



Frühe Hilfen in Schleswig-Holstein

Informationen in Leichter Sprache

Bundesstiftung
Frühe Hilfen 

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Schleswig-Holstein
Ministerium für Soziales, Jugend,
Familie, Senioren, Integration
und Gleichstellung

**Liebe Mütter, liebe Väter,
liebe Eltern, liebe Familien,**

die Geburt Ihres Kindes verändert vieles.
Vielleicht freuen Sie sich sehr auf Ihr Kind.
Vielleicht haben Sie auch viele Fragen.
Oder Sie haben Sorgen.

Vielleicht wünschen Sie sich Unterstützung.
Diese Unterstützung können Sie hier bekommen:
Von den Fachleuten der **Frühen Hilfen**.
Die Fachleute sind für diese Menschen da:

- Schwangere und ihre Familien.
- Eltern mit kleinen Kindern.
Bis die Kinder 3 Jahre alt sind.



Was braucht Ihr Kind?

In den ersten Jahren braucht Ihr Kind vor allem Sie.
Ihr Kind braucht Ihre Liebe.
Es braucht Ihre Aufmerksamkeit.
Und Ihr Kind braucht Ihre Unterstützung.
Das alles ist nicht immer ganz einfach.

Manchmal ist es vielleicht schwer herauszufinden:
Was möchte mein Kind gerade?

Vielleicht wird Ihnen manchmal alles zu viel.
Sie brauchen dann vielleicht Unterstützung.
Dafür sind die Frühen Hilfen da.



Was machen die Fachleute der Frühen Hilfen?

Die Fachleute der Frühen Hilfen sind für Sie da.

Das machen die Fachleute zum Beispiel:

- Sie beantworten Ihnen Ihre Fragen.
- Sie unterstützen Sie.

Zum Beispiel beim Umgang mit Ämtern.

Das Angebot der Frühen Hilfen ist kostenlos.

Und das Angebot ist vertraulich.

Das heißt:

Sie können mit den Fachleuten über alles sprechen.

Die Fachleute sagen **niemandem** etwas weiter.

Frühe Hilfen gibt es in ganz Deutschland.

Es gibt sie auch in Ihrer Nähe.



Wer arbeitet für die Frühen Hilfen?

Für die Frühen Hilfen arbeiten viele Fachleute.
Dazu gehören auch **Familien·hebammen**.
Familien·hebammen sind Hebammen.
Sie haben eine zusätzliche Ausbildung.

Familien·hebammen beraten schwangere Frauen.
Sie beraten und betreuen auch die Familie der Frau.
Auch nach der Geburt sind Familien·hebammen für
die Frauen und ihre Familie da:
Bis zum 1. Geburtstag ihres Kindes.



Vielleicht gibt es auch mal schwierige Zeiten.
Zum Beispiel wenn ein Kind sehr viel schreit.
Oder wenn ein Kind sehr früh geboren wurde.
Dann kann eine **Familien- Gesundheits- und
Kinder-kranken-pflegende** die Frauen unterstützen.
Das ist eine Kinder-krankenschwester.
Sie hat eine zusätzliche Ausbildung.
Sie unterstützt auch die Familie der Frauen.

So lange unterstützen Familien- Gesundheits-
und Kinder-kranken-pflegende die Frau und
ihre Familie:
Bis zum 3. Geburtstag ihres Kindes.



Für die Frühen Hilfen arbeiten auch **Ehrenamtliche**.

Ehrenamtlich arbeiten heißt:

Jemand bekommt kein Geld für seine Arbeit.

Der Mensch macht die Arbeit freiwillig.

Zum Beispiel weil er gerne anderen Menschen hilft.

Das machen die Ehrenamtlichen zum Beispiel:

Sie spielen mit den Geschwister·kindern.

Oder sie kümmern sich mal um das Baby.

Damit sich die Mutter mal ausruhen kann.

Woher wissen die Fachleute der Frühen Hilfen: Das brauchen Sie und Ihre Familie?

Die Fachleute der Frühen Hilfen sprechen mit Ihnen.
Sie fragen Sie zum Beispiel:

Welche Unterstützung brauchen Sie?

