

# WEGWEISER FÜR ALLEINERZIEHENDE IN NORDFRIESLAND



Diese Broschüre wurde im Auftrag des Jobcenters des  
Kreises Nordfriesland erarbeitet.

# NOTFALLNUMMERN

Bitte wenden Sie sich in Notfällen an folgende Adressen:

## Lebensbedrohliche Gefährdungen:

 **Rettungsdienst** ..... **112**

 **Polizei** ..... **110**

 **Patientenservice:** ..... **116 117**  
Kein lebensbedrohlicher Notfall,  
aber dringend, Rund um die Uhr,  
auch als App verfügbar

 **Frauenberatung & Notruf (regional)**  
Husum ..... 04841 62 23 4  
Niebüll ..... 04661 94 26 88  
Flensburg ..... 0461 90 90 82 00

 **Frauenhäuser & Frauenschutzwohnungen:**  
Frauenhaus Flensburg ..... 0461 463 63  
Frauenhaus Heide ..... 0481 610 21  
Schutzwohnungen ..... 04671 863 99 82

 **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen (bundesweit): 0800 116 016**  
auch im Chat, in 17 Sprachen  
[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)

 **Hilfetelefon Schwangere in Not:** ..... **0800 40 40 020**  
Anonym, kostenlos und sicher  
[www.geburt-vertraulich.de](http://www.geburt-vertraulich.de)

 **Elterntelefon (bundesweit):** ..... **0800 111 0550**  
Nummer gegen Kummer

 **Giftnotruf Nord:** ..... **0551 192 40**  
bei Verdacht auf Kontakt mit Giftstoffen  
[www.giz-nord.de](http://www.giz-nord.de)

 **Kinder- und Jugendtelefon (bundesweit):** ..... **116 111**  
Nummer gegen Kummer  
auch via Chat

 **Telefonseelsorge (bundesweit):** ..... **0800 111 0 111**  
Anonym und vertraulich

# VORWORT

## Liebe Eltern,

das Forum Alleinerziehende Nordfriesland präsentiert Ihnen in diesem Jahr die neue und überarbeitete Version des Wegweisers für Alleinerziehende in Nordfriesland. Mit diesem Katalog wollen wir Erziehenden den Zugang zu wichtigen Informationen erleichtern, die Sie in Ihrer individuellen Lebenssituation gerade benötigen.

Aus eigener Erfahrung wissen wir, dass die vorherrschende Fülle von Beratungs- und Unterstützungsangeboten überfordernd sein kann und dass oftmals sogar auf die Inanspruchnahme einer Leistung verzichtet wird, weil nicht klar ist, welche Stelle zuständig ist, oder Zeit für die erforderliche Recherche fehlt.

Zu den Themenbereichen, die für Alleinerziehende besonders wichtig sind, finden Sie in der Broschüre kurze Erklärungen und zusätzliche QR-Codes, die zu weiteren Inhalten verlinken. Es ist zudem für jedes Thema ein Kontakt angegeben, den Sie gerne befragen können. Aus den Infoboxen gehen wichtige Informationen zu Rechtsansprüchen oder Hinweise zu Antragsverfahren hervor. Zusätzlich haben wir die Beratungsangebote mit Symbolen markiert, die Auskunft über bestimmte Merkmale der Beratungsstelle bieten.

Die Übersichten zu den Anlaufstellen und Angeboten sowie die thematischen Hinweise können weder einen Anspruch auf Vollständigkeit erheben, noch auf hundertprozentige Fehlerfreiheit erheben, was den laufenden Veränderungen innerhalb der Beratungslandschaft Nordfrieslands geschuldet ist.

Wir hoffen, der Wegweiser gibt Ihnen einen guten Überblick über die Angebote in Nordfriesland und liefert Ihnen wichtige Hinweise auf der Suche nach Informationen und Unterstützung.

## Ihr Team von ForAN



Die aktuellsten Informationen zu den Angeboten erhalten Sie auf der ForAN-Webseite unter: [www.forum-alleinerziehende.de](http://www.forum-alleinerziehende.de)

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Kapitel 1 - Finanzielle Hilfen</b>	<b>Seite</b>
1. Arbeitslosengeld I .....	01
2. SGB II-Leistungen .....	04
3. BAföG .....	08
4. Beratungshilfe .....	10
5. Prozesskostenhilfe .....	12
6. Berufsausbildungsbeihilfe .....	13
7. Elterngeld .....	15
8. Kindergartenbeitragsermäßigung/ Sozialstaffel .....	15
9. Kindergeld .....	15
10. Kinderzuschlag .....	16
11. Leistungen für Bildung und Teilhabe .....	17
12. Stiftung Familie in Not .....	19
13. Bundesstiftung Mutter und Kind .....	21
14. Rundfunkgebührenbefreiung .....	23
15. Die Husumer Tafel .....	24
16. Kleiderkammern .....	25
17. Möbelmärkte .....	27
18. Unterhaltsvorschuss .....	29
19. Wohngeld .....	33
<b>Kapitel 2 - Beratung und Unterstützung</b>	<b>Seite</b>
1. Ämterlotsen .....	37
2. Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) .....	39
3. Bürgerbeauftragte .....	41
4. Elterntelefon .....	42
5. Erziehungsberatung .....	44
6. Familienberatung .....	47
7. Familienzentren & Familie im Mittelpunkt .....	52
8. Ev. Familienbildungsstätten .....	53
9. Frauenberatung & Frauennotruf Flensburg .....	55

<b>Kapitel 2 - Beratung und Unterstützung</b>	<b>Seite</b>
10. Frauenberatung & Notruf NF.....	56
11. Frauenhäuser .....	57
12. Frauenschutzwohnungen.....	58
13. Gleichstellungsbeauftragte.....	61
14. Jugendamt .....	65
15. Kinderschutz .....	67
16. 'Moin Familie - Gemeinsam Kurs aufnehmen'.....	71
17. Schuldner- und Insolvenzberatung .....	73
18. Selbsthilfegruppen .....	74
19. Sexualberatung.....	75
20. Sozialverband Deutschland (SoVD).....	76
21. Streetwork Husum .....	77
22. Patenprojekte .....	79
23. Verband alleinerziehender Mütter und Väter e. V. (VAMV).....	80
24. Verbraucherschutz.....	82

<b>Kapitel 3 - Beruf und Bildung</b>	<b>Seite</b>
1. Berufsberatung .....	85
2. Berufsberatung für Frauen .....	87
3. Berufliche Orientierung & Weiterbildung (inkl. Volkshochschulen).....	89
4. Jugendberufsagentur .....	97
5. Industrie- und Handelskammer (IHK) .....	98
6. Kreishandwerkerschaften (KHW).....	99
7. Regionale Ausbildungsbetreuung.....	101
8. Ausbildung in Teilzeit .....	103
9. Integrationsfachdienst (IFD).....	105
10. Minijobs.....	106
11. Wiedereinstieg .....	109

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Kapitel 4 - Schwangerschaft und Geburt</b>	<b>Seite</b>
1. Schwangerenberatungsstellen .....	111
2. Vertrauliche Geburt .....	114
3. Schwangerschaftskonfliktberatung + Schwangerschaftsabbruch	115
4. Hilfen durch Stiftungen.....	117
5. Geburtsvorbereitung & Hebammenhilfe .....	118
6. Frühe Hilfen.....	120
7. Eltern-Start-Hilfe .....	122
8. Familie Leben .....	113
9. Vorsorgeuntersuchungen für Kinder & Jugendliche .....	125
10. Elterngeld .....	127
11. Elternzeit .....	129
12. Kindergeld.....	130
13. Kinderzuschlag.....	133
14. Mutterschaftsleistungen .....	135
15. Mutter-/Vater-Kind-Kur und Mütterkur.....	138
<b>Kapitel 5 - Kinderbetreuung</b>	<b>Seite</b>
1. Organisation von Kinderbetreuung.....	139
2. Kindertageseinrichtungen (KiTa).....	140
3. Kindertagespflege ('Tagesmütter/ Tagesväter') .....	141
4. Kindergartenbeitragsermäßigung/ Sozialstaffel .....	143
5. Kinderkrankentage.....	144
6. Kinderkrankengeld.....	146
<b>Kapitel 6 - Trennung, Scheidung &amp; Trauer</b>	<b>Seite</b>
1. Beistandschaft .....	147
2. Betreuungsunterhalt .....	148
3. Ehegatt*innenunterhalt .....	150
4. Kindesunterhalt .....	151
5. Unterhaltsvorschuss .....	152

## **Kapitel 6 - Trennung, Scheidung & Trauer** **Seite**

6. Sorgerecht .....	154
7. Umgangsrecht .....	155
8. Anerkennung der Vaterschaft .....	156
9. Renten für Hinterbliebene .....	158
10. Trauerbegleitung für Eltern .....	161

## **Kapitel 7 - Gesundheit, Krankheit, Prävention** **Seite**

1. Gesundheitsämter .....	163
2. Plötzlich krank: Haushaltshilfen .....	165
3. Mutter-/Vater-Kind-Kuren & Mütterkur .....	166
4. Pflegestützpunkt NF .....	168
5. Sozialpsychiatrischer Dienst .....	169
6. Schwangerschaftskonfliktberatung .....	174
7. Schwerbehindertenausweis beantragen .....	175
8. Selbsthilfe im Gesundheitsbereich .....	176
9. Suchtberatung .....	177

## **Kapitel 8 - Informationen für Migrantinnen und Migranten** **Seite**

1. Erste Orientierung – Ankommen in Deutschland .....	181
2. Ausländerbehörde Kreis Nordfriesland .....	182
3. Sprachkurse & Integrationskurse .....	183
4. Fachstellen für Migration .....	185
5. Finanzielle Unterstützung für Asylbewerber*innen .....	186
6. Anerkennung von Schul- und Berufsabschlüssen (IQ Netzwerk) .....	188
7. Jugendmigrationsdienst Nordfriesland (JMD) .....	191
8. Ankerplatz - Hilfen für Kinder- und Jugendliche .....	194
mit Fluchterfahrungen	
9. Antidiskriminierungsstelle des Landes (SH) .....	196

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Kapitel 9 - Freizeit &amp; Erholung</b>	<b>Seite</b>
1. Ferienangebote.....	197
2. Kreisjugendring.....	199
3. Jugendzentren.....	200
4. Sportangebote .....	202
5. Büchereizentrale SH.....	203
6. Treffpunkte für Erziehende.....	204
<b>Kapitel 10 - Wohnen und Mobilität in Nordfriesland</b>	<b>Seite</b>
1. Wohnungssuche.....	204
2. WohnECK .....	206
3. Wohnberatung NF.....	207
4. Wohnberechtigungsschein .....	208
5. Beratungsstellen für Wohnungslose .....	209
6. Bahnhofsmission .....	211
7. Lebensmittelausgabe der Tafel .....	212
8. Unterwegs mit Bus & Bahn (ÖPNV).....	213
9. Rufbus .....	214
10. Nacht-Taxi.....	215
11. Pendlerportale & Fahrgemeinschaften.....	216
<b>Impressum .....</b>	<b>Seite 217</b>

# LEGENDE



## **Barrierefreiheit**

Das Angebot ist barrierefrei



## **Mehrsprachigkeit**

Die Beratenden sprechen verschiedene Sprachen



## **Geschlechtergerechtigkeit**

Es sind männliche oder weibliche Berater\*innen vor Ort



## **Dolmetscher\*innen**

Es stehen auf Anfrage Sprachmittler\*innen zur Verfügung



## **Interkulturelle Kompetenz**

Die Beratenden sind interkulturell kompetent

## Arbeitslosengeld I

Arbeitslosengeld wird aus der Arbeitslosenversicherung finanziert. Ob und wie lange Sie Arbeitslosengeld erhalten, hängt daher meist davon ab, ob und wie lange Sie vor der Arbeitslosigkeit pflichtversichert oder freiwillig versichert waren.

**Als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer sind Sie meist in der Arbeitslosenversicherung pflichtversichert, außer bei Minijobs. Selbstständige können sich freiwillig versichern.**

### *Tip:*

#### **Anspruch auf Arbeitslosengeld haben Sie, wenn Sie**

- die Anwartschaftszeit erfüllen: Das bedeutet meist, Sie waren in den 30 Monaten vor Arbeitslosmeldung mindestens 12 Monate versicherungspflichtig beschäftigt. Dabei können mehrere Beschäftigungen zusammengerechnet werden.
- sich bei Ihrer Agentur für Arbeit arbeitslos gemeldet haben.
- keiner Beschäftigung nachgehen aber eine versicherungspflichtige Beschäftigung ausüben könnten (mindestens 15 Stunden pro Woche).
- aktiv nach einer versicherungspflichtigen Beschäftigung suchen und dabei mit der Agentur für Arbeit zusammenarbeiten.

In besonderen Fällen können weitere Zeiten (z. B. bei Kindererziehung) mit in die Anwartschaftszeit einbezogen werden. Mehr Informationen zum Thema Anspruch, Höhe und Dauer erhalten Sie unter:

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
> Finanzielle Hilfen/ Arbeitslosengeld



# Arbeitslosengeld I

## *Tip:*

### **Wo beantrage ich Arbeitslosengeld?**

Zuständig für die Gewährung des Arbeitslosengeldes ist in Nordfriesland je nach Wohnort die Arbeitsagentur Flensburg mit ihren jeweiligen Geschäftsstellen.

### **Kostenfreies Servicetelefon:**

Tel.: 0800 45 55 50 0 (Arbeitnehmer\*innen)

Tel.: 0800 45 55 52 0 (Arbeitgeber\*innen)

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

**[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)**

Quelle:

Bundesagentur für Arbeit (BA), 2022: Arbeitslosengeld, 'Anspruch, Höhe, Dauer', Stand 10.10.2022.



### **Besuchsadressen in Nordfriesland:**

#### **Agentur für Arbeit Husum**

Treibweg 2

25813 Husum

Tel.: 04618 19 10 1

Mail: [husum@arbeitsagentur.de](mailto:husum@arbeitsagentur.de)

---

#### **Agentur für Arbeit Niebüll**

Bahnhofstraße 26a

25899 Niebüll

Tel.: 04618 19 10 1

Mail: [niebuell@arbeitsagentur.de](mailto:niebuell@arbeitsagentur.de)

## Arbeitslosengeld I

### **Agentur für Arbeit Tönning**

Am Markt 1

25832 Tönning

Tel.: 04618 19 10 1

Mail: [toenning@arbeitsagentur.de](mailto:toenning@arbeitsagentur.de)

---

### **Agentur für Arbeit Westerland auf Sylt**

Kirchenweg 3-5

25980 Sylt

Tel.: 04618 19 10 1

Mail: [westerland@arbeitsagentur.de](mailto:westerland@arbeitsagentur.de)

## SGB II-Leistungen

Leistungen aus dem SGB II erhalten Sie, wenn Sie hilfebedürftig sind, das heißt, wenn Sie und die zu Ihrer Lebensgemeinschaft gehörenden Menschen (Bedarfsgemeinschaft) Ihren Lebensunterhalt und Ihre Wohnkosten nicht aus eigenen Mitteln sichern können.

Diese Leistungen, die Sie zur Sicherung Ihres Lebensunterhaltes gemäß Sozialgesetzbuch Zweites Buch (SGB II) erhalten können, setzen sich aus der Regelleistung (Grundsicherung), gegebenenfalls besonderen sogenannten „Mehrbedarfszuschlägen“ und den Kosten der Unterkunft (Grundmiete, Betriebskosten und Heizkosten) zusammen. Hinzu können einmalige Leistungen kommen.

Das SGB II unterstützt Sie auch mit verschiedenen Leistungen zur Eingliederung in das Erwerbsleben. Informationen über das Angebot dieser Eingliederungsleistungen sowie Beratung und Hilfestellung zu den Eingliederungsleistungen erhalten Sie durch Ihr Jobcenter vor Ort.

Mehr Informationen finden Sie hier:

[www.bmas.de](http://www.bmas.de)

> Grundsicherung



### Gut zu wissen:

Bei der Berechnung des Anspruchs werden grundsätzlich alle Vermögenswerte und Einkommensarten der Haushaltsmitglieder berücksichtigt. Dabei gibt es Ausnahmen, Freibeträge und unterschiedliche staatliche Unterstützungsleistungen für Alleinlebende, Alleinerziehende und Familien.

## SGB II-Leistungen

### *Tip:*

#### **Anspruch auf Leistungen haben Sie, wenn Sie**

- zwischen 15 und 65 Jahren alt sind,
- mindestens drei Stunden täglich arbeiten können,
- finanzielle Unterstützung benötigen,
- in Deutschland wohnen und sich hier Ihr Lebensmittelpunkt befindet,
- aktiv an Ihrer Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt mitarbeiten.

Nähere Informationen über die für Ihre persönliche Situation geltenden detaillierten Regelungen sowie Ihre Rechte und Pflichten erhalten Sie in den Sozialzentren mit Jobcenter des Kreises Nordfriesland.

### **Wo kann ich die Leistungen beantragen?**

**Den Antrag reichen Sie bitte in dem jeweiligen Sozialzentrum ein:**

#### **Standort: Föhr-Amrum**

Feldstraße 36

25938 Wyk auf Föhr

Tel.: 04681 74 67 83

Mail: [info@sz-foehr-amrum.de](mailto:info@sz-foehr-amrum.de)

---

#### **Standort: Husum und Umland**

Zingel 10

25813 Husum

Tel.: 04841 66 60

Mail: [sozialzentrum@husum.de](mailto:sozialzentrum@husum.de)

## SGB II-Leistungen

### **Standort: Leck**

Klixbüller Chaussee 10

25917 Leck

Tel.: 04661 60 16 01

Mail: [info@sz-leck.de](mailto:info@sz-leck.de)

---

### **Standort: Mittleres Nordfriesland**

Norderende 2

25821 Breklum

Tel.: 04671 91 92 11 2

Mail: [info-sz@amnf.de](mailto:info-sz@amnf.de)

---

### **Standort: Niebüll**

Hauptstraße 44

25899 Niebüll

Tel.: 04661 60 15 01

Mail: [info@sz-niebuell.de](mailto:info@sz-niebuell.de)

---

### **Standort: Südliches Nordfriesland**

Am Markt 1

25832 Tönning

Tel.: 04861 61 45 67

Mail: [info@sz-snf.de](mailto:info@sz-snf.de)

---

### **Standort: Sylt**

Maybachstraße 2

25980 Sylt

Tel.: 04651 85 17 10

Mail: [info@sz-sylt.de](mailto:info@sz-sylt.de)



[www.nordfriesland.de/jobcenter](http://www.nordfriesland.de/jobcenter)



## Zusätzliche Hilfen beim Bezug von SGB II-Leistungen

### 1. Finanzielle Unterstützung für Alleinerziehende

Wenn SGB II-Leistungen oder Grundsicherung nach dem SGB XII (Sozialhilfe) bezogen wird, gibt es unter Umständen eine zusätzliche finanzielle Unterstützung für alleinerziehende Mütter und Väter. Die Höhe des Betrags ist abhängig vom Alter und der Anzahl der Kinder, die mit Ihnen in einem Haushalt zusammenleben. Zum Vorgehen befragen Sie bitte Ihre Leistungsrechnerin/Ihren Leistungsrechner.

### 2. Finanzielle Unterstützung für Schwangerschaft & Geburt

Nach derzeitiger Rechtslage gibt es für werdende Mütter nach der dreizehnten Schwangerschaftswoche finanzielle Unterstützung in Höhe von 17% des Ihnen zustehenden Regelbedarfs. Außerdem gibt es finanzielle Hilfen für die Erstausrüstung bei der Geburt in Form von Sach- oder Geldleistungen. Die Anspruchsvoraussetzungen und die Höhe der finanziellen Unterstützung können Sie bei Ihrer persönlichen Leistungsrechnerin/Ihrem Leistungsrechner, in dem für Sie zuständigen Sozialzentrum (Jobcenter) erfragen und beantragen.

### 3. Finanzielle Unterstützung bei einer (Teilzeit-) Ausbildungsaufnahme

Nach der derzeitigen Rechtslage können (Teilzeit-) Auszubildende ergänzend Arbeitslosengeld II beantragen, wenn die Ausbildungsvergütung nicht zur Bestreitung des Lebensunterhaltes reicht. Die Anspruchsvoraussetzungen erfahren Sie ebenfalls bei der Leistungsrechnerin/Ihrem Leistungsrechner in dem für Sie zuständigen Sozialzentrum / Jobcenter.

## BAföG

Jugendliche und junge Erwachsenen können mit Hilfe von BAföG unabhängig von ihrer sozialen und wirtschaftlichen Situation eine Schulbeziehungsweise Hochschulausbildung absolvieren, die ihren Fähigkeiten und Interessen entspricht. Möglich wird dies durch die Ausbildungsförderung nach dem Bundesgesetz über individuelle Förderung der Ausbildung (Bundesausbildungsförderungsgesetz).

### **Persönliche Voraussetzungen für den Anspruch auf Ausbildungsförderung sind:**

- grundsätzlich die deutsche Staatsangehörigkeit (oder ein in § 8 aufgeführter aufenthaltsrechtlicher Status),
- die allgemeine Eignung für die gewählte Ausbildung sowie,
- das Nichtüberschreiten der Altersgrenze (bei Beginn der Ausbildung: max. 30 Jahre).

Im individuellen Fall können die Voraussetzungen abweichen.

### *Tip:*

#### **Noch Fragen?**

Unter dieser Telefonnummer erreichen Sie die kostenfreie BAföG-Hotline: 0800 22 36 34 1

Erreichbar von Montags bis Freitags 8:00 - 20:00 Uhr

Hier finden Sie alle Antragsformulare:

[www.bafög.de](http://www.bafög.de)



## BAföG

### Ihre Beratungsstelle im Kreis Nordfriesland:

#### Kreis Nordfriesland, BAföG-Stelle

Marktstraße 6  
25813 Husum

#### Kontakt:

Buchstabe A - Lo  
Tel.: 04841 67 20 2

Buchstaben Lp - Z  
Tel.: 04841 67 42 0  
Mail: bafog@nordfriesland.de



[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)  
> Ausbildungsförderung

Termine vor Ort nur nach vorheriger Vereinbarung

### Aufstiegsbafög

Für über 700 förderfähige Fortbildungen können Menschen jeden Alters Aufstiegsbafög (AFBG) beantragen. Die Förderung erfolgt in Form eines Zuschusses für die Fortbildungskosten, der mit einem Darlehen kombiniert werden kann. Unter bestimmten Voraussetzungen kann das Darlehen nach bestandener Prüfung erlassen werden.

Alleinerziehende erhalten einen erhöhten Beitrag für die Lebenshaltungskosten sowie einen Kinderbetreuungszuschlag.

#### Investitionsbank Schleswig-Holstein

Zur Helling 5-6  
24143 Kiel

#### Kontakt:

Tel.: 0431 99 05 0  
Mail: info@ib-sh.de



[www.aufstiegs-bafog.de](http://www.aufstiegs-bafog.de)

## Beratungshilfe

Beratungshilfe bedeutet, dass man sich in rechtlichen Dingen fachkundigen Rat einholen kann. Wenn es nicht ausreicht, nur beraten zu werden, sondern Personen weitergehende Unterstützung benötigen, um ihre Rechte gegenüber anderen geltend zu machen, umfasst die Beratungshilfe auch die rechtliche Vertretung.

Der Rechtsanwalt oder die Rechtsanwältin, an die man sich wegen der Beratungshilfe wendet, wird dann auch gegenüber Dritten tätig und kann beispielsweise offizielle Briefe verfassen, in dem der Sachverhalt und der Rechtsstandpunkt dargestellt sind.

### **Wer kann Beratungshilfe bekommen?**

Beratungshilfe bekommt, wer so wenig Geld zur Verfügung hat, dass er Prozesskostenhilfe nach den Vorschriften der Zivilprozessordnung erhalten würde, ohne Raten aus seinem Einkommen oder etwas aus seinem Vermögen dazu bezahlen zu müssen.

### **Wie erhält man Beratungshilfe?**

Über den Antrag auf Bewilligung von Beratungshilfe entscheidet grundsätzlich das Amtsgericht, in dessen Gerichtsbezirk sich der Wohnsitz des Antragstellers befindet. Den Antrag kann man schriftlich oder mündlich stellen.

Hier geht es zum Antragsformular:

[www.schleswig-holstein.de](http://www.schleswig-holstein.de)  
> Beratungshilfe



## Beratungshilfe

### **Amtsgericht Husum**

Theodor-Storm-Straße 5

25813 Husum

Tel.: 04841 69 30

Mail: [verwaltung@ag-husum.landsh.de](mailto:verwaltung@ag-husum.landsh.de)

---

### **Amtsgericht Niebüll**

Sylter Bogen 1a

25899 Niebüll

Tel.: 04661 60 90



Weitere Informationen zu Beratungs- und Prozesskostenhilfe finden Sie in der Broschüre des Bundesministeriums der Justiz:

[www.bmj.de](http://www.bmj.de)

## Prozesskostenhilfe

Die Prozesskostenhilfe übernimmt je nach Einkommen vollständig oder teilweise den eigenen Beitrag zu den Gerichtskosten und Kosten der eigenen Rechtsanwältin/des eigenen Rechtsanwalts.

### Wem wird Prozesskostenhilfe gewährt?

- wenn eine Partei die Kosten der Prozessführung gar nicht, nur zum Teil oder nur in Raten aufbringen kann,
- die beabsichtigte Rechtsverfolgung oder Rechtsverteidigung hinreichende Aussicht auf Erfolg bietet und,
- die Partei nicht von dem Prozess absehen würde, wenn sie die Kosten selber tragen müsste (fehlende Mutwilligkeit),
- wenn keine Rechtsschutzversicherung oder eine andere Stelle – zum Beispiel ein Mieterverein, eine Gewerkschaft oder ein Sozialverband die Kosten übernehmen würde.

### Wie beantrage ich Prozesskostenhilfe?

Die Prozesskostenhilfe muss schriftlich oder in der Geschäftsstelle bei dem Gericht beantragt werden, das für den Zivilprozess zuständig ist.

Dem Antrag müssen außerdem eine Erklärung über die persönlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse (Familienverhältnisse, Beruf, Vermögen, Einkommen und Lasten) sowie entsprechende Belege in Kopie beigefügt werden. Für diese Erklärung ist ein bundesweit einheitliches Formular zu verwenden, das weitere Informationen und Erläuterungen enthält:

Hier finden Sie den Vordruck:

[www.bmj.de](http://www.bmj.de)

> Formulare zur Prozesskostenhilfe



## Berufsausbildungsbeihilfe

### Worum geht es?

Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) ist ein monatlicher Zuschuss zur Ausbildungsvergütung, der während einer Berufsausbildung oder während einer berufsvorbereitenden Bildungsmaßnahme einschließlich der Vorbereitung auf den nachträglichen Erwerb des Hauptschulabschlusses geleistet wird.

