Personalausweis oder Reisepass des bei der Beantragung anwesenden Elternteils bzw. gesetzlichen Vertreters**
- 5. Zustimmung beider Elternteile oder Nachweis zur alleinigen Antragsberechtigung.** Grundsätzlich gilt*:
 - Bei zusammenlebenden Eltern:
Schriftliche Zustimmung **beider** Elternteile unter Vorlage **beider** Ausweise/Reisepässe. Alternativ Nachweis, dass der antragstellende Elternteil das alleinige Sorgerecht besitzt.
 - Bei getrennt lebenden/geschiedenen Eltern:
Das alleinige Antragsrecht hat grundsätzlich der Elternteil, in dessen Wohnung das Kind bei Antragstellung unverändert mit Haupt- oder alleiniger Wohnung gemeldet ist.
 - Bei ledigen, nicht mit dem Vater zusammenlebenden Müttern:
Das alleinige Antragsrecht hat grundsätzlich die Mutter, wenn das Kind bei Antragstellung unverändert mit Haupt- oder alleiniger Wohnung unter der gleichen Anschrift gemeldet ist.
 - Bei ledigen, nicht mit der Mutter zusammenlebenden Vätern:
Schriftliches Einverständnis der Mutter unter Vorlage des Personalausweises/Reisepasses der Mutter oder Nachweis über das alleinige Sorgerecht.
 - Bei bestehender Vormundschaft:
Die Vorlage der Bestallungsurkunde ist erforderlich.

Die Zustimmung kann entweder durch Unterschrift auf diesem Vordruck oder durch Ausstellen einer formlosen Vollmacht erteilt werden.
- 6. Verwaltungsgebühren:**
 - Kinderreisepass:13,00 Euro
 - elektronischer Reisepass:37,50 Euro
 - Personalausweis22,80 Euro

Die Gebühr ist im Rahmen der Antragstellung in bar oder per EC-Karte zu bezahlen (Kreditkarten werden nicht akzeptiert). Die Zahlung nach Antragstellung, z. B. bei der Abholung des Dokumentes, ist nicht möglich.

*: In Einzelfällen kann die Vorlage abweichender bzw. zusätzlicher Unterlagen erforderlich sein. Für die Beantragung von Dokumenten für Kinder und Jugendliche mit Wohnsitz im Ausland müssen grundsätzlich weitere Unterlagen vorgelegt werden (siehe Merkblatt zur Dokumentenbeantragung für Auslandsdeutsche).

WICHTIG: Unabhängig vom Alter ist die persönliche Anwesenheit des Kindes und eines gesetzlichen Vertreters bzw. einer gesetzlichen Vertreterin bei der Antragstellung zwingend erforderlich.

Satzung der Stadt Aachen

über die Erhebung von Elternbeiträgen im Rahmen der Inanspruchnahme von Kindertageseinrichtungen im Sinne des Gesetzes zur frühen Bildung und Förderung von Kindern (Kinderbildungsgesetz - KiBiz) in der Fassung des 6. Nachtrags vom 17.06.2020.

Aufgrund § 90 Abs. 1 Satz 1 Nr. 3 Sozialgesetzbuch, Achtes Buch – Kinder- und Jugendhilfe (SGB VIII) – in der Fassung der Bekanntmachung vom 11. September 2012 (BGBl. I S. 2022), das zuletzt durch Artikel 36 des Gesetzes vom 12. Dezember 2019 (BGBl. I S. 2652) geändert worden ist, i. V. m. §§ 49, 50 und 51 des Gesetzes zur frühen Förderung und Bildung von Kindern (Kinderbildungsgesetz - KiBiz) vom 30. Oktober 2007 (GV. NRW. 2007, S. 462), zuletzt geändert durch Art. 1 des Gesetzes zur qualitativen Weiterentwicklung der frühen Bildung vom 3. Dezember 2019 (GV. NRW. 2019, S. 877), sowie der §§ 7 und 41 der Gemeindeordnung für das Land Nordrhein-Westfalen (GO NRW) in der Fassung der Bekanntmachung vom 14. Juli 1994 (GV. NRW. 1994, S. 666), zuletzt geändert durch Artikel 4 des Gesetzes vom 14.04.2020 (GV. NRW. S. 218b, ber. S. 304a), hat der Rat der Stadt Aachen in seiner Sitzung vom 17.06.2020 nachfolgende Satzung beschlossen:

§ 1 Geltungsbereich

(1) Für die Betreuung von Kindern in Tageseinrichtungen für Kinder im Bereich der Stadt Aachen erhebt die Stadt Aachen Elternbeiträge nach Maßgabe der landesgesetzlichen Regelungen und dieser Satzung, soweit nicht nach § 51 KiBiz i.V.m. § 49 KiBiz eine abweichende Zuständigkeit gegeben ist. Tageseinrichtungen für Kinder im Sinne dieser Satzung sind solche, die nach dem KiBiz gefördert werden.

(2) Für die Betreuung von Kindern in Tageseinrichtungen für Kinder außerhalb der Stadt Aachen erhebt die Stadt Aachen Elternbeiträge nach Maßgabe dieser Satzung, soweit ihre Zuständigkeit nach § 51 KiBiz i.V.m. § 49 KiBiz gegeben ist.

§ 2 Schuldner und Höhe der Elternbeiträge

(1) Beitragspflichtig sind die Eltern. Beitragspflichtige Eltern haften als Gesamtschuldner. Lebt das Kind nur mit einem Elternteil zusammen, so tritt dieses Elternteil an die Stelle der Eltern. Die Sätze 1 und 2 geltend entsprechend für getrennt lebende oder geschiedene Eltern, wenn die Betreuung des Kindes in etwa zu gleichen Teilen durch beide Elternteile erfolgt („Wechselmodell“).

(2) Der Elternbeitrag wird monatlich erhoben. Maßgeblich für die Höhe des Elternbeitrages sind die wirtschaftliche Leistungsfähigkeit der nach Abs. 1 Beitragspflichtigen, das Alter des Kindes am Ende des Beitragsmonats sowie der Betreuungsumfang des geförderten Kindes.

(3) Die Höhe der Elternbeiträge ergibt sich aus der als Anlage 1 zu dieser Satzung beigefügten Beitragstabelle. In dem Elternbeitrag sind keine Verpflegungskosten enthalten.

§ 3 Einkommensbegriff und Nachweis

(1) Einkommen im Sinne dieser Satzung ist die Summe der positiven Einkünfte der Eltern im Sinne des § 2 Abs. 1 und 2 des Einkommensteuergesetzes (EStG) mit der Ausnahme, dass Kinderbetreuungskosten im Sinne des EStG nicht abzugsfähig sind. Ein Ausgleich mit Verlusten aus anderen Einkunftsarten und mit Verlusten des zusammen veranlagten Ehegatten ist nicht zulässig. Dem Einkommen im Sinne des Satzes 1 sind steuerfreie Einkünfte, Unterhaltsleistungen sowie die zur Deckung des Lebensunterhaltes bestimmten öffentlichen Leistungen für die Eltern und das Kind, für das der volle Elternbeitrag gezahlt wird, hinzuzurechnen. Das Kindergeld nach dem Bundeskindergeldgesetz und entsprechenden Vorschriften sowie das Kinderbaugeld sind nicht hinzuzurechnen. Das Elterngeld nach dem Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz (BEEG) wird dem Einkommen im Sinne des Satzes 1 hinzugerechnet, soweit es den Betrag von monatlich 300,00 € übersteigt bzw. 150,00 € beim Elterngeld Plus. Bezieht ein Elternteil Einkünfte aus einem Beschäftigungsverhältnis oder aufgrund der Ausübung eines Mandats und steht ihm aufgrund dessen für den Fall des Ausscheidens eine lebenslängliche Versorgung oder an deren Stelle eine Abfindung zu oder ist es in der gesetzlichen Rentenversicherung nachzuversichern (z.B. Personen im Beamtenverhältnis), dann ist dem nach diesem Absatz ermittelten Einkommen ein Betrag von 10 v.H. der Einkünfte aus diesem Beschäftigungsverhältnis oder aufgrund der Ausübung des Mandats hinzuzurechnen. Für das dritte und jedes weitere

Kind sind die nach § 32 Abs. 6 Einkommenssteuergesetz zu gewährenden Freibeträge von dem nach diesem Absatz ermittelten Einkommen abzuziehen.

