



KinderNetz
FRÜHE HILFEN
Kreis Plön

The logo for 'KinderNetz' features a yellow sun icon with rays at the top, flanked by two yellow curved lines. Below the sun, the word 'KinderNetz' is written in a large, bold font, with 'Kinder' in orange and 'Netz' in green. Underneath, 'FRÜHE HILFEN' is written in a smaller, grey, sans-serif font, and 'Kreis Plön' is written in a larger, grey, sans-serif font.

Ein Netz, das trägt





Ihr direkter Link zum **KinderNetz**:
www.kreis-ploen.de/Bildung-Soziales/Kinder-Jugend-Familie/Das-KinderNetz/

Herzlich willkommen!

Die „Frühen Hilfen“ bieten ein Netzwerk für Schwangere und Familien mit Kindern unter drei Jahren. Alle Angebote sind kostenlos und leicht zugänglich an verschiedenen Standorten im Kreis Plön.

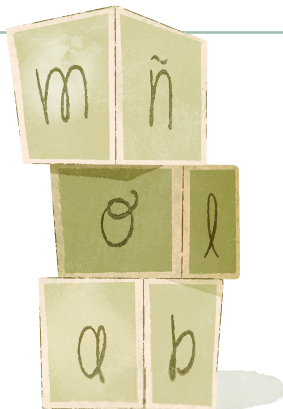
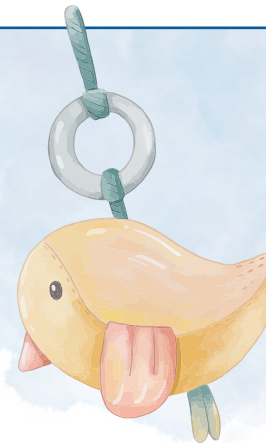
Welcome!

The „Frühen Hilfen“ (early help) provide a network for pregnant women and families with children under the age of three years. All services are free and easy accessible at different locations all over Kreis Plön.

Angebote der Frühen Hilfen

Kontaktdaten Netzwerkkoordination
Mobile Angebote

Seite 8
Seite 9



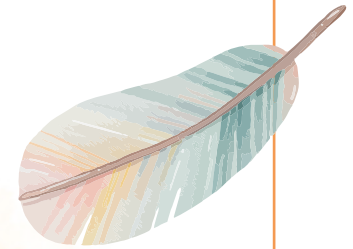
Angebote der Frühen Hilfen in Familienzentren und Familienbildungsstätten

Familienzentren im Kreis Plön
Familiensprechstunden
Familienbildungsstätten

Seite 13
Seite 16
Seite 17

Medizinische Versorgung

Notrufnummern	Seite 19
Früherkennungsuntersuchungen	Seite 20
Kinder- und Jugendärzte/-ärztinnen im Kreis Plön	Seite 24
Kinderkliniken	Seite 25
Hebammen	Seite 26
Elternberatung Kreis Plön	Seite 27
Zahnärztlicher Dienst Kreis Plön	Seite 28



Weitere Anlaufstellen im KinderNetz



Schwangerenberatung	Seite 30
Erziehungs- und Lebensberatungsstellen	Seite 31
Allgemeiner Sozialdienst (ASD) des Kreises Plön	Seite 32
Gewalt an Kindern / Gewalt an Frauen	Seite 33
Psychische Probleme der Eltern	Seite 34
Suchtberatung	Seite 35
Selbsthilfe	Seite 36
Unabhängige Teilhabeberatung	Seite 37
Migrationsberatung	Seite 38
Kindertagesbetreuung im Kreis Plön	Seite 39



Aylin Hoesch



Björn Demmin

Liebe Eltern, liebe Mütter, liebe Väter,

herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Kindes!

Vor Ihnen liegt ein neuer Lebensabschnitt, eine intensive und spannende Zeit.

Ein Kind großziehen zu dürfen und auf seinem Weg zu begleiten, ist ein großes Glück und gleichzeitig auch eine herausfordernde Aufgabe.

Sie haben sich sicherlich schon vor der Geburt viele Gedanken gemacht, wie Ihr Leben mit Kind aussehen wird. Dennoch kommen im Alltag oft Fragen und Zweifel auf. Es ist gut zu wissen, dass Sie in dieser aufregenden Zeit nicht auf sich alleine gestellt sind. Im Kreis Plön stehen Ihnen viele Menschen mit Rat und Tat zur Seite.

Seit vielen Jahren gibt es das KinderNetz Frühe Hilfen Kreis Plön. Fachkräfte aus verschiedenen Bereichen haben sich zusammengeschlossen, um Schwangeren und Familien mit Säuglingen und Kleinkindern bis zu 3 Jahren zu unterstützen und zu begleiten.

Viele Anlaufstellen und Experten bieten Ihnen vertraulich und in der Regel kostenfrei Unterstützungsmöglichkeiten an. Damit Sie alle wichtigen Ansprechpersonen und Adressen des KinderNetzes Frühe Hilfen zur Hand haben, möchten wir Ihnen als Geschenk diese Willkommensbroschüre überreichen. Die Willkommensbroschüre ist ein Informationsschatz, der Sie in den kommenden Jahren hoffentlich gut begleitet und Ihnen wertvolle Tipps liefert.

Gerne können Sie aber auch einen Willkommensbesuch mit „unserer“ Kinderkrankenschwester vereinbaren und sich über die Vielzahl an Angeboten informieren lassen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Stöbern, eine wunderbare erste gemeinsame Zeit und alles Gute für die Zukunft Ihrer Familie.

Aylin Hoesch
Vorsitzende des Jugendhilfeausschusses Kreis Plön

Björn Demmin
Landrat Kreis Plön

Angebote der Frühen Hilfen



Frühe Hilfen im Kreis Plön

Die Frühen Hilfen unterstützen Schwangere und Familien mit Kindern bis 3 Jahren. Viele Einrichtungen im Kreis Plön bieten kostenfreie Angebote für Schwangere und Familien mit Babys und Kleinkindern an. Immer vertraulich und in der Regel kostenfrei.

Die Angebote finden hauptsächlich in den Familienbildungsstätten und Familienzentren statt. Es gibt aber auch Unterstützungsmöglichkeiten für zuhause.

