

FAMILIENZEITung



Angebote für Familien im Landkreis Cochem-Zell



Familienbildung
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

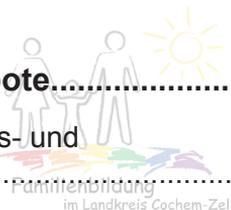


Manfred Schnur
Landrat



Inhaltsverzeichnis

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



Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----------------|
| Beratungsangebote | 38 - 55 |
| Schuldnerberatung | 44 |
| Suchtberatung | 44 - 45 |
| Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung Cochem | 46 - 48 |
| Erziehungsberatung/-hilfe des Kreisjugendamtes | 49 - 51 |
| Schulsozialarbeit | 51 - 53 |
| Kompetenzstelle Integration | 54 |
| Gleichstellungsstelle | 55 |
| | |
| Angebote zur Erziehungskompetenz | 56 - 59 |
| Angebote der Kreisvolkshochschule Cochem-Zell | 60 |
| | |
| Kirchliche Familienbildung | 61- 63 |
| | |
| Selbsthilfegruppen | 64 - 67 |



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 angeboten.

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.



Kaisersesch

Donum Vitae

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

Zell

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

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



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.

Cochem

Geburtsvorbereitungskurs für Frauen

Zeit: dienstags, 18:00 – 20:00 Uhr (7 Abende)
Ort: Kloster Ebernach, Cochem oder Zeiselweg 5, Pommern
Kontakt: Frau Henerichs-Liebfried, Tel.: 02671/6039135

Ulmen

Geburtsvorbereitungskurs

Zeit: dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Ort: Brunnenstraße 20, Auderath
Kontakt: Frau Born, Tel.: 02676/3689966

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



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: Kerstin Wolfs, Tel.: 0171/9972846



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
Internet: www.gemeinschaftsklinikum.de

Marienhof Koblenz

Adresse: Rudolf-Virchow-Straße 7, 56065 Koblenz
Tel.: 0261/4961342
Internet: 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
Internet: www.familienstark.de oder www.gemeinschaftsklinikum.de

Hunsrück Klinik Simmern

Adresse: Holzbacher Straße 1, 55469 Simmern
Tel.: 06761/81-1411
Internet: www.hunsrueckklinik.de



Krankenanstalt Mutterhaus der Borromäerinnen

(Geburtsklinik mit angeschlossener Früh- und Neugeborenenintensivstation)

Adresse: Feldstraße 16, 54290 Trier
Tel.: 0651/9472638
Internet: www.mutterhaus.de

Marienkrankenhaus Trier-Ehrang

Adresse: August-Antz-Straße 22, 54293 Trier
Tel.: 0651/683202
Internet: 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



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.

Jana Bertram

Adresse: Illerich
Tel.: 0170/5732644

Stefanie Born

Adresse: Brunnenstraße 20, 56766 Auderath
Tel.: 02676/3689966, 0162/2158460

Isabell Brausch

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

Martina Bretz

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

Katja Gamradt

Hebammengemeinschaft Zell

Adresse: Barlstraße 7, 56856 Zell
Tel.: 06542/971526, 0171/7939004



Stefanie Gietzen

Adresse: Steelstraße 9, 56858 Altstrimmig
Tel.: 06545/913933, 0170/8156279

Johanna Henerichs-Liebfried

Adresse: Zeiselweg 5, 56829 Pommern
Tel.: 02671/6039135

Melanie Koch

Hebammengemeinschaft Zell
Adresse: Barlstraße 7, 56856 Zell
Tel.: 0171/7939004

Silke Meisterernst-Fischer

Adresse: Merler-Straße 19, 56856 Zell
Tel.: 06542/961255, 0163/7168996

Mareike Pauly

Adresse: Bahnhofstraße 28, 56862 Pünderich
Tel.: 06542/90119145

Christiane Rübenach

Hebammenpraxis Alflen
Adresse: Kapellenstraße 12, 56828 Alflen
Tel.: 02678/953038

Kerstin Wolfs

Hebammenpraxis „Das Bauchgefühl“
Adresse: Römerstraße 9, 56859 Liesenich
Tel.: 0171/9972846



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

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.