(2) Maßgebend ist das Einkommen des gesamten Kalenderjahres, für das der Elternbeitrag festgesetzt werden soll. Es gilt das Jährlichkeitsprinzip. Soweit das Jahreseinkommen im Sinne des Satzes 1 nicht fest steht, wird der Elternbeitrag vorläufig auf der Grundlage des Jahreseinkommens des vorangegangenen Kalenderjahres oder des zu erwartenden Jahreseinkommens festgesetzt. Die Festsetzung des endgültigen Elternbeitrages erfolgt nach Feststellung des tatsächlichen maßgeblichen Einkommens.

(3) Bei Anmeldung und danach auf Verlangen, haben die Beitragspflichtigen schriftlich anzugeben und nachzuweisen, welche Einkommensgruppe gemäß dieser Satzung ihren Elternbeiträgen zugrunde zu legen ist. Solange Angaben zur Einkommenshöhe und geforderte Nachweise fehlen, ist in der Regel der Elternbeitrag nach der höchsten Einkommensgruppe zu leisten.

(4) Änderungen der Einkommensverhältnisse, die zur Zugrundelegung einer anderen Einkommensgruppe (nach der Beitragstabelle) führen können, sind durch die Beitragspflichtigen unverzüglich anzugeben. Soweit sich aus der veränderten Einkommenssituation die Einstufung in eine andere Einkommensgruppe ergibt, wird der Elternbeitrag ab dem Kalenderjahr, für das die Änderung eingetreten ist, rückwirkend neu festgesetzt.

§ 4 Beitragsfreiheit / Beitragsermäßigungen

(1) Die Inanspruchnahme von Angeboten in Kindertageseinrichtungen und in der Kindertagespflege durch Kinder, die bis zum 30. September das vierte Lebensjahr vollendet haben werden, ist ab Beginn des im selben Kalenderjahr beginnenden Kindergartenjahres bis zur Einschulung beitragsfrei (§ 50 Abs. 1 KiBiz).

(2) Besucht mehr als ein Kind der Beitragspflichtigen gleichzeitig eine Tageseinrichtung für Kinder nach § 1 der Satzung der Stadt Aachen über die Erhebung von Elternbeiträgen im Rahmen der Inanspruchnahme von Kindertageseinrichtungen nach dem Kinderbildungsgesetz (KiBiz) oder ein Angebot der Offenen Ganztagschule nach § 1 der Satzung der Stadt Aachen über die Erhebung von Elternbeiträgen für die Teilnahme von Schülerinnen und Schülern an außerunterrichtlichen Förder- und Betreuungsangeboten in der Primarstufe der Stadt Aachen oder eine Kindertagespflegestelle nach § 1 der Satzung der Stadt Aachen über die Erhebung von Elternbeiträgen im Rahmen der Förderung von Kindern in Kindertagespflege, so ist für das Kind der volle Beitrag zu entrichten, für welches nach der gewählten Betreuungsform der höchste Elternbeitrag nach der letzten Einkommensgruppe zu entrichten wäre (Zahlkind 1). Für das zweite betreute Kind ist der nach der Betreuungsform ermittelte Beitrag hälftig zu zahlen (Zahlkind 2). Kinder nach Abs. 1 zählen bei der Bestimmung nach Satz 1 mit. Bei mehr als 2 betreuten Kindern gilt für die Feststellung, welches Kind als 2. Kind zu werten ist, Satz 1 entsprechend. Für das dritte und jedes weitere Kind ist kein Elternbeitrag zu zahlen. Lässt sich eine Rangfolge nach Satz 1 nicht feststellen, so geht das lebensältere Kind vor.

(2a) Sind Kinder nach Abs. 1 zeitgleich auch nach Abs. 2 beitragsfreie oder beitragsermäßigte Geschwisterkinder, so müssen die Beitragspflichtigen als Beitrag höchstens die Differenz aus den Beiträgen für die Zahlkinder und dem Beitrag für die Kinder nach Abs. 1 bezahlen.