Und die Fachleute arbeiten mit anderen zusammen.

Das nennt man auch so: Netzwerk

Im Netzwerk sind verschiedene Angebote.

So bekommen Sie die passende Unterstützung.

Auch andere Fachleute gehören zum Netzwerk.

Wo gibt es die Angebote der Frühen Hilfen?

Die Angebote gibt es an vielen Orten:

- Zum Beispiel im Familien-zentrum,
- bei Schwangeren-beratungs-stellen oder
- bei Ärzten.

Es gibt zum Beispiel Eltern-Cafés.
Oder es gibt Krabbelgruppen.
Hier treffen Sie andere Eltern.
Den Eltern geht es vielleicht wie Ihnen.
Sie können mit den anderen Eltern sprechen.

Und Sie können sich mit ihnen austauschen.
Die Fachleute kommen auch zu Ihnen nach Hause.

In vielen Krankenhäusern gibt es Lotsinnen.
Die Lotsinnen arbeiten für die Frühen Hilfen.
Sie beraten Sie gerne und geben Ihnen Kontakte.

Hier können Sie sich melden:
Mit dieser Broschüre bekommen Sie Kontakte.

In den Kontakten steht:
Hier finden Sie die Frühen Hilfen in Ihrer Nähe.
Rufen Sie die Fachleute in Ihrer Nähe an.
Oder schreiben Sie ihnen eine E-Mail.
Die Fachleute der Frühen Hilfen freuen sich auf Sie.

Kreis Dithmarschen

Institution: Kompass Beratungszentrum

Ansprechpartnerin: Frau Sell

Mail: nadine.sell@dithmarschen.de

Telefon: 0481 974284

Homepage: www.kompass-dithmarschen.de

Institution: Kompass Beratungszentrum

Ansprechpartnerin: Frau Engel

Mail: christine.engel@dithmarschen.de

Telefon: 0481 974954

Homepage: www.kompass-dithmarschen.de

Stadt Flensburg

Institution: Gesundheitshaus

Ansprechpartnerin: Frau Dr. Sierck

Mail: fruehe-hilfen@flensburg.de

Telefon: 0461 854545

Homepage: www.flensburg.de/fruehehilfen

Institution: Schutzengel GmbH

Ansprechpartner: Herr Syring

Mail: vsyring@schutzengel-flensburg.de

Telefon: 0175 5847775

Homepage: www.schutzengel-flensburg.de

Kreis Herzogtum Lauenburg

Region: Kreis Herzogtum Lauenburg

Institution: Fachbereich Jugend, Familie, Schulen und Soziales – Koordination Frühe Hilfen

Ansprechpartnerin: Frau Spangemacher

Mail: spangemacher@kreis-rz.de

Telefon: 04541 888401

Homepage: www.kreis-rz.de

Region: Mölln und Ratzeburg (Nordkreis)

Institution: Fachbereich Jugend, Familie, Schulen und Soziales – Anlaufstelle Alpha Nord

Ansprechpartnerin: Frau Helbing

Mail: helbing@kreis-rz.de

Telefon: 04541 888462

Homepage: www.kreis-rz.de

Region: Geesthacht, Schwarzenbek, Lauenburg (Südkreis)

Institution: Fachbereich Jugend, Familie, Schulen und Soziales – Anlaufstelle Alpha Süd

Ansprechpartnerin: N.N.

Mail: FrueheHilfen@kreis-rz.de

Telefon: 04152 809871

Homepage: www.kreis-rz.de

Landeshauptstadt Kiel

Institution: Jugendamt, Allgemeiner Sozialdienst-
Netzwerkkoordination Frühe Hilfen

Ansprechpartnerin: Frau Timm

Mail: fruehehilfen@kiel.de

Janine.Fregin@kiel.de

Telefon: 0431 9013718

Homepage: www.kiel.de/fruehehilfen

Institution: Jugendamt, Allgemeiner Sozialdienst-
Netzwerkkoordination Frühe Hilfen