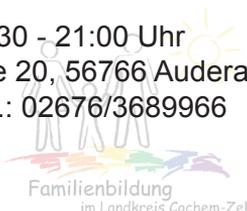
Cochem

Katholische Familienbildungsstätte Mayen

Zeit: mittwochs, 10:00 - 11:15 Uhr (8 x 75 min)
Ort: Kloster Ebernach (Turnhalle), 56812 Cochem oder
Zeiselweg 5, 56829 Pommern
Kontakt: Frau Henerichs-Liebfried, Tel.: 02671/6039135

Ulmen

Zeit: dienstags, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Brunnenstraße 20, 56766 Auderath
Kontakt: Frau Born, Tel.: 02676/3689966



Hebammenpraxis Alflen

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

Zell

Hebammengemeinschaft Zell

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

Frau 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



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.

Cochem

Frau Henerichs-Liebfried

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

Frau Zenz-Fischer

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

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



Zell

Hebammengemeinschaft Zell

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

Frau Gietzen (8 Eltern mit Kind)

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

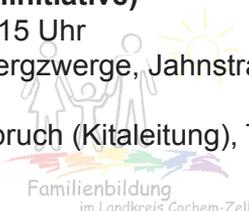
Pekip-, B.A.B.I.- Zeit- und Krabbelgruppen

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.

Cochem

Eltern-Kind-Gruppe (Elterninitiative)

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



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 Berdi, Frau Comes, Tel.: 02671/4660,
E-Mail: kitaplus.cochem-brauheck@kita-ggmbh-trier.de

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,
Internet: www.fbs-mayen.de

Eltern-Kind-Gruppe - Katholische Familienbildungsstätte Mayen

Angebot für Eltern mit Kindern im Alter von 1-3 Jahren

Zeit: freitags, 09:00 - 10:30 Uhr
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch
Kosten: 40,00 Euro (10 Treffen)
Kontakt: Tel.: 02651/6800, E-Mail: info@fbs-mayen.de,
Internet: www.fbs-mayen.de

PEKiP - Katholische Familienbildungsstätte Mayen

Angebot für Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr

Zeit: dienstags, 08:45 - 10:15 Uhr und 10:30 - 12:00 Uhr,
3 Blöcke je 10 Treffen
Ort: Haus für Kind und Familie, Im Haag 7a, Kaisersesch
Kosten: 60,00 Euro - 1 Block
Kontakt: Frau Wambach, Tel.: 02651/6800,
E-Mail: info@fbs-mayen.de, Internet: www.fbs-mayen.de



Ulmen

SpieKO - Deutsches Rotes Kreuz

Angebot für Eltern mit Kindern ab dem ersten Lebensjahr

Zeit: donnerstags, ab 10:00 Uhr
Ort: Im Backes, Moselweg 49, Alfien
Kosten: auf Anfrage, (10 Treffen, 10 Teilnehmer)
Kontakt: Frau Mücken, Tel.: 02676/952328

Zell

Krabbelgruppe - Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V

Zeit: dienstags, 10:00 - 12:00 Uhr
Ort: Ideen-Treff, 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



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.

Kaisersesch

Elterncafé

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

Ulmen

Schwangeren- und Müttertreff

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

Zell

Frühstückstreff für Jung und Alt

Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.
Zeit: erster Donnerstag im Monat, 09:30 - 11:00 Uhr
Ort: Ideen-Treff, 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** alle wichtigen Informationen zu staatlichen Leistungen, die sie im Alltag unterstützen. Auf **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).

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 30 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

204,00 Euro monatlich für das erste und zweite Kind,
210,00 Euro für das dritte Kind und
235,00 Euro monatlich für jedes weitere Kind.

Familienkasse der Agentur für Arbeit Koblenz

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

Ort: Rudolf-Virchow-Straße 3-5, 56073 Koblenz

Kontakt: Tel.: 01801/546 337,
E-Mail: familienkasse-koblenz@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 Unterhaltungspflicht. 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 | 160,00 Euro monatlich |
| für Kinder von 6-11 Jahren | 212,00 Euro monatlich |
| für Kinder von 12-17 Jahren | 282,00 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 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