(3) Beitragspflichtige sind in den Monaten von der Beitragspflicht befreit, in denen sie nachweislich eine der folgenden Leistungen beziehen:

- Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhalts nach dem Sozialgesetzbuch Zweiter Teil (SGB II) oder
- Leistungen nach dem dritten und vierten Kapitel des Sozialgesetzbuches Zwölfter Teil (SGB XII) oder
- Leistungen nach den §§ 2 und 3 des Asylbewerberleistungsgesetzes (AsylbLG) oder
- Kinderzuschlag gemäß § 6a des Bundeskindergeldgesetzes (BKKG) oder
- Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz (WoGG)

Würde sich der Wohngeldanspruch nach dem WoGG nur unter Berücksichtigung eines zu zahlenden Elternbeitrages ergeben, so kann nach Vorlage des Ablehnungsbescheides und Bescheinigung der wohngeldgewährenden Stelle der Elternbeitrag erlassen werden.

(4) Auf Antrag der Beitragspflichtigen können die Elternbeiträge ganz oder teilweise erlassen werden, wenn die Belastung den Eltern und dem Kind nicht zuzumuten ist. Die individuelle Zumutbarkeitsprüfung erfolgt nach den Bestimmungen des § 90 Abs. 4 SGB VIII.

§ 5 Beitragszeitraum

(1) Beitragszeitraum ist das Kindergartenjahr; dieses entspricht dem Schuljahr (01. August eines Jahres bis 31. Juli des Folgejahres, unabhängig von den Ferien- und Schließzeiten). Der Elternbeitrag ist ein Jahresbeitrag, der in monatlichen Teilbeträgen zu entrichten ist.

(2) Die Zahlungspflicht entsteht mit Aufnahme des Kindes in die Tageseinrichtung für Kinder, d.h. mit der Belegung des Betreuungsplatzes. Die Zahlungspflicht endet in der Regel mit Ablauf des Kindergartenjahres. Bei Abmeldung zu einem abweichenden Termin endet die Beitragspflicht frühestens mit Ablauf des Monats, der auf die wirksame Abmeldung folgt. Hiervon kann im Einzelfall abgewichen werden, wenn eine durchgängige Belegung des Betreuungsplatzes gewährleistet ist.

6§ Beitragsfreistellung und Erstattungen

Der Elternbeitrag berücksichtigt gelegentliche Fehlzeiten des Kindes ebenso wie Schließzeiten der Einrichtung. Eine Beitragsfreistellung oder Erstattung erfolgt für diese Zeiträume nicht.

7§ Fälligkeit und Zahlungsweise

Der Elternbeitrag ist zum Beginn des Kindergartenjahres, monatlich zum 1. des Monats, im Voraus fällig. Alle Zahlungen sind an die Stadtkasse Aachen unter Angabe des auf dem Beitragsbescheid angegebenen Kassenzeichens zu leisten.

8§ Inkrafttreten

(1) Diese Satzung tritt in der Fassung des 6. Nachtrages am **01.08.2020** in Kraft.

Anlage 1 (Gültig ab 01.08.2023)

Beitragstabelle über die monatlichen Beiträge gemäß § 2 Abs. 3 der Satzung der Stadt Aachen über die Erhebung von Elternbeiträgen im Rahmen der Inanspruchnahme von Kindertageseinrichtungen im Sinne des Gesetzes zur frühen Bildung und Förderung von Kindern NRW (Kinderbildungsgesetz - KiBiz)

Einkommen	Beitragstabelle für Kinder ab 3 Jahren			Beitragstabelle für Kinder bis 3 Jahren		
	25 Stunden/ Woche	35 Stunden/ Woche	45 Stunden/ Woche	25 Stunden/ Woche	35 Stunden/ Woche	45 Stunden/ Woche
bis 28.000,- €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €
bis 40.000,- €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €
bis 54.000,- €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €
bis 68.000,- €	54,50 €	61 €	94 €	122,50 €	135,50 €	145 €
bis 87.000,- €	141 €	160 €	248 €	261 €	295 €	328 €
bis 105.000,- €	200 €	221 €	326 €	305 €	336 €	378 €
bis 120.000,- €	255 €	276 €	381 €	360 €	391 €	433 €
Über 120.000,- €	310 €	331 €	436 €	415 €	446 €	488 €

Informationsblatt über Bildungs- und Teilhabeleistungen für Bezieher von Leistungen nach dem zweiten Sozialgesetzbuch (Stand 01.02.2023)

1.) Welchen Zweck hat das Bildungs- und Teilhabepaket?