### Wer bekommt die Unterstützung?

Es gibt bestimmte Voraussetzungen die für den Erhalt von BAB gelten. Wenn Sie ein Kind haben und nicht in der Wohnung ihrer Eltern leben besteht beispielsweise ein Anspruch. Gleichzeitig gelten Ausschlusskriterien: Beispielsweise werden bestimmte schulische Ausbildungen (z.B. Physiotherapeut\*in) nicht bezuschusst.

Weitere Informationen finden Sie unter :

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

> BAB



### Wie viel BAB bekommt man?

Die Höhe der BAB richtet sich nach der Art der Unterbringung. Eigenes Einkommen der oder des Auszubildenden wird grundsätzlich voll angerechnet. Wenn Sie vorab prüfen wollen, ob und in welcher Höhe Ihnen eine Berufsausbildungsbeihilfe voraussichtlich zusteht, können Sie den BAB-Rechner im Internet nutzen.



Den BAB-Rechner finden Sie unter:

[www.babrechner.arbeitsagentur.de](http://www.babrechner.arbeitsagentur.de)

# Berufsausbildungsbeihilfe

## Zur Antragstellung:

Sie können BAB online, persönlich bei Ihrer Agentur für Arbeit oder telefonisch unter der gebührenfreien Servicrufnummer 0800 4 5555 00 beantragen. Online-Anträge sind auf der Seite der Bundesagentur möglich, sofern Sie sich registrieren.

## Noch Fragen?

Auch die Jugendberufsagenturen helfen hier gerne weiter.

Die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 97.

## NOTIZEN

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Weitere finanzielle Hilfen

### Elterngeld

Mit dem Elterngeld unterstützt der Staat Väter und Mütter und ihre jungen Familien. Anspruch darauf haben Eltern, die ihr Kind in den ersten 14 Lebensmonaten vorrangig selbst betreuen wollen und deshalb nicht voll erwerbstätig sind.

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 127.

Hier finden Sie einen Erklärfilm zum Thema Elterngeld.

[www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)



### Kindergartenbeitragsermäßigung (Sozialstaffel)

Für den Besuch der Kindertageseinrichtungen und die Betreuung durch Tagespflegepersonen sind unterschiedlich hohe Gebühren (Elternbeiträge) zu entrichten. Im Rahmen der vom Kreis Nordfriesland eingerichteten Sozialstaffel können diese unter bestimmten Voraussetzungen ermäßigt oder ganz erlassen werden.

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 143.

### Kindergeld

Kindergeld sichert die grundlegende Versorgung von Kindern ab der Geburt und mindestens bis zu deren 18. Geburtstag. Vom Kindergeld profitieren vor allem Familien mit kleinen und mittleren Einkommen.

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 130.



## Leistungen für Bildung und Teilhabe

Die Leistungen für Bildung und Teilhabe sollen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres aus Familien mit geringem Einkommen unterstützen und fördern, damit alle an den Aktivitäten in der Kindertageseinrichtung, in der Schule und auch in der Freizeit teilnehmen können.

Anspruch auf Leistungen haben Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, wenn die Eltern/ Erziehungsberechtigten oder sie selbst (ab Vollendung des 18. Lebensjahres) eine der folgenden Leistungen beziehen:

- SGB II-Leistungen,
- Sozialhilfe oder Grundsicherung bei Erwerbsminderung,
- Wohngeld,
- Kinderzuschlag,
- Asylbewerberleistungen.

Leistungen für die Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben in der Gemeinschaft werden für alle hilfebedürftigen Kinder und Jugendlichen bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres erbracht.

### **Welche Leistungen umfasst das Bildungs- und Teilhabepaket?**

- Finanzielle Unterstützung für Schulbedarf sowie für Ausflüge und Klassenfahrten.
- Kostenübernahme für Nachhilfeunterricht, die Mittagsverpflegung in der Schule, KiTa oder Tagespflegestelle und Kosten für die Schülerbeförderung.
- Leistungen zur sozialen und kulturellen Teilhabe (Bspw.: Vereinsmitgliedschaft, Musikunterricht, Museumsbesuche oder Ferienfreizeiten).

## Leistungen für Bildung und Teilhabe

Mehr Informationen zu den Voraussetzungen und der genauen Form der Unterstützung erhalten Sie auf:

> Link zu ForAN-Seite/Bildungs- und Teilhabepaket

### *Tip:*

Auch ohne Bezug von o.g. Leistungen kann bei sog. „Schwellenhaushalten“, d.h. Haushalten mit geringem Familieneinkommen an der Grenze zu o.g. Leistungen, ein Anspruch auf Leistungen für Bildung und Teilhabe bestehen.

**Lassen Sie sich in Ihrem Sozialzentrum vor Ort beraten!**

*Die Adressen der Sozialzentren finden Sie auf Seite 34.*

Weitere Informationen finden Sie unter:

**[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)**

> Bildungs- und Teilhabepaket



## Stiftung - Familie in Not

Zweck der Stiftung ist es, Familien in wirtschaftlichen Notsituationen zu helfen, wenn gesetzliche Hilfen nicht möglich oder ausreichend sind, um die Notlage zu beheben.

Eine einmalige Hilfe der Stiftung soll der Familie eine gesicherte Lebensführung durch eigenes Einkommen und gesetzliche Hilfen ermöglichen.

### **Wem hilft die Stiftung?**

- Familien mit Kindern, die von der Familie unterhalten werden,
- Alleinstehenden Frauen oder Männern mit Kindern,
- Alleinstehenden schwangeren Frauen.

### **Welche Hilfen bietet die Stiftung an?**

- Aufzeigen und Vermitteln von Hilfen anderer Stellen,
- Gewährung von Zuschüssen,
- Gewährung von Darlehen.

## **Wichtig:**

Ein Rechtsanspruch auf eine Hilfeleistung der Stiftung besteht nicht.

### *Tip:*

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.schleswig-holstein.de](http://www.schleswig-holstein.de)

> Stiftung Familie in Not



## Stiftung - Familie in Not

### Was sind die Voraussetzungen?

Die antragstellende Familie/Person muss

- ihren Hauptwohnsitz in Schleswig-Holstein haben.
- in wirtschaftlicher Not sein (z. B. durch Arbeitslosigkeit, Krankheit, Geburt eines weiteren Kindes, Tode eines Familienmitgliedes).
- Leistungen nach den Sozialgesetzbüchern, anderen Gesetzen sowie sonstige, noch mögliche Hilfen ausgeschöpft haben.
- private Möglichkeiten, eine Beseitigung der Notlage zu erreichen, ausgeschöpft haben.
- die für die Antragsbearbeitung erforderlichen Angaben wahrheitsgemäß erbringen und durch geeignete Unterlagen belegen.

### Wie können Hilfen der Stiftung beantragt werden?

Nach der Beratung/ Betreuung durch eine Schuldnerberatungsstelle können Sie einen Antrag stellen. Aber auch hilfebedürftige Personen selbst, ihre Familienangehörigen und andere beratende Stellen können ebenfalls Anträge für die in Not geratene Familie stellen.

#### **Geschäftsstelle im Sozialministerium SH**

Adolf-Westphal-Str. 4  
24143 Kiel

#### **Kontakt:**

Antragsannahme, Antragsbearbeitung und Darlehensverwaltung  
Frau Corinna Waller  
Tel.: 0431 98 85 64 0  
Mail: [corinna.waller@sozmi.landsh.de](mailto:corinna.waller@sozmi.landsh.de)



## Bundesstiftung – Mutter und Kind –

### **Bundesstiftung Mutter und Kind - Schutz des ungeborenen Lebens -**

Mit der finanziellen Hilfe der Bundesstiftung sollen schwangeren Frauen in akuten Notlagen unbürokratisch unterstützt werden, um ihnen die Fortsetzung der Schwangerschaft zu erleichtern.

Die Mittel der Stiftung werden z. B. für die Erstausrüstung des Kindes, die Weiterführung des Haushalts, die Wohnung und Einrichtung sowie die Betreuung des Kleinkindes gewährt. Die Zuschüsse werden nicht als Einkommen auf das Arbeitslosengeld II, die Sozialhilfe, Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz und dem Bundesausbildungsförderungsgesetz sowie andere Sozialleistungen angerechnet.

In Schleswig-Holstein erfolgt die abschließende Einzelfallbearbeitung bei den Schwangerschaftsberatungsstellen. Bitte suchen Sie rechtzeitig eine Beratungsstelle in ihrer Nähe auf.

Weitere Informationen zur Bundesstiftung finden Sie unter:

[www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de](http://www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de)



Eine Liste mit allen Schwangerenberatungsstellen in Nordfriesland finden Sie hier:

[www.forum-alleinerziehende.de](http://www.forum-alleinerziehende.de)

> Schwangerschaftskonfliktberatung

## Bundesstiftung – Mutter und Kind –

**Gesundheitsamt Kreis Nordfriesland**

**Beratungsstelle Bundesstiftung Mutter und Kind**

Damm 8

25813 Husum

**Kontakt:**

Frau Simone Menke

Tel.: 04841 67 73 3

Mail: [simone.menke@nordfriesland.de](mailto:simone.menke@nordfriesland.de)

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

> Hilfen für Schwangere



## Rundfunkgebührenbefreiung

### **Die Befreiung von der Zahlung des Rundfunkbeitrags wird nur durch die GEZ erteilt.**

Sie können sich befreien lassen, wenn Sie eine der folgenden Sozialleistungen erhalten:

- Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld,
- Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem SGB XII sowie nach dem Bundesversorgungsgesetz (BVG),
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung,
- Leistungen nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAföG): Berufsausbildungsbeihilfe (BAB), Ausbildungsgeld (nach §§ 122ff. SGB III, wenn die Empfänger nicht bei den Eltern wohnen),
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz,
- Blindenhilfe,
- Pflegegeld nach landesgesetzlichen Vorschriften (Landespflegegeldgesetze),
- Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII oder Hilfe zur Pflege als Leistung der Kriegsopferfürsorge nach dem BVG,
- Pflegezulagen nach dem Lastenausgleichsgesetz (LAG).

**Zusätzlich gelten besondere Härtefallregelungen.**

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.rundfunkbeitrag.de](http://www.rundfunkbeitrag.de)



## Die Husumer Tafel

### Die Lebensmittelausgabe der Tafel

Bei der TAFEL werden Lebensmittel an bedürftige Personen ausgegeben, wenn eigene Mittel nicht ausreichen, um den täglichen Bedarf an Nahrungsmitteln selbst zu decken.

Auch Menschen, die sich nur vorübergehend in einer schwierigen Situation befinden, können das Angebot nutzen.

*Bitte bringen Sie zur Ausgabe der Lebensmittel eigene Tragetaschen mit.*

### An folgenden Standorten erhalten Sie Lebensmittel:

#### Lebensmittelausgabe Husum:

Mittwoch: ab 15:00 Uhr

Freitag: ab 10:00 Uhr

Adresse: Friedenskirche Husum, Schobüller Straße 10

#### Lebensmittelausgabe Bredstedt:

Mittwoch: 08:30 – 11:00 Uhr (Nummernvergabe ab 8:30 Uhr)

Adresse: St. Nikolaikirche Bredstedt, Kirchenweg 1

#### Lebensmittelausgabe Tönning:

Dienstag: 10:30 – 12:00 Uhr

Freitag: 10:30 – 12:00 Uhr

Adresse: Johann-Adolf-Straße 7-9

#### Diakonisches Werk Husum gGmbH

Theodor-Storm-Straße 7

25813 Husum

#### Kontakt:

Herr Karl-Heinz Häuber (Leitung)

Tel.: 0151 27 16 87 05

Mail: [info@husumer-tafel.de](mailto:info@husumer-tafel.de)



[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)

> Einrichtung/Tafel-Husum

## Kleiderkammern

Bei Kleiderkammern erhalten bedürftige Personen Kleidung und Accessoires entweder kostenlos oder für sehr wenig Geld. Das Rote Kreuz verwendet dazu hauptsächlich Kleiderspenden der Bevölkerung, manchmal auch Überproduktionen oder leicht fehlerhafte Artikel der Industrie.

### *Tipps:*

#### **Als bedürftig betrachtet werden**

- Personen mit wenig finanziellen Mitteln (z. B. Empfänger\*innen von Sozialleistungen)
- Nichtsesshafte
- Asylanten
- Personen in akuten Notlagen

Es muss kein Nachweis über die persönliche oder finanzielle Situation erbracht werden.

#### **DRK Kleiderkammer OV Niebüll**

Gotteskoogstr. 3  
25899 Niebüll

#### **Kontakt:**

Tel.: 04661 46 11

Mail: [OV@DRK-Niebuell.de](mailto:OV@DRK-Niebuell.de)



[www.drknbuell.drkcms.de](http://www.drknbuell.drkcms.de)

## Kleiderkammern

### **Kleiderkammer der Ev. Kirchengemeinde Leck**

Bahnhofstraße 28  
25917 Leck

**Kontakt:**

Frau Karin Emersleben (Pastorin)  
Tel.: 04662 77 09 2  
Mail: emersleben@kircheleck.de



[www.leck.de](http://www.leck.de)

### **AWO Kleiderkammer Bredstedt**

Theodor-Storm-Straße 1  
25821 Bredstedt

### **DRK Kleiderkammer Langenhorn/ Lütjenholm**

Dorfstraße 44  
(Altes Postgebäude)  
25842 Langenhorn

**Kontakt:**

Frau Ilka Gleede  
Tel.: 04672 507



[www.drk-langenhorn-luetjenholm.de](http://www.drk-langenhorn-luetjenholm.de)

## Möbelmärkte

Hier finden Sie gebrauchte, jedoch gut erhaltene Möbel und je nach Sortiment weitere Haushaltsartikel, Bücher, Spielzeug und Kleidung.

Einige Möbelmärkte bieten einen kostenlosen Abholservice für Ihre alten Möbel im Umkreis an.

### **Möbel & Mehr Husum**

Hinter der Neustadt 70–72  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Herr Manfred Hansen & Frau Ines Sagner

Tel.: 04841 90 40 62 6

Mobil: 0151 54 88 24 74

Mail: [moebelundmehr@dw-husum.de](mailto:moebelundmehr@dw-husum.de)

### **Möbel & Mehr Tönning**

Johann-Adolf-Straße 7–9  
25832 Tönning

#### **Kontakt:**

Herr Manfred Hansen & Frau Ines Sagner

Tel.: 04861 61 75 72 2



[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)

> Einrichtung/ Gebrauchtmöbelmarkt

## Möbelmärkte

### **Möbel & Mehr - Werkstatt 1 Niebüll**

Uhlebüller Straße 1  
25899 Niebüll

#### **Kontakt:**

Frau Natalie Grünig  
Tel.: 04661 90 01 09 0



[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)  
> Werkstatt-1

**Lieferung von gekauften Möbeln möglich (kostenpflichtig).**

### **3G-Möbelmarkt Bredstedt**

Neue Arbeit Nord GmbH  
Eichweberstraße 2  
25821 Bredstedt

#### **Kontakt:**

Tel.: 04671 94 30 22 4  
Mobil: 0151 15 11 95 00  
Mail: [info@3g-moebellager.de](mailto:info@3g-moebellager.de)

Das Möbelsortiment finden  
Sie auch online unter:



[www.nan-info.de](http://www.nan-info.de)

## Unterhaltsvorschuss

Wenn der Unterhalt Ihres minderjährigen Kindes nicht gesichert ist, weil der unterhaltspflichtige Elternteil keinen Unterhalt zahlt und/oder nicht zahlen kann:

Dann können Sie einen Antrag auf Unterhaltsvorschuss bei der Unterhaltsvorschusskasse des Kreises Nordfriesland stellen. In diesem Fall tritt die zuständige Unterhaltsvorschusskasse zunächst in Vorlage. Die Unterhaltsansprüche des Kindes gehen dann in Höhe des gezahlten Unterhaltsvorschusses auf den Staat über, der sich die verauslagten Geldleistungen vom unterhaltspflichtigen Elternteil zurückholt (Unterhaltsheranziehung) und gegebenenfalls einklagt.

Gut zu wissen:

Unterhaltsvorschuss kann es auch bei (noch) ungeklärter Vaterschaft oder noch nicht geklärten Unterhaltsansprüchen geben.

Aber: Die Mitwirkung bei der Vaterschaftsfeststellung ist sehr wichtig.

### Wie lange erhalte ich Unterhaltsvorschuss?

Unterhaltsvorschuss kann es unter bestimmten Voraussetzungen bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres des Kindes geben.

Nach Vollendung des 12. Lebensjahrs hat Ihr Kind den Anspruch auf die Leistung nur dann, wenn eine der folgenden Bedingungen erfüllt wird:

- Sie oder Ihr Kind erhalten kein Arbeitslosengeld II.
- Durch den Unterhaltsvorschuss kann die Hilfebedürftigkeit Ihres Kindes vermieden werden.
- Sie haben ein Brutto-Monatseinkommen von mindestens EUR 600,00 und erhalten ergänzendes Arbeitslosengeld II.

## Unterhaltsvorschuss

### *Tip:*

#### **Beratung & Unterstützung für Alleinerziehende**

In vielen Fällen ist die Vaterschaft unstrittig und der Elternteil, bei dem das Kind lebt, möchte lediglich klären, wie viel Unterhalt der andere Elternteil zu erbringen hat (§18 SGB VIII).

Auch können alleinerziehende Elternteile, die nicht mit dem anderen Elternteil verheiratet sind oder waren, Beratung und Unterstützung bei ihren Unterhaltsansprüchen wegen der Betreuung des gemeinsamen Kindes in Anspruch nehmen. Dieser Anspruch (§1615I BGB) besteht – bei entsprechender Leistungsfähigkeit des anderen Elternteils – mindestens bis zum 3. Lebensjahr des Kindes (siehe Seite 148 Betreuungsunterhalt).

Hier finden Sie die Kontakte der zuständigen Sachbearbeiter\*innen beim Kreis Nordfriesland:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

> Unterhalt



Hier geht es zum Antragsformular:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

> Unterhaltsvorschuss



## Unterhaltsvorschuss

### **Unterhaltsvorschusskasse Kreis Nordfriesland**

Fachdienst Unterhalt

Großstraße 7 - 11

25813 Husum

#### **Kontakt:**

Tel.: 04841 67 18 4

Mail: [unterhalt@nordfriesland.de](mailto:unterhalt@nordfriesland.de)

Bitte vereinbaren Sie vorab einen Termin mit Ihrem Sachbearbeiter oder Ihrer Sachbearbeiterin.

Weitere Informationen finden  
Sie unter:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)





## Wohngeld

Reicht das Einkommen Ihres privaten Haushalts nach den objektiven Regeln des Wohngeldgesetzes nicht aus, um selbst die Kosten für Ihren Wohnraum zu tragen, könnten Sie einen Rechtsanspruch auf Wohngeld haben. Wohngeld wird auf Antrag für Mieterinnen und Mieter als Mietzuschuss und für das selbstgenutzte Wohneigentum (Eigenheim, Eigentumswohnung) als Lastenzuschuss gewährt.

Maßgebend für die Höhe des Wohngeldes sind die Größe des Haushaltes, das Gesamteinkommen aller Mitglieder des Haushaltes und die Höhe der zu berücksichtigenden Miete, beziehungsweise der Belastung.

Die für die Berechnung eines Anspruchs relevante Miete umfasst die Betriebskosten (sogenannte Brutto-Kaltmiete), nicht jedoch Betriebskosten für zentrale Heizungs- und Warmwasserversorgungseinrichtungen. Ein Anspruch auf Wohngeld besteht nicht, wenn die Kostender Unterkunft von einem anderen Sozialleistungsträger übernommen werden, zum Beispiel bei Empfänger\*innen von Leistungen aus dem SGB II.

### *Tip:*

#### **Haben Sie Anspruch auf Wohngeld?**

Hier finden Sie den Wohngeldrechner:

[www.bmwsb.bund.de](http://www.bmwsb.bund.de)

> Wohngeld



#### **Wohngeldstellen:**

Für die Beratung zum Wohngeld und die Entgegennahme von Wohngeldanträgen, stehen die Wohngeldstellen der Sozialzentren zur Verfügung.

## Wohngeldstellen

### **Amt Föhr-Amrum im Sozialzentrum Föhr-Amrum**

Feldstraße 36  
25938 Wyk auf Föhr

#### **Kontakt:**

Frau Regina Asmuss  
Tel.: 04681 74 12 82 1  
Mail: regina.asmuss@sz-foehr-amrum.de

### **Gemeinde Sylt im Sozialzentrum Sylt**

Maybachstr. 2  
25980 Westerland

#### **Kontakt:**

Frau Iris Seemann  
Tel.: 04651 85 17 3  
Mail: iris.seemann@nordfriesland.de

### **Stadt Husum im Sozialzentrum Husum und Umland**

Zingel 10  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Frau Kristina Krieger  
Tel.: 04841 66 65 74  
Mail: kristina.krieger@husum.de

Frau Sünje Martens  
Tel.: 04841 66 65 46  
Mail: suenje.martens@husum.de

Frau Finja Paulsen  
Tel.: 04841 66 65 92  
Mail: finja.paulsen@husum.de

## Wohngeldstellen

### **Amt Mittleres Nordfriesland im Sozialzentrum**

#### **Mittleres Nordfriesland**

Norderende 2  
25821 Breklum

#### **Kontakt:**

Herr André Höfer  
Tel.: 04671 91 92 11 1  
Mail: a.hoefer@amnf.de

Frau Anne-Sophie Sönksen  
Tel.: 04671 91 92 11 0  
Mail: a.soenksen@amnf.de

### **Amt Südtondern im Sozialzentrum Niebüll**

Hauptstr. 44  
25899 Niebüll

#### **Kontakt:**

Frau Rosemarie Petersen  
Tel.: 04661 60 15 41  
Mail: rosemarie.petersen@sz-niebuell.de

Frau Cornelia Bahnsen  
Tel.: 04661 60 15 42  
Mail: c.bahnsen@sz-niebuell.de

Frau Susann Schäfer  
Tel.: 04661 60 15 28  
Mail: s.schaefer@sz-niebuell.de

## Wohngeldstellen

### **Amt Viöl**

Westerende 41  
25884 Viöl

#### **Kontakt:**

Frau Hannah Jensen  
Tel.: 04843 20 90 13  
Mail: hannah.jensen@amt-vioel.de

### **Stadt Tönning im Sozialzentrum Südliches Nordfriesland**

Für den Bereich Eiderstedt, Friedrichstadt, Drage und Seeth  
Am Markt 1  
25832 Tönning

#### **Kontakt:**

Frau Bianca Abraham  
Tel.: 04861 61 45 60  
Mail: b.abraham@sz-snf.de

Frau Elke Speer  
Tel.: 04861 61 45 61  
Mail: e.speer@sz-snf.de



## Ämterlotsen

Sie fühlen sich überfordert, wenn Sie einen Antrag bei einer Behörde stellen müssen?

Sie wissen gar nicht, an wen Sie sich überhaupt wenden sollen oder trauen sich nicht zu, die komplexen Antragsformulare eigenständig auszufüllen? Für diese oder ähnliche Situationen rund ums Thema „Behörde“ sind Ämterlotsen und Ämterlotsinnen im Einsatz. Diese bieten zwar keine offizielle Rechtsberatung, vermitteln Sie aber gerne an die zuständigen Behörden weiter. Die Begleitungen sind grundsätzlich kostenlos und absolut vertraulich. Standorte und Kontakte der ÄmterlotsInnen in Nordfriesland:

### Standort Husum

Mehrgenerationenhaus  
Woldsenstraße 47  
25813 Husum  
Tel.: 04841 2153

### Standort Tönning

Diakoniezentrum  
Johann-Adolf-Straße 7-9  
25832 Tönning  
Mobil: 01515 48 36 86 7

### Standort Raum Südtondern

Diakonisches Werk Südtondern  
Westerlandstr. 3  
25899 Niebüll  
Tel.: 04661 96 59 0



[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)  
> Ämterlotsen

Bitte um telefonische Terminvereinbarung.





### Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt im SGB II (Jobcenter)

Die BCA berät und unterstützt Kundinnen und Kunden des Jobcenters u.a. bei Fragen zur Vereinbarkeit von Familien- und Berufsleben sowie der Gleichstellung von Frauen und Männern am Arbeitsmarkt.

#### *Tipps:*

##### **Angebot/Leistung:**

- Beratung zum Thema Kinderbetreuung,
- Klärung von Fragen zum beruflichen Wiedereinstieg, z.B. nach der Elternzeit,
- Informationen bei Interesse an Teilzeitausbildung oder Teilzeit- Weiterbildung.

### **Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt**

Kreis Nordfriesland  
Rödemishallig 14  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Frau Sabine Löhner  
Tel.: 04841 67 20 3  
Mail: [sabine.loehner@nordfriesland.de](mailto:sabine.loehner@nordfriesland.de)

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

> Chancengleichheit am Arbeitsmarkt



## Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt im SGB III (Arbeitslosengeld I)

In jeder Arbeitsagentur sind Beauftragte für Chancengleichheit (BCA) zuständig für Fragen zur Vereinbarkeit von Privat- und Berufsleben sowie der Gleichstellung von Frauen und Männern am Arbeitsmarkt.

### *Tip:*

#### **Angebot/Leistung:**

- Informationsveranstaltungen zum Wiedereinstieg in den Beruf nach Familienphasen,
- Beratung zur Ausbildung in Teilzeit,
- Beratung der Netzwerkpartner und Unternehmen,
- Organisation und Durchführung von gemeinsamen Veranstaltungen zur Chancengleichheit mit Akteuren der Region.

## **Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt**

Agentur für Arbeit Flensburg  
Waldstraße 2  
24939 Flensburg

### **Kontakt:**

Frau Birte Lehmpfuhl  
Tel.: 0461 81 94 64  
Mail: [flensburg.bca@arbeitsagentur.de](mailto:flensburg.bca@arbeitsagentur.de)

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
> Chancengleichheit





## Bürgerbeauftragte

### Angebot/ Leistungen:

Umfassende und sehr kompetente Beratung zu allen Fragen rund um das Sozialrecht (z. B. SGB II-Leistungen, Wohngeld, Kindergeld, Behindertenrecht, gesetzliche Kranken-, Renten- und Pflegeversicherung u.v.m.).

Wenn Sie es wünschen werden Sie auch bei der Kommunikation mit der zuständigen Behörde unterstützt.