Ansprechpartnerin: Frau Peuker-Jacobsen

Mail: fruehehilfen@kiel.de

AnnaLena.Peuker-Jacobsen@kiel.de

Telefon: 0431 9013718

Homepage: www.kiel.de/fruehehilfen

Hansestadt Lübeck

Institution: AWO S.-H. gGmbH,

Frühe Hilfen am Kinderschutz-Zentrum Lübeck

Ansprechpartnerin: Frau Hoeck

Mail: fruehehilfen@awo-sh.de

Telefon: 0451 2037387

Homepage: www.kinderschutz-zentrum-luebeck.de/fruehe-hilfen

Institution: AWO S.-H. gGmbH, Frühe Hilfen am
Familienzentrum Redderkoppel, Kücknitz

Ansprechpartnerin: Frau Trein

Mail: fruehehilfen-kuecknitz@awo-sh.de

Telefon: 0451 3002350

Homepage: www.kinderschutz-zentrum-luebeck.de/fruehe-hilfen

Institution: Frühe Hilfe gGmbH,

Frühe Hilfen an der Familien-Kiste Moisling

Ansprechpartnerin: Frau Ebers

Mail: fruehehilfen@familien-kiste-luebeck.de

Telefon: 0451 29288995

Homepage: <https://www.familien-kiste-luebeck.de/fruehe-hilfen/>

Stadt Neumünster

Institution: Stadt Neumünster,
Allgemeiner Sozialer Dienst

Ansprechpartnerin: Frau Homfeldt

Mail: stephanie.homfeldt@neumuenster.de

Telefon: 04321 9422783

Homepage: www.neumuenster.de/fruehehilfen

Institution: Diakonie Altholstein

Ansprechpartnerin: N.N.

Mail: fruehe-hilfen@diakonie-altholstein.de

Telefon: 0176 64041433

Homepage: <https://www.diakonie-altholstein.de/de/fruehe-hilfen>

Institution: Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Kiel
(Beratungsstelle für Frauen, Familien & Schwangere
Neumünster)

Ansprechpartnerin: Frau Barabas

Ansprechpartnerin: Frau Dreilich

Mail: beratungsstelle-nms@skf-kiel.de

Telefon: 04321 14270

Homepage: <https://www.skf-kiel.de/beratungsstellen/schwangerschaftsberatung/neumuenster.html>

Kreis Nordfriesland

Region: Kreis Nordfriesland

Institution: Fachdienst Jugend, Familie und Bildung

Ansprechpartnerin: Frau Cordes

Mail: fruehehilfen@nordfriesland.de

Telefon: 04841 67583

Homepage: www.nordfriesland.de

Region: Insel Sylt

Institution: Lebenshilfe e.V.

Ansprechpartnerin: Frau Causin-Rück

Mail: u.causin-rueck@lebenshilfe-inseln.de

Telefon: 04651 929802

Homepage: www.lebenshilfe-sylt.de

Region: Inseln Föhr/Amrum

Institution: Diakonisches Werk

Ansprechpartnerin: Frau Rochhausen

Mail: b.rochhausen@dw-suedtondern.de

Telefon: 0151 46658933

Homepage: www.dw-suedtondern.de

Kreis Nordfriesland

Region: Kreis Nordfriesland Nord

Institution: Leni GmbH

Ansprechpartnerin: Frau Dobbert

Mail: dobbert@muerwiker-gruppe.de

Telefon: 0151 58229031

Homepage: www.leni-gmbh.de

Region: Kreis Nordfriesland Mitte

Institution: Lebenshilfe e.V.

Ansprechpartnerin: Frau Cardel

Mail: cardel@lebenshilfe-husum.de

Telefon: 04671 9422710

Homepage: www.lebenshilfe-husum.de

Region: Husum

Institution: Diakonisches Werk Husum gGmbH

Ansprechpartnerin: Frau Knizia

Mail: knizia@dw-husum.de

Telefon: 0151 58188617

Homepage: www.dw-husum.de

Kreis Nordfriesland

Region: Kreis Nordfriesland Süd

Institution: Iuvo gGmbH

Ansprechpartnerin: Frau Ahrens

Mail: petra.ahrens@iuvo.de

Telefon: 04861 6178370

Homepage: www.iuvo.de

Kreis Ostholstein

Region: Fehmarn

Institution: Familienzentrum Fehmarn

Ansprechpartnerin: Frau Koch

Mail: familienzentrum-fehmarn@dksb-heiligenhafen.de

Telefon: 04371 8888683 und 0151 26758230

Homepage: www.familienzentren-ostholstein.de

Region: Heiligenhafen

Institution: Familienzentrum Heiligenhafen

Ansprechpartnerin: Frau Franik-Wolff

Mail: familienzentrum-heiligenhafen@
dksb-heiligenhafen.de

Telefon: 04362 5005709 und 0157 50361115

Homepage: www.familienzentren-ostholstein.de

Region: Oldenburg i.H.