Das Bildungs- und Teilhabepaket unterstützt Jugendliche und Kinder aus einkommensschwachen Familien. Die Leistungen des Bildungs- und Teilhabepaketes bietet Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, mehr als bisher am sozialen und kulturellen Leben in der Gemeinschaft teilzunehmen.

2.) Wer hat Anspruch auf Leistungen nach dem Bildungs- und Teilhabepaket?

Anspruch haben Empfänger von Leistungen nach dem SGB II. Darüber hinaus können auch Leistungsempfänger nach dem SGB XII (Sozialhilfe), Wohngeld – und Kinderzuschlagsempfänger sowie Leistungsempfänger nach dem Asylbewerberleistungsgesetz Leistungen nach dem Bildungs- und Teilhabepaket empfangen.

3.) Welche Bildungs- und Teilhabeleistungen gem. § 28 SGB II kann ich beantragen?

Die Leistungen gem. § 28 SGB II umfassen folgende Einzelleistungen:

Bildungsleistungen

- eintägige Ausflüge von Schulen, Kindertagesstätten und der Kindertagespflege
- mehrtägige Klassenfahrten, Fahrten von Kindertagesstätten oder der Kindertagespflege
- Schulbedarf
- Schülerbeförderung
- Lernförderung
- Zuschuss zur Mittagsverpflegung

Teilhabeleistungen

- Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben

4.) Voraussetzungen für den Bezug von Bildungs- und Teilhabeleistungen

a.) Anspruch auf *Bildungsleistungen* haben alle Leistungsempfänger, welche

- das 25. Lebensjahr noch nicht vollendet haben,
- eine allgemein- oder berufsbildende Schule besuchen (Leistungen für eintägige Ausflüge, mehrtägige Fahrten sowie der Zuschuss zur Mittagsverpflegung ist darüber hinaus auch beim Besuch einer Kindertagesstätte möglich) und
- keine Ausbildungsvergütung erhalten.

b.) Anspruch auf *Teilhabeleistungen* haben alle Leistungsempfänger, welche das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben.

5.) Antragserfordernis

Ein gesonderter Antrag ist nicht erforderlich.

Die entsprechenden Bedarfe sind gegenüber dem Jobcenter zu belegen. Zur Vereinfachung und um sicher zu gehen, dass Sie alle für die Bewilligung relevanten Daten mitgeteilt haben, verwenden Sie bitte die entsprechenden Vordrucke zur Bedarfsmittelung. Die Bedarfsmittelungen sind an das zuständige Jobcenter zu richten. Bitte geben Sie auf jeder Bedarfsmittelung die Bedarfsgemeinschaftsnummer an.

6.) Wie kann ich Bildungs- und Teilhabeleistungen erhalten?

Die Bedarfsmittelungsformulare für Bildungs- und Teilhabeleistungen erhalten Sie in den Eingangszonen Ihrer jeweiligen Jobcenter.

Ferner finden Sie die Vordrucke auf der Webseite des Jobcenters unter der Webadresse:
www.jobcenter-staedteregion-aachen.de/leistungen/bildung-und-teilhabe.html

Die Bedarfsmittelungen sind an das zuständige Jobcenter zu richten.

7.) Welchen Leistungsumfang bekomme ich bei den einzelnen Leistungen des Bildungs- und Teilhabepakets

a.) Ausflüge und mehrtägige Fahrten

Wenn Schulen, Kindertageseinrichtungen oder die Kindertagespflege mehrtägige Fahrten oder eintägige Ausflüge durchführen, können die Kosten hierfür übernommen werden. Die Leistungen werden direkt an den Anbieter (Schule, Kindertagesstätte bzw. Bus- oder Reiseunternehmen) gezahlt. Bei eintägigen Ausflügen ist eine Erstattung der Kosten auch direkt an den Kunden möglich.

b.) Schulbedarf

Als Leistung für Schulbedarf wird pro Kind ein Betrag in Höhe von 58 Euro am 01.02.2023 und ein Betrag in Höhe von 116 Euro am 01.08.2023 gewährt. Diese Leistung soll die Beschaffung von Schulmaterial, wie beispielsweise Schulranzen, Schreibmaterial, Hefte usw., unterstützen.

c.) Schülerbeförderung

Voraussetzung für die Erstattung der notwendigen Schülerfahrkosten ist grundsätzlich der Besuch der nächstgelegenen Schule.

