

## 1. FRÜHE HILFEN - Präventive und kostenlose niedrigschwellige Angebote für Eltern mit Babys und Kleinkindern

Das Angebot	Die Zeit	Die Ansprechpartnerin	Die Kontaktdaten
<b>Babyschreiambulanz</b> in Städt. KiTa Oststr. 10	<b>mittwochs 16 – 18 h</b> nach Anmeldung	<b>Christiane Westermann</b> Psychologische Beratungsstelle Philippstr. 21, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 550-5160 christiane.westermann@ratingen.de
<b>Familienhebammensprechstunden:</b>  <b>Im Café Lichtblick</b> Erfurter Str. 26, 40880 Ratingen	<b>dienstags 10 – 12 h</b> <b>mittwochs 10 – 12 h</b>	<b>Café Lichtblick</b>  <b>Frau Harder</b> <b>Christiane Schnurr</b>	Tel.: 02102 / 550-5550
<b>Famira (Familienhebammen in Ratingen)</b> Aufsuchende Unterstützung von Familien mit Kindern bis zum 1. Lebensjahr sowie während der Schwangerschaft mit max. 4 Std. / Woche. Beantragung über Beratungsstellen, KH, Ärzte...	Individuell nach Absprache zwischen Familie und Familienhebamme	<b>Andrea Hamacher</b> Stadt Ratingen Minoritenstr. 3, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 550-5145 andrea.hamacher@ratingen.de
<b>Baby- und Kleinkindersprechstunde</b> Beratung durch eine Familienhebamme und eine pädagogische Fachkraft bei Fragen „rund um`s Kind“ und im Umgang mit Baby / Kleinkind	<b>donnerstags 10 – 12 h</b> nach Anmeldung	<b>Café Lichtblick</b> Erfurter Str. 26, 40880 Ratingen	Tel.: 02102 / 550-5550
<b>Babyturnen 1 von 0 bis 9 Monate</b> Offenes Angebot in Kooperation von Café Lichtblick und ASC West <b>im Café Lichtblick</b> Erfurter Str. 26, 40880 Ratingen	<b>montags 10.30 - 11.30 h</b>	<b>Anette Einig</b> Café Lichtblick  <b>Jenny Weber</b> ASC West	Tel: 02102 / 550-5550  Tel.: 01573-8193465
<b>Babyturnen 2 von 9 bis 18 Monate</b> Offenes Angebot in Kooperation von Café Lichtblick und ASC West <b>im Bewegungsraum des ASC</b> Gothaerstr. 23, 40880 Ratingen	<b>freitags 11.00 - 12.00 h</b>	<b>Anette Einig</b> Café Lichtblick  <b>Jenny Weber</b> ASC West	Tel: 02102 / 550-5550  Tel.: 01573-8193465
<b>Offenes Kinderturnen von 1,5 bis 3 Jahre</b> Offenes Angebot in Kooperation von Café Lichtblick und ASC West <b>in der Turnhalle Astrid-Lindgren-Schule</b> Erfurter Str. 26, 40880 Ratingen	<b>dienstags 9.45 - 10.30 h</b>	<b>Anette Einig</b> Café Lichtblick  <b>Jenny Weber</b> ASC West	Tel: 02102 / 550-5550  Tel.: 01573-8193465

<b>Babystart</b> Ehrenamtliche Unterstützung im Alltag mit Baby	auf Anfrage	<b>Mirjam Wilms</b> Ev. Familienbildungswerk Turmstr. 10, 40878 Ratingen	Tel.:02102 / 109415 babystart@ev-familienbildung.de
<b>Offener Treff für Alleinerziehende</b>	<b>14-tägig freitags von 16.30 – 18.00 Uhr</b>	<b>Frau Zenker</b> Evangelisches Familienbildungswerk Turmstr. 10, 40878 Ratingen	Tel.: 02102/109414 zenker@ev-familienbildung.de
<b>Stärkung elterlicher Kompetenz in Kindertagesstätten (StelKo)</b> Jährliche Beantragung durch die Kindertageseinrichtungen in Kooperation mit den Familienbildungswerken	unterschiedlich je nach Kita	<b>Andrea Hamacher,</b> Stadt Ratingen Minoritenstr. 3, 40878 Ratingen	Tel: 02102/550-5145 andrea.hamacher@ratingen.de

