Familienratgeber

Landkreis Harburg
Metropolregion Hamburg

Eltern werden

Eltern sein

Weitere Angebote

Ansprechpartner

Gesundheitstipps

Inhaltsverzeichnis

Grußwort 1

Branchenverzeichnis 2

1. Eltern werden 3

1.1. Schwangerschaft 3

1.2. Geburt und Nachsorge 3

1.3. Vaterschaft und Sorgerecht 3

1.4. Adoption 4

2. Eltern sein 5

2.1. Existenzsichernde Leistungen und andere Hilfen 5

2.2. Allgemeine Beratungsstellen 8

2.3. Kinderbetreuungsangebote 10

2.4. Jugendarbeit und Ferienfreizeiten 11

2.5. Schule und Ausbildung 11

3. Weitere Angebote 14

3.1. Hilfe für Kinder bei Trennung und Scheidung 14

3.2. Frauenhaus 15

3.3. Suchtberatung 15

3.4. Schuldnerberatung 18

3.5. Wohnungssicherung 18

4. Telefonverzeichnis und Ansprechpartner 20

5. Gesundheitstipps 22

IMPRESSUM

PUBLIKATIONEN INTERNET KARTOGRAFIE MOBILE WEB

mediaprint infoverlag

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit dem Landkreis Harburg. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt der Landkreis Harburg entgegen. Titel, Umschlaggestaltung sowie

Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Quellennachweis:
Fotos:
Landkreis Harburg
mediaprint infoverlag gmbh

mediaprint infoverlag gmbh
Lechstraße 2, D-86415 Mering
Tel. +49 (0) 8233 384-0
Fax +49 (0) 8233 384-103
info@mediaprint.info
www.mediaprint.info
www.total-lokal.de

21414015 / 1. Auflage / 2012

Stark und selbstbewusst von Anfang an!

Waldorfkindergarten Kakenstorf

Lange Straße 2, 21255 Kakenstorf
Telefon 04186 – 8106, Fax 04186 – 888160
www.waldorfkindergarten-kakenstorf.de
info@waldorfkindergarten-kakenstorf.de

Lernen mit allen Sinnen!

Rudolf-Steiner-Schule Nordheide

Verein zur Förderung der Waldorfpädagogik
Lange Straße 2, 21255 Kakenstorf
Telefon 04186 – 89350, Fax 04186 – 893535
info@rss-nordheide.de, www.rss-nordheide.de

Das Kind in Ehrfurcht aufnehmen, in Liebe erziehen, in Freiheit entlassen.
Rudolf Steiner

Elias-Schulzweig

Heilpädagogische Schule für Kinder und Jugendliche

Schulweg 1, 21255 Wistedt
Telefon 04182 – 287500, Fax 04182 – 2875029
www.elias-schulzweig.info
sekretariat@elias-schulzweig.info

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de

Grußwort

Liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte,

die Familien sind die Grundpfeiler unserer Gesellschaft. In ihnen wachsen unsere Kinder behütet auf, sie sind die Basis für ein gutes soziales Miteinander und für den Zusammenhalt in unserer Gesellschaft, sie sind die Voraussetzung für eine stabile wirtschaftliche Entwicklung unseres Landes. Auch zu Beginn des 21. Jahrhunderts ist die Familie die attraktivste Lebensform. Nach wie vor möchten mehr als 80 Prozent aller jungen Menschen in Deutschland eine Familie gründen.

Doch im Familienleben sehen sich Eltern, Erziehungsberechtigte und Kinder immer wieder neuen und spannenden Situationen gegenüber. Partnerschaft, Schwangerschaft und Geburt, Kindererziehung, Schule und Ausbildung – dies sind Beispiele für Lebenslagen, in denen es nicht immer einfach ist, die richtigen Entscheidungen zum Wohle der Partnerschaft, der Familie und zum Wohle der Kinder zu treffen.

Der Landkreis Harburg lässt Sie dabei nicht allein. Er bietet Ihnen während all dieser Etappen des Familienlebens Beratung, Hilfe und Unterstützung an, damit Sie schwierige Situationen gemeinsam meistern und Ihre Kinder erfolgreich auf ihrem Lebensweg unterstützen können. Und dies ganz unabhängig davon, welche Form der Partnerschaft die Eltern pflegen oder ob Frauen bzw. Männer alleinerziehend sind.

Diese Broschüre möchte Ihnen einen Überblick über die angebotenen Leistungen geben und Ihnen den Kontakt zu den zuständigen Ansprechpartnern erleichtern.

Wir wünschen Ihnen eine informative Lektüre – und stehen Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite.

Joachim Bordt
Landrat

Reiner Kaminski
Fachbereichsleiter Soziales

Branchenverzeichnis

Liebe Leser!

Hier finden Sie eine wertvolle Einkaufshilfe, einen Querschnitt leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung dieser Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter **www.alles-deutschland.de**.

Altenheime 19, 23
Ambulante Pflege 19
Atelier 2
Ausbildung ..... U 4
Autohaus 4
Bad 2
Bestattungen 16
Betreutes Wohnen 19
Camping 12
Computer 12
Container ..... U 3
Energieversorgung 7
Haus & Grund 12
Heizung 2
IT-Service 12
Kies und Sand ..... U 3
Klinik 21, 22, 23
Krankenhaus 21, 22, 23
Landhandel 2
Lebenshilfe 19
Lebensmittel ..... U 4
Lerntherapie 15
Musikschule 12
Pflegeheime 19, 23
Physiotherapie 15
Rechtsanwälte 5
Restaurant 12
Schrott- und Eisenhandel 2
Schulen ..... U 2
Seniorenheime 19, 23
Tierheim 12
Trauerhilfe 16
Versicherungen 5
Versorgung 7
Waldorfkindergarten ..... U 2
Zahnarzt 21

U = Umschlagseite

Containerverleih

Norbert und Andreas Bäsecke GmbH

- Schrott-, Eisen- und Metallhandel
- Zertifizierter Autoentsorgungsbetrieb
- Gestellung von Schrott- und Müllcontainer 6 – 36 m³

An der Kleinbahn 41 • 21423 Winsen/Luhe • Tel. 04171 71918 • Fax 77624

Starke Partner!

MEISTERBETRIEB
KÖNIG & PETERSEN GbR
BAD-SANITÄR-HEIZUNG-SOLAR

BERATUNG · INSTALLATION
WARTUNG · BAUKLEMPNEREI

Tel. 0 41 71 / 7 37 87
Fax 0 41 71 / 7 52 54
mobil 01 75 / 3 30 55 51

Kleines Feld 1 | 21423 Winsen / Luhe
werkstatt@koenig-petersen.de | www.koenig-petersen.de

M Atelier

Skulpturen und Plastiken
Workshops und Kurse

Marlies Fromm
Gröps Nr. 2a
29640 Schneverdingen

Tel. 05199 - 985 296
e-mail: info@m-atelier.de
www.m-atelier.de

BESUCHEN SIE UNS!

Garten | Heim & Haustier | Pferd & Reiter | Freizeit u.v.m.

KIEBITZ MARKT
Die Fachmärkte für Haus, Tier und Garten
Lüneburg | Buchholz | Marschacht | Winsen

1. Eltern werden

Eltern werden ist nicht schwer – doch Eltern sein dagegen sehr? Eine Familie zu gründen ist heute nicht so selbstverständlich wie noch vor einigen Jahrzehnten. Und viele Paare sind schon lange zusammen, bis sie sich für ein Kind entscheiden – nach Schule, Ausbildungszeiten oder Studium ist für die meisten ein sicherer Arbeitsplatz und wirtschaftliche Auskömmlichkeit eine wichtige Voraussetzung, um Eltern zu werden.

Kommt dann das erste Kind, ist die Freude natürlich groß. Gleichzeitig jedoch sind Mütter und Väter vor die nicht einfache Aufgabe gestellt, die Anforderungen an die Arbeitswelt und den Alltag der Familie in Einklang zu bringen – was heute um so schwieriger ist, als beide Elternteile den Wunsch haben, sich auch beruflich zu verwirklichen. Dies führt zu neuen, teils auch unerwarteten Belastungen, zuweilen auch Verunsicherungen.

Doch wo immer Fragen und Probleme auftauchen – der Landkreis Harburg, die Gemeinden und viele andere Behörden und Institutionen bieten zahlreiche Hilfestellungen, zu denen Sie in den folgenden Kapiteln Informationen erhalten.

1.1 Schwangerschaft

Wenn Sie eine Schwangerschaft feststellen, kommen neben großer Freude oft auch Fragen und Ängste auf: Bin ich gut vorbereitet? Passt das in meine Lebenssituation? Kommt das Kind auch gesund zur Welt? Und: wie bin ich wirtschaftlich und rechtlich abgesichert? Zu all diesen Fragen bieten Beratungsstellen ihre Unterstützung an.

Schwangerschaftsberatung führt im Landkreis Harburg unter anderem das Diakonische Werk durch. Sie können sich aber auch an den Sozialen Dienst des Landkreises (Auskunft des Sozialen Dienstes siehe Telefonverzeichnis) wenden. Vor allem wenn Sie sich fragen, ob Sie das Kind austragen wollen, müssen Sie eine Schwangerschaftskonfliktberatung aufsuchen, die von verschiedenen Stellen angeboten wird. Nähere Informationen dazu erhalten Sie von Ihrer Frauenärztin / Ihrem Frauenarzt, der Schwangerschaftsberatung oder im Internetangebot des Niedersächsischen Sozialministeriums (**www.ms.niedersachsen.de**).

Schwangerenberatung des Diakonischen Werks
Hamburger Straße 30, 21244 Buchholz
Tel.: 04181 282780, Fax: 04181 282790
Internet: **www.diakonie-hittfeld-winsen.de/schwangerenberatung**
E-Mail: schw.beratung.diakonie@web.de
Terminvereinbarung: Montags bis freitags 9.00 bis 12.00 Uhr

Im Saal 27, 21423 Winsen
Tel: 04171 69260, Fax: 04171 692626
Internet: **www.diakonie-hittfeld-winsen.de/schwangerenberatung**
E-Mail: geschaeftsstelle@diakonie-hittfeld-winsen.de
Terminvereinbarung: Montags bis freitags 9.00 bis 12.00 Uhr

1.2 Geburt und Nachsorge

Die Teilnahme an einem Geburtsvorbereitungskurs hilft vielen schwangeren Frauen mit ihren Ängsten vor der Geburt besser umzugehen. Geschultes Fachpersonal stellt sich dort all Ihren Fragen. Ab der 24. Schwangerschaftswoche ist die Teilnahme an einem Geburtsvorbereitungskurs sinnvoll. Am besten melden Sie sich bereits frühzeitig für einen der Kurse an, sie sind oft schnell ausgebucht. Alle Kurse informieren die Schwangeren zum einen detailliert darüber, wie die Geburt im Einzelnen abläuft. Außerdem absolvieren Sie wertvolle Gymnastik oder Atem- und Entspannungsübungen, die bei der Geburt helfen können.

Grundsätzlich übernimmt Ihre Krankenkasse die Kosten für diesen wichtigen Kurs. Falls Ihr Partner ebenfalls daran teilnehmen möchte, muss er die Kosten allerdings selber tragen. Da die meisten werdenden Väter ihre Partnerinnen auch während der Geburt so gut wie möglich unterstützen möchten, ist eine Teilnahme auf jeden Fall sinnvoll. Denn Männer erfahren in einem Geburtsvorbereitungskurs genau, wie sie ihrer Frau zur Seite stehen können.

Wo Sie Ihr Kind entbinden möchten, können Sie als Mutter natürlich selbst entscheiden. Wählen können Sie zwischen einer Entbindung zu Hause, in einer Klinik, in einem Geburtshaus oder einer ambulanten Geburt. Die verschiedenen Geburtsmethoden sollten Sie vorher mit Ihrem Arzt oder der Hebamme besprechen. Geburtsbegleitung durch Hebammen gibt es sowohl bei Hausgeburten als auch bei Geburten im Krankenhaus. Weitere Informationen darüber erhalten Sie bei Krankenkassen, Krankenversicherungen, Beihilfestellen, Ärzten und Hebammen.

1.3 Vaterschaft und Sorgerecht

Wenn Sie bei der Geburt Ihres Kindes nicht mit dem Vater verheiratet sind, kann dieser seine Vaterschaft urkundlich anerkennen. Als Mutter müssen Sie

dieser Anerkennung zustimmen, damit sie wirksam wird. In der Abteilung Jugend und Familie des Landkreises können Sie die Urkunde über die Anerkennung der Vaterschaft und Ihre Zustimmung als Mutter aufsetzen lassen und unterzeichnen. Dies kann auch schon vor der Geburt geschehen. Der Mutter steht von Geburt des Kindes an das alleinige Sorgerecht zu, wenn sie nicht mit dem Vater verheiratet ist (Stand: Juni 2012). Sind sich beide Elternteile darüber einig, dass das Sorgerecht gemeinsam ausgeübt werden soll, kann dies in der so genannten Sorgeerklärung ebenfalls in der Abteilung Jugend und Familie beurkundet werden.

