

ALLEINERZIEHEND IN PADERBORN



Angebote • Informationen • Adressen

Vorwort	3
Gleichstellungsstelle der Stadt Paderborn	4
Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung	6
Schwangerschaftsberatungsstellen im größeren Umkreis Paderborns	10
Familien- und Lebensberatung	11
Gesundheitsberatung und psychische Gesundheit	15
Frauenberatungsstellen	19
Frauenhäuser	21
Trennungs- und Scheidungsberatung	21
Schuldenberatung	22
Integration	24
Weitere Anlaufstellen	27
Gesprächskreise und Treffpunkte	33
Wohnen	36
Kurberatung	38
Vereinbarkeit Familie und Beruf/Berufliche Weiterbildung	41
Kita und Schule	47
Hilfe bei der Alltagsbewältigung	50
Weitere Unterstützungsmöglichkeiten	52
Jugendtreffs und Jugendangelegenheiten	59
Weitere wichtige Adressen	63
Deutschlandweite Hilfetelefone	65
Bibliotheken	66
Verbände	67
Literaturvorschläge für Alleinerziehende	68
Stichwortverzeichnis	71
Notizen	75

Liebe Interessierte,

die Formen, in denen Familie heute gelebt wird, sind vielfältig und erleben einen ständigen Wandel.

Zum 31.12.2018 lebten in Paderborn 14.332 Familien mit Kindern, davon waren 3611 Eltern alleinerziehend, also ca. 25 %. Davon lebten 2514 Elternteile mit einem Kind im Haushalt, 883 mit zwei Kindern und 214 mit 3 und mehr Kindern.

Es sind mehr Frauen als Männer alleinerziehend: In Deutschland waren im Jahr 2017 ca. 1,36 Millionen Mütter und etwa 190.000 Väter alleinerziehend.

Alleinerziehende haben häufig andere Probleme und Konflikte zu bewältigen als die traditionelle Paarfamilie. Eine besondere Herausforderung ist es beispielsweise, den Spagat zwischen Familie und Beruf alleine meistern zu müssen. Daher hat sich die Gleichstellungsstelle der Stadt Paderborn entschlossen, eine vollständig überarbeitete und aktualisierte Auflage der Broschüre „Alleinerziehend in Paderborn“ herauszugeben. Das Beratungsangebot ist groß und dadurch kaum zu überschauen. Daher haben wir in unserer Broschüre die vorhandenen Angebote gebündelt dargestellt.

Sie können sich auch jederzeit gerne an die Gleichstellungsstelle der Stadt Paderborn wenden, wenn Sie in einer Situation Hilfe benötigen oder spezielle Fragen haben. Oft können wir schon im Gespräch klären, wo die konkrete Hilfe ansetzen kann, unmittelbar detaillierte Informationen geben oder Sie an eine Beratungsstelle weiterleiten.

Alleinerziehende sind uns wichtig, nicht zuletzt deshalb, weil sie einen großen Anteil der heutigen Familien ausmachen!

Dagmar Drüke,
Gleichstellungsbeauftragte
der Stadt Paderborn

Männer und Frauen sind gleichberechtigt. Der Staat fördert die tatsächliche Durchsetzung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern und wirkt auf die Beseitigung bestehender Nachteile hin.

(Art. 3 Abs. 2 GG)

Der Lebensalltag sieht jedoch häufig anders aus. Denn tatsächlich sind Frauen auch heute noch in vielen Bereichen unserer Gesellschaft schlechter gestellt als Männer.

Sie

sind häufig mit Mehrfachbelastung von Beruf, Familie und Haushalt konfrontiert haben oftmals schlechtere Aufstiegschancen und verdienen durchschnittlich auch heute noch weniger als ihre männlichen Kollegen sind im öffentlichen Leben und in Entscheidungspositionen deutlich unterrepräsentiert sind besonders als Alleinerziehende, Rentnerinnen und Frauen mit Migrationshintergrund häufig in sozialer Not sind vielfach Opfer körperlicher und seelischer Gewalt.

Da die Verwirklichung des Verfassungsgebots der Gleichberechtigung von Frau und Mann eine Aufgabe der Gemeinde ist, setzen wir uns als Gleichstellungsstelle der Stadt Paderborn dafür ein, die Gleichstellung im Lebensalltag vor Ort voranzubringen und zu fördern.

Wir

beraten Bürger*innen persönlich in allen Fragen der Gleichberechtigung. Häufige Themen sind der Wiedereinstieg in den Beruf, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Fragen zur Elternzeit, finanzielle Notlagen, Schwierigkeiten mit Behörden, Trennungs- und Scheidungssituationen oder Gewalterfahrungen.

- empfehlen Ihnen qualifizierte Beratungsstellen, die Ihnen in speziellen Fällen weiterhelfen können.
- fördern Projekte und unterstützen diese auch finanziell.
- entwickeln Konzepte, Projekte und Programme für einen gleichberechtigten Lebensalltag.
- bieten Ihnen regelmäßig Veranstaltungen zu aktuellen Themen an, die Sie informieren, Ihnen Anregungen geben und Ihnen Raum für Ihre Vernetzung mit anderen Frauen bieten.
- veröffentlichen Informationen über Angebote für Frauen
- beraten in unserer Funktion als Anlaufstelle für Diskriminierungsfragen, wenn Sie von Benachteiligungen betroffen sind.

Wir

arbeiten mit mehr als 200 örtlichen und überörtlichen Netzwerken, Gruppen und Institutionen zusammen.

- verfügen über mehr als 30 Jahre Erfahrung in den Bereichen Beratung, Vernetzung, Projekt- und Konzeptentwicklung sowie Veranstaltungsorganisation.
- verfügen über fundierte Kenntnisse u.a. in den Bereichen Frau und Beruf, Wiedereinstieg, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Trennung und Scheidung, Gewalt gegen Frauen, Frauenkultur, Frauengesundheit, Mädchenarbeit und Jungenarbeit, interkulturelle Frauenarbeit, Frauen mit Migrationshintergrund, politische Meinungsbildung, Alleinerziehende.

Ansprechpersonen:

Dagmar Drüke

Gleichstellungsbeauftragte
Tel.: 05251 88 11950
E-Mail: d.drueke@paderborn.de

Christa Mertens

stv. Gleichstellungsbeauftragte
Tel.: 05251 88 11212
E-Mail: c.mertens@paderborn.de

Alexandra Wolke

Mitarbeiterin
Tel.: 05251 88 13422
E-Mail: a.wolke@paderborn.de

Kerstin Ludolph

Mitarbeiterin
Tel.: 05251 88 11650
E-Mail: k.ludolph@paderborn.de

Saskia Albering

Mitarbeiterin
Tel.: 05251 88 128782
E-Mail: s.albering@paderborn.de

Marleen Wortmann

Mitarbeiterin
Tel.: 05251 88 11631
E-Mail: m.wortmann@paderborn.de

Hausanschrift:

Am Abdinghof 11
33098 Paderborn

E-Mail: gleichstellung@paderborn.de
Internet: www.paderborn.de

Postanschrift:

Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn



■ Beratungsstelle für Familienplanung und Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung – Kreis Paderborn

- Wir beraten Sie kompetent und zugewandt: sozial, neutral, kommunal
- Im Schwangerschaftskonflikt mit Beratungsbescheinigung
- In Ihrer Schwangerschaft mit persönlicher Unterstützung und Auszahlung von finanziellen Hilfen direkt von der Beratungsstelle

In Verhütungsfragen: Welche Methode passt zu mir?

Unsere Angebote:

- Schwangerschaftskonfliktberatung weltanschaulich neutral mit Beratungsbescheinigung
- Schwangerenberatung und Betreuung bei persönlichen, familiären und sozialen Belastungen, auch nach der Geburt Ihres Kindes
- Beantragung und Auszahlung finanzieller Hilfen direkt von der Beratungsstelle
- Sozialrechtliche Beratung
- Beratung von Alleinerziehenden
- Vermittlung und Auszahlung finanzieller Hilfen für Schwangere in Notsituationen aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind“ und aus dem Sonderfonds des Kreises Paderborn
- Beratung vor, während und nach pränataler Diagnostik
- Verhütungsberatung für Einzelpersonen, Paare und Gruppen
- Gruppenangebot für junge Schwangere und Mütter
- Gruppenangebot für geflüchtete Frauen
- E-Mail-Beratung während der Öffnungszeiten
- Beratung zur vertraulichen Geburt

Die Beratung ist kostenfrei und streng vertraulich! Auf Anfrage ist eine Beratung auch in englischer und aramäischer Sprache möglich.



Kontakt:

Aldegrevestraße 16
33102 Paderborn
Tel.: 05251 308-5367

E-Mail: beratungsstelle@kreis-paderborn.de

Ansprechperson: Frau Buchheldt

Internetseite: www.kreis-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. bis Do. 8.00 – 16.00 Uhr
Fr. 8.00 – 12.30 Uhr

Weitere Termine gern nach telefonischer Vereinbarung.



■ Schwangerschaftsberatung – Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

Eine Schwangerschaft bringt Veränderungen in viele Bereiche des Lebens. Gerade Alleinerziehende stehen vor besonderen Aufgaben. Es werden vielfältige Gefühle ausgelöst wie Freude, Hoffnung, aber auch Unsicherheiten und viele Fragen...

„Wie soll es jetzt weiter gehen mit mir?“

„Bin ich reif genug für ein Kind?“

„Wie soll ich das finanziell schaffen?“

„Wer hilft mir, wenn ich nicht weiter weiß?“

Gemeinsam suchen wir nach Lösungen.

Wir

- bieten Beratung bei allen Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt
- informieren über staatliche Hilfen für Schwangere/junge Familien und rechtliche Ansprüche (Unterhalt, Elterngeld, Wohngeld etc.)
- vermitteln finanzielle Hilfen aus der „Bundesstiftung Mutter und Kind-Schutz des ungeborenen Lebens“, diözesanen Hilfsfonds und anderen Stiftungen
- beraten Eltern vor und während der Schwangerschaft und nach der Geburt des Kindes bis zum dritten Lebensjahr

Unsere Beratung erfolgt kostenlos und unabhängig von Religion und Nationalität und unterliegt der Schweigepflicht.



Kontakt:

Kilianstraße 28
33098 Paderborn
Tel.: 05251 12196-40
E-Mail: ssb@skf-paderborn.de

Ansprechpersonen: Helena Jonat, Hildegard Schäfer

Internetseite: www.skf-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo bis Do. 8.30 – 12.00 Uhr
und 14.00 – 16.00 Uhr
Fr. 8.30 – 12.00 Uhr
und nach Vereinbarung

■ Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.

Wir beraten vor und während der Schwangerschaft sowie nach der Geburt des Kindes bis zum dritten Lebensjahr.

Die Beratung ist kostenfrei, unabhängig von Nationalität und Religionszugehörigkeit und unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.

Allgemeine Schwangerenberatung:

- rund um das Thema „Schwangerschaft“
- zu sozialrechtlichen Fragen, zum Beispiel zu familienfördernden Leistungen einschließlich der besonderen Rechte im Arbeitsleben
- zu Vorsorgeuntersuchungen und Entbindung sowie vor, während und nach pränataler Diagnostik
- zu Möglichkeiten finanzieller Hilfen für Schwangere in Notsituationen wie beispielsweise die Beantragung von finanziellen Mitteln bei der Bundesstiftung „Mutter und Kind“
- zu Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung
- in Krisensituationen beispielsweise bei Behinderung oder Verlust des Kindes durch Fehl- oder Totgeburt oder durch plötzlichen Kindstod
- bei unerfülltem Kinderwunsch
- über vertrauliche Geburt
- bei psychosozialen Konflikten in der Familie und im sozialen Umfeld

Schwangerschaftskonfliktberatung nach § 218 StGB:

- Beratung bei ungewollter Schwangerschaft und Unterstützung einer eigenverantwortlichen Entscheidung
- Information zu sozialrechtlichen und finanziellen Fragen
- Ausstellung von Beratungsbescheinigungen nach § 219 StGB und §§ 5 und 6 SchKG
- Beratung und Begleitung nach einem Schwangerschaftsabbruch



Kontakt:

Riemekestraße 12
33102 Paderborn
Tel.: 05251 54018-40
E-Mail: riemeke@diakonie-paderborn.de

Ansprechpersonen: Alexandra Nodzynski und Andrea Rottmann

Internetseite: www.diakonie-pbhx.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

nach Vereinbarung

Außensprechstunde:

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat von 10 – 12 Uhr im Ev. Pfarrheim,
Bahnhofstr. 40, 33142 Büren

■ Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle – donum vitae Paderborn e.V.

donum vitae ist eine staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangere in Not- und Konfliktsituationen und unterstützt die Ratsuchenden kostenlos und unabhängig von Nationalität und Konfession mit folgenden Angeboten:

- Allgemeine Schwangerenberatung (Beratung und Information zu diversen Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Erziehung, etc. bis zum dritten Lebensjahr des Kindes; Unterstützung bei der Antragstellung von staatlichen Hilfen)
- Vergabe von finanziellen Mitteln, Vermittlung von Sachspenden (Bundesstiftung Mutter und Kind, private Stiftungen und Spenden)
- Psychosoziale Beratung im Zusammenhang mit vorgeburtlichen Untersuchungen (Pränataldiagnostik)
- Schwangerschaftskonfliktberatung (vertraulich und auf Wunsch anonym, Ausstellung der Beratungsbescheinigung)
- Beratung und Begleitung nach Fehl- oder Totgeburt oder nach Schwangerschaftsabbruch
- Langfristige und individuelle Unterstützung von alleinstehenden Schwangeren und Müttern bei den o. g. Themen



Kontakt:

Bahnhofstr. 23
33102 Paderborn
Tel.: 05251 3982750
E-Mail: paderbor@donumvitae.org

Ansprechpersonen: Beate Marchetti und Barbara Senger

Internetseite: www.paderborn.donumvitae.org

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do. 09.00 Uhr – 12.00 Uhr

Mo. 14.00 Uhr – 16.30 Uhr

Weitere Termine – auch abends – nach telefonischer Absprache.

Schwangerschaftsberatung AWO Kreisverband Höxter e.V.