## 2. weitere Gruppenangebote für 0-6 Jährige und ihre Eltern

Das Angebot	Die Zeit	Die Ansprechpartnerin	Die Kontaktdaten
<b>Offene Eltern-Kind-Gruppen, Elterncafé im Café Lichtblick</b>		<b>Frau Einig</b> Erfurter Str. 26, 40880 Ratingen	Tel.: 02102 / 550-5550
<b>Aktuelle Angebote verschiedener Anbieter finden sich jeweils auf deren homepage:</b>			
<b>ASC Ratingen-West</b>		<b>Frau Weber</b> Gothaer Str. 21, 40880 Ratingen	Tel.: 02102 / 474455 <a href="https://asc-ratingen.de">https://asc-ratingen.de</a>
<b>AWO-Familienbildungswerk</b>		<b>Frau Wartner</b> Berliner Str. 87a	Tel.: 02104 / 970742 <a href="https://awo-kreis-mettmann.de/kurse-seminare/familienbildungswerk-fuer-den-kreis-mettmann/">https://awo-kreis-mettmann.de/kurse-seminare/familienbildungswerk-fuer-den-kreis-mettmann/</a>
<b>Evangelisches Familienbildungswerk</b>		<b>Frau Zenker</b> Turmstr. 10, 40878 Ratingen	Tel: 02102 / 109414 <a href="http://www.ev-familienbildung.de">www.ev-familienbildung.de</a>
<b>Katholisches Bildungsforum</b>		<b>Frau Rommerskirchen</b> Kirchgasse 1, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 1538665 <a href="https://bildung.erzbistum-koeln.de/bildungsforum-kreis-mettmann">https://bildung.erzbistum-koeln.de/bildungsforum-kreis-mettmann</a>

<b>TUS 08 Lintorf e.V.</b>		Brandsheide 30, 40885 Ratingen	Tel.: 02102 / 74005-0 www.tus08lintorf.de
<b>TV Hösel</b>		Bahnhofstr. 138, 40883 Ratingen	Tel.: 02102 / 129777 www.tvhoesel.de
<b>TV Ratingen 1865 e.V.</b>		Stadionring 5, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 20960 www.tv-ratingen.de

### 3. Beratungs- und Unterstützungsangebote für Familien mit 0-6-jährigen Kindern

Das Angebot	Die Zeit	Die Ansprechpartnerin	Die Kontaktdaten
<b>Bezirkssozialdienst Amt für Kinder, Jugend und Familie</b> u.a. Hilfen zur Erziehung, Krisenintervention, Beratung Sorgerecht/Umgang, Kinderschutz		<b>Tagesdienst</b> (innerhalb der Öffnungszeit)  Minoritenstr. 3, 40878 Ratingen	0172 - 5273678  <b>In Fällen des Kinderschutzes:</b>  Tagesdienst: 0172-5273678 (Mo-Mi 8.30-16, Do 8.30-18, Fr 8.30-12)  außerhalb dieser Zeiten Ratinger Polizeidienststelle: 02104-9826210
<b>Deutscher Kinderschutzbund Ratingen</b> u.a. Beratung für Eltern, deren Kinder Erfahrungen mit Gewalt, sexueller Gewalt oder Vernachlässigung machen mussten, Diagnostik zur Abklärung eines Verdachts, Beratung bei familiären Konflikten oder Gewalt.  Begleiteter Umgang	Nach Terminvereinbarung    Nach Terminvereinbarung	<b>Frau Hamannn</b> <b>Frau Junggeburth</b>    Frau Ullmann	Tel.: 02102 / 24433 Tel.: 02102 / 24448    Tel.: 02102 / 3844192
<b>Team Frühe gesundheitliche Hilfen Gesundheitsamt Kreis Mettmann</b> Beratung, wenn ein Kind zu früh geboren wurde, eine Erkrankung oder Behinderung hat, die Entwicklung Sorgen bereitet		<b>Frau Alexius</b> Düsseldorfer Str. 47, 40822 Mettmann	Tel.: 02104 / 992302 kerstin.alexius@kreis-mettmann.de
<b>Frühförderung der Lebenshilfe</b> Einzelförderung von Geburt bis zum 4. Lebensjahr.		<b>Birgit Cordes-Lacerenza</b> Werdener Str. 4, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 1687012

