



5. Auflage

# Familienhandbuch

Informationen, sowie Beratungs- und Hilfsangebote  
für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern

Mit Adressverzeichnis

Landkreis  
**Straubing-Bogen**  
Tradition und Zukunft



**Liebe Eltern,  
liebe Bürgerinnen  
und Bürger,**

ein familienfreundlicher Landkreis ist mir ein großes Anliegen. Das gute und gesunde Aufwachsen unserer jüngsten Landkreisbewohnerinnen und –bewohner ist mir deshalb auch

persönlich sehr wichtig. Familienfreundlichkeit ist jedoch nicht einfach vorhanden, sondern eine Aufgabe, an der wir gemeinsam seit langem arbeiten. Kinder sind unser größter Schatz und das Wertvollste was Ihnen als Eltern anvertraut ist. Deshalb ist dieses Thema für uns auch in Zukunft ein ganz zentrales.

Mit der Schwangerschaft und der Geburt eines Kindes ergeben sich viele neue Fragen. Eltern und insbesondere auch Alleinerziehende sind deshalb oft verunsichert und wünschen sich schnelle und praktikable Informationen und Tipps.

Unser KoKi-Familienbüro im Landratsamt ist die passende Informationsstelle für Schwangere und Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern. Das KoKi-Familienbüro hat sich der Aufgabe angenommen, dieses Familienhandbuch für unseren Landkreis Straubing-Bogen zu erstellen, das nun bereits in seiner 5. Auflage erschienen ist. In diesem Handbuch finden Sie viele hilfreiche Adressen und Tipps für die Zeit während der Schwangerschaft und die ersten Lebensjahre mit Ihrem Kind. Bitte nutzen Sie diese Zusammenstellung als eine erste Orientierung über die zahlreich vorhandenen Angebote und Möglichkeiten.

Für weitere konkrete Fragen stehen Ihnen das KoKi-Familienbüro und die im Familienhandbuch aufgeführten Einrichtungen gerne mit Rat und Hilfe zur Seite. Bitte scheuen Sie sich nicht, den persönlichen Kontakt zu suchen. Denn zum Beispiel alleine hinsichtlich der Gesetzeslage ergeben sich ständig Veränderungen, so dass es nicht immer einfach ist, sich selber einen Überblick über vorhandene finanzielle und rechtliche Unterstützungsmöglichkeiten zu verschaffen. Aber auch das Leben verläuft nicht immer nach Plan. Deshalb können sich Krisen und Problemsituationen ergeben, in denen die Unterstützung durch die KoKi oder deren Hilfsangebote dringend notwendig ist. Auch familiäre Strukturen und die Gesellschaft haben sich verändert – entsprechend spiegeln auch die Beratungsangebote die Notwendigkeiten wieder.

Ich wünsche Ihnen ein gutes Gelingen für Ihre Erziehungsaufgabe und alles Gute für Sie und Ihren Nachwuchs.

Ihr

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Josef Laumer'.

Josef Laumer  
Landrat des Landkreises Straubing-Bogen



### Liebe Eltern,

mit der Geburt eines Kindes – oftmals schon davor – beginnt eine aufregende Zeit mit vielen Veränderungen für die ganze Familie.

Elternschaft ist ein Abenteuer! – Da ist es ganz normal, wenn Fragen und Unsicherheiten auftreten. Der neue Lebensabschnitt erfordert, dass Sie sich plötzlich mit ganz neuen Themen und Situationen auseinandersetzen müssen.

Mit dem KoKi-Familienbüro steht allen Alleinerziehenden und Familien eine zentrale Anlaufstelle zur Verfügung. Wir

möchten, dass Ihr Kind gut ins Leben starten kann und Ihnen das Elternsein gelingt, so wie Sie sich das wünschen.

Damit Sie diese Herausforderung gut meistern können, bietet das KoKi-Familienbüro kostenlose Information, Beratung und Unterstützung an.

Die KoKi ist zudem mit vielen Personen, Einrichtungen und Fachstellen vernetzt, die ebenfalls Angebote für Familien und 0 - 3 jährige Kinder bereit halten.

Die frühe Kindheit mit all ihren schönen und glücklichen Momenten kann auch schwierige Situationen mit sich bringen. Sei es im Familienalltag, in der Partnerschaft, im Berufsleben oder in finanzieller



Hinsicht. – Gerade dann ist es wertvoll, einen Überblick über mögliche Ansprechpartner und Hilfsangebote zu haben. Gemäß dem Motto: „Aus Sorgen sollen keine Probleme werden!“

Wir haben uns bemüht, für Eltern und Fachstellen vielfältige und hilfreiche Informationen rund um die Themen „Geburt und Elternsein“ zusammenzustellen.

Wir wünschen uns, dass mit dem vorliegenden Familienhandbuch viele Ihrer Fragen beantwortet werden, dass es Ihren Informationsbedarf deckt und möglicherweise auch Anregung gibt, Neues auszuprobieren.

Viel Freude mit Ihrem Kind wünschen Ihnen

Rosi Rinkl  
Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
KoKi-Familienbüro  
Landkreis Straubing-Bogen

Marina Luginger  
Sozialpädagogin (B.A.)  
KoKi-Familienbüro  
Landkreis Straubing-Bogen

Sie finden das Familienhandbuch auch auf der Homepage der KoKi unter:

**[www.landkreis-straubing-bogen.de](http://www.landkreis-straubing-bogen.de) (KoKi)**

#### Impressum:

Auflage: 3.000

Herausgeber: Landratsamt Straubing-Bogen  
KoKi – Netzwerk frühe Kindheit  
Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 973-219 · Fax 09421 973-117  
koki@landkreis-straubing-bogen.de  
www.landkreis-straubing-bogen.de (KoKi)

Gestaltung: teamElgato | Werbeagentur · www.teamElgato.de

Druck: Cl. Attenkofer'sche Buch- und Kunstdruckerei Verlagsbuchhandlung Straubing KG  
www.mediengruppe-attenkofer.de

Fotos: Titel: ©Olesia Bilkei  
S. 6: ©vasiliystepanov · S. 9/S. 17: ©drubig-photo  
S. 10: ©Monkey Business · S. 11/S. 43: ©Oksana Kuzmina  
S. 16: ©detailblick-foto · S. 22: ©Marco2811  
S. 23: ©Stockfotos-MG · S. 24/S. 27: ©Syda Productions  
S. 25: ©contrastwerkstatt · S. 26: ©Robert Herhold · S. 28: ©Alekssei Potov  
S. 29: ©tycoon101 · S. 30: ©Bernd Rehorst ·  
S. 31: ©elmar gubisch · S. 32: ©Robert Kneschke · S. 33: ©francisco  
S. 36: ©BeTa-Artworks · S. 37: ©2xSamara.com · S. 38: ©oranguta007  
S. 39: ©cicisbeo · S. 40: ©Kitty · S. 41/S. 51: ©JenkoAtaman ·  
S. 42: ©oksix · S. 47: ©Rawpixel.com · S. 49: ©timonko  
Rückseite: ©Ovidiu Iordachi

Stand: Mai 2022

## Inhalt

### Gesundheit

Familienhebammen .....	8
Frauenärzte .....	7
Geburtskliniken .....	7
Hebammen .....	8
Kinderärzte .....	9
Kinderkliniken .....	9
Klinikoffer .....	7
Kreislaufbildungen .....	9

### Beratung und Hilfe

Babyklappe .....	12
Behinderung .....	16
Chronisch krankes Kind .....	16
KoKi – Netzwerk frühe Kindheit .....	12
Schreibaby, Schlafprobleme, Fütterstörung .....	16
Schwangerschaftsberatungsstellen .....	11
Selbsthilfegruppen .....	15
Vertrauliche Geburt .....	11
Verwaiste Eltern .....	16
Wichtige Beratungsstellen .....	13 - 15

### Wichtige Informationen von A - Z

Arbeitslosengeld II .....	18
Bayerisches Familiengeld .....	18
Bayerisches Krippengeld .....	18

Elterngeld/ElterngeldPlus .....	19
Elternzeit .....	19
Familienerholung .....	20
Freistellung von der Arbeit bei Erkrankung des Kindes .....	20
Geburtsurkunde .....	20
Haushaltshilfe .....	21
Hauswirtschaftliche Fachdienste. ....	21
Kinderfreibetrag .....	22
Kindergeld .....	22
Kindergeldzuschlag .....	22
Kinderreisepass .....	23
Kostenlose Infobroschüren .....	21
Krankenversicherung .....	23
Mehrlingsgeburt .....	23
Mutter/Vater-Kind-Kur .....	21
Mutterschaftsgeld .....	24
Mutterschutz .....	25
Sorgerecht .....	25
Sozialgeförderte Wohnungen .....	26
Taufe .....	27
Unterhaltsvorschuss .....	27
Vaterschaftsanerkennung .....	27
Wohngeld .....	27

## **Günstig Einkaufen**

Babyausstattung .....	29
Bekleidung .....	29

Flohmärkte und Trödelmärkte .....	30
Frühjahrs- und Herbstbasare für Kinderartikel .....	30
Gebrauchtmöbel/Wohnungseinrichtung ...	30
Kinderbekleidung/Kinderartikel .....	31
Lebensmittel .....	31
Windelzuschuss .....	31

## **Kinderbetreuung**

Kindertagesstätten (Kindergärten, Kinderkrippen) .....	33 - 35
Schulvorbereitende Einrichtungen .....	36
Tagespflegevermittlungsstelle .....	36
Übernahme der Gebühren (Tagespflege, Krippe, Kindergarten und Hort) .....	36

## **Elterntreffs**

Begegnungscafé .....	38
Familientreff .....	38
Offene Krabbelgruppe .....	38

## **Angebote für Eltern und Kinder**

Babymassage .....	40
Babyschwimmen .....	40
Bezuschussung durch die KoKi .....	47
Büchereien .....	41
Eltern-Kind-Gruppen (KEB und Vhs) .....	42
Eltern-Kind-Turnen .....	43

Starke Eltern – Starke Kinder .....	44
Safe – Sicher und geborgen im Leben .....	44
Ernährung und Bewegung .....	44
Erste Hilfe am Kind .....	45
Freizeit-Tipps .....	48
Geburtsvorbereitungskurse .....	45
Kinderlobby Straubing-Bogen e.V. ....	46
Kleinkinderschwimmen .....	40
Lesestart-Set .....	41
Mama & Baby-Yoga .....	46
Online-Erziehungsratgeber .....	46
PEKiP®-Kurse .....	47
Rückbildungsgymnastik .....	47
Säuglingspflegekurse .....	48
Stillgruppe .....	48
Trageberatung .....	47
Vorträge für Eltern .....	45
Vorträge und Angebote in einzelnen Landkreiskommunen .....	45

## **Weitere Informationen**

Empfehlenswerte Links .....	50
Unfallverhütung .....	50
Wichtige Adressen .....	51
Wichtige Notrufnummern .....	51

# Gesundheit

Frauenärzte  
Geburtskliniken  
Hebammen  
Kinderärzte  
Kinderkliniken  
Kreißsaalführungen



# Frauenärzte

## Landkreis Straubing-Bogen:

### Dr. Bettina Dorn

Bahnhofstr. 11 · 94327 Bogen · Tel. 09422 805055

### Dr. Renate Raab

Mussinonstr. 6 · 94327 Bogen · Tel. 09422 40100

### Dr. Katja Alexander

Steinrainer Str. 3 · 84066 Mallersdorf-Pfaffenberg · Tel. 08772 232

### Dr. Mechthilde Weiler

Bayerwaldstr. 7 · 94559 Niederwinkling · Tel. 09962 2004150

## Stadt Straubing:

### Dr. Ute Fuchs/Dr. Ulla Reitmeier

Theresienplatz 17 · 94315 Straubing · Tel. 09421 10555

### Dr. Johanna Christ-Ponnath/Dr. Marvin Ponnath

Schlesische Str. 114 · 94315 Straubing · Tel. 09421 60706

### Dr. Susanne Goldenstein/Dr. Jürgen Täuber

Geiselhöringer Str. 63 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 33988 oder 09421 40304

### Dr. Gisela Hahl/Dr. Lenka Vielreicher

Stadtgraben 1 · 94315 Straubing · Tel. 09421 846410

### Dr. Carlo Maier/Dr. Stefan Schnabel

Ludwigsplatz 41 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 105-37 oder 09421 105-38

# Geburtskliniken

### Klinikum St. Elisabeth

St.-Elisabeth-Str. 23 · 94315 Straubing · Tel. 09421 710-1661

### Sana Krankenhaus Cham

August-Holz-Str. 1 · 93413 Cham · Tel. 09971 4090

### Donaulsar-Klinikum Dingolfing

Teisbacher Str. 1 · 84130 Dingolfing · Tel. 08731 880

### Donaulsar Klinik Deggendorf

Peralsberger Str. 41 · 94469 Deggendorf · Tel. 0991 380-0

### Krankenhaus Landshut-Achdorf

Achdorfer Weg 3 · 84036 Landshut · Tel. 0871 4040

### Klinik St. Hedwig Regensburg

Steinmetzstr. 1 - 3 · 93049 Regensburg · Tel. 0941 369-98

### Klinik St. Josef

Landshuter Str. 65 · 93053 Regensburg · Tel. 0941 782-0

(Kreißaalführungen s. Seite 9)



## TIPPS FÜR DEN KLINIKKOFFER

### Am besten 4 - 6 Wochen vorher packen!

- Mutterpass und Familienstammbuch
- Einweisungsschein/Versicherungskarte
- 2 - 3 Pyjamas oder Nachthemden
- Bademantel und Hausschuhe
- Urkunde über Vaterschaftsanerkennung (bei unverheirateten Müttern!)
- Waschzeug und Handtücher
- Babykleidung für den Entlassstag

**Informationen dazu erhalten Sie auch von Ihrer Hebamme!**  
(Siehe nächste Seite)

# Hebammen

Jede Frau hat Anspruch auf Hebammenhilfe **während der Schwangerschaft, der Geburt, im Wochenbett und während der Stillzeit**. Die Kosten für die Hebammenhilfe werden von den **gesetzlichen Krankenkassen** übernommen und durch die Hebamme abgerechnet.