Caspar-Heinrich-Str. 15, 33014 Bad Driburg

Tel.: 05253 93 50 218

E-Mail: skb-driburg@awo-hoexter.de

Internetseite:

awo-hx.de/einrichtungen/beratungsstellen/schwangerschaftsberatung/

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qARAQn

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung, Lippische Landeskirche

Lortzingstraße 6, 32756 Detmold

Tel.: 05231 99280 (Sekretariat)

E-Mail: beratung@lippische-landeskirche.de

Internetseiten:

www.ev-beratung-lippe.de und www.ev-beratung-lippe.de/6887-0-60

Pro familia

Bielefeld

Stapenhorststr.5, 33615 Bielefeld

Tel.: 0521 124073

E-Mail: bielefeld@profamilia.de

Internetseite:

www.profamilia.de/angebote-vor-ort/nordrhein-westfalen/bielefeld.html

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3bQl4oa

Pro familia

Bünde

Bahnhofstraße 6, 32257 Bünde

Tel.: 05223 992223

E-Mail: buende@profamilia.de

Internetseite:

www.profamilia.de/angebote-vor-ort/nordrhein-westfalen/buende.html

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/395nw9P

Pro familia

Detmold

Lange Straße 79, 32756 Detmold

Tel.: 05231 25841

E-Mail: lippe@profamilia.de

Internetseite:

www.profamilia.de/bundeslaender/nordrhein-westfalen/beratungsstelle-detmold.html

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qPrhGr

■ Beratungsstelle für Familienplanung, Sexualberatung und Sexualpädagogik – pro familia Paderborn

Pro familia ist eine anerkannte Beratungsstelle nach dem Schwangeren- und Familienhilfegesetz (SFHG). Wir bieten ein vielfältiges Beratungs- und Hilfsangebot zu den Bereichen Schwangerschaft und Geburt, Partnerschaft, Sexualität und Familienplanung. Wir informieren (werdende) Eltern ausführlich über finanzielle Hilfen, sozialstaatliche Leistungen und sonstige rechtliche Ansprüche (z. B. zu Elterngeld und Elternzeit). Unsere Sozialarbeiter*innen vermitteln und beraten Familien zu örtlichen Hilfe- und Unterstützungssystemen.

Die Beratungen finden in einem geschützten Raum statt und alle Mitarbeiter*innen stehen unter Schweigepflicht.



Kontakt:

Ledeburstraße 30

33102 Paderborn

Tel.: 05251 87 90 970

E-Mail: paderborn@profamilia.de

Ansprechperson: Anja Podtschaske

Internetseite: www.profamilia.de/paderborn

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. und Do. 15.00 – 18.00 Uhr

Di. und Mi. 9.00 – 13.00 Uhr

Fr. 14.00 – 17.00 Uhr



■ Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche – Caritasverband Paderborn e.V. Standort Paderborn

Die Beratungsstelle hilft bei Fragen zur Entwicklung und Erziehung von Kindern, Problemen im familiären Zusammenleben, Trennung und Scheidung, Verhaltensauffälligkeiten oder Problemen in sozialen Beziehungen. Das Angebot reicht über Einzel- und Elterngespräche, Familienberatung, psychologischer und sozialpädagogischer Diagnostik bis zu Kriseninterventionen und Gruppen für Kinder oder Eltern mit verschiedenen Schwerpunkten.

Die Beratung ist kostenlos, freiwillig und vertraulich. Eltern oder Alleinerziehende sowie Kinder und Jugendliche selbst können sich unabhängig von Konfession und Nationalität an die Beratungsstelle wenden.

Offene Sprechstunden in den Standorten der Beratungsstelle können auch ohne Anmeldung besucht werden. Weitere offene Sprechstunden werden regelmäßig in zahlreichen Familienzentren angeboten, eine Übersicht über die Adressen und Termine ist auf der Homepage www.caritas-pb.de zu finden.



Kontakt:

Geroldstraße 50
33098 Paderborn
Tel.: 05251 889-1020
E-Mail: eb-paderborn@caritas-pb.de

Internetseite: www.caritas-pb.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. und Do. 8.30 – 16.30 Uhr
Fr. 8.30 – 13.00 Uhr und nach Vereinbarung

Offene Sprechstunde:

Mo. 16.00 – 17.00 Uhr

Online-Beratung unter www.beratung-caritas.de

■ FreiesBeratungsZentrum Paderborn – Bildung, Erziehung und Familienplanung

Das FBZ ist eine integrierte Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche, Eltern und Schwangere in Trägerschaft des Freien Beratungs-Zentrums e.V., einer Mitgliedsorganisation des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes.

Schwerpunkte sind:

Bildung

- Vorträge und Elternkurse
- Fortbildungs-, Supervisions- und Coachingangebote für Fachkräfte

Erziehung

- Beratung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen
- Beratung von Eltern z.B. bei Erziehungsfragen, Entwicklungs- und Verhaltensauffälligkeiten, familiäre Krisen u. a. Trennung und Scheidung
- Beratung im Rahmen von Kinderschutz und bei Verdacht auf Kindeswohlgefährdung

Familienplanung

- Beratung bei Verhütung und Familienplanung
- Beratung bei Schwangerschaft und Schwangerschaftskonflikten
- Begleitende Gespräche nach der Geburt
- Paarberatung
- sexualpädagogische Projekte in Schulen

Die Angebote erfolgen im Rahmen von Einzel-, Paar- oder Gruppensitzungen. Die Beratung ist kostenfrei, streng vertraulich und ist sowohl persönlich als auch online möglich.



Kontakt:

Nordstraße 6-8
33102 Paderborn
Tel.: 05251 150950
E-Mail: info@fbz-pb.de

Ansprechperson: Myriam Fikus

Internetseite: www.fbz-pb.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do. 9.00 – 16.00 Uhr
Fr. 9.00 – 12.00 Uhr

■ Familien- und Lebensberatung – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.

Die Familien- und Lebensberatung ist eine Anlaufstelle für Menschen in Notsituationen. Sie finden bei uns Ansprechpersonen, die Sie und Ihre Probleme ernst nehmen.

Kommen Sie zu uns, wenn Sie

- Probleme mit Ihrem/Ihrer Partner*in, Ihrer Familie oder in Ihrem sozialen Umfeld haben
- Begleitung in Konfliktsituationen wünschen
- Hilfe in einer psychischen Krise oder sozialen Notlage brauchen
- Unterstützung im Umgang mit Ämtern oder in Sozialangelegenheiten benötigen
- Sich in einer Trennungs- oder Scheidungssituation befinden



Kontakt:

Riemekestraße 12
33102 Paderborn
Tel.: 05251 54018-40
E-Mail: riemeke@diakonie-paderborn.de

Ansprechpersonen: Petra Grunwald-Drobner, Alexandra Nodzynski

Internetseite: www.diakonie-pbhx.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Do. 9.00 – 11.00 Uhr



Gesundheitsberatung und psychische Gesundheit

■ Psychosoziale Krebsberatung – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.

Die Beraterin der Diakonie bietet Ihnen ein offenes Ohr und umfassende Beratung in psychosozialen Fragen, bei Anträgen und Formularen aller Art sowie bei finanziellen Problemen.

Die Psychosoziale Krebsberatung bietet im Einzelnen:

- Aussprache zu Sorgen, Ängsten und Bedürfnissen
- Einzel-, Paar- und Familienberatungen
- Beratung von Eltern erkrankter Kinder
- Psychoonkologische Krisenintervention
- Hilfe bei Anträgen für Kuren oder finanzielle Unterstützung
- Beratung zu Krankengeld, Erwerbsunfähigkeit und Rentenansprüchen sowie zu arbeitsrechtlichen Fragen (beispielsweise Beantragung eines Schwerbehindertenausweises)
- Beratung zu Auswirkungen auf Liebe, Sexualität, Partnerschaft und Familie
- Aufsuchende Beratung

Auch für Kinder und Jugendliche, deren Eltern an Krebs erkrankt sind, steht unser Beratungsangebot zur Verfügung.

Informationen zu:

- Selbsthilfegruppen, Entspannungstechniken und Sportgruppen nach Krebs
- Pflegediensten, Palliativstationen und Hospizgruppen.
- Kliniken und komplementären Behandlungsmethoden



Kontakt:

Riemekestraße 12
33102 Paderborn
Tel.: 05251 54018-40
E-Mail: grunwald@diakonie-paderborn.de

Ansprechperson: Petra Grunwald-Drobner

Internetseite: www.diakonie-pbhx.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Fr. 10.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

■ Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle der AWO Kreisverband Paderborn e.V.

Die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle der AWO Paderborn e.V. bietet Menschen mit psychischen Problemen fachliche Unterstützung an.

Wir bieten:

- Einzelfallhilfe/Beratung für Menschen mit seelischen Problemen – selbstverständlich auch für psychisch belastete Alleinerziehende
- Freizeit- und Gesprächsgruppen für Menschen mit psychischer Erkrankung und deren Angehörige

Die Leistungen für die Ratsuchenden sind kostenlos.



Kontakt:

Leostr. 45

33098 Paderborn

Tel.: 05251 2906622

E-Mail: l.diermann-hafer@awo-paderborn.de

Ansprechperson: Frau Diermann-Hafer

Internetseite: www.awo-paderborn.de

■ Psychologische Beratungsstelle für Schule, Jugend und Familie – Regionale Schulberatungsstelle des Kreises Paderborn

Schulische Themen nehmen in den Familien einen breiten Raum ein. Die Sorgeberechtigten suchen nach den Gründen schulischer Schwierigkeiten oder überlegen, wie die Leistungen oder das Verhalten ihres Kindes verbessert werden kann. Diskussionen über die Schule sind nicht selten Anlass für Streit und Auseinandersetzungen.

Wir beantworten Ihre Fragen und suchen gemeinsam mit Ihnen nach geeigneten Lösungen. Wir klären mit Ihnen, ob Ihr Kind oder die Lehrkräfte einbezogen werden sollen.

Mögliche Themen sind:

- Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen
- Probleme bei den Hausaufgaben
- Lernprobleme wie Lese-, Rechtschreib- oder Rechenschwächen



- Auffälligkeiten im Verhalten in der Schule wie Ängste, Aggressivität, mangelndes Selbstbewusstsein, Schwierigkeiten im Sozialverhalten
- Mobbing
- Schulverweigerung
- Fragen zur Einschulung und zum Schulanfang
- Wahl der geeigneten Schulform, Übergang in die weiterführende Schule, Schulwechsel
- Konflikte mit Lehrkräften...

Da die schulpsychologische Beratung über die Angelegenheiten des alltäglichen Lebens hinausgeht, ist beim gemeinsamen Sorgerecht – unabhängig ob die Eltern getrennt oder zusammenleben – die Zustimmung für die Beratung und Diagnostik, sowie ggf. im Verlauf auch die Schweigepflichtentbindung z. B. für einzelne Lehrkräfte oder andere Unterstützer*innen Ihres Kindes von beiden Sorgeberechtigten erforderlich. Das erleichtert dann auch die bestmögliche Unterstützung des Kindes von beiden Sorgeberechtigten, selbst wenn die Beratungsgespräche nur von einer Seite wahrgenommen werden oder es Eltern im Fall einer Trennung schwerfällt, sich miteinander zu beraten. Der/die andere Sorgeberechtigte hat in jedem Fall Anspruch auf die Informationen über die Beratungsinhalte. Bei alleinigem Sorgerecht können Sie die Anmeldung alleinverantwortlich vornehmen.



Kontakt:

Aldegrevestr. 10-14 (Gebäude C, 1. Etage)

33102 Paderborn

Tel.: 05251 308 7710

E-Mail: schulberatung@kreis-paderborn.de

Ansprechpersonen: Frau Dipl.-Psych. Susanne Fitzner

Internetseite:

www.kreis-paderborn.de/psychologische-beratungsstelle.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3luhQKI

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr. 08.30 – 12.00 Uhr

Mo. – Do. 14.00 – 16.00 Uhr

■ LWL-Klinik Marsberg, Ambulanz für Kinder- und Jugendpsychiatrie Standort Paderborn

Die Tagesklinik und Ambulanz für Kinder- und Jugendpsychiatrie gehören zur LWL-Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie in Marsberg. Dort wird Hilfe angeboten für Kinder und Jugendliche mit folgenden Problembereichen:

Verhaltensauffälligkeiten, Aufmerksamkeits- und Konzentrationsprobleme, emotionale Störungen wie Ängste, Depressivität und Zwänge, psychische Störungen mit körperlicher Symptomatik wie Essstörungen, Einnässen, Einkoten und Tics, Schulschwierigkeiten und Lernstörungen, Entwicklungsstörungen, Autismus, Psychosen, Suchtprobleme sowie Störungen der Persönlichkeitsentwicklung.

In unserer Ambulanz bieten wir Leistungs- und Entwicklungsdiagnostik sowie Persönlichkeitsdiagnostik an. Zu den therapeutischen Angeboten gehören Familientherapie und Elternberatung, bei Bedarf medikamentöse Therapie sowie Indikationsstellung für eine stationäre oder teilstationäre Behandlung.

Das Team setzt sich zusammen aus Ärzt*innen, Psycholog*innen und Therapeut*innen verschiedener Fachrichtungen.



Kontakt:

Am Ostfriedhof 10
33098 Paderborn
Tel.: 05251 68221-3650
E-Mail: ambulanz-kjp-paderborn@lwl.org

Ansprechpersonen: Frau Schröder, Oberärztin und Leiterin der Ambulanz

Internetseite: www.lwl-jugendpsychiatrie-marsberg.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr.	08.00 Uhr – 12.00 Uhr
Mo. – Do.	13.00 Uhr – 16.00 Uhr
Fr.	13.00 Uhr – 14.00 Uhr

Frauenberatungsstellen

■ Frauenberatungsstelle Lilith e.V.

Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt in der Beratung und Unterstützung von Frauen, die aktuell seelische, körperliche oder sexualisierte Gewalt erleben müssen oder in der Vergangenheit erleben mussten. Zusätzlich sind wir eine Anlaufstelle bei sexuellem Missbrauch an Kindern.

Wir bieten Information, Beratung, Hilfe in Krisen sowie Unterstützung bei Klärungs- und Bewältigungsprozessen. Auf Wunsch begleiten wir bei Behördengängen, zu Rechtsanwält*innen und zu Gerichtsterminen.

Wir möchten Frauen in ihrer Selbstachtung und Selbstfürsorge stärken und sie auf dem Weg in ein selbstbestimmtes Leben begleiten. Zu uns kann jede Frau unabhängig von Alter, Weltanschauung, Glaube und Nationalität kommen. Die Beratung ist kostenfrei und auf Wunsch anonym. Selbstverständlich unterliegen wir der Schweigepflicht. Auch Angehörige, Bezugspersonen und Fachkräfte können sich an uns wenden.