Sollten Sie einen Nachweis brauchen, dass Sie aufgrund der Nichtabgabe einer Sorgeerklärung allein Sorgeberechtigte sind, kann Ihnen die Abteilung Jugend und Familie eine Negativbescheinigung ausstellen. (Die Urkundspersonen der Beistandschaften finden Sie im Telefonverzeichnis.) Sie haben zudem auch die Möglichkeit, die Vaterschaft beim Standesamt oder einem Notar anerkennen zu lassen.

1.4 Adoption

Die Adoption eines Kindes ist eine ganz besondere Form der Familiengründung: Ein bereits geborenes Kind wird in eine neue Familie aufgenommen und bekommt nach der Adoptionspflegezeit über einen Gerichtsbeschluss die rechtliche Stellung eines ehelichen Kindes. Die Abteilung Jugend und Familie ist als Adoptionsvermittlungsstelle tätig und sucht Eltern für Kinder – nicht umgekehrt.

Es gibt verschiedene Formen der Adoption: die Inlands-, Auslands-, Stiefeltern- und Volljährigenadoption. Die rechtlichen Hintergründe und Verfahrensweisen unterscheiden sich von Fall zu Fall. Die Adoptionsvermittlungsstelle berät in jedem Einzelfall und begleitet die Adoptionsverfahren.

Ansprechpartner: Frau Sabine Gallei
Tel.: 04171 693775, E-Mail: s.gallei@lkharburg.de

DER NEUE BMW 1er.

BMW 116i IN DER B&K AUSSTATTUNGS-VARIANTE „PURE“ 100 kW (136 PS), 5-Türer, Uni Schwarz oder Alpinweiss, Stoff Anthrazit, 18“ LM-Felgen, Sport-Lederlenkrad mit Multifunktion, Sitzheizung vorne, Park Distance Control (PDC) hinten, Radio BMW Professional uvm. Verbrauch (l/100km) 116i: innerorts 7,2 · außerorts 4,8 · kombiniert 5,7 · CO2-Emission 132 g/km. Angaben gemäß ECE-Fahrzyklus.
UNSER LEASINGANGEBOT: mtl. Rate 299 €*
SONDERZAHLUNG 0 € | 36 Monate Laufzeit 10.000 km Laufleistung p. a.

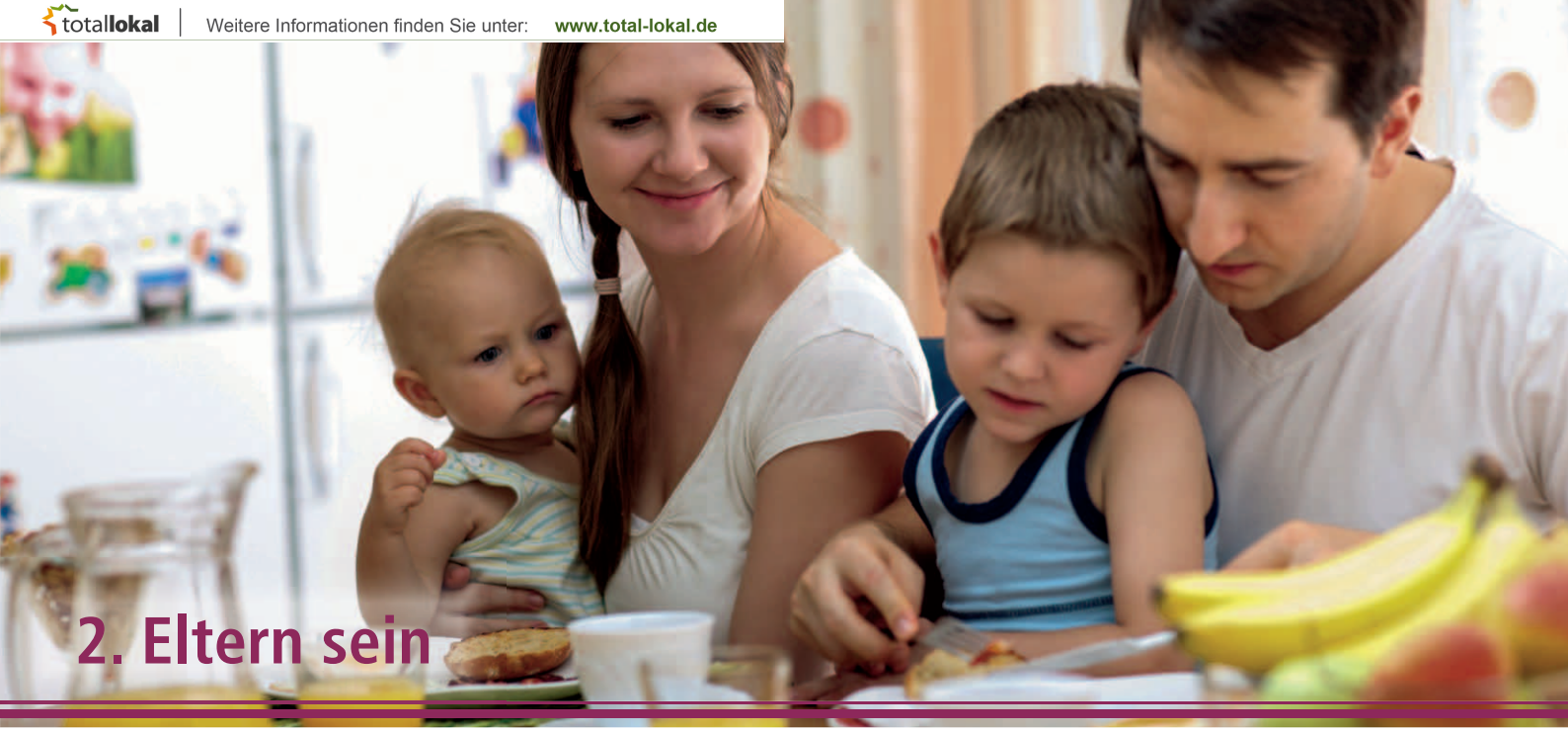
FÜR NUR 299 € / MONAT*

*Ein Angebot der BMW Bank GmbH, Stand 11/11 Zzgl. 975 € für Auslieferungspaket (Umweltplakette, Überführung, Zulassung).

BMW EfficientDynamics
Weniger Verbrauch. Mehr Fahrfreude.

B&K GmbH & Co. KG
Buxtehuder Str. 112
21073 Hamburg
Tel 040. 76 60 91-0
www.bundk.de

B&K
BMW in Höchstform



2. Eltern sein

Eltern zu sein – diese Veränderung im Leben von Paaren oder Alleinerziehenden hat viele unterschiedliche Facetten. Fest steht: wenn aus einer Partnerschaft eine Familie wird, verändert sich vieles im Zusammenleben, und so gut vorbereitet die Eltern sind – nicht alles ist planbar und vorhersehbar.

So bedeutet ein Kind (oder mehrere) auch eine neue Herausforderung für das Zusammenleben – doch vor allem auch eine große Chance für neue Erfahrungen und ein neues und harmonisches Miteinander. Auch neue Alltagsprobleme können sich einstellen – etwa wirtschaftliche Schwierigkeiten.

Für diese unterschiedlichen Lebenslagen gibt es Hilfe und Unterstützung, ganz unabhängig davon, ob Paare in nicht ehelicher Lebensgemeinschaft, in zweiter Ehe oder eingetragener Lebenspartnerschaft leben oder alleinerziehend sind.

2.1 Existenzsichernde Leistungen und andere Hilfen

Staatliche Stellen und Einrichtungen unterstützen Familien finanziell auf unterschiedliche Weise. Einige Leistungen wie das Kindergeld stehen (fast) allen Eltern zur Verfügung, andere nur bestimmten Gruppen. Eine ständig aktualisierte Übersicht über alle Leistungen für Familien gibt Ihnen der Familienwegweiser des Bundesfamilienministeriums: **www.familien-wegweiser.de**.

Elterngeld

Das Elterngeld ersetzt das wegfallende Nettoeinkommen in der Elternzeit nach der Geburt. Damit sollen Eltern in der Frühphase der Elternschaft unterstützt und finanzielle Einschränkungen ausgeglichen werden. Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie die partnerschaftliche Aufteilung von Familien- und Erwerbsarbeit sollen erleichtert werden. Für Männer sollen die Chancen verbessert werden, aktive Väter zu sein. Rechtliche Grundlage ist das Bundeselterngeld- und elternzeitgesetz (BEEG). Zum Elterngeld finden Sie ausführliche Informationen auf der Internetseite des niedersächsischen Sozialministeriums unter **www.ms.niedersachsen.de**. Anträge auf Elterngeld werden in der Abteilung Jugend und Familie des Landkreises Harburg bearbeitet. Dort sind weitere Informationen – auch zur Elternzeit – erhältlich. (Die Ansprechpartner der Elterngeldstelle finden Sie im Telefonverzeichnis.)

Das Elterngeld wird an Stelle des wegfallenden Nettoeinkommens nach der Geburt bis maximal zum 14. Lebensmonat des Kindes ausgezahlt. Es beträgt monatlich höchstens 1.800 Euro und mindestens 300 Euro, dies auch, wenn Sie vor der Geburt nicht erwerbstätig waren. Eltern mit kleinen Einkommen und Eltern von Geschwisterkindern, die in enger Folge geboren werden, werden besonders berücksichtigt.
Mit dem Elterngeld-Rechner **www.bmfsfj.de/Elterngeldrechner/** können Sie die Höhe Ihres Anspruchs auf Elterngeld selbst ermitteln.

WIED, SCHMITT & PARTNER
RECHTSANWÄLTE

MICHAEL WIED
Fachanwalt für Familienrecht
Weitere Tätigkeitsschwerpunkte
Erbrecht • Verkehrsrecht • Mediation
Hölertwiete 3 • 21073 Hamburg
Tel.: 040 7669977 • Fax: 040 76699788
www.wsp-rechtsanwaelte.de • info@wsp-rechtsanwaelte.de

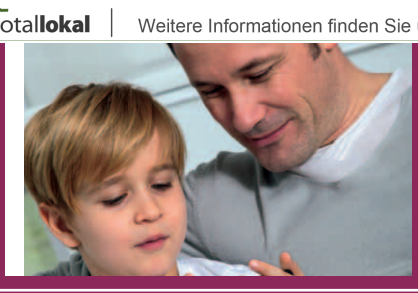
burghard h. quast
versicherungsmakler gmbh

Wir beraten Sie mit Sicherheit in allen Versicherungsfragen!

✔ Gewerbe + Privat
✔ Gebäude
✔ Geschäftsinhalt
✔ Haftpflicht
✔ Kraftfahrzeuge
✔ Hausrat
✔ Rechtsschutz
✔ Unfall
✔ Elektronik
✔ Maschinenbruch
✔ Wasserfahrzeuge

Lohkoppel 35 · 21423 Winsen
Tel. 0 41 71 - 78 02 05
Fax 0 41 71 - 7 56 02
2 Mobil 01 72 - 9 77 85 64

Am Neumarkt 38 B · 22041 Hamburg
Tel. 0 40 - 30 38 06 40
Fax 0 40 - 30 38 06 42
e-mail: burghard.quast@wmhh.de



Unterhaltspflicht

Elternteile sind ihren Kindern grundsätzlich bis zum Ende der Erstausbildung unterhaltspflichtig, auch über das Erreichen der Volljährigkeit hinaus. Leben Elternteil und Kind nicht unter einem Dach, ist der Unterhalt in der Regel als Barunterhalt zu zahlen. Die Unterhaltsberechung und eine entsprechende Beurkundung kann beim Landkreis Harburg in der Abteilung Jugend und Familie erfolgen. Wenn Sie sich als Eltern über die Höhe des zu zahlenden Unterhalts nicht einig sind, kann Ihr Kind im Rahmen einer kostenfreien Beistandschaft unterstützt werden. (Die Ansprechpartner der Beistandschaften finden Sie im Telefonverzeichnis.)

Kommt ein Elternteil seiner Unterhaltspflicht nicht nach, kann für Kinder unter zwölf Jahren ein Unterhaltsvorschuss gewährt werden. Der Unterhaltsvorschuss wird in Höhe des gesetzlichen Mindestunterhalts gezahlt, abzüglich des Kindergeldes für ein erstes Kind. Seit Januar 2010 beträgt die Leistung 133 Euro für ein Kind unter sechs Jahren und 180 Euro für ein Kind von sechs Jahren bis elf Jahren. (Die Ansprechpartner für den Unterhaltsvorschuss finden Sie im Telefonverzeichnis.)

