

---

## Inhaltsverzeichnis

<b>Kinder, Jugend und Familie</b>	<b>2</b>
<b>Jugendämter im Kreis Minden-Lübbecke</b>	<b>2</b>
<b>Schwangerschaft und Geburt</b>	<b>5</b>
<b>Frühe Hilfen</b>	<b>7</b>
<b>Familienberatung</b>	<b>9</b>
<b>Familienleistungen</b>	<b>10</b>
<b>Hilfe für Frauen und Kinder</b>	<b>12</b>
<b>Kinder- und Jugendförderung</b>	<b>14</b>
<b>Verfahrenslotsen</b>	<b>15</b>
<b>Unbegleitete minderjährige Ausländer*innen</b>	<b>17</b>
<b>Freizeitangebot für Kinder und Jugendliche</b>	<b>17</b>
<b>Begegnungszentren</b>	<b>18</b>
<b>Jugendzentren</b>	<b>22</b>
<b>Sport</b>	<b>28</b>

## Kinder, Jugend und Familie

### Unterstützungsangebote für Familien

#### **Kinder und Familien stehen in Deutschland unter besonderem Schutz.**

Dieser Schutz beginnt schon **während der Schwangerschaft** und dauert an, **bis das Kind 18 Jahre alt (=volljährig)** ist.

#### **Jedes Kind muss zur Schule gehen.**

In Deutschland ist es verboten, Kinder zu schlagen. Auch Gewalt in der Ehe ist verboten. Es gibt **Behörden**, die dafür sorgen, dass ein Kind keinen Schaden durch seine Umgebung (auch die Familie) nimmt.

Du bist nicht allein mit deinen Fragen, Sorgen und Problemen. Es gibt [verschiedene Beratungsstellen](#) im Kreis Minden-Lübbecke.

### **Jugendämter im Kreis Minden-Lübbecke**

Der Kreis Minden-Lübbecke hat vier Jugendämter:

Das [Jugendamt des Kreis Minden-Lübbecke](#) ist zuständig für Espelkamp, Rahden, Stemwede, Preußisch Oldendorf, Lübbecke, Petershagen, Hille und Hüllhorst

Das [Jugendamt der Stadt Minden](#) ist zuständig für Minden.

Das [Jugendamt der Stadt Bad Oeynhausen](#) ist zuständig für Bad Oeynhausen

Das [Jugendamt der Stadt Porta Westfalica](#) ist zuständig für Porta Westfalica

Seine Aufgabe ist die Kinderhilfe, Jugendhilfe und Familienhilfe. Das Jugendamt regelt:

- Die Kindertagesbetreuung in Kindergärten oder bei Tagespflegekräften
- Es unterstützt Familien, wenn sie Hilfe brauchen
- Es schützt die Kinder, wenn es Probleme in der Familie gibt

Das Wohl und der Schutz des Kindes sind wichtige Aufgaben des Jugendamtes. Gewalt gegenüber Kindern ist in Deutschland verboten. Wenn es den Verdacht gibt, dass Kinder vernachlässigt oder misshandelt werden, dann kann das Jugendamt im Ernstfall sogar das Kind aus der Familie holen, um es zu schützen.

Wenn Ihr Kind geboren wird, meldet sich das Jugendamt nach einigen Wochen, um einen Hausbesuch zu machen und sich vorzustellen. Dann bekommen Sie einen ganzen Ordner mit Informationen und Angeboten für Ihr Kind und Ihre Familie.

Wenn Sie Unterstützung oder Hilfe bei der Erziehung brauchen, können Sie sich an das Jugendamt oder eine Beratungsstelle wenden.

### **Allgemeiner Sozialer Dienst (=ASD)**

---

## **In allen Fragen der Erziehung, Versorgung und Betreuung bietet der ASD der Jugendämter Hilfe und Beratung an.**

Seine Aufgabe ist es, junge Menschen in ihrer Entwicklung zu fördern, Eltern in ihrem Recht auf Pflege und Erziehung ihrer Kinder zu unterstützen, zum Schutz der Kinder und Jugendlichen tätig zu werden und Auskunft und Beratung in sozialen Angelegenheiten zu geben.

### **Wichtige Leistungen für Familien sind:**

- Beratung und Betreuung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
- Intensive ambulante sozialpädagogische Familienhilfe
- Mitwirkung in Gerichtsverfahren bei Trennung und Scheidung
- vorläufige Schutzmaßnahmen, wie Inobhutnahme und Notaufnahme von Kindern und Jugendlichen
- Vermittlung von Kindern und Jugendlichen zum Beispiel in Heimeinrichtungen, Pflegefamilien und Wohngruppen

### **Weitere Angebote:**

- Pflegekinderdienst, Vollzeitpflege
- Tagespflege, Wochenpflege
- Betreuungsmaßnahmen in Tagesgruppen, schulischen Nachmittagsgruppen und sonstigen Nachmittagsangeboten
- Beratung und Information für Alleinerziehende
- Unterstützung bei der Vermittlung in Kindertagesstätten
- Zusammenarbeit mit Institutionen wie Schulen, Kindertagesstätten, Polizei, Gerichten, Kinderpsychiatrien und Jugendpsychiatrien etc.