Informationen zum KinderNetz (Frühe Hilfen) erhalten Sie bei der Netzwerkkoordination:

Vera Hüffermann

04522-743782

Vera.Hueffermann@kreis-ploen.de

Kreis Plön

Amt für Familie und Jugend

Abteilung Kindertagesbetreuung und Jugendarbeit

Hamburger Str. 17/18

24306 Plön



Mobiles Angebot:

(Willkommens-) Besuche der Familienkinderkrankenschwester

Herzlich Willkommen!

Der Willkommensbesuch ist eine Begrüßung zum Lebensbeginn aller Neugeborenen im Kreis Plön. Hier finden (werdende) Eltern ein offenes Ohr für wichtige Fragen und Themen in dieser neuen Lebenssituation. Darüber hinaus können Informationen zu Betreuungs- und Unterstützungsangeboten vorgestellt und Themen wie Ernährung, Bewegung und Entwicklung aufgegriffen werden. Neben den Fragen zum Umgang mit dem Kind kann auch über eigene Belastungen gesprochen werden.

Ziel der Willkommensbesuche ist es, allen Eltern mit Neugeborenen passende und individuelle Informationen zu geben. Aber auch nach

den ersten Lebenswochen mit einem Baby kommen viele Fragen auf und vielleicht werden manche Belastungen größer. Vor allem, wenn die Betreuung durch die Hebamme beendet ist. Gemeinsam sucht man nach geeigneten und passgenauen Angeboten - sowohl für das Kind als auch für die Familien.

Das Angebot ist kostenfrei und vertraulich.

Ein Termin kann mit der Familienkinderkrankenschwester Heinke Zurheide ausgemacht werden und nach Wunsch auf der Geburtsstation, zuhause, im nächstgelegenen Familienzentrum oder auf einem Spaziergang stattfinden.



Heinke Zurheide

Familienkinderkrankenschwester
Mobil: 0176 12606859
Mail: heinke.zurheide@sos-kinderdorf.de

Träger:
SOS Kinderdorf e. V.

Mobiles Angebot:

wellcome und Familienpaten/-innen

Die Familienbildungsstätte Plön bietet Ihnen über das **Projekt „wellcome“** praktische Unterstützung im oft anstrengenden Alltag mit einem Baby im 1. Lebensjahr an. Für einen kleinen Kostenbeitrag kommt stundenweise ein ehrenamtlicher wellcome Engel zu Ihnen, der z. B. Ihr Neugeborenes betreut, während Sie sich um Ihre Bedürfnisse kümmern, mit den Geschwisterkindern spielt oder Sie zu einem Arztbesuch begleitet.

Das **Familienpatenprojekt „Auszeit“** des Kinderschutzbundes bietet Ihnen im Kreis Plön ein Hilfsangebot mit Ihren Kindern von 0–3 Jahren, wenn Sie keine anderweitige ausreichende Unterstützung haben. Die **Paten/-innen** stehen mit Ihnen im engen und vertrauensvollen Austausch und helfen im Alltäglichen. Sie kommen einmal pro Woche für 1–3 Stunden zu Ihnen, begleiten und betreuen Ihr Kind, um Ihnen eine Auszeit zu ermöglichen.



wellcome

Familienbildungsstätte Plön (DGF)
Frau Sabine Stier, Tel. 04522 505138
Teamkoordinatorin
Frau Svenja Schneider
Tel.: 0157 31102644
ploen@wellcome-online.de
www.wellcome-online.de

Familienpaten/-innen

Der Kinderschutzbund
Ortsverband Kiel e.V.
Koordinatorin
Martina Teschner, Tel.: 0431 1221827
martina.teschner@kinderschutzbund-kiel.de
www.kinderschutzbund-kiel.de/angebote/
familienpaten

Mobiles Angebot:

Schreiambulanz



Manchmal ist der Anfang „holprig“ und Eltern sind verunsichert und besorgt. In der „Schreiambulanz“ gibt es eine Beratung/Begleitung für Eltern (mit Kindern von 0–3 Jahren), die sich eine Unterstützung wünschen.

Das Angebot richtet sich an Familien, wenn ...

- das Baby ausdauernd schreit
- das Baby schlecht ein- oder durchschläft.
- es Schwierigkeiten bei der Ernährung gibt.

Das Angebot beinhaltet:

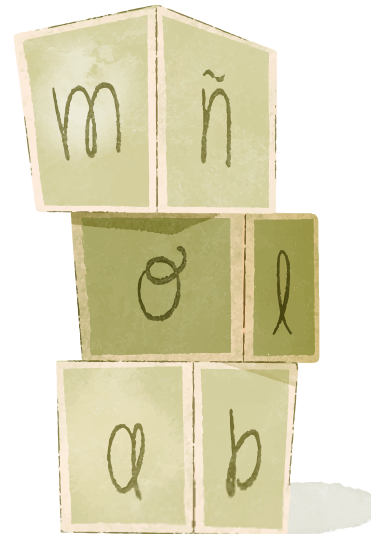
- persönliche und telefonische Beratung (Schreiambulanz)
- videogestützte Eltern-Kind-Therapie (Entwicklungspsychologische Beratung)
- Beratung im Rahmen von Hausbesuchen (wenn gewünscht)

Das Angebot ist kostenfrei. Für Terminvereinbarungen wenden Sie sich gerne an

Anneke Polenski, Tel.: 0176 50114965
annekepolenski@kinderschutz-zentrum-kiel.de

Träger:
Kinderschutzzentrum Kiel

Angebote der Frühen Hilfen in Familienzentren und Familienbildungsstätten



Familienzentren im Kreis Plön

Moin liebe Familien,

ihr wollt andere Familien kennenlernen?

Ihr habt Lust, euch auszutauschen?

Eure Babys sollen erste Kontakte zu anderen Babys knüpfen?