Kindergeld

Das Kindergeld beträgt seit 2010 184 Euro für das erste und zweite Kind, 190 Euro für das dritte Kind und ab dem vierten Kind 215 Euro. Für die Antragsbearbeitung und die Auszahlung ist die Familienkasse der Agentur für Arbeit zuständig, bei kommunalen Arbeitnehmern der Arbeitgeber. Kindergeld wird bis zum 18. Geburtstag des Kindes gezahlt, danach nur noch für Schüler, Auszubildende und Studenten sowie für junge Menschen, die auf der Suche nach einer Ausbildungsstelle und bei der Berufsberatung gemeldet sind. Die Alternative zur Zahlung des Kindergelds ist der Kinderfreibetrag als Steuerabzug. Nähere Auskünfte zum Kinderfreibetrag bekommen Sie bei Ihrem Finanzamt.

Kinderzuschlag zum Kindergeld

Einen Zuschlag zum Kindergeld, den Kinderzuschlag, erhalten Eltern, die ihren Lebensunterhalt aus ihrem Einkommen sicherstellen könnten, aber aufgrund der Kinder auf Leistungen nach dem SGB II (Arbeitslosengeld II) angewiesen wären. Der Kinderzuschlag (Kindergeld + max. 140 Euro pro Monat) wird häufig zusammen mit dem Wohngeld gezahlt, so dass kein Arbeitslosengeld II bezogen werden muss.

Der Kinderzuschlag wird von der Familienkasse der Agentur für Arbeit zusammen mit dem Kindergeld ausgezahlt. Eine Abschätzung des Anspruchs kann mit dem Kinderzuschlagsrechner des Bundesfamilienministeriums vorgenommen werden (Siehe **www.familienkasse.de** und den Kinderzuschlagsrechner des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend **www.bmfsfj.de**).

Wohngeld

Wohngeld wird zur wirtschaftlichen Sicherung angemessenen und familiengerechten Wohnens als Miet- oder Lastenzuschuss zu den Aufwendungen für den Wohnraum geleistet.

Ob Sie Wohngeld in Anspruch nehmen können und in welcher Höhe, hängt von drei Faktoren ab: erstens der Zahl der zu Ihrem Haushalt gehörenden Familienmitglieder, zweitens von der Höhe des Familieneinkommens und drittens von der Höhe der zuschussfähigen Miete beziehungsweise Belastung. Wohngeld erhalten Sie nur auf Antrag, nicht von Amts wegen! Wo das Wohngeld beantragt werden kann, richtet sich nach dem Wohnsitz des Antragstellers. Für Seevetal ist die Gemeinde Seevetal (Tel.: 04105 550), für Buchholz ist die Stadt Buchholz (Tel.: 04181 2140), für das übrige Kreisgebiet ist der Landkreis Harburg zuständig. (Die Ansprechpartner für Wohngeld finden Sie im Telefonverzeichnis.)

Arbeitslosengeld II / Sozialgeld

Wenn das Familieneinkommen zur Bedarfsdeckung nicht ausreicht, besteht zur Sicherung des Lebensunterhalts und der Unterkunft Anspruch auf staatliche Leistungen. Diese Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch II (Grundsicherung für Arbeitssuchende, SGB II) können Sie beim Jobcenter Landkreis Harburg in den Dienststellen Buchholz und Winsen beantragen.

Die grundlegenden Regelungen zu den Leistungen nach dem SGB II finden Sie im Internet-Angebot **www.arbeitsmarktreform.de** des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales.

Die Grundsicherung für Arbeitssuchende unterteilt sich in folgende Leistungen:

- Regelleistung für den laufenden Lebensunterhalt (ALG II / Sozialgeld)
- Einmalige Leistungen (Erstausstattung oder Klassenfahrten)
- Beiträge zur Kranken-, Pflege- und Rentenversicherung
- Leistungen für Unterkunft und Heizung
- Leistungen zur Eingliederung in Arbeit

Die Kunden haben im Jobcenter feste Ansprechpartner für die Existenzsicherung (Abteilung Leistungen) und die Hilfen zur Eingliederung in Arbeit (Abteilung Markt + Integration). Einige Anliegen können bei persönlicher Vorsprache bereits in der Eingangszone geklärt werden. Telefonische Anfragen werden vom Service-Center angenommen.

stadtwerke buchholz
Gut versorgt.

buchholz bus
Meine Verbindung.

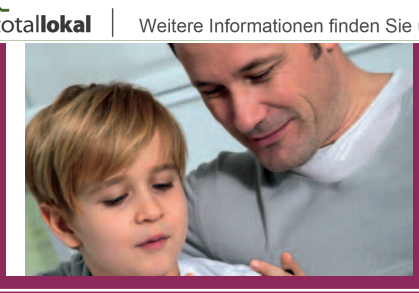
bad buchholz
Einfach ausspannen.

Wirtschaftsbetriebe Stadt Buchholz

mediaprint infoverlag

mediaprint infoverlag gmbh | Lechstraße 2 | 86415 Mering
Telefon: 08233 384-0 | E-Mail: info@mediaprint.info | www.mediaprint.info

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de



Jobcenter Landkreis Harburg, Standort Buchholz
(für Buchholz, Jesteburg, Hollenstedt, Neu Wulmstorf, Rosengarten, Seevetal, Tostedt)
Poststraße 5a, 21244 Buchholz
Tel.: 04181 9900

Jobcenter Landkreis Harburg, Standort Winsen
(für Winsen, Elbmarsch, Hanstedt, Salzhausen, Stelle)
Bahnhofstraße 13, 21423 Winsen
Tel.: 04171 607070

Beide Standorte sind auch per E-Mail erreichbar:
Jobcenter-LK-Harburg@jobcenter-ge.de

Bildung und Teilhabe

Im Jobcenter Landkreis Harburg, Standort Buchholz, werden auch Anträge auf Leistungen für Bildung und Teilhabe bearbeitet. Am Standort Winsen werden lediglich die Anträge entgegengenommen.

Empfänger von Leistungen nach dem SGB II, Empfänger von Hilfe zum Lebensunterhalt nach SGB XII, Empfänger von Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) sowie Wohngeld- und Kinderzuschlagempfänger können für ihre Kinder folgende Bildungs- und Teilhabeleistungen beantragen.

- mehrtägige Klassenfahrten
- eintägige Schulausflüge (gilt auch für Kinder, die eine Kindertageseinrichtung besuchen)
- persönlicher Schulbedarf
- Kosten zur Schülerbeförderung, soweit diese nicht von Dritten übernommen werden
- Kosten zur Lernförderung (Nachhilfe)
- Kosten zur Teilnahme an einer gemeinschaftlichen Mittagsverpflegung an Schulen und Kindertageseinrichtungen bei einem Eigenanteil von einem Euro je Essen
- Kosten zur Teilnahme am sozialen und kulturellen Leben von maximal zehn Euro pro Monat (zum Beispiel die Mitgliedschaft in einem Sportverein)

Mit Ausnahme des persönlichen Schulbedarfs werden die bewilligungsfähigen Beträge direkt an die Anbieter der Leistungen (z.B. Kindergarten, Schule, Sportverein) überwiesen.

Informationen zu den Leistungen für Bildung und Teilhabe erhalten Sie unter den Telefonnummern des Jobcenters, per E-Mail unter Jobcenter-LK-Harburg.BuT@jobcenter-ge.de oder im Internet unter **www.bildungspaket.bmas.de**.

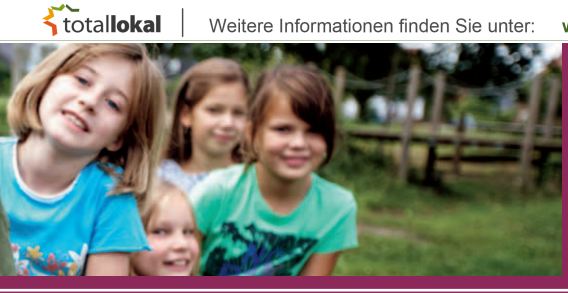
2.2 Allgemeine Beratungsstellen

Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und Erziehungsfragen

Unsicherheiten in der Erziehung können in allen Familien auftreten. Dies vor allem dann, wenn sich das gemeinsame Leben von Kindern und Elternteilen entscheidend verändert. Das beginnt mit der Geburt des ersten Kindes, geht weiter über die Eingewöhnung in der Kindertagesstätte und die Schule und ist mit der Suche nach einem Ausbildungs- oder Studienplatz oft noch lange nicht abgeschlossen.

Immer weniger kann dabei auf Patentrezepte zurückgegriffen werden, da sich die Lebenssituationen der Familien voneinander unterscheiden und sich auch unterscheiden sollen. Gleichzeitig verläuft die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen in unterschiedlichen Schüben. Kinder gleichen Alters sind nicht

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de



immer vergleichbar entwickelt, sondern verfügen in einigen Bereichen über besondere Begabungen oder haben gegenüber Gleichaltrigen bestimmte Entwicklungen noch nicht vollzogen.

Aufgabe der Jugendhilfe ist es, Eltern und andere Personen mit Erziehungsverantwortung dabei zu unterstützen und zu bestärken, junge Menschen auf ihrem Weg zu einer eigenverantwortlichen Persönlichkeit zu begleiten. Je früher diese Hilfen ansetzen, umso eher können Fehlentwicklungen vermieden werden.

Sozialer Dienst

Der Soziale Dienst der Abteilung Jugend und Familie unterstützt junge Menschen und ihre Familien dabei, positive Lebensbedingungen zu erhalten bzw. zu schaffen sowie Kinder und Jugendliche vor Gefahren für ihr Wohl zu schützen. Grundlage ist das Sozialgesetzbuch VIII – Kinder- und Jugendhilfe.

Eltern und andere erziehende Personen werden zur Entwicklung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen beraten. Kinder und Jugendliche können ebenfalls Rat und Hilfe beim Sozialen Dienst einholen. Die Beratung ist kostenfrei. Die Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter unterliegen der Schweigepflicht (Auskunft des Sozialen Dienstes siehe Telefonverzeichnis).

Erziehungsberatungsstelle

In den Erziehungsberatungsstellen in Buchholz und Winsen arbeiten sozialpädagogisch, psychologisch und psychotherapeutisch ausgebildete Mitarbeiter mit langjähriger Berufserfahrung.

An die Erziehungsberatungsstellen können sich ebenfalls Eltern bzw. Familien wenden, wenn sie sich Sorgen um die gesunde psychische Entwicklung ihrer Kinder machen. Sie können beispielsweise bei der Erziehungsberatung Unterstützung suchen, wenn problematische Verhaltensveränderungen ihrer Kinder oder extreme Belastungen des Familienlebens auftreten und sie die eigenen Bewältigungsmöglichkeiten nicht mehr als ausreichend betrachten.

Jugendliche und Heranwachsende können sich an die Erziehungsberatungsstelle wenden, etwa wenn sie in Krisen außerfamiliären Rat wünschen. Die Beratung ist kostenlos. Alle Gespräche werden vertraulich behandelt. Es werden keine Informationen oder personenbezogene Daten weitergegeben. Der Besuch der Erziehungsberatungsstelle ist eine freiwillige Entscheidung.

Erziehungsberatungsstelle Winsen
St.-Barbara-Weg 1
21423 Winsen
Tel.: 04171 61640 und 61940
Fax: 04171 593264

Erziehungsberatungsstelle Buchholz
Hamburger Str. 23
21244 Buchholz
Tel.: 04181 969393
Fax: 04181 969396
E-Mail: erziehungsberatung@lkharburg.de

Hilfen für entwicklungsverzögerte Kinder

Für die Zukunft Ihres Kindes ist eine gesunde Entwicklung die wesentliche Voraussetzung.

Sollten Sie bei Ihrem Säugling oder Kleinkind eine verzögerte Entwicklung vermuten oder Auffälligkeiten der Bewegungen, des Verhaltens, Hörens, Sprechens oder des Sehens beobachten, suchen Sie am besten frühzeitig eine fachliche Beratung auf. Denn je früher eine Entwicklungsverzögerung oder Behinderung erkannt und behandelt wird, umso besser sind die Aussichten auf guten Heilerfolg. Neben niedergelassenen Kinder- und Jugendärzten können Sie Ihr Kind in der Beratungsstelle für Frühförderung und Früherkennung (BFF) von Fachleuten aus den Bereichen Kinderheilkunde, Krankengymnastik, Heilpädagogik, Sozialpädagogik und Logopädie untersuchen lassen. Das erste ausführliche Aufnahmegespräch findet bei einem Hausbesuch statt. (Die Ansprechpartner des BFF-Teams finden Sie im Telefonverzeichnis.)