**Die Beratungsgespräche sind kostenfrei.**

### Bürgerbeauftragte für soziale Angelegenheiten Schleswig-Holstein

Karolinenweg 1  
24105 Kiel

### Kontakt:

Team von Mitarbeitenden

Tel.: 0431 98 81 240

Mail: [buergerbeauftragte@landtag.ltsh.de](mailto:buergerbeauftragte@landtag.ltsh.de)

Es werden **Bürgersprechtage vor Ort** angeboten. Die Termine hierfür werden auf der Webseite veröffentlicht:

[www.landtag.ltsh.de](http://www.landtag.ltsh.de)



Weitere Informationen zum Angebot finden Sie unter :

[www.landtag.ltsh.de](http://www.landtag.ltsh.de)



## Elterntelefon

### Angebot/ Leistungen:

- Telefonische Beratung für Fragen und akute Notlagen von Eltern zur Verfügung,
- Anonym und kostenlos,
- Außerhalb der Sprechzeiten können Nachrichten auf dem Anrufbeantworter hinterlassen werden.

### Elterntelefon - Nummer gegen Kummer - Bundesweit verfügbar!

Tel.: 0800 11 10 55 0

### Sprechzeiten:

Mo - Fr: 09:00 – 17:00 Uhr

Di + Do: 09:00 – 19:00 Uhr



[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)



## Erziehungsberatung

Sie sind in Erziehungsfragen unsicher? Oder zeigt Ihr Kind Verhaltensweisen, mit denen Sie sich überfordert fühlen (z.B. extreme Eifersucht, Wut, Verlustängste)? Gibt es Probleme in der Schule, im Freundeskreis oder innerhalb Ihrer Familie? Bei diesen und ähnlichen Schwierigkeiten bieten die BeraterInnen Eltern sowie Kindern kostenlos, streng vertraulich und ohne Formalitäten Hilfe an.

### **Eine Erziehungsberatung können Sie aufsuchen, wenn...**

- Sie Auffälligkeiten in der Entwicklung Ihres Kindes beobachten,
- es Schwierigkeiten in Kindergarten, Schule oder Ausbildung gibt,
- es in der Familie häufig Spannungen oder Streitigkeiten gibt.

### **Psychologisches Beratungszentrum Husum**

Theodor-Storm-Straße 7  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Zentrale Terminvergabe  
Tel.: 04841 69 14 40  
Mail: pbz@dw-husum.de

Weitere Informationen finden Sie unter:

**[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)**

> Psychologisches Beratungszentrum





## Erziehungsberatung

### Außenstellen des Psychologischen Beratungszentrums

#### Außenstelle Tönning

Johann-Adolf-Straße 7/9  
25832 Tönning

#### Außenstelle Breklum

Kirchenstraße 7  
25821 Breklum

### Angebot/ Leistungen:

- psychologische und pädagogische Beratung bei Fragen zur Erziehung und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen,
- Beratung von Kindern und Jugendlichen,
- Beratung für pädagogische Fachkräfte und Institutionen aus Kitas, Schulen und sozialen Diensten,
- Präventive Angebote (Elternabende),
- Verhaltensbeobachtung,
- Beratung vor Ort, am Telefon oder als Videokonferenz,
- Fach- und Beratungsgespräche.



## Erziehungsberatung

### **Beratungs- und Behandlungszentrum Niebüll (BBZ)**

Diakonisches Werk Südtondern gGmbH  
Westerlandstraße 3  
25899 Niebüll

#### **Kontakt:**

Zentrale Terminvergabe  
Tel.: 04661 96 59 0  
Mail: [bbz-niebuell@dw-suedtondern.de](mailto:bbz-niebuell@dw-suedtondern.de)



[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)

> Erziehungsberatung

### **Beratungs- und Behandlungszentrum Sylt (BBZ)**

Diakonisches Werk Südtondern gGmbH  
Kirchenweg 37  
25980 Sylt

#### **Kontakt:**

Zentrale Terminvergabe  
Tel.: 04651 82 22 02 0  
Mail: [bbz-sylt@dw-suedtondern.de](mailto:bbz-sylt@dw-suedtondern.de)

Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)





## Familienberatung

### Familienzentren

Alle Familien können sich mit Fragen und Wünschen an die Familienzentren wenden, die den familiären Alltag betreffen. Neue Ideen und Anregungen für passende Angebote sind hier auch immer willkommen.

Sie können sich an ein Familienzentrum wenden, wenn Sie

- sich fragen, welche Freizeit- und Ferienangebote es für Familien in der Nähe gibt,
- nach einer geeigneten Betreuung für Ihr Kind suchen,
- Rat in Erziehungsfragen benötigen,
- Veranstaltungen oder Gruppenangebote z. B. offene Treffs, Spielkreise oder bestimmte Kurse zu Familienthemen besuchen möchten.

### Familienzentrum Husum

Kinderschutzbund  
Asmussenstraße 22  
25813 Husum

#### Kontakt:

Frau Mira Reuter-Christiansen

Tel.: 04841 93 75 14 2

Mobil: 0151 20 14 50 34

Mail: [familienzentrum@kinderschutzbund-nf.de](mailto:familienzentrum@kinderschutzbund-nf.de)



[www.kinderschutzbund-nf.de](http://www.kinderschutzbund-nf.de)

Koordination für 'Moin Familie' in Husum und Umland.

## Familienberatung

### Familienzentrum Tönning

Johann-Adolf-Str. 7-9  
25832 Tönning

#### Kontakt:

Frau Constanze Lindenau

Tel.: 04861 61 75 71 8

Mail: familienzentrum-toenning@dw-husum.de



[www.fbs-husum.de](http://www.fbs-husum.de)

Koordination für 'Moin Familie' in Tönning und Friedrichstadt.

### Familienzentrum St-Peter-Ording

Olsdorferstr. 19  
25826 St. Peter-Ording

#### Kontakt:

Tel.: 04863 47 86 75 0

Mail: ev-familienzentrum-spo@ev-kita-werk.de



[www.kita-werk-nordfriesland.de](http://www.kita-werk-nordfriesland.de)



## Familienberatung

### Familienzentren

#### Familienzentrum Viöl

Schwalbenweg 2  
25884 Viöl

#### Kontakt:

Frau Melanie Andresen  
Tel.: 04843 20 55 14 3  
Mobil: 0151 28 17 82 76  
Mail: familienzentrum-vioel@dw-husum.de



[www.fbs-husum.de](http://www.fbs-husum.de)

Koordination für 'Moin Familie' Viöl und Bredstedt.

#### Familienzentrum Leck

Lebenshilfeeinrichtungen Niebüll GmbH  
Wikingerstr. 46  
25917 Leck



[www.leni-gmbh.de](http://www.leni-gmbh.de)

#### Angebot/ Leistungen:

- Beratung,
- Vernetzung,
- Soziale Projekte.

#### Kontakt:

Herr Thomas Wieder  
Tel.: 04662 97 93 99 2  
Mobil: 0151 58 22 90 11  
Mail: wieder@leni-mail.de

Koordination von 'Moin-Familie' in Leck und Umland.



## Familienberatung

### Familienzentrum Niebüll

Diakonisches Werk Südtondern gGmbH  
Westerlandstr. 3  
25899 Niebüll



[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)

### Angebot/ Leistungen:

- Beratungsangebote in Niebüll und Umgebung für Kinder von 0 - 14 Jahren,
- Freizeitangebote für Kinder von 0 - 14 Jahren,
- Anlaufstelle für Alltagsanliegen für Erwachsene von 14+ Jahren.

### Kontakt:

Frau Verena Rusche

Tel.: 04661 96 59 41

Mobil: 0151 11 78 43 12

Mail: [familienzentrum@dw-suedtondern.de](mailto:familienzentrum@dw-suedtondern.de)

Koordination von 'Moin-Familie' in Niebüll und Umland.



englisch



## Familienberatung

**Familienzentrum Sylt**  
Johann-Möller-Str. 5  
25980 Westerland/ Sylt



[www.familienzentrum-sylt.de](http://www.familienzentrum-sylt.de)

### Angebot/ Leistungen:

- Netzwerk Alleinerziehende „Selbstbewusst - Allein mit Kind/ern auf Sylt“,
- Baby- Spiele-Treff, Babysitterkurs, Babysitterkartei.

### Kontakt:

Frau Eileen Japsen  
Tel.: 04651 44 67 75 0  
Mobil: 0152 32 07 53 61  
Mail: [info@familienzentrum-sylt.de](mailto:info@familienzentrum-sylt.de)

Koordination Moin Familie für Sylt, Föhr und Amrum.



englisch  
polnisch



## Familienberatung

### FiM - Familie im Mittelpunkt - Inseln

FiM bietet ein offenes Ohr für alle, die sich Unterstützung bei familiären Fragen wünschen.

#### Angebot/ Leistungen:

- ein unverbindliches Erstgespräch, bei dem wir die Situation in Ihrer Familie betrachten,
- Unterstützung bei der Beantragung der „Hilfe zur Erziehung“ beim Jugendamt,
- konkrete Arbeit mit Ihnen in Ihrer Familie und Krisenintervention,
- Weitervermittlung in unsere Gruppenangebote.

#### FiM Sylt

Keitumer Landstr. 36  
25980 Sylt, OT Tinum

#### Kontakt:

Frau Jutta Ringele  
Tel.: 04651 83 57 80 7  
Mail: [fim-sylt@dw-suedtondern.de](mailto:fim-sylt@dw-suedtondern.de)



englisch  
friesisch



#### FiM Föhr

St. Nicolai Straße 10  
25938 Wyk auf Föhr

#### Kontakt:

Frau Angela Freytag  
Tel.: 04681 74 87 56  
Mail: [fim-foehr@dw-suedtondern.de](mailto:fim-foehr@dw-suedtondern.de)



[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)



englisch  
friesisch





## Ev. Familienbildungsstätten

Die evangelischen Familienbildungsstätten bieten Menschen einen Ort der Begegnung, die Möglichkeit offen zu kommunizieren, sich gegenseitig zu unterstützen, begleitet zu werden und wenn nötig, Hilfe erfahren. Hier gibt es regelmäßig neue Angebote, Kurse und Projekte aus einem vielfältigen Themenspektrum. Die Familienbildungsstätten wollen dadurch Bildung und Begegnung für alle Generationen ermöglichen.

### Ev. Familienbildungsstätte Husum

Diakonisches Werk Husum gGmbH

Woldsenstraße 47

25813 Husum

#### Kontakt:

Frau Bayer

Tel.: 04841 21 53

Mail: [fbs@dw-husum.de](mailto:fbs@dw-husum.de)

#### Angebot/Leistungen:

- Geburtsvorbereitung,
- Rückbildung,
- DELFI®-Gruppen,
- Mini Club,
- Offene Treffs,
- Junge Mütter Projekt (JUMP).



## Ev. Familienbildungsstätten

Die Anmeldung zu den Kursen ist auch online möglich:

[www.fbs-husum.de](http://www.fbs-husum.de)



---

### Ev. Familienbildungsstätte Niebüll

Diakonisches Werk Suedtondern gGmbH  
Uhlebüller Str. 22  
25899 Niebüll

#### Kontakt:

Frau Rebecca Christensen  
Tel.: 04661 90 14 11 0  
Mail: [evfbs@dw-suedtondern.de](mailto:evfbs@dw-suedtondern.de)

#### Angebot/ Leistungen:

- Ferienbetreuung, für Kinder von 4-10 Jahren,
- Betreuung am Freitagnachmittag, 4-9 Jahre,
- Eltern-Kind-Angebote (z.B. DELFI®-Gruppen, Spielkreise etc.).

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)  
> Ev. Familienbildungsstätte



englisch  
plattdeutsch



## Frauennotruf Flensburg

### Angebot/ Leistungen:

- Spezialisierte Beratungsstelle zum Thema sexualisierte und häusliche Gewalt gegen Frauen und Mädchen (ab 16 Jahre),
- Beratung von Angehörigen und Fachkräften,
- Beratung für Betroffene von Stalking,
- §201a- Beratungsstelle – proaktive Beratung nach Polizeieinsatz bei häuslicher Gewalt,
- Regionale Untersuchungsstelle zur Vertraulichen Spurensicherung.

### Hilfe für Frauen in Not e.V.

Nikolaikirchhof 5  
24937 Flensburg

### Kontakt:

Tel.: 0461 90 90 82 00

Mail: [frauennotruf@fin-flensburg.de](mailto:frauennotruf@fin-flensburg.de)



[www.fin-flensburg.de](http://www.fin-flensburg.de)



## Frauenberatung & Notruf NF

### Angebot/ Leistungen:

- Information, Beratung, psychosoziale Begleitung und Gewaltschutz,
- akute Krisen, Probleme in Partnerschaft, Trennung/Scheidung, bei psychischen Belastungen, Gewaltbetroffenheit und Folgen von Gewalt jeder Art,
- für Mädchen und Frauen ab 16 Jahren sowie private sowie professionelle Unterstützer\*innen.

### Frauenberatung & Notruf NF - Husum

Unabhängige Frauengruppe Husum e.V.  
Norderstraße 22  
25813 Husum

#### Kontakt:

Frau Annika Hasch  
Frau Petra Stadtländer  
Tel.: 04841 62 23 4  
Mobil: 0176 5133 30 20  
Mail: [info@frauennotruf-nf.de](mailto:info@frauennotruf-nf.de)



[www.frauennotruf-nf.de](http://www.frauennotruf-nf.de)

### Frauenberatung & Notruf NF - Niebüll

Unabhängige Frauengruppe Husum e.V.  
Friedrich-Paulsen-Straße 6a  
25899 Niebüll

#### Kontakt:

Frau Bea Siegfriedt  
Frau Stefanie Warnecke  
Tel.: 04661 94 26 88  
Mobil: 0176 50 19 50 44  
Mail: [niebuell@frauennotruf-nf.de](mailto:niebuell@frauennotruf-nf.de)



[www.frauennotruf-nf.de](http://www.frauennotruf-nf.de)



englisch  
französisch



## Frauenhäuser

In einem Frauenhaus finden von häuslicher Gewalt bedrohte Frauen und ihre Kinder Unterkunft und Schutz. Wenn Sie die Zeit dazu haben, packen Sie die wichtigsten Sachen und gehen mit Ihren Kindern ohne Umwege ins Frauenhaus.

### Frauenhaus Flensburg

Hilfe für Frauen in Not e. V.  
Nikolaikirchhof 5  
24937 Flensburg

#### Kontakt:

Tel.: 0461 46 36 3  
Mail: [frauenhaus@fin-flensburg.de](mailto:frauenhaus@fin-flensburg.de)



[www.fin-flensburg.de](http://www.fin-flensburg.de)

### *Tip:*

Wenn Sie nicht akut bedroht sind, gibt es hier eine Checkliste dazu, was Sie ins Frauenhaus mitnehmen sollten.



[www.fin-flensburg.de](http://www.fin-flensburg.de)

## Frauenhäuser

### **Frauenhaus Dithmarschen e. V.**

Postfach 1226

25732 Heide

#### **Kontakt:**

Tel.: 0481 61 02 1

Mail: [info@frauenhaus-dithmarschen.de](mailto:info@frauenhaus-dithmarschen.de)



[www.frauenhaus-dithmarschen.de](http://www.frauenhaus-dithmarschen.de)



## Frauenschutzwohnungen

In Nordfriesland stehen Frauen in Not in der Regel acht kostenlose Schutzplätze in Frauenschutzwohnungen zur Verfügung. Da Frauen dort sicher untergebracht sein sollen, sind die Adressen nicht öffentlich einsehbar.

Ziel ist es, Ihnen den Start in ein selbstbestimmtes und gewaltfreies Leben ohne Abhängigkeit vom Aggressor zu ermöglichen. Die Aufenthaltsdauer ist von Person zu Person verschieden.

### Angebot/ Leistungen:

- Schutzräume für Frauen mit und ohne Kinder, die von häuslicher Gewalt betroffen sind,
- Unterstützung, Begleitung und Beratung für Frauen in den Bereichen, in denen sie Hilfe benötigen,
- Unterstützung bei der Beantragung von staatlichen Hilfen,
- keiner wird abgewiesen, aber mittellose Frauen können nur zeitlich begrenzt dort bleiben, da sich das Angebot über Spenden finanziert.

### Brücke Rendsburg-Eckernförde e. V.

Ahlmannstr. 2a  
24768 Rendsburg

### Kontakt:

Frau Yasemin Korkmaz-Baldus  
Frau Marissa Janikowski  
Tel.: 04671 86 39 98 2  
Mail: [schutzwohnungen-nf@bruecke.org](mailto:schutzwohnungen-nf@bruecke.org)



englisch  
türkisch







## Gleichstellungsbeauftragte Hauptamtlich

### Gleichstellungsbeauftragte Kreis Nordfriesland

Marktstraße 6  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Frau Simone Ehler  
Tel.: 04841 67 36 8  
Mail: [simone-ehler@nordfriesland.de](mailto:simone-ehler@nordfriesland.de)

[www.gleichstellung.nordfriesland.de](http://www.gleichstellung.nordfriesland.de)

### Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Husum

Zingel 10  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Frau Britta Rudolph  
Tel.: 04841 66 61 96  
Mail: [britta.rudolph@husum.de](mailto:britta.rudolph@husum.de)

[www.husum.org/](http://www.husum.org/)

**Verwaltung-Politik/Verwaltung/Gleichstellungsbeauftragte**

### Gleichstellungsbeauftragte Amt Südtondern

Marktstraße 12  
25899 Niebüll

#### **Kontakt:**

Frau Sylke von Kamlah-Emmermann  
Tel.: 04661 60 14 31  
Mail: [gleichstellungsbeauftragte@amt-suedtondern.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@amt-suedtondern.de)

[www.amt-suedtondern.de/Das-Amt/Verwaltung/Gleichstellung/](http://www.amt-suedtondern.de/Das-Amt/Verwaltung/Gleichstellung/)

## Gleichstellungsbeauftragte Hauptamtlich

### **Gleichstellungsbeauftragte Amt Mittleres Nordfriesland**

Theodor-Storm-Straße 2  
25821 Bredstedt

#### **Kontakt:**

Frau Christine Friedrichsen  
Tel.: 04671 91 92 89  
Mail: c.friedrichsen@amnf.de

[www.amnf.de/buergerservice/gleichstellungsbeauftragte/aktuell-es-aus-dem-gleichstellungsbuero.html](http://www.amnf.de/buergerservice/gleichstellungsbeauftragte/aktuell-es-aus-dem-gleichstellungsbuero.html)

### **Gleichstellungsbeauftragte Amt Nordsee-Treene**

Schulweg 19  
25866 Mildstedt

#### **Kontakt:**

Frau Kirsten Schöttler-Martin  
Tel.: 04841 99 22 33  
Mail: gleichstellung@amt-nordsee-treene.de

[www.amt-nordsee-treene.de/Verwaltung-B%C3%BCrgerservice/Amt-Nordsee-Treene/Gleichstellung](http://www.amt-nordsee-treene.de/Verwaltung-B%C3%BCrgerservice/Amt-Nordsee-Treene/Gleichstellung)



## Gleichstellungsbeauftragte Hauptamtlich

### Gleichstellungsbeauftragte Gemeinde Sylt

Maybachstraße 2  
25980 Sylt

#### **Kontakt:**

Frau Andrea Dunker

Tel.: 04651 851180

Mail: [gleichstellungsbeauftragte@gemeinde-sylt.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@gemeinde-sylt.de)

[www.gleichstellung-sylt.de](http://www.gleichstellung-sylt.de)

### Gleichstellungsbeauftragte Amt Eiderstedt & Stadt Tönning

Welter Straße 1  
25836 Garding

#### **Kontakt:**

Frau Gudrun Arndt

Tel.: 04862 1000501

Mail: [gudrun.arndt@amt-eiderstedt.de](mailto:gudrun.arndt@amt-eiderstedt.de)

[www.amt-eiderstedt.de/](http://www.amt-eiderstedt.de/)

[Amt-und-Gemeinden/Amt-Eiderstedt/Gleichstellung](#)

## Gleichstellungsbeauftragte Ehrenamtlich

### **Gleichstellungsbeauftragte Amt Viöl**

Westerende 41

25884 Viöl

#### **Kontakt:**

Frau Maike Schirduan

Tel.: 04843 209059

Mail: [maike.schirduan@amt-vioel.de](mailto:maike.schirduan@amt-vioel.de)

### **Gleichstellungsbeauftragte Amt Pellworm**

Osterschütting 14

25849 Pellworm

#### **Kontakt:**

Frau Britta Rudolph

Tel.: 04841 666196

Mail: [britta.rudolph@husum.de](mailto:britta.rudolph@husum.de)



## Jugendamt / Jugendhilfe

Das Jugendamt unterstützt Eltern und Erziehungsberechtigte bei der Erziehung, Betreuung und Bildung von Kindern und Jugendlichen. Dabei setzt es auf Prävention sowie unterstützende Angebote, die dazu beitragen, positive Lebensbedingungen für Familien zu schaffen. Das Aufgabenspektrum ist sehr vielfältig, deshalb wenden Sie sich bei Fragen gerne direkt an das Jugendamt.

### *Tipps:*

#### Das Jugendamt bietet u.a. folgende Dienstleistungen an:

- Hilfeleistungen für werdende Eltern,
- Hilfeleistungen für Familien mit Neugeborenen und Kleinkindern,
- Unterstützung bei der Organisation der Kinderbetreuung,
- Familienberatung in Krisen- und Konfliktsituationen,
- Hilfen zur Erziehung, zum Beispiel durch Beratung, Heimerziehung, Vollzeitpflege oder Familienhilfe durch Sozialpädagogen.

#### Kreis Nordfriesland - Jugendamt

Fachbereich Jugend, Familie und Bildung

Großstraße 7 - 11

25813 Husum

#### Kontakt:

Zentrale Telefonnummer

Tel.: 04841 67495

Mail: [jugendamt@nordfriesland.de](mailto:jugendamt@nordfriesland.de)



[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

Sie erreichen die Mitarbeiter\*innen aller Standorte über ein zentrales E-Mail-Postfach.

## Jugendamt / Jugendhilfe

### **Außenstellen des Jugendamtes**

#### **Abteilung Sozialraum Inseln - Sylt**

Maybachstraße 2  
25980 Sylt  
Tel.: 04651 982711

#### **Abteilung Sozialraum Inseln - Föhr**

Rungholtstraße 15,  
25938 Wyk auf Föhr  
Tel.: 04681 5537

#### **Abteilung Sozialraum Nord + Inseln**

Marktstr. 12 a  
25899 Niebüll  
Tel.: 04661 9031 100

#### **Abteilung Sozialraum Mitte**

Norderende 2  
25821 Breklum  
Tel.: 04671 9192121

#### **Abteilung Sozialraum Süd**

Am Markt 1  
25832 Tönning  
Tel.: 04861 614678



## Kinderschutz-Zentrum Westküste

### Kinderschutz-Zentrum Westküste

Theodor-Storm-Straße 7  
25813 Husum

#### Kontakt:

Zentrale Terminvergabe

Tel.: 04841 691450

Mail: [kinderschutz@dw-husum.de](mailto:kinderschutz@dw-husum.de)

#### Angebot/ Leistungen:

- Beratung und Hilfen für Kinder und Jugendliche mit Gewalterfahrungen,
- Beratung bei hochstrittigen Trennungen und Umgangsregelungen,
- Beratung von Eltern, die Gewalt gegen ihr Kind ausüben oder sich in Gefahr sehen, dies zu tun.

#### Adressen der Beratungsstellen:

##### Kinderschutz-Zentrum Westküste Husum

Neustadt 49

25813 Husum

Tel.: 04841 691450

##### Kinderschutz-Zentrum Westküste Heide

Markt 34

25746 Heide

Tel.: 0481 6837307



##### Kinderschutz-Zentrum Westküste Niebüll

Schmiedestraße 11

25899 Niebüll

Tel.: 04661 901966



## Kinderschutzbund

### *Tipps für Kinder und Jugendliche:*

Du kannst alleine, gemeinsam mit einem Freund oder einer Freundin sowie einem vertrauten Erwachsenen zu uns kommen. Ob Deine Eltern in die Beratung eingebunden werden sollen, entscheidest Du selbst.

#### Kinderschutzbund-Nord gGmbH

Osterende 61a

25813 Husum

#### Kontakt:

Frau Sandra Kreutz-Bergmann

Tel.: 04841 2575

Mail: [info@kinderschutzbund-nf.de](mailto:info@kinderschutzbund-nf.de)



[www.kinderschutzbund-nf.de](http://www.kinderschutzbund-nf.de)

#### Angebot/ Leistungen:

- Betreuung von Kindern von der Kinderkrippe bis zur Grundschule,
- Krippe,
- Kindergarten,
- OGS,
- Hort.





## Sozialraumorientierte Kinder- und Jugendhilfen

### Angebot/ Leistungen:

- Einzel- und Familienberatung zur Förderung und Wiederherstellung der Erziehungsfähigkeit von Eltern,
- Flexible Hilfen über den Tag mit intensiver Elternarbeit und Sicherstellung der Grundversorgung von Kindern,
- Hilfe bei der Bewältigung von Krisen und Konflikten.

### Sozialraum Husum

Sozialraumorientierte Kinder- und Jugendhilfen

Diakonisches Werk Husum gGmbH

Am Schulwald 11

25813 Husum

#### Kontakt:

Herr Ulf Brodersen (Regionalleitung)

Tel.: 04841 9043011

Mail: ulf.brodersen@dw-husum.de



### Sozialraum Mitte

Sozialraumorientierte Kinder- und Jugendhilfen

Diakonisches Werk Husum gGmbH

Kirchenstr. 7

25821 Bredstedt

#### Kontakt:

Herr Oliver Gantz (Regionalleitung)

Tel.: 04671 600 8783

Mail: oliver.gantz@dw-husum.de







### Moin Familie – gemeinsam Kurs aufnehmen

Die Familienzentren haben die Aufgabe übernommen, die Angebote der ehemaligen Elternschule zu koordinieren. Dabei geht es nicht um Belehrungen durch Fachleute, sondern um den Austausch der Eltern untereinander. Unter fachlicher Moderation beraten sie sich gegenseitig zu den vielen kleinen und großen Herausforderungen des Familienlebens.

#### Angebot/ Leistungen:

- Verschiedene Kurse zur Unterstützung von Eltern bei Erziehungsfragen:
  - ⇒ 'Mein Kind im Kindergartenalter',
  - ⇒ 'Mein Kind in der Schule',
  - ⇒ 'Mein Kind in der Pubertät – wenn Eltern anstrengend werden.
- Geschwisterrivalität, Grenzen und Konsequenzen,
- Umgang mit Medien, Umgang mit Konflikten, Legasthenie, Autismus,
- Schulverweigerung und soziale Isolation,
- und Elternabende zu unterschiedlichsten Themen (auch in KiTas und Schulen möglich).