Frauen, die **privat versichert** sind, sollten das **jeweilige Leistungsspektrum** vorher bei ihrer **privaten Krankenkasse** abfragen. Bitte kümmern Sie sich rechtzeitig vor der Geburt um eine Nachsorgehebamme.

## Landkreis Straubing-Bogen:

### Madlen Beyer

94368 Perkam · Tel. 0171 8808817

### Carmen Harseim

94347 Ascha · Tel. 0170 3467322

### Susanne Breu

94372 Rattiszell · Tel. 0151 68128028

### Carola Lange

94327 Bogen · Tel. 0179 7740467

### Ines Hartl

94342 Irlbach · Tel. 09424 948315

### Conny Kreher-Hierl

94365 Parkstetten · Tel. 0160 4888037

### Katharina Robert

84066 Mallersdorf-Pfaffenberg  
Tel. 08772 8193

### Pia Lehner

94368 Perkam · Tel. 09429 8574

### Emilie Heigl

94369 Rain · Tel. 09429 903232

### Margot Löw

94342 Straßkirchen · Tel. 0176 51963721

### Carolin Schießwohl

94365 Parkstetten · Tel. 0159 04791334

## Stadt Straubing:

### Hebammenteam Klinikum St. Elisabeth

94315 Straubing · Tel. 09421 710-1661

### Hebammenpraxis „Mit Herz“

94315 Straubing · Tel. 09421 5102121

### Sybille Nosek

Sybille.nosek@icloud.com

Hebammenliste auch unter:

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



## WUSSTEN SIE, DASS...

... in besonderen Lebenslagen (z. B. minderjährige Mutter, chronisch krankes oder behindertes Kind) die Unterstützung durch **Familienhebammen und Familienkinderkrankenschwestern** möglich ist?

Beide haben eine **besondere Zusatz-ausbildung** absolviert. Beide unterstützen die Familie in ihrer Gesamtheit.

Dazu gehören auch die **psychosoziale Betreuung** und Bereiche wie Begleitung zum Kinderarzt oder auf Ämter.

In der Regel erfolgt diese Begleitung **im 1. Lebensjahr** des Kindes.

### Näheres dazu:

#### KoKi – Netzwerk frühe Kindheit

Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 973-219 oder 09421 973-439  
[koki@landkreis-straubing-bogen.de](mailto:koki@landkreis-straubing-bogen.de)

**Die Kosten werden durch die KoKi getragen.**

... Sie nach **verfügbaren Hebammen** suchen können?

Unter [www.hebammensuche.bayern](http://www.hebammensuche.bayern) können Sie Ihren **Wohnort** und das **vor-aussichtliche Geburtsdatum** eingeben und erhalten Informationen über alle verfügbaren Hebammen.



## Kinderärzte

### **Dr. Andrea Stirvaki**

Bahnhofstr. 15 · 94327 Bogen  
Tel. 09422 4090

### **Dr. Martin Götz**

St.-Elisabeth-Str. 2 · 94353 Elisabethzell  
Tel. 09963 910091

### **Dr. Roman Kolek**

Geiselhöringer Str. 63 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 5103720

### **Dr. Helmut Stadler**

Bahnhofstr. 10 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 7888220

### **Dr. Sigrid Hesse**

Oskar-von-Miller-Ring 6 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 40635

### **Gemeinschaftspraxis**

#### **Drs. Edeltraud Burg, Rita Berger**

#### **Sabine Kim, Martin Falke, Jörg Horcher**

Hebbelstr. 9 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 962360

## Kinderkliniken

### **Kinderkrankenhaus St. Marien**

Grillparzer Str. 9 · 84036 Landshut  
Tel. 0871 852-0

### **Kinderklinik Deggendorf**

Perlasberger Str. 41 · 94469 Deggendorf  
Tel. 0991 380-0

### **Klinik St. Hedwig**

Steinmetzstr. 1 - 3 · 93049 Regensburg  
Tel. 0941 369-98

## Kreißsaalführungen

Alle Geburtskliniken bieten **Info-Abende** und **Kreißaal-Führungen** an.

Bitte erkundigen Sie sich vorab bei der jeweiligen Klinik.



# Beratung und Hilfe



Chronisch krankes Kind

KoKi – Netzwerk frühe Kindheit

Schwangerschaftsberatungsstellen

Vertrauliche Geburt

Wichtige Beratungsstellen

## Adressen:

### Caritas – Katholische Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Obere Bachstr. 12 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 9912-28  
straubing@caritas-schwangerschaftsberatung.de  
www.caritas-straubing.de

### Donum Vitae in Bayern e.V. Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Eichendorffstr. 11 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 180290  
straubing@donum-vitae-bayern.de  
www.deggendorf.donum-vitae-bayern.de

**Di.:** 9.00-12.00 und 13.00-16.00 Uhr

**Do.:** 9.00-12.00 Uhr

(Abendsprechstunde nach Vereinbarung)

### Landratsamt Straubing-Bogen Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 973-194 o. 09421 973-389  
Tel. 09421 973-517 o. 09421 973-516  
schwangerschaftsberatung@landkreis-straubing-bogen.de  
www.landkreis-straubing-bogen.de

weitere Informationen auch unter:

**www.schwanger-in-bayern.de**



## Schwangerschaftsberatungsstellen

Wir geben **Beratung** und **Information** zu allen Fragen rund um die Schwangerschaft und Geburt (über gesetzliche Ansprüche und Leistungen) und nachgehende Betreuung nach der Geburt des Kindes (bis zum 3. Lebensjahr).

Wir vermitteln Zuwendungen wie z.B. Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“, sowie andere Stiftungen.

Wir bieten **psychosoziale Beratung** bei unerfülltem Kinderwunsch und postpartaler Depression, Pränataldiagnostik, Trauerbegleitung bei Tod- oder Fehlgeburt, sowie Beratung zum Thema „**anonyme** bzw. **vertrauliche Geburt**“ (siehe unten).

Schwangerschaftskonfliktberatung nach § 219 StGB (nicht Katholische Beratungsstelle).

## Vertrauliche Geburt

### Schwanger und keiner darf es erfahren!

Wie groß die Not auch ist: Sie müssen ihr Baby **nicht** heimlich und alleine zur Welt bringen. Sie können Ihre **Identität schützen** und ihr Kind **medizinisch sicher** zur Welt bringen.

Informationen dazu erhalten Sie bei allen **Schwangerschaftsberatungsstellen** oder auch unter:

**Tel. 0800 4040020** und **www.geburt-vertraulich.de**

# KoKi – Netzwerk frühe Kindheit

Die KoKi ist eine **kostenlose** Informations- und Anlaufstelle für **werdende Eltern** und Eltern mit **Kindern bis zu drei Jahren** zu allen Fragen und Themen, die sich vor oder nach der Geburt ergeben.

## Wir sind für Sie da, wenn...

- Sie Fragen zur Entwicklung, Förderung oder Erziehung Ihres Kindes haben
- Sie sich im Alltag mit dem Kind unsicher oder überfordert fühlen
- Ihr Kind Entwicklungsschwierigkeiten hat
- fehlende Unterstützung durch andere da ist (z. B. Großeltern, Freunde, usw.)
- Sie Beziehungsprobleme mit dem Partner oder mit dem Vater des Kindes haben
- die Familie durch eine Krankheit oder psychische Probleme belastet ist
- das Geld knapp ist oder der Wohnraum bedroht ist
- Sie eine Tagesmutter oder einen Krippenplatz suchen
- Sie Probleme bei Antragstellungen haben
- Sie neu zugezogen sind und einen Überblick über Eltern-Kind-Angebote haben möchten

## Ferner bietet die KoKi:

- Die KoKi bietet in einzelnen Landkreisgemeinden Sprechstunden, Babysprechstunden und kostenfreie Vorträge an. (bitte erkundigen Sie sich bei den Mitarbeiterinnen oder auf der Homepage)
- Die KoKi bietet regelmäßig jeden Donnerstagvormittag **Sprechstunden** am Klinikum St. Elisabeth in Straubing an
- Die KoKi kann bei Bedarf **Hilfsangebote** vermitteln
- Die KoKi übernimmt für finanzschwache Eltern Kosten für **Eltern-Kind-Angebote** (wie z. B. Babymassage, Babyschwimmen, Eltern-Kind-Gruppe usw. Siehe ab Seite 39)
- Die KoKi bietet gemeinsam mit der Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae monatlich **kostenlose Vorträge „rund ums Kind“** im Familienhaus Straubing an

Wir suchen gemeinsam mit Ihnen nach einer geeigneten Lösung für Ihre individuelle Situation. Und wenn Sie es wünschen, vermitteln wir Sie gerne an eine geeignete Fachstelle weiter.

Sie können telefonisch oder per E-Mail gerne einen persönlichen Beratungstermin vereinbaren. Die Beratung der KoKi ist freiwillig, kostenfrei und vertraulich!

## Auf Wunsch sind auch Hausbesuche möglich!

## Ihre Ansprechpartnerinnen für den Landkreis Straubing-Bogen:

### Rosi Rinkl

Tel. 09421 973-219 · koki@landkreis-straubing-bogen.de

### Marina Luginger

Tel. 09421 973-439 · koki@landkreis-straubing-bogen.de

### Besucheradresse:

Äußere Passauer Str. 69 a · 94315 Straubing

Eine **Terminvereinbarung** ist sinnvoll!

## Diese Maßnahme wird gefördert aus Mitteln des:



**Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales**



## WUSSTEN SIE, DASS...

... Straubing eine **Babyklappe** hat?

Diese finden Sie im **Klinikum St. Elisabeth** (Patientengarten)  
St.-Elisabeth-Str. 23 · 94315 Straubing

# Wichtige Beratungsstellen

## Allgemeine Sozialberatung

Obere Bachstr. 12 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 99120

Die allgemeine Sozialberatung ist ein besonderes Angebot des Caritasverbandes an alle Menschen, die sich in verschiedenen Notlagen befinden und Rat und Unterstützung suchen. Sie steht jedem offen, unabhängig von Herkunft und Religionszugehörigkeit, setzt Freiwilligkeit voraus, wird von Sozialpädagogen ausgeübt und kostet nur die Überwindung, den ersten Schritt zu tun.

## Amt für Jugend und Familie/Amt für Soziale Dienste Landratsamt Straubing-Bogen

Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 973-0

Das Amt für Jugend und Familie und das Amt für Soziale Dienste bieten vielfältige Beratungs- und Unterstützungsangebote für Kinder, Jugendliche und Eltern:

- in Fragen des Kindesunterhalts und der Vaterschaftsfeststellung (Beistandschaft, Unterhaltsvorschuss)
- in Frage der Vaterschaftsanerkennung und Beurkundung des gemeinsamen Sorgerechts
- in Fragen der Kinderbetreuung (Kinderkrippe, Kindergarten, Tagespflege)
- in allen Fragen des Sorgerechts und der Erziehung
- in allen Fragen zu Trennung, Scheidung und Umgangsrecht
- in Fragen zur Adoptionsvermittlung und Pflegekinderwesen
- in Krisen- und Notsituationen
- bei Einleitung von Hilfen zur Erziehung (Sozialpädagogische Familienhilfe, Erziehungsbeistandschaft, aufsuchende Familientherapie usw.)

## Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern

Krankenhausgasse 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 18872-0  
info@beratungsstelle-straubing.de · www.beratungsstelle-straubing.de

Psychologische Diagnostik, Beratung und Therapie für Kinder, Jugendliche, Familien und junge Erwachsene, sowie Eltern von Säuglingen und Kleinkindern z. B. bei unstillbarem Schreien, Schlafstörungen, Wut- und Trotzanfällen, Trennungsängsten.

Das Angebot ist kostenlos. Bitte vorab einen Termin vereinbaren.

Außensprechstunden in den Außenstellen **Mallersdorf-Pfaffenberg** und **Mitterfels**.

## Fachambulanz für Suchtprobleme

Obere Bachstr. 12 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 9912-24 · beratung@suchtambulanz-straubing.de

Wir helfen Menschen, die Probleme mit Suchtmitteln haben. Wir behandeln bei Alkohol, Drogen, Medikamenten, Nikotin, Glücksspiel, Essstörungen oder Online-Medien-Sucht.

An uns wenden können sich selbst Betroffene, aber auch deren Angehörige können bei uns einen Termin vereinbaren.

## Familienberatungsstelle des Deutschen Kinderschutzbundes

Amselstr. 30 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 7899345 · familienhilfe@ksb-straubing.de

Die Familienberatungsstelle bietet kostenlose Beratung und Unterstützung für Familien und deren Kinder und Jugendliche an.