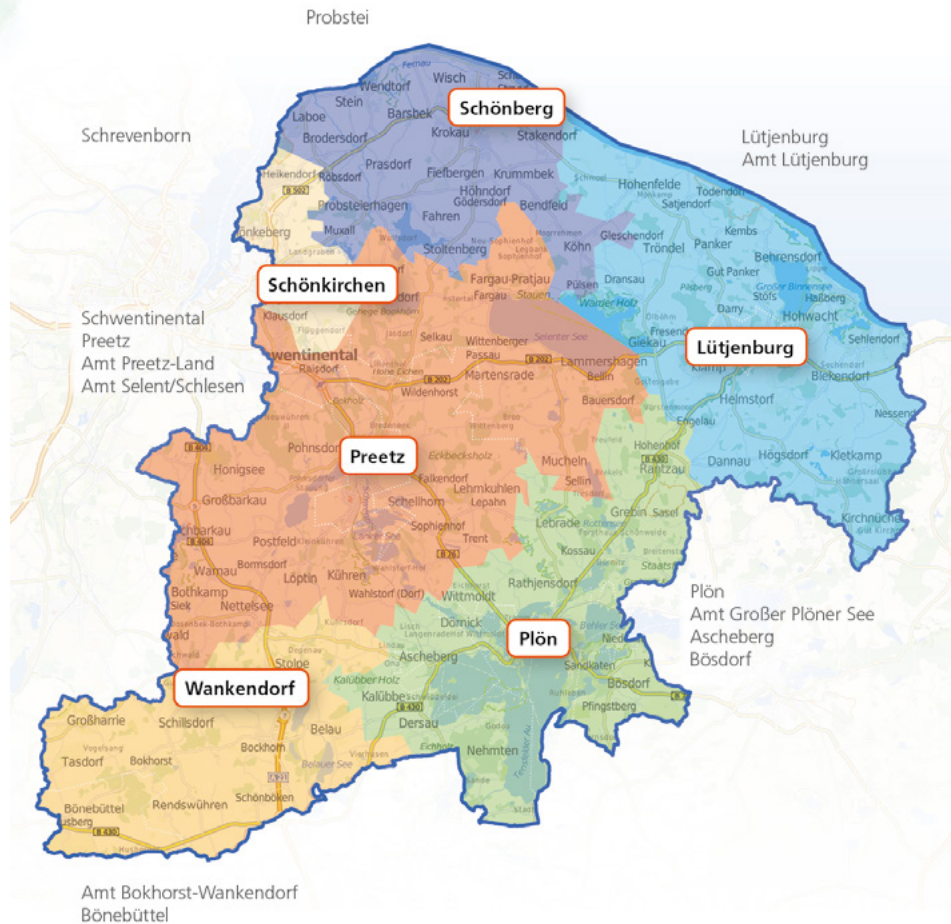
Dann sind die kostenfreien und offenen Angebote der Familienzentren im Kreis Plön genau die richtige Anlaufstelle für euch. Ob im Elterncafé, Babytreff oder beim gemeinsamen Frühstück, kommt einfach vorbei und knüpft neue Bekanntschaften.

Läuft irgendetwas anders, als ihr es erwartet habt? In den Familienzentren findet ihr vertrauliche und unverbindliche Beratung und Unterstützung. In den Familiensprechstunden könnt ihr alle Fragen rund um die Gesundheit und Entwicklung eurer Babys loswerden.

Weitere Infos findet ihr unter den folgenden Kontaktmöglichkeiten auf den nächsten Seiten.



Familienzentren
im **Kreis Plön**



Adressen für Familienzentren im Kreis Plön

Familienzentrum Preetz und Umgebung Diakonie des Kirchenkreises Plön-Segeberg

Hanna-Lina Hutzfeldt-Franzke
Kordinatorin
Am alten Amtsgericht 5
24211 Preetz
Tel.: 04342 71740
Mail: familienzentrum-preetz@
diakonie-ps.de
www.diakonie-ps.de

Familienzentrum Probstei Gemeinde Schönberg

Hanna Helms
Kordinatorin
Eichkamp 24–26
24217 Schönberg
Tel.: 04344 8118034
Mobil: 0171 24212 32
Mail: familienzentrum@gemeinde.
schoenberg.de
www.schoenberg.sh

SOS Familientreffpunkt Lütjenburg SOS Kinderdorf Schleswig-Holstein

Heinke Zurheide
Kordinatorin
Amakermarkt 1–3
24321 Lütjenburg
Tel.: 04381 9067123
Mobil: 0176 12606-859
Mail: heinke.zurheide@
sos-kinderdorf.de
www.sos-kd-schleswig-holstein.de

Familienzentrum Plön Familienbildungsstätte Plön DG e. V.

Svenja Tavares
Kordinatorin
Vierschillingsberg 21
24306 Plön
Tel.: 04522 505139
Mail: familienzentrum@fbs-ploen.de
www.fbs-ploen.de

Familienzentrum Wankendorf AWO Kreisverband Plön e. V.

Tanja Gill-Weller, Silke Maschke
Kordinatorinnen
Kirchtor 18
24601 Wankendorf
Tel.: 04326 2899550
Mobil: 0160 96290878
Mail: famz-wankendorf@awo-ploen.de
www.famz-wankendorf.de

Familienzentrum Schrevenborn AWO Kreisverband Plön e. V.

Nina Heidemann
Kordinatorin
Schönberger Landstr. 67
24232 Schönkirchen
Tel: 04348 9173-34
Mail: famz-schrevenborn@
awo-ploen.de
www.familienzentrum-
schrevenborn.de

Familienprechstunden für Familien mit Säuglingen und Kleinkindern

Speziell fortgebildete Familienkinderkrankenschwestern beraten und unterstützen kostenlos bei Fragen zu Baby-
pflege, Handling, Entwicklung, Ernährung, Babyschlaf, Situationen im Familienalltag, Spiel-/Babygruppen für Familien;
Unterstützungsmöglichkeiten und Selbstfürsorge für Eltern.

In jedem Familienzentrum im Kreis Plön ist eine Familienprechstunde eingerichtet. Termine und Zeiten können dort
direkt erfragt werden.

Die Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern im Kreis Plön

Probstei

Hanna Helms
0171 242 12 32

Wankendorf

Jana Raksch
0160 97 72 85 15

Schrevenborn

Katrin Tiete-Stolle
0178 238 89 74

Lütjenburg und Plön

Antje Lindemann
0178 32 11 155

Preetz, Schwentinental und Preetz-Land

Jana Repkow
0175 152 4442

Familienbildungsstätten

Für Fragen und Probleme im Familienalltag gibt es im Kreis Plön ein vielfältiges Unterstützungsangebot. Sie können sich unverbindlich informieren, ausführlich zu Ihrer Lebenssituation beraten lassen oder praktische Hilfe im Alltag erhalten (z. B. bei Ehe- und Partnerschafts-problemen, finanziellen und rechtlichen Fragen, Informationen zu Eltern-Kind-Kuren, spezielle Hilfsangebote für Alleinerziehende, Projekt „wellcome“, Kleiderkammern etc.).