Kontakt:

Elsener Straße 88
33102 Paderborn
Tel.: 05251 21311
E-Mail: frauenberatung@lilith-paderborn.de

Internetseite: <http://www.lilith-paderborn.de>

Telefonische Sprechzeiten:

Mo.	16.00 – 18.00 Uhr
Mi. und Fr.	9.00 – 11.00 Uhr

■ Frauenberatungsstelle Belladonna SkF e.V. Paderborn

BELLADONNA ist eine Beratungsstelle für Frauen, Jugendliche und Kinder, die sexuelle und/oder häusliche Gewalt erfahren bzw. erfahren haben.

Im Blickpunkt der Beratungsstelle BELLADONNA stehen vor allem die Betroffenen der Gewalt. Ihre Stärkung und Unterstützung, um Wege aus der Gewalt zu finden und/oder die traumatischen Erfahrungen verarbeiten zu können ist die primäre Aufgabe der Beratungsstelle.

Weitere Angebote liegen in der Begleitung und Unterstützung von Angehörigen und pädagogischen Fachkräften, die mit der Thematik konfrontiert sind, sowie in der Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit.



Kontakt:

Westernstr.28
33098 Paderborn
Tel.: 05251 12196-19
Email: belladonna@skf-paderborn.de

Ansprechperson: Rita Schlottmann

Internetseite: www.skf-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do. 8.30 – 10.00 Uhr
Telefonische Rufbereitschaft/Termine nach Vereinbarung

■ WEISSER RING Paderborn

Wir bieten Hilfe für Menschen, die Opfer einer Straftat wurden. Die Hilfe umfasst Betreuung, Beratung und Begleitung. Auch eine finanzielle Hilfe ist unter bestimmten Voraussetzungen möglich. Wir arbeiten ehrenamtlich und absolut vertraulich. Eine Hilfe des WEISSEN RINGES e.V. ist an keine Bedingungen geknüpft.



Kontakt:

Mälzerstraße 31
33098 Paderborn
Tel.: 05251 370987
E-Mail: ruth.stoepper@t-online.de

Ansprechperson: Ruth Stöpper

Sprechzeiten/Bürozeiten:

keine festgelegten Zeiten, da ehrenamtliche Tätigkeit.

Frauenhäuser

Frauenhaus Salzkotten

Tel.: 05258 987480
Internetseite: www.skf-paderborn.de/

Frauenhaus Paderborn

Tel.: 05254 9 322 366
Internetseite: www.frauenhaus-paderborn.de/

Trennungs- und Scheidungsberatung

■ Trennungs- und Scheidungsberatung – AWO Paderborn

Die Trennungs- und Scheidungsberatung der AWO unterstützt betroffene Paare in Trennungssituation dabei, die eigene Situation zu klären und die Verantwortung als Eltern für die gemeinsamen Kinder trotz Trennung wahrzunehmen.

Wir bieten fachliche Unterstützung:

- Bei allgemeinen Fragen zur Trennung und Scheidung
- Bei der Gestaltung des Umgangsrechts mit den Kindern
- Als Vermittlung zwischen den Eltern
- Bei Fragen zum besseren Verständnis der Kinder in Trennungssituationen
- Bei Bedarf in Form von Stellungnahmen für das Familiengericht.

Das Jugendamt kann die Kosten dieser Leistung übernehmen.



Kontakt:

Leostraße 45
33098 Paderborn
Tel.: 05251 290 66 21
E-Mail: ch.hasse@awo-paderborn.de

Ansprechperson: Herr Hasse

Sprechzeiten/Bürozeiten: Termine nach Vereinbarung.

■ Trennungs- und Scheidungsberatung – Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

Das Beratungsangebot richtet sich an alleinerziehende Eltern:

- die sich als Vater oder Mutter fragen, was die Trennung für ihr Kind/ihre Kinder bedeutet
- die in Trennung/Scheidung leben und Vereinbarungen zum Sorgerecht sowie zum Umgangsrecht treffen wollen
- die als Mutter oder Vater bei der Gestaltung des Umgangsrechtes Hilfe wünschen



Kontakt:

Westernstraße 28
33098 Paderborn
Tel.: 05251 12196-32
E-Mail: info@skf-paderborn.de

Ansprechpersonen: Ulrike Schulze, Dipl.-Sozialarbeiterin

Internetseite: www.skf-paderborn.de

Schuldenberatung

■ Schuldner- und Insolvenzberatungsstelle – Caritasverband Paderborn e.V.

Unsere Beratungsstelle hilft bei:

- der Gegenüberstellung der laufenden monatlichen Einkünfte und Ausgaben (Haushaltsplan)
- der Sicherstellung grundlegender Zahlungen wie Miete und Energiekosten (Existenzsicherung)
- der Suche nach Einsparmöglichkeiten
- der Erstellung einer Schuldenübersicht (Gläubigerliste)
- Verhandlungen mit Gläubigern
- der Entschuldung im Rahmen eines Verbraucherinsolvenzverfahrens

Das Beratungsangebot ist vertraulich und kostenlos.



Kontakt:

Grube 1
33098 Paderborn
Tel.: 05251 1200
E-Mail: schuldnerberatung@caritas-pb.de

Ansprechpersonen: Jennifer Engemann, Nadine Hagemann, Hanna Ehlers

Internetseite:

<https://www.caritas-pb.de/Beratung-Betreuung/Schuldnerberatung/>

Sprechzeiten (telefonisch):

Mo. – Do.	8.30 – 13.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr
Fr.	8.30 – 13.00 Uhr

■ Schuldner- und Insolvenzberatung – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.

Die Schulden werden immer höher? Über Geld wird nur noch gestritten? Sie haben keinen Überblick mehr über Ihre finanziellen Angelegenheiten? Ohne professionelle Hilfe ist oft aus dieser Spirale nicht mehr herauszukommen. Die Schuldner- und Insolvenzberatung hilft bei der Erfassung und Bewertung der gesamten Schuldenlage und unterstützt bei der Aufstellung Ihrer monatlichen Einkünfte und Ausgaben. Wir helfen Ihnen bei Problemen mit Arbeitgeber*innen, Vermieter*innen oder Behörden und sichern mit Ihrer Zusammenarbeit den täglichen Lebensbedarf wie Miete, Strom usw.



Kontakt:

Riemekestr. 12
33102 Paderborn
Tel.: 05251 54018-48
E-Mail: koskinas@diakonie-pbhx.de

Internetseite: www.diakonie-pbhx.de

Sprechzeiten (telefonisch):

Mo. – Do.	9.00 – 12.30 Uhr
Fr.	9.00 – 12.00 Uhr

■ Migrantenberatung (Nachholende Integration)

Die Beratungsstelle unterstützt bereits länger in Deutschland lebende Menschen mit Migrationsgeschichte. Die Ratsuchenden werden zu alltäglichen Fragen des Lebens beraten, informiert und bei der Bewältigung von schwierigen Lebenslagen unterstützt.

Wir bieten Unterstützung zu allen Lebensbereichen an:

- Existenzsicherung
- Konfliktsituationen
- berufliche Orientierung
- Behördenkontakte
- Formularhilfen
- psychosoziale Beratung

Wir beraten Sie auf Deutsch und Russisch.

Unsere Beratung erfolgt streng vertraulich, auf Wunsch anonym und ist kostenlos.



Kontakt:

Klingender Straße 13
33100 Paderborn
Tel.: 05251 61097
E-Mail: seifried@diakonie-pbhx.de

Ansprechperson: Swetlana Seifried

Internetseite: www.diakonie-pbhx.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. 10.00 – 12.00 Uhr
Willebadessener Weg 3 in 33100 Paderborn

Do. 9.00 – 11.00 Uhr
Klingender Straße 13 in 33100 Paderborn

■ Monolith e.V. – Integrationsrunde

Ein Treffpunkt für Menschen insbesondere mit Zuwanderungsgeschichte. Kernpunkt des Angebots ist ein von der Leiterin vorbereiteter Impuls mit Informationen zu einem vorher gemeinsam abgestimmten Thema aus dem Alltag. Es besteht die Möglichkeit zu diskutieren und Hilfestellung in eigenen Fragestellungen zu erhalten.

Der Verein Monolith e.V. ist seit 19 Jahren ein wichtiger Akteur im Bereich der Integration von Zugewanderte im Kreis Paderborn. Ursprünglich von den Wohlfahrtsverbänden zur Eingliederung von Spätaussiedler*innen gegründet, hat sich der Verein im Laufe der Zeit mit seiner Arbeit und Erfahrung etabliert und seine Projekte und Maßnahmen auch auf andere Gruppen Zugewanderter ausgeweitet. Kreisweit bietet der Verein Gruppen des Lernens und der Begegnung an, Samstagsschulen für Kinder und Jugendliche, niederschwellige Beratung für Zugewanderte und Ferienangebote. Über 100 Ehrenamtliche unterstützen die Arbeit des Vereins.

Integrationsrunde:

freitags, 11.00 – 14.00 Uhr; Monolith, Ledeburstr. 30, 33102 Paderborn.



Kontakt:

Ledeburstr. 30
33102 Paderborn
Tel. 05251 87 85 717
E-Mail: buero@netzwerk-monolith.de

Ansprechperson: Frau Dr. Frank

Internetseite: www.netzwerk-monolith.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do. 10.00 – 13.00 Uhr und nach tel. Vereinbarung

■ IN VIA Paderborn – Jugendmigrationsdienst

Der Jugendmigrationsdienst (JMD) begleitet junge Menschen mit Migrationshintergrund im Alter bis zu 27 Jahren bei ihrem schulischen, beruflichen und sozialen Integrationsprozess.

Alleinerziehende Frauen bis 27 Jahre mit Migrationshintergrund können sich an den Jugendmigrationsdienst wenden, wenn sie Unterstützung bei persönlichen oder behördlichen Anliegen wünschen oder ihren beruflichen (Wieder-)Einstieg planen.

Rufen Sie uns einfach unverbindlich an oder schreiben Sie uns eine Mail!

Der Jugendmigrationsdienst wird gefördert mit Mitteln des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, der Stadt Paderborn und mit IN VIA-Eigenmitteln.



Kontakt:

Bahnhofstraße 19
33102 Paderborn
Tel.: 05251 1228-0
E-Mail: L.ostendorf@invia-paderborn.de

Ansprechperson: Luzia Ostendorf

Internetseite: www.invia-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. 12.30 Uhr – 13.00 Uhr und nach Terminvereinbarung



Weitere Anlaufstellen

■ Kreis Paderborn, Jugendamt, Elterngeldstelle

Das Elterngeld ist eine Leistung für Mütter und Väter von Säuglingen und Kleinkindern, die ermöglichen soll, das Kind zu erziehen und zu betreuen. Es schafft einen Ausgleich, falls die Eltern weniger Einkommen haben, weil sie nach der Geburt zeitweise weniger oder gar nicht mehr arbeiten. Dadurch hilft das Elterngeld, die finanzielle Lebensgrundlage der Familien zu sichern. Elterngeld gibt es auch für Eltern, die vor Geburt des Kindes gar kein Einkommen hatten.

Es gibt drei Varianten:

- Basiselterngeld
- ElterngeldPlus
- Partnerschaftsbonus

Diese Varianten können auch miteinander kombiniert werden.

Elterngeld können Sie bekommen als:

- Elternpaar oder
- als alleinerziehender Elternteil oder
- als getrennt Erziehende.

Gerne beraten wir Sie zu den grundsätzlichen Anspruchsvoraussetzungen persönlich oder telefonisch während der o. g. Sprechzeiten. Eine telefonische Anmeldung oder Terminvereinbarung ist nicht erforderlich.



Kontakt:

Aldegrevestr. 10-14
33102 Paderborn
Tel.: 05251 308-5134
E-Mail: mueller-luethenk@kreis-paderborn.de

Ansprechperson: Frau Müller-Lüthen

Internetseite: www.kreis-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr. 8.30 – 12.00 Uhr,
Do. 14.00 – 18.00 Uhr

■ Katholische Erwachsenen und Familienbildung (kefb)

Zum Angebot der Katholische Erwachsenen und Familienbildung (kefb) gehören:

- WIR 2

Das Bindungstraining wir2 ist ein Angebot speziell an alleinerziehende Mütter und Väter, die sich in einer belastenden Situation Unterstützung wünschen. Das wir2 Programm erstreckt sich über 20 wöchentliche Gruppensitzungen und wird von einem Leitungsteam verantwortet.

In Kooperation mit der Ehe-, Lebens- und Familienberatung im Erzbistum Paderborn. Weitere Infos unter www.paderborn.efl-beratung.de oder Tel.: 05251 26071

- Gruppe für Mütter und Väter, die alleinerziehend sind, sich alleinerziehend fühlen oder verwitwet sind.

Alleinerziehende und Verwitwete mit Kindern fühlen sich häufig mit ihren Problemen alleingelassen: die überwiegende Verantwortung für die Kinder, das Aufgerieben werden zwischen Kindern, Beruf und Haushalt, wenig Zeit für sich selbst, Verlust von Kontakten im Freundes- und Bekanntenkreis, finanzielle Probleme, Probleme mit Behörden und einiges mehr – bei den getrennt Lebenden und Geschiedenen noch die Probleme mit dem/der Ex-Partner*innen. Es können neue Kräfte, Energien, Stärken und ganz neue Wege der Lebensgestaltung gefunden werden.

In unserer Gruppe können Sie Solidarität zu ähnlich Betroffenen erleben, sich austauschen und Mut machen, eventuell Anregungen bekommen und geben, miteinander Spaß haben und vielleicht die Freizeit gemeinsam gestalten.

Treffen: Die Treffen finden nach Absprache samstags von 9.45 Uhr – 12.00 Uhr im Dionysiushaus in der Von-Ketteler-Straße 38 in Elsen statt. Anmeldung bei Frau Brigitte Klerx-Hermanni, Tel.: 05251 7092589

- Gruppenangebot für Alleinerziehende mit Britta Limberg – in Kooperation mit dem Familienzentrum St. Liborius Paderborn.

Der Alltag von Alleinerziehenden gestaltet sich anders als der von Paaren. Schon alleine die Verantwortung, immer für die Kinder zuständig zu sein, ist eine große Aufgabe und Herausforderung. In der Gruppe können neue Kontakte geknüpft und gemeinsame Freizeitaktivitäten geplant, aber auch Themen wie Tipps in der Kindererziehung, Schwierigkeiten mit dem Vater der Kinder oder dem/der neuen Freund*in besprochen werden. Die Gruppe ist zur gegenseitigen Stärkung und Unterstützung gedacht. Alle sind mit Ihren Themen und Wünschen herzlich eingeladen.