- Unmittelbare Familienbegleitung zur besseren Alltagsbewältigung
- Krisenberatung für in Trennung und Scheidung lebende Familien (begleiteter Umgang, Eltern-Kind-Plan, Besuchscafe, Mediation)
- Auf Wunsch anonyme Beratung und Hausbesuche möglich.

# Wichtige Beratungsstellen

## Flüchtlings- und Integrationsberatung

### • 94315 Straubing

Obere Bachstr. 12 · Tel. 09421 9912-67

### • 84066 Mallersdorf-Pfaffenberg

Marktstr. 5 · Tel. 08772 8051613

### • 94327 Bogen

Bahnhofstr. 3 · Tel. 09422 505740

Gezielte Beratung ausländischer Mitbürger ohne festes Bleiberecht. – Also Personen während des **laufenden Asylverfahrens** oder mit **Duldungs- und Grenzübertrittsbescheinigung** (abgelehnte Asylbewerber). Meist im Rahmen der Einzelberatung werden die Asylbewerber unterstützt, sich im Alltag bzw. im neuen gesellschaftlichen und kulturellen Umfeld zurechtzufinden und ein unter den gegebenen Umständen menschliches Maß an Integration zu erreichen. Die **Caritas-Beratungsstelle** steht in **Vermittlungsposition** zwischen ihnen, den Behörden und der Bevölkerung.

Die **Asylberatung** bietet umfassende Information und unterstützt bei ausländer- und sozialrechtlichen Angelegenheiten, bei psychosozialen sowie persönlichen Angelegenheiten.

## Frauenhaus/Frauennotruf

Tel. 09421 830 486 (rund um die Uhr!)

[frauenhaus@haus-fuer-das-leben.de](mailto:frauenhaus@haus-fuer-das-leben.de)

Wenn Sie von Ihrem Partner/Ehemann bedroht werden oder in irgendeiner anderen Art häusliche Gewalt erfahren, rufen Sie uns an!

Sie und Ihre Kinder müssen diese Gewalttätigkeiten nicht aushalten!

Wir bieten Beratung und Hilfe, Schutz vor körperlicher und seelischer Gewalt, Anonymität, vorübergehende Wohnmöglichkeit und sind rund um die Uhr erreichbar.

## Interdisziplinäre Frühförderstelle

Hebbelstr. 9 · 94315 Straubing

Tel. 09421 18965-0 · [buerero@ifs-straubing.de](mailto:buerero@ifs-straubing.de)

Die interdisziplinäre Frühförderstelle bietet Hilfe für Säuglinge und Kinder von der Geburt bis zur Einschulung, die in ihrer Entwicklung auffallen oder gefährdet sind, von Behinderung bedroht sind oder eine Behinderung haben.

Verschiedene Fachbereiche (Heilpädagogik, Psychologie, Logopädie, Ergotherapie, Physiotherapie) arbeiten eng mit den behandelnden Ärzten zusammen. Alle Behandlungen werden vom Bezirk Niederbayern und den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Den Eltern entstehen keine Kosten.

## Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Obere Bachstr. 12 · 94315 Straubing

Tel. 09421 9912-40

[eheberatung-straubing@bistum-regensburg.de](mailto:eheberatung-straubing@bistum-regensburg.de)

Wir wollen Sie ermutigen, mit Ihren Problemen nicht alleine zu bleiben. Sie wollen sich vielleicht aussprechen, Ihre Lebenssituation klären, neue Perspektiven suchen, Ihre Fähigkeiten wieder entdecken oder neue Wege der Konfliktlösung gehen?

Sie können sich an uns wenden:

- bei Problemen in der Ehe, Partnerschaft und Sexualität
- bei Familienkrisen
- bei Trennung und Scheidung
- in schwierigen Lebenssituationen
- bei persönlichen Problemen
- bei Glaubens- und Sinnfragen

## **Migrationsberatung/Jugendmigrationsberatung**

### • **94315 Straubing**

Obere Bachstr. 12  
Tel. 09421 9912-43 (über 27-jährige) · Tel. 09421 9912-10

### • **84066 Mallersdorf-Pfaffenberg**

Marktstr. 5 · Tel. 08772 8051612

### • **94327 Bogen**

Bahnhofstr. 3 · Tel. 09422 505740

Beratung von Neuzuwanderern sowie länger hier lebenden Personen mit Integrationsbedarf, denen ein festes Bleiberecht gewährt wird.

- Ausländer, die aus Drittstaaten eingereist sind, mit Aufenthaltserlaubnissen oder unbefristeter Niederlassungserlaubnis
- EU-Bürger (freizügigkeitsberechtigt)
- Spätaussiedler (deutsche Staatsbürgerschaft) und Status-Deutsche

Einzelfallberatung bzw. Information über wirtschaftliche, soziale und rechtliche Gegebenheiten im neuen Heimatland und Diskussion über Möglichkeiten, sich sinnvoll in die Aufnahmegesellschaft einzubringen.

## **Schuldnerberatung**

Obere Bachstr. 12 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 99120 · schuldnerberatung@caritas-straubing.de

Die Sozialberatung für Schuldner und Insolvenzberatung wendet sich an ver- und überschuldete Haushalte und Personen, die in der Stadt Straubing und im Landkreis leben. Die Dienste der Sozialberatung für Schuldner stehen jedem offen – unabhängig von Geschlecht, Alter, Konfession oder Staatszugehörigkeit.

Die Mitarbeiter/innen unterliegen der absoluten Schweigepflicht. Die Hilfesuchenden bleiben daher völlig „anonym“.

## **SIS – Straubinger Interventionsstelle**

Obere Bachstr. 12 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 9912-84 · Tel. 0160 91120839 · sis@haus-fuer-das-leben.de

Beratungsstelle für Frauen mit häuslichen u. sexuellen Gewalterfahrungen.

Information über Schutzangebote. Gesprächsangebot, um Wege zur Verbesserung der Situation zu suchen. Beratung bei der Sicherung der Lebensgrundlage. Auf Wunsch auch Begleitung zur Polizei, Amtsgericht oder Anwälten. uvm.

Bitte vereinbaren Sie für ein persönliches Gespräch vorab einen Termin.

## **Sozialpsychiatrischer Dienst**

Siemensstr. 11a · 94315 Straubing  
Tel. 09421 9952-3000 · spdi@kvstraubing.brk.de

Beratungsstelle für erwachsene Menschen mit seelischen Problemen. Termine nach Vereinbarung. Bei Bedarf sind auch Hausbesuche möglich.



## **TIPP**

### **Selbsthilfegruppen**

Es gibt zahlreiche Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen im Landkreis Straubing-Bogen.

Bitte informieren Sie sich im Internet, bei den hier aufgeführten Beratungsstellen oder der **Kassenärztlichen Vereinigung** unter **Tel. 089 57093-3338**.



## TIPP

### Schreibaby, Schlafprobleme, Fütterstörung

Unterstützung und fachkundige Hilfe finden Sie neben der Hebamme und dem Kinderarzt bei folgenden Stellen:

#### Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der KJF

Krankenhausgasse 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 18872-0 · [info@beratungsstelle-straubing.de](mailto:info@beratungsstelle-straubing.de)

#### Interdisziplinäre Frühförderstelle der KJF

Hebbelstr. 9 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 189650 · [buero@ifs-straubing.de](mailto:buero@ifs-straubing.de)

### Behinderung

Die **Offene Behindertenarbeit (OBA)** bietet sozialrechtliche Beratung, Information, sowie Freizeit- und Entlastungsangebote für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige.

#### Malteser Hilfsdienst

Johannes-Kepler-Str. 11d · 94315 Straubing · Tel. 09421 7895-11

#### Robin Hood e.V., Frontenhausen

Unterstützt Familien mit schwerstkranken Kindern in Niederbayern.

#### Kontakt: Claudia Heitzer

Tel. 09955 904607 · [Claudiaheitzer.robinhood@yahoo.de](mailto:Claudiaheitzer.robinhood@yahoo.de)

### Verwaiste Eltern

Eltern, die ihr Kind durch Fehlgeburt, Frühgeburt, Totgeburt oder nach der Geburt verloren haben.

#### Leere Wiege (Selbsthilfegruppe)

#### Franziskus Hospiz-Verein Straubing-Bogen e.V.

Azlburger Str. 19 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 12908 (täglich) · [info@hospizverein-straubing.de](mailto:info@hospizverein-straubing.de)

## Chronisch krankes Kind

Sozialpädiatrische Zentren führen ambulante Untersuchungen und Behandlungen bei Kindern und Jugendlichen durch; z.B. bei Krankheiten, Behinderungen, Entwicklungsstörungen, Verhaltensauffälligkeiten usw... Ihr **Kinderarzt** stellt Ihnen gegebenenfalls dafür eine **Überweisung** aus.

- **Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) · Klinikum Deggendorf**  
Perlasberger Str. 41 · 94469 Deggendorf · Tel. 0991 380-3440  
[spz@klinikum-deggendorf.de](mailto:spz@klinikum-deggendorf.de)
- **Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) · Kinderklinik St. Marien**  
Grillparzer Str. 9 · 84036 Landshut · Tel. 0871 8521325  
[sekretariat@spz-landshut.de](mailto:sekretariat@spz-landshut.de)

Für Kinder, die zu früh geboren, in ihrer Entwicklung gefährdet, schwer oder chronisch erkrankt sind, gibt es Beratung und Unterstützung durch:

- **Bunter Kreis Deggendorf** · Tel. 0991 380-2152  
[bunter.kreis@donau-isar-klinikum.de](mailto:bunter.kreis@donau-isar-klinikum.de)
- **Bunter Kreis KUNO Regensburg** · Tel. 0941 3695008
- **Regensburger Kindl** · Tel. 0941 4024488  
[info@mobile-ambulante-pflegepartner.de](mailto:info@mobile-ambulante-pflegepartner.de)
- **Harl.e.kin Regensburg** · Tel. 0151 25677113  
[harlekin-nachsorge@kjf-regensburg.de](mailto:harlekin-nachsorge@kjf-regensburg.de)
- **Interdisziplinäre Frühförderstelle Straubing** · Tel. 09421 189650
- **Pflegeberatung der Krankenkassen**





# Wichtige Informationen von A-Z



Arbeitslosengeld II

Bayerisches Familiengeld

Bayerisches Krippengeld

Elterngeld/ElterngeldPlus

Elternzeit

Freistellung von der Arbeit bei  
Erkrankung des Kindes

Familienerholung

Geburtsurkunde · Haushaltshilfe

Hauswirtschaftliche Dienstleister

Kinderfreibetrag · Kindergeld

Kindergeldzuschlag

Kinderreisepass

Krankenversicherung

Mehrlingsgeburten

Mutterschaftsgeld

Mutterschutz · Sorgerecht

Sozialgeförderte Wohnungen

Taufe · Unterhaltsvorschuss

Vaterschaftsanerkennung

Wohngeld

## Arbeitslosengeld II

Grundsätzlich erhalten **erwerbsfähige** und **bedürftige Hilfesuchende**, die ihren Lebensunterhalt **nicht** aus **anderweitigem Einkommen** und **Vermögen** sicherstellen können, zusammen mit ihren Familienangehörigen Arbeitslosengeld II.

Informationen dazu finden Sie unter: **www.stmas.bayern.de**

Die Beratung und Antragstellung erfolgt beim **Jobcenter Bogen** für Eltern aus dem nördlichen Landkreisteil und beim **Jobcenter Straubing** für Eltern aus dem südlichen Landkreisteil. Zum Termin bitte den **Personalausweis** mitbringen.

### Adressen:

#### Jobcenter Bogen

Bahnhofstr. 21b · 94327 Bogen  
Tel. 09421 976-102 · [jobcenter-straubing-bogen@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-straubing-bogen@jobcenter-ge.de)

#### Jobcenter Straubing

Elbinger Str. 8 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 976-665 · [jobcenter-straubing-bogen@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-straubing-bogen@jobcenter-ge.de)

#### Zentrum Bayern, Familie und Soziales Regionalstelle Niederbayern

Friedhofstr. 7 · 84028 Landshut · Tel. 0871 829-0  
[www.zbfs.bayern.de/familie/familiengeld/](http://www.zbfs.bayern.de/familie/familiengeld/)

## Bayerisches Familiengeld

Alle Eltern, die in Bayern wohnhaft sind, erhalten vom 13. bis 36 Lebensmonat des Kindes das **Bayerische Familiengeld** in Höhe von **250 Euro monatlich** (ab dem 3. Kind **300 Euro**). Die Antragstellung erfolgt bereits **ab Geburt** auf dem Antragsformular „Antrag auf Elterngeld“.

Nähere Informationen erhalten Sie beim:

**Zentrum Bayern Familie und Soziales (ZBFS)** in Landshut  
Tel. 0871 829-0

Montag - Freitag 8.00 - 12.00 Uhr

## Bayerisches Krippengeld

Das Krippengeld kann für Kinder **ab dem 13. Lebensmonat** beantragt werden. Es gibt eine **Einkommensgrenze**: Das zu versteuernde Haushalts-Einkommen darf **60.000 Euro** nicht überschreiten. Pro Geschwisterkind erhöht sich dieser Betrag nochmals um je **5.000 Euro**.