#### *Tip:*

Sie können sich über die Familienzentren direkt anmelden oder bei Frau Achtmann vom Kreis Nordfriesland. Die Kontaktdaten der Familienzentren finden Sie hier:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)







## Schuldner- und Insolvenzberatung

### Angebot/ Leistungen:

- Sie haben Schulden oder müssen Insolvenz anmelden?
- Sie benötigen eine allgemeine Beratung bei finanziellen Problemen?
- Sie benötigen eine P-Konto-Bescheinigung?

Die Schuldner- und Insolvenzberatung im Kreis Nordfriesland ist in räumlicher Nähe zu den Sozialzentren in Husum, Tönning, Niebüll, Leck und Breklum angesiedelt. Hier können Sie sich nach Anmeldung vor Ort beraten lassen.

### Kreis Nordfriesland

Fachbereich Arbeit und Soziales

Schuldnerberatung

Marktstr. 6

25813 Husum

### Zentrale Terminvergabe über:

Mail: [schuldnerberatung@nordfriesland.de](mailto:schuldnerberatung@nordfriesland.de)

Bitte um Terminvereinbarung über das Funktionspostfach.



englisch  
plattdeutsch

## Selbsthilfegruppen

### Angebot/ Leistungen:

- Sie suchen Kontakt und Gespräche mit anderen Menschen, die ähnliche Fragen und Probleme haben?
- Sie wollen eine Selbsthilfegruppe gründen oder einer bestehenden beitreten.
- Sie benötigen Räume für Gruppentreffen oder Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit.

### Kontaktstelle für Information und Beratung im Selbsthilfebereich (KIBIS)

Poggenburgstraße 10a  
25813 Husum

### Kontakt:

Tel.: 04841 800777  
Mail: info@kibis-nf.de  
Instagram: @kibisnf



[www.kibis-nf.de](http://www.kibis-nf.de)



## Sexualberatung

ProFamilia ist eine Gesellschaft mit einem deutschlandweiten Verbund von zahlreichen Beratungsstellen, die Einzel-, Paar- und Sexualberatungen anbieten.

### Angebot/Leistungen:

- Beratung und Information für Schwangere, ihre Partner und Familien zu sozialen, gesundheitlichen, wirtschaftlichen und rechtlichen Aspekten,
- Beratung bei Fragen zur Schwangerschaft und im Schwangerschaftskonflikt (§219 StGB),
- Kostenübernahme für Verhütung,
- Mediation und Trennungsberatung,
- Veranstaltungen zu sexueller Bildung.

### Pro Familia Beratungsstelle Husum

Schlossgang 8  
25813 Husum

#### Kontakt:

Frau Angela Reinhard  
Tel.: 04841 3671  
Mail: husum@profamilia.de

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)



englisch  
französisch



## Sozialverband Deutschland

Der Sozialverband Deutschland leistet Hilfestellung zur sozialen Gerechtigkeit durch Beratung und Betreuung in sozialen Angelegenheiten. In den Beratungszentren vor Ort erhalten Sie Unterstützung durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des SoVD.

### Angebot/ Leistungen:

- Hilfe und Beratung und Beratung in sozialrechtlichen Angelegenheiten,
- Führung von Antrags- und Widerspruchsverfahren für die Mitglieder,
- Voraussetzung für die Beratung ist eine Mitgliedschaft im Verein Sozialverband Deutschland S.-H. e. V.

### Sozialberatungszentrum - SoVD

Kreisverband Nordfriesland

Industriestraße 33

25813 Husum

### Kontakt:

Zentrale Rufnummer zur Terminvereinbarung

Tel.: 04841 772850

Mail: [kreisverband@sovd-nf.de](mailto:kreisverband@sovd-nf.de)



[www.sovd-sh.de](http://www.sovd-sh.de)





## Streetwork Husum

### Angebot/ Leistungen:

- Straßensozialarbeit,
- Beratung, Begleitung und Unterstützung,
- Ort der Kommunikation,
- Wäsche waschen/ trocknen,
- Küchennutzung,
- Ausgangspunkt für weitere Hilfeplanungen.

### Anlaufstelle Streetwork Eishaus

Diakonisches Werk Husum gGmbH  
Hinter der Neustadt 4  
25813 Husum

### Kontakt:

Zentrale Rufnummer  
Tel.: 04841 9812740  
Mail: [streetwork-zob@dw-husum.de](mailto:streetwork-zob@dw-husum.de)

Herr Marco Treptow  
Mobil: 0151 40013219

Herr Kevin Petersen  
Mobil: 0162 7724033

Herr Erik Hähling  
Mobil: 0162 8812916



[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)









### Verband alleinerziehender Mütter und Väter e. V. (VAMV)

#### Angebot/ Leistungen:

- Rechtsberatung für Alleinerziehende,
- Online-Cafés und Präsenz-Cafés für Alleinerziehende,
- Workshops und Einzelberatungen für Alleinerziehende.

Die Termine für o. g. Angebote finden Sie auf der Webseite des Verbandes.

#### Beratungsstelle Verband alleinerziehender Mütter und Väter e. V.

Kiellinie 275

24106 Kiel

#### Kontakt:

Frau Adrienne Meisel

Frau Janina Winterling

Tel.: 0431 5579150

Mail: [info@vamv-sh.de](mailto:info@vamv-sh.de)



[www.vamv-sh.de](http://www.vamv-sh.de)

## Verbraucherschutz in Nordfriesland

### **Worum geht es?**

Die Verbraucherzentrale setzt sich für die Rechte von Verbraucherinnen und Verbrauchern ein.

Sie haben Fragen zu einem Vertrag, Probleme mit einem Unternehmen oder brauchen Unterstützung bei einer Finanzierungsplanung? Hier hilft die unabhängige Beratung weiter.

Das Beratungsangebot deckt u. a. Themen wie Verbraucherrecht, Bauen und Energie, Geldanlage, Versicherungen, Kredite und Lebensmittel ab.

Mehr Informationen finden Sie unter:

[www.verbraucherzentrale.sh](http://www.verbraucherzentrale.sh)



### **Verbraucherzentrale Flensburg**

Schiffbrücke 65  
24939 Flensburg

#### **Kontakt:**

Tel.: 0461 28604  
Mail: [info@vzsh.de](mailto:info@vzsh.de)

### **Verbraucherzentrale Heide**

Postelweg 4  
25746 Heide

#### **Kontakt:**

Tel.: 0481 61774  
Mail: [info@vzsh.de](mailto:info@vzsh.de)



## Verbraucherschutz in Nordfriesland

### Energieberatung Niebüll

Hauptstraße 44  
25899 Niebüll

### Energieberatung Husum

Ziegel 10  
25813 Husum

**Vorherige Terminvereinbarung erforderlich:**

Tel.: 0431 5909940

### *Tipp:*

Schnelle Termine für die Energieberatung bieten die Beratungsstellen, per Video, telefonisch oder online an. Sie können auch die Telefonhotline für die Energieberatung **0800 809 802 400** anrufen.





## Berufsberatung der Agentur für Arbeit

Die Berufsberatung der Bundesagentur für Arbeit bietet Unterstützung bei der Studien- und Berufswahl, aber auch während der Ausbildung oder dem Studium. In einem persönlichen Beratungsgespräch können wichtige Fragen zur beruflichen Zukunft geklärt werden. Das Angebot steht kostenlos zur Verfügung.

Beraten lassen können sich Schülerinnen und Schüler, Auszubildende, Studierende sowie Absolventinnen und Absolventen der Hochschulen. Außerdem alle, die erstmals eine Berufsausbildung anstreben oder sich beruflich neu orientieren wollen.

Gut zu wissen:

**Die Berufsberatung unterstützt dabei,**

- einen passenden Beruf oder ein passendes Studium zu finden.
- Fragen zu den Inhalten einer Ausbildung oder eines Studiums zu klären.
- einen Ausbildungsplatz zu finden und sich zu bewerben.
- vorhandene Fördermöglichkeiten zu nutzen.

### *Tip:*

Mit dem **kostenlosen Online-Test "Check-U"** finden Sie heraus, welche Berufe zu Ihren Stärken und Interessen passen:

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)



## Berufsberatung der Agentur für Arbeit

### Terminvereinbarung

Termine können Sie persönlich in der Agentur für Arbeit (siehe Seite X), telefonisch oder über das Online-Kontaktformular der Webseite anfragen. Wenn Sie eine Beratung per Video vorziehen, dann geben Sie das bei der Terminvereinbarung an.

Servicenummer: **0800 4 5 55 500** (gebührenfrei)

Weitere Informationen finden Sie unter:

**[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)**

Quelle:

Bundesagentur für Arbeit (BA)[2022],

Persönliche Berufsberatung, Stand: 10.10.2022.



### Berufliche Beratung der Sozialzentren/ Jobcenter

Wenn Sie Leistungen nach dem SGB II beziehen, werden Sie von Ihrem Fallmanager oder Ihrer Fallmanagerin regelmäßig zu einem persönlichen Gespräch eingeladen. Hier können Sie eine umfangreiche Beratung zu Ihren beruflichen Wünschen erhalten. Die Aufgabe der Fallmanager\*innen ist es, Sie auf Ihrem Weg in den Arbeitsmarkt zu unterstützen. Zögern Sie daher nicht, Ihre Vorstellungen zu äußern und Fragen zu stellen.

#### Angebot/Leistungen:

- Berufliche Beratung und Unterstützung bei Bewerbungsbemühungen,
- Vermittlung von Coachings, Seminaren und weiteren Förderinstrumenten,
- Beratung zu Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten,
- Beratung zur beruflichen Selbstständigkeit.

Die Kontaktdaten der Sozialzentren/ Jobcenter finden Sie auf Seite 34.



## FRAU & BERUF

FRAU & BERUF berät, unterstützt und begleitet Frauen zu unterschiedlichsten Fragestellungen rund um das Thema Beruf. Die Beraterinnen bieten eine passgenaue, individuelle und kostenlose Beratung zur beruflichen Orientierung, Entscheidungsfindung und Entwicklung konkreter Handlungsschritte.

### **Angebot/ Leistungen:**

Beratung und Information für Frauen zu beruflichen Themen wie z.B.:

- Elternzeit und beruflicher Wiedereinstieg,
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf,
- berufliche (Neu-)Orientierung,
- Bewerbungsstrategien,
- (Teilzeit-) Ausbildung,
- Qualifizierungs- und Finanzierungsmöglichkeiten,
- Konflikte am Arbeitsplatz,
- Minijobs und Midijobs,
- Existenzgründung.

## FRAU & BERUF

**Verein zur Förderung grenzüberschreitender Arbeitsmarkt- und Beschäftigungspolitik e.V.**

### FRAU & BERUF Nord

Asmussenstraße 19  
25813 Husum

#### Kontakt:

Frau Meike Hansen & Frau Silvia Zuppelli

Tel.: 04841 70 60

Mobil: 0157 37 90 68 17

Mail: frau-beruf-nf@posteo.de

Instagram: @frauundberuf\_nordfriesland

Ein Beratungsgespräch kann nur nach vorheriger Terminvereinbarung erfolgen.

### Hinweis:

Regelmäßig können sich Frauen auch in Bredstedt, Föhr, Friedrichstadt, Garding, Leck, Niebüll, auf Sylt sowie in Tönning, SPO und Viöl beraten lassen.

Die Termine werden in der regionalen Presse und auf der Website bekanntgegeben, können aber auch telefonisch erfragt werden.

Weitere Informationen finden Sie unter :

[www.frau-beruf-nord.de](http://www.frau-beruf-nord.de)





### Berufliche Orientierung und Weiterbildung

Sie sind sich nicht sicher, ob Sie weiterhin in Ihrem derzeitigen Beruf tätig sein wollen? Sie möchten sich ggf. neu orientieren, wissen aber nicht, wo Sie anfangen sollen?

Dann können Sie eine Beratung oder ein Coaching in Anspruch nehmen. Wenden Sie sich dazu gerne an die unten genannten Anbieter\*innen.

Gut zu wissen:

Kunden\*innen der Jobcenter erhalten über Ihre Fallmanager\*innen kostenfrei Zugang zu Coachings bestimmter Anbieter und weiteren Unterstützungsangeboten zur beruflichen Eingliederung, die auf ihre Bedürfnisse eingehen.

Sprechen Sie dazu einfach Ihren Fallmanager/ Ihre Fallmanagerin an!

Die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 5.

## Berufliche Orientierung und Weiterbildung

### **NordNetz Bildung**

Wirtschaftsförderungsgesellschaft Nordfriesland mbH  
Schloßstraße 7  
25813 Husum

### **Angebot/ Leistungen:**

- berufliche Weiterbildungsberatung,
- Unterstützung bei der Kurssuche, Orientierungsberatung,
- Beratung zum Bildungsurlaub.

### **Kontakt:**

Frau Christina König  
Tel.: 04841 66 85 26  
Mail: [c.koenig@wfg-nf.de](mailto:c.koenig@wfg-nf.de)

Mit Termin sind auch Beratungen in Niebüll und Garding sowie online möglich.

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.nordnetz-bildung.de](http://www.nordnetz-bildung.de)





## Berufliche Orientierung und Weiterbildung

### Wirtschaftsakademie Schleswig-Holstein

Hans-Detlev-Prien-Straße 10  
24106 Kiel

#### Angebot/Leistungen:

- Bildungsangebote von Aus- und Weiterbildung bis Wiedereinstieg in Teilzeit,
- Umfangreiches Angebotsspektrum auf der Webseite.

#### Standort Husum:

Flensburger Chaussee 30  
25813 Husum

#### Kontakt:

Frau Ulrike Block  
Tel.: 04841 96 08 46  
Mail: [ulrike.block@wak-sh.de](mailto:ulrike.block@wak-sh.de)



[www.wak-sh.de](http://www.wak-sh.de)

### AGP - Weiterbildung und Beruf

Liebigstraße 18-20  
25813 Husum

#### Angebot/Leistungen:

- Jugend- und Erwachsenenbildung,
- Beratung und Coaching,
- Integrationskurse,
- Personalentwicklung.

#### Kontakt:

Frau Acelya Yazici  
Tel.: 0461 14 69 84 31  
Mail: [a.yazici@agp-weiterbildung.de](mailto:a.yazici@agp-weiterbildung.de)



[www.agp-weiterbildung.de](http://www.agp-weiterbildung.de)



## Berufliche Orientierung und Weiterbildung

### **BAW Südtondern GmbH**

Peersweg 20  
25899 Niebüll

#### **Angebot/Leistungen:**

- Handlungskonzept STEP - Übergangskoaching an Schulen,
- Berufsvorbereitung,
- Integrative Ausbildung Küche/ Hauswirtschaft,
- Assistierte Ausbildung flexibel,
- AZUBI Lotse - Ausbildungsbegleitende Hilfe SGB II,
- Campus Niebüll - Aktivierungsmaßnahme SGB II.

#### **Kontakt:**

Herr Hauke Brückner

Tel.: 04661 96 95 0

Mail: [h.brueckner@baw-suedtondern.de](mailto:h.brueckner@baw-suedtondern.de)



[www.baw-suedtondern.de](http://www.baw-suedtondern.de)





## Berufliche Orientierung und Weiterbildung

### **Nordsee Akademie Leck**

Flensburger Straße 18

25917 Leck

#### **Angebot/ Leistungen:**

- Bildungsurlaube zu unterschiedlichen Themen,
- kommunalpolitische Seminare für Ehrenamt, Verwaltungskräfte und alle Interessierten,
- Wochenendseminare der kulturellen Bildung,
- Studienreisen, Sprachkurse und Sportangebote.

#### **Kontakt:**

Herr Aaron Jessen (Akademieleitung)

Tel.: 04662 87 05 0

Mail: [info@nordsee-akademie.de](mailto:info@nordsee-akademie.de)



[www.nordsee-akademie.de](http://www.nordsee-akademie.de)





## Berufliche Orientierung und Weiterbildung

### SALO+PARTNER - Berufliche Rehabilitation

Ziel ist es, Menschen mit physischen und/oder psychischen Einschränkungen wieder eine Teilhabe am beruflichen Leben und damit am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen.

#### Angebot/ Leistungen:

- Bewerbungstraining und individuelles Coaching,
- Aktivierung und Orientierung am Arbeitsmarkt,
- Berufliche Rehabilitation im Rahmen von Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben,
- Berufliche Qualifizierung.

#### Standort Husum:

Dieselstraße 1  
25813 Husum

#### Kontakt:

Tel.: 04841 77 59 52 0  
Mail: [salohusum@salo-ag.de](mailto:salohusum@salo-ag.de)



[www.salo-partner.de](http://www.salo-partner.de)

#### Standort Niebüll:

Osterweg 24  
25899 Niebüll

#### Kontakt:

Tel.: 04661 60 56 77 0  
Mail: [saloniebuell@salo-ag.de](mailto:saloniebuell@salo-ag.de)



## Volkshochschulen

Die Volkshochschulen sind kommunale Bildungseinrichtungen der Erwachsenenbildung mit einem breitgefächerten Angebot an Kursen. Sie sind offen für Menschen aller sozialen Schichten und Einkommensgruppen, aller Milieus und Kulturen, für Menschen mit und ohne Behinderung.

Die Angebote der einzelnen Standorte variieren. Auf der Webseite der Volkshochschulen finden Sie daher ein Verzeichnis der einzelnen Kurse:



[www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)

Die Adressen der Volkshochschulen in Schleswig-Holstein finden Sie hier:



[www.vhs-sh.de](http://www.vhs-sh.de)



## JugendBerufsAgentur (JBA)

Die JugendBerufsAgentur Nordfriesland bietet dir die Möglichkeit, sofort und ohne Umwege Unterstützung auf deinem Weg ins Berufsleben zu bekommen. Unsere Berater\*innen des Jobcenters, der Bundesagentur für Arbeit, des Jugendamts und der beruflichen Schule freuen sich, dich auf deinem Weg zu begleiten.

### Angebot/Leistungen:

- Die Jugendberufsagentur ist deine Anlaufstelle bei Fragen rund um die Themen Schule, Beruf, Ausbildung und Familie.
- Unsere kompetenten Ansprechpartner\*innen beraten dich, egal in welcher Situation du dich gerade befindest.

## Ruf uns an oder komm vorbei!

### Jugendberufsagentur Husum

Norderstraße 13  
25813 Husum

#### Kontakt:

Tel.: 04841 67 86 0  
Mail: [jba@nordfriesland.de](mailto:jba@nordfriesland.de)



[www.jba-nf.de](http://www.jba-nf.de)

### Jugendberufsagentur Niebüll

Uhlebüller Str. 22  
25899 Niebüll

#### Kontakt:

Tel.: 04841 67 87 1  
Mail: [jba@nordfriesland.de](mailto:jba@nordfriesland.de)

## Industrie und Handelskammer (IHK)

### Angebot/ Leistungen:

- Beratung zur Berufswahl,
- Ausbildungsplatzsuche,
- Beratung zur Teilzeitausbildung,
- Beratung zum Thema Weiterbildung.

### IHK Flensburg

Industriestraße 30a  
25813 Husum

### Kontakt:

Service-Center in Flensburg

Tel.: 0461 80 68 06

Mail: [service@flensburg.ihk.de](mailto:service@flensburg.ihk.de)

Hier geht es zum Portal für die  
Ausbildungsplatzsuche:

[www.ihk-lehrstellenboerse.de](http://www.ihk-lehrstellenboerse.de)



Weitere Informationen Sie unter:

[www.ihk-flensburg.de](http://www.ihk-flensburg.de)





## Kreishandwerkerschaften

Die Kreishandwerkerschaften bilden die Interessenvertretung des Handwerks in Nordfriesland. Ihre Hauptaufgabe ist es, das Handwerk als Gemeinschaft zu stärken.

### Angebot/ Leistungen:

- Organisation von überbetrieblichen Ausbildungsplätzen,
- Ausbildungsberatung und Ausbildungsbetreuung im Handwerk,
- Beratung zu rechtlichen Fragen (Arbeitsverträge, im Handwerksrecht etc.),
- regionale und überregionale Interessenvertretung der Innungen,
- fachliche Betriebsberatungen durch Experten der Kammer und Fachverbände,
- Aufklärung und Sensibilisierung in den Medien für aktuelle Themen im Handwerk.

### Gut zu wissen: **Die Ausbildungsbetreuer**

Die Ausbildungsbetreuer begleiten persönlich und helfen so dabei, den Ausbildungsverlauf erfolgreich zu gestalten. Sie arbeiten eng mit einem Netzwerk aus Berufsschulen, Arbeitsagenturen/ Jobcentern, Kammern, Betrieben und anderen Beratungsstellen zusammen. Für die Westküste liegt die Trägerschaft der Ausbildungsbetreuung in den Händen der Kreishandwerkerschaft Nordfriesland-Nord.

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.handwerk-nordfriesland.de](http://www.handwerk-nordfriesland.de)



## Kreishandwerkerschaften

### **Kreishandwerkerschaft Nordfriesland-Nord**

Rathausstraße 19  
25899 Niebüll

#### **Kontakt:**

Herr Stephan Tack (Geschäftsführer)  
Tel.: 04661 96 65 17  
Mail: st@hwnf.de

### **Ausbildungsbetreuer - Niebüll und Umgebung**

Herr Olaf Behrmann  
Tel.: 04661 96 65 20  
Mail: behrmann@kh-nf.de

### **Ausbildungsbetreuer - Bereich Husum und Umgebung**

Benjamin Thöming  
Tel.: 04841 89 38 11  
Mail: benjamin.thoeming@ausbildungsbetreuung.de

### **Kreishandwerkerschaft Nordfriesland-Süd**

Süderstraße 97  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Herr Lutz Martensen (Geschäftsführer)  
Tel.: 04841 89 38 0  
Mail: lm@hwnf.de



## Regionale Ausbildungsbetreuung

Die aus dem Landesprogramm Arbeit finanzierten Ausbildungsbetreuer\*innen sind Ansprechpartner\*innen für Azubis, Betriebe und ihre Ausbilder, Eltern oder auch Lehrer, wenn es um Fragen und Probleme rund um die Ausbildung geht.

### Angebot/ Leistungen:

- Auszubildende, die Probleme während der Ausbildung haben (im Betrieb, in der Berufsschule oder im privaten Umfeld).
- Auszubildende, die ihre Ausbildung abbrechen wollen, sich aber über die Alternativen noch nicht im Klaren sind.
- Jugendliche und junge Erwachsene, die ihre Ausbildung abgebrochen haben und eine Anschlussausbildung suchen.

Auch Eltern, Lehrer\*innen, Ausbilder\*innen sowie Betriebe und Mitarbeiter\*innen berufsvorbereitender Maßnahmen können sich bei Fragen rund um die Berufsausbildung an uns wenden.

### Ausbildungsbetreuer in Nordfriesland:

#### Kreishandwerkerschaft Nordfriesland-Nord (Niebüll)

Rathausstraße 19  
25899 Niebüll

#### Kontakt:

Olaf Behrmann

Tel.: 04661 96 65 20

Mail: [Olaf.Behrmann@ausbildungsbetreuung.de](mailto:Olaf.Behrmann@ausbildungsbetreuung.de)

Die Regionale Ausbildungsbetreuung wird aus dem Landesprogramm Arbeit mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.

Mehr Informationen im Internet:

[www.EU-SH.schleswig-holstein.de](http://www.EU-SH.schleswig-holstein.de)





## Ausbildung in Teilzeit

Sie würden gerne eine Ausbildung beginnen, beziehungsweise befinden sich bereits in einer laufenden Ausbildung aber die aktuelle Lebenssituation lässt die Fortführung der Ausbildung in Vollzeit nicht zu?

### Wichtig:

Mit Zustimmung des Ausbildungsbetriebes steht eine Teilzeitberufsausbildung allen Interessierten offen.

Wenn die Ausbildungsvergütung nicht ausreicht, können Sie unter bestimmten Bedingungen Leistungen nach dem SGB II beantragen.

Sie interessieren sich für eine Ausbildung in Teilzeit und möchten sich dazu beraten lassen? Die Berater\*innen des Netzwerks Teilzeitausbildung stehen Ihnen gerne zur Verfügung.

Hier finden Sie die Kontaktadressen der Beratenden:

[www.forum-alleinerziehende.de](http://www.forum-alleinerziehende.de)

> Teilzeitausbildung für alle



### Angebot/Leistungen:

- Beratung und Information für Betriebe und Ausbildungsplatzsuchende zu stundenreduzierten Ausbildungsmodellen in Teilzeit,
- Akquise von Ausbildungsplätzen in Teilzeit,
- Begleitung von Teilzeitausbildungsverhältnissen,
- Unterstützung im Bewerbungsverfahren.

### Tipps:

Falls Sie Leistungen nach dem SGB II beziehen, fragen Sie gerne Ihre persönliche Ansprechperson im Fallmanagement Ihres Jobcenters nach Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten.

## Ausbildung in Teilzeit

### *Tip:*

- Eine Teilzeitausbildung ist grundsätzlich in allen anerkannten dualen Ausbildungsberufen möglich, vereinzelt auch in schulischen Ausbildungen.
- Die wöchentliche und tägliche Arbeitszeit kann individuell zwischen der/ dem Auszubildenden und dem Unternehmen/ Betrieb abgesprochen werden. Möglich sind Reduzierungen der täglichen Anwesenheit (oder eine Reduzierung der Arbeitstage).
- u.U. ist es möglich, ergänzend Bürgergeld (ehem. Arbeitslosengeld II) Leistungen zu erhalten. Dies ist besonders bei Ausbildungen des dualen Systems möglich.

Weitere Informationen  
für Ausbildungssuchende:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)  
> Auszubildende



Weitere Informationen für  
Arbeitgeber\*innen:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)  
> Unternehmen



## Integrationsfachdienst (IFD)

Der IFD unterstützt und berät schwerbehinderte und gleichgestellte Menschen sowie deren Arbeitgeber, wenn es Schwierigkeiten rund um das Thema Arbeit gibt.

### Angebot/ Leistungen:

- Ansprechpartner für Arbeitnehmer, Arbeitgeber, betriebliche Helfer, Kolleg\*innen,
- Unterstützung für Arbeitnehmer mit dem Ziel der Stabilisierung bestehender Arbeitsplätze,
- Beratung bei Schwierigkeiten im Arbeitsleben, Krisenintervention, Wiedereingliederung nach Arbeitsunfähigkeit.