Treffen: Die Gruppe trifft sich regelmäßig donnerstags von 16.30 – 18.00 Uhr, Gierswall 25, Paderborn. Anmeldung und Information unter Tel. 05251 4148805 oder britta.limberg@web.de



Allgemeiner Kontakt:

Giersmauer 21
33098 Paderborn
Tel.: 05251 689858-10
E-Mail: paderborn@kefb.de

Ansprechpersonen: A. Jungkamp, S. Kluge

Internetseite: www.kefb.de/paderborn

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo., Di., Do., Fr. 09.00 – 12.30 Uhr
Mo. – Do. 14.00 – 17.00 Uhr

■ IN VIA Paderborn e.V.

- Wir beraten und begleiten Jugendliche in Schule und im Übergang Schule – Beruf.
- Wir vermitteln in Ausbildung und Arbeit.
- Wir bieten langzeitarbeitslosen Menschen gemeinnützige Beschäftigung an.
- Wir unterstützen alleinerziehende Frauen.
- Wir beraten, unterstützen und qualifizieren Jugendliche und Erwachsene mit Zuwanderungsgeschichte.

Unsere Einrichtungen:

Das Lädchen - Kaufen, Hilfen & Begegnung

Das IN VIA Bildungswerk - Offene Bildungsangebote

Die Bahnhofsmision Paderborn

Die Landeskoordinierung berufliche und soziale Integration Suchtkranker in NRW



Kontakt:

Bahnhofstr. 19
33102 Paderborn
Tel.: 05251 12280
E-Mail: zentrale@invia-paderborn.de

Internetseite: www.invia-paderborn.de

Sprechzeiten:

Mo. – Fr. 8.30 – 12.00 Uhr
Mo. – Do. 14.30 – 16.30 Uhr
und nach Vereinbarung



■ Bildungsbüro Kind & Ko – Jugendamt Stadt Paderborn

Das Bildungsbüro Kind & Ko ist eine Anlaufstelle für den gesamten Bereich der frühkindlichen Bildung in der Stadt Paderborn. Die Aktivitäten zur Verbesserung der Bildungs- und Entwicklungschancen aller Kinder von 0 bis 10 Jahren sind in einen kooperativen und stadtweiten Prozess mit unterschiedlichen Partner*innen eingebunden. In gemeinsamer Verantwortung tragen alle Beteiligten zur erfolgreichen und trägerübergreifenden Umsetzung konkreter Maßnahmen bei. Das Team des Bildungsbüros Kind & Ko begleitet, koordiniert und informiert Eltern, Institutionen und pädagogische Fachkräfte und setzt Maßnahmen um, die in Netzwerken gemeinsam konzipiert werden. Damit wird mehr Familienfreundlichkeit und höhere Bildungsqualität in der Stadt Paderborn geschaffen. Insgesamt gibt es vier wesentliche Themenschwerpunkte und Handlungsfelder: Frühe Hilfen – Bildung – Kinderschutz – Übergang Kita - Grundschule.

Folgende Angebote bietet das Bildungsbüro Kind & Ko für Familien und Alleinerziehende an:

„**KOSIAN – „KOMM SICHER AN“** ist ein Team mit ehrenamtlichen Frauen, die seit 2007 jedes neugeborene und neu hinzugezogene Kind bis zu 6 Jahren in der Stadt Paderborn willkommen heißen und das Elternbegleitbuch überreichen. Die ehrenamtlichen Willkommensbesucherinnen informieren die jungen Familien im persönlichen Gespräch über das breite Spektrum an Angeboten in der Stadt Paderborn.

Der **Frühstückstreff Baby & Ko** lädt alle Mütter und Väter mit ihren Babys bis zum ersten Lebensjahr wöchentlich in verschiedenen Treffs zum Austausch und Frühstück ein. Die Familien können es sich und ihrem Baby gut gehen lassen, Familienhebammen und Sozialarbeiterinnen sind als Ansprechpartnerinnen vor Ort und wiegen die Babys oder beraten die Familien auf Wunsch!

Das **Kindercafé Kind & Ko** ist ein wöchentliches und kostenfreies Angebot für Kinder von 1 bis 2 Jahren mit ihrer Mama, ihrem Papa, ihrer Oma oder ihrem Opa. In angenehmer und entspannter Atmosphäre warten Kaffee, Kuchen und andere Snacks auf die kleinen und großen Besuchende, ebenso stehen unterschiedliche Spielangebote bereit. Es können Kontakte mit anderen Eltern geknüpft werden und die Besucher*innen können sich bei Bedarf von einer Familienkinderkrankenschwester und einer Pädagogin beraten lassen.

Beide Treffs sind völlig kostenlos und können ohne Anmeldung besucht werden. Aktuelle Termine sind über die Homepage des Bildungsbüros Kind & Ko einzusehen: www.kindundko-paderborn.de



Kontakt:

Am Hoppenhof 33

33104 Paderborn

Tel.: 05251 88-11183

E-Mail: kindundko@paderborn.de

Ansprechpersonen: Britta Vollmann, Lea Berking, Theresa Driller

Internetseite: www.kindundko-paderborn.de

■ Jugendamt der Stadt Paderborn – Familienhebammen/ Familienkinderkrankenschwester

Das Team bei der Stadt Paderborn besteht aus drei Familienhebammen und einer Familienkinderkrankenschwester, die alle eine Zusatzqualifikation haben und praktische Hilfen für den Alltag anbieten.

Alle werdenden Mütter oder Eltern mit Säugling oder Kleinkind, die sich zusätzliche Unterstützung wünschen, werden von dem Team kostenlos beraten und unterstützt. Die Familienhebammen und Familienkinderkrankenschwestern kommen auf Wunsch auch nach Hause und binden alle Familienmitglieder in ihre Arbeit mit ein. Ein weiteres wichtiges Ziel ist, gemeinsam zu versuchen, die Alltagssituationen zu meistern.

- Allgemeine und gesundheitliche Entwicklung des Babys / Kleinkindes
- Umgang mit dem Säugling / Kleinkind und Bewältigung des Alltags
- Schrei- und Schlafstörungen
- Stillen und Ernährungsfragen
- Pflege des Kindes
- Unfallvermeidung
- Plötzlicher Kindstod
- Stärkung der Eltern-Kind-Bindung

- Feinzeichen des Babys / Kleinkindes erkennen und verstehen
- Begleitung zu Ärzt*innen und Ämtern
- Bewältigung des Alltags mit zu früh geborenen, chronisch kranken Kindern oder Kindern mit Behinderung
- Koordinierung von Hilfs- und Unterstützungsangeboten im gesundheitlichen und psychosozialen Bereich

Natürlich beraten wir sie auch telefonisch – selbstverständlich vertraulich und kostenfrei.

Neben den Sprechstunden bietet das Team gemeinsam mit dem Bildungsbüro Kind & Ko sowie mit anderen Kooperationspartner*innen drei offene Angebote an: Zum einen die beiden Frühstückstreffe „Baby & Ko“ für Eltern mit Baby bis zum 1. Lebensjahr und zum anderen das Kindercafé „Kind & Ko“ für Eltern mit einem Kleinkind zwischen dem 1. und 2. Lebensjahr.



Kontakt:

Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn

Ansprechpersonen:

Anke Graben, Tel.: 05251 88-128766, a.graben@paderborn.de
Gisela Greitens, Tel.: 05251 88-12941, g.greitens@paderborn.de
Daniela Kaiser, Tel.: 05251 88-128765, d.kaiser@paderborn.de
Eva Zawalski, Tel.: 05251 88-11905, e.zawalski@paderborn.de

Internetseite: www.kindundko-paderborn.de -> Frühe Hilfen -> Familienhebammen/Familienkinderkrankenschwester

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Die Sprechzeiten finden Sie auf der oben aufgeführten Internetseite.

Gesprächskreise und Treffpunkte

Alleinerziehendengruppe Elsen im Dionysiushaus Elsen

Die Gruppe richtet sich an Frauen und Männer (ohne Kinder oder mit Kindern), die alleinerziehend sind, sich alleinerziehend fühlen oder verwitwet sind. Parallel zur Erwachsenengruppe wird Kinderbetreuung angeboten.

In der Gruppe können die Teilnehmenden Solidarität zu ähnlich Betroffenen erleben, sich austauschen, sich gegenseitig Mut machen, Anregungen bekommen und geben, miteinander Spaß haben und vielleicht die Freizeit gemeinsam gestalten.



Kontakt:

Von-Ketteler-Str. 38
33106 Paderborn
Tel.: 05251 7092589
E-Mail: klerx-hermanni@web.de

Ansprechperson: Brigitte Klerx-Hermann

Treffen:

einmal im Monat,
samstags 09.45 Uhr – 12.00 Uhr

Monolith e.V. – Internationaler Frauentreff Lieth-Kaukenberg

Ein Gesprächs- und Begegnungsangebot für Frauen insbesondere mit Zuwanderungsgeschichte. Es werden Themen aus Gesellschaft und Politik, Geschichte, Religion und Ethik, Literatur, Ernährung und Ökologie aufgegriffen, diskutiert und behandelt. Bei Bedarf werden Fachleute eingeladen. Es besteht die Möglichkeit, Handarbeiten mitzubringen und gemeinsam zu kochen.

Der Verein Monolith e. V. ist seit 19 Jahren ein wichtiger Akteur im Bereich der Integration von Zugewanderten im Kreis Paderborn. Ursprünglich von den Wohlfahrtsverbänden zur Eingliederung von Spätaussiedler*innen gegründet, hat sich der Verein im Laufe der Zeit mit seiner Arbeit und Erfahrung etabliert und seine Projekte und Maßnahmen auch auf andere Gruppen von Zugewanderten ausgeweitet. Kreisweit bietet der Verein Gruppen des Lernens und der Begegnung an, Samstagsschulen für Kinder und Jugendliche, niederschwellige Beratung für Zugewanderte und Ferienangebote. Über 100 Ehrenamtliche unterstützen die Arbeit des Vereins.

**Kontakt:**

Internationaler Frauentreff Lieth-Kaukenberg:
mittwochs, 9.00 – 13.00 Uhr
Jugendtreff No. 1
Auenhauser Weg 1
33100 Paderborn.

Allgemeiner Kontakt:

Ledeburstr. 30
33102 Paderborn
Tel.: 05251 87 85 717
E-Mail: buero@netzwerk-monolith.de

Ansprechperson: Frau Dr. Frank

Internetseite: www.netzwerk-monolith.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. bis Do. 10.00 – 13.00 Uhr

■ Monolith e.V. – Gemeinsam lernen macht Spaß

Ein Angebot für Mütter mit Kindern von 1-3 Jahren. In einer kleinen Runde können sich Frauen über spezifische Themen unterhalten, gemeinsame Aktivitäten entwickeln und gegenseitige Unterstützung anbieten.

**Kontakt:**

Gemeinsam lernen macht Spaß:
donnerstags, 9.00 – 10.30 Uhr
Familienzentrum St. Liborius
Gierswall 25
33102 Paderborn.

Allgemeiner Kontakt:

Ledeburstr. 30
33102 Paderborn
Tel.: 05251 87 85 717
E-Mail: buero@netzwerk-monolith.de

Ansprechperson: Frau Dr. Frank

Internetseite: www.netzwerk-monolith.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. bis Do. 10.00 – 13.00 Uhr



■ Besuchs-Café des FreienBeratungsZentrums

Das Besuchs-Café, ein Projekt des FreienBeratungsZentrums in Kooperation mit dem Kinderschutzbund Kreisverband Paderborn, ist ein kostenfreies Angebot, bei dem Eltern Umgangszeit mit ihren Kindern verbringen können.

Kindergerechte Räume und altersentsprechende Spielmaterialien ermöglichen dem Elternteil einen unbeschwerten Umgang mit dem Kind/den Kindern eigenständig zu gestalten.

Das Besuchs-Café ist einmal im Monat jeweils am zweiten Samstag von 14.00 – 17.00 Uhr geöffnet – auch während der Ferien und Feiertage.

Das Angebot richtet sich an Eltern, die bei der Organisation und Durchführung des Umgangs Unterstützung in Anspruch nehmen möchten. Das Café kann während der Öffnungszeiten auch als Ort der „Übergaben“ genutzt werden.

In den Räumen des Besuchs-Cafés kann gemeinsam mit den Kindern gespielt, gemalt, gebastelt, gebacken, gekickert oder einfach nur in der Kuschelecke vorgelesen werden. Für Getränke und kleine Snacks wird gesorgt.

Bei Bedarf steht Ihnen eine kompetente Ansprechperson zur Verfügung und gibt Anregungen zum Spiel.

Um eine Anmeldung wird gebeten unter: FreiesBeratungsZentrum 05251 150950.

**Kontakt:**

Nordstraße 6-8
33102 Paderborn
Tel.: 05251 150950
E-Mail: info@fbz-pb.de

Ansprechperson: Monika Wiegand-Timmermann

Internetseite: www.fbz-pb.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. bis Do. 9.00 – 16.00 Uhr
Fr. 9.00 – 12.00 Uhr

■ KIM Soziale Arbeit e.V. Mutter-Kind-Haus

Teilstationäre Einrichtung für Schwangere und alleinerziehende Mütter und Väter mit einem Kind unter 6 Jahren.

Das Mutter-Kind-Haus leistet teilstationäre Eingliederungs- und Erziehungshilfe in einem 24-Stunden Setting. Unsere Arbeitsschwerpunkte sind die Sozialtherapie der/des Mutter/Vaters sowie die Hilfe bei der Erziehung des Kindes. Die Mutter/ der Vater bewohnt mit ihrem Kind eine Einzelwohnung. Das Haus verfügt über einen eigenen Kinderbereich. Bei besonderem Betreuungsbedarf können zusätzlich individuelle Absprachen getroffen werden. Mit ihrer Bezugsbetreuerin führt die Mutter /der Vater regelmäßige Einzelgespräche, um ihre Ziele zu verwirklichen und sie mit den Bedürfnissen ihres Kindes in Einklang zu bringen.

Wir begleiten bei Problemen während der Schwangerschaft und nach der Geburt, unterstützen beim Aufbau der Erziehungskompetenz und fördern mit der Mutter gemeinsam die Entwicklung ihres Kindes. Bei Bedarf regen wir den (Wieder-) Aufbau der Beziehung zum Kindesvater an. Falls notwendig, sind wir bei der Suche nach weiteren therapeutischen Hilfen und anderer Dienste behilflich und unterstützen die Kindesmutter (Vater) ganz konkret bei schulischen und beruflichen Problemen. Die Bewohner*innen planen und gestalten ihre Freizeit aktiv mit den Kindern. Die Fähigkeiten im konkreten Alltagsgeschehen werden durch gemeinsames Einkaufen, Kochen etc. gestärkt. Wir beraten bei Substitutionsfragen und helfen bei einer gebrauchsfreien Alltagsbewältigung. Konsumvorfälle werden aufgearbeitet und zukünftige Risiken mithilfe einer aktiven Rückfallprophylaxe gemindert. Zum Ende einer Maßnahme unterstützen wir bei der Suche nach einer geeigneten Wohnung. Bei Bedarf bieten wir nach Auszug eine Nachbetreuung an.