Hier finden Sie spezielle Angebote für Familien mit Neugeborenen wie z.B. Elternkurse, Entspannung, Stillen, Kochen, offene Treffs, Frauen-Kind-Frühstück. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte den Internetseiten der einzelnen Träger.

Familienbildungsstätte des AWO Kreisverbands Plön e. V. in Schönkirchen

Sandra Schrebb
Schönberger Landstraße 67
24232 Schönkirchen
Tel.: 04348 917311
Mail: schrebb@awo-ploen.de
www.awo-fbs.de

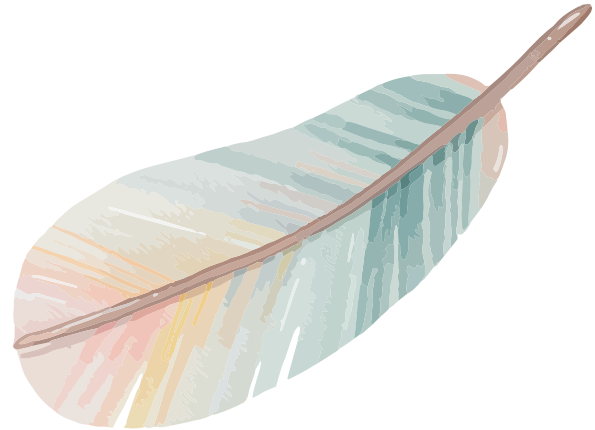
Mutter-/Vater-Kind-Kurberatung

Sandra Schrebb
(Kontakt: [siehe oben](#))

Familienbildungsstätte Plön

Sabine Stier
Vierschillingsberg 21
24306 Plön
Tel.: 04522 505138
Mail: info@fbs-ploen.de
www.fbs-ploen.de

Medizinische Versorgung



Notrufnummern für alle Fälle

Bei schwerer Erkrankung oder Verletzungen rufen Sie sofort einen Notarzt. Rettungsdienst Notruf: 112

Giftnotrufzentrale: 0551 19240

Kinderärztlicher Notdienst: 116 117

Kinderärztliche Anlaufpraxis Ameos Klinik Eutin

Samstag, Sonntag, Feiertag 10 bis 15 Uhr

Kinderärztliche Anlaufpraxis Städt. Klinik Kiel

Montag, Dienstag, Donnerstag Freitag 19 bis 21 Uhr

Mittwoch 17 bis 21 Uhr

Samstag, Sonntag, Feiertag 10 bis 21 Uhr

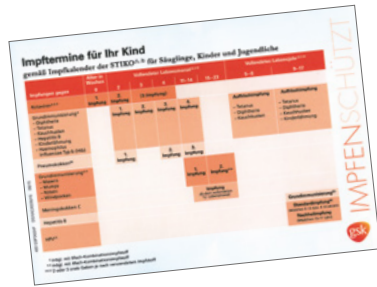
Zahnärztlicher Notdienst im Kreis Plön: 04342 4142

Nur am Wochenende! (Freitag Mittag bis Montag früh)

Telefonnummer Kinderarzt: _____



Früherkennungs- untersuchungen



Bei der Entlassung aus der Klinik haben Sie das „gelbe Heft“ (Kinder-Untersuchungsheft) für Ihr Kind erhalten. Die Neugeborenen-Erstuntersuchung (U 1) wurde bereits von der Hebamme durchgeführt.

Die folgenden Untersuchungen (**U2–U9**) werden vom Kinderarzt/-ärztin innerhalb der vorgeschriebenen Zeiträume durchgeführt.

Die Früherkennungsuntersuchungen sind wichtige Termine, die Sie unbedingt einhalten sollten. Der Kinderarzt/die Kinderärztin kann die Entwicklung Ihres Kindes beobachten und mögliche Entwicklungsverzögerungen oder Erkrankungen schon sehr früh erkennen und behandeln. Auch die erforderlichen Impfungen können so regelmäßig vorgenommen werden.

Für die U4 bis U9 gibt es in Schleswig-Holstein seit dem 1. April 2008 im Rahmen des Kinderschutzgesetzes ein verbindliches Einladungswesen.

Parallel zu den Kinderärztlichen Untersuchungen sind Zahnärztliche Früherkennungsuntersuchungen sowie Aufklärung und Anleitung der Eltern vorgesehen (**UZ1–UZ6**). Für die Entwicklung Ihres Kindes sind auch gesunde Zähne und Kiefer von großer Bedeutung.

Was wird wann untersucht? (U1–U4)

Untersuchung	Zeitpunkt	Untersuchungsschwerpunkte
U 1	nach der Geburt	<ul style="list-style-type: none">– Atmung und Herzfunktion– Gewicht und Größe– Reflexe <p>Weitere frühe Tests zwischen U1 und U2: Früherkennung von Stoffwechselerkrankungen und Neugeborenen-Hörscreening</p>
U 2	3. bis 10. Lebensstag	<ul style="list-style-type: none">– Innere Organe– Kopf und Sinnesorgane– Knochen, Muskeln und Nerven– Ernährung und Verdauung– Angeborene Erkrankungen und Fehlbildungen
U 3	4. bis 5. Lebenswoche	<ul style="list-style-type: none">– Größe, Gewicht und Ernährungszustand– Hüftgelenke– Augenreaktion, Hörvermögen– Impfempfehlungen– Schreien und Schlafen
U 4	3. bis 4. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none">– Bewegungsverhalten und Greifreflexe– Seh- und Hörvermögen– Wachstum, Ernährung und Verdauung– Unfallvorbeugung, sicherer Schlaf– Überprüfung des Impfstatus/ggf. Schutzimpfung

Was wird wann untersucht? (U5–U7)