Institution: Familienzentrum Oldenburg in Holstein

Ansprechpartnerin: Frau Bruhn

Ansprechpartnerin: Frau Kirschall

Mail: familienzentrum-oldenburg@
dksb-heiligenhafen.de

Telefon: 04361 6265560 und 0151 50143024
und 0160 96736965

Homepage: www.familienzentren-ostholstein.de

Kreis Ostholstein

Region: Neustadt i.H.

Institution: Familienzentrum Neustadt in Holstein

Ansprechpartnerin: Frau Bruhn

Ansprechpartnerin: Frau Kirschall

Mail: familienzentrum@kinderschutzbund-oh.de

Telefon: 04561 5248183

Homepage: www.familienzentren-ostholstein.de

Region: Eutin

Institution: Familienzentrum Eutin

Ansprechpartnerin: Frau Dreller

Ansprechpartnerin: Frau Schwarten

Mail: familienzentrum-eutin@

kinderschutzbund-eutin.de

Telefon: 04521 8309088

Homepage: www.familienzentren-ostholstein.de

Region: Ahrensböök

Institution: Familienzentrum Ahrensböök

Ansprechpartnerin: Frau Komanns

Mail: info@jugendpflege-ahrensboeck.de

Telefon: 04525 493376

Homepage: www.familienzentren-ostholstein.de

Kreis Ostholstein

Region: Bad Schwartau

Institution: Familienzentrum Bad Schwartau

Ansprechpartnerin: Frau Herrmann

Ansprechpartnerin: Frau Sier

Ansprechpartnerin: Frau Müller

Mail: familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de

Telefon: 0451 2929328

Homepage: www.familienzentren-ostholstein.de

Region: Ratekau

Institution: Familienzentrum Bad Schwartau

Ansprechpartnerin: Frau Herrmann

Mail: familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de

Telefon: 04504 70888726

Homepage: www.familienzentren-ostholstein.de

Kreis Pinneberg

Region: Elmshorn

Institution: menschen.Kinder gGmbH

Ansprechpartnerin: Frau Vogel

Mail: herzundhand@menschen-kinder.com

Telefon: 0176 57722239

Homepage: www.herzundhand-kreispinneberg.de

Region: Pinneberg

Institution: Ev. Familienbildung Pinneberg

Ansprechpartnerin: Frau Sieg

Ansprechpartnerin: Frau Amendt

Mail: herzundhand@fbs-pinneberg.de

Telefon: 04101 8450154

Homepage: www.herzundhand-kreispinneberg.de

Region: Uetersen

Institution: Ev. Familienbildung Pinneberg

Ansprechpartnerin: Frau Görs

Mail: herzundhand@fbs-uetersen.de

Telefon: 04122 4032845

Homepage: www.herzundhand-kreispinneberg.de

Kreis Pinneberg

Region: Wedel

Institution: Familienbildung Wedel e. V.