Eine mögliche Form der Unterstützung kann die ambulante Frühförderung sein. Die Lebenshilfe bietet sie für Kinder ab zwölf Monaten an, die in ihrer Entwicklung verzögert sind (für jüngere Kinder nur nach Einzelfallentscheidung). Die Frühförderung arbeitet in der Regel im Haus der Eltern mit dem behinderten Kind. Dies geschieht auf Basis eines individuell erstellten Förderplans, der die Fähigkeiten und Entwicklungsverzögerungen des Kindes berücksichtigt. Die Eltern werden in die Arbeit mit dem Kind integriert, um diese anschließend selbst fortsetzen zu können. Eltern, die für ihr Kind Frühförderung in Anspruch nehmen möchten, können sich direkt an die Frühförderstelle der Lebenshilfe wenden.

Voraussetzung für die Gewährung von Frühförderung ist eine vorliegende oder drohende Behinderung des Kindes, die durch ein ärztliches Gutachten des Gesundheitsamts festgestellt werden muss. Die Frühförderung wird in der Regel für sechs bis zwölf Monate gewährt und muss bei weitergehendem Bedarf erneut beantragt werden.

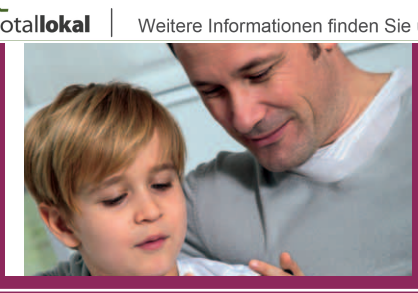
Mobile Frühförderung der Lebenshilfe Lüneburg-Harburg
Luxemburger Str. 11
21423 Winsen
Tel.: 04171 605833
E-Mail: fruehfoerderung@lhlh.org
www.lhlh.eu

Informationen zur Unterstützung entwicklungsverzögerter Kinder erhalten Sie aber auch bei der Behindertenhilfe des Landkreises Harburg. Hier stehen Ihnen entweder die Mitarbeiterinnen der Beratenden Behindertenhilfe (die Ansprechpartner finden Sie im Telefonverzeichnis) oder direkt Frau Purgander zur Verfügung.

Ansprechpartner:
Frau Purgander
Tel.: 04171 693418
E-Mail: m.purgander@lkharburg.de

Impfsprechstunde des Gesundheitsamts

Gerne können Sie nach telefonischer Vereinbarung (Tel.: 04171 693389) zu einer Impfsprechstunde ins Gesundheitsamt kommen. Wir impfen Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr. Bitte bringen Sie dazu den Impfausweis



und die Krankenversichertenkarte Ihres Kindes mit. Es werden Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, IPV (Kinderlähmung), Hepatitis B, Masern, Mumps, Röteln, Keuchhusten und Windpocken angeboten. Geimpft wird nach den aktuellen Empfehlungen der ständigen Impfkommission des Robert-Koch-Institutes Berlin (STIKO).

Kinder- und Jugendschutz

Jugendliche und Kinder erobern sich die Welt eigenständig und lernen sie zu begreifen. Dieser Prozess finden in vielen verschiedenen Umgebungen statt: in der Familie, in der Kindertagesstätte und der Schule und natürlich unter Gleichaltrigen. Die Jugendhilfe macht eigene Angebote, um junge Menschen bei der Entwicklung zu einer gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit zu stärken. Die Angebote des Erzieherischen Kinder- und Jugendschutzes sind darauf ausgerichtet, dass junge Menschen lernen, sich von schädigenden Einflüssen abzugrenzen. Oftmals heißt das auch, umzukehren und neue Wege zu gehen. Wenn in diesem Prozess innerfamiliäre Spannungen entstehen, können sich die jungen Menschen und ihre Familien an den Sozialen Dienst wenden, der auch mit weiteren Beratungsstellen zusammenarbeitet.

Die Kreisjugendpflege (Ansprechpartner siehe Telefonverzeichnis) nimmt in enger Abstimmung mit den Jugendpflegern der Gemeinden, den Ordnungsbehörden und der Polizei Aufgaben des Gesetzlichen und Erzieherischen Kinder- und Jugendschutzes wahr. Der Gesetzliche Kinder- und Jugendschutz beinhaltet die Beratung und Kontrolle zum Jugendschutzgesetz, zum Jugendarbeitsschutzgesetz und zur Kinderarbeitsschutzverordnung.

Online-Beratungsangebote

Das Bayerische Staatsinstitut für Frühpädagogik gibt Lösungshinweise zu vielen Fragen in seinem Familienhandbuch **www.familienhandbuch.de.**

Stärker an den Lebensstationen und am Lebensalter der Kinder ist das Internet-Angebot **www.elternimnetz.de** des Bayerischen Landesjugendamtes orientiert.

Der Familienwegweiser des Bundesfamilienministeriums **www.familienwegweiser.de** erläutert vor allem rechtliche Hintergründe.

Wichtige Hinweise für das Zusammenleben mit behinderten Kindern und Jugendlichen gibt die Seite **www.familienratgeber.de**.

Mit Erziehungsfragen, vor allem der Balance zwischen der Erziehung zur Selbständigkeit und dem Bemühen um Sicherheit für das Kind, beschäftigt sich der Elternratgeber **www.das-sichere-kind.de** des Gesamtverbands der Deutschen Versicherungswirtschaft e.V.

Das „Kinder- und Jugendtelefon" und auch das „Elterntelefon" werden bundesweit kostenfrei und anonym vom Verein Nummer gegen Kummer e.V. angeboten. Das Kinder- und Jugendtelefon ist Montag bis Samstag von 14.00 bis 20.00 Uhr unter 0800 1110333 zu erreichen. Das Elterntelefon ist unter 0800 1110550 zu erreichen (Montag bis Freitag 9.00–11.00 Uhr, Dienstag und Donnerstag 17.00–19.00 Uhr). Onlineberatung erfolgt unter die **www.nummergegenkummer.de.**

Wichtige Informationen und Hilfen zur sexuellen Aufklärung von Heranwachsenden und Jugendlichen, die besonders wichtig zur Verhinderung von Schwangerschaften von Jugendlichen sind, finden sich auf den Internetangeboten **www.sexualaufklaerung.de, www.loveline.de** und **www.schwanger-unter-20.de**.

Zu den Gefahren, die weiche und harte Drogen für Kinder- und Jugendliche darstellen, sowie über Ausstiegsmöglichkeiten bei einer Abhängigkeit informieren Internetangebote der Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung (BZgA) wie das Aussteigerprogramm **www.drugcom.de**, zum Thema Nichtrauchen **www.rauch-frei.info** und zum Thema Alkohol die Seite **www.bist-du-staerker-als-alkohol.de**.

Zum Thema Glückspielsucht bietet die Angebote der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Betroffenen, Angehörigen und Interessierten unter **www.check-dein-spiel.de** und **www.spielen-mit-verantwortung.de** Informationen und Beratung.

Hilfen bei Essstörungen oder Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen stellt die BZgA auf ihren Seiten **www.bzga-essstoerungen.de** und **www.bzga-kinderuebergewicht.de** zur Verfügung.

2.3 Kinderbetreuungsangebote

Kinderbetreuung in Institutionen / Vereinbarkeit von Familie und Beruf

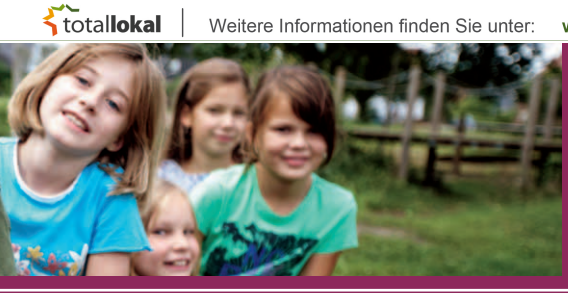
Die außerfamiliäre Kinderbetreuung ist eine Leistung der Jugendhilfe, die durch eine Zusammenarbeit von Gemeinden und Landkreis erbracht wird. Es gibt unterschiedliche Formen: Krippe, Kindergarten, Hort oder die Kindertagespflege bei einer Tagesmutter. In Kindertageseinrichtungen und in der Kindertagespflege findet nicht nur Betreuung statt, sondern auch Bildung und Erziehung. Dieser hohe Anspruch wird durch qualifiziertes und geschultes Personal sichergestellt.

Kindertageseinrichtungen werden in Trägerschaft der Gemeinden oder Samtgemeinden betrieben. Einige haben die Trägerschaft auf Wohlfahrtsverbände und Kirchen übertragen. Die verschiedenen Einrichtungen haben ein unterschiedliches Angebot: Vormittagsgruppen, Nachmittagsgruppen, Ganztagsangebote und flexible Öffnungszeiten, die sich an Eltern mit Früh- oder Spätdienst richten. Manche Einrichtungen verfügen über Hortplätze für Schulkinder, Krippenplätze für Kinder unter drei Jahren oder altersübergreifende Gruppen.

Alle Kindertageseinrichtungen finden Sie unter **www.familie.landkreis-harburg.de**.

Die Kindertagespflege wird von geeigneten Kindertagespflegepersonen in deren Haushalt oder im Haushalt der Eltern wahrgenommen. Die Vermittlung, Beratung und Finanzierung erfolgt im Familien- und Kinderservicebüro der Abteilung für Jugend- und Familie. (Die Ansprechpartner finden Sie im Telefonverzeichnis.)

Als Kindertagespflegeperson darf nur arbeiten, wer eine Pflegeerlaubnis besitzt (§ 43 SGB VIII). Diese wird nach Antrag und bei entsprechender Qualifizierung durch das Familien- und Kinderservicebüro erteilt.



Jedes Kind hat ab dem dritten Geburtstag bis zum Schuleintritt Anspruch auf den Besuch einer Kindertageseinrichtung (§ 24 SGB VIII und § 12 KiTaG Niedersachsen). Der Anspruch richtet sich nicht auf eine bestimmte Einrichtung, sondern ist vom Träger ortsnah zu erfüllen. Er kann sich auf einen Vormittags-, Nachmittags- oder einen Ganztagsplatz beziehen.

Die Anmeldungen sind direkt an die Kindertageseinrichtungen zu richten. Für die Angebote zuständig sind die Gemeinden und Städte im Landkreis Harburg. Für die Erfüllung des Anspruchs ist der Landkreis Harburg, Abteilung Jugend und Familie, im Rahmen seiner Gesamtverantwortung zuständig.

Kinderbetreuung in einer Kindertageseinrichtung oder in der Kindertagespflege ist bei Kindern unter drei Jahren zu fördern, wenn diese Leistung für ihre Entwicklung zu einer eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit geboten ist, die Erziehungsberechtigten berufstätig oder durch Ausbildung bzw. Arbeitssuche an der Betreuung gehindert sind.

Ab 01.08.2013 gilt diese Regelung auch für Kinder, die das erste Lebensjahr noch nicht vollendet haben. Für Kinder ab drei Jahren einschließlich Schulkindern ist Kindertagespflege in ergänzender Form und mit Randzeiten möglich.

Integrative Angebote für behinderte Kinder

Integrative Angebote für behinderte Kinder werden in Regel- oder Sonderkindergärten angeboten. Für die entsprechende Beratung und Kostenabwicklung ist die Abteilung Gesundheit des Landkreises zuständig. (Die Ansprechpartner für Integrative Kindergärten finden Sie im Telefonverzeichnis.)

Elternbeiträge und Förderung

Für die Nutzung der Angebote in Kindertageseinrichtungen und in der Kindertagespflege werden Elternbeiträge erhoben. Sie sind in den Gemeinden unterschiedlich hoch.

Auf Antrag bei der Wirtschaftlichen Jugendhilfe können diese Gebühren – je nach wirtschaftlicher Situation der Familie – ganz oder teilweise vom Jugendamt übernommen werden. (Die Ansprechpartner für die Förderung der Elternbeiträge finden Sie im Telefonverzeichnis.)

2.4 Jugendarbeit und Ferienfreizeiten

Die Angebote der Jugendarbeit fördern junge Menschen in ihrer Entwicklung und werden von ihnen dabei selbst mitgestaltet. Zu den Schwerpunkten der Jugendarbeit gehören die außerschulische Jugendbildung, die Jugendarbeit in Sport, Spiel und Geselligkeit, die arbeitswelt-, schul- und familienbezogene Jugendarbeit, die internationale Jugendarbeit, die Kinder- und Jugenderholung und die Jugendberatung. Jugendarbeit wird im Landkreis Harburg von Vereinen, Verbänden, den Kommunen und der Kreisjugendpflege des Landkreises angeboten.

In den Vereinen und Verbänden organisieren Hauptamtliche und Ehrenamtliche die Jugendarbeit selbst, in den Kommunen gibt es Angebote für junge Menschen wie zum Beispiel in Jugendzentren. Die Kreisjugendpflege berät, qualifiziert und fördert die in der Jugendarbeit tätigen Fachkräfte und Ehrenamtlichen.