Untersuchung	Zeitpunkt	Untersuchungsschwerpunkte
U 5	6. bis 7. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none">– körperliche Entwicklung und Bewegungsverhalten– Zähne und Ernährung– Verhalten, Schreien– Sehvermögen– Überprüfung des Impfstatus/ggf. Schutzimpfung
UZ 1 a	6. bis 9. Lebensmonat 1. Zahn – 1. Zahnarztbesuch	<ul style="list-style-type: none">– Früherkennungsuntersuchung– Beratung zu Ernährung, Mundhygiene und Fluoridierung
U 6	10. bis 12. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none">– körperliche Entwicklung (z. B. Krabbeln, Hochziehen, erste Schritte)– Sprachentwicklung– Hören und Sehen– Verhaltensweisen– Überprüfung des Impfstatus/ggf. Schutzimpfung– Früherkennungsuntersuchung
UZ 1 b	10. bis 20. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none">– Elterninformation über Zahnpflege, Schnuller, Trinkflasche etc.– Früherkennungsuntersuchung
U 7	21. bis 24. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none">– körperliche Entwicklung und Bewegung– geistige und sprachliche Entwicklung (Verstehen, Sprechen)– Verhalten, Spielen mit anderen Kindern– Sinnesorgane– Überprüfung des Impfstatus/ggf. Schutzimpfung

Was wird wann untersucht? (UZ 2 a+b–UZ6)

Unter-suchung	Zeitpunkt	Untersuchungsschwerpunkte
UZ 2 a+b	2 Jahre + 2,5 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> – Empfehlung zur Mundhygiene und zahngesunder Ernährung – Einschätzen Kariesrisiko, Früherkennungsrisiko
U 7 a	34. bis 36. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none"> – körperliche Entwicklung – Sehvermögen und Bewegungsverhalten – Sprachentwicklung – Zähne, Ernährung – Überprüfung des Impfstatus – Verhalten und Spielen ggf. Schutzimpfung
UZ 3 a+b	3 Jahre + 3,5 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> – Früherkennungsuntersuchung auf Karies und Zahnfehlstellungen – Abstellen des Nuckelns
U 8	46. bis 48. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none"> – körperliche Entwicklung und Geschicklichkeit (z. B. Hüpfen) – Hör- und Sehtests – Sprachentwicklung – Kontaktfähigkeit, Selbständigkeit – Überprüfung des Impfstatus/ggf. Schutzimpfung
UZ 4 a+b	4 + 4,5 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> – Früherkennungsuntersuchung
U9	60. bis 64. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none"> – körperliche und – Sprachentwicklung geistige Entwicklung – Verhalten – Bewegungsverhalten – Überprüfung des Impfstatus – Hör- und Sehtests ggf. Schutzimpfung
UZ 5 a+b	5 Jahre + 6 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> – Früherkennungsuntersuchung – beginnender Zahnwechsel
UZ 6	6 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> – Beginn Individualprophylaxe – bleibende Zähne, ggf. Versiegelung

Kinder- und Jugendärzte/-ärztinnen im Kreis Plön

Frau Ahsbahs-Niemann,
Frau Dr. Brendel-Müller
Neverstorfer Str. 5
24321 Lütjenburg
Tel.: 04381 6133

Familienpraxis
Herr Dr. Kamerichs
(Allgemeinarzt)
Niederstraße 9
24321 Lütjenburg
Tel.: 04381 8530

Ärztzentrum
Holstein Ost
Herr Dr. Braun
(Kinderarzt)
Niederstraße 15
24321 Lütjenburg
Tel.: 04381-414900

Herr Dr. Junge
Eutiner Straße 46
24306 Plön
Tel.: 04522 2616

Herr Dr. Beck
Kirchenstraße 60
24211 Preetz
Tel.: 04342 88 90 88

Herr Dr. Baumgarten-
Walczak,
Frau Dr. Stenzel,
Frau Adrees
Markt 9
24211 Preetz
Tel.: 04342 5986

Frau Dr. Bertram,
Herr Reitz
Zum See 2
24223 Schwentidental/
OT Raisdorf
Tel.: 04307 1771

Herr Dr. Penthin,
Frau Dr. Leuschner,
Frau Dr. Paschedag,
Frau Dr. Sandvoss,
Frau Thielen,
Praxisniederlassung
Schönberg:
Bahnhofstraße 39a
24217 Schönberg
Tel.: 04344 4501

Praxisniederlassung
Schönkirchen:
Pahlblöken 2a
24232 Schönkirchen
Tel.: 04348 959548

Herr Kayser,
Frau Dr. Föllmer,
Frau Meike Hartmann
Am Herrkamp 14 a
24226 Heikendorf
Tel.: 0431 243555

TRImedicus
Frau Dr. Dibbern
Mühlenstraße 1
24601 Wankendorf
Tel.: 04326 2898001

Außerhalb der Öffnungszeiten der niedergelassenen Kinderärzte/-ärztinnen wenden Sie sich an den

Kassenärztlichen Bereitschaftsdienst Schleswig-Holstein: 116 117

Giftnotrufzentrale: 0551 19240

Kinderkliniken

Bei manchen Erkrankungen ist ein Aufenthalt im Krankenhaus notwendig. In Kiel, Neumünster und Eutin gibt es vier Kinderkliniken, an die Sie Ihr Kinderarzt /Ihre Kinderärztin bei Bedarf überweist.



Kinderkliniken:

Universitätskinderklinik
(Klinik für Allgemeine Pädiatrie)
UKSH (Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein, Campus Kiel)
Arnold-Heller-Strasse 3
24105 Kiel
Tel.: 0431 500 0
www.uk-sh.de

FEK – Friedrich-Ebert-Kranken-
haus Neumünster GmbH, Klinik
für Kinder- und Jugendmedizin
Friesenstraße 11,
24534 Neumünster
Tel.: 04321 4050
www.fek.de

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
Städtisches Krankenhaus Kiel
Chemnitzstraße 33
24116 Kiel
Tel.: 0431 1697 0
www.krankenhaus-kiel.de

Ameos-Klinik Ostholstein,
Klinik Eutin
Abteilung für Kinderheilkunde
Hospitalstraße 22
23701 Eutin
Sekretariat
Tel.: 04521 7873070
www.ameos.de/klinikum-eutin

Hebammen

Kontakt: Hebammenverband
Schleswig-Holstein:
www.hebammen-sh.de
www.hebammensuche-sh.de

Herzlichen Glückwunsch zum Baby,

wir hoffen, Sie hatten eine gute Geburt und wünschen Ihnen ein gesundes Wochenbett, viel Freude mit Ihrem Baby und viel Unterstützung von Freunden und Familie. Bestimmt hatten Sie in der Schwangerschaft und während der Entbindung schon eine gute Betreuung durch eine Hebamme. Nun, in der ersten Zeit nach der Geburt, haben Sie auch Anspruch auf eine Begleitung durch eine Hebamme Ihres Vertrauens. Wir kommen zu Ihnen nach Hause, schauen nach Ihrem körperlichen und emotionalen Befinden und dem Befinden des Babys, wiegen es und geben Tipps zur Pflege und zu allen Themen rund um diese neue, aufregende Lebensphase. Wir begleiten Sie in der ersten Phase des Stillens, unterstützen bei Schwierigkeiten und beraten auch, falls Sie nicht stillen können oder möchten. Neben der körperlich-medizinischen Seite haben wir ein Augenmerk auf Themen wie „Familie-werden“ und Bindung. Wir stehen bis zum 3. Lebensmonat Ihres Kindes und bei Still- und Ernährungsschwierigkeiten bis zum 9. Lebensmonat beratend zur Seite. Die Kosten übernimmt Ihre Krankenkasse.