Wenn ein Kind zu früh geboren wurde, Entwicklungsauffälligkeiten zeigt, eine Behinderung vermutet / festgestellt wurde. Elternbegleitung, Gruppenförderung, Entwicklungsdiagnostik			fruehfoerderung@lebenshilfe-mettmann.de
<b>Beratungsstelle für Kinder, Jugend und Schule</b> u.a. Elternberatung, Familientherapie, Beratung von Geburt an, Erziehungsberatung, Diagnostik, Trennungs- u. Scheidungsberatung, Unterstützung in Krisensituationen	Nach Terminvereinbarung	<b>Frau Hassinger-Reißmüller</b> Philippstr. 21, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 550-5160 familienberatung@ratingen.de
<b>esperanza</b> Beratungs- und Hilfenetz während und nach einer Schwangerschaft, Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt, Elternschaft. Information über staatliche Hilfen	Nach telefonischer Terminvereinbarung	<b>Frau Bicko</b> Neanderstr. 68, 40822 Mettmann	Tel.: 02104 / 1419245
<b>Sozialpsychiatrischer Dienst Ratingen</b>	Sprechzeiten nach Vereinbarung	Erfurter Str. 33a, 40880 Ratingen	Tel.: 02102 / 445762 kga-spdi-ratingen@kreis-mettmann.d
<b>Amt für Kinder Jugend und Familie Beistandschaft</b> Vaterschaftsfeststellung, Beratung zum Kindesunterhalt	Nach telefonischer Terminvereinbarung	<b>Martin Möller</b> (A-G, W-Z) <b>Sebastian Gertler</b> (H-Q) <b>Ina Priss</b> (R-V) Minoritenstr. 3, 40878 Ratingen	Tel: 02102 / 550-5111 Tel.: 02102 / 550-5112 Tel.: 02102 / 550-5113
<b>Beratung für Alleinerziehende Sozialdienst katholischer Frauen Ratingen</b>	Nach Terminvereinbarung	<b>Frau Sular</b> Talstr. 2, 40878 Ratingen	Tel: 0178 / 8992340 shouwmiya.sular@skf-ratingen.de
<b>BKE Online-Beratung</b>			<a href="https://eltern.bke-beratung.de/fruehe-hilfen">https://eltern.bke-beratung.de/fruehe-hilfen</a> www.bke-elternberatung.de

#### 4. Beratungsangebote für Kinder mit Behinderungen

Das Angebot	Die Zeit	Die Ansprechpartnerin	Die Kontaktdaten
<b>Kokobe</b> Koordinierungs-, Kontakt- und Beratungsstelle für Menschen mit geistiger und Mehrfachbehinderung	montags bis freitags von 8.30 bis 12.00 Uhr sowie nach Terminvereinbarung	Düssendorfer Str. 26 40882 Mettmann  Sprechstunden auch in Ratingen nach Terminvereinbarung	02104/992395 kokobe@kreis-mettmann.de

<b>Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e.V. KV Mettmann</b>		Grütstr. 10 40878 Ratingen	Tel. 0 21 02/5519240 kontakt@lebenshilfe-mettmann.de
<b>EUTB Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung</b> Beratungsschwerpunkte Teilhabe von Kindern ab Geburt / Angehörigenberatung, Inklusive Bildung, Arbeiten mit Behinderung, Unterstützung im Alltag, Persönliches Budget, Leben mit Assistenz, Leistungen rund um die Pflege <b>Besondere Erfahrungen mit sonstigen Teilhabebeeinträchtigungen:</b> Autismus, Down-Syndrom-Trisomie 21, Epilepsie	Telefonische Erreichbarkeit: Montag bis Donnerstag von 9 Uhr von 14:30 Uhr Offene Sprechzeiten in Ratingen: Montag bis Donnerstag von 10 Uhr bis 13 Uhr. Videoberatung ist möglich.	Am Sandbach 32 im Ärzte Haus West 40878 Ratingen	Tel.: 02102 7068540 beratung@vibra-ev.de

## 5. Beratungs-und Unterstützungsangebote bei Häuslicher Gewalt

Das Angebot	Die Zeit	Die Ansprechpartnerin	Die Kontaktdaten
<b>Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt</b> SkFM Mettmann e.V.		Frau Herbertz Neanderstr. 68 – 72, 40882 Mettmann	Tel.: 02104 / 1419221 Persönliche Beratung
<b>Frauen- und Kinderschutzhaus (Tag und Nacht)</b>			Telefon 02104/ 92 22 20 (Tag + Nacht)
<b>Leben ohne Gewalt</b> SkF Ratingen		Frau Sular  Frau Rösener	Tel: 0178 / 8992340 shouwmiya.sular@skf-ratingen.de Tel: 01573 / 2403634 anita.roesener@skf-ratingen.de

## 6. Beratungsangebote bei sexualisierter Gewalt

Das Angebot	Die Zeit	Die Ansprechpartnerin	Die Kontaktdaten
<b>Beratungsstelle für Familie, Jugend und Schule</b> Spezialisierte Beratung bei sexualisierter Gewalt gegen Kinder und Jugendliche	Mo 9:00-13:00 Uhr, Mi+Do 9:00-16:00 Uhr Nach Terminvereinbarung	Frau Karin Rosengarten	Tel.: 02102 / 5505162 karin.rosengarten@ratingsen.de
<b>Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt</b>		SKFM Mettmann e.V. Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt für den Kreis Mettmann Neanderstraße 68-72 40822 Mettmann	Tel.: 02104 1419-226 sexualisiertegewalt@skfm-mettmann.de