Als eigenes Angebot organisiert die Kreisjugendpflege (Ansprechpartner siehe Telefonverzeichnis) in den Sommerferien Ferienfreizeiten für sieben bis 17jährige. Das Programm wird Anfang des Jahres bekannt gegeben. Die kommunale Jugendarbeit in den Städten und Gemeinden organisiert in den Ferien meist Ferienprogramme und Ferienbetreuung vor Ort.

Wer sich für die Jugendarbeit qualifizieren und weiterbilden will, für den bieten Verbände und die Kreisjugendpflege Jugendgruppenleiterkurse an, um die Jugendleiter/In-Card (Juleica) zu erwerben. Die Juleica ist der bundesweit einheitliche Ausweis für Ehrenamtliche in der Jugendarbeit.

Sie dient zur Legitimation, als Qualifikationsnachweis und soll zusätzlich die gesellschaftliche Anerkennung für das ehrenamtliche Engagement zum Ausdruck bringen. Die Inhaber erhalten verschiedene Vergünstigungen. Weitere Auskünfte zur Juleica bekommen Sie bei der Kreisjugendpflege oder im Netz unter **www.niedersachsen.juleica.de**.

2.5 Schule und Ausbildung

Schule

Die Schule ist der zentrale Lebens- und Lernort für Kinder. Neben Bildung und Ausbildung erwerben sie dort grundlegende Fähigkeiten des sozialen Miteinanders. Die Schule knüpft an die Erziehung in der Familie und im Elementarbereich, zum Beispiel im Kindergarten, an und ist eine weitere Etappe auf dem Weg junger Menschen zu einer eigenverantwortlichen Lebensgestaltung.

Bei Lernschwierigkeiten bieten die Schulen unterschiedliche Unterstützungsmethoden an. Falls die Angebote der Schule nicht ausreichen, kommen als Ergänzung schulischer Förderangebote Leistungen der Eingliederungshilfe für seelisch behinderte Kinder durch die Abteilung Jugend und Familie in Frage. (Auskunft des Sozialen Dienstes siehe Telefonverzeichnis.)

Erscheinen Schüler mehrfach unentschuldigt nicht im Unterricht, wird ein Ordnungswidrigkeitsverfahren eingeleitet, an dem ebenfalls die Abteilung Jugend und Familie beteiligt ist.

Eine zentrale Aufgabe der weiterführenden Schulen ist die Berufsorientierung, also die Vorbereitung auf Berufswahl, Ausbildung und Arbeitswelt.

Schüler weiterführender Schulen, die nicht bei einem Elternteil leben, haben unter bestimmten Bedingungen Anspruch auf Ausbildungsförderung (BAföG).

Weitere Informationen erhalten Sie bei den Mitarbeiterinnen der Ausbildungsförderung bei der Abteilung Jugend und Familie. (Die Ansprechpartner der Ausbildungsförderung finden Sie im Telefonverzeichnis.)

Eine Übersicht aller Schulen finden Sie im Internetangebot der Abteilung Schule / ÖPNV / Sport des Landkreises Harburg unter **www.landkreis-harburg.de**.

Alle Schulen sind fachlich und personell der Landesschulbehörde unterstellt. Für die allgemein bildenden Schulen im Landkreis Harburg ist die Landesschulbehörde in Lüneburg zuständig. Weitere Informationen im Internet unter **www.landesschulbehoerde.niedersachsen.de**.

Bei uns fühlen Sie sich wohl! Lassen Sie Ihre Kinder viel Spaß haben und jede Menge Abenteuer erleben. Genießen Sie Ihren Freiraum zur Entspannung! Profitieren Sie von unseren Rabatten für Familien & Schulklassen.

Stover Strand 10 · 21423 Drage
Telefon 04177- 430
info@stover-strand.de
www.camping-stover-strand.de

Camping Stover Strand
International Kloodt oHG

Tierheim Winsen (Luhe)

Tierschutzverein Winsen / Luhe u. Umg. e.V.

Tierheim • Tiervermittlung • Tierpension

www.tierheim-winsen.org • info@tierheim-winsen.com

ÖFFNUNGSZEITEN: Mo. – Fr. 14.30 – 16.30 Uhr • Sa. + So. + Feiertags 15.00 – 16.00 Uhr

Bürgerweide 51 • 21423 Winsen/Luhe • Tel.: 0 41 71 / 42 22 • Fax: 0 41 71 / 84 90 04

Wussten Sie schon...

... dass 85 Prozent der berufstätigen Deutschen durch Überstunden manchmal weniger Zeit für ihre Familie haben?

Haus & Grund Buchholz von 1950 e.V.

Ihr Recht in guten Händen

Eigentum ist der beste Grund für Ihre Mitgliedschaft.

Kommen Sie mit Ihren Fragen zu uns! Die Haus- und Grundexperten werden Ihnen in jedem Fall gern weiterhelfen. Je nachdem, welche Schritte erforderlich sind, werden wir Ihnen entweder Soforthilfe anbieten, Sie bei dem Schriftverkehr unterstützen oder Sie darüber informieren, ob die Einschaltung der Justiz sinnvoll und aussichtsreich ist.

Poststraße 3 • 21244 Buchholz • Tel. 04181/37699
Sprechzeiten: jeden Mittwoch von 15.00 bis 18.00 Uhr

Familien sind unsere **Zukunft**

mediaprint infoverlag gmbh

www.total-lokal.de

Wir machen die Musik!

Mitglied im Verband deutscher Musikschulen

Musikschule Winsen
St.-Barbara-Weg 7, 21423 Winsen/Luhe
T: 04171-6 27 77 F: 04171-6 43 80
musikschule-winsen@t-online.de
www.musikschule-winsen.de
Schulleitung: Christiane Dräger-Meier

Musikschule Seevetal
Bgm.-Heitmann-Str. 34 a, 21217 Seevetal
T: 040-70 10 22 49 F: 040-70 10 22 54
musikschule@seevetal.de
www.musikschule-seevetal.de
Schulleitung: Michael Ränger

Landesverband Niedersächsischer Musikschulen

VHR Ware Computer
Inh. Marco Riege

Ihr Fachgeschäft für:
• PC-Reparaturen • Vor-Ort-Service
• Server u. Netzwerke • PC-Konfigurationen
• PC-Komponenten • GLS-Paketshop
• DSL- und WLAN-Anschlüsse • Virenentfernung

Stelle: Harburger Str. 1 • Tel. 04174/66 97 90

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de

Ausbildung

Eine schulische oder eine Duale Berufsausbildung (Betrieb und Schule) ist für junge Menschen ein Einstieg ins Erwerbsleben mit guten Zukunftschancen. Für den Übergang von der Schule in den Beruf gibt es unterschiedliche Unterstützungsmöglichkeiten. Die mögliche finanzielle Unterstützung von Auszubildenden unterscheidet sich je nach Art der Ausbildung:

- Auszubildende in einer Dualen Ausbildung können neben dem Ausbildungsentgelt unter bestimmten Bedingungen Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) erhalten. Nähere Informationen bekommen Sie bei der örtlichen Agentur für Arbeit (telefonisch über das Servicecenter: 01801 555111).
- Auszubildende in einer schulischen Ausbildung haben unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Schüler-Bafög. Nähere Auskünfte gibt es bei der Ausbildungsförderung der Abteilung Jugend und Familie (siehe Telefonverzeichnis) oder unter **www.bafoeg.bmbf.de**.
- Auszubildende haben zudem weiter Anspruch auf Kindergeld. Nähere Informationen gibt es im Internetangebot der Familienkasse der Agentur für Arbeit, **www.familienkasse.de**.

Berufsberatung

Die Berufsberatung der Agentur für Arbeit ist für alle jungen Menschen zuständig, die zur Schule gehen und/oder eine Erstausbildung anstreben. Sie berät zur Schul- und Berufslaufbahn und vermittelt in eine Ausbildungsstelle oder Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahmen. Die Berufsberatung in den Geschäftsstellen der Agentur für Arbeit in Buchholz und in Winsen bietet außerdem Sprechtage an den weiterführenden Schulen an. Ein übergreifendes Angebot der Berufsberatung ist das Berufsinformationszentrum (BIZ) in Lüneburg. Junge Menschen mit einer Behinderung (auch Lernbehinderung oder seelische Behinderung) werden im Reha-Team in der Arbeitsagentur Lüneburg beraten (telefonisch über das Servicecenter: 01801 555111).

Die Jugendberufshilfe (Ansprechpartner siehe Telefonverzeichnis) ist ein Angebot der Jugendsozialarbeit, das junge Menschen bei der sozialen und beruflichen Integration unterstützt. Die Kreisjugendpflege hält dazu verschiedene Angebote bereit.

Das Pro-Aktiv-Center (PACE) berät und begleitet junge Menschen auf der Suche nach einer passenden Ausbildungs- oder Arbeitsstelle beziehungsweise einer berufsvorbereitenden Qualifizierungsmaßnahme. Gemeinsam mit dem Jugendlichen werden realistische berufliche Perspektiven entwickelt. Die sozialpädagogischen Fachkräfte von PACE nehmen sich viel Zeit für eine umfassende Einzelberatung, unterstützen beim Erstellen von Bewerbungsunterlagen und bahnen den Weg in eine Ausbildung, eine Arbeit oder ein Praktikum. Dabei arbeiten sie mit vielen anderen Stellen zusammen. Die Aufgaben des Pro-Aktiv-Center werden im Landkreis Harburg vom Träger „Reso-Fabrik e.V." durchgeführt.

Standorte Pro-Aktiv-Center
Neulander Weg 15
21423 Winsen
Tel.: 04171 7839430 und 04171 7839431

Hamburger Straße 16
21244 Buchholz
Tel.: 04181 2190923

Am Grasweg 14
21217 Meckelfeld
Tel.: 040 79140808

Weitere Sprechzeiten werden in Tostedt (Tel.: 04182 404224) und Neu Wulmstorf (Tel.: 040 70970518) angeboten.

Firmen und Maßnahmenträger können unter Tel.: 04171 7839421 Kontakt aufnehmen.

Außerdem können junge Menschen mit Eingliederungshemmnissen und besonderem Förderbedarf in Jugendwerkstätten und verschiedenen Beschäftigungsprojekten erste praktische berufliche Erfahrungen sammeln. Daneben werden sie bei der weiteren beruflichen Integration unterstützt. Zu allen Angeboten informiert die Kreisjugendpflege des Landkreises Harburg.

MY LIFE
Das Coaching-Projekt

My Life

Zur Bekämpfung der Jugendarbeitslosigkeit koordiniert der Landkreis Harburg das Ausbildungspaten-Projekt My Life, in dem Jugendliche bei der Suche nach einem Ausbildungsplatz unterstützt werden. MyLife ist ein praxisorientiertes Projekt, mit dem Schülerinnen und Schülern, die Probleme bei der der Suche nach einem Ausbildungsplatz haben, fachliche und individuell zugeschnittene Hilfe geboten wird.

Das Besondere: um jeden Schüler kümmert sich ein persönlicher Coach, der bei der Suche nach freien Ausbildungsplätzen oder bei der Gestaltung der Bewerbungsunterlagen hilft und den Schüler auch zu Vorstellungsterminen bei potentiellen Arbeitgebern begleitet. Seit 2007 haben rund 370 Jugendliche an einem Coachingverfahren teilgenommen, über 100 konnten erfolgreich in eine Ausbildungsstelle vermittelt werden.

Das Projekt wird von zahlreichen Unternehmen im Landkreis Harburg unterstützt. Alle Informationen zu My Life finden Sie unter **www.mylife-lkharburg.de**. Initiator und Ansprechpartner des Projekts beim Landkreis Harburg ist:

Reiner Kaminski
Fachbereichsleiter Soziales
Schlossplatz 6
21423 Winsen
Tel.: 04171 693432
Fax: 04171 693566
E-Mail: mylife@lkharburg.de

3. Weitere Angebote

Die Herausforderungen, denen sich Eltern, vor allem aber auch die Kinder selbst während des Aufwachsens und der Erziehung ihrer Kinder gegenüberstehen sind vielfältig. Nicht immer können sie ohne weiteres erfolgreich bewältigt werden.

Ehen und Partnerschaften gehen in die Brüche, gravierende finanzielle Probleme, Wohnungsverlust oder Erfahrungen mit Gewalt und Drogen können zu Einschnitten im Leben von Elternteilen und Kindern führen. Vor allem für Heranwachsende und Jugendliche können solche Erfahrungen sehr belastend sein und sie in ihrer Entwicklung behindern.

Um Familien und Kindern auch in solchen Lebenssituationen unterstützen zu können, bieten der Landkreis Harburg, die Kommunen, Vereine und Initiativen vielfältige Beratungs- und Hilfsangebote mit dem Ziel an, möglichst gemeinsam mit allen Beteiligten Lösungen zur erfolgreichen Bewältigung schwieriger Situationen zu erarbeiten.