Die Antragsstellung erfolgt beim Zentrum Bayern Familie und Soziales in Landshut (Elterngeldstelle). Das Antragsformular finden Sie im Internet. Es ist eine **Bescheinigung** der Kinderkrippe (oder der Tagespflegeeinrichtung) über die erfolgte Anmeldung beizufügen.

Das Krippengeld beträgt **max. 100 Euro pro Kind**.

# Elterngeld/ElterngeldPlus

Anspruch auf Elterngeld haben Mütter und Väter, die ihr Kind nach der Geburt **selbst betreuen** und **erziehen**, nicht mehr als 32 Wochenstunden arbeiten, mit dem Kind im **gemeinsamen Haushalt** leben und ihren gewöhnlichen Aufenthalt in Deutschland haben.

Es gibt die Wahlmöglichkeit zwischen **Basiselterngeld** und **Elterngeld-Plus**.

Die Höhe des Elterngeldes errechnet sich aus dem jeweiligen Erwerbseinkommen vor der Geburt des Kindes. Der Mindestbetrag beträgt 300 Euro (für Eltern, die vor der Geburt nicht gearbeitet haben); der Höchstbetrag liegt bei 1.800 Euro. Einkommen während des Bezugs von Elterngeld wird angerechnet. Das Elterngeld wird grundsätzlich in Lebensmonaten des Kindes und nicht in Kalendermonaten bezogen.

Beim **Basiselterngeld** stehen dem Elternpaar 14 Bezugsmonate zur Verfügung, die untereinander aufgeteilt werden können. Für den Bezug von Elterngeld ist es jedoch Voraussetzung, dass mindestens 2 Lebensmonate des Kindes genommen werden.

Für zu frühgeborene Kinder (6 Wochen und mehr) gibt es zusätzliche **Basis-Elterngeldmonate**.

Ein Elternteil kann max. 12 Monate beanspruchen. Frauen müssen alle Monate wählen, in denen sie Mutterschaftsgeld beziehen. Das Elterngeld kann von beiden Elternteilen gleichzeitig bezogen werden.

Alleinerziehenden stehen grundsätzlich 14 Monate Basiselterngeld zur Verfügung.

Durch die Wahl von **ElterngeldPlus** kann die Laufzeit des Elterngeldes verdoppelt werden. Wenn Sie während des Bezugs von ElterngeldPlus nicht berufstätig sind, erfolgt eine halbierte Auszahlung des errechneten Basiselterngeldes.

Der **Partnerschaftsbonus** kann nur von Elternpaaren bezogen werden, die **beide gleichzeitig** während 4 Lebensmonaten des Kindes mit 25 bis 32 Wochenstunden in Teilzeit arbeiten.

Als mögliche Entscheidungshilfe können Eltern auch den **Elterngeld-rechner-Bayern** heranziehen. [www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de)

Zur Beantragung von Elterngeld benötigen Sie eine **Geburtsurkunde** des Kindes und weitere Unterlagen über Ihre Einkommensverhältnisse.

Die Antragstellung kann auch online erfolgen.

Über **Außensprechstunden** informiert die Homepage des **ZBFS**.

## Elternzeit

Anspruch auf Elternzeit haben Mütter und Väter, die in einem Arbeitsverhältnis stehen. Die Beantragung der Elternzeit erfolgt beim Arbeitgeber. Die Antragstellung muss spätestens **7 Wochen vor Antritt der Elternzeit** erfolgen. Eine schriftliche Elternzeitvereinbarung ist sinnvoll. Während der Elternzeit darf grundsätzlich in Teilzeit gearbeitet werden.

Die Elternzeit beträgt für jeden Elternteil pro Kind **drei Jahre**. Zwei Drittel dieser Elternzeit können auch noch nach dem 3. Geburtstag bis zum 8. Lebensjahr des Kindes genommen werden. Frauen befinden sich nach der Geburt zunächst in der **Mutterschutzfrist**. Die Elternzeit schließt sich an.

Die Elternzeit kann **vorzeitig beendet** oder **verlängert** werden, wenn der Arbeitgeber zustimmt. Wegen der Geburt eines weiteren Kindes kann die bestehende Elternzeit auch ohne Zustimmung des Arbeitgebers mit Eintritt in die neue **Mutterschutzfrist** vorzeitig beendet werden.

Während der Elternzeit besteht **Kündigungsschutz** und **Krankenversicherungsschutz**.

Nähere Informationen dazu auch beim **Zentrum Bayern, Familie und Soziales** ([www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de)).

# Familienerholung

Die Familienerholung soll der Gesundheit **aller Familienmitglieder** dienen und die **Familiengemeinschaft** stärken.

Der **Freistaat Bayern** fördert daher Erholungsmaßnahmen für Familien unter bestimmten Voraussetzungen (Familienferienstätte oder Urlaub auf dem Bauernhof während der Schulferienzeit, Erholungsaufenthalt von mindestens 5 Tagen, Einkommensgrenzen).

Näheres dazu unter: **www.stmas.bayern.de** (Sozialfibel, Hilfen für Familien, Familienerholung) und **www.urlaub-mit-der-familie.de**.

Die **Zuschüsse** des Freistaates zum Urlaub werden über den jeweiligen **Wohlfahrtsverband** abgerufen.

# Freistellung von der Arbeit bei Erkrankung des Kindes

Eltern können wegen **Erkrankung des Kindes** bei **Lohnfortzahlung** vorübergehend zu Hause bleiben. Die genaue Anzahl der Tage ist im **Tarifvertrag** geregelt.

Darüber hinaus gibt es das sogenannte **Kinderkrankengeld**. Es ist eine Leistung der **gesetzlichen Krankenversicherung**, wenn ein Elternteil wegen der Erkrankung des Kindes nicht arbeiten kann (§ 45 SGB V).

## Voraussetzungen dafür sind:

- Ein **ärztliches Attest** muss die **Notwendigkeit** der Pflege des Kindes bescheinigen
- **Keine andere im Haushalt lebende Person** kann die Pflege des Kindes übernehmen
- Das Kind hat das **12. Lebensjahr** noch nicht vollendet oder ist **behindert**
- Für die Auszahlung des Geldes muss ein **Antrag** bei der **gesetzlichen Krankenkasse** gestellt werden
- Wenn **beide Elternteile** privat versichert sind, besteht **kein** Anspruch auf **Kinderkrankengeld**

# Geburtsurkunde

Die Geburtsklinik bestätigt die Geburt des Kindes und legt eine **Geburtsanzeige** zur Unterschrift vor und leitet diese an das **Standesamt** des Geburtsortes weiter.

In der Geburtsurkunde sind der Vor- und Nachname des Kindes festgehalten, sowie Daten der Kindseltern. Das Kind kann sowohl den Familiennamen der Mutter als auch des Vaters tragen. Bei **nichtverheirateten** Eltern trägt das Kind generell den **Familiennamen der Mutter**, außer es erfolgt durch die Mutter die „**Namenserteilung**“ des Vaters.

Informationen zum **Namensrecht** gibt es bei den **Standesämtern**. Es ist sinnvoll, sich bereits **vor der Geburt** des Kindes zu erkundigen.

Die Ausstellung der Geburtsurkunden ist **gebührenpflichtig** und erfolgt am **Standesamt** des Geburtsortes.

Für Antragstellungen erhalten Sie grundsätzlich **drei kostenlose, zweckgebundene Exemplare** (für Anträge auf Mutterchaftsgeld, Kindergeld und Elterngeld).

Die polizeiliche Anmeldung des Kindes in der Heimatgemeinde erfolgt automatisch durch das Standesamt. Ebenso wird die Zuteilung einer **Steuer-ID** für das Baby durch das Standesamt veranlasst.

# Haushaltshilfe

Der Antrag auf eine Haushaltshilfe muss zusammen mit einem **ärztlichen Attest** bei der **zuständigen Krankenkasse** gestellt werden. Näheres dazu erfahren Sie bei Ihrer Krankenkasse. Der **Antrag** sollte am besten **schriftlich** gestellt werden.

**Hauswirtschaftliche Fachdienste** siehe unten.

## Hauswirtschaftliche Fachdienste

### Maschinenring Straubing-Bogen e.V.

Tel. 09421 841212 oder 09421 841211

### Hauswirtschaftlicher Betreuungsdienst e.V.

Tel. 08723 976542

### R & K Your. Help UG

Tel. 09932 958915-0 · info@your-help.de

### Dimetria-VdK gGmbH Straubing

Tel. 09421 9290170

(für Menschen ab Pflegegrad 1, finanziert über die Pflegekasse)

### Brigitte Pohlmann

Am Kalten Bühl 18 · 94359 Loitzendorf · Tel. 09964 8943020

### Home Instead

Tel. 09421 755 45-01 (Finanzierung über die Pflegekasse)

Weitere Anbieter unter:

**Dachverband der Hauswirtschaftlichen  
Fachservice Organisationen Niederbayern**

www.hwf-bayern.de



## TIPP

### Mutter/Vater-Kind-Kur

Beratung zu den Vorsorge- und Reha-Maßnahmen erhalten Sie beim:

- **Caritasverband Straubing-Bogen e.V.**  
Obere Bachstr. 12 · 94315 Straubing · Tel. 09421 9912-0
- **Arbeiterwohlfahrt Straubing-Bogen**  
Wittelsbacher Höhe 19 · Tel. 09421 997979

Näheres dazu finden Sie auch unter:

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

Antragsformulare gibt es bei Ihrer Krankenkasse.  
Zur Antragstellung benötigen Sie ein **ärztliches Attest!**

### Kostenlose Infobroschüren

zu verschiedenen Themen die vor und nach der Geburt Ihres Kindes wichtig sind erhalten Sie bei der **KoKi** oder auf der KoKi-Homepage unter:

[www.landkreis-straubing-bogen.de](http://www.landkreis-straubing-bogen.de) (**KoKi**)



# Kindergeld

Kindergeld wird grundsätzlich einkommensunabhängig bezahlt. Die Höhe ist nach der **Zahl der Kinder** gestaffelt und beträgt:

- Kindergeld für das 1. und 2. Kind monatlich **219 Euro**
- Für das dritte Kind monatlich **225 Euro**
- Für das vierte und jedes weitere Kind **250 Euro**

Das Kindergeld erhält in der Regel derjenige Elternteil bei dem das Kind lebt.

Die **Antragstellung** erfolgt bei der **Familienkasse Bayern-Süd**. Zur Antragstellung ist die **Steuer-ID** des Kindes notwendig. Diese wird Ihnen kurze Zeit nach der Geburt automatisch zugestellt.

**Antragsformulare** können in **verschiedenen Sprachen** aus dem Internet heruntergeladen werden.



## Adressen:

**Agentur für Arbeit · Familienkasse Bayern-Süd**  
Postfach · 93013 Regensburg · [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

**Landratsamt Straubing-Bogen · Ausländeramt**  
Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing · Tel. 09421 973-0

## Kinderfreibetrag

Durch den Kinderfreibetrag wird die **Lohnsteuer nicht geringer**, Sie zahlen jedoch **weniger Kirchensteuer** und der Beitrag zur **Pflegeversicherung verringert sich**. Der Kinderfreibetrag kann durch einen Eintrag beim **Finanzamt** geltend gemacht werden.

Dazu ist die **Geburtsurkunde** des Kindes erforderlich und bei **nicht-verheirateten** Eltern auch der Nachweis über die **Vaterschaftsanerkennung**.

## Kindergeldzuschlag

Der Kindergeldzuschlag ist **einkommensabhängig** und kann von Eltern und Alleinerziehenden mit wenig Einkommen bzw. mehreren Kindern bei der **Familienkasse Bayern-Süd** beantragt werden.

Näheres dazu auch unter:  
**[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)**

Ob diese Leistung für Sie in Frage kommt, können Sie vorab online berechnen:  
**[www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kiz-lotse](http://www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kiz-lotse)**

# Krankenversicherung

Sind beide Elternteile in einer **gesetzlichen Krankenkasse versichert**, so wird das Baby bei einem Elternteil **familienversichert**. Dazu muss die Krankenkasse informiert werden und eine **Geburtsurkunde** des Kindes vorgelegt werden.

Das Formular „**Antrag auf Familienmitversicherung**“ finden Sie auch auf der Homepage Ihrer Krankenkasse.

Sind beide Elternteile **privat versichert**, so muss das Kind **kostenpflichtig privat versichert** werden. Hierzu sollten Sie rechtzeitig Informationen einholen.

Bei **Mischversicherungen** entscheidet die gesetzliche Krankenkasse darüber, ob eine kostenfreie **Familienmitversicherung für das Kind** möglich ist.



# Kinderreisepass

Kinder benötigen zum **Grenzübertritt** einen eigenen Reisepass. Der Eintrag in den Reisepass der Eltern ist **nicht** mehr möglich.

Der Reisepass kann bei der **Wohnsitzgemeinde** beantragt werden und ist **max. 1 Jahr gültig**. Eine Verlängerung bis zum 12. Lebensjahr ist jedoch möglich.

Vom Kind muss ein **biometriefähiges Passbild** vorgelegt werden. Der Kinderreisepass kann nur vom **sorgeberechtigten** Elternteil beantragt werden.

Erkundigen Sie sich **rechtzeitig** vor Antritt einer **Auslandsreise** bei ihrem zuständigen **Passamt**.