Wir sind gut mit anderen Fachdisziplinen vernetzt (wie z. B. den Frühen Hilfen) und können im Bedarfsfall an andere Stellen weiterleiten.

Wir wünschen einen guten Start in diese aufregende und wunderschöne Zeit.

Ihre Hebammen des Kreises Plön

P.S.: Die Hebammen im Kreis Plön haben ein breites Angebot: Von der Stillberatung über offene Frühstückstreffen, Geburtsvorbereitungskursen über Rückbildungsgymnastik bis hin zu Babymassagen und anderen individuellen Angeboten. Darüber können Sie sich direkt bei den Hebammen oder im Internet informieren.

Elternberatung Kreis Plön

In der Elternberatung des Kreises Plön erhalten Sie eine kostenlose Beratung bei Fragen zur Ernährung, körperlicher Pflege und Gesundheit Ihres Babys oder Kleinkindes. Beratung zu Impfungen und zu den Vorsorgeuntersuchungen wird ebenfalls angeboten, die Impfungen und Vorsorgeuntersuchungen selbst erfolgen bei den niedergelassenen Kinderärzten. Sollten Sie darüber hinaus Fragen oder Sorgen bezüglich der Entwicklung Ihres Kindes haben, stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Die Elternberatung wird durchgeführt von

Frau Dr. Christina König, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

Frau Dr. Anke Fischenbeck, Ärztin

Frau Dr. Julia Brunngräber, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst Kreis Plön,

die unter folgender Telefonnummer zu erreichen sind: **04522 743-533**

Ansprechpartner bei Fragen zum Einladungswesen für die

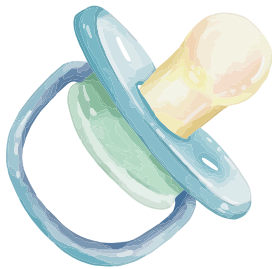
Vorsorgeuntersuchungen (U4 – U9) Gesundheitsamt,

Telefonnummer Kreis Plön: **04522 743-750**



Zahnärztlicher Dienst Plön

Kontakt Zahnärztlicher Dienst:
Dr. Katharina Genz
Jugendzahnärztin
04522 743-353



Eine gesunde Entwicklung des kindlichen Gebisses fördert nicht nur das alltägliche Essen und Sprechen, sondern ist auch für zukünftig bleibende Zähne von entscheidender Bedeutung. Der Zahnärztliche Dienst möchte mit Ihnen gemeinsam dafür sorgen, dass schon jetzt die Weichen gestellt werden, um bei Ihren Kindern die wichtige Mundgesundheit zu erhalten.

Deshalb stehen wir Ihnen ab Ihrer Schwangerschaft gerne zur Verfügung und beraten Sie in Fragen rund um das Thema Zähne, Mundgesundheit und Ernährung Ihres Kindes. Bereits bei ersten auftretenden Fragen zum Thema Schnuller, Babyernährung oder erste Zahnhygiene können Sie sich gerne an uns wenden. Zusätzlich zu empfohlenen Besuchen Ihres Kindes beim niedergelassenen Zahnarzt ab dem ersten Milchzahn, führt der Jugendzahnärztliche Dienst

in Kindertagesstätten und Schulen regelmäßig Untersuchungen durch. Dabei wird sowohl auf Zahnschäden und Mundhygiene als auch auf mögliche Fehlstellungen im Zahn- und Kieferbereich geachtet.

Kreisarbeitsgemeinschaft zur Jugendzahnpflege

Seit vielen Jahren beschäftigt die Kreis AG zur Förderung der Jugendzahnpflege speziell ausgebildete zahnmedizinische Fachberaterinnen, die mit ihrem Maskottchen „Kroki“ regelmäßig die Kindergärten und Grundschulen im Kreis Plön aufsuchen. Bei diesen Besuchen werden den Kindern altersgerecht wichtige Informationen zum Thema Zahngesundheit vermittelt und Putzübungen durchgeführt. Ferner werden Eltern bei Geburtsvorbereitungskursen und Eltern-Kind-Kursen zum Thema Kinderzahnpflege informiert.

Weitere Anlaufstellen im KinderNetz



Schwangerenberatung

AWO Schleswig-Holstein gGmbH

Schwangerenberatung
Schwangerschaftskonfliktberatung
Bundesstiftung „Mutter und Kind“
Kostenübernahme von Verhütungsmitteln

AWO Schleswig-Holstein gGmbH

Karin Gernhöfer
24232 Schönkirchen
Schönberger Landstraße 67
Tel.: 04348 917321
Mail: schwangerenberatung-schoenkirchen@awo-sh.de

Anja Andreas
24306 Plön
Vierschillingsberg 21
Tel.: 04522 505126
Mail: schwangerenberatung-ploen@awo-sh.de
www.awo-sh.de

Diakonisches Werk des Kirchenkreises Plön-Segeberg GmbH

Schwangeren- und Schwangerenkonfliktberatung
Vergabe von Geldern aus der
Bundesstiftung „Mutter und Kind“

Maria Bielefeldt
Haus der Diakonie
Am alten Amtsgericht 5, 24211 Preetz
Tel.: 04342 71734
Mail: schwangerenberatung@diakonie-ps.de
www.diakonie-ps.de

Hilfetelefon „Schwangere in Not“

GB: Pregnant women in distress
UKR: Вагітні жінки, які потребують допомоги
TUR: İhtiyaç sahibi hamile kadınlar

0800 4040020

www.Hilfetelefon-schwangere.de

Erziehungs- und Lebensberatungsstellen

Die Erziehungsberatungsstellen beraten Sie kostenlos in allen Fragen, die sich bei der Erziehung Ihres Kindes ergeben, z. B. beim Aufbau einer guten Beziehung zum Baby oder bei Partnerschaftsproblemen und Trennung oder Scheidung.