Als nächstgelegene Schule des gewählten Bildungsgangs gilt auch eine Schule, die aufgrund ihres Profils gewählt wurde, soweit aus diesem Profil eine besondere inhaltliche oder organisatorische Ausgestaltung des Unterrichts folgt; dies sind insbesondere Schulen mit naturwissenschaftlichem, musikischem, sportlichem oder sprachlichem Profil sowie bilinguale Schulen und Schulen mit ganztägiger Ausrichtung.

Ferner kann diese Leistung nur derjenige erhalten, der für den Besuch dieser Schule auf Schülerbeförderung angewiesen ist.

Erstattet werden die tatsächlichen Aufwendungen für kostenpflichtige Verkehrsdienstleistungen oder öffentl. Verkehrsmittel, soweit sie nicht von einem Dritten, wie z.B. vom Schulträger, gem. § 2 Abs. 3 SchfKVO übernommen werden.

d.) Lernförderung

Zur Unterstützung der Lernzielerreichung in Schulen kann durch diese Leistung außerschulische Lernförderung finanziert werden, wenn schulische Angebote nicht ausreichen. Auf eine bestehende Versetzungsgefährdung kommt es dabei nicht an. Je Kind können grundsätzlich beim Erstantrag bis zu 35 Stunden Lernförderunterricht je Fach pro Schuljahr gefördert werden. Die Erforderlichkeit der Lernförderung muss durch die Schule schriftlich belegt sein. Hierbei gelten folgenden Richtwerte für die Übernahme von Lernförderungskosten:

Studierende	14 Euro je 60 Minuten
Ältere Schüler	12 Euro je 60 Minuten
Lehrer/innen Einzelunterricht	20 Euro je 60 Minuten
Lehrer/innen Gruppenunterricht	14 Euro je 60 Minuten

e.) Kosten Mittagsverpflegung

Wenn Schulen, Kindertageseinrichtungen oder eine Kindertagespflege ein gemeinsames Mittagessen anbieten, können diese Kosten übernommen werden. Die Leistungen werden direkt an die Schule / Kindertagesstätte / Kindertagespflege geleistet. Der Zuschuss kann pauschal für den Bewilligungszeitraum beantragt werden.

Nicht erstattet werden Einzelangebote eines Kiosks (Brötchen oder Süßigkeiten).

f.) **Teilhabeleistungen**

Gefördert werden Aktivitäten in den Bereichen Sport, Spiel, Kultur und Geselligkeit, Unterricht in künstlerischen und musischen sowie vergleichbar angeleiteten Aktivitäten der kulturellen Bildung und die Teilnahme an Freizeiten. Monatlich werden pro Kind Kosten in Höhe von pauschal 15 Euro berücksichtigt. Ferner sind auch Leistungen an den Anbieter für den gesamten Bewilligungszeitraum im voraus möglich. Die Leistungen werden direkt an den Anbieter (Verein, Musikschule usw.) oder monatlich an Sie gezahlt.

Nicht übernommen werden private Ausflüge, private Kino- und Theaterbesuche oder Mitgliedsbeiträge für politische Parteien.

Im Einzelfall können tatsächliche Aufwendungen für Ausrüstungsgegenstände und ähnliches erstattet werden, wenn ein Bestreiten aus dem Regelsatz bzw. dem Restbetrag der Pauschale nicht zugemutet werden kann und diese im Zusammenhang mit einer Teilhabeaktivität angeschafft wurden.

Bei Rückfragen steht Ihnen das Team Bildung und Teilhabe unter folgender E-Mail Adresse zur Verfügung: jobcenter-Aachen.665@jobcenter-ge.de



Stadt Aachen

Die Oberbürgermeisterin
Fachbereich Kinder, Jugend und Schule
Mozartstraße 2 – 10
52064 Aachen
Tel.: 0241 432-45001
Fax: 0241 432-45990
kinderjugendschule@mail.aachen.de

www.aachen.de/besuchsdienst

www.aachen.de