Für ausländische Kinder gelten andere Regelungen. Bitte erkundigen Sie sich beim zuständigen **Ausländeramt** oder Ihrer **Botschaft**.

# Mehrlingsgeburten

Die **Mutterschutzfrist verlängert sich** bei Mehrlingsgeburten grundsätzlich auf **12 Wochen** nach der Geburt. Kann aufgrund einer Frühgeburt die Mutterschutzfrist vor der Entbindung nicht in Anspruch genommen werden, so verlängert sich diese nach der Geburt um die nicht in Anspruch genommenen Tage. Siehe auch **www.familienportal.de**.

Um die großen **wirtschaftlichen Belastungen** von Familien mit Drillingen, Vierlingen oder Fünflingen zu mildern, gewährt die **Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“** aus Mitteln des **Freistaates Bayern** eine **einmalige Beihilfe** in Höhe von **515 Euro** pro Kind.

Näheres dazu bei der **Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“** unter: **www.baer.bayern.de**

Die Antragstellung ist auch über die **Schwangerschaftsberatungsstellen** möglich (siehe Seite 11).



## Mutterschaftsgeld

Der **Antrag auf Mutterschaftsgeld** kann ca. 7 Wochen vor der Entbindung bei Ihrer gesetzlichen Krankenversicherung gestellt werden. Dazu benötigen Sie eine Bescheinigung Ihres Gynäkologen über den errechneten Geburtstermin.

Es erfolgt eine Auszahlung des Mutterschaftsgeldes in Höhe von **13 Euro täglich** in den 6 Wochen Mutterschutzfrist vor der Geburt.

Nach der Geburt ist das Mutterschaftsgeld erneut zu beantragen. Dazu reichen Sie die **Geburtsurkunde** des Babys bei Ihrer **gesetzlichen Krankenkasse** ein.

Die Mutterschaftsgeldzahlung erfolgt dann in der Regel für **8 Wochen** Mutterschutzzeit nach der Geburt. (Ausnahmen bestehen bei Frühgeburten, Mehrlingen und behinderten Kindern).

Wenn Sie **geringfügig beschäftigt** waren und über den Ehemann **familierversichert** sind, besteht die Möglichkeit, Antrag auf ein einmaliges Mutterschaftsgeld beim **Bundesamt für Soziale Sicherung** zu stellen.

### Adressen:

**Bundesamt für soziale Sicherung · Mutterschaftsgeldstelle**  
Friedrich-Ebert-Allee 38 · 53113 Bonn · Tel. 0228 619-0

**Landratsamt Straubing-Bogen · Amt für Jugend und Familie  
Abt. Vormundschaften/Beistandschaften**  
Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 973-0





## Mutterschutz

Die wesentlichen Bestimmungen sind im **Mutterschutzgesetz** (MuSchG) geregelt.

- **Mitteilungspflicht** der Schwangerschaft an den Arbeitgeber
- **Kündigungsschutz** während der Schwangerschaft. Schwangeren Frauen darf bis 4 Monate nach der Geburt nicht gekündigt werden. Nach einer Fehlgeburt ab der 12. Schwangerschaftswoche erhalten Frauen grundsätzlich auch einen 4-monatigen Kündigungsschutz.
- **Schutzfristen**: 6 Wochen vor und 8 Wochen nach der Geburt muss bzw. darf **nicht** gearbeitet werden. Bei Früh- und Mehrlingsgeburten 12 Wochen nach der Geburt plus die Zeit, die das Kind zu früh gekommen ist. Seit 2018 erhalten alle Frauen ebenfalls eine 12-wöchige Schutzfrist nach der Geburt, die ein behindertes Kind zur Welt gebracht haben.
- **Ruhemöglichkeiten** am Arbeitsplatz
- **Beschäftigungszeiten** (Nacht- und Sonntagsarbeit)
- **Beschäftigungsverbote** (Akkord- und Fließbandarbeit, Umgang mit giftigen Stoffen, Heben und Tragen von Lasten)

Der Mutterschutz gilt **auch** für alle **teilzeit- und geringfügig beschäftigten Frauen!**

Bei Problemen können Sie sich an das **Gewerbeaufsichtsamt** der Regierung von Niederbayern wenden, **Tel. 0871 80801**.

## Sorgerecht

Bei **verheirateten** Eltern steht das Sorgerecht für das gemeinsame Kind grundsätzlich **beiden Elternteilen** zu.

Bei **nichtverheirateten** Eltern hat grundsätzlich die **Mutter** das alleinige Sorgerecht inne, auch wenn beide Eltern zusammen in einem Haushalt wohnen. Sofern die Mutter das wünscht und dem zustimmt, kann beim zuständigen Jugendamt ein **gemeinsames Sorgerecht** für das Kind **beurkundet** werden (auch vor der Geburt).

Bei **minderjährigen Müttern** tritt automatisch per Gesetz eine **Vormundschaft des Jugendamtes** für das Baby ein, um die Mutter in ihrer Erziehungsaufgabe zu unterstützen.

Bei **minderjährigen** oder **nichtverheirateten Müttern** teilt das Standesamt die Geburt des Kindes automatisch dem **zuständigen Jugendamt** mit, damit die Mutter über **Unterstützungsmöglichkeiten des Jugendamtes** (Beistandschaft, Unterhaltsvorschuss usw.) informiert werden kann.

Beratung zum Thema **Sorgerecht** erhalten Sie generell beim:

**Landratsamt Straubing-Bogen  
Amt für Jugend und Familie  
Abt. Vormundschaften/  
Beistandschaften**



## Sozialgeförderte Wohnungen

Familien und Alleinerziehende mit **geringem Einkommen** können eine **Sozialwohnung**, die mit **öffentlichen Mitteln** gefördert wird, beantragen. Antragstellung ist möglich bei

- **Kreiswohnungsbau GmbH** · Wohnungen gibt es in Bogen, Straubing, Mitterfels und Hunderdorf.
- **Städtische Wohnungsbau GmbH**

Für die Zuweisung einer **sozial geförderten Wohnung** ist ein **Wohnberechtigungsschein** erforderlich, der im **Landratsamt, Zimmer 237** beantragt werden kann. Dazu muss das Einkommen mittels Belegen nachgewiesen werden. Der **Wohnberechtigungsschein** ist **gebührenpflichtig** und gilt **ein Jahr** lang.

### Adressen:

**Kreiswohnungsbau GmbH**  
(eigenständiges Gebäude)  
Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 3107-0 · [www.kwb-sr-bog.de](http://www.kwb-sr-bog.de)

**Landratsamt Straubing-Bogen**  
Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 973-262 (Zimmer 237) und 09421 973-263

**Städtische Wohnungsbau GmbH**  
Steinhauuffstr. 17 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 9248-0 · [www.wbg-straubing.de](http://www.wbg-straubing.de)

## Taufe

Wenn Sie eine feierliche Aufnahme Ihres Kindes in die jeweilige **Religionsgemeinschaft** wünschen, wenden Sie sich bitte an Ihre Religionsgemeinschaft in der Gemeinde. Dort werden alle formalen und inhaltlichen Fragen zur Taufe mit Ihnen persönlich besprochen.

Bitte vereinbaren Sie vorab **telefonisch** einen **Termin**.

## Unterhaltsvorschuss

Für alle Kinder bis zu 18 Jahren, die bei einem alleinerziehenden Elternteil leben, können Leistungen nach dem Unterhaltsvorschussgesetz beantragt werden, solange die Vaterschaftsfeststellung noch nicht abgeschlossen ist oder der andere Elternteil keinen oder keinen ausreichenden Kindesunterhalt zahlen kann.

Die **Antragstellung** erfolgt beim Jugendamt. Es ist eine Geburtsurkunde des Kindes vorzulegen.

## Wohngeld

Wohngeld kann beantragen, wer keine anderen Leistungen wie z.B. **Arbeitslosengeld II, Grundsicherung, Bafög** u. ä. erhält. Einkommensschwache Mieter oder Eigentümer einer Wohnung oder eines selbstgenutzten Eigenheimes erhalten unter bestimmten Voraussetzungen zur Deckung ihrer Unterkunftskosten Wohngeld.

Information und Antragstellung im:

**Landratsamt Straubing-Bogen (Wohngeldstelle), Zimmer E22.**

## Vaterschaftsanerkennung

Bei **nichtverheirateten** Eltern muss grundsätzlich eine **Vaterschaftsanerkennung** erfolgen, auch wenn beide Elternteile zusammenleben. Diesbezüglich können Sie sich **schon vor der Geburt** des Kindes an ihr zuständiges Standesamt oder ihr zuständiges Jugendamt wenden (siehe auch Sorgerecht, Seite 25).



### Adressen:

**Landratsamt Straubing-Bogen (Wohngeldstelle)**

Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing

Zimmer E22 · Tel. 09421 973-218, 09421 973-378 oder

09421 973-467

# Günstig einkaufen



Babyausstattung

Bekleidung für Erwachsene

Flohmärkte und Trödelmärkte

Frühjahrs- und Herbstbasare  
für Kinderartikel

Gebrauchtmöbel/Wohnungs-  
einrichtung

Kinderbekleidung/Kinderartikel

Lebensmittel

# Babyausstattung

## Landesstiftung „Hilfen für Mutter und Kind“

Diese Hilfe ist **einkommensabhängig**. Die Antragsstellung erfolgt während der Schwangerschaft bei den **Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen**.

Unterstützung für **Schwangere nbekleidung und Babyausstattung** bis zum 3. Lebensjahr des Kindes ist möglich. Der **Mutterpass** bzw. die **Geburtsurkunde** müssen vorgelegt werden.

## Jobcenter

Bei Bezug von **Arbeitslosengeld II** ist ein Mehrbedarf für die Zeit der Schwangerschaft, sowie eine **einmalige Beihilfe** zur Erstausrüstung des Kindes bzw. für Schwangere nbekleidung vorgesehen. Die Antragstellung erfolgt im **Jobcenter** unter Vorlage des **Mutterpasses**.

---

# Bekleidung

## Rot-Kreuz-Laden

Hirschberger Ring 15 · 94315 Straubing · Tel. 09421 1887337

**Knopfloch – Second Hand Shop** · Stadtplatz 11 · 94327 Bogen

**Reißverschluss** im Familienhaus der Christuskirche  
Eichendorffstr. 11 · 94315 Straubing · Tel. 0160 96611939

## Knöpfchen – Second Hand Shop

Regensburger Str. 6 · 94333 Geiselhöring

## Kleiderstadt – Second Hand Shop

Bergstr. 6 · 84066 Mallersdorf-Pfaffenberg · Tel. 0151 17638775

In allen genannten Läden wird auch Bekleidung **für Kinder** angeboten.



## Adressen:

### Jobcenter Bogen

Bahnhofstr. 21b · 94327 Bogen · Tel. 09421 976-102

### Jobcenter Straubing

Elbinger Str. 8 · 94315 Straubing · Tel. 09421 976-665

## Flohmärkte und Trödelmärkte

Aktuelle Termine unter: [www.meine-flohmarkt-termin.de](http://www.meine-flohmarkt-termin.de)  
oder in der Tageszeitung.

## Frühjahrs- und Herbstbasare für Kinderartikel

Basare für Kinderartikel gibt es in vielen Landkreismunicipalitäten. Infos zu den jeweiligen Terminen gibt es in der **Tagespresse**, bei den **Kinder-  
gärten** und **Gemeinden**.



## Gebrauchtmöbel/Wohnungs- einrichtung

### Kaufhaus wahrenWERT Straubing

Landshuter Str. 173a · 94315 Straubing  
Tel. 09421 96155-10 · [straubing@kaufhaus-wahrenwert.de](mailto:straubing@kaufhaus-wahrenwert.de)

### Kaufhaus wahrenWERT Deggendorf

Ruselstr. 80 · 94469 Deggendorf  
Tel. 0991 38310481 · [info@kaufhaus-wahrenwert.de](mailto:info@kaufhaus-wahrenwert.de)

### Kaufhaus wahrenWERT Landau

Straubinger Str. 58 · 94405 Landau  
Tel. 09951 6009930 · [landau@kaufhaus-wahrenwert.de](mailto:landau@kaufhaus-wahrenwert.de)

Der Einkauf ist für **jedermann** möglich!

Infos auch unter: [www.kaufhauswahrenwert.com](http://www.kaufhauswahrenwert.com)

## Adressen:

### Jobcenter Bogen

Bahnhofstr. 21b · 94327 Bogen · Tel. 09421 976-102

### Jobcenter Straubing

Elbinger Str. 8 · 94315 Straubing · Tel. 09421 976-665

### ZAW Straubing

Äußere Passauer Str. 75 · 94315 Straubing · Tel. 09421 9902

## Kinderbekleidung/ Kinderartikel

### Basar des Dt. Kinderschutzbundes

Heerstr. 83 · 94315 Straubing

Sie können dort alle Artikel rund ums Kind **günstig** erwerben bzw. Artikel die sie nicht mehr benötigen **abgeben** (Schwangerenbekleidung und Kinderbekleidung von 0 - 18 Jahren).

### Der Basar ist für jedermann geöffnet jeweils am

Dienstag	von 9.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag	von 17.30 - 19.30 Uhr
2. Samstag im Monat	von 10.00 - 13.00 Uhr

In den Ferien geschlossen!