Leitung: Oliver Klein

Sozialpädagoge/Sozialarbeiter, Systemischer Berater (SG)
Systemischer Therapeut/Familientherapeut (DGSF)
E-Mail: o.klein@diakonie-ps.de

Anmeldezeiten für alle Beratungsstellen

Montag bis Freitag

9.00–12.00 und 14.00–16.00 Uhr

Internet: www.diakonie-ps.de

Beratungsstelle Preetz

Am Alten Amtsgericht 5
24211 Preetz

Tel.: 04342 71734

Mail: erziehungsberatung-pr@diakonie-ps.de

Beratungsstelle Lütjenburg

Friedrich-Speck-Str. 10a
24321 Lütjenburg

Tel.: 04381 6667

Mail: erziehungsberatung-lb@diakonie-ps.de

Beratungsstelle Heikendorf

Neuheikendorfer Weg 10
24226 Heikendorf

Tel.: 0431 243515

Mail: erziehungsberatung-he@diakonie-ps.de

Außenstelle:

Kirchtor 18
24601 Wankendorf
Fam.-Zentrum
Anmeldung über Preetz

Außenstelle:

Vierschillingsberg 21
24306 Plön
Anmeldung über Lütjenburg

Außenstelle:

Schulweg 3
24217 Schönberg
Anmeldung über Heikendorf

➔ **Elterntelefon 0800 1110550** (gebührenfrei und anonym), montags bis freitags 9.00 – 11.00 Uhr, dienstags und donnerstags 17.00 – 19.00 Uhr, www.elternsein.info, www.bke.de

Allgemeiner Sozialdienst (ASD) des Kreises Plön

Der ASD berät Sie kostenlos zu familienunterstützenden Angeboten im Kreis sowie bei Problemen in allen Lebenslagen, beispielsweise bei Fragen zur Erziehung Ihres Kindes, zum Sorgerecht oder zum Umgangsrecht, bei möglicher Behinderung und Erkrankung sowie bei finanziellen Fragen oder Notsituationen.

Kreisverwaltung Plön

- Stadt Plön
- Amt Großer Plöner See
- Amt Bokhorst-Wankendorf

Stadtgrabenstraße 1
24306 Plön
Tel.: 04522 743299

Außenstelle Preetz

- Stadt Preetz
- Amt Preetz-Land
- Stadt Schwentinental
- Amt Selent / Schlesien

Kieler Straße 30
24211 Preetz
Tel.: 04342 798220

Außenstelle Schönkirchen

- Amt Schrevenborn
- Amt Probstei

Schönberger Landstr. 144 c
24232 Schönkirchen
Tel.: 04348 919370

Außenstelle Lütjenburg

- Amt Lütjenburg
- Stadt Lütjenburg

Neverstorfer Str. 11
24321 Lütjenburg
Tel.: 04381 416000

Gewalt an Kindern

Kinderschutz-Zentrum Kiel

Sophienblatt 85, 24114 Kiel

Tel.: 0431 122180

www.kinderschutzzentrumkiel.de

Wenn Kinder Gewalt erlebt haben oder von Gewalt und Vernachlässigung bedroht sind, hilft das Kinderschutz-Zentrum weiter. Therapeutisch ausgebildete Fachberater*innen bieten Beratung, Belastungsdiagnostik und therapeutische Unterstützung an. Bei Bedarf können Sie Ihre Lage anonym am Telefon besprechen.

Gewalt an Frauen

Für Mädchen (ab 16 Jahren) und Frauen die Gewalt erlebt haben oder sie gegenwärtig erleben, z. B. sexueller Missbrauch in der Kindheit, sexualisierte Gewalt, Gewalt in der Partnerschaft, sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz oder im Alltag und Stalking. Auch Angehörige oder professionelle Unterstützer*innen werden beraten.

Beratungs- und Fachstelle bei Gewalt an Mädchen und Frauen im Kreis Plön

Kirchenstraße 12–14

24211 Preetz

Tel.: 04342 309939

info@frauenberatung-kreisploen.de

www.frauennotruf-kiel.de

Zufluchtsmöglichkeit: Autonomes Frauenhaus Kreis Plön

Postfach 339

24207 Preetz

Tel.: 04342 82616

Hilfetelefon bei Gewalt gegen Frauen

08000 116 116

(kostenlos)

Hilfetelefon sexueller Missbrauch

08002255530

(kostenlos)

www.hilfetelefon.de

Bei akuter Gefahr und Gewaltandrohung rufen Sie die Polizei: 110

Psychische Probleme der Eltern

Bei einigen Frauen treten nach einer Geburt psychische Probleme auf. Eine Nachgeburtsdepression wirkt sich so aus, dass eine Mutter sich nach der Geburt nicht richtig über ihr Kind freuen und es nicht so lieben kann, wie sie es sich vorgestellt hat. Sie macht sich deswegen Vorwürfe und ist von Schuldgefühlen geplagt. Zögern Sie bei solchen oder anderen psychischen Problemen nicht, fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen, da man sie sehr gut behandeln kann.

Sozialpsychiatrischer Dienst Kreis Plön Amt für Gesundheit

Hamburger Str. 17/18, 24306 Plön
Tel.: 04522 743393

Angebot:

- Beratung und Begleitung von Menschen mit psychischen Schwierigkeiten und deren Angehörigen.
- Unterstützung durch Gespräche, Hausbesuche, ärztliche Beratung und Vermittlung weitergehender Hilfen.
- Schnelle Unterstützung und Abwendung von Gefahren.

Suchtberatung

ATS Suchthilfezentrum für den Kreis Plön

Kirchenstr. 33 a
24211 Preetz
Tel.: 04342 76270
Fax: 04342 762719
Mail: sucht.preetz@ats-sh.de

Bürozeiten:
Mo. bis Fr. 9.00 –12.00 Uhr
Do. 14.00 –17.00 Uhr

Offene Sprechstunde:
Mo. 9.00 –12.00 Uhr
Do. 14.00 –17.00 Uhr

Angebot:

- Information und Beratung für Betroffene, Angehörige oder Familien sowie Interessierte
- Gruppenangebote
- Vermittlung in notwendige Hilfsangebote
- Krisenhilfe
- Prävention

Auf Anfrage bieten wir darüber hinaus Beratungstermine an folgenden Standorten an:

- Plön
- Heikendorf
- Lütjenburg
- Schönberg
- Wankendorf



Selbsthilfe

Immer mehr Menschen in besonderen Lebenssituationen schließen sich zu Selbsthilfegruppen zusammen. Die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen informiert Sie über bestehende Gruppen, vermittelt Kontakte und unterstützt beim Aufbau von Selbsthilfegruppen. Derzeit gibt es Gruppen von Alleinerziehenden, chronisch Kranken, Menschen mit psychosozialen Problemen, mit Suchtproblemen, mit Essstörungen etc.

Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfe im Kreis Plön

Claudia Ottow
Plöner Landstr. 14
24211 Schellhorn
Tel.: 04342 90334020
Mail: ottow@drkploenerland.de



Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung für Menschen mit Behinderungen oder von Behinderung bedrohten Menschen

EUTB Plön

Frau Virginia Hufnagel
Tel.: 04522 5979702 oder
Tel.: 0152 38990782

Beratungsstellen im Umkreis
unter
www.teilhabeberatung.de

Hinweis: Unsere Sprechstunden finden auch dezentral an verschiedenen weiteren Orten des Kreises nach Vereinbarung statt.

Unsere offenen Sprechzeiten, in die jeder ohne Anmeldung kommen kann, sind wie folgt:
Mo. 13.00–18.00 Uhr,
Di. 10.00–15.00 Uhr und
Mi. 09.00–13.00 Uhr.

Der Alltag stellt Familien von behinderten Kindern vor besondere Herausforderungen. Parallel zum Prozess der Akzeptanz der Behinderung müssen sich die Eltern ständig mit vielen neuen Fragen und Situationen auseinandersetzen und medizinische, therapeutische und pädagogische Entscheidungen treffen. Sie müssen sorgenreiche Krankheitsverläufe begleiten und unruhige Nächte überstehen.

Auch die bürokratischen Anforderungen sind groß: Schwerbehindertenausweis, Hilfsmittel, Pflegeleistungen usw. beantragen, was tun bei Nichtbewilligung und immer wieder lange auf Bescheide warten. Umgekehrt haben auch Eltern mit Behinderungen Anspruch auf Begleitung und Unterstützung in ihrer Elternrolle in Form von Assistenz, was zum Beispiel über das persönliche Budget finanziert werden kann.

Die Beratung findet im besten Fall vor der Antragstellung statt. Für eine ausführliche Beratung vereinbaren Sie im Vorhinein einen Termin.

Migrationsberatung

Eltern aus anderen Herkunftsländern können sich auch an eine wohnortnahe Migrationsberatungsstelle wenden. Hier erhalten Sie Beratung in Fragen des Aufenthaltsrechtes, Sozialrechtes und Unterstützung bei Alltagsproblemen in verschiedenen Muttersprachen.

AWO Landesverband Schleswig-Holstein e.V. IntegrationsCenter

Die Beratungen finden in den Sprachen Deutsch, Russisch und Arabisch statt. Die Beraterinnen und Berater sind zu folgenden Zeiten für Terminabsprachen zu erreichen:

In Preetz:

Termine nach Vereinbarung
Gasstraße 25
24211 Preetz
Tel.: 04342 7879020

In Plön:

Termine nach Vereinbarung
Vierschillingsberg 21 (Altes E-Werk)
24306 Plön
Tel.: 04522 505129

Informationen zum Sprachkurs- und Gruppenangebot des Integrations-Centers bekommen Sie ebenfalls bei den Beraterinnen.



Kindertagesbetreuung im Kreis Plön

Das KitaPortal Schleswig-Holstein (www.kitaportal-sh.de) hilft Ihnen einen Überblick über die Betreuungsplätze in einer Kita oder bei einer Kindertagespflegeperson im Kreis Plön zu erhalten. Im KitaPortal können Sie Ihr Kind für einen Betreuungsplatz in einer Kita voranmelden – über diese Voranmeldung wird die von Ihnen ausgewählte Kita informiert. Eine Voranmeldung in mehreren Kitas ist möglich.

Bei der Suche nach einem Betreuungsplatz in der Kindertagespflege unterstützt Sie die Fachberatung Kindertagespflege im Amt für Familie und Jugend.

Hier stehen Ihnen die folgenden Ansprechpersonen zur Verfügung:

Nina Voth

Zuständig für:
Stadt Schwentinental
Amt Schrevenborn
Amt Selent/Schlesen
Tel.: 04522/743-716
E-Mail: tanja.diekmann@kreis-ploen.de

Delia Hamann

Zuständig für:
Amt Lütjenburg
Amt Preetz-Land
Amt Bokhorst-Wankendorf
Gemeinde Bönebüttel
Tel.: 04522/743-584
E-Mail: delia.hamann@kreis-ploen.de

Christiane Lorek

Zuständig für:
Stadt Preetz
Stadt Plön
Gemeinde Bösdorf
Tel.: 04522/743-450
E-Mail: christiane.lorek@kreis-ploen.de

Karin Magen

Zuständig für:
Amt Probstei
Amt Großer Plöner See
Gemeinde Ascheberg
Tel.: 04522/743-717
E-Mail: karin.magen@kreis-ploen.de

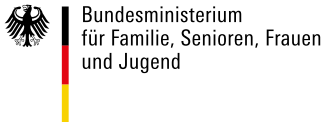
Herausgeber:

KinderNetz
Kreis Plön
Der Landrat
Hamburger Straße 17/18
24306 Plön

Redaktion:

Amt für Familie und Jugend: Vera Hüffermann (Netzwerkkoordination), Bärbel Staudler (Abteilungsleitung)
Amt für Gesundheit: Svenja Schneider (Kinderkrankenschwester), Dr. Anke Fischenbeck (Kinderärztin)

Das KinderNetz Kreis Plön wird
gefördert vom:



Layout: schmidtundweber, Kiel, Bildnachweis: sketchpedia/pikisuperstar/Jcomp/FreePik

Druck: wir-machen-druck.de, Oktober 2024, 2. Auflage

Hinweis: Vervielfältigung, Speicherung und Nachdruck – auch auszugsweise – ist ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers und der Redaktion nicht gestattet.