Kontakt:

Friedrichstraße 21

33102 Paderborn

Tel.: 05251 280024

E-Mail: mutter-kind-haus@kim-paderborn.de

Ansprechperson: Frau Meller/Enns

Internetseite: www.kim-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. bis Fr. 8.00 – 17.00 Uhr

■ IN VIA St. Lioba gGmbH – Mutter und Kind Initiative (MuKI)

Seit Mai 2004 bietet die IN VIA St. Lioba gGmbH jungen Müttern mit oder ohne Behinderung mit ihren Kindern die Wohnmöglichkeit in der Mutter und Kind Initiative. Mit Hilfe der Mutter und Kind Initiative erhalten die Bewohnerinnen die Chance, ihre Lebensplanung neu zu gestalten und Entscheidungen für die gemeinsame Zukunft mit ihrem Kind zu treffen.

Das sozialpädagogische Angebot umfasst:

- Die Begleitung bei Schwangerschaft und Geburt
- Hilfen bei der eigenständigen und eigenverantwortlichen Versorgung des Kindes
- Unterstützung beim Aufbau einer emotional stabilen Mutter-Kind Bindung
- Begleitung und Förderung der Entwicklung der Kinder
- Vermittlung von erzieherischen und pflegerischen Kompetenzen
- Unterstützung sich in der neuen Mutterrolle zurechtzufinden
- Anleitung zur selbständigen Haushaltsführung und Gesundheitsfürsorge
- Entwicklung, Förderung und Absicherung des schulischen bzw. beruflichen Werdeganges

Durch das angrenzende Berufsförderzentrum besteht die Möglichkeit ein Praktikum, eine Berufsförderung oder auch eine Berufsausbildung zu absolvieren, um so den schulischen bzw. beruflichen Werdegang abzusichern. Während dieser Zeit ist die Kinderbetreuung gewährleistet.

Die Voraussetzungen für die Aufnahme sind:

- ein persönliches Informations- und Kennlerngespräch
- die Zusage des zuständigen Jugendamtes, die Kosten zu übernehmen (gem. §§ 19 und 27 SGB VIII) bzw. anderer Kostenträger



Kontakt:

Tegelweg 83

33102 Paderborn

Tel.: 05251 155239

E-Mail: muki@invia-stlioba.de

Ansprechperson: Brunhilde Wrede-Timmermann

Internetseite: www.invia-stlioba.de

■ Caritas Information und Beratung

„Auch Alltagsengel brauchen neuen Schwung.“

Dieses Motto bringt auf den Punkt, was viele Mütter/Väter und Pflegende erleben: Sie sind Beschützer*in, liebevolle/r Freund*in, Pädagog*in, Organisator*in, Köch*in, Reinigungskraft und pflegende*r Angehörige*r, immer da – eben wie ein Engel. Doch bringt die Doppel- und Dreifachbelastung durch Familie, Haushalt und Beruf, Pflege und die hohen Erwartungen viele Mütter/Väter/Pflegende an ihre Grenzen. Folgen sind Erschöpfung, Stress, ständiger Zeitdruck, Schlafstörungen und vieles mehr. Dann hilft eine Vorsorge oder Rehabilitationsmaßnahme: eine Mütterkur oder eine Mutter-Kind-Kur/Vater-Kind-Kur oder eine Kur für pflegende Angehörige. Dabei können sie den Alltag für drei Wochen hinter sich lassen, Kraft tanken und gesundwerden. In den Kliniken des Müttergenesungswerkes werden Sie individuell und ganzheitlich von fachkundigen Expertenteams behandelt und gemeinsam werden Impulse für den Alltag erarbeitet. Dabei geht es auch um Rollenbilder und um Kraftquellen für neue Energien sowie um die Stärkung der Mutter-/Vater-Kind-Beziehung und um Stärkung der Gesundheit für Pflegende die helfen, den Lebensalltag besser zu bewältigen.

In unserer kostenlosen Kurberatung klären wir im persönlichen Gespräch, welche Form der Maßnahme in Frage kommt und unterstützen Sie bei allen weiteren Schritten. Ist eine Vorsorge oder Reha das Richtige für mich? Wie stelle ich den Antrag? Welche Antragsunterlagen benötige ich? Was muss ich mit meinem Arzt besprechen? Welche Klinik kommt in Frage? Wie kann ich die positiven Erfahrungen der Kur später im Alltag bewahren? Bei uns erfahren Sie alles rund um die medizinische Vorsorge und Rehabilitation für Mütter/Väter/Pflegende und erhalten Tipps für den Weg aus der „Überforderungsfalle“ – auch nach der Kur bei der Umsetzung. Unser Angebot kann selbstverständlich von allen, unabhängig von Religion, Weltanschauung etc. genutzt werden. Allen, die uns um Beratung bitten, begegnen wir wertschätzend und bieten ihnen die Unterstützung an, die wichtig für sie ist. Es gibt aber auch die Möglichkeit, sich gezielt christliche Angebote in einer Klinik (Gottesdienste, Gesprächsrunden...) auszusuchen und zu nutzen. In Situationen von psychischer Belastung, aber auch Trauer besteht oft ein besonderes Bedürfnis nach Spiritualität.

Neben der persönlichen Beratung bieten wir auch Online-Beratung an unter www.beratung-caritas.de. Ebenfalls können Sie unsere Hotline unter der Nummer: 0180 140 0 140 (3,9 Cent pro Min. aus dem deutschen Festnetz) nutzen.



Kontakt:

Grube 1
33098 Paderborn
Tel.: 05251 889-1281 oder 889-1000
E-Mail: sabine.lohmann@caritas-pb.de

Ansprechperson: Sabine Lohmann

Internetseite: www.caritas-pb.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Di. und Do. 8.30 – 16.00 Uhr und nach Vereinbarung

■ AWO Soziale Dienste Paderborn – Kurberatung und Vermittlung

Mutter/Vater-Kind Vorsorge und Rehabilitationsmaßnahmen sind ein wichtiger Beitrag zur Stärkung der Gesundheit von Müttern, Vätern und ihren Kindern, zur Vorbeugung von Krankheiten bzw. zur Unterstützung der Genesung nach einer Krankheit: Die Kurberatungsstelle der AWO Paderborn informiert Sie gerne und klärt ihre Fragen. Ihre Krankenkasse entscheidet über ihren Antrag auf eine Kurmaßnahme. Wir helfen Ihnen bei der Suche nach einem geeigneten Kurhaus.

Durch die Kurberatung und -vermittlung bei der AWO entstehen Ihnen keine Kosten.

Die AWO Kurberatung unterstützt Sie:

- bei der Wahl des für Sie geeigneten Kurhauses
- beim Antragsverfahren
- bei den Finanzierungsmodalitäten



Kontakt:

Leostr. 45
33098 Paderborn
Tel.: 05251 29066 -14
E-Mail: a.luthermann@awo-paderborn.de

Ansprechperson: Astrid Luthermann

Internetseite: www.awo-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. und Mi. 8.00 – 16.00 Uhr
Do. 8.00 – 12.00 Uhr

■ Deutsches Rotes Kreuz – Kreisverband Paderborn

Das Deutsche Rote Kreuz, Kreisverband Paderborn bietet Beratungen und Hilfe bei der Beantragung einer Mutter/Vater-Kind-Kur im Rahmen des Müttergenesungswerkes an.

Dabei können Fragen zur Vorbereitung einer Kur, Erwartungen und Möglichkeiten der Finanzierung besprochen werden.

Frauen und Männer in aktueller Erziehungsverantwortung haben einen Anspruch auf Gewährung einer Mutter/Vater-Kind-Maßnahme, sofern die individuellen und medizinischen Voraussetzungen dafür vorliegen.



Kontakt:

Neuhäuserstr. 64
33102 Paderborn
Tel.: 05251 13093-0
E-Mail: info@drk-paderborn.de

Ansprechperson: Regina Seiler

Internetseite: www.drk-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo., Di., Mi. und Fr. 8.30 Uhr – 12.00 Uhr

Vereinbarkeit Familie und Beruf/Berufliche Weiterbildung

■ MamaVia – IN VIA Paderborn e.V.

1. Coaching und Beratung für alleinerziehende Frauen

Unser Beraterinnenteam bietet Ihnen, egal ob alleinstehend, getrenntlebend oder geschieden, professionelle Hilfe zu folgenden Themen an:

- Bewältigung des Alltags, Entlastung, Burnout-Prophylaxe
- Berufliche Orientierung und Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Wirtschaftliche Situation
- Erziehungsfragen

2. Gruppenangebote für Mütter mit und ohne ihre Kinder

Die Angebote bieten Ihnen die Möglichkeit:

- zum Austausch
- sich fachkundig zu informieren
- gemeinsame Aktivitäten zu erleben
- Atem zu holen für den Alltag

3. Begleitung und Unterstützung durch ehrenamtliche Mentorinnen unseres Kooperationspartners Sozialdienst Kath. Frauen Paderborn (SKF)

Die Mentorinnen unterstützen regelmäßig und kommen nach Hause oder unternehmen Freizeitaktivitäten. Sie:

- hören zu und machen Mut
- stehen Ihnen mit ihren Erfahrungen und Fähigkeiten bei Bedarf zur Seite

MamaVIA wird finanziert aus Mitteln des Erzbistums Paderborn. Rufen Sie uns einfach unverbindlich an oder schreiben Sie uns eine Mail!



Kontakt:

Bahnhofstraße 19
33102 Paderborn
Tel.: 05251 1228-0
E-Mail: k.straetling@invia-paderborn.de

Ansprechperson: Karin Strätling

Internetseite: www.invia-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr. 8.30 Uhr – 15.30 Uhr



■ IN VIA Paderborn Fachberatung für Teilzeitausbildung – Berufliche Chancen für junge Eltern und pflegende Angehörige

Durch die Fachberatung für Teilzeitausbildung werden ausbildungsinteressierte Menschen mit Familienverantwortung individuell begleitet, in Betrieben des allgemeinen Arbeitsmarktes eine Ausbildung in Teilzeit (ca. 30 Std. / Woche) aufzunehmen und erfolgreich zu beenden.

Das Projekt gliedert sich in eine 4-6-monatige Vorbereitungsphase auf den Ausbildungseinstieg und eine 6-8-monatige Begleitphase während der Ausbildung in Teilzeit.

Ausbildungsinteressierte Projektteilnehmende erhalten individuelle Unterstützung in allen Belangen, die für die Aufnahme einer Ausbildung relevant sind.

Ausbildungsbereite Betriebe erhalten alle für eine Teilzeitberufsausbildung relevanten Informationen und Unterstützungsleistungen, um einen erfolgreichen Abschluss einer Teilzeitausbildung zu ermöglichen bzw. zu gewährleisten.

Die Finanzierung erfolgt mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds. Ebenfalls fließen IN VIA-Eigenmittel in die Finanzierung ein.

Rufen Sie uns einfach unverbindlich an oder schreiben Sie uns eine Mail!



Kontakt:

IN VIA Paderborn e.V.
Bahnhofstraße 19
33102 Paderborn
Tel.: 05251 1228-0
E-Mail: e.grosche@invia-paderborn.de

Ansprechperson: Eva Grosche

Internetseite: www.invia-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr. 8.30 Uhr – 15.30 Uhr



■ IN VIA Beratungsstelle Jugend und Beruf

Die Beratungsstelle Jugend und Beruf bietet Hilfen für Jugendliche und junge Erwachsene bis 27 Jahre an, die sich im Übergang Schule – Beruf befinden und bei persönlichen, schulischen oder beruflichen Fragen Unterstützung suchen.

Alleinerziehende Frauen bis 27 Jahren können sich an die Beratungsstelle wenden, wenn sie ihren beruflichen (Wieder-)einstieg planen.

Unser Berater*innenteam bietet Ihnen professionelle Hilfe zu folgenden Themen an:

- individuelle Einzelberatung bei persönlichen, schulischen, beruflichen Fragen
- Unterstützung bei der Integration in Ausbildung oder Arbeit
- Hilfen bei der Erstellung aussagefähiger Bewerbungsunterlagen
- Unterstützung bei der Integration in weitere Hilfesysteme
- Clearing, Vorbereitung auf Ausbildung/Teilzeitausbildung

Rufen Sie uns einfach unverbindlich an oder schreiben Sie uns eine Mail!

Die Finanzierung erfolgt aus Mitteln des Landes Nordrhein-Westfalen, der Stadt und des Kreises Paderborn sowie aus IN VIA-Eigenmitteln.



Kontakt:

Bahnhofstraße 19
33102 Paderborn
Tel.: 05251 1228-0
E-Mail: k.straetling@invia-paderborn.de

Ansprechperson: Karin Strätling

Internetseite: www.invia-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr. 8.30 Uhr – 15.30 Uhr

■ IN VIA Bildungswerk – Lernen, erleben, begeistern!

Mit dem IN VIA Bildungswerk bieten wir Alleinerziehenden ein breit gefächertes Kursangebot zu den folgenden Themen an:

- EDV: Word, Internet, Tastaturschulung, Fotobuch am PC erstellen
- Sprachen: Englisch, Spanisch, Deutsch für Migrant*innen
- Soziales/Seminare: Achtsamkeitstraining, Burnout-Prävention, Eigensicherung für Frauen
- Gesundheit/Entspannung: Fit-Mix und Zumba, Yoga, Tai-Chi
- Nähen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
- Kochkurse: Spezialitäten aus Burgund, Schnelle Gerichte für jeden Tag, gut & günstig kochen
- Kreatives: Kalligraphie, Klöppeln, Aquarellmalerei

Weitere aktuelle Kurse finden Sie in unserem Kursprogramm im Internet unter: www.invia-paderborn.de

Wenn Sie eine Paderborn-Karte vorlegen, können wir Ihnen die Kursgebühren ermäßigen.

Rufen Sie uns einfach unverbindlich an oder schreiben Sie uns eine Mail!



Kontakt:

IN VIA Paderborn e.V.
Bahnhofstraße 19
33102 Paderborn
Tel.: 05251 1228-0
E-Mail: bildungswerk@invia-paderborn.de

Ansprechperson: Christa Linne

Internetseite: www.invia-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr. 9.30 – 12.30 Uhr und
14.00 – 16.00 Uhr

■ Familienbund der Katholiken im Erzbistum Paderborn e.V.