---

## Lebensmittel

### Die Tafel Straubing (Malteser Hilfsdienst)

Johann-Kepler-Str. 11d · 94315 Straubing

### Die Tafel Geiselhöring (Malteser Hilfsdienst)

Regensburger Str. 1 a · 94333 Geiselhöring

### Die Tafel Bogen (Malteser Hilfsdienst)

Haus der Begegnung  
Bahnhofstr. 3 · 94327 Bogen

### Labertaler Tafel (Malteser Hilfsdienst)

Bergstr. 6 · 84066 Mallersdorf-Pfaffenberg

Bitte bringen Sie Ihren **ALG II-Bescheid** mit!

## Windelzuschuss

Um Müll zu reduzieren unterstützt der ZAW Eltern, die **Stoffwindeln** kaufen oder einen Vertrag mit einem **Windelservice** abschließen. Neben dem Antragsformular muss eine Original-Windelrechnung in Höhe von mind. **150 Euro** oder die Kopie des Vertrags mit einem Windelservice vorgelegt werden (Laufzeit mind. 1 Jahr). Ferner ist eine Kopie der **Geburtsurkunde** des Kindes beizufügen.

Die **Antragstellung** erfolgt beim **ZAW Straubing**. Die Höhe des Zuschusses beträgt **70 Euro**.

Informationen gibt es unter: Tel. 09421 9902-44 oder [info@zaw-sr.de](mailto:info@zaw-sr.de)



# Kinderbetreuung



Kindertagesstätten  
(Kindergärten, Kinderkrippen)  
Schulvorbereitende Einrichtungen  
Tagespflegevermittlungsstelle



# Kindertagesstätten (Kindergärten, Kinderkrippen)

Bitte erkundigen Sie sich bei den jeweiligen **Einrichtungsleitungen** rechtzeitig über die **Konzeption** und **Platzverfügbarkeit** der Kita.

Einige Kitas bieten auch **Inklusionsgruppen** bzw. **Einzelintegration** an.

Die Kindertagesstätten sind **alphabetisch** nach den Ortschaften aufgelistet.



## **KiTa St. Johannes Nepomuk**

Nepomukplatz 1 · 94345 Aholting  
Tel. 09429 8736 oder 09429 94010  
kiga.aholfing@t-online.de

## **KiTa Maria Schutz**

Rennweg 4 f · 94330 Aiterhofen  
Tel. 09421 32521  
maria-schutz@kita-aiterhofen.de

## **KiTa St. Maria Himmelfahrt**

Untere Dorfstr. 9 · 94347 Ascha  
Tel. 09961 8027  
ascha@kita.bistum-regensburg.de

## **KiTa Maria Himmelfahrt**

Hauptstr. 33 · 94348 Atting  
Tel. 09429 1383 · kiga-ating@t-online.de

## **KiTa St. Florian**

Bahnhofstr. 5 a · 94327 Bogen  
Tel. 09422 2213  
st-florian.bogen@kita.bistum-regensburg.de

## **KiTa St. Peter und Paul**

Kellerweg 32 · 94327 Bogen  
Tel. 09422 6489  
oberalteich@kita.bistum-regensburg.de

## **KiTa St. Andreas**

Degernbach 31 a · 94327 Bogen  
Tel. 09422 1611  
sanktandreas@kvstraubing.brk.de

## **KiTa Waldwichtel**

Eben 4 · 94327 Bogen  
Tel. 01575 2557255 oder 0159 06802448  
info@inslebenwachsen.de

# Kindertagesstätten (Kindergarten, Kinderkrippe)

## **KiTa Hummelburg**

Georg-Kerschensteiner-Str. 2  
94327 Bogen  
Tel. 09422 806897  
hummelburg@kvstraubing.brk.de

## **Kinderkrippe Hummelchen**

Georg-Kerschensteiner-Str. 2 a  
94327 Bogen  
Tel. 09422 806059 oder  
Tel. 01590 4580201  
hummelchen@kvstraubing.brk.de

## **KiTa Bogenbergfuechse**

Bogenberg 2 · 94327 Bogen  
Tel. 0151 72429465  
bogenbergfuechse@kvstraubing.brk.de

## **KiTa Rautenzwerge**

Ganghoferstr. 1 · 94327 Bogen  
Tel. 09422 806059 oder  
Tel. 01590 4091992  
rautenzwerge@kvstraubing.brk.de

## **Kinderhaus St. Nikolaus**

Bayerwaldstr. 26 · 94350 Falkenfels  
Tel. 09961 7275  
kindergarten.falkenfels@web.de

## **Kinderhaus St. Martin**

Am Fliegerhorst 3 · 94351 Feldkirchen  
Tel. 09420 305  
kinderhaus@feldkirchen-gemeinde.de

## **Städt. Waldkindergarten**

Schelmenlohe 3 · 94333 Geiselhöring  
Tel. 0173 8952757  
geschaeftsleitung@geiselhoering.de

## **KiTa Am Lins**

Am Lins 16 · 94333 Geiselhöring  
Tel. 09423 3018  
kindergarten@geiselhoering.de

## **Kita „Am Schulgarten“**

Wittelsbacher Str. 3 · 94333 Geiselhöring  
Tel. 0172 4267599  
veronika.gross@geiselhoering.de

## **KiTa Hofbergzwergerl**

Burgstr. 16 · 94353 Halbach  
Tel. 09963 2330  
kita.halbach@amplusmail.de

## **KiTa St. Jakob**

Kneippstr. 1 · 94354 Haselbach  
Tel. 09961 8071 · st.jakob@gmx.de

## **KiTa St. Nikolaus**

Hauptstr. 26 · 94336 Hunderdorf  
Tel. 09422 3006  
kindergarten.hunderdorf@t-online.de

## **KiTa der Spitalstiftung Irlbach**

Donaustr. 5 a · 94342 Irlbach  
Tel. 09424 1038  
kindergarten-irlbach@gmx.de

## **KiTa St. Martin**

Ortsplatz 28 · 94356 Kirchroth  
Tel. 09428 94850420  
kindergarten-kirchroth@t-online.de

## **KiTa Sankt Nikolaus**

Benediktstr. 22 a, Pondorf · 94356 Kirchroth  
Tel. 09428 8808  
leitung@kita-pondorf.de

## **Kinderkrippe Haus der kleinen Mäuse**

Regensburger Str. 24 · 94357 Kirchroth  
Tel. 09428 9485050  
info@kinderkrippe-kirchroth.de

## **KiTa Konzell**

Rathausplatz 2 · 94357 Konzell  
Tel. 09963 290050  
kiga.konzell@googlemail.com

## **Waldkindergarten Hart**

Hart 1 · 84082 Laberweinting  
Tel. 08772 2024944 oder 0171 1157613  
info@holledauer-waldkindergarten.de

## **KiTa St. Josef**

Eschlbacher-Str. 7 · 94339 Leiblfing  
Tel. 09427 441  
kiga-st-josef-leiblfing@t-online.de

## **KiTa Aitrach-Arche**

Hauptstr. 1, Niedersunzing · 94339 Leiblfing  
Tel. 09427 8295  
Aitrach-Arche@leiblfing.bayern.de

## **KiTa „Zum Schutzengel“**

Klosterberg 1 · 84066 Mallersdorf-Pfaffenberg  
Tel. 08772 69124  
kindergarten@mallersdorfer-schwestern.de

## **KiTa St. Elisabeth**

Ziegelgasse 27  
84066 Mallersdorf-Pfaffenberg  
Tel. 08772 5575 · kigapaffenberg@gmx.de

## **Kinderkrippe Rappelkiste**

Ziegelgasse 27  
84066 Mallersdorf-Pfaffenberg  
Tel. 08772 915629 · krippemalpa@gmx.de

**KiTa St. Valentin**

Sandweg 27, Loham  
94553 Mariaposching  
Tel. 09906 94189  
kita-stellvertretung@mariaposching.de

**KiTa Don Bosco**

In der Point 4 · 94360 Mitterfels  
Tel. 09961 6565  
kindergarten-mitterfels@t-online.de

**KiTa St. Martin**

Hauptstr. 10 · 94362 Neukirchen  
Tel. 09961 7676  
kindergarten@neukirchen.net

**KiTa Storchennest**

Schulstr. 6  
94559 Niederwinkling  
Tel. 09962 1525  
kita-storchennest@niederwinkling.de

**Kinderkrippe Winklinger Nesterl**

Dorfplatz 7 · 94559 Niederwinkling  
Tel. 09962 1525  
kikri-nesterl@niederwinkling.de

**KiTa Reißing**

Friedhofstr. 4, Reißing  
94363 Oberschneiding  
Tel. 09426 483  
kiga.reissing@t-online.de

**KiTa Pustebume**

Paderinger Str. 5  
94363 Oberschneiding  
Tel. 09426 616  
pustebume@kita-oberschneiding.de

**KiTa Oberschneiding****Außenstelle Meindling**

Meindling · 94363 Oberschneiding  
Tel. 09426 431  
meindling@kita-oberschneiding.de

**KiTa St. Raphael**

Schulstr. 1 · 94365 Parkstetten  
Tel. 09421 993320 · info@kita-parkstetten.de

**KiTa St. Martin**

Schafhöfener Weg 8, Pilling · 94368 Perkam  
Tel. 09429 949580  
kiga.perkam@t-online.de

**KiTa St. Michael**

Dorfstr. 24 · 94369 Rain  
Tel. 09429 948560 oder 01522 6210698  
kiga.rain@t-online.de

**KiTa St. Nikolaus**

Hauptstr. 15 · 94371 Rattenberg  
Tel. 09963 2749  
rattenberg@kita.bistum-regensburg.de

**KiTa St. Benedikt**

Schulstr. 13 · 94372 Rattiszell  
Tel. 09964 611992 · kita@rattiszell.de

**KiTa St. Nikolaus**

Pieringer Weg 13, Oberpiebing  
94330 Salching · Tel. 09426 8524760  
kita@bildung-salching.de

**KiTa Sankt Englmar**

Am Anger 12 · 94379 St. Englmar  
Tel. 09965 1328  
kindergarten@sankt-englmar.de

**KiTa St. Martin**

Martinstr. 7 · 94374 Schwarzach  
Tel. 09962 347  
kiga-schwarzach@t-online.de

**KiTa Stallwang**

Kirchberg 9 · 94375 Stallwang  
Tel. 09964 342 · kita@stallwang.de

**KiTa St. Ursula**

Warterweg 6 · 94377 Steinach  
Tel. 09428 942010  
st-ursula.steinach@kita.bistum-regensburg.de

**KiTa St. Martin**

Kirchplatz 9 · 94342 Straßkirchen  
Tel. 09424 726  
st-martin@vg-strasskirchen.de

**Kinderkrippe St. Martin**

Kirchplatz 9a · 94342 Straßkirchen  
Tel. 09424 94240  
kinderkrippe.st-martin@t-online.de

**KiTa St. Elisabeth**

Eibengasse 7 · 94342 Straßkirchen  
Tel. 09424 8652  
st-elisabeth-strasskirchen@online.de

**KiTa Don Bosco**

Am Paradies 6 · 94344 Wiesenfelden  
Tel. 09966 340  
wiesenfelden@kita-wiesenfelden.de

**KiTa St. Sabinus**

Pfarrplatz 2 · 94336 Windberg  
Tel. 09422 806001  
kindergarten-windberg@windberg.de

# Schulvorbereitende Einrichtungen

## **SVE der St. Benedikt-Schule**

Grafentraubach 207 · 84066 Mallersdorf-Pfaffenberg  
Tel. 08772 421 · [verwaltung@sfz-mallersdorf.de](mailto:verwaltung@sfz-mallersdorf.de)

## **SVE der Albertus-Schule**

Veit-Höser-Str. 2 · 94327 Bogen  
Tel. 09422 501150 · [msh.sfz-bogen@albertus-schule.de](mailto:msh.sfz-bogen@albertus-schule.de)

## **SVE an der Christopherus-Schule**

Max-Planck-Str. 5 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 33688 · [sfz-straubing@t-online.de](mailto:sfz-straubing@t-online.de)

# Tagespflegevermittlungsstelle

## **Landratsamt Straubing-Bogen**

Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 973-308



## WUSSTEN SIE, DASS...

... eine **Übernahme der Gebühren** (Tagespflege, Krippe, Kindergarten und Hort) beantragt werden kann?

Dies ist unter bestimmten Einkommensgrenzen möglich bei:

### **Landratsamt Straubing-Bogen**

#### **Frau Grill**

Tel. 09421 973-295

#### **Frau Winklmeier**

Tel. 09421 973-523

Siehe auch Bayerisches Krippengeld, Seite 18.

... es im Bedarfsfall **freiwillige Helfer** gibt bzw. Sie sich dort **ehrenamtlich** engagieren können?

Weitere Informationen im

### **Freiwilligenzentrum Straubing**

Obere Bachstr. 12 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 989635

### **Freiwilligenzentrum Bogen**

im Haus der Begegnung  
Tel. 09422 505746 oder  
[bogen@freiwilligenzentrum-sr.de](mailto:bogen@freiwilligenzentrum-sr.de)  
(Terminvereinbarung)  
(Mittwoch von 8.00 - 12.00 Uhr)

Das Freiwilligenzentrum bietet sich als **Vermittlungsbörse** an.

# Elterntreffs



Familienhaus der  
Evangelischen Christuskirche  
Familientreff/  
offene Krabbelgruppe

# Familienhaus der Evangelischen Christuskirche

Ein **Begegnungsort** und Treffpunkt für Einheimische und Familien aus anderen Herkunftsländern.