### Integrationsfachdienst Niebüll (BIB gGbH)

Bahnhofstr. 5  
25899 Niebüll

#### Kontakt:

Herr Thorsten Kanz

Frau Sonja Poehls

Tel.: 04661 90 24 04

Mail: [info@ifd-nordfriesland.de](mailto:info@ifd-nordfriesland.de)



[www.bib-flensburg.de](http://www.bib-flensburg.de)



## Minijobs

Minijobs sind geringfügige Beschäftigungen mit höchstens 520 Euro monatlichem Arbeitsentgelt oder einem Arbeitseinsatz von maximal 70 Tagen pro Kalenderjahr. Durch fehlende Beiträge zu den Sozialversicherungen sichern Minijobs sozial nicht ab.

### Es gibt zwei Arten von Minijobs:

- geringfügig entlohnte Beschäftigungen, bei denen das Arbeitsentgelt monatlich 520 Euro nicht übersteigen darf,
- kurzfristige Minijobs, die von vornherein für eine begrenzte Dauer ausgeübt werden. Beim kurzfristigen Minijob darf der Arbeitseinsatz im Laufe eines Kalenderjahres 3 Monate oder insgesamt 70 Tage nicht überschreiten. Das monatliche Entgelt kann schwanken.

### Wichtig:



### Rentenversicherung

Minijobber unterliegen der Rentenversicherungspflicht, das heißt sie zahlen einen Beitragsanteil zur Rentenversicherung ein. Auf Antrag können Sie sich bei der Deutschen Rentenversicherung davon befreien lassen. **Wer ausschließlich in Minijobs gearbeitet hat und dabei von der Rentenversicherung befreit war, hat am Ende seines Erwerbslebens keinerlei Rentenansprüche.**

In vielen Fällen heißt das: Minijobberinnen und Minijobber haben ein hohes Risiko für Altersarmut.



## Minijobs

### Kranken- und Pflegeversicherung

Der Arbeitgeber führt bei Minijobs zwar pauschale Beiträge zur Sozialversicherung ab, dennoch sind Minijobberinnen und Minijobber damit nicht automatisch kranken- und pflegeversichert. **Erst ab einem Verdienst über 520 Euro zahlen Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in die Kranken- und Pflegeversicherung ein und erwerben damit den Versicherungsschutz.**

Bis 520 Euro Monatsverdienst müssen sich Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer also anderweitig krankenversichern. Folgende Möglichkeiten gibt es hierfür:

- Pflichtversicherung in der gesetzlichen Krankenversicherung,
- Beitragsfreie Familienversicherung,
- Freiwillige Krankenversicherung (gesetzlich oder privat).

Für Bezieherinnen und Bezieher von Arbeitslosengeld oder Arbeitslosengeld II, die einen Minijob ausüben, übernehmen die Arbeitsagenturen beziehungsweise Jobcenter die Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung. Dies gilt, solange ein Leistungsanspruch besteht.

### Minijobs in Privathaushalten:

Minijobs in Privathaushalten sind eine spezielle Form der geringfügigen Beschäftigung und werden vom Gesetzgeber besonders gefördert. Zum einen zahlt der Arbeitgeber geringere Pauschalbeiträge als bei gewerblichen Minijobs, zum anderen hat der Gesetzgeber für Minijobs in Privathaushalten eine besondere Steuerermäßigung eingeführt.





## Wiedereinstieg

Wegen der Erziehung von Kindern oder der Pflege von Angehörigen unterbrechen auch heute noch vor allem Frauen ihre Berufstätigkeit. Ein Patentrezept für einen gelungenen Wiedereinstieg gibt es nicht. Je nach Ausgangssituation kann der Wiedereinstieg leichter oder aber eine echte Herausforderung sein.

### *Tip:*

Hilfreiche Informationen und Anregungen zum Thema Wiedereinstieg finden Sie in dieser Broschüre.

[www.frau-und-beruf-sh.de](http://www.frau-und-beruf-sh.de)

> Beruflicher Wiedereinstieg



Hier finden Sie eine übersichtliche Checkliste des Ministeriums und den Wiedereinstiegsrechner als Planungshilfe für eine lohnenswerte Rückkehr in die Arbeitswelt

[www.perspektiven-schaffen.de](http://www.perspektiven-schaffen.de)

Die Beraterinnen der Beratungsstelle FRAU & BERUF kennen die Stolpersteine des beruflichen Wiedereinstiegs und unterstützen Frauen dabei, ihr (berufliches) Ziel zu definieren und auf den Arbeitsmarkt zurückzukehren. Von einer ersten Orientierungsberatung bis hin zur Entwicklung konkreter Handlungsschritte beraten und unterstützen die Expertinnen Sie zu allen Themen rund um Ihre Laufbahngestaltung und auf Ihrem Weg zurück in den Beruf.

## Wiedereinstieg

**Verein zur Förderung grenzüberschreitender Arbeitsmarkt und Beschäftigungspolitik e.V.**

### **FRAU & BERUF Nord**

Asmussenstraße 19  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Frau Meike Hansen & Frau Silvia Zuppelli

Tel.: 04841 70 60

Mail: frau-beruf-nf@posteo.de

Instagram: @frauundberuf\_nordfiresland

Beratung nur nach vorheriger Terminabsprache möglich.

### *Tip:*

Regelmäßig können sich Frauen auch in Bredstedt, Föhr, Friedrichstadt, Garding, Leck, Niebüll, auf Sylt sowie in Tönning, SPO und Viöl beraten lassen.

Die Termine werden in der regionalen Presse und auf der Website bekanntgegeben, können aber auch telefonisch erfragt werden.

Bitte hierfür vorab anmelden!





## Schwangerenberatungsstellen

Sie sind schwanger und plötzlich ändert sich alles. Vielleicht fragen Sie sich:

- Wie wird es mit dem Baby sein?
- Sind die Gefühle, die ich habe normal?
- Was bedeutet das Elternsein für meine Partnerschaft?
- Welche finanziellen Hilfsmöglichkeiten gibt es?

Schwangerenberatungsstellen bieten werdenden Müttern fundierte Beratung unter anderem in Konfliktsituationen sowie zu möglichen finanziellen Hilfen.

Sie beraten und unterstützen insbesondere bei Fragen zu finanziellen, sozialen und wohnlichen Hilfen für Alleinerziehende und Paare.

Gut zu wissen:

Hier finden Sie alle anerkannten örtlichen Schwangerenberatungsstellen & Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen nach § 219 StGB.

### Gesundheitsamt des Kreises Nordfriesland

Damm 8  
25813 Husum

#### Kontakt:

Tel.: 04841 67 72 6  
Mail: [gesundheitsamt@nordfriesland.de](mailto:gesundheitsamt@nordfriesland.de)

## Schwangerenberatungsstellen

### **Psychologisches Beratungszentrum**

Theodor-Storm-Str. 7

25813 Husum

#### **Kontakt:**

Tel.: 04841 69 14 40

Mail: pbz@dw-husum.de



[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)

### **Pro familia**

Schloßgang 8

25813 Husum

#### **Kontakt:**

Frau Angela Reinhard

Tel.: 04841 36 71

Mail: husum@profamilia.de



[www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

### **BBZ Niebüll**

Westerlandstr. 3

25899 Niebüll

#### **Kontakt:**

Tel.: 04661 96 59 0

Mail: bbz-niebuell@dw-suedtondern.de



[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)



## Schwangerenberatungsstellen

### Schwangerschaftsberatungsstelle der Arbeiterwohlfahrt Sylt

Kirchenweg 26  
25980 Sylt OT Westerland

**Kontakt:**

Tel.: 046 51 22 32 5

Mail: awo-westerland@t-online.de



[www.awo-ortsverein-sylt.de](http://www.awo-ortsverein-sylt.de)

### Gemeinschaftspraxis Midlum auf Föhr

Schulweg 3  
25938 Midlum

**Kontakt:**

Tel.: 04681 45 55



[www.gemeinschaftspraxis-midlum.de](http://www.gemeinschaftspraxis-midlum.de)

## NOTIZEN

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



## Schwangerschaftskonfliktberatung und Schwangerschaftsabbruch

Wenn Sie eine Schwangerschaft abbrechen lassen möchten, benötigen Sie einen Beratungsschein von einer staatlich anerkannten Beratungsstelle, der nach der sog. Schwangerschaftskonfliktberatung ausgestellt wird.

### Vorsicht:

Es gibt im Internet auch ideologische „Beratungsangebote“ von Abtreibungsgegner\*innen. Dort erhalten Sie keinen Beratungsschein.

**Die Entscheidung, ob Sie Ihre Schwangerschaft abbrechen lassen, liegt allein bei Ihnen. Diese höchstpersönliche Entscheidung kann und darf niemand anderes für Sie treffen. Eine staatliche Beratungsstelle lässt genügend Raum für Ihre Fragen und Anliegen und steht hinter Ihrem Recht auf Selbstbestimmung.**

Hier finden Sie mehr Informationen zum Ablauf eines solchen Gesprächs:

[www.awo-schwanger.de](http://www.awo-schwanger.de)



Wenn Sie sich nach der gesetzlich vorgeschriebenen Schwangerschaftskonfliktberatung für einen Abbruch entscheiden, können die Kosten hierfür unter Umständen übernommen werden.

## Schwangerschaftskonfliktberatung und Schwangerschaftsabbruch

### **Kostenübernahme beim Schwangerschaftsabbruch:**

Wenn die Fortsetzung der Schwangerschaft die Gesundheit der schwangeren Person gefährdet (medizinische Indikation) oder wenn die Schwangerschaft Folge einer Vergewaltigung ist (kriminologische Indikation), werden die Kosten durch die Krankenkassen getragen.

Es gibt weitere Umstände unter denen eine Kostenübernahme möglich ist. Weitere Informationen erhalten Sie bei einer Beratungsstelle oder bei Ihrer Krankenkasse.

Weitere Informationen zum Abbruch in verschiedenen Sprachen:

[www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)





## Hilfen durch Stiftungen:

Wenn Sie sich in finanziellen Notlagen befinden, können Sie unter Umständen Hilfen von einer Stiftung erhalten. Folgende Stiftungen unterstützen Familien und schwangere Frauen:

### **Bundesstiftung Mutter und Kind - Schutz des ungeborenen Lebens -**

Mit der finanziellen Hilfe der Bundesstiftung sollen schwangeren Frauen in akuten Notlagen unbürokratisch unterstützt werden, um ihnen die Fortsetzung der Schwangerschaft zu erleichtern.

Hier finden Sie einen Erklärfilm zu den Hilfen der Bundesstiftung:

[www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de](http://www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de)

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 21.



### **Stiftung - Familie in Not**

Die Stiftung 'Familie in Not' unterstützt Familien in wirtschaftlichen Notsituationen mit einer einmaligen Hilfe, wenn gesetzliche Hilfen nicht möglich oder ausreichend sind, um die Notlage zu beheben.

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 19.

## Geburtsvorbereitung

Mit diesem Sammelbegriff werden verschiedene Kurse und Angebote für Frauen und Paare in der Schwangerschaft bezeichnet, die sie körperlich oder mental auf die Geburt vorbereiten und ihnen wichtige Informationen vermitteln.

Die Kurse bieten die Möglichkeit, sich über die verschiedenen Geburtsmethoden und möglichen Geburtsorte sowie über medizinische Hilfsmittel, Entbindungskliniken, Säuglingspflege und das Stillen zu informieren.

### Die Geburtsvorbereitungskurse werden angeboten von:

- Hebammen in freier Praxis oder in Geburtshäusern,
- Hebammen in Kliniken,
- Frauenkliniken,
- Vereinen und Verbänden der Familienarbeit,
- Gesundheitszentren,
- Krankengymnastinnen (in freier Praxis, Kliniken oder Institutionen).

Die Kosten für die Kurse werden im Rahmen der Hebammenhilfe grundsätzlich von den gesetzlichen Krankenversicherungen getragen.

### *Tip:*

Einige Krankenkassen übernehmen anteilig die Kosten für die Teilnahme eines Partners oder einer Partnerin sowie einzelne Zusatzleistungen. Informieren Sie sich daher unbedingt bei Ihrer Krankenkasse.



## Geburtsvorbereitung

Informationen zu den verschiedenen Kursen und Zusatzangeboten finden Sie hier:

[www.hebammen-nordfriesland.de](http://www.hebammen-nordfriesland.de)



Eine Suchmaschine für Hebammen und weitere Informationen finden Sie unter:

[www.hebammensuche-sh.de](http://www.hebammensuche-sh.de)

## Hebammenhilfe Nordfriesland

Hebammen begleiten eine schwangere Frauen während der Schwangerschaft, der Geburt, dem Wochenbett und der Stillzeit. Jede Schwangere hat ein Recht auf Hebammenbetreuung. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Zusatzleistungen werden leider nicht von allen Kassen übernommen (Eine Aufstellung der Zusatzleistungen finden Sie auf der Webseite, s.u.).

Hebammen arbeiten regionsübergreifend und vertreten sich gegenseitig. Jede Frau hat mit Beginn der Schwangerschaft ein Recht auf Hebammenbetreuung. Bitte melden Sie sich frühzeitig für eine Betreuung an.

Hier finden Sie Adressen von Hebammen in Nordfriesland:

[www.hebammen-nordfriesland.de](http://www.hebammen-nordfriesland.de)



## Frühe Hilfen

Sie erwarten oder haben ein Baby bekommen und möchten bestmöglich für Ihr Kind sorgen, doch manchmal wissen Sie nicht genau, was das Beste ist?

Viele Fragen stellen sich bereits in der Schwangerschaft und besonders dann, wenn das Baby gerade geboren ist: Bei den Frühen Hilfen sind Sie mit solchen Fragen genau richtig. Die Frühen Hilfen möchten Sie als Eltern, als Mütter und Väter in der besonderen Zeit rund um die Geburt und in den ersten Lebensjahren Ihres Kindes unterstützen.

Unsere Angebote reichen von Information und Beratung bis hin zur Vermittlung und praktischer Alltagsunterstützung für Schwangere, werdende Eltern und junge Familien. Einen Schwerpunkt bildet dabei insbesondere die Altersgruppe der Null- bis Dreijährigen.

### Angebot/ Leistung:

- Unterstützung durch Familienhebammen, insbesondere für Alleinerziehende, Familiengesundheitskinderkrankenpfleger\*Innen oder durch Fachkräfte der frühen Hilfen für Familien mit Unterstützungsbedarf,
- Stillgruppen und Stillcafés,
- offene Angebote für junge Familien.

### *Tip:*

**Die frühen Hilfen sind durch ihr regionales Netzwerk in ganz Nordfriesland vertreten.**

Hier finden Sie die Kontaktdaten der Ansprechpersonen vor Ort:

Hier finden Sie die Kontaktdaten der Familienhebammen:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)





## “Eltern-Start-Hilfe”

Die Beratungsstelle der “Eltern-Start-Hilfe” kümmert sich um die Bedarfe junger Familien mit Kindern unter 3 Jahren.

### Angebot/ Leistungen:

- Gruppenangebote für Alleinerziehende, Mutter/Vater/Kind, junge werdende Mütter, „Frühchentreff“,
- pädagogische Beratungsstelle für Schwangere und Familien mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr,
- Beratung zu kindbezogenen Leistungen & finanziellen Hilfsmöglichkeiten.

### Eltern-Start-Hilfe Niebüll

Lebenshilfeeinrichtungen Niebüll

Uhlebüller Str. 76

25899 Niebüll

### Kontakt:

Frau Romy Dobbert

Tel.: 04661 90 16 13 1

Mobil: 0151 58 22 90 31

Mail: [dobbert@leni-mail.de](mailto:dobbert@leni-mail.de)



englisch  
französisch



## Familie leben

Sie sind schwanger oder vor Kurzem Mutter/ Eltern geworden und sind sich unsicher, ob Sie alles richtig machen? Sie merken, dass Sie Hilfe brauchen, sind aber nicht sicher, wen Sie ansprechen können?

Hier erhalten Schwangere und Familien mit Säuglingen und Kleinkindern Beratung und Unterstützung zu verschiedenen Themen.

### Angebot/ Leistungen:

- Offen für alle Eltern, vertraulich und kostenlos,
- Beratung zu Entwicklungs- und Erziehungsfragen,
- Beratung zu finanziellen Fragen,
- Auf Wunsch kommen wir auch zu Ihnen nach Hause.

### Familie leben in Husum

Ev. Familienbildungsstätte

Woldsenstraße 47

25813 Husum

### Kontakt:

Frau Sabine Tolkmitt

Tel: 04841 69 14 40

Mobil: 01511 29 90 34 6

Mail: [tolkmitt@dw-husum.de](mailto:tolkmitt@dw-husum.de)

Frau Thordis Harmsen

Tel: 04841 80 38 44 6

04841 69 14 47

Mail: [harmsen@dw-husum.de](mailto:harmsen@dw-husum.de)



[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)

> Familie leben





## Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche

Bevor das Neugeborene mit der Mutter aus der Klinik entlassen wird, bekommt die Mutter ein gelbes Untersuchungsheft ausgehändigt. In diesem Heft werden alle Untersuchungsergebnisse eingetragen.

Neben dem gelben Vorsorgeheft können Eltern noch ein grünes Checkheft (Paed.plus®) für zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen bekommen.

Drei zusätzliche Gesundheitschecks empfiehlt der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte: Paed.Check®-U10, Paed.Check®-U11 und Paed.Check®-J2, doch die Kosten dafür erstatten noch nicht alle Krankenkassen.

Gut zu wissen:

**Folgende Vorsorgeuntersuchungen sind kostenlos**

- U1 bis U9 im gelben Vorsorgeheft und außerhalb des Heftes J1 (ohne Dokumentation für die Eltern).

## Wichtig: Meldepflicht

Die meisten Länder haben für die Mehrzahl der Vorsorgeuntersuchungen eine Meldepflicht eingeführt, d. h., die Vorsorgeuntersuchungen sind verpflichtend. Geht keine Vorsorge Meldung ein, wird bei den Eltern nachgehakt.





## Elterngeld

Elterngeld ist eine Leistung für Eltern von Säuglingen und Kleinkindern. Es soll den Eltern ermöglichen, ihr Kind zu erziehen und zu betreuen.

Elterngeld schafft einen Ausgleich, falls die Eltern weniger Einkommen haben, weil sie nach der Geburt zeitweise weniger oder gar nicht mehr arbeiten. Elterngeld hilft also dabei, die finanzielle Lebensgrundlage der Familien zu sichern. Elterngeld gibt es auch für Eltern, die vor der Geburt gar kein Einkommen hatten.

### Wer bekommt Elterngeld?

Als Mutter oder Vater können Sie unter folgenden Grundvoraussetzungen Elterngeld bekommen:

- Sie betreuen und erziehen Ihr Kind selbst.
- Sie leben mit Ihrem Kind in einem gemeinsamen Haushalt.
- Sie leben in Deutschland.
- Sie arbeiten gar nicht oder nicht mehr als 32 Stunden pro Woche.

Weitere Informationen zu den Voraussetzungen für Elterngeld finden Sie hier:

[www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)



Die Leistung können Sie ab der Geburt Ihres Kindes bekommen. Es wird monatsweise gezahlt, allerdings nicht für Kalendermonate, sondern für die Lebensmonate Ihres Kindes. Die Dauer des Elterngeldbezugs richtet sich nach der Form des Elterngelds:

- Basiselterngeld: maximal 12 Monate + 2 Partnermonate,
- Elterngeld-Plus: maximal doppelt so lang wie Basiselterngeld,
- Partnerschaftsbonus: Anzahl der Elterngeld-Plus Monate + maximal 4 Bonusmonate.

## Elterngeld

Als Alleinerziehende haben Sie denselben Anspruch auf Elterngeld wie Elternpaare. Dazu müssen Sie auch dieselben Voraussetzungen erfüllen. Wenn Sie diese erfüllen, können Sie das komplette Elterngeld alleine beanspruchen, das heißt: Sie können auch die Partnermonate und den Partnerschaftsbonus bekommen.

### Wie viel Elterngeld erhalte ich?

Elterngeld orientiert sich am vorherigen Nettoeinkommen und beträgt mindestens 65% des entfallenden Nettoeinkommens (mindestens 300 und höchstens 1.800 Euro).

Mit dem Elterngeldrechner (QR-Code) können Sie unverbindlich berechnen, wie viel Elterngeld Sie als Alleinerziehende oder Alleinerziehender bekommen können.

### Wer erhält den Partnerschaftsbonus?

Wenn Sie alleinerziehend sind, können Sie den Partnerschaftsbonus auch für sich alleine nutzen. Sie erhalten zusätzlich für 2, 3 oder 4 aufeinander folgende Lebensmonate ihres Kindes ElterngeldPlus, wenn Sie in diesen Monaten zwischen 24 und 32 Stunden pro Woche arbeiten.

Elterngeld muss schriftlich beantragt werden. Das Formular hierzu finden Sie hier:

[www.schleswig-holstein.de](http://www.schleswig-holstein.de)



Eine gute Übersicht rund um das Thema Elterngeld finden Sie hier:

[www.elterngeld.de](http://www.elterngeld.de)



## Elternzeit

Elternzeit ist eine unbezahlte Auszeit vom Berufsleben für Mütter und Väter, die ihr Kind selbst betreuen und erziehen. Als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer können Sie Elternzeit von Ihrem Arbeitgeber verlangen. Während der Elternzeit muss Ihr Arbeitgeber Sie pro Kind bis zu 3 Jahre von der Arbeit freistellen. In dieser Zeit müssen Sie nicht arbeiten und erhalten keinen Lohn. Zum Ausgleich können Sie Elterngeld beantragen.

Elternzeit ist in jedem Arbeitsverhältnis möglich, auch in Teilzeitbeschäftigung und Mini-Job, und jedes Elternteil kann Elternzeit nehmen. Die Aufteilung der Elternzeit hängt von den individuellen Bedürfnissen der Eltern ab und ist an bestimmte Voraussetzungen gekoppelt.

Zur bestmöglichen Nutzung der Elternzeit empfehlen wir Ihnen, sich beraten zu lassen.

### Gut zu wissen:

Umfangreiche Informationen zum Thema Elterngeld & Elternzeit erhalten Sie über das Familienportal des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:



[www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)

### Kostenlose Servicehotline:

Tel.: 030 20 17 91 30





## Kindergeld

Kindergeld sichert die grundlegende Versorgung von Kindern ab der Geburt und mindestens bis zu deren 18. Geburtstag. Vom Kindergeld profitieren vor allem Familien mit kleinen und mittleren Einkommen.

### Was sind die Voraussetzungen?

- Ihr Kind ist unter 18 Jahre alt (unter bestimmten Voraussetzungen können Sie auch Kindergeld für volljährige Kinder beantragen und erhalten).
- Sie versorgen Ihr Kind regelmäßig und es lebt in Ihrem Haushalt (das gilt auch für Stiefkinder, Enkelkinder oder Pflegekinder).
- Ihr Wohnort befindet sich in Deutschland, einem anderen Land der EU, in Norwegen, Liechtenstein, Island oder der Schweiz.

Mehr erfahren Sie auf der Seite der Arbeitsagentur zu Kindergeld für Menschen im oder aus dem Ausland.

### Höhe des Kindergeldes:

Bei mehreren Kindern, bestimmt die Anzahl die Höhe des Kindergeldes, das Sie erhalten. Das gilt auch dann, wenn eines der Kinder nicht bei Ihnen lebt (Zählkind): Ab dem dritten Kind steht Ihnen mehr Kindergeld zu – auch, wenn dessen Geschwister beim anderen Elternteil leben.

Kindergeld seit dem 1. Januar 2021:

- 1. Kind: 219 Euro
- 2. Kind: 219 Euro
- 3. Kind: 225 Euro
- ab dem 4. Kind: 250 Euro

## Kindergeld

### **Anspruchsdauer:**

Grundsätzlich besteht für alle Kinder ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres Anspruch auf Kindergeld. Auch darüber hinaus kann unter bestimmten Bedingungen das Kindergeld weiter gezahlt werden z. B. für Personen, die:

- sich in Ausbildung befinden oder ein Studium absolvieren,
- sich in einer Übergangszeit befinden (z. B. zwischen Schulabschluss und Studium bzw. Ausbildungsantritt, bei Praktika & Freiwilligendiensten, über max. 4 Monate),
- arbeitslos sind und als ausbildungsplatzsuchend bei der Bundesagentur gemeldet sind.

Der Antrag auf Kindergeld kann bei der Familienkasse gestellt werden. Das Formular finden sie hier:

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

> Kindergeld beantragen



### **Familienkasse Nord Flensburg**

Eckernförder Landstr. 65

24941 Flensburg

### **Kontakt:**

Tel.: 0800 45 55 53 0



Weitere Informationen unter:

[www.familienkasse.de](http://www.familienkasse.de)



## Kinderzuschlag

Wenn das Einkommen nicht für die ganze Familie reicht, können Eltern beziehungsweise Erziehungsberechtigte **zusätzlich zum Kindergeld den Kinderzuschlag (umgangssprachlich: Kindergeldzuschlag)** erhalten. Der Antrag auf Kinderzuschlag muss jedoch gesondert bei der Familienkasse gestellt werden.

In der Regel erhalten Sie Kinderzuschlag für 6 Monate, danach müssen Sie diesen neu beantragen.

### Was sind die Voraussetzungen für Kinderzuschlag?

- Ihr Kind lebt in Ihrem Haushalt, ist unter 25 Jahre alt und nicht verheiratet bzw. befindet sich nicht in einer eingetragenen Lebenspartnerschaft.
- Sie erhalten Kindergeld (oder eine vergleichbare Leistung) für Ihr Kind.
- Das Bruttoeinkommen Ihrer Familie beträgt mindestens 900 Euro (Paare) beziehungsweise 600 Euro (Alleinerziehende).
- Sie hätten genug Geld für den Unterhalt Ihrer Familie, wenn Sie zusätzlich zu Ihrem Einkommen Kinderzuschlag und eventuell Wohngeld erhalten würden.

Gut zu wissen:

Mit dem Online-Tool der Bundesagentur für Arbeit können Sie schnell und unverbindlich prüfen, ob Sie einen Anspruch haben:



[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
> Kinderzuschlag beantragen

## Kinderzuschlag

Der Kinderzuschlag wird für jedes Kind einzeln berechnet. Sie erhalten monatlich höchstens 209 Euro pro Kind. Den Antrag auf Kinderzuschlag können Sie online stellen.

### Familienkasse Nord Flensburg

Eckernförder Landstr. 65

24941 Flensburg

### Kontakt:

Tel.: 0 800 45 55 53 0



[www.familienkasse.de](http://www.familienkasse.de)

## NOTIZEN

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Mutterschaftsleistungen

Mutterschaftsleistungen sichern Ihr Einkommen, wenn Sie während Ihrer Schwangerschaft oder nach der Geburt Ihres Kindes nicht arbeiten dürfen, zum Beispiel während der Mutterschutzfristen.