3.1 Hilfen für Kinder bei Trennung und Scheidung

Wenn Eltern sich trennen, geben sie ihre Partnerschaft auf. Sie bleiben aber gemeinsam Eltern. Die Kinder sind von der Trennung und Scheidung ihrer Eltern emotional besonders betroffen. Ihre Position in diesen Prozess zu stärken und den Eltern dabei zu helfen, einvernehmliche Lösungen zum Wohle ihres Kindes zu finden, ist eine der Aufgaben der Jugendhilfe im Landkreis Harburg.

Zur erfolgreichen Bewältigung dieser schwierigen Lebenssituation beraten der Sozialen Dienst (Bereich Trennung / Scheidung / Umgang), die Erziehungsberatungsstellen des Landkreises sowie die Ehe- und Lebensberatungsstellen des Diakonischen Werks. Wenn dort keine Einigung über den Umgang mit den Kindern erzielt werden kann, kann das Familiengericht an Stelle der Eltern eine Entscheidung treffen.

Sozialer Dienst der Abteilung Jugend und Familie, Trennung / Scheidung / Umgang
Ansprechpartner für die Kommunen Buchholz, Jesteburg, Hollenstedt, Neu Wulmstorf, Rosengarten und Tostedt:
Frau Klein
Außenstelle Buchholz, Hamburger Straße 23, Buchholz
Tel.: 04181 969341
Fax: 04181 969357
E-Mail: jugend+familie@lkharburg.de

Ansprechpartner für die Kommunen Elbmarsch, Hanstedt, Salzhausen, Seevetal, Stelle und Winsen:
Frau Block
Kreishaus Winsen, Schlossplatz 6, 21423 Winsen
Tel.: 04171 693768
Fax: 04171 693342
E-Mail: jugend+familie@lkharburg.de

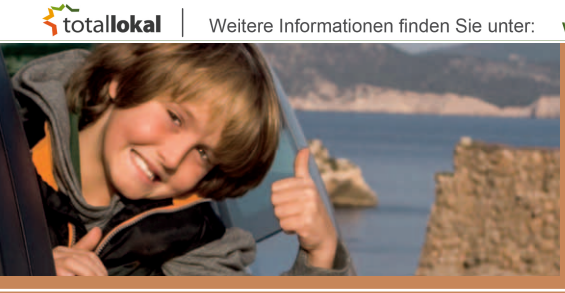
Lebensberatung des Diakonischen Werks

In der Lebensberatungsstelle des Diakonischen Werks können Elternteile in gemeinsamen Beratungsgesprächen herausfinden, wie sie auch nach einer Trennung zum Wohl ihrer Kinder gemeinsam die Erziehung gestalten können.

Hamburger Straße 30
21244 Buchholz
Tel.: 04181 4080
www.diakonie-hittfeld-winsen.de
E-Mail: elb.buchholz@web.de
Telefonische Anmeldung:
Mittwoch 11.00–13.00 Uhr und Donnerstag 16.00–18.00 Uhr
Offene Sprechstunde: Mittwoch 15.00–16.00 Uhr

Im Saal 27, 21423 Winsen
Tel.: 04171 63978
www.diakonie-hittfeld-winsen.de
E-Mail: lebensberatung-winsen@t-online.de

Telefonische Anmeldung
Montag und Donnerstag 15.00–17.00 Uhr
Dienstag und Freitag 10.00–12.00 Uhr
Mittwoch 16.00–18.00 Uhr
Offene Sprechstunde: Donnerstag 15.00–16.00 Uhr



Erziehungsberatung des Landkreises

Die Erziehungsberatungsstellen bieten Trennungs- und Scheidungsberatung für Eltern, Kinder und Jugendliche an.

Winsen
St.-Barbara-Weg 1 (Gebäude E)
21423 Winsen
Tel.: 04171 61640 und 61940
Fax: 04171 593264
E-Mail: erziehungsberatung@lkharburg.de

Buchholz
Hamburger Str. 23
21244 Buchholz
Tel.: 04181 969393
Fax: 04181 969396
E-Mail: erziehungsberatung@lkharburg.de

Lernen & Erleben

Praxis
für Kinder & Jugendliche & Erwachsene

Ansprechpartnerinnen:
Brigitte Homrighausen & Dr. Traute Wittje-Berger

- Psychotherapie
- Integrative Lerntherapie
- Traumatherapie (EMDR)
- Diagnostik und Beratung
- Stressbewältigung
- Entspannungsverfahren

Weg zur Mühle 33 F, 21244 Buchholz
E-Mail: therapie@lernenunderleben.de
Telefon: 04187/3401
www.lernenunderleben.de

3.2. Frauenhaus

Frauenhäuser gewähren von psychischer, physischer und/oder sexueller und häuslicher Gewalt bedrohten oder betroffenen Frauen, ihren Kindern sowie von Stalking (Verfolgung, Belästigung durch Verehrer) Betroffenen Schutz und Unterstützung. Frauenhäuser leisten akute Krisenintervention, informieren über das Hilfsangebot und zeigen Wege zur Beendigung der Gewalt auf. Männern ist der Zutritt grundsätzlich nicht gestattet. Die Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht. Frauenhäuser gewähren allen Betroffenen unabhängig von Staatsangehörigkeit, Religion und sozialer Stellung sowie politischer Zugehörigkeit Unterstützung.

Das Frauenhaus im Landkreis Harburg steht bedrohten und misshandelten Frauen mit und ohne Kinder zu jeder Tages- und Nachtzeit offen.

Wichtige Gegenstände und Unterlagen, die bei einer Flucht ins Frauenhaus mitgebracht werden sollten, sind Ausweise, Pässe, Krankenversicherungskarten der Frau und ihrer Kinder. Außerdem mitgebracht werden sollten Geburts- und Heiratsurkunden, Kontounterlagen, Scheckkarten, Bargeld, Miet- und Arbeitsvertrag, Bescheide von Arbeits- und Sozialamt, der Rentenversicherung, Sorgerechtsentscheidungen, erforderliche Medikamente, ärztliche Atteste, Kleidung, Hygieneartikel, Schulsachen und Spielzeug der Kinder, persönliche Briefe und Aufzeichnungen.

Kontakt zum Frauenhaus
Aus Anonymitätsgründen kann das Frauenhaus im Notfall nur über die Einsatzleitzentrale des Landkreises unter Tel.: 04171 3030 bzw. 112 oder direkt über Tel.: 0180 5296962 erreicht werden.

3.3. Suchtberatung

Eine Suchtabhängigkeit hindert Menschen daran, eigenverantwortlich und selbst bestimmt ihr Leben zu gestalten. Meist sind von einer Sucht auch Familie und Freunde betroffen. Im Landkreis Harburg gibt es verschiedene Beratungsstellen, die Süchtigen und ihren Angehörigen Unterstützung anbieten. Allgemeine Informationen, Informationsbroschüren und Linktipps erhalten Sie auf dem Internetangebot der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): **www.bzga.de**.

GBI heißt Wärme, Vertrauen Empathie und Sorge um die Trauer

Wenn Sie mehr wissen möchten, kommen Sie doch einfach vorbei. Ich freue mich auf Ihren Besuch!

Ihre Karin Klonczinski

GBI, Sand 29, Harburg,
Tel. **040 77 03 67**

GBI
Großhamburger Bestattungsinstitut rV

Vergangen ist nicht vergessen, denn die Erinnerung bleibt.

Meyer-Klische
Bestattungen

Sabine Trümper &
Rüdiger Schröder GbR

Alle Leistungen im Trauerfall
mit Verständnis und Erfahrung

Telefon: 04183 / 778978 + 04185 / 809590
Am Stubbenhof 1, 21266 Jesteburg

SEIT 1895. IHR BESTATTER FÜR HARBURG STADT & LAND

Wir sind für Sie da - täglich 24 Stunden!

KNOOPSTRASSE 36
21073 HAMBURG
WWW.ALBERS-BESTATTUNGEN.DE
HARBURG (040) 77 35 62
MECKELFELD (040) 768 99 445
MASCHEN (04105) 67 58 38

ALBERS
BESTATTUNGEN

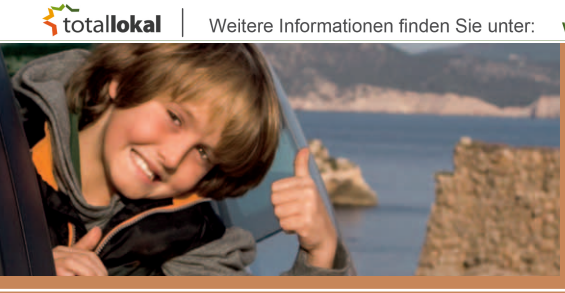
GERD HERZOG
BESTATTUNGSINSTITUT

Tag und Nacht erreichbar
(0 41 71) 65 27 11
21423 Winsen (Luhe)
Lüneburger Straße 29
und Hoopter Elbdeich 109
beratung@bestattungen-herzog.de

www.total-lokal.de

Asche verweht –
die **Erinnerung bleibt**

mediaprint infoverlag gmbh



Landkreis Harburg
Metropolregion Hamburg

Die Suchtberatung beim Sozialpsychiatrischen Dienst der Abteilung Gesundheit steht für Einzelberatungen und Präventionsangebote zur Verfügung. Zielgruppe sind Erwachsene und junge Menschen. Einzelberatungen mit jungen Menschen können auch bei Trägern, beispielsweise in Jugendzentren, stattfinden. Außerdem sind Präventionsveranstaltungen oder Workshops in Jugendhilfeeinrichtungen und Schulen möglich. Alle zwei Wochen bietet die Suchtberatung zudem einen Gesprächskreis für Eltern an, deren Kinder Suchtmittel konsumieren.

Suchtberatung des Sozialpsychiatrischen Dienstes
Lindenstraße 12
21244 Buchholz
Tel.: 04181 201980

Schlossplatz 6
21423 Winsen
Tel.: 04171 693-517

Das Diakonische Werk bietet ebenfalls Suchtberatung an. Die Mitarbeiter der Suchthilfe der Diakonie begleiten Suchtkranke und ihre Angehörige mit vielfältigen Angeboten bei allen Problemen im Zusammenhang mit ihrer Suchterkrankung. Sie helfen bei der Planung eines zukünftigen Lebens ohne Sucht, informieren über die Hintergründe und Entstehungsbedingungen der Sucht, die Hilfsmöglichkeiten innerhalb der Suchtkrankenhilfe und über eine wirksame Suchtprävention.

Suchthilfe des Diakonischen Werks
Hamburger Straße 16
21244 Buchholz
Tel.: 04181 4000
Sprechzeiten:
Mo: 15.30 Uhr – 18.00 Uhr
Di, Do, Fr: 09.00 – 12.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Im Saal 27
21423 Winsen
Tel.: 04171 63978
Sprechzeiten:
Di: 16.00 – 18.00 Uhr
Do: 10.00 – 12.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Sie erreichen die Suchberatung des Diakonischen Werks auch im Internet:
www.diakonie-hittfeld-winsen.de/suchthilfe
www.suchthilfe-buchholz.de

3.4 Schuldnerberatung

Schulden, die ohne Hilfe nicht mehr bewältigt werden können, entstehen in unterschiedlichen Lebenssituationen, etwa durch Trennung und Scheidung, durch Arbeitslosigkeit, den Tod eines Familienmitglieds oder eine Suchterkrankung. Unterstützung beim Abbau der Schulden gibt es bei der Schuldnerberatung des Diakonischen Werks. Dort werden Ihnen Ihre Schulden nicht abgenommen, aber Sie bekommen kostenfreie Beratung und wertvolle Tipps, um selbst Ihre Schulden in den Griff bekommen.

Schuldnerberatung des Diakonischen Werks
Hamburger Straße 30
21244 Buchholz
Tel.: 04181 217181
Fax 04181 282790
www.diakonie-hittfeld-winsen.de/schuldnerberatung
E-Mail: schuldnerberatung@diakonie-hittfeld-winsen.de

Beratungen in Winsen finden Im Saal 27 statt.
Telefonische Anmeldezeiten
Montag und Donnerstag 09.00 – 10.30 Uhr
Dienstag 14.00 – 15.30 Uhr
Telefonische Sprechzeiten:
Werktags 09.00 – 09.30 Uhr

3.5. Wohnungssicherung

Menschen können aus verschiedenen Gründen Schwierigkeiten bekommen, die fälligen Kosten für die Miete, den Hauskredit oder den Strom- und Gasversorger weiter aufzubringen. Wenn Vermieter mit Pfändung und Räumung drohen ist häufig schon eine Menge passiert. Bei Zahlungsschwierigkeiten ist es daher schon früh sinnvoll, Beratungs- und Hilfsangebote wahrzunehmen, um gar nicht erst in diese Situation zu kommen oder im Räumungsfall nicht auf der Straße zu stehen.

Für Rat und Hilfe können sie sich an die Schuldnerberatung wenden. Bei mietrechtlichen Fragen können Sie kostenpflichtiges Mitglied bei einem Mieterschutzverein werden.

Mieterschutzverein Winsen(Luhe) und Umgebung e.V.
Nordertorstraße 12
21423 Winsen
Tel.: 04171 4689

Mietverein Buchholz
Hamburger Straße 8
21244 Buchholz
Tel.: 04181 8811

Wenn Sie Anspruch auf Leistungen nach dem SGB II haben, können Mietschulden unter Umständen (meist als Darlehen) vom Jobcenter Landkreis Harburg übernommen werden.

Wenn Sie von einer Räumung bedroht sind, können Sie sich an die Stelle für Wohnungssicherung beim Landkreis Harburg wenden.

Ansprechpartner:
Herr Hosbach
Hamburger Straße 23
21244 Buchholz
Tel.: 04181 969379

Senioren Pflegeheim Falkenhof GmbH
Pflege mit ♥ in familiärer Atmosphäre

Wir bieten Stellen für den Bundesfreiwilligendienst an

Tagespflege · Stationäre Pflege · Kurzzeitpflege
Senioren- und Pflegeheim Falkenhof GmbH
Wilder Kamp 1a · 21220 Maschen
Tel. 0 41 05/6 82 20 · www.falkenhof-maschen.de

Mehr als man denkt!
Lebenshilfe
Lüneburg-Harburg

Angebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Behinderung

Vrestorfer Weg 1 • 21339 Lüneburg • Fon (04131) 30 18-0
Fax (04131) 1 85 70 • info@lhlh.org • www.lhlh.org

Erfahrung in allen Lebenslagen

www.total-lokal.de
mediaprint infoverlag gmbh

Wir sind gerne für Sie da

Starke Partner für eine starke Zielgruppe

mediaprint infoverlag gmbh

www.total-lokal.de

Soviel Selbstständigkeit wie möglich
soviel Hilfe wie nötig.

Paritätische Dienste

Persönliche Beratung und praktische Hilfe vor Ort.

- Ambulante Pflege (nur Winsen)
- Essen auf Rädern
- Mobile Hilfsdienste
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Schulassistenzen
- Schwerstbehindertenbetreuung
- Betreutes Wohnen (nur Winsen)
- Freiwilligendienste

Sprechen Sie uns an

DER PARITÄTISCHE HARBURG

Schanzenring 8
21423 Winsen/Luhe
Tel.: 0 41 71 - 8 87 60

Reiherstieg 8
21244 Buchholz
Tel.: 0 41 81 - 3 98 80

www.winsen.paritaetischer.de

4. Telefonverzeichnis Ihrer Ansprechpartner

Telefonverzeichnis der Ansprechpartner in der Kreisverwaltung Landkreis Harburg

Sie erreichen uns generell unter Tel.: 04171 693 – Durchwahlnummer.

Die aktuellen Ansprechpartner für Ihr Anliegen finden Sie, wenn Sie im Internetauftritt des Landkreis Harburg **www.landkreis-harburg.de** in der Schnellsuche den entsprechenden Bereich eingeben.

Bereich	Durchwahl
Sozialer Dienst (Abt. Jugend und Familie), Auskunft	-480
Beistandschaften – Urkundspersonen (Abt. Jugend und Familie)	-441 / -446
Beistandschaften – Unterhaltsberatung (Abt. Jugend und Familie)	-449 / -441 / -431 / -440 / -446 / -623 / -624
Erziehungsberatungsstelle Winsen (Abt. Jugend und Familie)	04171 61640 / 61940
Erziehungsberatungsstelle Buchholz (Abt. Jugend und Familie)	04181 969393
Elterngeld / Elternzeit (Abt. Jugend und Familie)	-190 / -195 / -512 / -513 / -461 / -512 / -513 / -569 / -738
Unterhaltsvorschuss (Abt. Jugend und Familie)	-478 / -526 / -529 / -590 / -591 / -758
Wohngeld (Abt. Soziale Leistungen)	-329 / -330 / -348 / -627 Stadt Buchholz (04181 214-0) Gemeinde Seevetal (04105 55-0)
Beratende Behindertenhilfe / BFF-Team (Abt. Gesundheit)	-264 / -376 / -384 / -419 / -663
Kreisjugendpflege (Abt. Jugend und Familie)	-542 / -479 / -487

Bereich	Durchwahl
Integrative Kindergärten (körperliche und geistiger Behinderung)	-411
Integrative Kindergärten (seelische Behinderung)	-493
Förderung der Elternbeiträge Kindertagesbetreuung (Abt. Jugend und Familie)	-373 / -508 / -622
Schulversäumnisse Ordnungswidrigkeiten (Abt. Jugend und Familie)	-191
Ausbildungsförderung (Schüler-BAföG)	-476 / -754
Jugendberufshilfe der Kreisjugendpflege (Abt. Jugend und Familie	-487 / -542
Familien- und Kinderservicebüro (Kindertagespflege, Abt. Jugend und Familie)	04181 969382 / 969383

Jeder Moment ist Medizin

HELIOS Mariahilf Klinik Hamburg

Mit Sicherheit eine schöne Geburt

Als Krankenhaus mit geburtshilflich-neonatologischem Schwerpunkt (Perinatalzentrum Level 2) und 1500 Geburten im Jahr bieten wir Ihnen und ihrem Kind eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung von Anfang an:

- individuelle Geburtsplanung, Betreuung von Risikoschwangerschaften
- Versorgung von Neugeborenen ab 29. Schwangerschaftswoche, Neugeborenen-Kinderarzt ist 24 Stunden vor Ort
- Selbstbestimmung bei der Geburt, alternative Geburtspositionen, Wassergeburt
- Schmerzlinderung: Akupunktur, Homöopathie, Periduralanästhesie
- modern ausgestattete Geburtsräume mit freundlicher Atmosphäre
- Förderung der Eltern-Kind-Beziehung: Familienzimmer, zertifizierte Stillberaterinnen (IBCLC)
- Informationsabende und vielfältige Kursangebote einschließlich Stillgruppe

Gynäkologie und Geburtshilfe
Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Markus Hermsteiner
Stader Straße 203 c · 21075 Hamburg
Telefon: (040) 790 06 - 421
Telefax: (040) 790 06 - 474
Kreißsaal: (040) 790 06 - 440
E-Mail: gynaekologie.mariahilf@helios-kliniken.de

www.helios-kliniken.de

Zahnwelten Hamburg
Zahnheilkunde für Kinder und Jugendliche

Gesunde Milchzähne sind die Voraussetzung für gesunde Zähne im Jugend- und Erwachsenenalter. Wir legen, wie auch unsere Patienten, sehr großen Wert auf eine qualitativ hochwertige Versorgung aller Zähne. Damit das gleichzeitig zu einem positiven Erlebnis für ihr Kind wird, bieten wir spezielle Behandlungsmöglichkeiten in einer kindgerechten Umgebung mit extra geschultem Personal an.

Außerdem bieten wir in unserer Praxis auch kieferorthopädische Behandlungen für alle Patienten an. Wir beginnen, wenn notwendig, schon mit einer Frühbehandlung, denn viele Zahn- und Kieferfehlstellungen können bereits im frühesten Kindesalter behoben und so komplizierte Spätfolgen vermieden werden.

Am Wall 1 • 21073 Hamburg

Tel: +49 (0)40 302349-55
Fax: +49 (0)40 302349-57
Email: info@zahnwelten-hamburg.de

5. Gesundheitstipps

Gesunde Ernährung bei Kindern: Der richtige Mix beim Pausenbrot

Eine gesunde Ernährung spielt in keiner Lebensphase eine so zentrale Rolle wie im Kindesalter. Hochwertige Lebensmittel tragen dazu bei, dass ein Kind sich geistig und körperlich optimal entwickeln kann. Besonders wichtig ist eine optimale Versorgung mit Nährstoffen in der Schule, die an den kindlichen Organismus hohe Anforderungen stellt. Schüler, die regelmäßig ein ausgewogenes Frühstück zu sich nehmen, arbeiten in der Schule konzentrierter mit und sind ausdauernder. Viel Wert sollte auch auf das richtige Pausenbrot gelegt werden, um im langen Schulalltag den Energiehaushalt des Kindes wieder aufzufüllen. Der ideale Pausensnack ist dabei rohes Gemüse, Obst, Joghurt und gesundes Vollkornbrot - das ist kein Geheimnis. Allerdings muss die gesunde Rohkost dem Kind auch schmackhaft gemacht werden, damit es das Pausenbrot nicht regelmäßig wieder mit nach Hause bringt. Die goldene Regel lautet hier: für Abwechslung sorgen! Gemüse und Obst können zum Beispiel auf kleinen Spießchen präsentiert, der Pausen-Apfel als Geschenk verpackt werden. Es muss ja auch nicht immer ein belegtes Brot sein – in einer entsprechenden Dose aufbewahrt, eignet sich auch weißer Joghurt oder Quark mit vielen bunten Früchten optimal als Pausensnack.

Schlank und fit ohne unnötigen Stress

Die große Werbetafel am Straßenrand bewirbt einen neuen Joghurt mit den perfekten Maßen eines schlanken Models. In der Fernsehwerbung geben sich gestylte Stars die Klinke in die Hand. Und um die Ecke hat schon wieder ein Figurstudio eröffnet. In kaum einer Gesellschaft war der Druck, einem gewissen Schönheitsideal zu entsprechen, so allgegenwärtig wie heute. Um mit diesen Anforderungen noch mithalten zu können, stürzen sich viele Menschen von einer Diät zur nächsten – meist mit ernüchternden Ergebnissen.

Besondere Einrichtungen – Krankenhaus Buchholz:

Ambulantes Operieren, Onkologisches Zentrum (Brust- und Darmzentrum), Gelenkzentrum, Herzkatheterlabor, Kopf- und Halschirurgie, Strahlentherapie mit Linearbeschleuniger, Physiotherapie mit Bewegungsbad, Geriatrische Früh-Rehabilitation, Stomaberatung, Neugeborenen-Hörscreening, Gesundheits- und Krankenpflegeschule (Tel. 0 41 81 ▪ 13 ▪ 10 76), Medizinisches Versorgungszentrum (MVZ).

Dem Haus sind angeschlossen:
Praxis für Radiologie und Nuklearmedizin, Partnerschaftsgesellschaft mit mod. Technologien (CT, MRT), Praxis für Hämatologie und internistische Onkologie, Ästhetik-Klinik für Plastische Chirurgie, Psychiatrische Tagesklinik, Amb. Physiotherapie-Zentrum und Logopädie Waldklinik Jesteburg, Nieren- und Hochdruckzentren Süderelbe Dialysepraxis L. Arndt/Dr. W. Meyer, Stationäre Hospiz Nordheide gGmbH.

Besondere Einrichtungen – Krankenhaus Winsen:

Ambulantes Operieren, Schlaflabor, Onkologisches Zentrum (Brust- und Darmzentrum), Gelenkzentrum, Neugeborenen-Hörscreening, Diabetiker-Schulung, Physiotherapie mit Bewegungsbad, Stimmtherapie, Logopädie, Stomaberatung, Palliativeinheit, Gesundheits- und Krankenpflegeschule (0 41 81 ▪ 13 ▪ 10 76).

Dem Haus sind angeschlossen:
Praxis für Radiologie und Nuklearmedizin Partnergesellschaft mit mod. Technologien (CT, MRT), Nieren- und Hochdruckzentren Süderelbe Praxis Winsen Jens Jacobsen, Amb. Physiotherapie-Zentrum Waldklinik Jesteburg, Diabetikerschwerpunktpraxis Matthias Sass, Praxis für plastische Operationen Dr. med. Leander Langer.

Zertifiziertes ISO 9001 Qualitätsmanagement

Ihre Gesundheit – unsere Aufgabe

Krankenhäuser Buchholz und Winsen

Krankenhaus Buchholz und Winsen gemeinnützige GmbH

Akademische Lehrkrankenhäuser der Universität Hamburg

Ihr direkter Kontakt zu uns:	Buchholz Tel.: 0 41 81 ▪	Winsen Tel.: 0 41 71 ▪
Innere Medizin	13 ▪ 1301	13 ▪ 4301
Allgemein- und Viszeralchirurgie, Spezielle Viszeralchirurgie	13 ▪ 1201	
Allgemein-, Visceral- und Thoraxchirurgie		13 ▪ 4201
Zentrum für Orthopädie, Unfall- und Handchirurgie		13 ▪ 4601 13 ▪ 4202
Orthopädie und Unfallchirurgie	13 ▪ 1252	
Gynäkologie und Geburtshilfe	13 ▪ 1701	13 ▪ 4701
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde (Plastische und Ästhetische Operationen)	13 ▪ 1101	13 ▪ 4101
Neurologie	13 ▪ 1601	
Strahlentherapie	13 ▪ 1691	
Anästhesie und Intensivmedizin	13 ▪ 1500	13 ▪ 4500

Krankenhaus Buchholz	Krankenhaus Winsen
Steinbecker Straße 44 21244 Buchholz Telefon: 0 41 81 ▪ 13 ▪ 0 Telefax: 0 41 81 ▪ 13 ▪ 10 55 www.krankenhaus-buchholz.de info@krankenhaus-buchholz.de	Friedrich-Lichtenauer-Allee 1 21423 Winsen/Luhe Telefon: 0 41 71 ▪ 13 ▪ 0 Telefax: 0 41 71 ▪ 13 ▪ 40 29 www.krankenhaus-winsen.de info@krankenhaus-winsen.de

Im Mittelpunkt
unseres Handelns steht der
ältere pflegebedürftige Mensch.