## Öffnungszeiten des Begegnungscafe:

Montag 11.00 - 13.00 Uhr

Dienstag bis Freitag 8.00 - 17.00 Uhr

Samstag 15.00 - 17.30 Uhr

Informationen unter: [www.christuskirche-straubing.de](http://www.christuskirche-straubing.de)

## Familientreff im Familienhaus/ offene Krabbelgruppe

Spiel & Spaß für nette Leute und **alle Mamas und Papas mit Kindern bis zu 6 Jahren.**

Teilnahme ohne Voranmeldung.

### Öffnungszeiten:

Donnerstag 9.00 - 11.00 Uhr und von 14.00 - 16.30 Uhr.

**94315 Straubing · Eichendorffstr. 11 · 1. Stock links.**

Informationen unter:

**09421 56868624** oder [rz@christuskirche-straubing.de](mailto:rz@christuskirche-straubing.de)

## Adressen:

**Familienhaus der Evangelischen Christuskirche**  
Eichendorffstr. 11 · 94315 Straubing



## TIPP

### Eltern-Kind-Angebote

Informieren Sie sich bei den **KoKi-Familienbüros**.

Ausgewählte Angebote finden Sie auch auf den nachfolgenden Seiten.

# Angebote für Eltern und Kinder



Babymassage

Babyschwimmen

Büchereien

Elternbriefe

Eltern-Kind-Gruppen  
der Katholischen  
Erwachsenenbildung (KEB) + Vhs

Eltern-Kind-Turnen

Eltern-Kurse

Ernährung und Bewegung

Erste Hilfe am Kind

Geburtsvorbereitungskurse

Mama & Baby-Yoga

PEKiP®-Kurse

Rückbildungsgymnastik

Säuglingspflegekurse

Stillgruppe

# Babymassage

Je nach Kursangebot kann das Baby **ab der 6. Lebenswoche bis zum 6. Lebensmonat** am Kurs teilnehmen.

Die Haut ist in der Zeit nach der Geburt das am besten ausgebildete **Sinnesorgan**, mit dem das Baby zu seiner Umwelt Kontakt aufnehmen kann. Im Kurs wird das Baby mit **sanften Händen** gestreichelt. Die Eltern erfahren, wie sie das **Urbedürfnis des Säuglings** nach **Wärme, Zärtlichkeit, Berührung** und **Geborgenheit** befriedigen können. Gleichzeitig werden durch die Massage **innere Organe** angeregt. Die Babymassage hilft auch bei **Blähungen, Unruhe** und **Verspannungen**.

Die konkreten **Kursangebote** und **Zeiten** erfragen Sie bitte in den auf **Seite 8** genannten **Hebammenpraxen**.

Für **einkommensschwache Eltern** kann die Kursgebühr nach **vorheriger Absprache** von der **KoKi** übernommen werden.



# Babyschwimmen

Je nach Kursangebot können Babys **zwischen dem 4. und 6. Lebensmonat** beim Babyschwimmkurs mitmachen. Dabei stehen der **Spaß am Element Wasser**, die **Förderung der Motorik**, des **Gleichgewichtssinns** und die **Stärkung der Muskulatur** im Vordergrund. Durch das gemeinsame Erleben und den **intensiven Körperkontakt** wird die **innige Beziehung** zwischen dem Baby und den Eltern gefördert.

Bitte erfragen Sie das **jeweilige Kursangebot** und die **Termine** bei den auf **Seite 8** genannten **Hebammenpraxen**.

Babyschwimmen gibt es auch beim **DLRG Kreisverband Straubing-Bogen**, **Tel. 09422 4038109** oder bei der **Kinderschwimmschule „Kleiner Wassermann“**, **Tel. 0173 2613130**.

Bei **einkommensschwachen Eltern** kann die Kursgebühr nach **vorheriger Absprache** von der **KoKi** übernommen werden.



## TIPP

### Kleinkinderschwimmen

Einen **Schwimmkurs** für Kleinkinder im **2. und 3. Lebensjahr** bietet an:

**Kinderschwimmschule „Kleiner Wassermann“**  
Tel. 0173 2613130

Bitte erkundigen Sie sich zudem in Ihrem **Freibad** nach entsprechenden **Schwimmkursen**.



# Büchereien

Büchereien gibt es in vielen Landkreisgemeinden. Bitte erkundigen Sie sich in Ihrem **Rathaus**.

## Stadtbücherei Straubing

Rentamtsberg 1 · 94315 Straubing · Tel. 09421 9919-19



## TIPP

### Lesestart-Set

#### 3 Meilensteine für das Lesen

Ein bundesweites Leseförderprogramm, das **Familien mit Kleinkindern** von Anfang an bis zum **Schuleintritt** begleitet.

Es beinhaltet **kostenlose Lesestartmaterialien** in vielen Sprachen, sowie Ratgeber und Tipps zum Vorlesen.

Näheres unter: [www.lesestart.de](http://www.lesestart.de) bzw. in Ihrer Bücherei



### App-Trilogie

Gesunde Ernährung für Schwangere und junge Familien

Näheres unter:  
[www.familie-gesund-ernaehrt.de](http://www.familie-gesund-ernaehrt.de)



# Eltern-Kind-Gruppen der Katholischen Erwachsenen- bildung (KEB)

Die **Eltern-Kind-Gruppen** sind offen für alle Mütter und Väter, unabhängig von Lebensgeschichte, Lebensentwürfen, Konfession oder Nationalität.

Eltern erhalten in der Gruppe wichtige Informationen über die Entwicklung ihres Kindes in den ersten **drei Lebensjahren** und Impulse für den Erziehungsalltag.

Das gemeinsame Spiel von Kindern und Eltern vertieft den Kontakt zueinander und fördert die **Eltern-Kind-Bindung**. Durch Lieder und Spiele werden die Selbständigkeit, die Sprachentwicklung und die Feinmotorik der Kinder gefördert. Die Kinder erleben Freude an der Bewegung.

Das freie Spiel mit anderen Kindern gibt den Kindern die Möglichkeit, eigene Fähigkeiten auszuprobieren und erste **soziale Kontakte** in einem sicheren Rahmen zu knüpfen.

Eltern-Kind-Gruppen werden von **qualifizierten Leiterinnen** geleitet und betreut.

Die festen Gruppen von **ca. 8 - 10 Müttern bzw. Vätern** treffen sich regelmäßig **einmal pro Woche** für **120 Minuten**.

Die Anmeldung für einen Block von **10 Treffen** ist verbindlich. Pro Jahr finden mehrere Blöcke statt. Die Kosten betragen **35 Euro** pro Block.



Informationen über die aktuellen Gruppen in den einzelnen Landkreisgemeinden unter:

**Tel. 09421 3885 · [info@keb-straubing.de](mailto:info@keb-straubing.de)**  
oder unter **[www.keb-straubing.de](http://www.keb-straubing.de)**

# Eltern-Kind-Gruppen der Volkshochschule (Vhs)

In einigen Landkreisgemeinden werden Eltern-Kind-Gruppen auch über die **Volkshochschule** angeboten.



Aktuelle Informationen erhalten Sie im

**Vhs-Bildungszentrum**

**Klosterhof 2 · 94327 Bogen**

**Tel. 09422 505600**

oder unter **[vhs@vhs-straubing-bogen.de](mailto:vhs@vhs-straubing-bogen.de)**





## Eltern-Kind-Turnen / Angebote für Eltern von Kleinstkindern

Kurse werden an den **Volkshochschulen** angeboten:

### **Vhs Landkreis Straubing-Bogen**

Tel. 09422 5056-0

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

### **Vhs Stadt Straubing**

Tel. 09421 84570 · [info@vhs-straubing.de](mailto:info@vhs-straubing.de)

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

In den jeweiligen **Halbjahres-Programmen** gibt es verschiedene Angebote für Eltern mit Kindern **ab 1,5 Jahren**.

### **Adressen:**

#### **Vhs Landkreis Straubing-Bogen**

Klosterhof 1 · 94327 Bogen

Tel. 09422 505600

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

#### **Vhs Stadt Straubing**

Steinweg 56 · 94315 Straubing

Tel. 09421 84570

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

# Eltern-Kurse

## Starke Eltern – Starke Kinder

Ein Kurs für Eltern, die Wert auf eine gute **Beziehung** zu ihren Kindern legen. Sie lernen, einen sicheren und **vertrauensvollen Umgang** mit Ihrem Kind aufzubauen.

### Inhalte des Kurses sind:

- **Psychische Grundbedürfnisse** des Kindes
- Wie kann ich **Problemsituationen bewältigen**
- Welcher **Erziehungsstil** ist für mich der richtige
- Wie erkenne ich die **Gefühle meines Kindes** und wie können wir unsere Gefühle äußern
- Wie kann ich einer **Gewaltbereitschaft** meines Kindes **vorbeugen**

Der Kurs beinhaltet **20 Trainingsstunden**, verteilt auf **8 - 10 Einheiten**.

Information und Anmeldung bei:

**Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Straubing-Bogen e.V.**

# Ernährung und Bewegung

Vom **Amt für Landwirtschaft und Forsten** werden **kostenlose Kurse** zum Thema **Ernährung für Säuglinge und Kleinkinder**, sowie **Bewegungskurse** angeboten.

Die genauen Termine entnehmen Sie bitte der **Tagespresse** oder unter: **[www.aelf-sr.bayern.de/ernaehrung/index.php](http://www.aelf-sr.bayern.de/ernaehrung/index.php)**

Online-Anmeldung ist über diese Seite möglich!

## Safe®-Kurse – Sicher und geborgen im Leben

### Kursinhalte sind:

- Informationen zur sicheren **Bindungsentwicklung** zum Kind
- **Signale** des Säuglings richtig **verstehen**
- Wie **Elternkompetenz** gut gelingen kann
- Der **Übergang** vom **Paar** zum **Eltern-Sein**

Information bei:

**Donum Vitae in Bayern e.V.**

## Adressen:

### Amt für Landwirtschaft und Forsten

Kolbstr. 5 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 8006-0 · [poststelle@aelf-sr.bayern.de](mailto:poststelle@aelf-sr.bayern.de)

### Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Straubing-Bogen e.V.

Amselstr. 30 · 94315 Straubing · Tel. 09421 7899404  
[info@ksb-straubing.de](mailto:info@ksb-straubing.de) · [www.kinderschutzbund-straubing.de](http://www.kinderschutzbund-straubing.de)

### Donum Vitae in Bayern e.V.

Eichendorffstr. 11 · 94315 Straubing · Tel. 09421 180290  
[straubing@donum-vitae-bayern.de](mailto:straubing@donum-vitae-bayern.de)

# Erste Hilfe am Kind

Kurse werden regelmäßig angeboten von:

## **Bayerisches Rotes Kreuz**

Kreisverband Straubing-Bogen  
Siemensstr. 11a · 94315 Straubing  
Tel. 09421 9952-0 · [www.kvstraubing.brk.de](http://www.kvstraubing.brk.de)

## **Malteser Hilfsdienst gGmbH**

Johannes-Kepler-Str. 11 d · 94315 Straubing  
Tel. 09421 5506-0 · [www.malteser-straubing.de](http://www.malteser-straubing.de)

---

# Geburtsvorbereitungskurse

Informationen über das aktuelle Angebot gibt es bei den jeweiligen **Hebammen** auf **Seite 8**.

## **Wichtig!**

Melden Sie sich nach **Feststellung** der **Schwangerschaft umgehend** für einen Kurs an.

Die Kosten werden von den **gesetzlichen Krankenkassen** übernommen.

Für die Teilnahme des Partners entstehen in der Regel Kosten.

Informationen auch unter: [www.hebammensuche.bayern.de](http://www.hebammensuche.bayern.de).



## TIPP

### Vorträge für Eltern

Vortragsreihe der **KoKi** (Kooperation mit **Stadt Straubing** und **Donum Vitae e.V.**) im **Familienhaus der Christuskirche** in 94315 Straubing · Eichendorffstr. 11. Einmal pro Monat findet ein kostenfreier Vortrag zu Themen rund um die **Schwangerschaft** und **Geburt**, sowie die **ersten Lebensjahre** des Kindes statt. Programmheft auf der Homepage der KoKi oder direkt bei den **KoKi-Mitarbeiterinnen** anfordern.

### Vorträge und Veranstaltungen in einzelnen Landkreismunicipalitäten

Bitte informieren Sie sich bei den **KoKi-Mitarbeiterinnen** über die aktuellen Angebote.

#### **KoKi-Netzwerk frühe Kindheit**

##### **Frau Rinkl**

Tel. 09421 973-219 oder

##### **Frau Luginger**

Tel. 09421 973-439



## TIPP

### Kinderlobby Straubing-Bogen e.V.

Egal ob man Familien oder Alleinerziehende betrachtet, bei Geldnot sind meist die Kinder die Leidtragenden.

Die **Kinderlobby Straubing-Bogen e.V.** hat es sich zur Aufgabe gemacht, Kinder und Jugendliche materiell und immateriell zu unterstützen. Sie kümmert sich um benachteiligte Kinder und Jugendliche einkommensschwacher Familien bzw. Alleinerziehender aus dem Landkreis Straubing-Bogen und der Stadt Straubing. Ebenso fördert sie Kinder von Asylsuchenden.