### **Mutterschutz**

Der Mutterschutz ist ein besonderer Schutz für Frauen, die in einem Beschäftigungsverhältnis stehen und schwanger sind oder ein Kind stillen. Geschützt werden sowohl die Mütter als auch die Kinder, sowohl vor der Geburt als auch danach. Zum Mutterschutz gehören unter anderem:

- der Schutz der Gesundheit am Arbeitsplatz,
- ein besonderer Schutz vor Kündigung,
- ein Beschäftigungsverbot in den Wochen vor und nach der Geburt, sowie
- die Sicherung des Einkommens während des Beschäftigungsverbots.

Mutterschutz erhalten alle beschäftigten Frauen. Es kommt dabei nicht auf die Art des Beschäftigungsverhältnisses an.

Hier finden Sie einen Erklärfilm des Bundesministeriums zum Thema Mutterschutz:

[www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)



## Mutterschaftsleistungen

### Wann muss ich meinen Arbeitgeber über meine Schwangerschaft informieren?

Ob und wann Sie Ihrem Arbeitgeber Ihre Schwangerschaft mitteilen, entscheiden Sie selbst. Bitte bedenken Sie jedoch: Gerade in den ersten drei Monaten Ihrer Schwangerschaft können Gefährdungen für Ihr ungeborenes Kind bestehen. Je früher Sie Ihren Arbeitgeber von Ihrer Schwangerschaft unterrichten, desto besser kann er einen wirkungsvollen Mutterschutz sicherstellen.

#### Gut zu wissen: **Mutterschutzfrist**

- Beginn: normalerweise 6 Wochen vor der Entbindung (gemäß voraussichtlichem Entbindungstermin, der durch einen Arzt dokumentiert wurde).
- Ende: in der Regel 8 Wochen nach der Entbindung (bei medizinischen Frühgeburten, bei Mehrlingsgeburten und auf Antrag auch bei der Geburt eines Kindes mit einer Behinderung zwölf Wochen nach der Entbindung.).

### Mutterschaftsgeld

Mutterschaftsgeld wird von den gesetzlichen Krankenkassen während der Schutzfristen, vor und nach der Entbindung sowie für den Entbindungstag gezahlt. Das Mutterschaftsgeld kann frühestens sieben Wochen vor dem mutmaßlichen Geburtstermin beantragt werden, da die diesbezügliche ärztliche Bescheinigung frühestens eine Woche vor Beginn der Schutzfrist ausgestellt werden darf.

Das Mutterschaftsgeld der gesetzlichen Krankenkassen erhalten nur Frauen, die Mitglied einer gesetzlichen Krankenversicherung sind.



## Mutterschaftsleistungen

### Wie viel Mutterschaftsgeld erhalte ich?

Die Höhe der Leistung richtet sich nach dem durchschnittlichen Nettolohn der letzten drei Monate, beträgt aber maximal 13 Euro pro Tag. Der Durchschnitt wird aus den letzten drei abgerechneten Kalendermonaten vor Beginn Ihrer Mutterschutzfrist berechnet.

Falls Ihr Nettolohn in dieser Zeit höher war als 13 Euro pro Tag, dann deckt Ihr Arbeitgeber den Differenzbetrag in Form des Arbeitgeberzuschusses zum Mutterschaftsgeld ab.

### Weitere Voraussetzungen:

- Sie sind berufstätig.
- Sie sind Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse.

### Mutterschutzlohn

Mutterschutzlohn können Sie erhalten, wenn ihr Arzt Ihnen vor Beginn und nach Ende der Mutterschutzfristen ein Beschäftigungsverbot erteilt hat.

### Wie viel Mutterschutzlohn erhalte ich?

Als Grundlage dient das durchschnittliche Arbeitsentgelt der letzten drei abgerechneten Kalendermonate vor Eintritt der Schwangerschaft. Beginnt das Arbeitsverhältnis erst nach Eintritt der Schwangerschaft, ist das durchschnittliche Arbeitsentgelt aus dem Arbeitsentgelt der ersten drei Monate der Beschäftigung zu berechnen. Der Mutterschutzlohn gilt als normaler Lohn und wird automatisch und ohne Antrag als Lohnfortzahlung gewährt.

### Welche Nachweise sind nötig?

Um Mutterschutzlohn zu erhalten, müssen Sie ein Attest über das Beschäftigungsverbot bei Ihrem Arbeitgeber vorlegen. Dieses sollte genaue Angaben über den Zeitraum und Umfang des Beschäftigungsverbots enthalten.

## Mutterschaftsleistungen

**Für eine Beratung im Hinblick auf Ihre Ansprüche wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse.**

Für weitere Fragen nutzen Sie das Servicetelefon des Bundesfamilienministeriums:

Tel.: 030 20 179130

Mail: [info@bmfsfj-service.bund.de](mailto:info@bmfsfj-service.bund.de)

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)



### **Mutter-Kind-Kur/ Vater-Kind-Kur/ Mütterkur :**

Die Mutter- bzw. Vater-Kind-Kur oder eine Mütterkur bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Gesundheit zu stärken, Abstand vom Alltag zu gewinnen und in aller Ruhe neue Wege aus belastenden Strukturen zu finden. Dabei handelt es sich um eine stationäre, medizinische Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme, das heißt Sie besuchen entweder mit oder ohne ihr(e) Kind(er) über die Dauer der Kur (in der Regel 21 Tage) eine Kurklinik.

*Weitere Informationen finden Sie auf Seite 138.*



## Wie organisiere ich die Kinderbetreuung?

Kinderbetreuung bezeichnet die pflegende, beaufsichtigende, erziehende Tätigkeit Erwachsener gegenüber Kindern. Ein Kind ist rechtlich gesehen in der Regel jeder junge Mensch, der das 14. Lebensjahr noch nicht vollendet hat.

### Heutzutage ist die Betreuung in zwei Formen vorherrschend:

- die Betreuung in einer Kindertageseinrichtung und
- die Betreuung durch die Kindertagespflege.

**Kindertageseinrichtungen** sind sozialpädagogische Einrichtungen, in denen Kinder bis zum vollendeten 14. Lebensjahr ganztags oder für einen Teil des Tages regelmäßig gefördert werden können. Je nach Alter Ihres Kindes kommen verschiedene Einrichtungen in Betracht, die im Folgenden erläutert werden.

**Kindertagespflege** bezeichnet die Betreuung durch eine Kindertagespflegeperson, die i. d. R. selbstständig arbeitet.

Gut zu wissen:

#### **Rechtsanspruch auf frühkindliche Förderung**

(§5 Abs. 1 Kindertagesförderungsgesetz, KiTaG)

Es besteht ein rechtlicher Anspruch auf einen Betreuungsplatz bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres. Ein Kind, das das dritte Lebensjahr vollendet hat, hat bis zum Schuleintritt Anspruch auf Förderung in einer Kindertageseinrichtung im Umfang von täglich mindestens fünf Stunden. Für die Platzvermittlung ist der örtliche Träger der Jugendhilfe zuständig.

Die Kontaktdaten des Jugendamtes finden Sie auf Seite 65.

## Betreuung in Kindertageseinrichtungen

### **Altersgruppe 0 - 3 Jahre:**

#### **Krippe**

Krippen sind Einrichtungen, in denen Kinder im Alter von 0-3 Jahren von geschultem Fachpersonal betreut werden. Die Gruppe besteht aus maximal 10 Kindern.

### **Altersgruppe 3 - 6 Jahre:**

#### **Kindergarten**

Betreuung in einer Kindertageseinrichtung für Kinder ab 3 Jahren bis zum Schuleintritt. Die Gruppe besteht aus maximal 20 Kindern.

### **Altersgruppe 6 - 14 Jahre**

#### **Hort**

Betreuung nach der Unterrichtszeit in einer Kindertageseinrichtung für Schulkinder bis zur Vollendung des 14. Lebensjahres. Die Gruppe besteht aus maximal 20 Kindern.

### **Offene Ganztagschule (OGTS)**

Offene Ganztagsbetreuung von Schulkindern findet über den Nachmittag statt. Sie umfasst oftmals die Mittagsverpflegung, Hausaufgabenbetreuung und verschiedene Gruppenangebote, beispielsweise Arbeitsgemeinschaften (Ags). Nahezu jede Grundschule hält ein offenes Ganztagsangebot vor, das sich von Schule zu Schule unterscheidet. Für weitere Informationen fragen Sie direkt bei Ihrer Schulenach.

Hier wird Kinderbetreuung in sechs verschiedenen Sprachen erklärt:

[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

>Herzlich Willkommen in unserer Kita





### *Tip:*

#### Wie finde ich einen guten Betreuungsplatz?

Um eine geeignete Einrichtung zu finden, können Sie sich online im Kita-Portal Schleswig - Holstein registrieren. Für weitere Unterstützung wenden Sie sich gerne an das für Sie zuständige Jugendamt (s. Seite 65).

[www.kitaportal-sh.de](http://www.kitaportal-sh.de)



Detailliertere Informationen zum Thema Kinderbetreuung haben wir online für Sie zusammengestellt:

[www.forum-alleinerziehende.de](http://www.forum-alleinerziehende.de)

>Organisation von Kinderbetreuung

### Betreuung durch Kindertagespflegepersonen

#### “Tagesmütter/Tagesväter”

Die Betreuung des Kindes kann im Haushalt der Kindertagespflegeperson oder im Haushalt der Eltern selbst stattfinden. Diese Form der Betreuung ist ein gleichrangiges Angebot zur Förderung von Kindern in Kindertageseinrichtungen (KiTas). Gruppengröße: maximal 5 Kinder.

Weitere Informationen zum Thema Kindertagespflege erhalten Sie hier:

[www.fruehe-chancen.de](http://www.fruehe-chancen.de)

> Wegweiser Kindergartenbetreuung in Deutschland



## Betreuung in Kindertageseinrichtungen

Um eine geeignete Tagespflegeperson zu finden, können Sie sich eigenständig auf die Suche begeben oder sich von dem örtlichen Träger der Jugendhilfe beraten lassen.

Ihr Ansprechpartner rund um das Thema Kinderbetreuung ist das Sachgebiet KiTa (Jugendamt) des Kreises Nordfriesland.

### Kreis Nordfriesland

Fachdienst Jugend, Familie und Bildung  
Sachgebiet KiTa  
Großstraße 7 - 11  
25813 Husum

### Kontakt:

Frau Birte Überleer  
Tel.: 04841 67 15 0  
Mail: [birte.ueberleer@nordfriesland.de](mailto:birte.ueberleer@nordfriesland.de)



[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)



englisch  
plattdeutsch  
dänisch



## Kindergartenbeitragsermäßigung/ Sozialstaffel

### Was kostet mich die Kinderbetreuung?

Für den Besuch der Kindertageseinrichtungen und die Betreuung durch Tagespflegepersonen sind unterschiedlich hohe Gebühren (Elternbeiträge) zu entrichten. Im Rahmen der vom Kreis Nordfriesland eingerichteten Sozialstaffel/ Geschwisterermäßigung können diese unter bestimmten Voraussetzungen ermäßigt oder ganz erlassen werden.

Eine Beratung zur Sozialstaffel sowie das zugehörige Antragsformular erhalten Sie in dem für Sie zuständigen Sozialzentrum.

Die Adressen der Sozialzentren finden Sie auf Seite 34.

Weitere Informationen zum Thema Sozialstaffel haben wir online für Sie zusammengestellt:

[www.forum-alleinerziehende.de](http://www.forum-alleinerziehende.de)  
>Kindergartenbeitragsermäßigung/  
Sozialstaffel



## Kinderkrankentage

Wenn sich Eltern von der Arbeit freistellen lassen müssen, weil das eigene Kind krank ist oder die Betreuungseinrichtung schließen musste, können Sie von den sog. Kinderkrankentagen gebrauch machen. Zum Ausgleich des Verdienstausfalls erhalten sie Kinderkrankengeld.

Gesetzlich krankenversicherte Elternteile können pandemiebedingt derzeit je gesetzlich krankenversichertem Kind für 30 Arbeitstage pro Kalenderjahr (Alleinerziehende für 60 Arbeitstage) Kinderkrankengeld beantragen. Bei mehreren Kindern besteht der Anspruch je Elternteil für maximal 65 Arbeitstage, bei Alleinerziehenden für nicht mehr als 130 Arbeitstage.

Der Anspruch für versicherte Elternpaare lag vor Pandemiebeginn bei 10 Tagen pro Kalenderjahr, für Alleinerziehende bei bis zu 20 Tagen, und bezieht sich dabei auf die von einem Arzt attestierte, notwendige Betreuung von Kindern, die das zwölfte Lebensjahr noch nicht vollendet haben. Bei Kindern, die eine Behinderung haben, besteht der Anspruch auch über das zwölfte Lebensjahr hinaus (§45 SGB V).

Weitere Informationen finden Sie unter:

**[www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)**

>Kinderkrankentage





## Kinderkrankengeld

Kinderkrankengeld können Sie bei Ihrer Krankenkasse beantragen. Es ersetzt bis zu 90% des entfallenden Nettolohns.

Gut zu wissen:

### **Definition - Wer gilt als Alleinerziehend?**

Als alleinerziehend ist grundsätzlich ein Elternteil anzusehen, der das alleinige Personensorgerecht für das mit ihm im gemeinsamen Haushalt lebende Kind hat. Als alleinerziehend gilt auch, wer als erziehender Elternteil faktisch alleinstehend ist. Die Krankenkasse prüft, ob eine Erklärung des Elternteils ausreichend ist oder weitere Nachweise einzureichen sind.

## **Vorsicht:**

**Eltern mit geringfügig entlohnter Beschäftigung (Minijob) sind in der gesetzlichen Krankenversicherung in der Regel nicht mit Anspruch auf Krankengeld versichert**, sodass sie zwar Anspruch auf unbezahlte Freistellung von der Arbeit (§ 45 Abs. 5 SGB V) haben, aber nicht das Kinderkrankengeld erhalten können.

Weitere Informationen zum Thema  
Kinderkrankengeld finden Sie hier:

[www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)

> Kinderkrankengeld







## Beistandschaft

Beim Jugendamt des Kreises Nordfriesland können Sie für Ihr unterhaltsberechtigtes Kind eine Beistandschaft einrichten. Das Einsetzen eines Beistandes bedeutet keine Einschränkung Ihrer elterlichen Sorge.

### **Auf Antrag kann Ihr Beistand folgende Aufgaben übernehmen:**

- Feststellung der Vaterschaft (Vaterschaftsanerkennung, gerichtliche Feststellung der Vaterschaft),
- Außergerichtliche oder gerichtliche Geltendmachung des Kindesunterhalts.

### **Wer kann einen Beistand beantragen?**

- Der Elternteil, dem die alleinige elterliche Sorge zusteht,
- Bei gemeinsamer elterlicher Sorge: der Elternteil, bei dem das Kind lebt.

### **Kreis Nordfriesland - Fachdienst Unterhalt**

Fachbereich Jugend, Familie und Bildung

Großstraße 7 - 11

25813 Husum

#### **Kontakt:**

Tel.: 04841 67 18 4

Mail: [unterhalt@nordfriesland.de](mailto:unterhalt@nordfriesland.de)

Hier finden Sie die Ansprechpartner\*innen  
des Jugendamts:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)



## Betreuungsunterhalt

Wenn Sie nach einer Trennung die Kindererziehung übernehmen, haben Sie grundsätzlich für drei Jahre nach der Geburt einen Anspruch auf den sog. Betreuungsunterhalt gegenüber dem anderen Elternteil. Sie können in dieser Zeit einer Erwerbstätigkeit nachgehen, dies kann jedoch nicht von Ihnen verlangt werden. Zwischen ehelichen und nichtehelichen Kindern wird nicht unterschieden.

### Wer erhält Betreuungsunterhalt?

Um Betreuungsunterhalt zu bekommen, müssen Sie die folgenden Voraussetzungen erfüllen:

- Sie sind allein für die Erziehung des Kindes oder der gemeinsamen Kinder verantwortlich.
- Das Kind ist noch keine drei Jahre alt (unter bestimmten Voraussetzungen ist auch ein längerer Bezug von Betreuungsunterhalt möglich).
- Falls Sie trotz Kindererziehung arbeiten: Ihr Einkommen ist geringer als das Einkommen Ihres Expartners/ Ihrer Expartnerin.

### *Tip:*

#### **Was ist der Unterschied zum Kindesunterhalt?**

Der entscheidende Unterschied liegt darin, dass der Kindesunterhalt dem Kind zusteht, der Betreuungsunterhalt dem Elternteil, der wegen der Betreuung keiner Erwerbstätigkeit nachgeht.



## Betreuungsunterhalt

Bei Fragen zum Betreuungsunterhalt,  
wenden Sie sich an den Fachdienst  
Unterhalt:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

> Betreuungsunterhalt



### Kreis Nordfriesland - Fachdienst Unterhalt

Fachbereich Jugend, Familie und Bildung

Großstraße 7 - 11

25813 Husum

#### Kontakt:

Tel.: 04841 67 18 4

Mail: [unterhalt@nordfriesland.de](mailto:unterhalt@nordfriesland.de)



## Ehegatt\*innenunterhalt

Nach einer Scheidung sind beide Ehepartner\*innen grundsätzlich verpflichtet, selbst für den eigenen Unterhalt zu sorgen.

In einigen Fällen kommt jedoch die Zahlung von Unterhalt in Betracht. Die Unterhaltshöhe wird individuell berechnet, denn die gesetzlichen Regelungen zum Unterhaltsrecht sind kompliziert und ändern sich in regelmäßigen Abständen.

Wenn Sie einen Unterhaltsanspruch gegenüber Ihrem Ehepartner/ Ihrer Ehepartnerin geltend machen wollen, empfehlen wir, eine Rechtsanwältin/ einen Rechtsanwalt zu beauftragen.

### *Tip:*

Bei allen Fragen zum Thema Unterhalt können Sie sich auch an die kostenlose Rechtshotline der Stiftung Alltagsheldinnen wenden.

**Tel.: 0800 50 60 600**

Hier kann online ein persönlicher  
Termin gebucht werden:

[www.hotline-familienrecht.de](http://www.hotline-familienrecht.de)





## Kindesunterhalt

Wenn ein getrennt lebender Elternteil ein minderjähriges Kind betreut, besteht grundsätzlich Anspruch auf Kindesunterhalt und zwar unabhängig von den Einkommensverhältnissen.

Die Höhe des Kindesunterhalts bemisst sich am Einkommen des Elternteils, das den Barunterhalt zahlen muss sowie dem Alter des Kindes. Der konkrete Zahlbetrag ergibt sich aus der sogenannten Düsseldorfer Tabelle und den Leitlinien des OLG Schleswig-Holsteins.

Düsseldorfer Tabelle (Stand 01.01.2022):

[www.olg-duesseldorf.nrw.de](http://www.olg-duesseldorf.nrw.de)



### *Tip:*

Soweit vom Unterhaltsverpflichteten kein oder kein regelmäßiger Unterhalt gezahlt wird, können Kinder von unverheirateten Alleinerziehenden bis zum Alter von 18 Jahren von der Unterhaltsvorschusskasse Unterhalt erhalten. Voraussetzung dafür ist u.a., dass die über zwölfjährigen Kinder nicht auf SGB II-Leistungen angewiesen sind oder ihr alleinerziehender Elternteil im SGB II-Bezug mindestens 600 Euro verdient.

Bei Fragen zum Thema Kindesunterhalt, wenden Sie sich an den Fachdienst Unterhalt:

[www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)

> Sorgerecht



## Unterhaltsvorschuss

Der Unterhalt Ihres minderjährigen Kindes ist nicht gesichert, weil der unterhaltspflichtige Elternteil keinen Unterhalt zahlt und/oder nicht zahlen kann?

Dann können Sie einen Antrag auf Unterhaltsvorschuss bei der Unterhaltsvorschusskasse des Kreises Nordfriesland stellen. In diesem Fall tritt die zuständige Unterhaltsvorschusskasse in Vorlage.

Hier finden Sie einen Erklärfilm zum Thema:

[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)



*Weitere Informationen finden Sie auf Seite 29.*





## Sorgerecht

Waren die Eltern eines Kindes verheiratet oder haben sie jeweils übereinstimmende Sorgeerklärungen für ihr Kind abgegeben, üben sie auch nach der Trennung oder Scheidung die elterliche Sorge für ihr Kind gemeinsam aus.

Haben die Eltern nach Trennung und Scheidung die gemeinsame Sorge, müssen sie über die Angelegenheiten von erheblicher Bedeutung für ihr Kind gemeinsam entscheiden. Über die Angelegenheiten des täglichen Lebens entscheidet der Elternteil, bei dem sich das Kind gegenwärtig aufhält.

Sind Sie als Mutter nicht mit dem Vater Ihres Kindes verheiratet, haben Sie die alleinige elterliche Sorge. Wenn Sie die gemeinsame Sorge wollen, können Sie eine gemeinsame Sorgeerklärung beim Jugendamt Nordfriesland beurkunden lassen.

### *Tip:*

Für Ihre Entscheidung, welche Form der Sorge für Sie und Ihr Kind die Beste ist, ist es wichtig, sich umfassend informieren und beraten zu lassen.

*Beraten werden Sie bei Familien- und Erziehungsberatungsstellen (siehe Seite 44) oder beim Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV, siehe Seite 80).*

Weitere Informationen zum Thema  
Sorgerecht erhalten Sie hier (S. 31):

[www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)







## Umgangsrecht

Jedes Kind hat ein eigenständiges Recht auf Umgang mit beiden Eltern. Jeder Elternteil hat unabhängig von der Familienform, in der er lebt, ein Recht auf Umgang mit seinem Kind.

Das Umgangsrecht steht also auch Eltern zu, die nicht miteinander verheiratet waren und zwar unabhängig davon, wie das Sorgerecht geregelt ist. Die Eltern sind ihrerseits ebenso zum Umgang mit dem Kind verpflichtet.

Das Umgangsrecht geht von dem Grundsatz aus, dass der Umgang mit beiden Eltern zum Wohle des Kindes ist. Auch Großeltern, Geschwister, Stiefeltern und andere, enge Bezugspersonen des Kindes haben ein Recht auf Umgang mit dem Kind, wenn dieser dem Wohl des Kindes entspricht und für seine Entwicklung förderlich ist.

Bei Umgangsschwierigkeiten können Sie Unterstützung durch das Jugendamt (siehe Seite 155) oder andere Beratungsstellen erhalten.

### *Tip:*

Der Verband Alleinerziehender Mütter und Väter empfiehlt getrennten Eltern mit gemeinsamer Sorge, die Form des Umgangs schriftlich in einer Elternvereinbarung festzuhalten und stellt hierfür einen Vordruck zur Verfügung:



[www.vamv.de](http://www.vamv.de)

> Elternvereinbarung bei gemeinsamer Sorge

## Anerkennung der Vaterschaft

Der Mann, der zum Zeitpunkt der Geburt mit der Mutter verheiratet ist, gilt als rechtlicher Vater des Kindes. Leben die Eltern in einer anderen Familienform zusammen oder ist die Ehe geschieden, muss die Vaterschaft anerkannt oder vom Gericht festgestellt werden.

Ist das Kind nach der rechtskräftigen Scheidung des Ehepaares geboren, wird es nicht mehr automatisch dem geschiedenen Ehemann zugerechnet, auch dann nicht, wenn noch kein anderer Mann die Vaterschaft anerkannt hat.

Wird ein Kind vor der Scheidung, aber nach gestelltem Scheidungsantrag geboren, gilt folgendes: Erkennt ein anderer Mann, z. B. der neue Lebensgefährte der Mutter, die Vaterschaft bis spätestens ein Jahr nach Rechtskraft der Scheidung an und stimmt neben der Mutter der frühere Ehemann dieser Anerkennung zu, dann ist der frühere Ehemann nicht Vater des Kindes, sondern der Mann, der die Vaterschaft anerkannt hat.

Sind die Eltern bei der Geburt des Kindes nicht miteinander verheiratet, so ist derjenige im Sinne des Gesetzes der Vater, der die Vaterschaft anerkannt hat, sofern die Mutter dieser Anerkennung zustimmt. Verweigert der Vater die Anerkennung der Vaterschaft, so kann diese gerichtlich festgestellt werden.

### **Wenn die Vaterschaft nicht anerkannt wird,**

- können Sie Beistand vom Jugendamt erhalten. Im Rahmen einer freiwilligen Beistandschaft wird das Jugendamt selbst dann die Feststellung der Vaterschaft durchführen,
- könne Sie sich durch einen Anwalt vertreten lassen,
- könne Sie einen Antrag auf Feststellung der Vaterschaft bei der Rechtsantragsstelle des zuständigen Familiengerichts/ Amtsgerichts stellen.



## Renten für Hinterbliebene

### Renten für Witwen und Witwer

Sie haben grundsätzlich Anspruch auf eine Witwen- oder Witwerrente, wenn Sie bis zum Tod Ihres Ehepartners/Lebenspartners bzw. Ihrer Ehepartnerin/Lebenspartnerin miteinander verheiratet waren oder eine Lebenspartnerschaft bestand, welche mindestens ein Jahr andauerte.

#### **Ausnahme:**

Stirbt der Ehepartner/Lebenspartner oder die Ehepartnerin/Lebenspartnerin beispielsweise bei einem Unfall, besteht auch bei kürzerer Ehedauer ein Rentenanspruch.

Wenn Sie als Witwe oder Witwer erneut heiraten, fällt Ihre Witwen- oder Witwerrente weg. Sie haben dann ggf. Anspruch auf eine Rentenabfindung als „Startkapital“.

Weitere Informationen zur Witwen- bzw. Witwerrente finden Sie hier:

[www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)



### *Tip:*

#### **Sie sind geschieden und erziehen ein minderjähriges Kind?**

Dann können Sie beim Tod des Ex-Partners eine Erziehungsrente erhalten. Das gilt auch für verwitwete Ehe- oder Lebenspartner mit Rentensplitting.

Mehr Informationen zur Erziehungsrente finden Sie hier:

[www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)





## Renten für Hinterbliebene

### Renten für Waisen

Wenn Mutter, Vater oder beide Elternteile sterben, werden Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit Waisenrenten unterstützt. Eine **Halbwaisenrente** wird gezahlt, wenn noch ein Elternteil lebt, eine **Vollwaisenrente**, wenn kein Elternteil mehr lebt. Dafür muss der verstorbene Elternteil die Mindestversicherungszeit (Wartezeit) von fünf Jahren erfüllt haben, bei einem Arbeitsunfall ums Leben gekommen sein oder bis zum Tod eine Rente bezogen haben.