INTEGRA

Integra Seniorenpflegezentrum Winsen-Luhe

Die richtige Adresse für professionelle Pflege und Betreuung in Winsen-Luhe.

Eröffnet am 01. Juni 2012

Integra Seniorenpflegezentrum Winsen-Luhe
Luhdorfer Strasse 55, 21423 Winsen-Luhe

winsen-luhe@integra-sw.de
www.integra-seniorenimmobilien.de

04171 - 79 00 0

Den Erfolg bringt eine ausgewogene Ernährung. Und auch der Kopf isst mit: Die Pfunde purzeln, wenn man mit Genuss isst und sich Zeit nimmt, statt hektisch einen Mikrowellensnack vor dem Fernseher hinunterzuschlingen. Das Fleisch nur in Maßen genossen werden sollte und Fisch einmal die Woche Pflicht ist, weiß jeder. Der wichtigste Bestandteil der täglichen Ernährung sollten Getreideprodukte wie Nudeln, Reis und Brot sein. Auch Kartoffeln enthalten viele Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente, dafür aber fast kein Fett. Ideal ist eine Kombination aus Getreideprodukten und schonend zubereitetem Gemüse für das Mittag- oder Abendessen. Wer sein Gemüse gart statt es zu kochen oder zu braten, stellt sicher, dass die wertvollen Bestandteile nicht verloren gehen. Eine andere Möglichkeit ist es, den Sud von gekochtem Gemüse mit in das Gericht einzubinden. Gerade beim Abnehmen ist es wichtig, ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Eineinhalb Liter Wasser oder Früchtetee am Tag sorgen für einen ausreichenden Flüssigkeitshaushalt und machen die Fettverbrennung zum Kinderspiel. Vorsicht ist allerdings bei sogenannten Softdrinks wie Limo oder Eistee geboten. Diese enthalten nämlich viel versteckten Zucker und somit auch Kalorien.

Vom wichtigen Reflex zur Epidemie des 21. Jahrunderts

Früher ein überlebenswichtiger Reflex, heute ein Zustand, der uns das Leben schwer macht: Stress ist in der Gesellschaft des 21. Jahrhunderts Volkskrankheit Nummer eins. Allein in Deutschland sollen rund zwei Millionen erwerbstätige Menschen unter Gesundheitsschäden leiden, die durch Dauerstress verursacht werden. Stress kann sich durch vielfältige Symptome äußern. Als unmittelbare Folge erhöht sich der Herzschlag und die Atmung, die Muskeln spannen sich an und das Gehirn befindet sich in höchster Alarmbereitschaft. Dieser Zustand der Alarmbereitschaft war für unsere frühen Vorfahren überlebenswichtig, wenn sie sich plötzlich in einer lebensbedrohlichen Situation befanden und nur auf zwei verschiedene Arten reagieren konnten: mit Flucht oder Kampf. So sinnvoll die Stressreaktionen des menschlichen Körpers also in früheren Zeiten war, so unerwünscht und gesundheitsschädigend können sie heute sein. Denn den meisten stressbetonten Situationen können wir heute nicht mehr mit Weglaufen begegnen. Dadurch fehlt uns der natürliche Ausgleich durch Bewegung und der Körper kann die freigesetzten Stresshormone nicht mehr abbauen. Wie nun kann man diesem Teufelskreis am ehesten entgehen? Die wirkungsvollste Methode zum Stressabbau ist der Ausgleich durch Bewegung. Sport baut die Stresshormone ab und setzt zugleich Glückshormone frei, die wesentlich zur Entspannung des Körpers beitragen. Für welche Art von Sport Sie sich dabei entscheiden, hängt ganz von Ihren persönlichen Vorlieben ab: Meist reicht es bereits, eine Runde mit dem Hund um den Block zu drehen. Auch Ausdauersportarten wie Joggen oder Schwimmen haben sich als Gegenpol zum Dauerstress bewährt. Einige Experten sind der Meinung, dass Frauen besser mit Dauerstress umgehen können als Männer. Das liege daran, dass Frauen kommunikativer sind und mehr Zeit in den Aufbau eines sozialen Netzwerks investieren. Was könnte auch besser entspannen als ein netter Abend mit Freunden oder ein reinigendes Gespräch mit einer Vertrauensperson? Kommunikation ist ein wichtiges Mittel zur Stressbewältigung, das ist mittlerweile eine bewiesene Tatsache.

Geistige Fitness in jedem Alter leicht gemacht

Geistige Fitness in jedem Alter ist keine Kunst, sondern gelingt bereits mit vier einfachen Tricks, die sich problemlos in den Alltag integrieren lassen.

Intelligentes Essen

Von jedem Verfechter gesunden Essens verpönt, doch für das Gehirn unverzichtbar: Zucker! Das soll nun aber nicht heißen, dass Sie sich jeden Tag eine Tafel Schokolade gönnen sollten. Süßes liefert zwar sehr schnell Energie für das Gehirn, wirkt dafür allerdings nur vorübergehend. Besser geeignet als Fitmacher fürs Gehirn sind daher Vollkornprodukte, ungeschältes Obst oder auch Hülsenfrüchte, da sie den Zuckerspiegel nur langsam ansteigen lassen, dafür aber umso länger Energie zur Verfügung stellen.

Das Nickerchen zwischendurch

Neueste Studien haben gezeigt, dass sich ein kleines Nickerchen zwischendurch positiv auf das Gedächtnis und das Denkvermögen auswirkt. Schon durch eine sechsminütigen Kurzschlafperiode steigert sich die Gedächtnisleistung merklich. Allerdings können ein paar Minuten Dösen auf dem Sofa eine richtige Tiefschlafphase nicht ersetzen.

Kreuzworträtsel, Sudoku & Co

Leider ist es mit dem richtigen Essen und viel Schlaf dann aber doch nicht getan. Um fit zu bleiben, benötigt das Gedächtnis Training wie jeder andere Muskel des Körpers auch. Dazu gibt es verschiedene Möglichkeiten. Wenn Sie sich nur zehn Minuten pro Tag Zeit nehmen, um ein Kreuzworträtsel oder ein Sudoku zu lösen, haben Sie Ihrem Denkapparat bereits viel Gutes getan. Ebenfalls anregend für die grauen Zellen ist Lesen, egal ob es sich um die Tageszeitung oder ein gutes Buch handelt.

Aufbruch ins Ungewisse

Der ärgste Feind eines wachen Geistes ist die Routine. Denn nur wer sich an neue Aufgaben und Denkweisen heranwagt, bleibt geistig fit. Bekannte Muster reizen das Gehirn nämlich bald nicht mehr. Diesen Grundsatz kann man meist schon mit ganz einfachen Mitteln umsetzen, zum Beispiel, wenn man die Lösung eines Kreuzworträtsels einfach mal von hinten nach vorne einträgt. Neuland wagen bedeutet aber auch, sich auf fremdes Gedankengut einzulassen: Gespräche und Diskussionen fördern ebenfalls die geistige Fitness.

Anti-Aging auch ohne Botox

Im Zeichen des gesellschaftlichen Wandels und einer älter werdenden Gesellschaft ist auch das Thema Anti-Aging in aller Munde. Denn wer möchte nicht lange leben und gleichzeitig frisch und jung aussehen? Die Wirtschaft hat dieses Phänomen natürlich längst für sich entdeckt. Zahlreiche Anti-Aging-Produkte werden bereits zum Verkauf angeboten und jedes Jahr kommen noch viele neue hinzu. Da der Begriff „Anti-Aging" allerdings rechtlich nicht geschützt ist, verbergen sich hinter vielen Cremes, Nahrungsergänzungsmitteln oder Wellness-Produkten oft Mogelpackungen, die nicht nur ihr Versprechen nach einem jüngeren Aussehen nicht einhalten können, sondern sich sogar schädlich auf den Köper auswirken können. Und dass als natürlich geltende Mittel wie das Nervengift Botox mit nicht zu leugnenden Risiken verbunden ist, weiß mittlerweile auch jedes Kind. Gibt es also überhaupt ein Mittel, um so jung auszusehen, wie man sich fühlt? Das neue Zauberwort rund um das Thema Anti-Aging heißt Revitalisierung. Damit sind nicht etwa städtebauliche Maßnahmen gemeint, sondern der Begriff bezeichnet in der Medizin verschiedene Methoden, vorzeitiges Altern auf gesunde und natürliche Weise zu vermeiden. Denn der Körper besitzt durchaus gewisse Selbstheilungskräfte, die Krankheiten lindern und die Gesundheit und somit auch jugendliche Frische erhalten können. Kernaussage der Revitalisierung ist es, diese Selbstheilungskräfte durch die innere Einstellung und pflanzliche Heilmittel zu unterstützen. Das hört sich auf dem Papier komplizierter an, als es in Wirklichkeit ist. Als wirksame Maßnahme gegen vorzeitiges Altern wird von vielen Medizinern bereits eine positive Einstellung zum Leben gesehen. Wer also mit Zuversicht, einer gesunden Portion Neugierde und einer positiven Einstellung zu sich selbst durchs Leben geht, tut sich etwas Gutes und wirkt dem natürlichen Alterungsprozess entgegen. Psychologisch ebenfalls wichtig ist es, sich im Leben auch einmal eine Atempause zu gönnen und genügend zu schlafen. Und nicht zuletzt entscheidet auch unser soziales Umfeld darüber, wie schnell wir altern: Ein großer Freundeskreis und ein erfülltes Familienleben tragen in hohem Maße zu unserem Wohlbefinden bei. Beim Prinzip der Revitalisierung geht es ebenfalls darum, Hormoncocktails zur Altersvorsorge zu vermeiden und stattdessen auf pflanzliche Mittel zu setzen, die genauso wirkungsvoll sind. Beispielsweise ist Rotklee ein bewährtes Mittel gegen starke Beschwerden während der Wechseljahre. Da er sehr spezifisch wirkt, hat er fast keine Nebenwirkungen und ist daher der Gabe von Hormonen vorzuziehen. Ihr Arzt wird Sie sicherlich gerne zu weiteren Möglichkeiten der pflanzlichen Heilmittel beraten.

OTTO DÖRNER®
Leistung, die ankommt.

IHR PARTNER FÜR HAMBURG UND NORDDEUTSCHLAND

- Abfallberatung
- Entsorgung von Bauabfall, Bauschutt, Gewerbemüll, Holz, Sperrmüll, Sonderabfall
- Sortierung und Aufbereitung
- Herstellung und Verkauf von Baustoffen und Recycling-Material
- Aktenvernichtung
- Recycling von Papier und Kunststoffen aller Art

OTTO DÖRNER Entsorgung GmbH
Tel.: 040 54885-110
Fax: 040 54885-204

Ottensener Str. 125 • container@doerner.de • www.doerner.de

- Sandbaustoffe (Füllsand, gesiebter Sand)
- Beton- und Straßenbauzuschlagstoffe
- Wege- und Parkflächenbaustoffe, Pflastergrand
- Kies- und Schottertragschichten
- Recycling-Baustoffe
- Findlinge
- Mutterboden
- Spielkisten- und Beachvolleyballsand
- Reitplatzsand
- Entsorgung von Boden und Bauschutt, Asphalt- und Betonbrocken

OTTO DÖRNER Kies und Deponien GmbH & Co. KG
Tel.: 040 54885-483
Fax: 040 54885-174

Ottensener Str. 126 • kies@doerner.de • www.doerner.de

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de

ALDI Azubi Camp

ALDI bildet aus.

www.aldi-azubi-camp.de

Bei uns bekommst Du Deine Chance. Jeden Tag.

Für unsere Regionalgesellschaft suchen wir Auszubildende zum Verkäufer (m/w); Kaufmann im Einzelhandel (m/w). Information und Bewerbung unter

www.aldi-azubi-camp.de
ALDI GmbH & Co. KG
Ohlendorfer Str. 38, 21220 Seevetal

Für echte Kaufleute.

ALDI MARKT