#### Sie wollen helfen?

Es gibt viele Möglichkeiten, dem Verein zu helfen. Treten Sie als **Mitglied** bei, das kostet Sie nur **5 Euro** pro Monat. Den **Mitgliedsantrag** finden Sie auf unserer Homepage. Oder rufen Sie uns an.

#### Kinderlobby Straubing-Bogen e.V.

Innere Frühlingsstr. 14a · 94315 Straubing  
Tel. 0170 8108367 · Fax 032 226812117  
info@kinderlobby.net · www.kinderlobby.net



## Mama & Baby-Yoga

**Yoga für Mama & Baby** bietet einen **sanften** und **effektiven Weg**, den eigenen Körper sowohl zu **kräftigen** als auch zu **entspannen** und zugleich die **Beziehung** zum Baby zu vertiefen. Der **Gleichgewichtssinn**, **Koordination** und **Motorik**, sowie das **Atmungs-** und **Verdauungssystem** werden gefördert.

Das Baby kann im Alter von **8 Wochen** bis zum **Krabbelalter** an diesem Kurs teilnehmen.

**Kurse gibt es bei:** Der **Vhs**

**Anmeldung unter:** Tel. 09421 10830

**Vhs:** Anmeldung über **Vhs-Bildungszentrum Oberalteich** · Tel. 09422 505600

Für **finanzschwache Eltern** kann die **Kursgebühr** nach **vorheriger Absprache** von der **KoKi** übernommen werden.

Kurse gibt es bei einigen **Hebammen**, **Yoga-Zentren** und gelegentlich bei der **Vhs**. Bitte informieren Sie sich entsprechend.

## Online-Erziehungsratgeber

Ein Portal für Eltern, die sich umfassend informieren wollen zu folgenden Themen:

- Schwangerschaft & Geburt
- Entwicklung von 0 - 18 Jahren (48 Elternbriefe)
- Gesundheit, Ernährung & Hygiene
- Erziehung & Medien
- Kinderbetreuung & Schule
- Familie und Umfeld
- Finanzielle Leistungen & Hilfen
- Fragen & Probleme

Infos unter: **www.baer.bayern.de**

## PEKiP®-Kurse

Das **Prager Eltern-Kind-Programm** ist eine **Entwicklungsbegleitung** für Kinder im **1. Lebensjahr**. Das Baby kann daran teilnehmen wenn es **ca. 6 - 8 Wochen** alt ist.

Im Kurs wird die **Eltern-Kind-Beziehung** durch das **gezielte Beobachten** des Babys und das **gemeinsame Erleben** und **Spiel** gefördert. Das Baby wird durch **Spiel- und Bewegungsanregungen** in seiner Entwicklung unterstützt, die auf den jeweiligen **Entwicklungsstand** abgestimmt sind. Das Baby kann erste **Kontakte** zu anderen Kindern knüpfen und es besteht Zeit für **Erfahrungsaustausch** mit anderen Eltern.

Die Babys sind während des Kurses nackt, da sich das Kind so **intensiver** und **spontaner** bewegen kann. Der Kursraum ist entsprechend beheizt.

**Anmeldung bei:**  
**Stefanie Kattinger-Maurer**

Familienhaus der Christuskirche · Eichendorffstr. 11 · 94315 Straubing  
Tel. 0176 24060862 · [www.pekip-straubing.de](http://www.pekip-straubing.de)

(Anmeldung ist online möglich!)

Für **finanzschwache Eltern** kann die **Kursgebühr** nach **vorheriger Absprache** von der **KoKi** übernommen werden.

Weitere Informationen unter: [www.pekip.de](http://www.pekip.de)



## Rückbildungsgymnastik

**Ca. 8 - 10 Wochen** nach der Geburt kann mit der Rückbildungsgymnastik begonnen werden. Durch gezielte Übungen sollen die **Bauch- und Beckenbodenmuskulatur** gekräftigt, das **Becken** gestärkt und der **Rücken** entlastet werden. Späteren **Beschwerden** kann dadurch vorgebeugt werden.

Es gibt **offene** und **geschlossene Kurse**. Die **Kursgebühr** wird durch die **gesetzliche Krankenkasse** übernommen.

Bitte wenden Sie sich an die **Hebammen** auf **Seite 8** oder suchen Sie unter [www.hebammensuche.bayern.de](http://www.hebammensuche.bayern.de).

## Trageberatung

Trageberaterinnen geben Informationen zum **Tragen des Kindes** und die richtige **Tragehilfe** für Ihr Baby.

Näheres beim: **Tragenetzwerk e.V.** unter [www.tragenetzwerk.de](http://www.tragenetzwerk.de)

Trageberaterin in der Nähe: **Stephanie Kellermeier**  
Tel. 0151 41621706 · [stephanie.kellermeier@gmx.net](mailto:stephanie.kellermeier@gmx.net)



### TIPP

#### Bezuschussung durch die KoKi

Für alle Angebote ist **nach vorheriger Absprache** eine Zuschussung durch die KoKi möglich (für einkommensschwache Eltern und bei bestimmten Problemstellungen).

Informationen bei:

**KoKi-Familienbüro** · Rosi Rinkl · Tel. 09421 973-219

**KoKi-Familienbüro** · Marina Luginger · Tel. 09421 973-439

# Säuglingspflegekurse

Um **Sicherheit** im Umgang mit dem **Neugeborenen** zu bekommen, können Sie an einem Säuglingspflegekurs teilnehmen. Kurse werden für **Einzelpersonen** und **Paare** angeboten. Es empfiehlt sich, den Kurs bereits **vor der Geburt** des Babys wahrzunehmen.

Sie erhalten im Kurs Tipps zum **Baden**, der **Körperpflege**, dem **Schlafverhalten** des Neugeborenen... einfach alles, was Sie im täglichen Umgang mit dem Baby wissen sollten.

Das Kursangebot dauert in der Regel **ca. 2 - 3 Stunden**. Die **Kursgebühr** beträgt **ca. 30 Euro** pro Teilnehmer. Für **einkommensschwache Eltern** kann die Kursgebühr nach **vorheriger Absprache** durch die **KoKi** übernommen werden.

Die jeweiligen Angebote finden Sie auf den **Internetseiten** der auf **Seite 8** genannten **Hebammenpraxen**.

# Stillgruppe

Es findet in der Gruppe ein **Erfahrungsaustausch** zu allen Themen rund ums **Stillen** statt.

Sofern keine **wohnnortnahe Stillgruppe** zur Verfügung steht, bieten die **Hebammen** im Rahmen der **Kassenleistung** eine individuelle Stillberatung an.

**Stillvorbereitungskurse** werden bereits **während der Schwangerschaft** angeboten.

Die jeweiligen Angebote können Sie bei den **Hebammen** auf **Seite 8** oder im **KoKi-Büro** abfragen.



## FREIZEIT-TIPPS

### Tierpark

Straubing, München, Nürnberg

### Tierfreigehege

Neuschönau, Zwiesel (Ludwigsthal)

### Freizeitparks

Loifling, Reisbach, Eging am See, Zirndorf

### Örtliche Vereine mit Familiengruppe bzw. mit Familienangebot

Trachtenvereine, Alpenverein, Bayerwaldverein, Sportvereine

### Kreismusikschule

Tel. 09961 942000 · [www.musikschule.straubing-bogen.de](http://www.musikschule.straubing-bogen.de)

### Büchereien

in vielen Landkreisgemeinden

Die Broschüre „**Erleben & Entdecken**“ **Urlandsland Straubing-Bogen** gibt umfangreiche Informationen zu Freibädern, Fahrradwegen, Freizeitspaß, Spielplätzen, Museen, Wintersportmöglichkeiten uvm.

Erhältlich im:

### Landratsamt Straubing-Bogen

Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing

Tel. 09421 973-127 · [www.bayerischer-wald.me](http://www.bayerischer-wald.me)



# Weitere Informationen

A photograph of a baby with light brown hair and bright blue eyes, wearing a white striped shirt. The baby is leaning its head and arms on the shoulder of a man with dark hair, who is wearing a grey t-shirt. The man's face is partially visible in profile, looking towards the baby. The background is a plain, light-colored wall.

Empfehlenswerte Links  
Unfallverhütung  
Wichtige Adressen  
Wichtige Notrufnummern

# Empfehlenswerte Links

## [www.baer.bayern.de](http://www.baer.bayern.de)

Hier finden Sie 48 Elternbriefe mit wertvollen Tipps und Einsichten in die verschiedenen Entwicklungsphasen ihres Kindes.

## [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung; Broschüren und Flyer zu verschiedenen Themen.

## [www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de)

Handbuch des Bayerischen Staatsministeriums für Frühpädagogik.

## [www.familienratgeber.de](http://www.familienratgeber.de)

Ratgeber für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige.

## [www.fruehgeborene.de](http://www.fruehgeborene.de)

Vielseitige Informationen für Eltern von Frühgeborenen.

## [www.gesundinsleben.de](http://www.gesundinsleben.de)

Informationen zu gesundheitlichen Themen während der Schwangerschaft und nach der Geburt

## [www.schatten-und-licht.de](http://www.schatten-und-licht.de)

Informationen zur Krise rund um die Geburt.

## [www.schwanger-in-bayern.de](http://www.schwanger-in-bayern.de)

Informationen rund um Schwangerschaft und Hebammensuche in ihrer Nähe.

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

Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V.

## [www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de)

Hier finden Sie Informationen zu den Themen Eltern- und Familiengeld. Außerdem finden Sie hier die Antragsformulare für die jeweiligen Leistungen.

# Unfallverhütung

- Lassen Sie Ihr Kind niemals alleine auf dem Wickeltisch oder einer anderen erhöhten Fläche liegen. Halten Sie Ihr Kind immer mit einer Hand fest.
- Überprüfen Sie die Temperatur von warmen Getränken und Säuglingsnahrung, bevor Sie diese Ihrem Kind geben.
- Achten Sie beim Schlaf Ihres Kindes darauf, dass der Kopf durch nichts bedeckt ist oder bedeckt werden kann.
- Achten Sie darauf, dass sich in der Nähe Ihres Kindes keine kleinen Gegenstände befinden, die das Kind verschlucken oder einatmen könnte.
- Achten Sie auf sichere und altersgemäße Spielsachen.
- Binden Sie Ihrem Kind nichts um den Hals und vermeiden Sie Kordeln oder Bänder an der Kleidung Ihres Kindes.
- Setzen Sie Ihr Kind erst in die Badewanne, wenn Sie die richtige Wassertemperatur (max. 36 - 37 Grad) überprüft haben.
- Halten Sie Ihr Kind in der Wanne fest.
- Stellen Sie heiße Getränke und Töpfe immer außer Reichweite Ihres Kindes.
- Versehen Sie Treppen und Türen mit kindersicheren Schutzgittern.
- Polstern Sie Möbelkanten ab.
- Verankern Sie Regale und andere Möbel gut, an denen sich Ihr Kind hochziehen könnte.
- Sichern Sie die Steckdosen und lassen Sie keine Kabel herumhängen.
- Lassen Sie keine Zigaretten oder gefüllte Aschenbecher sowie Putzmittel, Medikamente oder andere giftige Substanzen herumliegen.

## Hinweis:

Bei der KoKi erhalten Sie die kostenlose Broschüre „Kinder schützen – Unfälle verhüten“, in der viele weitere praktische Tipps enthalten sind.

# Wichtige Adressen

## Landratsamt Straubing-Bogen

Leutnerstr. 15 · 94315 Straubing · Tel. 09421 973-0 (Vermittlung)  
www.landkreis-straubing-bogen.de

## Bundesagentur für Arbeit (Kindergeld)

### Familienkasse Bayern-Süd

Postfach · 93013 Regensburg

## Zentrum Bayern, Familie und Soziales

### Regionalstelle Niederbayern (Elterngeld)

Friedhofstr. 7 · 84028 Landshut · Tel. 0871 829-0  
poststelle.ndb@zbfbs.bayern.de · www.zbfbs.bayern.de



## WICHTIGE NOTRUFNUMMERN

Polizeinotruf ..... 110

Notruf/Feuerwehr ..... 112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst ..... 116117

Giftnotruf München ..... 089 19240

SIS – Straubinger Interventionsstelle ..... 09421 9912-84

Frauennotruf ..... 09421 830486

Elterntelefon ..... 0800 1110550

Kinder- und Jugendtelefon ..... 116111

Telefonseelsorge ..... 0800 1110111

Hilfetelefon für Schwangere in Not ..... 0800 4040020

Sperrnotruf für Bankkarten ..... 116116

### Polizeidienststellen:

Polizeiinspektion Bogen ..... 09422 85090

Polizeistation Mallersdorf ..... 08772 91000

Polizeiinspektion Straubing ..... 09421 868-0



Dieses Familienhandbuch will **Information** und **Anregung** geben. Es erhebt aber keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit. Viele Angebote, aber auch gesetzliche Regelungen unterliegen der stetigen Veränderung. Daher kann für die Richtigkeit der Angaben, sowie für die Leistungen der einzelnen Angebote leider keine Gewähr übernommen werden.

Um das Familienhandbuch möglichst aktuell zu halten, sind wir auf Ihre Mitwirkung angewiesen. Teilen Sie uns bitte **Änderungen** von **Adressen, Telefonnummer** etc. mit.