Der Familienbund der Katholiken ist die Interessengemeinschaft zur Vertretung und Koordinierung familienbezogener Anliegen in Kirche, Staat, Gesellschaft und Politik.

Hieraus ergibt sich der besondere Auftrag des Familienbundes für den Schutz und das Gelingen von Familie einzutreten; hier nimmt er seinen spezifischen Auftrag wahr.

Der Familienbund ist Träger von Angeboten der Familienbildung und Familienpastoral. Darüber hinaus organisiert und unterstützt er Selbsthilfemaßnahmen von Familien und tritt als Träger von Modellprojekten familienbezogener Arbeit auf.

Konkret bietet der Familienbund Seminare an Wochenenden und in den Ferien für Mütter mit Kindern, Väter mit Kindern, Eltern mit Kindern und Großeltern mit Kindern an. Die Seminare werden in enger Kooperation mit der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung (KEFB) und der Vereinigung der Familienbildung im Erzbistum Paderborn als vom Land NRW anerkannte Träger der Weiterbildung durchgeführt.



Kontakt:

Kilianstr. 26
33098 Paderborn
Tel.: 05251 8795205
E-Mail: info@familienbund-paderborn.de

Ansprechperson: Yvonne Pakosch

Internetseite: www.familienbund-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr. 8.00 – 16.00 Uhr

■ Mentoring für alleinerziehende Frauen zur beruflichen Integration – Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Ortsverein Paderborn

Alleinerziehende Frauen wünschen sich Netzwerke, Unterstützer*innen und Vorbilder, um beruflich Fuß zu fassen.

Deswegen suchen wir Sie:

- Sie haben die Erfahrung, dass Haushalt, Kinder und Berufsleben miteinander zu vereinbaren sind?
- Sie haben Lust, Ihre positiven Erfahrungen mit Frauen zu teilen?
- Sie haben Lust, eine alleinerziehende Frau auf dem Weg der beruflichen Integration zu begleiten?

Dann werden Sie ehrenamtliche Mentorin!

Wir bieten:

- Schulung und Vorbereitung für diese Aufgabe
- verlässliche Ansprechpartnerinnen für Ihre Fragen
- begleitende Beratung
- sozialräumliche Orientierung
- gutes Matching zwischen Ihnen und der alleinerziehenden Frau
- Erstattung von Fahrtkosten

Interessierte alleinerziehende Frauen, die Unterstützung suchen, wenden sich bitte an: IN VIA Paderborn e.V., MamaVia – Beratung für Alleinerziehende, Tel.: 05251 1228-0



Allgemeiner Kontakt:

Kilianstraße 28
33098 Paderborn
Tel.: 05251/12196-0
E-Mail: info@skf-paderborn.de

Ansprechperson: Anke Beniers

Internetseite: www.skf-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do. 8.30 – 12.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr
Fr. 8.30 – 12.00 Uhr

Kita und Schule

■ Kita-Navigator

Der Kita-Navigator liefert einen Überblick über Betreuungsangebote der Paderborner Kindertageseinrichtungen in städtischer, kirchlicher und freier Trägerschaft. Die verschiedenen Einrichtungen werden mit ihren pädagogischen Profilen vorgestellt. Durch die Bildergalerien erhalten Sie einen ersten Eindruck.

Die Vergabe der Kita-Plätze in der Stadt Paderborn erfolgt ausschließlich über den Kita-Navigator. Wenn Sie einen Kita-Platz suchen, ist eine Vormerkung im Kita-Navigator unbedingt erforderlich. Sie können Ihr Kind bei bis zu fünf Kitas vormerken.

Den Kita Navigator finden Sie hier: www.kita.paderborn.de



Bei weiteren Fragen:

Stadt Paderborn
Jugendamt
Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn
Telefon: 05251/8822970
E-Mail: kita-navigator@paderborn.de

■ Grundschulen und weiterführende Schulen

Eine Auflistung der städtischen Grundschulen und weiterführenden Schulen sowie weitere Schulen in Paderborn finden Sie auf der Internetseite der Stadt Paderborn.

Städtische Grundschulen:

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/35YkEtg

Städtische weiterführende Schulen:

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/35XhgP4

Weitere Schulen in Paderborn:

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3o2vtfk



■ Malteser Hilfsdienst e.V. Bezirk Westfalen-Lippe, Referat Schulbegleitdienst

„Hilfe den Bedürftigen“ ist eine zentrale Aufgabe der Malteser. Daher setzt sich der Malteser Schulbegleitdienst in Erziehungs- und Bildungseinrichtungen (Schule, Kindergarten, etc.) für die Teilhabe von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung ein.

Die Aufgaben einer Schulbegleitung sind so unterschiedlich wie die Menschen – jeder*r wird nach dem Grundgedanken der Inklusion in seiner/ihrer Einzigartigkeit akzeptiert und wertgeschätzt!

Die Schulbegleitung unterstützt Kinder und Jugendliche beim Besuch von Regel- und Fördereinrichtungen im Rahmen einer individuellen Betreuung. Dabei hat sie den Auftrag, behinderungsbedingte Benachteiligungen auszugleichen und gleichzeitig die Integration der Kinder und Jugendlichen in die Klasse bzw. in die Gruppe zu unterstützen.

Unsere Hilfe können Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene nach §§ 53,54 SGB XII in Verbindung mit SGB IX sowie § 35a SGB VIII erhalten, die von einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung betroffen oder bedroht sind.

Der Malteser Schulbegleitdienst

- berät unverbindlich Eltern, Einrichtungen und Interessierte zum Thema „Schulbegleitung“
- sucht eine individuell auf die Bedürfnisse des Kindes abgestimmten Schulbegleitung aus
- stellt die Schulbegleitung als Mitarbeiter*in des Malteser Hilfsdienstes ein und übernimmt alle Formalitäten, Pflichten und Risiken des Arbeitgebers
- bietet der Schulbegleitung Schulungen zur Einarbeitung, Fortbildungen und regelmäßige Dienstbesprechungen zur Absicherung der bestmöglichen Betreuung an
- stellt bei Krankheit der Schulbegleitung in den meisten Fällen eine Krankheitsvertretung zur Verfügung
- fungiert jederzeit als Ansprechpartner für Eltern, Lehrkräfte, Erzieher*innen, Klienten und Schulbegleiter*innen
- nimmt an Hilfeplangesprächen teil



Kontakt:

Kamp 22
33098 Paderborn
Tel.: 05251 135548
E-Mail: carmen.rosendahl@malteser.org

Ansprechperson: Carmen Rosendahl

Internetseite: www.malteser-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do. 9.00 – 12.00 Uhr

■ Schul- und Sportamt Kreis Paderborn



Kontakt:

Rathenaustraße 96
33102 Paderborn
Tel.: 05251 308-4000
E-Mail: amt-fuer-schule@kreis-paderborn.de

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qyQBQL

■ Sozialamt der Stadt Paderborn



Kontakt:

Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/39JrC6s

■ Schulverwaltungs- und Sportamt Stadt Paderborn, Paderborner Sportservice



Kontakt:

Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn
www.paderborn.de/sport

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3912dWB

■ Schulverwaltungs- und Sportamt Stadt Paderborn, Anmeldeverfahren weiterführende Schulen



Kontakt:

Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn

Kurz-Links zum Abtippen: (1) bit.ly/3bWQZV5 (2) bit.ly/3906xFw

■ Sozialpädagogische Familienhilfe

Die Sozialpädagogische Familienhilfe ist eine ambulante Hilfeform, die Gemeinschaften und Alleinerziehende mit Kindern in schwierigen Lebensphasen berät und begleitet. Sie findet im Wohn- und Lebensbereich der Menschen statt. Umfang und Dauer werden individuell mit den Lebensgemeinschaften besprochen. Das Jugendamt übernimmt die Kosten dieser Leistung.

**Kontakt:**

Leostraße 45
33098 Paderborn
Tel.: 05251 2906625
E-Mail: sf@awo-paderborn.de

Ansprechperson: Frau Berendes-Klöpfer

Internetseite: www.awo-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr. 8.00 – 9.00 Uhr

■ Zeitspende

Zeitspende ist eine Initiative von ehrenamtlichen Helfenden, die folgende Hilfen zur Alltagsbewältigung anbietet:

- Unterstützung Alleinerziehender
- Wunschoma/-opa
- Entlastung nach einem Krankenhausaufenthalt
- Lernhilfen für Kinder, Sprachförderung
- Kleine praktische Hilfen
- Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen
- Kontaktherstellung zu hauptberuflichen Helfenden

**Kontakt:**

Am Abdinghof 11
33098 Paderborn
E-Mail: info@zeitspende-paderborn.de
Ansprechpersonen: Anna Boxberger, Sabine Paus, Gudrun Timmermann, Cornelia Wapelhorst

Internetseite: www.zeitspende-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Büro für Bürgerengagement im historischen Rathaus
Mo. 15.00 – 17.00 Uhr

■ Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Paderborn e.V.

Das Patenprojekt ist eine Kooperation mit dem FreienBeratungsZentrum.

Unser Angebot richtet sich an Familien und/oder alleinerziehende Mütter/Väter, die besondere Unterstützung benötigen. So zum Beispiel Eltern/Alleinerziehende, die sehr jung ein Kind bekommen haben; Eltern, die sich Entlastung wünschen, weil mehrere Kleinkinder in der Familie aufwachsen; Eltern, die wenig Erfahrung bei der Bewältigung des Alltags mit Kleinkindern/Babys haben; Eltern, die wenig Unterstützung von Familien oder Freunden haben; Familien, die belastet sind durch psychische oder körperliche Erkrankungen der Eltern oder der Kinder.

Die Patenschaft bietet Beschäftigung/Freizeitgestaltung mit den Kindern sowie gemeinsame Aktivitäten, Entlastung bei der Bewältigung im Erziehungsalltag und Strukturierung des Tagesablaufs z. B. bei der Pflege und Ernährung des Kindes oder auch Informationen über Kontaktmöglichkeiten zu Müttern/Familien in ähnlichen Situationen.

Ehrenamtliche Patinnen begleiten Familien regelmäßig in ihrem Alltag. Bevor eine Patin in einer Familie aktiv wird, finden Kontaktgespräche mit der Patin und der Familie statt. Die Begleitung durch eine Patin ist für die Familie kostenfrei. Unsere ehrenamtlichen Patinnen haben Freude und Interesse daran, Familien mit Kindern zu begleiten. Die Patinnen besuchen ihre Familie nach Absprache, hierbei kann die Zeit flexibel eingeteilt werden. Individuelle Interessen von Patinnen und Familien werden bei der Vermittlung einer Patenfamilie selbstverständlich berücksichtigt.

**Kontakt:**

Nordstraße 6-8
33102 Paderborn
Tel.: 05251 150954
E-Mail: dksb-pb@fbz-pb.de

Ansprechperson: Alena Bröckling

Internetseite: www.kinderschutzbund-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do. 9.00 – 16.00 Uhr
Fr. 9.00 – 12.00 Uhr

Weitere Unterstützungsmöglichkeiten

■ FamilienServiceCenter im Historischen Rathaus

Alleinerziehende und Familien mit Kindern in Paderborn haben Anspruch auf die „Paderborn Karte“ und damit auf Vergünstigungen in vielen öffentlichen Einrichtungen, Geschäften und bei unterschiedlichsten Freizeitaktivitäten.

Der Antrag auf die Paderborn Karte kann persönlich im FamilienServiceCenter oder in den städtischen Verwaltungsstellen Schloß Neuhaus und Elsen gestellt werden.

Einen Online-Antrag finden Sie unter **www.familienervicecenter.de**



Kontakt:

Rathausplatz 1
33098 Paderborn
Tel.: 05251 8812085
E-Mail: info@familienervicecenter.de

Ansprechperson: Frau Brinkmann, Frau Karsch

Internetseite: www.familienervicecenter.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do. 10.00 – 12.30 Uhr und 14.00 – 17.00 Uhr
Fr. und Sa. 10.00 – 13.00 Uhr

■ Schulmaterialienkammer der Diakonie PB-HX e.V.

Die Schulmaterialienkammer engagiert sich dafür, dass die Bildungschancen von Kindern nicht an ihrer sozialen Herkunft scheitern.

Jede Mutter, jeder Vater wünscht sich, dass die Kinder in der Schule gut mitkommen. Eine Voraussetzung dafür ist, dass die Kinder mit den nötigen Heften, Stiften, Mal- und Zeichenartikeln etc. ausgestattet sind. Wird dies für Eltern zu einem finanziellen Problem, dann kann die Schulmaterialienkammer hier unterstützen.

Zu unseren Öffnungszeiten können Mütter oder Väter, die in Paderborn wohnen, gegen Vorlage eines Leistungsbescheids – wie z.B. Alg II – kostenlos Schulhefte, Schreibutensilien, Etuis etc. erhalten. Wir gehen die Materiallisten der Schulen durch und stellen das Nötige zusammen.

Für die Öffnungszeiten beachten Sie bitte unsere Veröffentlichungen auf **www.diakonie-pbhx.de** oder in der Tagespresse.



Kontakt:

Am Laugrund 5
33098 Paderborn
Tel.: 05251 63482
E-Mail: bornefeld@kkpb.de

Ansprechperson: Susanne Bornefeld

Internetseite: www.diakonie-pbhx.de

Sprechzeiten/Bürozeiten: wechselnd – siehe Termine auf der Homepage

■ Ökumenische Kleiderkammer des Martin-Luther-Pfarrbezirks und der St. Stephanus-Gemeinde

Menschen, die wenig Geld zur Verfügung haben, erhalten hier gegen eine kleine Spende gut erhaltene, saubere Kleidung und Schuhe.



Kontakt:

Klingenderstraße 13
33100 Paderborn
Tel.: 05251 5002-35
E-Mail: info1@diakonie-pbhx.de

Internetseite:

www.diakonie-pbhx.de/paderborn/beratung-und-hilfe/kleiderkammer.html

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Di. 15.30 – 17.00 Uhr
Abgabe jeden ersten Mittwoch im Monat von 17.30 – 18.30 Uhr
(In den Ferien ist die Kleiderkammer geschlossen)



■ DRK Kleiderstübchen

Nur weil Frau oder Mann alleinerziehend ist, soll Sie/Er sich selbst vernachlässigen und sich nicht modern anziehen?

Falsch! Grade wenn das Leben stressig ist, muss man sich auch mal eine Auszeit vom Alltag nehmen und einfach mal shoppen gehen.

„Aber das ist so teuer!“ sagen Sie?