## 7. Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

Das Angebot	Die Zeit	Die Ansprechpartnerin	Die Kontaktdaten
<b>Griffbereit</b> <b>Diakonie Ratingen</b> wöchentliches Gruppenangebot für zugewanderte Eltern mit Kindern 1-3 Jahre. Unterstützung der Sprachentwicklung, Elternaustausch, Spiel- u. Bewegungsanregungen		Diakonie, Haus am Turm Angerstr. 11, 40878 Ratingen	Tel: 02102 / 10940 mail@ev.familienbildung.de
<b>Spiel- u. Sprachfördergruppen</b> <b>Kita-Einstieg und Mimikids</b> <b>Diakonie Ratingen</b> Spiel- und Sprachförderangebot für Kinder 2 bis 6 Jahre, die keinen Platz in einer Kita haben.		<b>Michaela Peter</b> Angerstr. 11, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 109117 m.peter@diakonie-kreis-mettmann.de
<b>Rucksack-Kita-Diakonie Ratingen</b> Elternbildungsprogramm für Eltern mit Migrationshintergrund u. ihre Kinder 4-6 Jahre. Förderung der allg. Entwicklung und der Sprachkompetenz der Kinder in der Herkunftssprache		<b>Joeline Kaden</b> Maximilian-Kolbe-Platz 18, 40880 Ratingen	Tel.: 02102 / 9421512 j.kaden@diakonie-kreis-mettmann.de

<b>Migrationsberatung für Erwachsene Caritasverband Mettmann und Diakonie Ratingen</b>		<b>Vivian Daub-Schürmann</b> Grütstr. 3-7, 40878 Ratingen  <b>Beate Akel</b> Maximilian-Kolbe-Platz 18b, 40880 Ratingen	Tel.: 02102 / 92915311 vivian.daub@caritas-mettmann.de  Tel.: 02102 / 9421511 b.akel@diakonie-kreis-mettmann.de
<b>Flüchtlingsberatungsstelle für Geflüchtete, die in Gemeinschaftsunterkünften untergebracht sind Caritasverband Mettmann</b>		<b>Alexander Hirsch</b> Grütstr. 3-7, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 92915311 alexander.hirsch@caritas-mettmann.de
<b>Flüchtlingsberatungsstelle für Geflüchtete, die in Wohnungen leben Stadt Ratingen, Amt für Soziales Wohnen und Integration</b>		<b>Benjamin Dietrich</b> Minoritenstr. 2-6, 40878 Ratingen	Tel.: 02102 / 550 -5094 Benjamin.dietrich@ratingen.de

## 8. Sucht und Schulden - Angebote

Das Angebot	Die Zeit	Die Ansprechpartnerin	Die Kontaktdaten
<b>Diakonie im Kirchenkreis Suchthilfe</b> Beratung und Betreuung bei Alkoholabhängigkeit, Medikamentenabhängigkeit, Drogenabhängigkeit, Essstörungen, Spielsucht und anderen Abhängigkeiten Einzelgespräche und Gruppenangebote Vermittlung in Entzugs- und Entwöhnungsbehandlungen u.a.	Sprechstunden Mittwoch 15.00-18.00 Uhr Donnerstag 09.00-12.00 Uhr  Sprechstunde für Jugendliche und junge Erwachsene Dienstag 16.00 - 17.00 Uhr  Eine Anmeldung für die Sprechstunden ist nicht erforderlich.	<b>Monika Benninghoff</b> Graf-Adolf-Str. 7-9 40878 Ratingen	Tel.: 02102 – 133 98 12 Tel.: 02102 – 133 98 23 <a href="mailto:m.benninghoff@diakonie-kreis-mettmann.de">m.benninghoff@diakonie-kreis-mettmann.de</a>  Beratung auch in russischer und englischer Sprache
<b>Diakonie im Kirchenkreis Suchtprävention</b>	Nach Terminvereinbarung. Infosprechstunde für Kinder und dienstags von 16.00 bis 17.00 Uhr in der Beratungsstelle	<b>Marie Kons</b> Graf-Adolf-Str. 7-9 40878 Ratingen	Tel.: 02102/1339827 m.kons@diakonie-kreis-mettmann.de
<b>SKF Ratingen</b> Schuldnerberatung	Dienstag: 10:00 bis 12:00 Uhr Donnerstag: 15:00 bis 18:00 Uhr und nach Terminvereinbarung	<b>Rainulf Küppers</b> Düsseldorfer Str. 40 40878 Ratingen	Tel.: 02102 7116-100 rainulf.kueppers@skf-ratingen.de
<b>Caritas - Schuldnerberatung</b> Online Beratung			<a href="https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/schuldnerberatung">https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/schuldnerberatung</a>