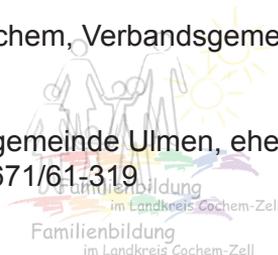
(ebenfalls zuständig für Vaterschaftsfeststellungen, Beistandschaften, Sorgerechterklärungen, Beurkundungen)

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:

- Anette Dreis (Stadt Cochem, Verbandsgemeinde Cochem),
Tel.: 02671/61-318
- Petra Haag (Verbandsgemeinde Ulmen, ehemalige Verbandsgemeinde Treis-Karden), Tel.: 02671/61-319



Förderung / Materielle Sicherung

- Brian Beals (Verbandsgemeinden Cochem und Kaisersesch ohne ehemalige Verbandsgemeinde Treis-Karden) Tel.: 02671/61-327

Unterhaltungsvorschussstelle des Kreisjugendamtes

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2 Cochem,
Raum 3.25, 3.26,

Kontakt:

Ansprechpartnerin Buchstabenkreis A - F

- 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 G - 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 (bis einschließlich des Entbindungstages) 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 Regelsatzleistung für einen Haushaltsvorstand. In anderen Fällen gibt es pro Kind 12 %, höchstens aber 60 % der Regelsatzleistung 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



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) befinden sich Informationen zu den einzelnen Kindergärten (Leben im Landkreis/ Familie&Jugend/ Kinder/ Kindergärten im Landkreis Cochem-Zell).

Seit August 2013 haben alle Kinder ab dem vollendeten ersten Lebensjahr einen Anspruch auf einen Kindergartenplatz/Betreuungsplatz. Der Kindergartenplatz muss sich in zumutbarer Entfernung befinden. Eine Verpflichtung, einen Platz am Wohnort zur Verfügung zu stellen, besteht allerdings nicht.

Die Beförderung von Kindern unter 3 Jahren in die Kindertagesstätte ist von den Erziehungsberechtigten zu organisieren. Ab dem 3. Lebensjahr darf das Kind mit dem Bus in die Einrichtung fahren.

Neben den Kindergärten und Kindertagesstätten sind rund 40 Tagespflegepersonen (Tagesmütter und Tagesväter) im Landkreis Cochem-Zell im Einsatz. Die Tagespflege ist eine qualifizierte und individuelle Betreuungsform in einem familiären Umfeld. Insbesondere für die Betreuung über die Kindergartenbetreuungszeiten hinaus stellt die Tagespflege ein wichtiges ergänzendes Angebot dar. Die Tagespflegeperson betreut dabei die Kinder entweder im elterlichen, im eigenen Haushalt oder in anderen geeigneten Räumen. Für die Inanspruchnahme der Kindertageseinrichtungen sowie der Tagespflegestellen im Landkreis Cochem-Zell werden Elternbeiträge bzw. Kostenbeiträge erhoben. Seit dem 01.08.2010 sind allerdings alle Kindergartenplätze in Rheinland-Pfalz für Kinder ab zwei Jahren beitragsfrei.



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: Pamela Diederichs, Tel.: 02671/61-341 (Vermittlung)
Anna Kranz, 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 3.15, 3.36, 3.38,

Kontakt: Christa Berenz, Tel.: 02671/61-315 (Fachberatung)
Elvira Linden, Tel.: 02671/61-338 (Elternbeiträge)
Mario Oster, Tel.: 02671/61-336 (Vermittlung)



Lebenspraktische Angebote



Lebenspraktische Angebote

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: Enderstraße 59 a, Cochem

Kontakt: Tel.: 02671/605982

Kleiderkammer

Weitergabe gut erhaltener Kleidung aller Altersstufen und kleinerer Haushaltsgegenstände

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, Frau Scheer, Tel.: 02671/3587, -3560

Kostenloser Deutschunterricht

Träger: Sozialdienst Katholischer Frauen, Cochem e.V.

Zeit: donnerstags und freitags, 16:30 - 18:00 Uhr

Ort: Berufsbildende Schule Cochem, Ravenéstraße 17, Cochem

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

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

Repair Café

Im Repaircafé 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

Lebenspraktische Angebote

„Die Arche“- Das Sozialkaufhaus mit Herz

Verkauf von Möbeln, Haushaltsgegenständen, Dekorationsartikeln und Dingen des täglichen Lebens zu fairen Preisen für jedermann. Außerdem Hilfe bei Haushaltsauflösungen, Renovierungsarbeiten, Entrümpelungen und alles weitere auf Anfrage.