Falsch!

Und wo?

Das DRK Kleiderstübchen bietet allen moderne Kleidung und vieles mehr gegen eine kleine Spende. Sie sind herzlich eingeladen uns in der Neuhäuser Straße zu besuchen.

Hier ist für alle was dabei!
Hier ist jede*r willkommen!



Kontakt:

Neuhäuser Straße 62 - 64
33102 Paderborn
Tel.: 05251 130930
E-Mail: z.erguen@drk-paderborn.de

Ansprechperson: Zekyie Ergün

Internetseite: <https://drk-kleiderstuebchen-paderborn.business.site/>
Sie erreichen uns auch über unsere Facebook-Seite.

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Do.	11.00 – 17.00
Fr.	09.00 – 14.00

■ „Kinderkram“ und „Basar-und-Flohmarkt“

Auf der Internetseite paderborn.basar-und-flohmarkt.de stellen Basar- und Flohmarkt-Veranstalter aus Paderborn und Umgebung Basare und Flohmärkte ein, auf denen alles rund um's Kind angeboten wird.

www.paderborn.basar-und-flohmarkt.de

Kinderkram Paderborn ist ein Online-Flohmarkt für „Kinderkram“. Dort bieten Eltern aus Paderborn und Umgebung Kinderkram zum Verkauf oder Verschenken an.

www.kinderkram-pb.de



■ Soziales Kaufhaus des SKM – Kath. Verein für soziale Dienste in Paderborn e.V.

Unser „Soziales Kaufhaus“ bietet attraktive Einkaufsmöglichkeiten für finanziell, sozial und emotional Bedürftige wie Alleinerziehende, Sozialhilfe- und Arbeitslosengeld II Empfänger*innen, Kranke und Benachteiligte sowie Geflüchtete. Als Kund*in fördern Sie mit Ihren Einkäufen gleichzeitig die Qualifizierung und Beschäftigung langzeitarbeitsloser und benachteiligter Menschen und schaffen so neue Chancen, Teilhabe und Anerkennung durch Arbeit zu bekommen. Für die Kund*innen ist garantiert: Freundliche und hilfsbereite Mitarbeiter*innen helfen gerne. Das Soziale Kaufhaus lebt von Sachspenden. Alles, was verkauft wird, ist gespendet.

Damit wir auch zukünftig ein attraktives und vor allem preisgünstiges Sortiment anbieten können, brauchen wir regelmäßig Sachspenden: Gut erhaltene Kleidung, Schuhe, Wäsche, Spielzeug, Kindermöbel, Bücher, CDs und Hausrat. Bei Haushaltsauflösungen können Sachspenden und Entsorgung miteinander verbunden werden.

Unsere Angebote:

- Gut erhaltenes gebrauchtes Mobiliar
- Damen-, Herren- und Kinderbekleidung
- Bücher, Hausrat, Kinderspielzeug etc.
- Deko
- Gebrauchte ungeprüfte Elektrogeräte
- Fahrräder
- Interessante Angebots-Palette mit II. Wahl-Artikeln und Sonderposten
- Den einen oder anderen besonderen Gegenstand



**Kontakt:**

Kapellenstr. 6
33102 Paderborn
Tel.: 05251 1316-22
E-Mail: kaufhaus@skm-paderborn.de

Ansprechperson: Cornelia Pinkert / Dietmar Papenkordt

Internetseite: www.skm-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. Di. Do. Fr.	8.30 Uhr – 15.00 Uhr
Mi.	13.00 Uhr – 17.00 Uhr

■ Sozialkaufhaus „Lieblingsstücke“ – DRK Kreisverband Paderborn e.V.

Herzlich willkommen bei Lieblingsstücke! Das DRK Sozialkaufhaus bietet ein breit gefächertes Sortiment an und das zum kleinen Preis. Hier finden Sie alles: Kinderbekleidung, Spielzeug, Haushaltswaren, Bücher und noch vieles mehr. Ob Jung oder Alt, Arm oder Reich, bei uns ist jeder willkommen und wir möchten auch Sie herzlich einladen uns zu besuchen. Wir unterstützen gerne und schenken allen Bedürftigen eine Erstausrüstung – sprechen Sie uns einfach an.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Ihr Lieblingsstücke Team

**Kontakt:**

Friedrich-List-Straße 23
33100 Paderborn
Tel.: 0152/24 543 340
E-Mail: h_loewen@web.de

Ansprechpersonen: Helena Löwen (Leiterin), Olga Guse (stellv. Leiterin)

Internetseite: www.lieblingsstuecke-paderborn.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Mo. – Fr.	10.00 – 17.00 Uhr
Sa.	10.00 – 14.00 Uhr

■ IN VIA Lädchen – Kaufen, Hilfen und Begegnung

Das Lädchen ist ein Sozialkaufhaus, in dem IN VIA zusätzlich zum Verkauf von Second-Hand-Artikeln und Kreativprodukten auch

- Qualifizierung und Beschäftigung
- Trainingsarbeitsplätze
- einen Treffpunkt
- niedrigschwellige Beratungsangebote anbietet.

Alle sind willkommen.

Alleinerziehende Frauen können im IN VIA Lädchen für sich und ihre Kinder gut erhaltende Second-Hand-Kleidung und Kinderspielsachen sowie kreative oder nützliche (Upcycling-) Produkte aus den IN VIA Werkstätten für einen geringen Betrag erwerben.

Wenn Sie eine Paderborn-Karte vorlegen, erhalten Sie auf alle Second-Hand-Artikel eine Ermäßigung von 50%.

Rufen Sie uns einfach unverbindlich an oder schreiben Sie uns eine Mail!

**Kontakt:**

IN VIA Paderborn e.V.
Bahnhofstraße 19
33102 Paderborn
Tel.: 05251 1228-0
E-Mail: laedchen@invia-paderborn.de

Ansprechperson: Martina Langen

Internetseite: www.invia-paderborn.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.	10.00 Uhr – 17.30 Uhr
-----------	-----------------------





■ Tafel Paderborn e.V.

Die Tafel Paderborn bietet einmal pro Woche für bedürftige einen Einkauf von Lebensmitteln an. Erwachsene zahlen pro Einkauf 2 €, Kinder sind frei. Die Lebensmittelausgabe ist im Bayernweg 5 Tage die Woche von 13.00 bis 14.00 Uhr. Des Weiteren haben wir noch 10 Außenstellen im Kreis Paderborn wo jeweils einmal pro Woche eine Ausgabe stattfindet. Es kann bei uns im Bayernweg an 3 Tagen auch Bekleidung erworben werden.



Kontakt:

Bayernweg 58
33102 Paderborn
Tel.: 05251 8790760
E-Mail: info@tafel-paderborn.de

Ansprechperson: Wolfgang Hildesheim / Geschäftsführer

Internetseite: www.tafel-paderborn.de

Bürozeiten:

Mo. – Fr. 8.00 – 13.00 Uhr

Anmeldezeiten:

Mo., Mi. und Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

■ Anlaufstelle „unter dem Regenbogen“ – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.

Die Anlaufstelle „unter dem Regenbogen“ ist ein offener Treffpunkt für Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 27 Jahren.

Jugendliche können montags bis mittwochs den offenen Treff zum spielen, chillen und quatschen nutzen. Es gibt täglich einen Programmpunkt wie kochen, backen, spielen, Turniere oder Kreativaktionen.

Weiterhin gibt es am ersten Freitag jeden Monat von 17.00 – 20.00 Uhr einen Mädchentreff und anschließend bis 23.00 Uhr einen ü16 Abend.

Zwei Mal im Jahr veranstalten wir Präventionsangebote zu den Themen legale und illegale Drogen, Gesundheit, etc.

Dienstags findet eine Sprechstunde statt. Diese richtet sich an Kinder, Jugendliche und Eltern. Es ist kein Termin nötig; man kommt mit den Themen, die einen im Moment beschäftigen. Überwiegend werden Bewerbungen geschrieben und es wird über das Privatleben geredet.

Mehrfach im Jahr beteiligen wir uns mit Aktionen an verschiedenen Festen auf dem Kaukenberg, auf der Lieth und auf dem Goldgrund.

Wir stehen sowohl mit dem Jugendamt als auch mit der Gesamtschule auf dem Kaukenberg in Verbindung. Da die Diakonie eine große und vielfältige Einrichtung ist können wir bei speziellen Thematiken wie zum Beispiel Schulden, Krebserkrankung oder Migrationsangelegenheiten weitervermitteln.



Kontakt:

Kaukenberg 23
33100 Paderborn
Tel.: 05251 640637
E-Mail: mjsa@diakonie-pbhx.de

Ansprechperson: Karin Link

Internetseite: www.diakonie-pbhx.de

Sprechzeiten/Bürozeiten:

Di. 15.00 – 17.00 Uhr

Jugendkulturzentrum „MultiCult“

Am Haxthausenhof 18, 33098 Paderborn

Tel.: 05251 280950

E-Mail: multicult@paderborn.de

Internetseite: <https://www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php>

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugendcafe „InScene“

Königstr.9, 33098 Paderborn

Tel.: 05251 26832

E-Mail: inscene@awo-paderborn.de

Internetseite: <https://www.awo-paderborn.de/jugendtreff-jugendcafe-inscene/>

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/2NosuG7

Kinder- und Jugendzentrum „Die Villa“

Residenzstraße 4, 33104 Paderborn

Tel.: 05254 3966

E-Mail: dievilla@paderborn.de

Internetseite: <https://www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php>

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Abbestraße Nachbarschaftstreff

Abbestr. 15, 33102 Paderborn

Tel.: 05251 36553

E-Mail: p.stenzel@paderborn.de, b.struck@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugendtreff Berliner Ring

Klingender Str. 13, 33100 Paderborn

Tel.: 05251 55770

E-Mail: berliner.ring@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Kindertreff Benhausen

Eggestr.103, 33100 Paderborn

Tel. 05252 53708

E-Mail: k.dietz@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugendtreff Dahl

Grundsteinheimer Weg 30, 33100 Paderborn

Tel. 05293 8208

E-Mail: jtdahl@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugendtreff Elsen

Von-Ketteler-Str. 40 a, 33106 Paderborn

Tel.: 05254 60659

E-Mail: jtelsen@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugend- und Kindertreff JuKIZ

Driburgerstr. 195, 33100 Paderborn

Tel.: 05251 670 844

E-Mail: jukiz@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugendtreff Marienloh

Sommerbreite 2, 33104 Paderborn

Tel.: 05252 940848

E-Mail: jtmarienloh@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugendtreff Neuenbeken

Alte Amtsstraße 29, 33100 Paderborn

Tel.: 05252 9375866

E-Mail: jtneuenbeken@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugendhaus Heide

Schwabenweg 59, 33102 Paderborn

Tel.: 05251 408524

E-Mail: jtheide@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Jugendtreff Sande

Sennelagerstr. 21, 33106 Paderborn
Tel.: 05254 935349
E-Mail: jtsande@paderborn.de

Jugendamt Stadt Paderborn, Kinderbüro

Am Hoppenhof 33, 33104 Paderborn
Tel.: 05251 88 – 11567
E-Mail: kinder@paderborn.de
Internetseite: www.paderborn.de/microsite/jugendamt/ansprechpartner/index.php
Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3qHAMHz

Weitere wichtige Adressen

Amtsgericht Paderborn

Am Bogen 2-4, 33098 Paderborn
Tel.: 05251 126-0
Internetseite: www.ag-paderborn.nrw.de/

Agentur für Arbeit

Bahnhofsstr. 26, 33102 Paderborn
Tel.: 0800 4 5555 00 (Arbeitnehmer*innen)
Tel.: 0800 4 5555 20 (Arbeitgeber*innen)
Internetseite: www.arbeitsagentur.de/vor-ort/paderborn/startseite

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Simone Wils
Tel.: 05251 120 230
E-Mail: paderborn.bca@arbeitsagentur.de

Jobcenter Kreis Paderborn

Am Turnplatz 31, 33098 Paderborn
Tel.: 05251 54090
E-Mail: info@jobcenter-paderborn.de
Internetseite: www.jobcenter-paderborn.de

Wirtschaftsförderungsgesellschaft PB mbH

Technologiepark 13, 33100 Paderborn
Tel.: 05251 16090- 50
E-Mail: info@wfg-pb.de
Internetseite: www.paderborn.de/wirtschaft-technologie/

Interdisziplinäre Frühförderstelle – Anlaufstelle, Beratung, Therapie – Caritasverband Paderborn e.V.

Warburger Straße 99, 33098 Paderborn
Tel.: 05251 6811010
E-Mail: fruehfoerderung@caritas-pb.de
Internetseite: www.caritas-pb.de/Foerderung/Interdisziplinaere-Fruehfoerderstelle/
Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/3ismR5g

Gesundheitsamt Kreis Paderborn

Aldegrevestraße 10-14, 33102 Paderborn

Tel.: 05251 308-5390

E-Mail: gesundheitsamt@kreis-paderborn.de

Internetseite: www.kreis-paderborn.de/kreis_paderborn/buergerservice/amtsverzeichnis/aemter/53-gesundheitsamt.php

Kurz-Link zum Abtippen: bit.ly/390IXsw

Familienpflege, Caritasverband Paderborn

Grünebaumstraße 1, 33098 Paderborn

Tel.: 05251 16195-7355

E-Mail: familienpflege@caritas-pb.de

Internetseite: www.caritas-pb.de/Pflege/Familienpflege/

Uni Paderborn Gleichstellungsbeauftragte

Dipl. Päd. Irmgard Pilgrim (Gleichstellungsbeauftragte)

Tel.: 05251 60-3724

E-Mail: irmgard.pilgrim@upb.de

Internetseite: www.uni-paderborn.de

VHS Paderborn

Am Stadelhof 8, 33098 Paderborn

Tel. 05251 87586-10

E-Mail: vhs@paderborn.de

Internetseite: www.paderborn.de/microsite/vhs/

Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Paderborn

Giersmauer 21, 33098 Paderborn

Tel.: 05251 26071

Telefonseelsorge

Evangelisch: 0800 1110111

Katholisch: 0800 1110222

Internetseite: www.telefonseelsorge-paderborn.de

Deutschlandweite Hilfetelefone

Hilfetelefon für:

● von Gewalt betroffene Frauen

Tel. 08000 116 116

oder Online-Beratung:

www.hilfetelefon.de/no_cache/das-hilfetelefon/beratung/online-beratung.html

Hilfetelefon für:

● von Gewalt betroffene Männer

Tel. 0800 123 99 00

Hilfetelefon für:

● Schwangere in Not

Tel. 0800 40 40 020

Nummer gegen Kummer:

● Elterntelefon

Tel. 0800 111 0 550

Nummer gegen Kummer:

● Kinder- und Jugendtelefon

Tel. 116 111

oder Chat:

www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/online-beratung/

Hilfetelefon für:

● pflegende Angehörige

Tel. 030 20 179 131

oder E-Mail: info@wege-zur-pflege.de



Bibliotheken

Kinder- und Computerbibliothek

Rosenstraße 13-15, 33098 Paderborn

Tel.: 05251 88-11145

Internetseite: www.stadtbibliothek-paderborn.de

Öffnungszeiten:

So. und Mo. nicht geöffnet
Di. – Fr. 10.30 – 18.00 Uhr
Sa. 10.00 – 15.00 Uhr

Stadtbibliothek Paderborn

Am Rothoborn 1, 33098 Paderborn

Tel.: Beratung: 05251 88-14203

E-mail: stadtbibliothek@paderborn.de

Internetseite: www.stadtbibliothek-paderborn.de

Öffnungszeiten:

So. und Mo. nicht geöffnet
Di. – Fr. 10.30 – 18.00 Uhr
Sa. 10.00 – 15.00 Uhr

Medienzentrum des Instituts für Religionspädagogik und Medienarbeit

Am Stadelhof 10, 33098 Paderborn

Tel.: 05251 125-1900

E-Mail: institut@erzbistum-paderborn.de

Internetseite: <https://www.irum.de/>

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr. 10.00 – 17.30 Uhr
Mi. geschlossen
Sa. 10.00 – 13.00 Uhr

Universitätsbibliothek Paderborn

Warburger Str. 100, 33098 Paderborn

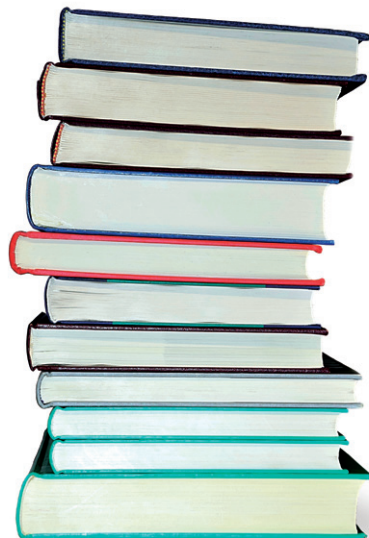
Tel.: 05251 60-2047 (Sekretariat)

E-Mail: bibliothek@ub.uni-paderborn.de

Internetseite: www.ub.uni-paderborn.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr. 7.30 – 24.00 Uhr
Sa. – So. 9.00 – 21.00 Uhr



Verbände

Verband alleinerziehender Mütter und Väter, Bundesverband e.V. (VAMV)

Hasenheide 70, 10967 Berlin

Tel.: (030) 69 59 78 6

E-Mail: kontakt@vamv.de

Internetseite: www.vamv.de

Verband alleinerziehender Mütter und Väter, Landesverband NRW e.V. (VAMV)

Rellinghauser Str.18, 45128 Essen

Tel.: 0201 82774-70

E-Mail: info@vamv-nrw.de

Internetseite: www.vamv-nrw.de/site/kontakt/

Verbraucherzentrale NRW

Mintropstr. 27, 40215 Düsseldorf

Tel.: 0211 3809-0

E-Mail: service@verbraucherzentrale.nrw

Internetseite: www.verbraucherzentrale.nrw/impressum

■ Literatur für Kinder

Ab 3 Jahre

Carnavas, Peter (2011): Die wichtigen Dinge. Verlag Bastei Lübbe (Boje)

Weninger, Brigitte/Maucier, Christian (2008): Auf Wiedersehen, Papa. Verlag Mine-dition

Ab 4 Jahre

Aliki (2019): Gefühle sind wie Farbe. Julius Beltz Verlag

Barth, Rolf/Droessler, Thorston (2009): Herr Wolke. Am Wolkenende ist Marie bei Papa. Verlag Traumsalon edition

Baumbach, Martina (2006): Und Papa sehe ich am Wochenende. Thienemann-Esslinger Verlag

Enders, Ursula/Wolters, Dorothee (2004): Auf Wieder-Wiedersehen! Ein Bilderbuch über Abschied, Trennung und Wiedersehen. Julius Beltz Verlag

Hoffmann, Mary/Asquith, Ros (2014): Du gehörst dazu – Das große Buch der Familien. Sauerländer Verlag

Krause, Ute (2010): Wann gehen die wieder?. arsEdition Verlag

Michel, Reinhard/Dielt, Erhard (2003): Hast du mich noch lieb? Wenn Eltern sich trennen. Patmos Verlag Literatur für Erwachsene

Orinsky, Eva (2019): Die Krokobären – Eine Geschichte für Kinder, deren Eltern sich trennen. Iskopress Verlag

Randerath, Jeanette/Sönnichsen, Imke (2008): Fips versteht die Welt nicht mehr. Thienemann Verlag

Sauermann, Marcus (2012): Der Kleine und das Biest. Verlag Klett Kinderbuch

Zacharias-Hellweg, Judith (2016): Die Sehnsucht des kleinen Orange. Papierfresserchens MTM-Verlag

Ab 5 Jahre

Bachinger, Renate (2017): Mein Kind: Wir haben dich immer lieb! Wenn Mama und Papa sich trennen. Papierfresserchens MTM-Verlag

Deertz, Regina/Rösler, Leonie (2016): Mondpapas. Mabuse-Verlag

Grundmann, Harriet (2010): Wir sind immer für dich da – Wenn Mama und Papa sich trennen. Copenrath Verlag

Maar, Nele/Ballhaus, Verena (2002): Papa wohnt jetzt in der Heinrichstraße. Orell Füsseli Verlag

Maxeiner, Alexandra/Kuhl, Anke (2010): Alles Familie! Vom Kind der neuen Freundin vom Bruder von Papas früherer Frau und anderen Verwandten. Klett Kinderbuch Verlag

Puts, Veronique (2016): Ich hab jetzt zwei Kinderzimmer. Verlag Dressler, Imprint Ellermann

Ab 6 Jahre

Maxeiner, Alexander/Kuhl Anke (2017): Alles Familie! Vom Kind der neuen Freundin vom Bruder von Papas früherer Frau und anderen Verwandten. Verlag Klett Kinderbuch

Ab 8 Jahre

Menendez-Aponte, Emily/R.W Alley (2004): Kids-Elfenhelfer. Wenn Mama und Papa sich trennen. Ein Erste-Hilfe-Buch für Kinder. Silberschnur Verlag

Ab 10 Jahre

Woltz, Anna (2016): GIPS oder wie ich an einem Tag die Welt reparierte. Carlsen Verlag

Ab 12 Jahre

Kreslehner, Gabi (2010): Charlottes Traum. Verlag Gulliver von Beltz & Gelberg.

■ Literatur für Erwachsene

Alexandra Widmer (2016): Stark und alleinerziehend: Wie du der Erschöpfung entkommst und mutig neue Wege gehst. Kösel-Verlag.

Andreß, Hans-Jürgen u.a. (2003), Wenn aus Liebe rote Zahlen werden. Über die wirtschaftlichen Folgen von Trennung und Scheidung. VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Bernadette Conrad (2016): Die kleinste Familie der Welt: Vom spannenden Leben allein mit Kind. btb Verlag.

Christina Finke (2019): Finanzplaner für Alleinerziehende – Geld und Recht – Staatliche Hilfen, Steuerersparnisse, Kinderbetreuungsmöglichkeiten. Stiftung Waren-test.

Claus Koch (2019): Trennungskinder. Wie Eltern und ihre Kinder nach Trennung und Scheidung wieder glücklich werden. Patmos Verlag.

Martina Schomisch (2016): Starke und lebensfrohe Trennungskinder: Das Mut-mach-Buch für getrennte Eltern. CreateSpace Independent Publishing Platform.

Peter Ballnik (2008): Vater bleiben – auch nach der Trennung. mvg Verlag.

Silke Wildner (2019): Gut leben als Alleinerziehende: Schritt für Schritt. Anleitung in dein selbstbestimmtes und gutes Leben. BoD - Books on Demand.

Stichwortverzeichnis

Abbestraße Nachbarschaftstreff	60
Agentur für Arbeit	63
Alleinerziehendengruppe Elsen im Dionysiusushaus Elsen	33
Amtsgericht Paderborn	63
Anlaufstelle „unter dem Regenbogen“ – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.	59
AWO Soziale Dienste Paderborn	39

Basar-und-Flohmarkt	55
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt	63
Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatung im	64
Erzbistum Paderborn	
Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche – Caritasverband Paderborn e.V. Standort Paderborn	12
Beratungsstelle für Familienplanung und Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung – Kreis Paderborn	6
Beratungsstelle für Familienplanung, Sexualberatung und Sexualpädagogik – pro familia Paderborn	11
Bildungsbüro Kind & Ko – Jugendamt Stadt Paderborn	30

Caritas Information und Beratung	38
--	----

Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Paderborn e.V.	51
Deutsches Rotes Kreuz – Kreisverband Paderborn	40
DRK Kleiderstübchen	54

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung, Lippische Landeskirche	10
--	----

Familien- und Lebensberatung – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.	14
Familienbund der Katholiken im Erzbistum Paderborn e.V.	45
Familienpflege, Caritasverband Paderborn	64
FamilienServiceCenter im historischen Rathaus	52
Frauenberatungsstelle Belladonna SkF e.V. Paderborn	20
Frauenberatungsstelle Lilith e.V.	19
Frauenhaus Paderborn	21
Frauenhaus Salzkotten	21
FreiesBeratungsZentrum – Besuchs-Café	35
FreiesBeratungsZentrum Paderborn – Bildung, Erziehung und Familienplanung ...	13
Frühstückstreff Baby & Ko	30

Gesundheitsamt Kreis Paderborn	64
Grundschulen und weiterführende Schulen	47
Gruppe für Mütter und Väter, die alleinerziehend sind, sich alleinerziehend fühlen oder verwitwet sind.....	28
Gruppenangebot für Alleinerziehende mit Britta Limberg	28

IN VIA Beratungsstelle Jugend und Beruf	43
IN VIA Bildungswerk – Lernen, erleben, begeistern!	44
IN VIA Lädchen – Kaufen, Hilfen und Begegnung.....	57
IN VIA Paderborn – Jugendmigrationsdienst	26
IN VIA Paderborn e.V.	29
IN VIA Paderborn Fachberatung für Teilzeitausbildung – Berufliche Chancen für junge Eltern und pflegende Angehörige.....	42
IN VIA St. Lioba gGmbH – Mutter und Kind Initiative (MuKI)	37
Interdisziplinäre Frühförderstelle – Anlaufstelle, Beratung, Therapie, Caritasverband Paderborn e.V.	63

Jobcenter Kreis Paderborn	63
Jugend- und Kindertreff JuKIZ	61
Jugendamt der Stadt Paderborn – Familienhebammen/Familienkinderkrankenschwester	31
Jugendamt Stadt Paderborn, Kinderbüro	62
Jugendcafe „InScene“	60
Jugendhaus Heide	61
Jugendkulturzentrum „MultiCult“	60
Jugendtreff Berliner Ring.....	60
Jugendtreff Dahl	61
Jugendtreff Elsen.....	61
Jugendtreff Marienloh	61
Jugendtreff Neuenbeken	61
Jugendtreff Sande	62

Katholische Erwachsenen und Familienbildung (kefb)	28
KIM Soziale Arbeit e.V. Mutter-Kind-Haus.....	36
Kinder- und Computerbibliothek	66
Kinder- und Jugendzentrum „Die Villa“	60
Kindercafé Kind & Ko	31
Kinderkram	55
Kindertreff Benhausen.....	60
Kita-Navigator	47
KOSIAN – „KOMM SICHER AN“	30
Kreis Paderborn, Jugendamt, Elterngeldstelle.....	27

Literatur für Erwachsene	68
Literatur für Kinder	70
LWL-Klinik Marsberg, Ambulanz für Kinder- und Jugendpsychiatrie Standort Paderborn	18

Malteser Hilfsdienst e.V. Bezirk Westfalen-Lippe, Referat Schulbegleitdienst	48
MamaVia – IN VIA Paderborn e.V.	41
Medienzentrum des Instituts für Religionspädagogik und Medienarbeit.....	66
Mentoring für alleinerziehende Frauen zur beruflichen Integration – Sozialdienst katholischer Frauen e. V. Ortsverein Paderborn	46
Migrantenberatung (Nachholende Integration).....	24
Monolith e.V. – Gemeinsam lernen macht Spaß	34
Monolith e.V. – Internationaler Frauentreff Lieth-Kaukenberg	33
Monolith e.V. – Integrationsrunde.....	25

Pro familia.....	10
Psychologische Beratungsstelle für Schule, Jugend und Familie – Regionale Schulberatungsstelle des Kreises Paderborn	16
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle der AWO Kreisverband Paderborn e.V.	16
Psychosoziale Krebsberatung – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.	15

Schul- und Sportamt Kreis Paderborn	49
Schuldner- und Insolvenzberatung – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.	23
Schuldner- und Insolvenzberatungsstelle – Caritasverband Paderborn e.V.	22
Schulmaterialienkammer der Diakonie PB-HX e.V.	52
Schulverwaltungs- und Sportamt Stadt Paderborn, Paderborner Sportservice.....	49
Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung – Diakonie Paderborn-Höxter e.V.	8
Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle – donum vitae Paderborn e.V.....	9
Schwangerschaftsberatung – Sozialdienst katholischer Frauen e.V.	7
Schwangerschaftsberatung AWO Kreisverband Höxter e.V.	10
Sozialamt der Stadt Paderborn	49
Soziales Kaufhaus des SKM – Kath. Verein für soziale Dienste in Paderborn e.V.	55
Sozialkaufhaus „Lieblingsstücke“ – DRK Kreisverband Paderborn e.V.	56
Sozialpädagogische Familienhilfe	50
Stadtbibliothek Paderborn	66



Herausgebende

V.i.S.d.P.
Stadt Paderborn
Gleichstellungsstelle
Dagmar Drücke
Am Abdinghof 11
33102 Paderborn
Tel.: 05251 88 11950
E-Mail: gleichstellung@paderborn.de
Internet: www.paderborn.de

Grafische Gestaltung: Karin Cordes, Paderborn / Cordes-Art-Design.de
Titelfoto (Schuhe): [istockphoto.com](https://www.istockphoto.com) / Anthony Rosenberg
Redaktion: Gleichstellungsstelle der Stadt Paderborn

Erscheinungsjahr: 2021/2022