### Anspruch auf eine Waisenrente haben:

- Leibliche oder adoptierte Kinder des Verstorbenen,
- Stiefkinder und Pflegekinder, die im Haushalt des Verstorbenen lebten,
- Enkel und Geschwister, die im Haushalt des Verstorbenen lebten oder von ihm überwiegend unterhalten wurden.

### Wie lange wird die Waisenrente gezahlt?

Waisenrenten werden regelmäßig bis zum 18. Geburtstag des Kindes gezahlt. Die Halbwaisenrente beträgt 10 Prozent, die Vollwaisenrente 20 Prozent der Versichertenrente, auf die der Verstorbene Anspruch gehabt hätte oder die er bereits bezogen hat. Unter besonderen Voraussetzungen können Waisen diese Rente längstens bis zum 27. Geburtstag erhalten.

Für eine fundierte Beratung wenden Sie sich an die Spezialist\*innen der deutschen Rentenversicherungen:





## Trauerbegleitung für Eltern

Die Trauerbegleitung der Lebenshilfe Husum richtet sich an Eltern, die ihr Kind verloren haben und Hilfe benötigen.

### Angebot/ Leistungen:

- Individuelle Trauerbegleitung in geschütztem Raum,
- Für Eltern die Ihr Kind durch Fehlgeburt, Frühgeburt, Totgeburt oder kurz nach der Geburt verloren haben,
- Egal wie lange der Verlust zurückliegt – wir hören zu.

### Lebenshilfe Husum gGmbH

Soltbargen 5  
25813 Husum

### Kontakt:

Frau Simone Feddersen  
Tel.: 04671 94 22 71 0  
Mobil: 0151 25 02 04 84  
Mail: [feddersen@lebenshilfe-husum.de](mailto:feddersen@lebenshilfe-husum.de)

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.lebenshilfe-husum.de](http://www.lebenshilfe-husum.de)  
> Trauerbegleitung







## Gesundheitsämter

Das Gesundheitsamt übernimmt im Rahmen der Daseinsfürsorge öffentliche Verantwortung für die Gesundheit der Bevölkerung. Gesundheitsämter gehören neben der ambulanten und stationären Versorgung als »dritte Säule« zur Basis des Gesundheitswesens.

### Angebot/ Leistungen:

- Beratung bei Konflikten mit dem Partner, der Familie, den Eltern,
- Beratung für Frauen und Männer, die ihr Kind allein erziehen wollen,
- Beratung für Schwangere sowie Partner\*innen,
- Anlaufstelle für Informationen zur Antragsstellung bei der Bundesstiftung „Mutter und Kind - Schutz des ungeborenen Lebens“,
- Beratung bei Fragen zur Schwangerschaft und im Schwangerschaftskonflikt (staatlich anerkannte Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle nach § 219 StGB)

### Gesundheitsamt Husum

Damm 8  
25813 Husum

### Kontakt:

Tel.: 04841 670  
Mail: [gesundheitsamt@nordfriesland.de](mailto:gesundheitsamt@nordfriesland.de)

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

> Gesundheitsamt







## Plötzlich krank: Haushaltshilfen

Gesetzlich versicherte Eltern erhalten von der Krankenversicherung eine Haushaltshilfe, wenn sie aus einem der folgenden Gründe ihren Haushalt nicht weiterführen können:

- Wegen Schwangerschaft und Entbindung (keine Zuzahlung),
- Wegen einer Krankenhausbehandlung oder einer Kur (ggf. Zuzahlungen),
- Wegen einer Krankenhausbehandlung Ihres Kindes/Ihrer Kinder.

Voraussetzung ist, dass im Haushalt ein Kind unter 12 Jahren lebt oder behindert ist oder aber auf Hilfe angewiesen ist.

Der Anspruch auf eine Haushaltshilfe besteht nur, wenn niemand in Ihrem Haushalt lebt, der diesen für Sie weiterführen könnte. Sie haben Wahlfreiheit bei der Auswahl der passenden Haushaltskraft und es ist auch möglich, eine vertraute Person mit der Haushaltsführung zu betrauen. Nahe Verwandte oder Ehepartner bekommen die Vergütung der Krankenkasse nur, wenn sie dafür Verdienstaufschlag oder Fahrtkosten nachweisen können.

### *Tipp:*

Alleinerziehende können sich bei ihrer Krankenkasse erkundigen, ob diese freiwillig auch bei älteren Kindern für Betreuungsleistungen aufkommt.

Weitere Auskünfte erhalten Sie von Ihrer gesetzlichen Krankenkasse oder im Internet unter:

[www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de)



## Mutter-Kind-Kur, Vater-Kind-Kur & Mütterkur

### **Wer bei der Erziehung von Kindern auf sich allein gestellt ist, ist stark gefordert.**

Die Mutter- bzw. Vater-Kind-Kur bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Gesundheit zu stärken, Abstand vom Alltag zu gewinnen und in aller Ruhe neue Wege aus belastenden Strukturen zu finden.

Bei einer Kur handelt es sich um eine stationäre, medizinische Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme, das heißt Sie besuchen entweder mit oder ohne ihr(e) Kind(er) über die Dauer der Kur eine Kurklinik. Einige Kliniken haben besondere Angebote für Alleinerziehende entwickelt. Die Betreuung Ihrer Kinder ist in jedem Fall sichergestellt.

### **Wer hat Anspruch auf eine Kur?**

Alle, die in Erziehungsverantwortung stehen oder standen:

- Väter,
- Großeltern,
- Pflegeeltern,
- pflegende Angehörige.

Beantragen können Sie die Mutter-/Vater-Kind-Kur bei Ihrer zuständigen Krankenkasse. Empfohlen wird der vorherige Besuch einer Beratungsstelle, die zu diesem Leistungsbereich qualifiziert beraten kann.

Die Adressen der gemeinnützigen Beratungsstellen und weitere Informationen erhalten Sie über das Müttergenesungswerk:

[www.muettergenesungswerk.de](http://www.muettergenesungswerk.de)



## Mutter-Kind-Kur, Vater-Kind-Kur & Mütterkur

Gut zu wissen:

Eine Kur dauert in der Regel 3 Wochen. Bei vorliegen medizinischer Gründe ist eine Verlängerung möglich. Lassen Sie sich in den Familienbildungsstätten dazu kostenfrei beraten!

Beratung vor Ort erhalten Sie in den  
Ev. Familienbildungsstätten:

[www.fbs-husum.de](http://www.fbs-husum.de)



### **Evangelische Familienbildungsstätte Niebüll**

Diakonisches Werk Südtondern gGmbH

Uhlebüller Str. 22

25899, Niebüll

**Kontakt:**

Tel.: 04661 90 14 11 0

Mail: [evfbs@dw-suedtondern.de](mailto:evfbs@dw-suedtondern.de)

### **Evangelische Familienbildungsstätte Husum**

Diakonisches Werk Husum gGmbH

Woldsenstraße 47

25813, Husum

**Kontakt:**

Frau Stephanie Biber

Tel.: 04841 82 92 00 8

Mail: [kurberatung@dw-husum.de](mailto:kurberatung@dw-husum.de)

**Öffnungszeiten:**

Persönliche und telefonische Beratungen nach Voranmeldung.

## Pflegestützpunkt im Kreis Nordfriesland

Wenn ein Mensch und seine Angehörigen Unterstützung benötigen, stellen sich viele Fragen. Im Pflegestützpunkt erhalten Sie individuelle, unabhängige und kostenfreie Beratung zu den Themen Alter, Pflege und Betreuung.

### Angebot/ Leistungen:

- Beratung rund um die Themen Pflege, Alter und Betreuung für Betroffene, Angehörige und interessierte Bürgerinnen & Bürger,
- Anleitung zur Beantragung eines Pflegegrads,
- Auskunft zu regionalen Ansprechpartnern für Hilfs- und Unterstützungsleistungen.

Hier finden Sie weitere Kontaktadressen für das nördliche, mittlere und südliche Nordfriesland:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)



### Pflegestützpunkt im Kreis Nordfriesland

Damm 8  
25813 Husum

### Kontakt:

Frau Regina Reinert  
Tel.: 04841 67 71 0  
Mail: [pflugestuuetzpunkt@nordfriesland.de](mailto:pflugestuuetzpunkt@nordfriesland.de)



## Psychosoziale Beratung

Die psychosoziale Beratung hilft Ihnen in schwierigen Lebenssituationen, wenn Sie sich psychisch belastet fühlen oder Sie bereits erkrankt sind. Ziel der Beratung ist es, Menschen in unterschiedlichen Bereichen ihres Lebens und in verschiedenen Lebensphasen zu unterstützen und Veränderungsprozesse in Gang zu setzen.

Wir vereinbaren mit Ihnen ein erstes Gespräch und besprechen danach, wie es weitergehen soll. Je nach Problem können anschließend weitere beratende oder therapeutische Einzelgespräche (mit Erwachsenen, Kindern oder Jugendlichen), Paargespräche oder Familiengespräche vereinbart werden.

### *Tipps für Kinder:*

Ihr habt bei uns die Möglichkeit, Euch direkt an uns zu wenden, ohne dass Eure Eltern davon erfahren. Wir suchen gemeinsam nach Lösungen und überlegen, ob und wie Eure Eltern bzw. andere Stellen mit einbezogen werden sollten.

### **Angebot/ Leistungen:**

- Erziehungsberatung, Familien- und Paarberatung,
- Beratung für Familien in Trennungssituationen/ Scheidungsberatung,
- Beratung für Eltern mit sehr aktiven, durchsetzungsstarken oder verträumten Kindern,
- Schwangerenberatung und Schwangerschaftskonfliktberatung nach (§219 StGB).

## Psychosoziale Beratung

### **Psychologisches Beratungszentrum Husum**

Theodor-Storm-Straße 7  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Herr Peter Stoffers  
Tel.: 04841 69 14 40  
Mail: [pbz@dw-husum.de](mailto:pbz@dw-husum.de)

Das Psychologische Beratungszentrum besitzt Außenstellen in  
Bredstedt und Tönning

#### **Außenstelle Tönning**

Johann-Adolf-Straße 7/9  
25832 Tönning

#### **Außenstelle Breklum**

Kirchenstraße 7  
25821 Breklum



[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)

> Psychologisches Beratungszentrum



## Psychosoziale Beratung

### Beratungs- und Behandlungszentrum Niebüll

Diakonisches Werk gGmbH

Westerlandstraße 3

25899 Niebüll

#### Kontakt:

Zentrale Terminvergabe

Tel.: 04661 96 59 0

Mail: [bbz-niebuell@dw-suedtondern.de](mailto:bbz-niebuell@dw-suedtondern.de)



### Beratungs- und Behandlungszentrum Leck

Diakonisches Werk gGmbH

Süderstr. 4, Gemeindehaus – 1. Stock

25917 Leck

#### Kontakt:

Tel.: 04661 96 59 0

Beratungstermine nach Vereinbarung



## Psychosoziale Beratung

### **Beratungs- und Behandlungszentrum Sylt**

Diakonisches Werk gGmbH

Keitumer Landstr. 36

25980 Sylt/Tinum

#### **Kontakt:**

Jutta Ringele

Tel.: 04651 82 22 02 0

Mail: [bbz-sylt@dw-suedtondern.de](mailto:bbz-sylt@dw-suedtondern.de)



englisch  
polnisch



[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)



## Sozialpsychiatrischer Dienst

Der sozialpsychiatrische Dienst berät psychisch kranke Menschen und Personen aus deren Umfeld über mögliche Hilfen und Maßnahmen.

### **Angebot/Leistungen:**

- Unterbringung in psychiatrischer Einrichtungen,
- Hilfen für Suchtkranke,
- Hilfen für psychisch Kranke,
- Krisenintervention.

### **Sozialpsychiatrischer Dienst**

Kreis Nordfriesland

Damm 8

25813 Husum

### **Kontakt:**

Tel.: 04841 67-734

Tel.: 04841 67-735

Tel.: 04841 67-736

Tel.: 04841 67-726

Mail: [gesundheitsamt@nordfriesland.de](mailto:gesundheitsamt@nordfriesland.de)

## **Wichtig:**

**In Notfällen wenden Sie sich bitte direkt an die 110!**

## Schwangerschaftskonfliktberatung

Oft sind es die Lebensbedingungen in Familien, der Druck von Außen oder fehlende Lebensperspektiven, die zu Krisen und Konflikten bei einer Schwangerschaft führen.

Bei Fragen wie:

- Wieviel Zeit bleibt mir zur Entscheidung?
- Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es, wenn ich das Kind bekommen will?
- Wer trägt die Kosten für einen Abbruch?

Wenden Sie sich bitte an die staatlich anerkannten Beratungsstellen (nach §219 StGB) wenden.

*Weitere Informationen & Adressen finden Sie auf Seite 111.*



## Schwerbehindertenausweis beantragen

Der Schwerbehindertenausweis dient als Nachweis der Schwerbehinderteneigenschaft, des Grades der Behinderung und ggf. weiterer gesundheitlicher Merkmale, zum Beispiel gegenüber Arbeitgeber, Integrationsamt, Finanzamt, Agentur für Arbeit.

### **Angebot/ Leistungen:**

- Feststellung des Grades der Behinderung (GdB) nach dem Schwerbehindertenrecht,
- Ausstellung des Schwerbehindertenausweises ab GdB 50-100,
- ggf. Ausstellung von Parkerleichterungen für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen (außergew. Gehbehinderung/ Blindheit).

### **Landesamt für soziale Dienste Schleswig-Holstein**

Außenstelle Heide  
Neue Anlage 9  
25746 Heide

#### **Kontakt:**

Tel.: 0481 69 60

Mail: [post.hei@lasd.landsh.de](mailto:post.hei@lasd.landsh.de)



[www.schleswig-holstein.de](http://www.schleswig-holstein.de)

## Selbsthilfe im Gesundheitsbereich

Sie fühlen sich mit Ihrer Erkrankung, Einschränkung oder Belastung alleingelassen und wollen Ihre Probleme nicht mehr mit sich allein ausmachen? Dann empfehlen wir Ihnen Kontakt mit einer Selbsthilfegruppe aufzunehmen.

Selbsthilfegruppen kennzeichnen sich durch den freiwilligen, meist losen Zusammenschluss von Menschen, die gemeinsam in eine Krankheit, Behinderung, psychische oder soziale Schwierigkeiten, von denen sie entweder selbst oder als Angehörige betroffen sind, bewältigen wollen. Ihr Ziel ist eine positive Veränderung ihrer persönlichen Lebensumstände und häufig auch ein Hineinwirken in ihr soziales und politisches Umfeld.

*Weitere Informationen finden Sie auf Seite 74.*



## Suchtberatung

In Nordfriesland gibt es zahlreiche Anlaufstellen für Suchtkranke, die Hilfen in Anspruch nehmen wollen. Im Raum Südtondern, dem mittleren Nordfriesland und auf den Inseln können Sie sich an die Beratungs- und Behandlungszentren (BBZ) wenden, im Raum Husum, Tönning und St. Peter-Ording bietet das Diakonische Werk eine kostenlose und vertrauliche Beratung an.

### **Angebot/ Leistungen:**

- für Betroffene und Angehörige, die Probleme mit Alkohol, Nikotin, illegalen Drogen, Medikamenten, Glücksspielen, Medien sowie Essstörungen haben,
- für Kinder und Jugendliche mit Suchtproblemen in enger Kooperation mit dem Psychologischen Beratungszentrum,
- psychosoziale Begleitung von Substituierten ,
- Drogenfrühintervention,
- MPU-Beratung.

### **Suchtbehandlung & Nachsorge:**

- ambulante Suchttherapie (Entwöhnungsbehandlung),
- ambulante Weiterbehandlung (im Anschluss an eine stationäre Therapie),
- Gruppenangebote zur Vorbereitung und im Anschluss an eine stationäre Therapie.

## Suchtberatung

### **Beratungs- und Behandlungsstelle für Suchtkranke in Husum**

Diakonisches Werk Husum gGmbH  
Theodor-Storm-Straße 7  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Zentrale Terminvergabe  
Tel.: 04841 69 14 20  
Mail: [suchthilfe@dw-husum.de](mailto:suchthilfe@dw-husum.de)

Termine für eine persönliche Beratung vergeben wir nach Vereinbarung.

#### **Außenstellen:**

##### **Tönning:**

Johann-Adolf-Straße 7/9  
25832 Tönning

##### **St. Peter-Ording**

Olsdorfer Straße 19  
25826 St.-Peter-Ording

Bitte um Terminvereinbarung über das Sekretariat in Husum.

Weitere Informationen finden  
Sie unter:

[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)





## Suchtberatung

### Beratungs- und Behandlungszentrum Niebüll

Diakonisches Werk Südtondern gGmbH  
Westerlandstraße 3  
25899 Niebüll



#### Kontakt:

Zentrale Terminvergabe  
Tel.: 04661 96 59 0  
Mail: [bbz-niebuell@dw-suedtondern.de](mailto:bbz-niebuell@dw-suedtondern.de)

[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)

Beratungstermine nur nach Vereinbarung.



englisch  
griechisch

### Beratungs- und Behandlungszentrum Sylt

Diakonisches Werk Südtondern gGmbH  
Keitumer Landstraße 36  
25980 Sylt/Tinum



#### Kontakt:

Zentrale Rufnummer  
Tel.: 04651 82 22 02 0  
Mail: [bbz-sylt@dw-suedtondern.de](mailto:bbz-sylt@dw-suedtondern.de)

[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)



englisch  
polnisch





### Erste Orientierung - Ankommen in Deutschland

Sie sind gerade in Deutschland angekommen und wollen wissen, an wen Sie sich jetzt wenden sollen?

Einen Überblick über die wichtigsten Schritte nach der Einreise bietet das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge.

[www.bamf.de](http://www.bamf.de)



#### *Tip:*

In den **MiA-Kursen** ("Migrant\*innen einfach stark im Alltag") erhalten Frauen relevante Informationen für den Alltag, z.B. wie das Schul- und Bildungssystem in Deutschland funktioniert oder welche Aus- und Weiterbildungen möglich sind.

#### **Beantragung eines Aufenthaltstitels**

Wenn Sie aus einem Drittstaat nach Deutschland kommen und arbeiten gehen wollen, benötigen Sie einen Aufenthaltstitel. Dieser richtet sich nach dem Zweck des Aufenthalts in Deutschland.

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.bamf.de](http://www.bamf.de)



## Ausländerbehörde

Einen Aufenthaltstitel beantragen Sie bei der Ausländerbehörde:

### **Kreis Nordfriesland Ausländerbehörde**

Sicherheit, Gesundheit und Veterinärwesen

Marktstraße 6

25813 Husum

### **Kontakt:**

Zentrale Rufnummer

Tel.: 04841 67 0

Mail: [auslaenderbehoerde@nordfriesland.de](mailto:auslaenderbehoerde@nordfriesland.de)

Termine nach Vereinbarung

### **Angebot/ Leistungen:**

- Klärung von Fragen zum Thema Aufenthalt in Deutschland,
- Bearbeitung von Anträgen zur Aufenthaltserlaubnis,
- Beratung bei Fragen rund um das Thema Familiennachzug.

Gut zu wissen:

Politisch verfolgte Personen haben in Deutschland ein im Grundgesetz verankertes individuelles Recht auf Asyl.

Weitere Informationen zu den Themen Asyl- und Flüchtlingsschutz finden Sie hier:

[www.bmi.bund.de](http://www.bmi.bund.de)





### Sprach- und Integrationskurse

#### Sprach- und Integrationskurse:

Der allgemeine Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs mit 600 Unterrichtsstunden und einem Orientierungskurs mit 100 Unterrichtsstunden (Alphabetisierungskurse haben im Sprachkurs 900 Unterrichtsstunden). Am Ende des Sprachkurses wird der 'Deutschtest für Zuwanderer', am Ende des Orientierungskurses der Test 'Leben in Deutschland' abgelegt.

Eine Übersicht zu den verschiedenen Integrationskursen gibt es hier:

[www.bamf.de](http://www.bamf.de)



Hier erfahren Sie, wann und wo Sie einen Kurs belegen können:

[www.bamf-navi.bamf.de](http://www.bamf-navi.bamf.de)

Gut zu wissen:

Die Sprachkurskoordination des Kreises Nordfriesland unterstützt Sie bei der Vermittlung von Sprachkursen.

Eine individuelle Beratung erhalten Sie bei den Migrationsfachstellen.

Kontaktinformationen finden Sie auf den folgenden Seiten.





### Fachstellen für Migration

Sie haben Fragen zum Aufenthaltsrecht, zu Sprachkursen, Ausbildung, Arbeit sowie Ihren Rechten? Dann wenden Sie sich an die Migrationsfachstellen in Nordfriesland. Hier werden Neubürgerinnen und Neubürger beraten und bei Bedarf an andere Regeldienste, z. B. Sozialzentrum oder die Agentur für Arbeit, weitergeleitet. Die Migrationsberatung kann von allen zugewanderten Menschen in Anspruch genommen werden.

Hier finden Sie die Kontaktdaten der lokalen Fachstellen für Migration:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

> Migrationsberatung



### Hinweis:

Durch Zuständigkeitswechsel können Kontaktdaten veraltet sein. In diesem Fall kontaktieren Sie bitte den Integrationsbeauftragten:

#### Kreis Nordfriesland - Integrationsbeauftragter

Marktstraße 6  
25813 Husum

#### Kontakt:

Herr Peter Martensen

Tel.: 04841 67 43 8

Mail: [integration@nordfriesland.de](mailto:integration@nordfriesland.de)

#### Angebot/Leistungen:

- Verweisberatung, keine Einzelfallberatung,
- Beratung von politischen Gremien,
- Koordination und Vernetzung der Migrationsberatung für Erwachsene.

## Finanzielle Unterstützung für AsylbewerberInnen

Folgende Personen sind berechtigt, Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) zu beziehen:

- Ausländer\*innen, die sich im **Asylverfahren befinden (§ 1 Abs. 1 Nr. 1 AsylbLG)**,
- Ausländer\*innen, die über einen Flughafen einreisen wollen und deren Einreise nicht oder noch nicht gestattet ist (§ 1 Abs. 1 Nr. 2 AsylbLG),
- Ausländer\*innen mit einer Aufenthaltserlaubnis (**nach § 23 Abs. 1 oder § 24 Aufenthaltsgesetz AufenthG**) **wegen des Krieges in ihrem Heimatland**,
- mit einer **Aufenthaltserlaubnis nach § 25 Abs. 4 Satz 1, Abs. 4a oder Abs. 5 (AufenthG)**,
- mit einer Duldung nach **§ 60a AufenthG**,
- die vollziehbar ausreisepflichtig sind,
- die Ehegatten, Lebenspartner oder minderjährige Kinder der vorgenannten Personen sind, ohne dass sie selbst die dort genannten Voraussetzungen erfüllen oder,
- die einen **Folgeantrag nach § 71 (AsylVfG) oder einen Zweitantrag nach § 71a. (AsylVfG)** gestellt haben.

Die Leistung setzt sich aus sog. **Grundleistungen** (notwendiger Bedarf + Ernährung, Unterkunft, Heizung, etc.) sowie Leistungen bei **Krankheit, Schwangerschaft und Geburt** zusammen. Zusätzlich können im Einzelfall **sonstige Leistungen** gewährt werden, wenn diese zur Sicherung des Lebensunterhalts oder der Gesundheit unerlässlich, zur Deckung besonderer Bedürfnisse von Kindern geboten oder zur Erfüllung einer verwaltungsrechtlichen Mitwirkungspflicht erforderlich sind.



## Anerkennung von Schul- und Berufsabschlüssen - IQ Netzwerk Schleswig Holstein

Anerkennungsberatung ist eine neutrale, unabhängige, individuelle Fachberatung, die im Rahmen des IQ-Netzwerks Schleswig-Holstein vom Verein Frauennetzwerk zur Arbeitssituation e. V. angeboten wird. Das Angebot richtet sich an Frauen und Männer unabhängig von Herkunft und Aufenthaltsstatus. Sie erhalten von uns Unterstützung bei der Vorbereitung des Anerkennungsverfahrens, der Antragstellung sowie bei der Durchführung.

### Angebot/ Leistungen:

- das IQ-Netzwerk berät Fachkräfte mit einer abgeschlossenen Ausbildung oder langjährigen, einschlägigen Berufserfahrung aus dem Ausland (inkl. Asylsuchende), die in Schleswig-Holstein leben und arbeiten wollen.
- Sie erhalten Informationen zur: Anerkennung Ihrer im Ausland erworbenen Abschlüsse und zum Zugang zu beruflichen Qualifizierungsmaßnahmen.

Das Frauennetzwerk führt die Beratung am Standort Flensburg sowie an den mobilen Standorten in Schleswig, Husum und Niebüll durch. Der Standort Tönning wird nur bei Bedarf bedient.

### Anerkennungsberatung Husum:

Kreishaus Husum  
Marktstr. 6

### Kontakt:

Edibe Oğuz

Tel.: 0461 80 79 64 80

Mobil: 0160 85 62 83 7

Mail: [edibe.oguz@frauennetzwerk-sh.de](mailto:edibe.oguz@frauennetzwerk-sh.de)



[www.frauennetzwerk-sh.de](http://www.frauennetzwerk-sh.de)

Termine nach Vereinbarung.



englisch  
türkisch





# Anerkennung von Schul- und Berufsabschlüssen - IQ Netzwerk Schleswig Holstein

### Anerkennungsberatung Flensburg:

Südermarkt 1  
24937 Flensburg

Frau Majra Nissen (Flensburg und Schleswig)

Mail: [majra.nissen@frauennetzwerk-sh.de](mailto:majra.nissen@frauennetzwerk-sh.de)

Frau Alexandra Eicke (Flensburg)

Mail: [alexandra.eicke@frauennetzwerk-sh.de](mailto:alexandra.eicke@frauennetzwerk-sh.de)

Frau Ziba Naseri (Flensburg und Niebüll)

Mail: [ziba.naseri@frauennetzwerk-sh.de](mailto:ziba.naseri@frauennetzwerk-sh.de)

Tel.: 0461 80 79 64 80

Mobil: 0152 04 40 09 65

Termine nach Vereinbarung.

Weitere Informationen zur Anerkennung  
beratung finden Sie unter:

[www.frauennetzwerk-sh.de](http://www.frauennetzwerk-sh.de)



persisch  
türkisch  
englisch







### Jugendmigrationsdienst Nordfriesland (JMD)

In Husum gibt es den Jugendmigrationsdienst, der für junge Menschen mit Migrationshintergrund zwischen 12 und 27 Jahren gedacht ist. Die Berater\*innen sind bei Fragen und Problemen für Dich da und wollen mit Dir gemeinsam Lösungen und Wege finden, wie Du Dich in Deinem Umfeld gut orientieren und Dir selbst helfen kannst.