Zeit: montags - freitags 9:00 - 16:00 Uhr
Ort: St. Castor-Straße 90, Treis-Karden
Kontakt: Frau Simmrodt, Tel.: 02672/9159041

Mode-Oase

Second-Hand-Laden mit Erwachsenenbekleidung
Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V
Zeit: montags - freitags, 09:30 - 14:30 Uhr,
donnerstags bis 17:00 Uhr
Ort: Bruttiger Straße 6, Treis-Karden
Kontakt: Tel.: 02672/912014

Kaisersesch

Kostenlose Nachhilfe in Mathematik für Schüler aller Jahrgangsstufen

Zeit: montags, dienstags, mittwochs ab 13:45 Uhr
Ort: Mehrgenerationenhaus Kaisersesch, Bahnhofstraße 47,
Kaisersesch
Leitung: Herr Herres
Kontakt: Tel.: 02653/9996-712, -731

Secondhand MODE UND MEHR

Zeit: montags, 10:00 - 12:00 Uhr
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: Tel.: 0160/5137067, E-Mail: durchblick555@web.de



Zell

Repair-Café

Zeit: jeden letzten Samstag im Monat, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Ideentreff 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, 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



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 Schülern, Eltern, Lehrern und Erziehern 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, 3.74

Kontakt: Lydia Junglas, Tel.: 02671/61-851
Elke Wallrath, Tel.: 02671/61-351
Katja Weber, Tel.: 02671/61-853
Dr. Ernst Hilger, Tel.: 02671/61-374
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. Mehraufwendungen 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. Der verbleibende Eigenanteil der Eltern liegt bei einem Euro pro Tag.
- 2. Lernförderung:** Bedürftige Schülerinnen und Schüler 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 10,00 Euro oder jährlich 120,00 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 70,00 Euro und jeweils im Februar darauf 30,00 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. Der Eigenanteil der Eltern beträgt 5,00 Euro monatlich.

Lebenspraktische Angebote

Büro für Bildung und Teilhabe des Kreisjugendamtes

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell Endertplatz 2, Cochem,
Raum 3.40

Kontakt:

- Susanne Ungers für die Verbandsgemeinde Cochem und Kaisersesch
Tel.: 02671/61-840
- Gertrud Linden-Lülsdorf für die Verbandsgemeinde Ulmen und Zell
Tel.: 02671/61-340



Beratungsangebote



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 zur 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

Beratungsangebote

Sozial- und Verfahrensberatung für Flüchtlinge

Die Flüchtlingssozial- und Verfahrensberatung ist eine Anlaufstelle und Informationsquelle für Menschen, die ihre Heimat verlassen mussten und bei uns Asyl suchen. Zu den komplexen Fragestellungen, die sich aus den asyl- und ausländerrechtlichen Bestimmungen in Deutschland sowie aus den einzelnen Fluchtschicksalen ergeben, bieten die Sozial- und Verfahrensberatung Beratung, Aufklärung und Information an.

Angebote:

- Aufklärung über den Ablauf des Asylverfahrens
- Beratung und Unterstützung bei den erforderlichen Schritten zur Familienzusammenführung
- Vorbereitung zur Anhörung
- Beratung und Unterstützung bei Ablehnungen und Duldungen
- sozial- und ausländerrechtliche Begleitung
- Unterstützung bei Kontakten zu Behörden und Weitervermittlung an andere Beratungs- und therapeutische Angebote
- ggf. Weitervermittlung an und Zusammenarbeit mit Rechtsanwälten

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

Zeit: montags - donnerstags, 08:30 - 12:30 Uhr
sowie 13:30 - 16:00 Uhr

Ort: Herrenstraße 9, Cochem

Kontakt: Tel.: 02671/97520, Fax: 02671/91299

Verfahrens-

beratung: Frau Feiden, E-Mail: jutta.feiden@caritas-cochem.de

Frau Ulrich, E-Mail: cathrin.ulrich@caritas-cochem.de

Ehrenamts-

koordination: Frau Krämer, E-Mail: annette.kraemer@caritas-cochem.de

Beratungsstelle „Neue Chancen“

Träger: Beratungsstelle „Frau&Beruf“ Idar-Oberstein

Zeit: einmal im Monat nach telefonischer Vereinbarung

Ort: Kreisverwaltung Cochem-Zell, Endertplatz 2, Cochem

Kontakt: Frau Kölle, Tel.: 06781/5638204,
E-Mail: inge.koelle@awo-birkenfeld.de

Beratungsangebote

Sprechstunde der AGZ Jugendzahnpflege Cochem-Zell

Beratung in Fragen der Mund- und Zahnhygiene bei Schwangeren, Säuglingen, Kindern und Jugendlichen. Durchführung von Aktionen zur Förderung der Zahngesundheit:

- in Hebammenpraxen
- in Krabbel-, Peki- und Nestgruppen
- in Kindertagesstätten
- in Schulen

sowie Fortbildungsveranstaltungen für Multiplikatoren

Zeit: mittwochs, 09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Ravenestraße 18-20, Cochem
Kontakt: Frau Müller GPA, Tel.: 02671/5328

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



Kaisersesch

Allgemeine Sozialberatung

Träger: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V. (Erläuterungen siehe Allgemeine Sozialberatung Cochem)
Zeit: freitags, 11:00 - 13:00 Uhr
(nur nach telefonischer Vereinbarung)
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch
Kontakt: Herr Dumont, Tel.: 02671/97520

Sprechstunde Jugendsozialarbeit/Elternberatung

In Sprechstunden, bei individuellen Beratungsterminen sowie Begleitung vor Ort steht der Jugendpfleger allen Jugendlichen, jungen Erwachsenen, 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: dienstags, 09:00 - 12:00 Uhr
donnerstags, 15:00 - 18:00 Uhr
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: dienstags, 09:00 - 16:00 Uhr (nach Terminvereinbarung)

Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch

Kontakt: Frau Ulrich Tel.: 02671/97520, Fax: 02671/91299,
E-Mail: cathrin.ulrich@caritas-cochem.de

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: Herr Steimers, Tel.: 02671/97520

Kontakt für SGB II und SGB XII-Bezieher: Frau Becker, 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.



Beratungsangebote

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

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

Zeit: Termine nach Vereinbarung

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

Prävention: Frau Heitkötter, Tel.: 06571/9155-0,
E-Mail: 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,
Internet: 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 verschiedenen 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 Thönnnes
Anmeldung: Tel.: 02676/9529847
- Kita St. Peter Zell, Schloßstraße 16, Zell
Beraterin: Frau Ibald-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
- sexuellem 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:

- **Marco Boos, Tel.: 02671/61-329**
Zuständig für: Brachtendorf, Düngeheim, Eppenbergr, Eulger, Gamlen, Hambuch, Haurorh, Illerich, Kaifenheim, Kaisersesch, Kalenborn, Landkern, Laubach, Leienkaul, Masburg, Müllenbach, Urmersbach, Zettingen
Außersprechrunde:
Haus der Beratung Kaisersesch, donnerstags, 14:00 - 16:00 Uhr
- **Katrin Wagner, Tel.: 02671/61-328**
Zuständig für: Verbandsgemeinde Ulmen
Außersprechrunde:
Verbandsgemeindeverwaltung Ulmen, montags, 14:00 - 16:00 Uhr
Kita Ulmen, erster Montag im Monat, 10:00 - 12:00 Uhr
Kita Lutzerath, zweiter Montag im Monat, 10:00 - 12:00 Uhr
- **Carolin Hebel, Tel.: 02671/61-828**
Zuständig für: Cochem, Dohr, Faid, Greimersburg, Klotten
Außersprechrunde:
Kita Cochem-Brauheck, erster Mittwoch im Monat, 14:00 - 16:00 Uhr
- **Melanie Steimers, Tel.: 02671/61-330**
Zuständig für: Binningen, Brieden, Brohl, Dünfus, Forst, Kail, Lieg, Lütz, Möntenich, Moselkern, Müden, Pommern, Roes, Treis-Karden, Wirfus
Außersprechrunde:
Realschule Plus und Grundschule Treis-Karden, mittwochs, 13:00 - 15:00 Uhr
- **Joshua Marx, Tel.: 02671/61-830**
Zuständig für:
Alf, Altstrimmig, Beilstein, Bremm, Briedern, Bruttig-Fankel, Bullay, Ediger-Eller, Ellenz-Poltersdorf, Ernst, Forst, Grenderich, Liesenich, Mesenich, Mittelstrimmig, Moritzheim, Neef, Nehren, Senheim, Sosberg, St. Aldegund und Valwig
Außersprechrunde:
abwechselnd Grundschule Alf und Bullay, dienstags, 14:00 - 16:00 Uhr



Beratungsangebote

- **Ralf Schauf, Tel.: 02671/61-316**
Zuständig für: Altlay, Blankenrath, Briedel, Haserich, Hesweiler, Panzweiler, Peterswald-Löffelscheid, Pünderich, Reidenhausen, Schauren, Tellig, Walhausen, Zell
Außersprechstunde:
Ideentreff Zell, donnerstags, 14:30-17:00 Uhr
- **Marco Boos, Tel.: 02671/61-329**
Zuständig für: unbegleitete minderjährige und junge volljährige Flüchtlinge

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeiter des Landkreises bieten Ihnen Einzelfallhilfe bei schulischen, familiären und emotionalen Problemen an. Es werden sowohl Schülerinnen und Schüler als auch Eltern und Lehrer 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.

- **Carmen Blümling**
Zuständig für: Realschule Plus Ulmen, Realschule Plus und Grundschule Lutzerath
Kontakt: Tel.: 0162/1354054,
E-Mail: carmen.bluemling@cochem-zell.de
- **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



Beratungsangebote

- **Christoph Greve**

Zuständig für: Integrierte Gesamtschule Zell
Kontakt: Tel.: 06542/989765,
E-Mail: christoph.greve@cochem-zell.de

- **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, Realschule Plus und
Grundschule Blankenrath, Förderschule Blankenrath
Kontakt: Tel.: 0160/99101426,
E-Mail: carina.guenther@cochem-zell.de

- **Carmen Hahn**

Zuständig für: Grundschule Ulmen und Büchel
Kontakt: Tel.: 0160/7137152,
E-Mail: carmen.hahn@cochem-zell.de

- **Nina Kannenberg**

Zuständig für: Grundschule Briedel-Pünderich, Alf, Mittelstrimmig,
Bullay
Kontakt: Tel.: 0162/1334440,
E-Mail: nina.kannenberg@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

- **Corinna Sehn**

Zuständig für: Grundschule Zell
Kontakt: Tel.: 0160/99225348,
E-Mail: corinna.sehn@cochem-zell.de



Beratungsangebote

- **Anouk Reitz**
Zuständig für: Grundschule Bruttig-Fankel, Ellenz-Poltersdorf,
Ediger-Eller
Kontakt: Tel.: 0151/23892990,
E-Mail: anouk.reitz@cochem-zell.de
- **Melissa Thees**
Zuständig für: Realschule Plus und Fachoberschule Kaisersesch,
Gymnasium Cochem
Kontakt: Tel.: 02653/9899302 (Kaisersesch),
Tel.: 02671/91679-32 (Cochem),
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: Grundschule Müden, Lieg und 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. Die Aufgabe ist dem Fachbereich Kreisentwicklung/Klimaschutz zugeordnet.

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: Hedwig Brengmann, Tel.: 02671/61-690,
E-Mail: hedwig.brengmann@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: Hedwig Brengmann, Tel.: 02671/61-690,
E-Mail: hedwig.brengmann@cochem-zell.de



Angebote zur Erziehungskompetenz



Angebote zur Beziehungs- und Erziehungskompetenz

Kaisersesch

Pädagogische Elternrunde

Zeit: zweimal monatlich im Wechsel
Samstag- oder Dienstagvormittag

Kosten: 7,50 Euro pro Person

Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch

Leitung: Edith Marra

Kontakt: Edith Marra, Tel.: 0173/6395991,
E-Mail: Edith@marraonline.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

Elterncoaching

Beziehungen stärken und Erziehen in allen Entwicklungsphasen

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, Lehrer

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

EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm

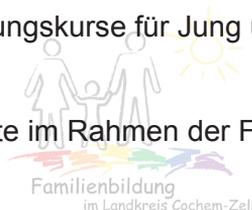
Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Paare auch noch nach Jahren von diesem Training profitieren und ihre Beziehung dauerhaft und harmonisch gestalten. Die im EPL Kurs erlernte Gesprächsfertigkeit kann im APL-Kurs aufgefrischt oder für besondere Lebenssituationen ausgebaut werden. Weitere Angebote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

- Das Seminar: vier Paare, zwei TrainerInnen, sechs Themen
Zeit: Die Kurse finden an den Wochenenden statt. Termine und Veranstalter unter www.fitfuerdieseliebe.de oder 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

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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer 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 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.



Angebote zur Beziehungs- und Erziehungskompetenz

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,
Internet: 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: Politik, Gesellschaft, Umwelt, Kultur, Gestalten, Gesundheit, Sport, Sprachen, Arbeit, Beruf, EDV, Kids + Teens, Seniorenakademie und Veranstaltungen mit anderen Einrichtungen.

Weitere Informationen über aktuelle Kurse und Angebote finden Sie unter www.kvhs-cochem-zell.de.

Kreisvolkshochschule Cochem-Zell

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



Kirchliche Familienbildung



Evangelische Kirchengemeinde Cochem

Gemeindebüro

Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Oberbachstraße 59, 56812 Cochem-Zell
Kontakt: Frau Bungart, Tel.: 02671/7114
Internet: 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

Familienpastoral/pastorale Begleitung der Erzieher/innen Herr Zavelberg

Dekanatsbüro Cochem

Zeit: montags - donnerstags, 08:30 - 12:30 Uhr
Ort: Moselweinstraße 15, 56821 Ellenz-Poltersdorf
Kontakt: Herr Zavelberg, Tel.: 02673/961947-16

Jugendpastoralreferent Herr Hoffmann

Unter 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, Stiften 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

Katholische Erwachsenenbildung

Fachstelle Mittelmosel

Ort: Moselweinstraße 15, 56821 Ellenz-Poltersdorf

Kontakt: Herr Heck, Tel.: 02673/961947-21,
E-Mail: keb.mittelmosel@bistum-trier.de,
Internet: www.keb-mittelmosel.de

FachstellePlus für Kinder- und Jugendpastoral Marienburg

Zeit: montags, 08:00 - 17:00 Uhr
dienstags, 08:00 - 17:00 Uhr
mittwochs, 08:00 - 12:00 Uhr
donnerstags, 08:00 - 17:00 Uhr
freitags, 08:00 - 12:00 Uhr

Ort: Marienburg, 56856 Zell

Kontakt: Herr Lehmann, 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



Selbsthilfegruppen



Selbsthilfegruppen

Cochem

Selbsthilfegruppe Depression

Zeit: jeder 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, 19:00 Uhr

Kontakt: Herr Hilgenberg, Tel.: 06542/936117

Gruppe 2: donnerstags, 19:00 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 in Karden

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

Kaisersesch

Elternselbsthilfegruppe ADHS

Träger: Juvenus e.V.

Zeit: erster Donnerstag im Monat, ab 20:00 Uhr

Ort: Yumi Hotel, Kaisersesch

Kontakt: Barbara Walker, Tel.: 02653/9146204



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 mein nicht“

Zeit: jeden vierten Mittwoch im Monat, 13:30 - 17:00 Uhr
Ort: Mehrgenerationenhaus, Bahnhofstraße 47, Kaisersesch
Kontakt: Frau Gerhartz, Tel.: 02677/93720

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



Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppe für Eltern behinderter Kinder

Offener Treff von Eltern behinderter Kinder zum Erfahrungsaustausch mit den Themenschwerpunkten „liebevolles 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: mittwochs, 19:00 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
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

Satz / Layout: Büro Landrat - Pressestelle -
E-Mail: pressestelle@cochem-zell.de

Bildquellen: Titelbild: ©Christian Schwier / fotolia.com
S. 5 © ferkelraggae / fotolia.com
S. 21 ©Gerd Gropp / fotolia.com
S. 31 ©BlueOrange Studio / fotolia.com
S. 38 ©emese73 / fotolia.com
S. 56 ©auremar / fotolia.com
S. 61 ©Vinicius Tupinamba / fotolia.com
S. 64 ©drubig-photo / fotolia.com

Änderungen der Angebote vorenthalten.