Ansprechpartnerin: Frau Brandt

Mail: herzundhand@familienbildung-wedel.de

Telefon: 04103 7032319

Homepage: www.herzundhand-kreispinneberg.de

Kreis Plön

Institution: Amt für Familie und Jugend

Ansprechpartnerin: Frau Hüffermann

Mail: vera.hueffermann@kreis-ploen.de

Telefon: 04522 743782

Homepage: www.kreis-ploen.de

Kreis Rendsburg-Eckernförde

Institution: Fachbereich Jugend und Familie

Ansprechpartnerin: Frau Meyn

Mail: mirja-theresa.meyn@kreis-rd.de

Telefon: 04331 202165

Homepage: www.kreis-rendsburg-eckernfoerde.de

Kreis Schleswig-Flensburg

Institution: Der Landrat,
Fachbereich Jugend und Familie

Ansprechpartnerin: Frau Brügge

Mail: marina.bruegge@schleswig-flensburg.de

Telefon: 04621 3053729

Homepage: www.schleswig-flensburg.de

Kreis Segeberg

Institution: Ev. Familienbildung Norderstedt

Ansprechpartnerin: Frau Thomsen

Mail: fruehehilfen@fbs-norderstedt.de

Telefon: 040 35772756

Homepage: www.fruehe-hilfen-norderstedt.de

Region: Kreis Segeberg

Institution: Fachdienst Jugend und Bildung

Fachstelle Kinderschutz und Qualitätsentwicklung

Ansprechpartnerin: Frau Wolter

Mail: fruehe-hilfen@segeberg.de

Telefon: 04551 951 9692

Homepage: www.segeberg.de/fruehe-hilfe

Region: Segeberg, Wahlstedt, Amt Trave-Land
und Umgebung

Institution: Ev. Bildungswerk des Kirchenkreises
Plön-Segeberg

Ansprechpartnerin: Frau Mütze

Mail: b.muetze@kirche-ps.de

Telefon: 04551 955111

0157 33653718

Homepage: www.segeberg.de/fruehe-hilfen

Region: Kaltenkirchen, Henstedt Ulzburg
und Umgebung

Institution: Tausendfüßler Stiftung

Ansprechpartnerin: Frau Jenning

Mail: martina.jenning@tf-stiftung.de

Telefon: 0151 70057356

Ansprechpartnerin: Frau Haak

Mail: verena.haak@tf-stiftung.de

Telefon: 0151 42052178

Homepage: www.segeberg.de/fruehe-hilfen

Region: Bad Bramstedt, Boostedt, Bornhöved,
Trappenkamp und Umgebung

Institution: Diakonisches Werk Altholstein GmbH

Ansprechpartnerin: Team Frühe Hilfen

Mail: fruehe-hilfen@diakonie-altholstein.de

Telefon: 0176 64041433

Homepage: www.segeberg.de/fruehe-hilfen

Kreis Steinburg

Institution: Diakonisches Werk

Rantzau-Münsterdorf gGmbH

Ansprechpartnerin: Frau Brandenburg

Mail: brandenburg@die-diakonie.org

Telefon: 04821 8883570 und 0151 62826626

Homepage: www.fbsitzehoe.de

Kreis Stormarn

Institution: Netzwerkkoordinatorin Frühe Hilfen

Ansprechpartnerin: Frau Lindstedt

Mail: s.lindstedt@kreis-stormarn.de

Telefon: 04531 1601832

Homepage: www.kreis-stormarn.de/go/fruehehilfen

Institution: Familienzentren im Kreis Stormarn

Ansprechpartnerin: N.N.

Homepage: www.kreis-stormarn.de/go/familienzentren

Institution: SchreiBabyAmbulanz

Kompetenzzentrum Frühe Hilfen e.V.

Ansprechpartnerin: Elternlotsinnen

Mail: info@eltern-lotsen.de

Telefon: 0160 7154216

Homepage: www.eltern-lotsen.de



Der Text in Leichter Sprache ist
vom Institut für Leichte Sprache.
Lebenshilfe Schleswig-Holstein e.V.
Kehdenstraße 2-10
24103 Kiel

Dieser Text wurde geprüft.
Der Testleser war Rüdiger Benkendorf.



Die Bilder im Text sind von:
Lebenshilfe für
Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013



© European Easy-to-Read Logo:

Inclusion Europe.

Mehr Informationen im Internet unter:

Internetseite von Inclusion Europe

Herausgeber

Ministerium für Soziales, Jugend, Familie, Senioren,
Integration und Gleichstellung des Landes

Schleswig-Holstein

Landeskoordinierung Bundesstiftung Frühe Hilfen

Adolf-Westphal-Str. 4

24143 Kiel

Ansprechpartnerin Katrin Witkowski

Telefon 0431 988-5471

Foto Fotolia

Gestaltung Betti Bogya

Dezember 2022