Die Angebote des JMD sind kostenfrei und können nach Vereinbarung persönlich oder telefonisch, einmalig oder als regelmäßige Begleitung stattfinden - ganz wie Du es brauchst.

#### **Unser Angebot:**

- Du hast Fragen zum Thema Schule, Ausbildung, Job oder Fragen zu Anträgen, Wohnungssuche oder Finanzen?

⇒ **Lass Dich bei uns Beraten!**

- Du möchtest dich gerne mit anderen jungen Menschen austauschen?

⇒ **Komm in unsere Gruppenangebote und Veranstaltungen!**

- Du brauchst Hilfe bei Ämtern und Behörden? Deine Schule oder Dein Ausbildungsbetrieb bittet Dich zum persönlichen Gespräch?

⇒ **Wir begleiten Dich!**

## Jugendmigrationsdienst Nordfriesland (JMD)

### Jugendmigrationsdienst Hauptprogramm

Neustadt 105  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Frau Gundula Kanning

Tel.: 0151 42 09 33 87

Mail: [gundula.kanning@kinderschutzbund-nf.de](mailto:gundula.kanning@kinderschutzbund-nf.de)

Frau Janine Ribler

Tel.: 0151 42 09 33 84

Mail: [janine.ribler@kinderschutzbund-nf.de](mailto:janine.ribler@kinderschutzbund-nf.de)

Persönliche Termine finden nach vorheriger Vereinbarung montags bis freitags statt. Wir treffen uns im Büro oder auf Wunsch an einem anderen Ort.





### Jugendmigrationsdienst im Quartier

Gut zu wissen: **NEU**

Ergänzend zum Team des Jugendmigrationsdienstes gibt es seit dem 01. Januar 2022 in Husum den Jugendmigrationsdienst im Quartier. Hier werden kleine Projekte für und mit jungen Menschen mit Migrationshintergrund zwischen 12 und 27 Jahren geplant und durchgeführt. Das Quartier befindet sich in der „Oberen Neustadt“ in Husum. Wir haben für alle Ideen, Wünsche und Bedürfnisse offene Ohren und bieten dir Unterstützung zu mehr Mitspracherecht, Teilhabe und Sichtbarkeit hier vor Ort!

Weitere Informationen findest du unter:

[www.kinderschutzbund-nf.de](http://www.kinderschutzbund-nf.de)



### Jugendmigrationsdienst im Quartier

Neustadt 105  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Frau Urte Andresen

Tel.: 0151 42 09 34 01 0

Mail: [urte.andresen@kinderschutzbund-nf.de](mailto:urte.andresen@kinderschutzbund-nf.de)

Frau Janine Ribler

Tel.: 0151 42 09 33 84

Mail: [janine.ribler@kinderschutzbund-nf.de](mailto:janine.ribler@kinderschutzbund-nf.de)

## Ankerplatz - Hilfen für Kinder und Jugendliche mit Fluchterfahrungen

### Angebot/ Leistungen:

- Beratung für Kinder und Jugendliche nach Flucht und Trauma, sowie deren Eltern und Bezugspersonen,
- Kostenfreie, anonyme Beratung durch Fachpersonal, auf Wunsch können Sprachmittler dabei sein.

### Diakonisches Werk Husum & Kinderschutz-Zentrum Westküste

Theodor-Storm-Straße 7

25813 Husum

Weitere Informationen findest du unter:

[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)



### Adressen der Beratungsstellen:

Alle Beratungsstellen bitten um Terminvereinbarung.

#### Kinderschutz-Zentrum Westküste Husum

Neustadt 49

25813 Husum

#### Kontakt:

Tel.: 04841 69 14 50

Mail: [kinderschutz@dw-husum.de](mailto:kinderschutz@dw-husum.de)



## Antidiskriminierungsstelle des Landes Schleswig-Holstein

Die Antidiskriminierungsstelle des Landes Schleswig-Holstein setzt sich gegen jede Art von Diskriminierung und für ein gleichberechtigtes und tolerantes Miteinander in unserem Land ein. Sie unterstützt Personen, die Benachteiligungen erfahren.

Sind Sie von Diskriminierung betroffen?

Die Berater\*innen der Antidiskriminierungsstelle helfen Betroffenen unabhängig und kostenfrei weiter und klären Sie über Ansprüche und rechtliche Möglichkeiten auf.

### Angebot/Leistungen:

Kostenfreie Rechtsberatung bei Benachteiligungen aufgrund

- des Geschlechts,
- der ethnischen Herkunft,
- der Religion oder Weltanschauung,
- einer Behinderung,
- des Alters oder
- der sexuellen Identität.

### Antidiskriminierungsstelle Schleswig-Holstein (Landtag SH)

Karolinenweg 1  
24105 Kiel

#### Kontakt:

Herr Dennis Bunge (Stv. der Bürgerbeauftragten)

Tel.: 0431 98 81 24 0

Mail: [antidiskriminierungsstelle@landtag.ltsh.de](mailto:antidiskriminierungsstelle@landtag.ltsh.de)



[www.landtag.ltsh.de](http://www.landtag.ltsh.de)





## Ferienfreizeiten & Ferienfahrten

In Ferienzeiten werden von unterschiedlichsten Akteuren der Kinder- und Jugendarbeit Ferienbetreuungen (Ferienfreizeiten) bzw. Ferienfahrten für Kinder und Jugendliche angeboten.

Um Informationen zu den in Ihrer Region geplanten Fahrten bzw. Freizeiten zu erhalten, fragen Sie bitte entweder bei einem Familienzentrum, dem nächstgelegenen Jugendzentrum, ihrer Gemeindevertretung oder den lokalen Vereinen/Kirchengruppen nach. Diese sind meist selbst organisatorisch oder unterstützend in die Planungen eingebunden und können Ihnen die beste und aktuellste Auskunft geben.

Gut zu wissen:

Ein bedeutender regionaler Anbieter von Ferienfreizeiten und Seminaren für Kinder und Jugendliche ist das **Evangelische Kinder- und Jugendbüro Nordfriesland** mit seinen Standorten in Niebüll und Husum.

Für Familien mit geringem Einkommen sind Zuschüsse oder die Kostenübernahme für Fahrten auf Antrag möglich.

Melden Sie sich bei Fragen gerne direkt im Jugendbüro.

### EKJB Niebüll

Uhlebüller Str. 22  
25899 Niebüll

#### Kontakt:

Tel.: 04661 14 62  
Mail: [info@ekjb-nf.de](mailto:info@ekjb-nf.de)



[www.ekjb-nf.de](http://www.ekjb-nf.de)

## Weitere Ferienangebote

### **EKJB Husum**

Bonhoefferweg 1  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Tel.: 04841 66 93 48  
Mail: [info@ekjb-nf.de](mailto:info@ekjb-nf.de)



[www.ekjb-nf.de](http://www.ekjb-nf.de)

## Ferienpass Husum

Der Ferienpass kann jedes Jahr ab Mitte Juni für 5€ erworben werden, um die zahlreichen Angebote und Vergünstigungen für Kinder- und Jugendliche zu nutzen. Neben den Ferienpass-Klassikern gibt es zahlreiche Tagesaktionen, Bauernhofbesuche, künstlerische und kulinarische Aktivitäten, Schatzsuche, Escape-Room-Aktionen und vieles mehr.

#### **Angebot/ Leistungen:**

- kostenfreie Fahrt mit dem Husumer Stadtbus,
- freier Eintritt in lokalen Schwimmbädern und Museen,
- ermäßigter Eintritt im Kino Center Husum,
- jährlich wechselnde Ferienaktionen (z. B. in Hafenstadt Lüttsum).

#### **Woher bekomme ich den Ferienpass?**

Bei den folgenden Adressen erhalten Sie ab Mitte Juni den Ferienpass.  
(Verkaufszeiten variieren jährlich)

### **BISS. Kinder- und Jugendforum**

Norderstr. 15  
25813 Husum

#### **Kontakt:**

Tel.: 04841 80 00 08  
Mail: [info@bisshusum.de](mailto:info@bisshusum.de)



[www.bisshusum.de](http://www.bisshusum.de)



## Der Kreisjugendring NF

Der Kreisjugendring setzt sich als treibende Kraft in der Jugendpolitik für die Verbesserung der Rahmenbedingungen in der Kinder- und Jugendarbeit im Kreis Nordfriesland ein und engagiert sich als Interessenvertretung von Kindern und Jugendlichen gegenüber der Öffentlichkeit, politischen Amtsträger\*innen, Behörden, Parteien und sonstigen Institutionen.

### Angebot/ Leistungen:

- Ausbildungen/Fortbildungsangebote, u. a. zur Jugendleiter\*in (JuLeiCa),
- Förderung der Zusammenarbeit von Jugendgruppen- und Verbänden,
- Beratung bei jugendspezifischen Fragen und Anliegen.

### Kreisjugendring Nordfriesland e. V.

Borsbüller Ring 25  
25821 Breklum

### Kontakt:

Tel.: 04671 94 20 68 6  
Mail: [info@kjrnf.de](mailto:info@kjrnf.de)



[www.kjrnf.de](http://www.kjrnf.de)

## Jugendzentren - Offene Jugendarbeit Nordfriesland

Jugendzentren und Jugendtreffs sind Einrichtungen der offenen Kinder- und Jugendarbeit (OJA) im Kreis Nordfriesland. Sie arbeiten eng zusammen und sind untereinander gut vernetzt.

### Angebot/Leistungen:

- Treffs und regelmäßige Gruppenangebote (z. B. Sport, Spiele, Kochen, etc.),
- Veranstaltungen, z. B. Konzerte und Ferienfahrten,
- Themenbezogene Arbeitsgruppen und Projekte.

### *Tip:*

In den Jugendzentren ist immer etwas los. Mehr Informationen zu kommenden Veranstaltungen und Aktionen finden Sie auf der Webseite:

[www.oja-nf.de](http://www.oja-nf.de)



Hier finden Sie die Adressen der Jugendzentren im Kreis Nordfriesland:

[www.oja-nf.de](http://www.oja-nf.de)



## Sportangebote

### Kreissportverband Nordfriesland e. V.

Osterende 100  
25813 Husum

#### Kontakt:

Herr Tade Corinth  
Tel.: 04841 71 01 7  
Mail: [info@ksv-nf.de](mailto:info@ksv-nf.de)



[www.ksv-nf.de](http://www.ksv-nf.de)

#### Angebot/ Leistungen:

- Vermittlung zu Sportangeboten in den Vereinen,
- Vermittlung zu Prüfer\*innen des Deutschen Sportabzeichens,
- Qualifizierungsmaßnahmen für Übungsleiter und Jugendgruppenleiter,
- Aktive Sportjugend mit Aktionen und Maßnahmen, unter anderem einer deutsch-israelischen Jugendbegegnung.

Hier finden Sie alle Sportangebote in  
Schleswig-Holstein:

[www.lsv-sh.de/vereinssuche](http://www.lsv-sh.de/vereinssuche)





## Büchereizentrale Schleswig-Holstein

Die Büchereizentrale listet alle 154 öffentlichen Büchereien des Landes und stellt einen Zentralkatalog der Bestände zur Verfügung. In der Suchfunktion des Katalogs können Sie Ihre Bücherei vor Ort auswählen. Auch die mobilen Fahrbüchereien sind mit aufgeführt und auf einer Landeskarte übersichtlich dargestellt.

### Büchereiverzeichnis

Wenn Sie Kontakt zu einer bestimmten Bücherei aufnehmen oder die Öffnungszeiten einsehen wollen, finden Sie diese über das Büchereiverzeichnis:



[www.bz-sh.de/institutionen/buechereiverzeichnis](http://www.bz-sh.de/institutionen/buechereiverzeichnis)

### Zentralkatalog (SH)

Hier geht es zum Katalog der Büchereizentrale:

[www.zksh.lmscloud.net](http://www.zksh.lmscloud.net)



### Fahrbüchereien (Bücherbus oder Bücherbusse)

Hier geht es zur Fahrbücherei 5-Kreis Nordfriesland:

[www.fahrbuecherei5.de](http://www.fahrbuecherei5.de)

## Treffpunkte für Erziehende

Da das Angebot von offenen Treffen für Erziehende ständig wechselt, stellen wir Ihnen auf der Webseite des Forums Alleinerziehende Nordfriesland (ForAN) alle aktuellen Veranstaltungshinweise zur Verfügung.

Die Familienbildungsstätten und die Familienzentren bieten zahlreiche Veranstaltungen für Erziehende an.

Das Angebot reicht von Stillcafés, Spielkreise und Sportangebote bis hin zu einfachen Treffen für einen offenen Austausch.

Von den frühen Hilfen werden die sogenannten Schutzengelprojekte sowie die Eltern-Start-Hilfe angeboten.

*Weitere Informationen finden Sie ab Seite 120.*

### **Ev. Familienbildungsstätten & Familienzentren**

Zu den Veranstaltungen können Sie sich online anmelden:

Angebote im Raum Husum

[www.fbs-husum.de](http://www.fbs-husum.de)



Angebote im Raum Südtondern

[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)

> Familienzentrum



## Wohnungssuche

### Neu in Nordfriesland?

Es gibt viele Wege um Wohnraum zu finden. Wir haben für Sie einige Informationen zusammengestellt, um Ihnen die Wohnungssuche zu erleichtern.

### Internetportale zur Wohnungssuche:

Ebay Kleinanzeigen



[www.ebay-kleinanzeigen.de](http://www.ebay-kleinanzeigen.de)

---

Immobilienscout24



[www.immobilienscout24.de](http://www.immobilienscout24.de)

---

Immowelt



[www.immowelt.de](http://www.immowelt.de)

## WohnECK

### Wohneck NF gGmbH - Soziale WohnraumLösungen

Marktstr. 6  
25813 Husum

#### Angebot/Leistungen:

- Unterstützung bei der Wohnungssuche

#### Kontakt:

Herr Marvin Freitag (Husum)

Tel.: 04841 98 11 54 0

Mail: husum@wohneck.de

Herr Dietmar Spelters (Leck)

Mail: leck@wohneck.de

Gut zu wissen: Zeitungsinserate

In Nordfriesland werden in Tageszeitungen wie den "Husumer Nachrichten" freie Wohnungen inseriert. Auch in den kostenlosen Wochenblättern (Wochenschau, Palette, Moin Moin) können Sie fündig werden.

### Tip:

#### Haben Sie Anspruch auf Wohngeld?

Wenn Sie bestimmte Voraussetzungen erfüllen, könnten Sie Anspruch auf Wohngeld haben. Wohngeld soll Bürgerinnen und Bürger mit geringem Einkommen bei ihren Wohnkosten entlasten.

Die Adressen der Wohngeldstellen finden Sie ab Seite 34.





## Wohnberatung in Nordfriesland

### Haben Sie Ärger mit Ihrem Vermieter/Ihrer Vermieterin?

Der Kreis Nordfriesland hat mit dem Kieler Mieterverein e.V. eine Kooperationsvereinbarung abgeschlossen, sodass Kunden\*innen aus dem Rechtskreis SGB II, XII und nach dem AsylbLG die Möglichkeit haben, sich bei ungerechtfertigten Geldforderungen aus Mietverträgen oder bei Problemen mit dem Vermieter durch den Kieler Mieterverein angemessen beraten und unterstützen zu lassen. Die Kosten übernimmt der Kreis Nordfriesland. Sie als Bürger bzw. Bürgerin erhalten dadurch eine kostenfreie befristete Mitgliedschaft im Verein.

Eine Beratung vor Ort in Husum erhalten Sie nach Terminvereinbarung durch den Kieler Mieterverein e. V. unter:

**Tel.: 04331 23646**

Kieler Mieterverein e. V.  
Schobüller Str. 38-40 (Volkshochschule)

Gut zu wissen:

Wenn Sie Fragen dazu haben oder das Beratungsangebot in Anspruch nehmen möchten, dann wenden Sie sich an die Mitarbeitenden in den sieben nordfriesischen Sozialzentren.

*Die Kontaktdaten der Sozialzentren finden Sie ab Seite 34.*

Weitere Informationen finden Sie unter:

**[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)**  
> Wohnberatung



## Wohnberechtigungsschein

Ein Wohnberechtigungsschein (WBS) wird benötigt, um eine Wohnung zu beziehen, die aus Mitteln der sozialen Wohnraumförderung gefördert worden ist (Sozialwohnung). Der Wohnberechtigungsschein kann im Sozialzentrum (Wohngeldstelle) beantragt werden.

Zur Übersicht der Wohngeldstellen siehe ab Seite 34.

### *Tip:*

Der Wohnberechtigungsschein wird für die Dauer von einem Jahr gewährt, muss allerdings bei jedem weiteren Umzug neu beantragt werden. Sozialwohnungen dürfen eine bestimmte Miethöhe nicht übersteigen. Die Miete für eine Sozialwohnung ist oftmals niedriger als die Miete für eine Wohnung ohne Sozialbindung.

Aber: Sie erhalten mit dem Wohnberechtigungsschein nicht automatisch eine Sozialwohnung, sondern müssen sich diese selbst suchen.

### **Welche Voraussetzungen gelten?**

Wesentliche Voraussetzung für die Erteilung ist, dass die antragstellende Person und dessen Haushaltsangehörige bestimmte Einkommensgrenzen einhalten.

Der Nachweis zur Wohnberechtigung kann unter bestimmten Voraussetzungen auch über einen geltenden Wohngeldbescheid oder Leistungsbescheid für Unterkunft und Heizung nach SGB II oder SGB XII erbracht werden.

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.husum.org](http://www.husum.org)





## Beratungsstellen für Wohnungslose

Wenn Sie keine Unterkunft haben oder der Verlust Ihrer Wohnung droht, können Sie sich an die folgenden Stellen wenden.

### Wohnungslosenhilfe Husum

Diakonisches Werk Husum gGmbH  
Poggenburgstraße 16  
25813 Husum

#### Angebot/ Leistungen:

- Beratung von wohnungslosen Menschen,
- Vermeidung von drohendem Wohnungsverlust,
- Sozialberatung und Vermittlung von weiteren Hilfen.

#### Kontakt:

Herr Erk Paulsen

Tel.: 04841 66 80 45

Mail: [wohnungslosenhilfe@dw-husum.de](mailto:wohnungslosenhilfe@dw-husum.de)

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)

> Einrichtung/Wohnungslosenhilfe



## Beratungsstellen für Wohnungslose

### **Mien Tohus - Wohnungslosenhilfe Leck**

Diakonisches Werk Südtondern

Wikingerstraße 44

25917 Leck

Weitere Informationen  
finden Sie hier:

#### **Kontakt:**

Herr Jan Ehlers

Tel.: 04662 88 51 49

Mobil: 0170 63 09 43 2

Mail: [j.ehlers@dw-suedtondern.de](mailto:j.ehlers@dw-suedtondern.de)



[www.dw-suedtondern.de](http://www.dw-suedtondern.de)



englisch





## Bahnhofsmission

Reisen ist anstrengend und viele Bahnhöfe bieten kaum Platz, sich auszuruhen, Kraft zu tanken und neu zu orientieren. Bahnhofsmissionen sind Oasen, die Hilfe bieten, wenn Sie z. B. erschöpft oder verletzt sind oder wenn Sie bestohlen wurden. Aber auch, wenn Sie keine Bleibe haben oder verzweifelt sind und Beistand brauchen, können Sie zur Bahnhofsmission kommen.

### Angebot/ Leistungen:

- Auskunft, Beratung und Vermittlung,
- Gespräch und Stärkung (Mittagstisch für Bedürftige),
- Aufenthalt und Schutzraum,
- Übernachtung für wohnungslose Männer und Frauen.

### Bahnhofsmission Husum

Diakonisches Werk Husum gGmbH

Poggenburgstraße 16

25813 Husum

### Kontakt:

Herr Erk Paulsen

Tel.: 04841 25 39

Mail: [bahnhofsmission@dw-husum.de](mailto:bahnhofsmission@dw-husum.de)



[www.bahnhofsmission.de](http://www.bahnhofsmission.de)

## Lebensmittelausgabe der Tafel

### *Tip:*

*Sie befinden sich vorübergehend in einer Notlage und haben nichts zu essen?*

Dann nehmen Sie das Angebot der Tafeln in Anspruch. Hier wird man Sie nicht abweisen.

Bei der TAFEL werden Lebensmittel an bedürftige Personen ausgegeben, wenn eigene Mittel nicht ausreichen, um sich den täglichen Bedarf an Nahrungsmitteln selbst zu decken.

Die Adressen der Lebensmittelausgaben finden Sie auf Seite 24.



[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)  
> Tafeln

### **NOTIZEN**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Unterwegs mit Bus & Bahn (ÖPNV)

### Wie komme ich von A nach B?

Nahverkehrsverbund Schleswig-Holstein GmbH (NAH.SH):

Hier finden Sie einen Routenplaner für Bus und Bahn und Fahrplantabellen:

[www.nah.sh.hafas.de](http://www.nah.sh.hafas.de)



Gut zu wissen: Einfacher planen & buchen.

Für unterwegs einfach die **NAH.SH-App** herunterladen!

Weitere Informationen zu Regionalbussen, Schulbussen sowie Linienfahrplänen:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

> ÖPNV



Überregionale Fahrten:

[www.bahn.de](http://www.bahn.de)

## Unterwegs mit Bus & Bahn (ÖPNV)

### Der Rufbus

Der Rufbus ist – wie der Name schon sagt – ein Bus, den man vorher „rufen“ muss. Er verkehrt zwischen festen Haltestellen und zu einem festen Fahrplan, aber nur, wenn Sie ihn mindestens 90 Minuten vor Abfahrt bestellt haben.

Alle Informationen zum Rufbus sowie die Fahrpläne der einzelnen Rufbus-Gebiete finden Sie hier:

[www.rufbus.nordfriesland.de](http://www.rufbus.nordfriesland.de)



Gut zu wissen:  
Sie können Ihre Fahrt entweder bequem online buchen oder eine Rufbus-Hotline wählen. Hier geht's zur Buchung:

[www.rufbus.nordfriesland.de/Buchen](http://www.rufbus.nordfriesland.de/Buchen)

### Das Nordfriesland-Nacht-Taxi

Um in den frühen und späten Abendstunden eine sichere und einfache Mobilität zu ermöglichen, hat der Kreis Nordfriesland das «Nordfriesland-Nacht-Taxi» ins Leben gerufen.

Für das Nacht-Taxi werden Gutscheine verkauft, die von Schülerinnen und Schülern, Studierenden und Auszubildenden zwischen 20.00 Uhr und 06.00 Uhr in ganz Nordfriesland für Taxi- und Mietwagenfahrten eingesetzt werden können.

Die Nacht-Taxi-Gutscheine werden in den Verwaltungen der Städte, Ämter und Gemeinden verkauft.



## Unterwegs mit Bus & Bahn (ÖPNV)

### Das Nordfriesland-Nacht-Taxi

Liste der Teilnehmenden Taxi- und Mietwagenunternehmen:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)



Häufig gestellte Fragen:

[www.nordfriesland.de](http://www.nordfriesland.de)

### Unterwegs mit PKW: Pendlerportale & Mitfahrgelegenheiten

Derzeit gibt es keine regionalen Anbieter oder Dienste für Pendler oder Personen die Fahrgemeinschaften vor Ort suchen. Mittlerweile gibt es jedoch zahlreiche Online-Portale die auch in Nordfriesland sehr beliebt sind.

Gut zu wissen:

Von der Organisation Ihrer Fahrten abseits der großen Portale (z. B. über Facebook-Gruppen) raten wir ab, da Sie während einer solchen Fahrt nur versichert sind, wenn der Fahrer/ die Fahrerin im Vorfeld seine Versicherung über Mitfahrende informiert hat.

## Unterwegs mit Bus & Bahn (ÖPNV)

### **BlaBlaCar**

Sehr beliebtes Portal mit unkomplizierter Buchung und Ausweisprüfung der Fahrer\*innen. Hier können Sie sogar einen Suchauftrag einrichten, der Sie benachrichtigt, sobald eine passende Fahrt für Ihr Vorhaben verfügbar ist.



[www.blablacar.de](http://www.blablacar.de)



[www.pendlerportal.de](http://www.pendlerportal.de)

### **Das Pendlerportal**

Umfangreiche Suchoptionen und gute Kombinationsmöglichkeit mit ÖPNV-Angeboten.

### *Tip:*

Ihr Kontakt rund um das Thema ÖPNV:

#### **Kreis Nordfriesland - Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV)**

Fachbereich Kreisentwicklung, Bauen, Umwelt und Kultur

Marktstraße 6

25813 Husum

#### **Kontakt:**

Tel.: 04841 67 60 3

Mail: [busverkehr@nordfriesland.de](mailto:busverkehr@nordfriesland.de)

## Impressum

### **Herausgeber:**

Forum Alleinerziehende Nordfriesland  
Kreis Nordfriesland

### **Redaktion:**

Pia Baten, Projektkoordinatorin  
Forum Alleinerziehende Nordfriesland

Sozialzentrum Husum und Umland  
Zingel 10  
25813 Husum

### **Kontakt:**

Renate Fedde, FB3 – Kreis Nordfriesland  
Mail: [info@forum-alleinerziehende.de](mailto:info@forum-alleinerziehende.de)

### **Grafik, Layout und Satz:**

dieWerbeagenturSH  
Carl-Benz-Str. 6  
25813 Husum

### **Kontakt:**

Tel.: 04841 772 31 37  
Mail: [info@diewerbeagentur.sh](mailto:info@diewerbeagentur.sh)  
[www.werbeagentur.sh](http://www.werbeagentur.sh)

### **Druck:**

MERKUR DRUCK GMBH  
Oststraße 49  
22844 Norderstedt

2. Auflage

Erscheinungsdatum: Dezember 2022



---

Das Forum Alleinerziehende Nordfriesland – eine Initiative der Jobcenter des Kreises Nordfriesland – setzt sich seit 2011 aktiv für die Verbesserung der Situation von Alleinerziehende ein. Eines der Ziele ist es, Menschen den Zugang zum Arbeitsmarkt zu erleichtern, die es aufgrund ihrer Situation schwieriger haben als andere.

Neben der Sichtbarmachung vorhandener Potenziale Alleinerziehender wollen wir ein effektives Netzwerk mit zahlreichen Beratungsinstitutionen sowie Akteuren aus Wirtschaft und Bildung aufbauen und pflegen. Bei Fragen können Sie sich gerne direkt an uns wenden.



[www.forum-alleinerziehende.de](http://www.forum-alleinerziehende.de)

gefördert durch:

