

# FAMILIENZEITung



## Angebote für Familien im Landkreis Cochem-Zell



**Liebe Eltern, liebe Leserinnen und Leser,**

ich freue mich sehr, dass wir Ihnen wieder eine neue FAMILIENZEITung präsentieren dürfen. Vor Ihnen liegt bereits die dritte Ausgabe, die gemeinsam mit den Netzwerkpartnern Familienbildung erstellt wurde.

Die Geburt eines Kindes bringt große Veränderungen mit sich. Eltern dürfen nicht nur erleben, wie ein Kind ihr Leben bereichert und erfüllt, sondern stehen auch vor neuen Herausforderungen. Um insbesondere finanzielle Aufwendungen oder die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu bewältigen, bedarf es viel Kraft und Geduld. Als Vater von vier Kindern kann ich jedoch sagen, dass es sich lohnt, diese Kraft und Geduld aufzubringen.

Auch für unsere Gesellschaft - sowie für den Landkreis Cochem-Zell - spielen Kinder eine wichtige Rolle; sie sind die Grundpfeiler unserer Gemeinschaft und tragen dazu bei, dass diese weiterbestehen und wachsen kann. Es ist uns sehr daran gelegen, Sie in allen Fragen rund um das Thema Elternschaft und Familie zu unterstützen.

Natürlich möchten Sie als Eltern in allen Bereichen das Beste für Ihre Kinder. Die FAMILIENZEITung des Landkreises Cochem-Zell gibt Ihnen einen Überblick über die verschiedenen und vielfältigen Angebote im Landkreis. In der Broschüre sind eine Vielzahl an familienrelevanten Aktivitäten und Anlaufstellen für Sie zusammengestellt, welche individuell Unterstützung in unterschiedlichen Lebensbereichen geben können.

Ich hoffe, Sie finden mit Hilfe dieser Broschüre Antworten auf Ihre Fragen und zahlreiche Hilfs- und Unterstützungsangebote. Für Ihre Familie wünsche ich Ihnen alles Gute.

Ihr

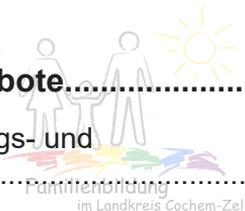


Manfred Schnur  
Landrat



# Inhaltsverzeichnis

<b>Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre) .....</b>	<b>5 - 20</b>
Schwangerenberatung .....	6 - 7
Geburtsvorbereitung .....	8 - 9
Geburtskliniken im näheren Umkreis .....	10 - 11
Hebammen .....	12 - 14
Rückbildung .....	14 - 15
Babymassage .....	16 - 17
Eltern-Kind-Gruppen .....	17 - 19
Elterncafé .....	20
<b>Förderung/Materielle Sicherung.....</b>	<b>21 - 30</b>
Mutterschaftsgeld .....	22
Elterngeld .....	22 - 23
Kindergeld/Kinderfreibeträge .....	24
Unterhalt/Unterhaltsvorschuss.....	25 - 27
Arbeitslosengeld II in Schwangerschaft/ für Alleinerziehende .....	28
Kinderbetreuung .....	29 - 30
<b>Lebenspraktische Angebote.....</b>	<b>31 - 35</b>
Förderungen des Bildungs- und Teilhabepaketes .....	36 - 37



# Inhaltsverzeichnis

<b>Beratungsangebote.....</b>	<b>38 - 57</b>
Allgemeine Beratungsangebote.....	38 - 44
Schuldnerberatung .....	45
Suchtberatung .....	46 - 47
Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung Cochem .....	47 - 49
Erziehungsberatung/-hilfe des Kreisjugendamtes .....	50 - 52
Kita- und Schulsozialarbeit .....	52 - 55
Kompetenzstelle Integration .....	56
Gleichstellungsstelle .....	57
<b>Angebote zur Erziehungskompetenz.....</b>	<b>58 - 62</b>
Angebote der Kreisvolkshochschule Cochem-Zell .....	63
<b>Kirchliche Familienbildung .....</b>	<b>64 - 66</b>
<b>Selbsthilfegruppen .....</b>	<b>67 - 70</b>



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Schwangerenberatung

Die Schwangerenberatungsstellen des Landkreises Cochem-Zell beraten gerne in allen Fragen rund um das Thema Schwangerschaft. Sie geben Auskünfte über gesetzliche Leistungen und Ansprüche und vermitteln finanzielle Hilfen. Ferner werden hier Fragen zu Sexualität, Verhütung und Familienplanung vertrauensvoll beantwortet.

Die Beratung vor, während und nach einer vorgeburtlichen Diagnostik, die Begleitung bei Verlust eines Kindes durch Fehl- oder Totgeburt sowie die Beratung bei unerfülltem Kinderwunsch, gehören ebenfalls zum Leistungsangebot. Außerdem werden in den Beratungsstellen sexualpädagogische Angebote für Schulen und Jugendgruppen sowie Kurs- und Vortragsangebote für werdende Eltern oder Eltern mit kleinen Kindern geboten.

## Verbandsgemeinde Cochem

### Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.

Zeit: Termin nach Vereinbarung  
Ort: Herrenstraße 9, Cochem  
Kontakt: Frau Steimers, Frau Eskandary, Herr Dumont,  
Tel.: 02671/97520

### Donum Vitae

Zeit: montags, 08:30 -12:00 Uhr  
dienstags, 08:30 -12:00 Uhr  
mittwochs, 08:30 - 12:00 Uhr  
donnerstags, 08:30 - 12:00 Uhr  
(sowie nach Vereinbarung)  
Ort: Ravenéstraße 15, Cochem  
Kontakt: Frau Emmerichs, Frau Schulz, Tel.: 02671/234042

Für Kleinkinder steht eine Kleiderkammer zur Verfügung.



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Verbandsgemeinde Kaisersesch

### **Donum Vitae**

Zeit: nach telefonischer Vereinbarung  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Frau Emmerichs, Frau Schulz; Tel.: 02671/234042

## Verbandsgemeinde Zell

### **Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V. Nebenstelle Zell**

Zeit: Termin nach Vereinbarung  
Ort: Winzerstraße 7, Zell-Kaimt  
Kontakt: Frau Hillen, Tel.: 06542/9697790



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Geburtsvorbereitung

In einem Geburtsvorbereitungskurs erhalten zukünftige Eltern Informationen zu Schwangerschafts- und Geburtsverlauf, Stillzeit und Wochenbett. Sie können für die bevorstehende Geburt hilfreiche Atem-, Entspannungs- und Körperübungen erlernen und sich über die verschiedenen Gebärhaltungen informieren.

Ein Geburtsvorbereitungskurs findet meist in kleineren Gruppen statt, so dass ein Erfahrungsaustausch stattfinden kann. Der Kostenbeitrag der Mutter wird von der Krankenkasse übernommen.

### Verbandsgemeinde Cochem

#### Geburtsvorbereitungskurs für Frauen

Zeit: mittwochs, 18:00 – 20:00 Uhr (7 Abende)  
Ort: Zeiselweg 5, Pommern  
Kontakt: Frau Henerichs-Liebfried, Tel.: 02671/6039135  
[www.moselhebamme.de](http://www.moselhebamme.de)

### Verbandsgemeinde Ulmen

#### Geburtsvorbereitungskurs

Zeit: dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr  
Ort: Brunnenstraße 20, Auderath  
Kontakt: Frau Born, Tel.: 02676/952460

#### Geburtsvorbereitungskurs für Frauen (inklusive 3 Partnerstunden)

Zeit: dienstags, 18:30 Uhr (nach Anmeldung)  
Ort: Hebammenpraxis Alfien, Kapellenstraße 12, Alfien  
Kontakt: Frau Rübenach, Tel.: 02678/953038



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Verbandsgemeinde Zell

### **Geburtsvorbereitungskurs - Hebammengemeinschaft Zell**

Zeit: montags, 18:00 – 20:00 Uhr  
Ort: St. Josef Krankenhaus, R0117, Zell  
Kontakt: Frau Gamradt, Frau Koch, Tel.: 0171/7939004

### **Geburtsvorbereitungskurs für Frauen (8 Frauen)**

Ort: Steelstraße 9, Altstrimmig  
Kontakt: Frau Gietzen, Tel.: 06545/913933

### **Geburtsvorbereitungskurs**

Zeit: donnerstags, 18:30 – 21:00 Uhr  
Ort: Hebammenpraxis „Das Bauchgefühl“,  
Gemeindehaus Liesenich  
Kontakt: Frau Wolfs, Tel.: 0171/9972846



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Geburtskliniken im näheren Umkreis

Viele Geburtskliniken haben sich inzwischen auf die Bedürfnisse von Eltern und Säugling eingestellt. Trotzdem will die Wahl der Geburtsklinik gut überlegt sein. Die meisten Geburtskliniken bieten daher regelmäßig Informationsabende für werdende Eltern an, bei denen diese die Räumlichkeiten besichtigen und Fragen stellen können. Im Landkreis Cochem-Zell ist keine Geburtsklinik vorhanden. Die Internetseiten der jeweiligen Krankenhäuser informieren über die Informationsabende der Klinik.

### **Kemperhof Koblenz**

(Geburtsklinik mit angeschlossener Früh- und Neugeborenenintensivstation)

Adresse: Koblenzer Straße 115 - 155, 56073 Koblenz  
Tel.: 0261/499-0  
E-Mail: [info@gemeinschaftsklinikum.de](mailto:info@gemeinschaftsklinikum.de)  
Internet: [www.gemeinschaftsklinikum.de](http://www.gemeinschaftsklinikum.de)

### **Marienhof Koblenz**

Adresse: Rudolf-Virchow-Straße 7, 56065 Koblenz  
Tel.: 0261/4961342  
Internet: [www.kk-koblenz.de](http://www.kk-koblenz.de)

### **Gemeinschaftsklinik Mittelrhein St. Elisabeth Mayen**

(Geburtsklinik mit angeschlossener Kinderstation und Elternschule)

Adresse: Siegfriedstraße 20, 56727 Mayen  
Tel.: 02651/830  
E-Mail: [info@gemeinschaftsklinikum.de](mailto:info@gemeinschaftsklinikum.de)  
Internet: [www.familienstark.de](http://www.familienstark.de) oder [www.gemeinschaftsklinikum.de](http://www.gemeinschaftsklinikum.de)

### **Hunsrück Klinik Simmern**

Adresse: Holzbacher Straße 1, 55469 Simmern  
Tel.: 06761/81-1411  
Internet: [www.hunsrueckklinik.de](http://www.hunsrueckklinik.de)



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## **Krankenanstalt Mutterhaus der Borromäerinnen**

(Geburtsklinik mit angeschlossener Früh- und Neugeborenenintensivstation)

Adresse: Feldstraße 16, 54290 Trier

Tel.: 0651/9472638

Internet: [www.mutterhaus.de](http://www.mutterhaus.de)

## **Marienkrankenhaus Trier-Ehrang**

Adresse: August-Antz-Straße 22, 54293 Trier

Tel.: 0651/683202

Internet: [www.marienkrankenhaus-ehrang.de](http://www.marienkrankenhaus-ehrang.de)

## **St.-Elisabeth-Krankenhaus Wittlich**

(Geburtsklinik mit angeschlossener Früh- und Neugeborenenintensivstation)

Adresse: Koblenzer Straße 91, 54506 Wittlich

Tel.: 06571/151325

Internet: [www.verbund-krankenhaus.de](http://www.verbund-krankenhaus.de)



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Hebammen

Hebammen sind während der Schwangerschaft, bei der Geburt und in der Nachsorge wichtige Ansprechpartnerinnen. Sie sorgen für die Gesundheit von Mutter und Kind und unterstützen sie in der ersten Zeit nach der Geburt. Die Geburtsnachsorge wird in der Regel durch die Krankenkassen bis zum Ablauf von 12 Wochen nach der Entbindung bzw. bis zum Ende der Stillzeit übernommen. Sie umfasst die Beratung und Betreuung im Wochenbett, Anleitung zur Säuglings-, Nabel- und Dampfpflege, Stillberatung und Rückbildungsgymnastik. Auch im Falle einer Fehlgeburt können Hebammen unterstützen. Empfehlenswert ist es, dass sich werdende Mütter zügig nach dem Bekanntwerden ihrer Schwangerschaft eine Hebamme suchen.

### **Carmen Balke**

Adresse: Hauptstr. 33, 56825 Gillenbeuren  
Tel.: 02677/9518555

### **Jana Bertram**

Adresse: Illerich  
Tel.: 0170/5732644

### **Stefanie Born**

Adresse: Brunnenstraße 20, 56766 Auderath  
Tel.: 02676/952460

### **Isabell Brausch**

Adresse: Hauptstraße 44, 56865 Schauraen  
Tel.: 06545/6641, 0160/98148002

### **Martina Bretz**

Adresse: W.A. Mozartstraße 5, 56751 Polch  
Tel.: 02654/962191, 0152/29769308



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## **Katja Gamradt**

Hebammengemeinschaft Zell

Adresse: Barlstraße 7, 56856 Zell

Tel.: 06542/971526, 0171/793900

## **Stefanie Gietzen**

Adresse: Steelstraße 9, 56858 Altstrimmig

Tel.: 06545/913933, 0170/8156279

## **Johanna Henerichs-Liebfried**

Adresse: Zeiselweg 5, 56829 Pommern

Tel.: 02671/6039135

## **Jennifer Laux**

Adresse: 56761 Müllenbach

Tel.: 0175/8047185

E-Mail: [hebamme.jennilaux@yahoo.com](mailto:hebamme.jennilaux@yahoo.com)

## **Silke Meisterernst-Fischer**

Adresse: Merler-Straße 19, 56856 Zell

Tel.: 06542/961255, 0163/7168996

## **Mareike Pauly**

Adresse: Bahnhofstraße 28, 56862 Pünderich

Tel.: 06542/90119145, 0171/1439426

E-Mail: [mareikepauly@web.de](mailto:mareikepauly@web.de)

## **Christiane Rübenach**

Hebammenpraxis Alfien

Adresse: Kapellenstraße 12, 56828 Alfien

Tel.: 02678/953038

## **Kerstin Wolfs**

Hebammenpraxis „Das Bauchgefühl“

Adresse: Römerstraße 9, 56859 Liesenich

Tel.: 0171/9972846



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Familienhebammen

Zusätzlich zu den Hebammenleistungen über die Krankenkassen können Eltern eine Familienhebamme in Anspruch nehmen. Die Familienhebamme ist eine Hebamme mit einer besonderen Ausbildung. Sie kann Eltern schon in der Schwangerschaft und während des gesamten ersten Lebensjahres des Kindes betreuen, ohne dass Kosten entstehen.

## Kontakt:

Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V. - Frau Eskandary  
Ort: Herrenstraße 9, 56812 Cochem  
Tel.: 02671/9752  
E-Mail: [jasmin.eskandary@caritas-cochem.de](mailto:jasmin.eskandary@caritas-cochem.de)

## Doula-Geburtsbegleitung

Nina Louboutin

Eine Doula ist eine nichtmedizinische Helferin, die der werdenden Mutter vor, während und nach der Geburt zusätzlich zur Hebamme emotional und körperlich zur Seite steht. Hauptziel soll es sein den Frauen die Angst vor der Geburt zu nehmen. Hierfür unterstützen sie die Frauen unter anderem bei der Geburt mit ihrer 1:1 Betreuung. Insgesamt sollen die werdenden Mütter die Zeit von Schwangerschaft bis Babyzeit möglichst selbstbestimmt und gestärkt durchschreiten können und mit der Unterstützung der Doula zusätzliches Vertrauen in den natürlichen und individuellen Geburtsprozess gewinnen.

Ort: 56858 Mittelstrimmig  
Tel.: 0151/75050956  
Internet: [www.mutter-instinkt.de](http://www.mutter-instinkt.de)

## Rückbildung

Schwangerschaft und Geburt verändern den Körper. Ein Rückbildungskurs dient der Straffung und Kräftigung der Bauch-, Beckenboden- und Rückenmuskulatur. Durch das Training von Ausdauer, Kondition und Koordination werden Mütter für das Leben mit Baby fit gemacht.



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Verbandsgemeinde Cochem

### Katholische Familienbildungsstätte Mayen

Zeit: mittwochs, 10:00 - 11:15 Uhr (8 x 75 min)  
Ort: Zeiselweg 5, 56829 Pommern  
Kontakt: Frau Henerichs-Liebfried, Tel.: 02671/6039135  
Internet: [www.moselhebamme.de](http://www.moselhebamme.de)

## Verbandsgemeinde Ulmen

Zeit: dienstags, 19:30 - 21:00 Uhr  
Ort: Brunnenstraße 20, 56766 Auderath  
Kontakt: Frau Born, Tel.: 02676/952460

### Hebammenpraxis Alfien

Zeit: dienstags, 9:30 Uhr  
Ort: Kapellenstraße 12, 56828 Alfien  
Kontakt: Frau Rübenach, Tel.: 02678/953038

## Verbandsgemeinde Zell

### Hebammengemeinschaft Zell

Frau Gamradt

Zeit: montags, 10:00 - 11:15 Uhr  
Ort: St. Josef Krankenhaus Zell, Barlstraße 7, 56856 Zell, R0117  
Tel.: 06542/971, 0171/7939004

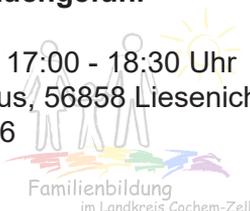
### Hebamme Stefanie Gietzen (8 Frauen)

Ort: Steelstraße 9, 56858 Altstrimmig  
Tel.: 06545/913933

### Hebammenpraxis „Das Bauchgefühl“

Frau Wolfs

Zeit: donnerstags, 17:00 - 18:30 Uhr  
Ort: Gemeindehaus, 56858 Liesenich  
Tel.: 0171/9972846



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Babymassage

Berührung, Wärme, Zärtlichkeit – der direkte Hautkontakt ist für die Entwicklung eines Babys sehr wichtig. Die Babymassage stellt eine besonders intensive Form der Zuwendung dar. Kinder, die massiert werden, schlafen oft besser und weinen weniger. Durch die sanften Griffe können Atmung und Herzfunktion stimuliert und Bauchschmerzen gelindert werden. Regelmäßige Massagen fördern außerdem die Koordination und das Gefühl für den eigenen kleinen Körper.

### Verbandsgemeinde Cochem

#### Johanna Henerichs-Liebfried

Zeit: auf Anfrage  
Ort: auf Anfrage  
Kosten: auf Anfrage  
Tel.: 02671/6039135

#### Beate Zenz-Fischer

Zeit: auf Anfrage  
Ort: Lärchenstraße 6, Cochem-Brauheck  
Kosten: 50,00 Euro (6 Treffen)  
Tel.: 02671/915299

### Verbandsgemeinde Ulmen

#### Hebammenpraxis Alfien (Babys ab der 5. Woche)

Zeit: auf Anfrage  
Ort: Kapellenstraße 12, Alfien  
Kosten: 25,00 Euro (4 Treffen)  
Kontakt: Frau Rübenach, Tel.: 02678/953038



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Verbandsgemeinde Zell

### Hebammengemeinschaft Zell

Zeit: samstags, 10:30 Uhr  
Ort: St. Josef Krankenhaus Zell, R0117  
Kosten: 40,00 Euro  
Kontakt: Frau Gamradt, Tel.: 0171/7939004

### Stefanie Gietzen (8 Eltern mit Kind)

Zeit: auf Anfrage  
Ort: Steelstraße 9, Altstrimmig  
Kosten: abhängig von der Teilnehmeranzahl  
Tel.: 06545/913933

## Eltern-Kind-Gruppen (Pekip, B.A.B.I.-Zeit usw.)

Das Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP) sowie B.A.B.I.-Zeit sind Konzepte für die Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Im Rahmen einer Krabbelgruppe wird der Prozess des Zueinanderfindens unterstützt. Die Krabbelgruppe zielt auf eine Frühförderung der Babys sowie einen Erfahrungsaustausch der Eltern ab. Im Mittelpunkt stehen die Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen für Eltern und Kind. Generationsübergreifend sind Eltern und Kinder gemeinsam spielend tätig. Ein verwandtes Angebot stellen die SpieKO-Gruppen dar, welche sich an Eltern von Kindern ab einem Jahr richten.

## Verbandsgemeinde Cochem

### Eltern-Kind-Gruppe (Elterninitiative)

Zeit: montags, 16:15 Uhr  
Ort: Kita Klosterbergzwerge, Jahnstraße 23, Cochem  
Kosten: keine  
Kontakt: Frau Rühle (Kitaleitung), Tel.: 02671/60539411



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## **Krabbeltreff**

**Zeit:** mittwochs, 09:45 - 11:00 Uhr, in der Regel zweimal monatlich  
**Ort:** Katholische Kindertagesstätte, An der Hauptwache 9,  
Cochem-Brauheck  
**Kosten:** keine  
**Kontakt:** Frau Klein, Frau Comes, Tel.: 02671/4660,  
E-Mail: [kitaplus.cochem-brauheck@kita-ggmbh-trier.de](mailto:kitaplus.cochem-brauheck@kita-ggmbh-trier.de)

## **Verbandsgemeinde Kaisersesch**

### **B.A.B.I.-Zeit - Katholische Familienbildungsstätte Mayen**

Angebot für Mütter und Väter mit Kindern im ersten Lebensjahr

**Zeit:** auf Anfrage  
**Ort:** Physiotherapiepraxis Thielen, Koblenzer Straße 2,  
Kaisersesch  
**Kosten:** 60,00 Euro für einen Block (10 Treffen)  
**Kontakt:** Frau Roggenfelder (Diplom-Sozialpädagogin),  
Tel.: 02651/6800, E-Mail: [info@fbs-mayen.de](mailto:info@fbs-mayen.de),  
Internet: [www.fbs-mayen.de](http://www.fbs-mayen.de)

### **PEKiP - Katholische Familienbildungsstätte Mayen**

Angebot für Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr

**Zeit:** donnerstags 09:00 - 10:30 Uhr und 10:45 - 12:15 Uhr,  
3 Blöcke je 10 Treffen  
**Ort:** Haus für Kind und Familie, Im Haag 7a, Kaisersesch  
**Kosten:** 75,00 Euro - 1 Block  
**Kontakt:** FBS Mayen, Tel.: 02651/6800, E-Mail: [info@fbs-mayen.de](mailto:info@fbs-mayen.de),  
Internet: [www.fbs-mayen.de](http://www.fbs-mayen.de)  
Kursleitung: Susanne Schulz



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Verbandsgemeinde Zell

### Krabbelgruppe - Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V

Zeit: dienstags, 10:00 - 12:00 Uhr  
Ort: Treffpunkt-Begegnung und Vielfalt, Schlossstraße 22, Zell  
Kosten: keine  
Kontakt: Frau Kruse, Tel.: 0171/1079383,  
E-Mail: ideentreff-zell@gmx.de

### Eltern-Kind-Treff

Treffen für alle Eltern mit Kindern im Krabbelalter bis 1,5 Jahre  
Zeit: mittwochs, 14:30 - 16:30 Uhr  
Ort: Kita Kleine Strolche, Walhausener Straße 20, Blankenrath  
Kosten: keine  
Kontakt: Kita Kleine Strolche, Tel.: 06545/6200,  
E-Mail: kita-kleine-strolche@gmx.de



# Familienbildungsangebote für Schwangere, werdende Eltern, Babys (0-3 Jahre)

## Elterncafé

Sie haben Lust sich in einer gemütlichen und entspannten Atmosphäre mit anderen Müttern oder Vätern zu treffen und auszutauschen. Dann ist ein Elterncafé genau das richtige Angebot für Sie. Oftmals werden in regelmäßigen Abständen Experten zu relevanten Familienthemen eingeladen und stehen Ihren Fragen Rede und Antwort.

### Verbandsgemeinde Kaisersesch

#### Elterncafé

Zeit: donnerstags (vierzehntägig), 09:30 - 11:30 Uhr  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Frau Winter, Tel.: 02671/607942

### Verbandsgemeinde Ulmen

#### Schwangeren- und Müttertreff

Zeit: erster Mittwoch im Monat, 15:00 Uhr  
Ort: Hebammenpraxis Alflen, Moselweg 9, Alflen  
Kontakt: Frau Rübenach, Tel.: 02678/953038

### Verbandsgemeinde Zell

#### Frühstückstreff für Jung und Alt

Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.  
Zeit: erster Donnerstag im Monat, 09:30 - 11:00 Uhr  
Ort: TreffPunkt- Begegnung und Vielfalt, Schloßstraße 22, Zell  
Kontakt: Frau Kruse, Tel.: 0171/1079383,  
E-Mail: ideentreff-zell@gmx.de



# Förderung / Materielle Sicherheit



## Allgemeine Informationen

Familien finden unter [www.familienportal.de](http://www.familienportal.de) alle wichtigen Informationen zu staatlichen Leistungen, die sie im Alltag unterstützen. Auf [www.infotool-familie.de](http://www.infotool-familie.de) finden Sie Tools, die schnell und unkompliziert einen möglichen individuellen Anspruch auf Familienleistungen ermitteln oder berechnen können.

## Mutterschaftsgeld

Während der Mutterschutzfristen, also sechs Wochen vor der Geburt und acht Wochen danach (bei Früh- und Mehrlingsgeburten zwölf Wochen und länger), zahlt die gesetzliche Krankenversicherung ein Mutterschaftsgeld. Es beträgt maximal 13,00 Euro pro Kalendertag. Übersteigt der durchschnittliche kalendertägliche Nettolohn diesen Höchstbetrag, ist Ihr Arbeitgeber verpflichtet, die Differenz als Zuschuss zum Mutterschaftsgeld zu zahlen. Beides zusammen entspricht dann dem bisherigen durchschnittlichen Nettogehalt. Nähere Informationen hält der Arbeitgeber oder die Krankenkasse vor.

## Elterngeld

Das Elterngeld bietet nach der Geburt des Kindes die notwendige finanzielle Unterstützung für einen guten Start in das Familienleben. Sofern nach der Geburt des Kindes die Arbeit unterbrochen oder eingeschränkt wird, fängt das Elterngeld den Einkommenswegfall auf. Für die Dauer von maximal 14 Monaten wird Elterngeld an Eltern gezahlt. Beide Elternteile können sich den Zeitraum frei untereinander aufteilen. Ein Elternteil kann dabei mindestens zwei und höchstens 12 Monate für sich in Anspruch nehmen (Ausnahme: Alleinerziehende können die vollen 14 Monate in Anspruch nehmen). Bei Frühgeburten werden zusätzlich bis zu 4 Monate Basiselterngeld gewährt.

Das Elterngeld beträgt rund 67 % des in den vorherigen 12 Monaten erzielten bereinigten Nettoeinkommens (mindestens 300,00 Euro, maximal 1.800,00 Euro im Monat, Sonderregelungen für Geringverdiener).



Eine Teilzeittätigkeit ist bis 32 Stunden wöchentlich möglich. Das Elterngeld beträgt dann rund 67 % des entfallenden Teileinkommens.

Wenn während des Bezugs von Elterngeld auch Einkommen aus einer Erwerbstätigkeit erzielt wird, verringert sich die Elterngeldleistung entsprechend. Neben dem bisherigen Elterngeld gelten seit 2015 folgende Änderungen:

### **Das ElterngeldPlus:**

#### **Ein Elterngeldmonat = zwei ElterngeldPlus-Monate**

Beim ElterngeldPlus können Eltern, die nach der Geburt des Kindes in Teilzeit arbeiten wollen, die Bezugszeit des Elterngeldes verlängern: Aus einem Elterngeldmonat werden zwei ElterngeldPlus-Monate. Dabei ersetzt das ElterngeldPlus das wegfallende Einkommen ebenfalls zu 65 bis 100%. Die Höhe des ElterngeldPlus liegt dabei höchstens bei der Hälfte des monatlichen Elterngeldbetrages, was den Eltern ohne Teilzeiteinkommen zustünde. So haben Mütter und Väter auch über den 14. Lebensmonat des Kindes hinaus mehr Spielraum, um die Bedürfnisse des Kindes mit den Anforderungen im Beruf zu vereinen.

Das bisherige Elterngeld und das ElterngeldPlus können miteinander kombiniert werden. Weitere Details der Neuerungen, wie z. B. Partnerschaftsbonus oder unbezahlte Auszeit und Antragsfristen, können bei der Elterngeldstelle der Kreisverwaltung Cochem-Zell erfragt werden.

- Zeit: montags - freitags, 08:00 - 12:30 Uhr  
sowie donnerstags, 14:00 - 16:00 Uhr
- Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem,  
Raum 3.38
- Kontakt: Brigitte Cornely, Tel.: 02671/61- 838 (Buchstaben A- K)  
Elvira Linden, Tel.: 02671/61- 338 (Buchstaben L- Z)



## Kindergeld/Kinderfreibeträge

Die Regelungen für das Kindergeld und die Freibeträge für Kinder gelten für alle Kinder bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres, danach nur unter bestimmten Voraussetzungen. Beide Regelungen betreffen nicht nur leibliche Kinder, sondern auch Adoptivkinder sowie Pflegekinder, Stiefkinder und Enkel, wenn sie mit im Haushalt leben. Bei Stief- und Enkelkindern werden die Freibeträge für Kinder aber nur anerkannt, wenn sie von den leiblichen Eltern auf die Stief- oder Großeltern übertragen wurden.

### Höhe des Kindergeldes

219,00 Euro monatlich für das erste und zweite Kind,  
225,00 Euro für das dritte Kind und  
250,00 Euro monatlich für jedes weitere Kind.

### Familienkasse der Agentur für Arbeit Rheinland-Pfalz-Saarland

Zeit: montags, 07:30 - 12:30 Uhr  
dienstags, 07:30 - 12:30 Uhr  
donnerstags, 07:30 - 12:30 Uhr, 14:00 - 17:00 Uhr

Ort: Rudolf-Virchow-Straße 5, 56073 Koblenz

Kontakt: Tel.: 0800/4555533, 06131/248-555

E-Mail: familienkasse-rheinland-pfalz-saarland@arbeitsagentur.de



## Unterhalt/Unterhaltsvorschuss

Leben die Eltern eines minderjährigen Kindes getrennt, muss in der Regel nur einer von ihnen den Unterhalt in bar leisten. Der Elternteil, der das Kind überwiegend in seinem Haushalt betreut und erzieht, erfüllt schon hierdurch seine Unterhaltspflicht. Sobald ein Kind volljährig ist, sind beide Eltern zum Barunterhalt verpflichtet.

Die jeweiligen wirtschaftlichen Verhältnisse der Eltern sind dafür maßgebend, in welchem Umfang sie sich an der Unterhaltszahlung beteiligen müssen. Das Gesetz kennt keine festen Sätze, aus denen sich die Höhe des Unterhalts ablesen lässt. In der gerichtlichen Praxis wird die Höhe des angemessenen Unterhalts meist nach der „Düsseldorfer Tabelle“ bemessen; sie ist aber nicht allgemein verbindlich. Grundlage der Tabelle ist der sog. Mindestunterhalt, der in keinem Fall unterschritten werden darf.

Alleinerziehende, die keinen oder nicht regelmäßig Unterhalt vom anderen Elternteil erhalten, können Unterhaltsvorschussleistungen nach dem Unterhaltsvorschussgesetz (UVG) beantragen.

Anspruch auf Unterhaltsvorschuss besteht grundsätzlich, soweit das Kind das zwölfte Lebensjahr noch nicht vollendet hat, bei einem seiner Elternteile lebt, der ledig, verwitwet, geschieden oder von seinem Ehegatten dauernd getrennt lebend ist und nicht oder nicht regelmäßig Unterhalt vom anderen Elternteil erhält. Zum 01. Juli 2017 wurden die Regelungen ausgeweitet, so dass unter bestimmten Voraussetzungen auch für Kinder von 12 - 17 Jahren ein Anspruch besteht, wenn das Kind keine Leistungen nach dem SGB II erhält oder durch die Unterhaltsleistung die Hilfebedürftigkeit nach dem SGB II vermieden werden kann oder der betreuende Elternteil neben dem Kindergeld über ein Bruttoeinkommen von mindestens 600 Euro monatlich verfügt.

### Höhe der Leistung:

für Kinder von 0-5 Jahren

für Kinder von 6-11 Jahren

für Kinder von 12-17 Jahren

177,00 Euro monatlich

236,00 Euro monatlich

314,00 Euro monatlich



# Förderung / Materielle Sicherung

Die Zahlung endet spätestens, wenn das Kind bzw. der Jugendliche 18 Jahre alt wird. Der Antrag ist schriftlich (Formular) bei der Unterhaltsvorschussstelle einzureichen. Das aktuelle Antragsformular sowie das zugehörige Merkblatt befindet sich auf der Homepage des Landkreises [www.cochem-zell.de](http://www.cochem-zell.de) unter dem Suchbegriff „Unterhaltsvorschuss“. Anträge können auf Anfrage auch zugesandt werden.

## Von den Unterhaltsvorschussbeträgen werden abgezogen:

- Unterhaltszahlungen des anderen Elternteils
- Waisenbezüge
- bei Kindern, die keine allgemeinbildende Schule mehr besuchen, unter bestimmten Voraussetzungen das Einkommen des Kindes

Der Unterhaltsanspruch geht in Höhe der Unterhaltsvorschussleistung vom Kind auf das Land Rheinland-Pfalz über. Der unterhaltspflichtige Elternteil wird zur Erstattung aufgefordert.

**Fristen:** Die Bewilligung erfolgt grundsätzlich rückwirkend zum ersten des Monats, in dem der Antrag gestellt wird.

## Unterhaltsstelle des Kreisjugendamtes

(ebenfalls zuständig für Vaterschaftsfeststellungen, Beistandschaften, Sorgerechterklärungen, Beurkundungen)

Zeit: montags- freitags: 08:00 - 12:30 Uhr  
donnerstags: 14:00 - 16:00 Uhr

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem,  
Raum 3.18, 3.19, 3.27

## Kontakt:

- Silke Schmitz (Stadt Cochem, Verbandsgemeinde Zell)  
Tel.: 02671/61-827
- Petra Haag (Verbandsgemeinde Ulmen, ehemalige Verbandsgemeinde Treis-Karden), Tel.: 02671/61-319



# Förderung / Materielle Sicherung

- Linda Valerius (Verbandsgemeinde Cochem ohne Stadt Cochem und Kaisersesch ohne ehemalige Verbandsgemeinde Treis-Karden) Tel.: 02671/61-327

## Unterhaltungsvorschussstelle des Kreisjugendamtes

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2 Cochem,  
Raum 3.26

### Kontakt:

#### **Ansprechpartnerin Buchstabenkreis A - E**

- Manuela Hoffmann, Tel.: 02671/61-326, Fax: 02671/61-5337,  
E-Mail: manuela.hoffmann@cochem-zell.de  
Sprechzeiten: montags bis donnerstags, 08:00 -12:30 Uhr

#### **Ansprechpartner Buchstabenkreis F - M**

- Klaus Werhan, Tel.: 02671/61-826, Fax: 02671/61-5337,  
E-Mail: klaus.werhan@cochem-zell.de  
Sprechzeiten: montags bis freitags, 08:00 - 12:30 Uhr,  
donnerstags, 14:00 - 16:00 Uhr

#### **Ansprechpartnerin Buchstabenkreis N - Z**

- Jeanette Junglas, Tel.: 02671/61-325, Fax: 02671/61-5337,  
E-Mail: jeanette.junglas@cochem-zell.de  
Sprechzeiten: montags bis freitags, 08:00 - 12:30 Uhr,  
donnerstags 14:00 - 16:00 Uhr

**Der Buchstabenkreis richtet sich nach dem Familiennamen des Kindes.**



## Arbeitslosengeld II in Schwangerschaft / für Alleinerziehende

Schwangere Frauen mit Anspruch auf Arbeitslosengeld II erhalten ab der 13. Schwangerschaftswoche einen schwangerschaftsbedingten Mehrbedarfzuschlag in Höhe von 17 % der Regelleistung des Arbeitslosengeld II (Nachweis des Entbindungstermins durch Mutterpass oder ärztliche Bescheinigung erforderlich).

Zusätzlich werden auf Antrag Pauschalen für Schwangerenbekleidung (ab 17. SSW) und für die Baby-Erstausrüstung (ab 29. SSW) ausgezahlt. Diese einmaligen Beihilfen erhalten auch Bedürftige, die sonst keinen Anspruch auf das Arbeitslosengeld II haben, die Ausstattung des Kindes jedoch aus eigenen Kräften und Mitteln nicht voll decken können. Wichtig ist, dass die Leistungen vor der Anschaffung beantragt werden.

Alleinerziehende mit Anspruch auf das Arbeitslosengeld II erhalten einen Mehrbedarfzuschlag zur Regelleistung. Bei einem Kind unter 7 Jahren oder bei zwei oder drei Kindern unter 16 Jahren gibt es 36 % der Regelleistung für einen Haushaltsvorstand. In anderen Fällen gibt es pro Kind 12 %, höchstens aber 60 % der Regelleistung für einen Haushaltsvorstand.

### Jobcenter Cochem-Zell

Zeit: montags - freitags, 08:00 - 12:00 Uhr  
Ort: Briederweg 14, 56812 Cochem  
Kontakt: Tel.: 02671/6033-0,  
E-Mail: [jobcenter-cochem-zell@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-cochem-zell@jobcenter-ge.de)



## Kinderbetreuung

Derzeit werden im Landkreis Cochem-Zell 44 Kindergärten vorgehalten. Eine flächendeckende und wohnortnahe Versorgung kann daher in den meisten Fällen gewährleistet werden. Auf der Internetseite des Landkreises ([www.cochem-zell.de](http://www.cochem-zell.de)) befinden sich Informationen zu den einzelnen Kindergärten (Leben im Landkreis/ Familie&Jugend/ Kinder/ Kindergärten im Landkreis Cochem-Zell).

Neben den Kindergärten und Kindertagesstätten sind rund 20 Tagespflegepersonen (Tagesmütter und Tagesväter) im Landkreis Cochem-Zell im Einsatz.

Die Kindertagespflege ist nach § 23 SGB VIII eine gesetzlich anerkannte Betreuungsform für Kinder im Alter von 0 - 14 Jahren und neben den Kindertagesstätten das zweite, wichtige Standbein der Kinderbetreuung in Cochem-Zell.

In einer kleinen Gruppe werden maximal 5 Kinder gleichzeitig stundenweise oder ganztags (ggf. auch am Wochenende und über Nacht) von einer qualifizierten Kindertagespflegeperson betreut. Diese familiennahe und flexible Betreuungsform ist somit besonders attraktiv für jene Eltern, die noch sehr junge Kinder haben oder durch außergewöhnliche Arbeitszeiten einer zeitlich flexiblen Kinderbetreuung bedürfen.

Die Kindertagespflege bietet den Kindern besonders in den ersten Lebensjahren eine intensive Betreuung im kleinen Setting, bei der die individuellen Bedürfnisse des Kindes berücksichtigt werden können. Die Tagespflegeperson hat dabei die Möglichkeit, sich einzelnen Kindern und ihren Belangen intensiv zu widmen.

Die Betreuung und Förderung der Kinder findet vorrangig im Haushalt der Kindertagespflegeperson statt; es besteht jedoch auch die Möglichkeit der Betreuung im Haushalt der Erziehungsberechtigten oder in anderen geeigneten Räumen.



## Förderung / Materielle Sicherung

Kindertagespflegepersonen benötigen eine Pflegeerlaubnis, welche durch die Fachberatung ausgestellt wird und die persönliche Geeignetheit sowie kindgerechte Räume bescheinigt. Die Geeignetheit der Tagespflegeperson wird zudem regelmäßig durch die Fachberatung überprüft.

Für die Inanspruchnahme der Kindertageseinrichtungen sowie der Tagespflegestellen im Landkreis Cochem-Zell werden Elternbeiträge bzw. Kostenbeiträge erhoben. Allerdings sind alle Kindergartenplätze ab dem zweiten Lebensjahr beitragsfrei. Für die Kindertagespflege sind unabhängig des Alters Beiträge zu entrichten, die sich am Einkommen der Eltern orientieren.

### Vermittlung von Tagespflegepersonen

**Zeit:** montags- freitags, 08:00 - 12:30 Uhr  
sowie donnerstags, 14:00 - 16:00 Uhr

**Ort:** Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem,  
Raum 3.41

**Kontakt:** Daniela Keuser, Tel.: 02671/61-341 (Vermittlung)  
Fabienne Rühle, Tel.: 02671/61-841 (Kostenbeteiligung)

### Bereich Kindertagesstätten des Kreisjugendamtes

**Zeit:** montags- freitags, 08:00 – 12:30 Uhr  
sowie donnerstags, 14:00 – 16:00 Uhr

**Ort:** Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem,  
Raum 3.16, 3.36, 3.38,

**Kontakt:** Stefanie Vanzetta, Tel.: 02671/61-316 (Fachberatung)  
Elvira Linden, Tel.: 02671/61-338 (Elternbeiträge)  
Mario Oster, Tel.: 02671/61-336 (Vermittlung)



# Lebenspraktische Angebote



## Lebenspraktische Angebote

### Verbandsgemeinde Cochem

#### Cocheimer Tafel

Lebensmittelversorgung für Menschen mit geringem Einkommen  
Besonderheit: „Tafel-Plus“ - Angebot der Beratung vor Ort durch Fachkräfte der Allgemeinen Sozialberatung während der Ausgabezeiten der Tafel

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.

Zeit: mittwochs, 10:00 - 13:00 Uhr

Ort: Endertstraße 59 a, Cochem

Kontakt: Tel.: 02671/605982

#### Kleiderkammer

Abgabe und Annahme von gut erhaltener Kleidung, Schuhen, Spielsachen, Babyausstattung, Kinderkleidung, Haushaltsgegenständen und Fahrrädern  
Außerdem: Hilfen für Menschen in Not, Wegbegleitung und Weiterleitung zu Fachstellen, insbesondere für Kinder und Frauen

Träger: Sozialdienst Katholischer Frauen Cochem-Zell e.V.

Ort: Ravenéstraße, beim Bahnhof, Cochem

Zeit: mittwochs, 09:00 - 12:00 Uhr

(am ersten Mittwoch im Monat zusätzlich 15:00 - 17:00 Uhr)

Kontakt: Frau Wiegand Tel.: 0160/8453030,

Frau Scheer, Tel.: 02671/3560

#### Kostenloser Deutschunterricht

Träger: Sozialdienst Katholischer Frauen, Cochem e.V.

Zeit: mittwochs und freitags, 17:30 - 19:00 Uhr

Ort: Berufsbildende Schule Cochem, Ravenéstraße 17, Cochem

Kontakt: Julia Nehm, Tel.: 02671/7719, 0151/41922115

Erika Wiegand, Tel.: 02671/3587, 0160/8453030



# Lebenspraktische Angebote

## Repair Café

Im Repair Café bekommen Sie Hilfe bei der Reparatur kaputter Sachen z.B. bei Textilien, kleinen Möbelstücken, Spielsachen, elektrischen Kleingeräten.

Zeit: jeden dritten Samstag im Monat, 10:00 - 13:00 Uhr  
Ort: Berufsbildende Schule, Ravenéstraße 19, Cochem  
Kontakt: Katholische Erwachsenenbildung, Herr Heck, Tel.: 02673/96194720, E-Mail: keb.mittelmosel@bistum-trier.de

## Verbandsgemeinde Kaisersesch

### Kostenlose Nachhilfe in Mathematik für Schüler:innen aller Jahrgangsstufen

Zeit: montags, dienstags, mittwochs ab 13:30 Uhr  
Ort: Mehrgenerationenhaus Kaisersesch, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Leitung: Herr Herres  
Kontakt: Margret Mintgen, Telefon: 02653 / 915173-1  
E-Mail: margret.mintgen@vg.kaisersesch.de  
Bitte telefonisch vorher anmelden!

### Secondhand MODE UND MEHR

Der Verein Durchblick e.V. unterstützt Personen und Familien, deren wirtschaftliche Lage aus besonderen Gründen zur finanziellen Notlage geworden ist, individuell und unbürokratisch.

Zeit: Annahme von Kleidung und anderen Sachspenden:  
montags, 10:00- 12:00 Uhr und 15:30- 17:00 Uhr  
Ausgabe:  
dienstags, 10:00 - 12:00 Uhr  
mittwochs, 15:00 - 17:00 Uhr  
donnerstags, 14:00 - 17:00 Uhr  
freitags, 09:00 - 12:00 Uhr  
Ort: Alte Mayener Straße 2, Kaisersesch  
Kontakt: Secondhandladen 02653/9137203



# Lebenspraktische Angebote

## Verbandsgemeinde Zell

### Repair-Café

Zeit: jeden letzten Samstag im Monat, 10:00 - 13:00 Uhr  
Ort: Treffpunkt- Begegnung und Vielfalt, Schlossstraße 22, Zell  
Kontakt: Frau Kruse, Tel.: 0171 1079383,  
E-Mail: ideentreff-zell@gmx.de

## Für den gesamten Landkreis

### Erste Hilfe am Kind - Ausbildungsangebot für Gruppen

Träger: Deutsches Rotes Kreuz  
Zeit: 12 Stunden an 2 Tagen,  
Kosten: 34,00 Euro pro Teilnehmer:in, ab 10 Personen  
Kontakt: Tel.: 02671/91410

## Öffentliche Angebote

### Aufgaben der Jugendpflege:

- Kinder- und Jugendferienprogramme
- Aufbau und Betreuung von Jugendräumen
- Außerschulische Freizeitangebote
- Kinder- und Jugendbeteiligung auf kommunaler Ebene
- Mädchenarbeit
- Präventiver Kinder- und Jugendschutz
- Aus- und Weiterbildung von Ehrenamtlichen in der Jugendarbeit
- Unterstützung in der ehrenamtlichen Jugendarbeit

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem,  
Raum 3.01

Kontakt: Martina Christmann Tel.: 02671/61-301,  
E-Mail: [martina.christmann@cochem-zell.de](mailto:martina.christmann@cochem-zell.de)



## Kinder- und Jugendärztlicher Dienst

Der Kinder- und Jugendärztliche Dienst hat die Aufgabe, Kinder und Jugendliche vor Gesundheitsgefahren zu schützen und ihre Gesundheit zu fördern. Hierzu arbeitet der Dienst mit anderen Behörden, Einrichtungen und Personen zusammen, die Verantwortung für die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen tragen. Die wichtigsten Aufgaben und Arbeitsinhalte des Kinder- und Jugendärztlichen Dienstes sind:

- Schuleingangsuntersuchungen
- Kinder- und Jugendmedizinische Gutachten
- Zusammenarbeit mit Ärzten, Kindergärten, Schulen und Fördereinrichtungen, besonders bei kindlichen Entwicklungsstörungen
- Beratung von Schüler:innen, Eltern, Lehrer:innen und Erzieher:innen in Fragen zur Kindergesundheit
- Präventionsprojekte (Aktionen zur Gesundheitsvorsorge und Suchtvorbeugung)
- Impfberatung
- Gesundheitsberichterstattung

Die Leistungen des Kinder- und Jugendärztlichen Dienstes sind für die Bürgerinnen und Bürger kostenfrei. Die Untersuchungsergebnisse, wie auch die Inhalte von Beratungsgesprächen, unterliegen dem Datenschutz.

Zeit: montags - freitags, 08:00 - 12:30 Uhr  
sowie donnerstags, 14:00 - 16:30 Uhr

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem,  
Raum 3.51, 3.53, 3.73

Kontakt: Lydia Junglas, Tel.: 02671/61-851  
Elke Wallrath, Tel.: 02671/61-353  
Katja Weber, Tel.: 02671/61-853  
Dr. Christine Haller, Tel.: 02671/61-373



## Förderungen des Bildungs- und Teilhabepaketes

Bezieher von Leistungen nach SGB II / SGB XII / § 2 AsylbLG sowie Bezieher von Wohngeld oder Kinderzuschlägen, können für ihre Kinder Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket beantragen. Ziel des Bildungspaketes ist es, bedürftigen Kindern und Jugendlichen die Teilnahme an Aktivitäten oder Bildungsmaßnahmen zu ermöglichen.

### Das Bildungs- und Teilhabepaket beinhaltet folgende Leistungen:

- 1. Aufwendungen für Mittagessen in Kita und Schule:** Ein Zuschuss für das gemeinsame Mittagessen ist dann möglich, wenn die Schule oder die Kindertagesstätte ein entsprechendes Angebot bereithält.
- 2. Lernförderung:** Bedürftige Schüler:innen können Lernförderung in Anspruch nehmen, wenn nur dadurch das Lernziel erreicht werden kann. Voraussetzung ist, dass die Schule den Bedarf bestätigt und keine vergleichbaren schulischen Angebote bestehen.
- 3. Kultur, Sport, Mitmachen:** Für die gesellschaftliche Teilhabe können z. B. für Mitgliedsbeiträge (Sport, Spiel, Kultur, Geselligkeit), für Unterricht (Musik), für die Teilnahme an Freizeiten oder auch für Ausrüstungsgegenstände (z.B. Fußballschuhe) monatlich Leistungen im Wert von maximal 15,00 Euro oder jährlich 180,00 Euro bezuschusst werden.
- 4. Schulbedarf:** Damit bedürftige Kinder mit den nötigen Lernmaterialien ausgestattet sind, wird den Familien zweimal im Schuljahr ein Zuschuss gezahlt: zu Beginn des Schuljahres 104,00 Euro und jeweils im Februar darauf 52,00 Euro.
- 5. Klassenfahrten und Ausflüge:** Es erfolgt die Kostenübernahme für ein- und mehrtägige Ausflüge bzw. Fahrten von Schulen und Kitas.
- 6. Schülerbeförderung:** Insbesondere wer eine weiterführende Schule besucht, hat oft einen weiten Schulweg. Sofern die Beförderungskosten erforderlich sind und nicht aus dem eigenen Budget bestritten werden können, werden diese Ausgaben anteilig erstattet.



# Lebenspraktische Angebote

## **Büro für Bildung und Teilhabe des Kreisjugendamtes**

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem,  
Raum 3.35

Kontakt:

- Andrea Baitzel  
Tel.: 02671/61-335, E-Mail: [but@cochem-zell.de](mailto:but@cochem-zell.de)
- Annette Zenner  
Tel.: 02671/61-835, E-Mail: [but@cochem-zell.de](mailto:but@cochem-zell.de)



# Beratungsangebote



© erlese73 / stock.adobe.com

## Verbandsgemeinde Cochem

### Allgemeine Sozialberatung

Der Allgemeine Soziale Dienst der Caritas ist für Menschen in vielfältigen Not- und Problemlagen die erste Informations- und Anlaufstelle. Arbeitslosigkeit, Armut und Familienkrisen können Ursachen für psychosoziale und existenzielle Notlagen sein und werfen für die Betroffenen viele Fragen und Probleme auf:

- Fragen zu gesetzlich geregelten Leistungen, z. B.: welche Leistungen kommen für mich infrage: Arbeitslosengeld, Sozialhilfe, Leistungen des Jobcenters?
- Trennung / Scheidung / Beziehungskrise, z. B.: wie ist das mit dem Unterhalt? Wovon soll ich leben? Wie ist das mit dem Umgangsrecht und der Umgangspflicht?
- Allein erziehend - welche Arbeitsmöglichkeiten gibt es für mich? Welche Betreuungsmöglichkeiten für Kinder gibt es? Welche Unterstützung gibt es für mich?
- Fragen zu Anträgen und Bescheiden - wer gibt mir Hilfestellung bei Anträgen? Ich verstehe den Bescheid nicht: ist der in Ordnung? Wenn nicht: wie kann ich mich wehren?

### Hilfeangebot:

- Beratung und Hilfe zur Klärung der Situation und Alltagsbewältigung,
- Umfassende Informationen über gesetzlich geregelte Hilfen zur Sicherstellung des Lebensunterhaltes, Hilfestellung bei der Durchsetzung und Geltendmachung von Ansprüchen der sozialen Sicherung,
- Kontaktherstellung zu Behörden,
- Unterstützung und Begleitung im Umgang mit Behörden, ggf. Kontaktherstellung und Weitervermittlung an andere Institutionen und Beratungsdienste

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V

Zeit: montags - freitags, 08:30 - 12:30 Uhr,  
montags - donnerstags, 13:30 - 16:00 Uhr,  
sowie weitere Termine nach Vereinbarung

Ort: Herrenstraße 9, Cochem

Kontakt: Herr Dumont, Tel.: 02671/97520

## Flüchtlings- und Migrationsberatung

Diese Beratungsstelle ist für Menschen, die nach Deutschland zugewandert oder geflüchtet sind eine Anlaufstelle und Informationsquelle vor Ort.

Für die komplexen Fragestellungen, die sich aus den asyl- und ausländerrechtlichen Bestimmungen in Deutschland sowie den einzelnen Fluchtschicksalen ergeben, bietet die Flüchtlings- und Migrationsberatung Aufklärung und Information an. Die Beratung ist kostenlos und erfolgt unabhängig von Nationalität, Geschlecht, Religionszugehörigkeit und Weltanschauung. Alle Gespräche werden absolut vertraulich behandelt.

### Beratungsangebote:

- Information über den Ablauf des Asylverfahrens
- Beratung in ausländer- und sozialrechtlichen Fragen
- Psychosoziale Beratung und Begleitung in Ausnahme- und Krisensituationen
- Vermittlung bei Kontakten zu Behörden, Rechtsanwälten, Botschaften
- Unterstützung bei der Familienzusammenführung in Deutschland und ggf. im Drittland
- Stärkung der Selbsthilfekräfte und Klärung längerfristiger Lebensperspektiven
- Vermittlung von Sprachkursen und anderen Beratungsangeboten
- Hilfe bei Fragen und Problemen des Alltags
- Begleitung und Austausch für Ehrenamtliche und andere Institutionen in der Flüchtlingshilfe

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.  
Zeit: Termine nach Vereinbarung  
Ort: Herrenstraße 9, Cochem  
Kontakt: Frau Ulrich, Tel.: 02671/97520  
E-Mail: c.ulrich@caritas-meh.de



# Beratungsangebote

## **Beratungsstelle Jugendzahnpflege**

Träger: LAGZ RLP e.V. Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege Cochem-Zell

Beratung und Hilfestellung zur Zahngesundheitserziehung bei Kindern und Durchführung von Aktionen zur Förderung der Zahngesundheit:

- in den Geschäftsräumen der AGZ
  - in Hebammenpraxen
  - in Kindertagesstätten und Schule
  - in Krabbel-, Peking- und Nestgruppen
- sowie Schulungsprogramme für Multiplikatoren

Zeit: Termine nach Vereinbarung  
Ort: Ravenéstraße 18, Cochem  
Kontakt: Diana Müller (Gesundheitspädagogin)  
Tel.: 02671/5328, E-Mail:  
E-Mail: agz.cochemzell@lagz-rlp.de

## **Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz - Stützpunkt Cochem**

Persönliche Beratung (kostenpflichtig) nach Terminvereinbarung zu den Themen:

- Verbraucherrecht
- Telekommunikation und Medien
- Energie sparen

Fachvorträge zu den Themen (zum Teil kostenlos):

- Verbraucherrecht
- Telekommunikation und Neue Medien
- Finanzdienstleistungen
- Versicherungen
- Lebensmittel und Ernährung
- Gesundheit und Pflege
- Energie und Bauen

Zeit: montags, 10:00 - 15:00 Uhr  
Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem  
Kontakt: Tel.: 02671/605784



## Verbandsgemeinde Kaisersesch

### Allgemeine Sozialberatung

Umfassende Informationen über gesetzlich geregelte Hilfen, insbesondere zur Sicherstellung des Lebensunterhaltes. Hilfestellung bei der Durchsetzung und Geltendmachung von Ansprüchen der sozialen Sicherung.

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.  
Zeit: Individuelle Beratungstermine im MGH Schieferland nach vorheriger telefonischer Vereinbarung  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Herr Dumont, Tel.: 02671/97520  
E-Mail: k.dumont@caritas-meh.de

### Sprechstunde Jugendsozialarbeit/Elternberatung

In telefonischen Sprechstunden, bei individuellen Beratungsterminen sowie der Begleitung vor Ort steht der Jugendsozialarbeiter allen Jugendlichen, jungen Erwachsenen und Eltern, aber auch allen anderen am System Familie Beteiligten mit Rat und Tat zur Seite.

Schwerpunkte:

- Mit Jugendlichen, Alleinerziehenden und Familien spezifische Hilfsangebote erarbeiten und gemeinsam angehen,
- Erziehungs- und Bildungspartnerschaften: gemeinsam mit Kooperationspartnern und Betroffenen gute Lösungen bei Problemen finden
- Elternkompetenz stärken,
- Ort für Erziehungsfragen: Verunsicherungen ansprechen, benennen und gemeinsam Auswege suchen

Zeit: montags 14:00 Uhr- 16:00Uhr  
dienstags 09:00 Uhr- 12:00Uhr  
mittwochs 09:00 Uhr- 12:00 Uhr  
donnerstags 15:00 Uhr- 17:00 Uhr  
freitags 09:00 Uhr- 12:00 Uhr  
weitere Termine nach Vereinbarung möglich!

Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Herr Krötz, Tel.: 02653/915173-5,  
E-Mail: martin.kroetz@vg.kaisersesch.de



# Beratungsangebote

## **Sozial- und Verfahrensberatung für Flüchtlinge**

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.  
(Erläuterungen siehe Sozial- und Verfahrensberatung für Flüchtlinge Cochem)  
Zeit: derzeit nur nach telefonischer Anfrage  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Frau Ulrich Tel.: 02671/97520, Fax: 02671/91299,  
E-Mail: cathrin.ulrich@caritas-cochem.de

## **Paarberatung für Menschen mit Behinderung**

Träger: St. Martin Düngenheim  
Zeit: nach telefonischer Absprache  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Tel.: 02676/95196-538  
E-Mail: paarberatung@stmartin-dku.de

## **Unterstützung in seelischen und sozialen Nöten**

Zeit: nach telefonischer Absprache  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Tel.: 02653/3482  
Mobil: 0151/53830976  
E-Mail: michael.przesang@bgv-trier.de

## **Beratungsangebot der Digital Botschafter – Generation Silber vor Ort**

Haben Sie Fragen zur Bedienung Ihres Smartphones, E-Mail, Internet, Internettelefonie, WLAN, ZOOM, SKYPE, Sicherheit im Netz und vielem mehr? Dann rufen Sie einfach an! In Einzelfällen kommen die Berater auch zu Ihnen nach Hause.

Die Kontaktdaten erfragen Sie bitte bei Frau Marion Klein.

Zeit: nach telefonischer Absprache  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Marion Klein, Tel.: 02653/9996-712,  
E-Mail: marion.klein@vg.kaisersesch.de



## Verbandsgemeinde Zell

### Allgemeine Sozialberatung

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V. (Erläuterungen siehe Allgemeine Sozialberatung Cochem)  
Zeit: montags - freitags, 07:30 - 12:00 Uhr  
(und nach Vereinbarung)  
Ort: Caritas Nebenstelle Zell, Winzerstraße 7, Zell-Kaimt  
Kontakt: Frau Hillen, Tel.: 06542/9697790

### Sozial- und Verfahrensberatung für Flüchtlinge

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.  
(Erläuterungen siehe Sozial- und Verfahrensberatung für Flüchtlinge Cochem)  
Zeit: donnerstags (nach Terminvereinbarung)  
Ort: Caritas Nebenstelle Zell, Winzerstraße 7, Zell-Kaimt  
Kontakt: Tel.: 02671/97520, Fax: 02671/91299



## Schuldnerberatung

Die Schuldnerberatung ist ein Angebot für überschuldete Einzelpersonen oder Familien. Wenn im Monat zu wenig Geld zum Leben bleibt, die Bank Ihnen kein Geld mehr auszahlt, der Lohn gepfändet wird, ein Inkassobüro unter Druck setzt oder die Miete nicht mehr bezahlt werden kann, dann ist die Schuldnerberatung eine fachkundige Unterstützung. Der Schuldenberater verschafft sich zunächst einen Überblick über die Gesamtsituation. Ausgehend hiervon gilt es, zunächst den notwendigen Lebensunterhalt zu sichern. Gemeinsam wird ein Haushaltsplan erarbeitet. Hierbei werden Einsparmöglichkeiten bei den festen Ausgaben besprochen. Um die Einnahmen zu erhöhen, werden Möglichkeiten soziale Leistungen abzurufen geprüft.

In einem weiteren Schritt wird ein Plan zur Schuldenregulierung aufgestellt. Der Berater unterstützt bei den Einigungsverhandlungen mit Gläubigern und berät zum Insolvenzverfahren.

### **Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.**

Zeit: Termin nach Vereinbarung  
Ort: Herrenstraße 9, Cochem  
Kontakt: Frau Steimers, Tel.: 02671/97520



## Suchtberatung

Die Suchtberatung ist ein Angebot für Menschen, die als Betroffene oder Angehörige mit dem Thema Missbrauch oder Abhängigkeit von Alkohol, illegalen Drogen oder Medikamenten in Berührung gekommen sind. Zudem hilft die Beratungsstelle beim Thema Spielsucht und Online-Kaufsucht weiter.

Melden Sie sich, wenn

- Sie Ihr eigenes Konsumverhalten überdenken möchten,
- Sie Ihr Spiel- oder Online-Kaufverhalten überdenken möchten,
- Sie einem nahestehenden Menschen mit einem Suchtproblem helfen wollen,
- Sie im Zusammenhang mit Suchtverhalten Informationen, Beratung und Behandlung suchen.

Die Beratung ist kostenlos und alle Berater/innen unterliegen der Schweigepflicht.

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e. V.

Ort: Caritas Geschäftsstelle Cochem, Herrenstraße 9, Cochem

## Alkohol/Illegale Drogen/Medikamente:

Zeit: montags - freitags, 08:30 - 12:30 Uhr

montags - donnerstags, 13:30 - 16:00 Uhr

mittwochs nach Vereinbarung in der Nebenstelle in Zell  
Winzerstraße 7, Zell-Kaimt

Kontakt: Frau Tiemann, Frau Gerhartz (Prävention an Schulen)  
Anmeldung über die Caritas Geschäftsstelle Cochem,  
Tel.: 02671/97520



# Beratungsangebote

## **Glücksspielsucht/Computerspielsucht/Online-Spielsucht/Online-Kaufsucht:**

Zeit: Termine nach Vereinbarung

Beratung: Frau Wallerius, Tel.: 06571/9155-26  
E-Mail: [wallerius.anja@caritas-wittlich.de](mailto:wallerius.anja@caritas-wittlich.de)

Prävention: Frau Heitkötter, Tel.: 06571/9155-0,  
E-Mail: [heitkoetter.eva@caritas-wittlich.de](mailto:heitkoetter.eva@caritas-wittlich.de)

## **Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung Cochem**

Träger: Bistum Trier

Bürozeiten: montags - donnerstags,  
09:00 - 12:00 Uhr  
13:30 - 16:00 Uhr

Beratungstermine nach Vereinbarung, auch zu anderen Zeiten möglich.

Ort: Moselstraße 23, 56812 Cochem

Kontakt: Tel.: 02671/7735,  
E-Mail: [sekretariat.lb.cochem@bistum-trier.de](mailto:sekretariat.lb.cochem@bistum-trier.de),  
Internet: [www.cochem.lebensberatung.info](http://www.cochem.lebensberatung.info)

Die Beratung in der Lebensberatung Cochem ist für Ratsuchende freiwillig, vertraulich und kostenfrei. Die Beratung erfolgt unabhängig von Konfession, Weltanschauung und Nationalität.

## **Erziehungs- und Familienberatung**

An die Erziehungs- und Familienberatung können sich Eltern, andere Erziehungsberechtigte, Kinder und Jugendliche wenden, die Fragen zur Erziehung und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen haben. Sind Eltern beispielsweise in der Erziehung verunsichert (z. B. „Bin ich zu streng/nachgiebig in der Erziehung?“ oder „Mein Kind hört nicht, wenn ich etwas



sage.“), kann Erziehungs- und Familienberatung in Anspruch genommen werden. Unterstützung erfahren Eltern auch, wenn sie sich Sorgen um die Entwicklung ihres Kindes machen (z. B. weil das Kind starke Ängste hat, sich in eine Gruppe nicht einfügen kann oder es Probleme im Kindergarten oder in der Schule gibt). Auch wenn starke Konflikte im familiären Zusammenleben bestehen (z. B. mit pubertierenden Kindern oder in neu zusammengesetzten Familien), kann Erziehungs- und Familienberatung bei der Konfliktlösung helfen.

## **Säuglings- und Kleinkindberatung**

Dieses Angebot fördert die Feinfühligkeit der Eltern von Säuglingen und Kleinkindern und unterstützt den Aufbau einer gelingenden Eltern-Kind-Beziehung. Wenn ein Baby viel schreit, es sich nicht beruhigen lässt oder schlecht einschläft und Eltern sich belastet oder überfordert fühlen, können sie sich an die Beratungsstelle wenden. Auch Eltern, die Fragen zum Umgang mit ihrem Kleinkind haben (z. B. weil das Kind viel trotzts oder übermäßig klammert), können dieses Angebot nutzen.

## **Ehe- und Paarberatung**

Paare, die in andauernden Konflikten leben, sich ständig streiten oder sich nichts mehr zu sagen haben, können Unterstützung erfahren. Auch wenn ein Partner sich unverstanden fühlt und sich zurückzieht oder wenn es Schwierigkeiten in den jeweiligen Herkunftsfamilien gibt, die sich auf die Paarbeziehung auswirken, kann Ehe- und Paarberatung hilfreich sein.

## **Trennungs- und Scheidungsberatung**

Wenn Paare sich unsicher sind, ob sie sich trennen wollen, kann die Trennungs- und Scheidungsberatung bei der Klärung helfen. Auch bei der Bewältigung einer Trennung können Paare oder Einzelne Unterstützung finden. Eltern, die ihre Elternschaft trotz Trennung weiterhin verantwortlich regeln wollen oder sich fragen, was ein Kind braucht, um die Trennung seiner Eltern gut verarbeiten zu können, wird Hilfestellung angeboten.



## Lebensberatung

An die Lebensberatung können sich Einzelpersonen wenden, die sich in einer Krisensituation befinden, die beispielsweise durch den Tod eines nahen Angehörigen oder einen Arbeitsplatzverlust ausgelöst wurde. Bei der Bewältigung einer schweren Krankheit, Schwierigkeiten am Arbeitsplatz oder bei der Suche nach Lebenssinn und neuen Perspektiven können Rat-suchende Unterstützung erfahren.

## Offene Sprechstunde

Während der offenen Sprechstunden besteht die Möglichkeit sich wohnort-nah beraten zu lassen. Die Sprechstunden finden vierteljährlich an ver-schiedenen Kindergärten im Landkreis statt. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

- Haus für Kind und Familie, Im Haag 7a, Kaisersesch  
Beraterin: Frau Thome  
Anmeldung: Tel.: 02653/9130994
- Kita Ulmen, Eifel-Maar-Park 11a, Ulmen  
Beraterin: Frau Thönnies  
Anmeldung: Tel.: 02676/9529847
- Kita St. Peter Zell, Schlossstraße 16, Zell  
Beraterin: Frau Ibalde-Strauch  
Anmeldung: Tel.: 06542/4672



## Erziehungsberatung/-hilfe des Kreisjugendamtes

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Kreisjugendamtes beraten gerne bei:

- Fragen zur Entwicklung und Erziehung von Kindern
- Erziehungsschwierigkeiten
- Verhaltensauffälligkeiten
- Entwicklungsverzögerungen/-störungen
- Formen der seelischen Behinderung bei Schulkindern
- Eltern-Kind-Konflikten
- Kindesmisshandlung und -missbrauch
- in Fragen der Partnerschaft, Trennung und Scheidung sowie hinsichtlich der Ausübung des Umgangsrechts.

Bei Bedarf wird eine Hilfe zur Erziehung in ambulanter, teilstationärer oder stationärer Form, Eingliederungshilfe oder eine sonstige Hilfe gewährt. Durch den Bezirkssozialarbeiter wird jeweils geprüft, welche Hilfe in Ihrem Fall notwendig und geeignet ist.

### Formen der Hilfe zur Erziehung:

- Soziale Gruppenarbeit
- Erziehungsbeistandschaft
- Sozialpädagogische Familienhilfe
- Erziehung in einer Tagesgruppe
- Vollzeitpflege
- Heimerziehung
- Betreutes Wohnen
- Intensive Sozialpädagogische Einzelbetreuung
- Einzelfallhilfe und Eingliederungshilfe

### Bezirkssozialarbeit des Kreisjugendamtes

Zeit: montags - freitags, 08:00 - 12:30 Uhr  
sowie donnerstags, 14:00 - 16:00 Uhr

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem

# Beratungsangebote

## Kontakt:

- **Joshua Marx Tel.: 02671/61-329**  
Zuständig für: Brachtendorf, Dungenheim, Eppenberg, Eulgem, Gamlen, Hambuch, Hauroth, Illerich, Kaifenheim, Kaisersesch, Kalenborn, Landkern, Laubach, Leienkaul, Masburg, Müllenbach, Urmersbach, Zettingen  
Außersprechstunde:  
Haus der Beratung Kaisersesch, donnerstags, 14:00 - 16:00 Uhr
- **Lena Wecker, Tel.: 02671/61-328**  
Zuständig für: Verbandsgemeinde Ulmen  
Außersprechstunde:  
Verbandsgemeindeverwaltung Ulmen, montags, 14:00 - 16:00 Uhr
- **Jasmin Becker, Tel.: 02671/61-828**  
Zuständig für: Cochem, Dohr, Faid, Greimersburg, Klotten
- **Christian Völkl, Tel.: 02671/61-330**  
Zuständig für: Altstrimmig, Binningen, Brieden, Brohl, Dünfus, Forst, Forst (Hunsrück), Kail, Lieg, Liesenich, Lütz, Mittelstrimmig, Mönthenich, Moselkern, Müden, Pommern, Roes, Sosberg, Treis-Karden, Wirfus  
Außersprechstunde:  
Realschule Plus und Grundschule Treis-Karden, Karden nach Vereinbarung
- **Christina Liesenfeld, Tel.: 02671/61-830**  
Zuständig für: Alf, Beilstein, Blankenrath, Bremm, Briedern, Bruttig-Fankel, Bullay, Ediger-Eller, Ellenz-Poltersdorf, Ernst, Grenderich, Haserich, Hesweiler, Mesenich, Moritzheim, Neef, Nehren, Reidenhausen, Senheim, St. Aldegund und Valwig  
Außersprechstunde:  
abwechselnd Grundschule Alf und Bullay, dienstags, 14:00 - 16:00 Uhr



# Beratungsangebote

- **Ralf Schauf, Tel.: 02671/61-331**

Zuständig für: Altlay, Briedel, Panzweiler, Peterswald-Löffelscheid, Pünderrich, Schauern, Tellig, Walhausen, Zell

Außensprechstunde:

Ideentreff Zell, donnerstags, 14:30-17:00 Uhr

## Kitasozialarbeit

Die Kita-Sozialarbeit des Landkreises Cochem-Zell besteht seit September 2019 und ist seit dem 01.07.2021 mit Einführung des Sozialraumbudgets im neuen Kindertagesstättengesetz (§ 25 Abs. 5 KiTaG) verankert.

Die Kita-Sozialarbeit ist ein familienunterstützendes Angebot an Kindertagesstätten und stellt ein zentrales Bindeglied zwischen dem Lebensraum von Kindern und deren Familien, den einzelnen Kitas und dem Kita-Sozialraum dar. Die Vernetzung mit anderen Einrichtungen ermöglicht es gezielt zu unterstützen und bei Bedarf passende Kontakte zu vermitteln.

Ein wesentliches Ziel ist es, durch frühzeitige und präventive Arbeit die Chancengleichheit von Kindern und Familien zu erhöhen sowie deren Ressourcen und Bedarfe zu erkennen und in die Arbeit mit einzubeziehen.

So können Entwicklungs- und Bildungschancen angeglichen werden. Die Mitwirkung bei der Gestaltung der Übergänge vom Elternhaus in die Kindertagesstätte, innerhalb der KiTa sowie von der Kindertagesstätte in die Schule, ist ebenfalls Bestandteil der Kita-Sozialarbeit.

- **Anna Claßen**

Zuständig für: Kindertagesstätte Forster Kirchspiel, Binningen  
Kindertagesstätte St. Nikolaus Kaifenheim

Kontakt: Tel.: 0160/7833345  
E-Mail: [anna.claßen@cochem-zell.de](mailto:anna.claßen@cochem-zell.de)

- **Carina Günther**

Zuständig für: Kita Klosterbergzwerge Cochem

Kontakt: Tel.: 0160/99101426  
E-Mail: [carina.guenther@cochem-zell.de](mailto:carina.guenther@cochem-zell.de)



# Beratungsangebote

- **Lara Kalb**  
Zuständig für: Katholische Kindertagesstätte St. Matthias Ulmen  
Kontakt: Tel.: 0160/7137152,  
E-Mail: lara.kalb@cochem-zell.de
- **Sarah Kontermann**  
Zuständig für: Kita „Kleine Strolche“ Blankenrath  
Kontakt: Tel.: 0151-72319022.  
E-Mail: sarah.kontermann@cochem-zell.de

## Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeiter des Landkreises bieten Ihnen Einzelfallhilfe bei schulischen, familiären und emotionalen Problemen an. Es werden sowohl Schüler:innen als auch Eltern und Lehrer:innen beraten. Im Bedarfsfall werden weitergehende Hilfen vermittelt. Ferner führen sie soziale Gruppenangebote und Projekte an den Schulen durch (z. B.: soziales Training, Streitschlichterausbildung), begleiten beim Übergang Schule - Beruf und helfen bei der Konfliktbewältigung im Schulalltag.

- **Tobias Emschermann**  
Zuständig für: Realschule Plus Cochem inkl. GOS  
Kontakt: Tel.: 02671/6039722,  
E-Mail: tobias.emschermann@cochem-zell.de
- **Stefan Gorges-Beyer**  
Zuständig für: Berufsbildende Schule Cochem  
Kontakt: Tel.: 02671/91697-144,  
E-Mail: \*stefan.gorges-beyer@cochem-zell.de
- **Christoph Greve**  
Zuständig für: Realschule Plus Cochem, Förderschule Blankenrath  
Kontakt: Tel.: 06542/989765,  
E-Mail: christoph.greve@cochem-zell.de



# Beratungsangebote

- **Irene Groß**  
Zuständig für: Förderschule Kaisersesch  
Kontakt: Tel.: 0160/91039850,  
E-Mail: irene.groß@cochem-zell.de
- **Carina Günther**  
Zuständig für: Grundschule Cochem und Dohr  
Kontakt: Tel.: 0160/99101426  
E-Mail: carina.guenther@cochem-zell.de
- **Lara Kalb**  
Zuständig für: Grundschule Ulmen und Büchel  
Kontakt: Tel.: 0160/7137152,  
E-Mail: lara.kalb@cochem-zell.de
- **Nina Klaus**  
Zuständig für: Grundschule Mittelstrimmig und Bullay  
Kontakt: Tel.: 0162/1334440,  
E-Mail: nina.klaus@cochem-zell.de
- **Isabelle Klippert**  
Zuständig für: Grundschule Landkern-Greimersburg, Hambuch-  
Gamlen, Laubach-Masburg, Brohl  
Kontakt: Tel.: 0162/8297351,  
E-Mail: isabelle-marie.klippert@cochem-zell.de
- **Marco Krebber**  
Zuständig für: IGS Zell  
Kontakt: Tel.: 06542/989718,  
E-Mail: marco.krebber@cochem-zell.de
- **Corinna Sehn**  
Zuständig für: Grundschule Zell  
E-Mail: corinna.sehn@cochem-zell.de



# Beratungsangebote

- **Marion Schmitz**

Zuständig für: Gymnasium Cochem, Grundschule Alf und Briedel-Pünderich

Kontakt: Tel.: 0151/26918107,  
E-Mail: marion.schmitz@cochem-zell.de

- **Jasmin Schulz**

Zuständig für: Realschule Plus Vulkaneifel und Grundschule Lutzerath

Kontakt: Tel.: 0162/1354054,  
E-Mail: jasmin.schulz@cochem-zell.de

- **Melissa Thees**

Zuständig für: Realschule Plus und Fachoberschule Kaisersesch

Kontakt: Tel.: 02653/9899302 ,  
E-Mail: melissa.thees@cochem-zell.de

- **Kathrin Wambach**

Zuständig für: Grundschule Kaisersesch

Kontakt: Tel.: 0160/90566004  
E-Mail: kathrin.wambach@cochem-zell.de

- **Anja Winkler**

Zuständig für: Realschule Plus und Grundschule Treis-Karden

Kontakt: Tel.: 0160/90540993  
E-Mail: anja.winkler@cochem-zell.de



## Kompetenzstelle Integration

Integration lebt von der gegenseitigen Achtung und Wertschätzung. Integration ist ein stetiger Prozess, der das Leben bereichert, ein Prozess, der tagtäglich in unseren Gemeinden, im privaten und beruflichen Alltag, in den Familien und in den Vereinen stattfindet. Mit Beschluss des Integrationskonzeptes 2012 durch den Kreistag wurde die Aufgabe als strategisches Ziel in dem Aufgabenkatalog der Kreisverwaltung verankert.

### Aufgaben:

- Erstellung und Fortschreibung des Integrationskonzeptes
- Begleitung des Integrationsprozesses
- Koordinierung vorhandener Angebote
- Initiierung von Maßnahmen, die die Gedanken der Integration im öffentlichen Bewusstsein verankern
- Ansprechpartner für die Einwohner/innen des Landkreises, wenn es um Belange der Integration geht
- Begleitung und Koordinierung der Arbeitsgruppen
- Umsetzung der Ziele des Integrationskonzeptes zusammen mit den anderen Partnern im Integrationsprozess

Zeit: Termine nach telefonischer Vereinbarung

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Brückenstraße 2, Cochem, Raum 4.0

Kontakt: Ramona Junglas, Tel.: 02671/61-691,  
E-Mail: [ramona.junglas@cochem-zell.de](mailto:ramona.junglas@cochem-zell.de)



## Gleichstellungsstelle

Die Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Cochem-Zell setzt sich für die rechtliche und tatsächliche Gleichstellung von Männern und Frauen im beruflichen und im privaten Kontext ein. Gleichstellung als Ausdruck sozialer Gerechtigkeit soll die gleiche Teilhabe an persönlichen Entwicklungsmöglichkeiten begründen. Mit Veranstaltungen und Seminaren wird versucht, ein Bewusstsein für die Verwirklichung von Gleichstellung zu schaffen.

### Folgende Themen stehen im Vordergrund:

- Berufswahl von Frauen und Männern, „Männer- und Frauenberufe“
- Vereinbarkeit Familie und Beruf
- Aufbrechen von Rollenklischees
- Gewalt in engen sozialen Beziehungen
- Situation zugewanderter Frauen
- Frauen in der (Kommunal-)Politik
- Vernetzung von Frauengruppen und -organisationen

Zeit: Termine nach telefonischer Vereinbarung  
Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Brückenstraße 2, Cochem, Raum 4.0  
Kontakt: Ramona Junglas, Tel.: 02671/61-691,  
E-Mail: [ramona.junglas@cochem-zell.de](mailto:ramona.junglas@cochem-zell.de)



# Angebote zur Erziehungskompetenz



## Angebote zur Beziehungs- und Erziehungskompetenz

### Verbandsgemeinde Kaisersesch

#### Pädagogische Elternrunde

Eltern sind von Geburt an die ersten und wichtigsten Bindungspersonen ihres Kindes und für uns die wichtigsten Partner bei der Erziehung ihrer Kinder. Eine gegenseitige Wertschätzung, Anerkennung und Unterstützung ist daher unverzichtbar, um den Kindern die Entwicklung eines positiven Selbstbildes zu ermöglichen. Alle Eltern und Personen mit Sorge- und Erziehungsverantwortung, unabhängig ihrer Herkunft, Kultur und sozialen Lage, sind zur pädagogischen Elternrunde eingeladen. In einer wohlwollenden, geschützten und vertrauensvollen Atmosphäre können Sie über all das, was Sie in der Erziehung und im Kontakt mit Ihren Kindern bewegt, sprechen. Ihre Themen stehen im Fokus der Runde und alle partizipieren voneinander, stärken sich gegenseitig und sprechen sich Mut zu.

- Zeit: zweimal monatlich im Wechsel  
Samstag- oder Dienstagvormittag
- Kosten: 7,50 Euro pro Person
- Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
(derzeit online)
- Leitung: Edith Marra
- Kontakt: Edith Marra, Tel.: 0173/6395991,  
E-Mail: [Edith@marraonline.de](mailto:Edith@marraonline.de)



Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

im Rahmen des Aktionsprogramms



## Feinfühlingkeitstraining

Für frisch gewordene Eltern ist das Leben mit Baby eine große Umstellung und häufig mit Unsicherheiten verbunden. Was braucht das Baby, hat es Hunger, ist es müde oder will es einfach nur kuscheln? Diese und ähnliche Fragen beschäftigen Mama und Papa. Um Eltern dabei zu unterstützen, mit ihren Neugeborenen und Babys bis 12 Monaten einen guten Start zu haben, bietet die Lebensberatung Cochem ein Feinfühligkeitstraining an. Der Kurs soll dabei helfen, die Signale des Babys zu erkennen, zu interpretieren und sensibel und angemessen darauf einzugehen.

Kinder, deren Signale von Beginn an feinfühlig beachtet werden, bauen eine vertrauensvolle und sichere Bindung zu ihren Bezugspersonen auf.

Zeit: Kurs aus 3 Terminen, jeweils dienstags 09:00-12:00 Uhr  
Kosten: kostenlos  
Ort: Lebensberatungsstelle Cochem, Moselstraße 23, Cochem  
Leitung: Simone Ibald-Strauch  
Kontakt: 02671-7735, sekretariat.lb.cochem@bistum-trier.de

## Für den gesamten Landkreis

### Elternabende

Träger: Lebensberatung Cochem  
Themen:

- Selbstvertrauen und Lernen
- Streitigkeiten unter Kindern
- Liebevoll und konsequent

Kontakt: Tel.: 02671/7735, E-Mail: lb.cochem@bistum-trier.de,  
Internet: [www.cochem.lebensberatung.info](http://www.cochem.lebensberatung.info)

# Angebote zur Beziehungs- und Erziehungskompetenz

## Elterncoaching

- Zeit: an zwei Samstagen, jeweils vormittags, 08:30 - 13:00 Uhr plus Einzelcoaching als individuelle Unterstützung nach dem Kurs
- Kosten: 150,00 Euro pro Person oder 160,00 Euro Familienpreis, richtet sich an Eltern, Erzieher:innen, Lehrer:innen
- Ort: findet an verschiedenen Orten im Landkreis statt
- Leitung: Tanja Maier (zertifizierter Coach CPC und ACC)
- Kontakt: Kath. Erwachsenenbildung Mittelmosel, Tel.: 02673/96194720, E-Mail: [keb.mittelmosel@bistum-trier.de](mailto:keb.mittelmosel@bistum-trier.de)

## EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Paare auch noch nach Jahren von diesem Training profitieren und ihre Beziehung dauerhaft und harmonisch gestalten. Die im EPL Kurs erlernte Gesprächsfertigkeit kann im APL-Kurs aufgefrischt oder für besondere Lebenssituationen ausgebaut werden. Weitere Angebote sind KEK, SPL und WBL sowie das Beziehungscoaching für junge Paare in den ersten Jahren ihrer Beziehung, die auf der Internetseite unter [www.fitfuerdieiebe.de](http://www.fitfuerdieiebe.de) erläutert werden.

- Das Seminar: vier Paare, zwei Trainer:innen, sechs Themen
- Zeit: Die Kurse finden an den Wochenenden statt. Termine und Veranstalter unter [www.fitfuerdieiebe.de](http://www.fitfuerdieiebe.de) oder [www.epl-kek.de](http://www.epl-kek.de).
- Ort: verschiedene Orte, z. B. bei der Familienbildungsstätte Mayen, Koblenz, Simmern oder in St. Thomas
- Kontakt: Kath. Erwachsenenbildung Mittelmosel, Tel.: 02673/96194720, E-Mail: [keb.mittelmosel@bistum-trier.de](mailto:keb.mittelmosel@bistum-trier.de)

## Katholische Familienbildungsstätte Mayen e.V.

Die Familienbildungsstätte Mayen hält ein umfangreiches und vielfältiges Angebot vor, das Raum zur Begegnung bietet und zum Mitmachen einlädt, um mit allen Sinnen, mit Gefühl und Verstand, Neues zu entdecken. Die Teilnehmer:innen erhalten Anstöße und Impulse für eine gelungene Bewältigung des Familienalltags in all seinen Facetten und speziellen Situationen. Sie bietet Raum für Kinder und Jugendliche, Frauen und Mütter, Männer

# Angebote zur Beziehungs- und Erziehungskompetenz

und Väter und Seniorinnen und Senioren. Das Haus steht allen Menschen offen, unabhängig welcher Konfession und Nationalität.

- Angebote im Rahmen der Geburtsvor- und Nachbereitung,
- Eltern-Kind-Gruppen,
- Eltern- und Infoabende,
- Fortbildungen,
- Kreativ- und Entspannungskurse für Jung und Alt,
- Kochkurse,
- Kindergeburtstage,
- Unterstützungsangebote im Rahmen der Frühen Hilfen.

Zeit: montags - freitags, 09:00 - 12:00 Uhr  
sowie dienstags und donnerstags, 14:00 - 16:00 Uhr

Ort: Bäckerstraße 12, 56727 Mayen

Es finden auch Elternabende und Gruppenangebote an verschiedenen Orten innerhalb des Landkreises Cochem-Zell statt. Informieren Sie sich auf der Internetseite oder im Programmheft der Familienbildungsstätte Mayen e.V.

Kontakt: Tel.: 02651/6800, E-Mail: [info@fbs-mayen.de](mailto:info@fbs-mayen.de),  
Internet: [www.fbs-mayen.de](http://www.fbs-mayen.de)



## Angebote der Kreisvolkshochschule Cochem-Zell

Der Hauptauftrag der Kreisvolkshochschule Cochem-Zell ist es, ein lebenslanges Lernen zu ermöglichen. Sie orientiert sich an den Interessen und Bildungsbedürfnissen der Bürgerinnen und Bürger des Landkreises, analysiert deren persönliche und berufliche Herausforderungen, um ihre Arbeit darauf auszurichten und weiterzuentwickeln.

Die Kreisvolkshochschule arbeitet in der beruflichen, kulturellen, integrativen und allgemeinen Bildung für alle Einwohner des Landkreises Cochem-Zell, dementsprechend hält sie auch Angebote für Familien bereit. Die Bildungsbereiche sind untergliedert in die Gruppen: Gesellschaft, Kultur, Gesundheit, Sprachen, Beruf & EDV, Kids & Teens und KVHS Spezial.

Weitere Informationen über aktuelle Kurse und Angebote finden Sie unter [www.kvhs-cochem-zell.de](http://www.kvhs-cochem-zell.de).

### Kreisvolkshochschule Cochem-Zell

Zeit: montags - donnerstags, 08:00 - 12:30 Uhr  
freitags, 08:00 - 13:00 Uhr  
donnerstags, 14:00 - 16:00 Uhr  
Ort: Ravenéstraße 17, 56812 Cochem  
Kontakt: Anja Steffens Tel.: 02671/61-462  
Stefanie Jobelius-Steuer, Tel.: 02671/61-466  
Iris Christ, Tel.: 02671/61-464



# Kirchliche Familienbildung



# Kirchliche Familienbildung

## **Evangelische Kirchengemeinde Cochem**

Gemeindebüro

Zeit: Mo, Di, Mi, Fr, 09:00 – 12:00 Uhr

Do, 15:00-18:00 Uhr

Ort: Oberbachstraße 59, 56812 Cochem-Zell

Kontakt: Frau Bungart, Tel.: 02671/7114

E-mail: [gemeinde.buero@coc-ek.de](mailto:gemeinde.buero@coc-ek.de)

Internet: [www.coc-ek.de](http://www.coc-ek.de)

## **Evangelische Kirchengemeinde Zell - Bad Bertrich - Blankenrath**

Gemeindebüro

Zeit: dienstags, 14:00 - 16:30 Uhr

donnerstags, 09:00 - 12:00 Uhr

Ort: Schlossstraße 20, Zell

Kontakt: Frau Etzkorn, Tel.: 06542/4539

## **Jugendpastoralreferent Herr Hoffmann**

Unter [www.jucoc.de](http://www.jucoc.de) finden Sie das ganze Jahr über Angebote zu Sommerferienfreizeiten für Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren, Fahrten nach Taizé sowie Schulungsangebote für Engagierte in der Gruppenarbeit. Ebenfalls finden Sie dort verschiedenste Materialien, wie z. B. Beamer, Beschallungsanlage, Stifte etc.

## **Dekanatsbüro Cochem**

Zeit: montags - donnerstags, 08:30 - 12:30 Uhr

Ort: Moselweinstraße 15, Ellenz-Poltersdorf

Kontakt: Herr Hoffmann, Tel.: 02673/961947-15,

E-Mail: [frank.hoffmann@bistum-trier.de](mailto:frank.hoffmann@bistum-trier.de)



# Kirchliche Familienbildung

## **Katholische Erwachsenenbildung**

Fachstelle Mittelmosel

Ort: Moselweinstraße 15, 56821 Ellenz-Poltersdorf

Kontakt: Herr Heck, Tel.: 02673/961947-21,  
E-Mail: [keb.mittelmosel@bistum-trier.de](mailto:keb.mittelmosel@bistum-trier.de),  
Internet: [www.keb-mittelmosel.de](http://www.keb-mittelmosel.de)

## **FachstellePlus für Kinder- und Jugendpastoral Marienburg**

Zeit: montags-donnerstags, 09:00 - 17:00 Uhr  
freitags, 09:00 - 12:00 Uhr

Ort: Marienburg, 56856 Zell

Kontakt: Birgit Laux, Tel.: 06542/901353

## **Frauenpastoralreferentin Frau Schmidt**

Dekanatsbüro Cochem-Zell

Zeit: montags - donnerstags, 08:30 - 12:30 Uhr

Ort: Moselweinstraße 15, 56821 Ellenz-Poltersdorf

Kontakt: Frau Schmidt, Tel.: 02673/961947-14  
E-Mail: [dietlinde.schmidt@bgv-trier.de](mailto:dietlinde.schmidt@bgv-trier.de)



# Selbsthilfegruppen



# Selbsthilfegruppen

## Verbandsgemeinde Cochem

### Selbsthilfegruppe Depression

Zeit: jeden zweite und vierte Donnerstag im Monat, 19:00 Uhr  
Ort: Marienkrankenhaus, kleiner oder großer Lehrsaal der Krankenpflegeschule, Cochem  
Kontakt: Frau Dohle, Tel.: 0172/2411309

### Kreuzbund e.V.

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und deren Angehörige. Ziele sind insbesondere die Vermittlung neuer Perspektiven zur Erreichung einer zufriedenen Abstinenz sowie die Förderung einer alkohol- und drogenfreien Freizeitgestaltung.

Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

Ort: Caritasgeschäftsstelle Cochem, Herrenstraße 9

Zeit : Gruppe 1: dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

Kontakt: Christoph Rimmele, Tel.: 0170/8908534, Michaela Allard, Tel.: 0175/5277596

Gruppe 2: donnerstags, 19:00 - 21:00 Uhr

Kontakt: Herr Hirschen, Tel.: 02673/1215

### Treffpunkt für allein erziehende und allein lebende Menschen

kfd Dekanat Karden-Martental

Zeit: bitte telefonisch erfragen

Ort: Pfarrheim St. Castor, Karden

Kontakt: Dekanat Cochem, Frau Schmidt, Tel.: 02673/961947-0

## Verbandsgemeinde Kaisersesch

### Elterntreff von Kindern und Erwachsenen mit ADHS/ADS

Träger: Juvemus e.V.

Zeit: einen Samstagabend im Monat, ab 20:00 Uhr

Ort: zurzeit online, sonst Yumi Hotel, Kaisersesch

Kontakt: Barbara Walker, Tel.: 0179/799151  
Kirsten Komes, Tel.: 02653/7179010

# Selbsthilfegruppen

## **Elterntreff von behinderten und entwicklungsverzögerten Kindern**

Zeit: dritter Mittwoch im Monat, 19:30 Uhr  
Ort: Landgasthaus Schöne Aussicht 1  
(zwischen Laubach und Kaisersesch)  
Kontakt: Frau Schneider, Tel.: 02651/77511

## **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Angstattacken und Depressionen**

Zeit: freitags, 18:00 - 20:00 Uhr  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
Kontakt: Frau Dinzen, Tel.: 0151/ 75065481,  
E-Mail: herzblatt-1956@web.de

## **Kreuzbund e.V.**

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und deren Angehörige  
(siehe Angebot Kreuzbund Cochem)  
Schwerpunkt: Alkohol und Medikamentenabhängigkeit  
Zeit : dienstags, 20:00 Uhr  
Ort: Alte Schule Kaisersesch  
Kontakt: Herr Schnitzler, Tel.: 02653/6545

## **„Vergiss Mensch nicht“**

Ehrenamtliches Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz und zugleich Entlastungsangebot für deren Angehörige  
Zeit: jeden zweiten und vierten Mittwoch im Monat,  
14:00 - 17:00 Uhr  
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch  
bzw. Sozialstation Lutzerath Trierer Straße 2, Lutzerath  
Kontakt: Simone Kessler, Tel.: 02677/9372-11



# Selbsthilfegruppen

## Verbandsgemeinde Zell

### Emotion-Anonymous Selbsthilfegruppe

Zeit: jeden zweiten und vierten Mittwoch im Monat, ab 19:00 Uhr  
Ort: Ideentreff Zell, Schloßstraße 22  
Kontakt: Frau Kruse, Tel.: 0176/40713021

### Selbsthilfegruppe für Eltern behinderter Kinder

Offener Treff von Eltern behinderter Kinder zum Erfahrungsaustausch mit den Themenschwerpunkten „liebvolles Annehmen in der Familie“ und „Probleme bei der Inanspruchnahme sozialer Leistungen und finanzieller Unterstützungen“.

Zeit: jeden letzten Dienstag im Monat, 19:30 Uhr  
Ort: Restaurant Akropolis, Bullay  
Kontakt: Frau Klein, Tel.: 06571/6696,  
E-Mail: maria-klein@t-online.de

### Kreuzbund e.V.

#### Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und deren Angehörige (siehe Angebot Kreuzbund Cochem)

Schwerpunkt: Alkohol und Medikamentenabhängigkeit  
Zeit: montags 18:30 – 20:00 Uhr  
Ort: Ambulantes Hilfezentrum der Caritas (AHZ) Zell  
Kontakt: Herr Hilgenberg, Tel.: 06542/963576

### Frauengesprächskreis

Frauen, die selbst eine Abhängigkeitserkrankung haben und Frauen, die Partnerinnen eines Suchtkranken sind, tauschen sich aus und bieten Unterstützung an.

Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit  
Zeit: dienstags, 19:00 Uhr, alle 14 Tage  
Ort: Ambulantes Hilfezentrum der Caritas (AHZ), Zell  
Kontakt: Frau Neul, Tel.: 06542/406581



# FAMILIENZEITung

## Sie haben Rückfragen zu den Angeboten in der Familienzeitung?

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme!

Kreisverwaltung Cochem-Zell  
Anja Winkler  
Kordinatorin „Familienbildung im Netzwerk“  
Endertplatz 2  
56812 Cochem

Tel: 02671/61-801  
E-Mail: [anja.winkler@cochem-zell.de](mailto:anja.winkler@cochem-zell.de)  
[www.cochem-zell.de](http://www.cochem-zell.de)

### Sprechzeiten:

Mittwoch: 08:00 - 14:00 Uhr

Freitag: 08:00 - 12:00 Uhr

Haben auch Sie ein Angebot im Bereich der Familienbildung? Dann melden Sie sich einfach bei uns!

### **Impressum:**

Herausgeber: Kreisverwaltung Cochem-Zell - Familienbildung im Netzwerk  
Endertplatz 2, 56812 Cochem  
[www.cochem-zell.de](http://www.cochem-zell.de)

Satz / Layout: Büro Landrat - Pressestelle -  
E-Mail: [pressestelle@cochem-zell.de](mailto:pressestelle@cochem-zell.de)

Bildquellen: Titelbild: ©Jacob Lund / stock.adobe.com  
S. 5 ©ferkelraggae / stock.adobe.com  
S. 21 ©Gerd Gropp / stock.adobe.com  
S. 31 ©BlueOrange Studio / stock.adobe.com  
S. 38 ©emese73 / stock.adobe.com  
S. 56 ©auremar / stock.adobe.com  
S. 61 ©Vinicius Tupinamba / stock.adobe.com  
S. 64 ©drubig-photo / stock.adobe.com

**Änderungen der Angebote vorenthalten.**



Familienbildung  
im Landkreis Cochem-Zell