### **Die ambulanten und teilstationären flexiblen Erziehungshilfen wie:**

- Sozialpädagogische Familienhilfe, Erziehungsbeistandschaften, soziale Gruppenarbeit werden im Kreis Minden-Lübbecke durch die Mitarbeiter der freien Jugendhilfeträger ausgeführt; dazu gehören unter anderem die Arbeiterwohlfahrt (AWO), die Caritas, das Diakonische Werk und der Paritätische Wohlfahrtsverband.
- Die teilstationären Hilfen (Tagesgruppen) Die Beratung durch die sozialpädagogischen Fachkräfte ist kostenlos und vertraulich.

### **Wer kann sich an den ASD wenden?**

#### **Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis zum 21. Lebensjahr berät der ASD, wenn ...**

- sie Rat und Unterstützung brauchen
- sie zu Hause oder dort, wo sie leben, Probleme haben
- sie Schwierigkeiten in der Schule und/oder mit FreundenInnen haben
- sie an ihrer momentanen Lebenssituation etwas verändern möchten und dabei Hilfen benötigen
- sie körperlicher, psychischer, sexueller oder einer anderen Form von Gewalt ausgesetzt sind
- sie bedroht werden und Schutz benötigen


- sie mit dem Gesetz in Konflikt geraten sind

### **Mütter und Väter berät der ASD, wenn ...**


- Probleme bei der Erziehung auftreten
- sie sich mit ihrer Situation überfordert fühlen
- sie Fragen haben bei der Suche nach einer geeigneten Betreuungsmöglichkeit für ihre Kinder
- die Kinder in Notsituationen unversorgt sind
- es Probleme in der Schule gibt
- sie Rat und Unterstützung in Partnerschaftsfragen benötigen
- sie sich in Trennungssituationen oder Scheidungssituationen befinden
- sie Fragen haben zu Sorgerechtsregelungen und Umgangsregelungen
- ihre Kinder mit dem Gesetz in Konflikt geraten sind

### **Kontakt zur Beratung ASD**

#### **Lübbecke, Hüllhorst**

 Osnabrücker Strasse 28, 32312 Lübbecke

 [0571/80715600](tel:0571/80715600)

 Mo. - Do. 08:00 - 12:30 Uhr und 13:30 - 16:30 Uhr


Fr. 08:00 - 12:30 Uhr

#### **Preußisch Oldendorf**


 Rathausstr. 3

Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat von 15:00 - 17:00 Uhr

#### **Espelkamp, Rahden, Stemwede**


 Trakehner Str. 8, 32339 Espelkamp

 [0571/80715500](tel:0571/80715500)

 Mo. - Do. 8:00 - 12:30 und 13:30 - 16:30 Uhr

Fr. 8:00 - 12:30 Uhr

#### **Petershagen**

 Hauptstraße 42, Petershagen

 Mo. - Do. 08:00 - 12:30 Uhr und 13:30 - 16:30 Uhr

Fr. 08:00 - 12:30 Uhr

 [0571/80715700](tel:0571/80715700)

## Hille

📍 Gemeindeverwaltung (Sozialamt - Am Rathaus 4, Hille Hartum)

📅 Mittwoch 14:00 - 16:30 Uhr

☎ [0571/4044281](tel:0571/4044281)

## Minden

📍 Kleiner Domhof 17, 32423 Minden

☎ [0571/89356](tel:0571/89356)

📅 Mo, Di, Do, Fr: 08.00 - 12.00 Uhr Mo, Di: 14.00 - 16.00 Uhr, Do: 14.00 - 18.00 Uhr

## Bad Oeynhausen

📍 Steinstraße 20, 32425 Bad Oeynhausen

☎ [05731/144116](tel:05731/144116)

## Porta Westfalica

📍 Hauptstraße 14, 32457 Porta Westfalica

☎ [0571/791188](tel:0571/791188)

## Schwangerschaft und Geburt

**Schwangere stehen in Deutschland unter besonderem Schutz. Sie können sich beraten lassen. Sie werden von einer Ärztin oder einem Arzt versorgt. Zudem unterstützt Sie der Staat bei Neuanschaffungen für das Kind. Weitere Informationen in den folgenden Abschnitten.**

## Schwangerschaftsberatung

Wenn Sie schwanger sind, finden Sie im Kreis Minden-Lübbecke viele Beratungsstellen, die Sie unterstützen können. Sie erhalten dort Rat, wenn Sie rechtliche, finanzielle oder medizinische Fragen haben. Auch wenn Sie nicht sicher sind, ob Sie das Baby bekommen wollen oder wenn Sie besondere Schwierigkeiten haben. Die Beratungsstellen sind auch nach der Geburt für Sie da, wenn Sie Unterstützung für sich oder ihr Baby brauchen.


Die Beratung ist kostenlos, anonym, unverbindlich und unvoreingenommen.

🌐 [Schwangerschaftsberatungsstellen im Kreis Minden-Lübbecke](#)

## Hilfetelefon für Schwangere in Not

Schwangere in schwierigen Lebenssituationen und Schwangere, die nicht mehr weiterwissen oder ihre Schwangerschaft verheimlichen wollen, können beim Hilfetelefon anonym und

kostenfrei anrufen. Dort erhalten sie vertrauliche Beratung in insgesamt 18 Sprachen.

 [0800/4040020](tel:0800/4040020)

## **Frauenärzte**

Wenn Sie schwanger sind, müssen Sie zuerst zur Frauenärztin oder zum Frauenarzt (Gynäkologen / Gynäkologin) gehen. Lassen Sie dort die Vorsorgeuntersuchungen durchführen. Sie erhalten dann einen Mutterpass. Der Mutterpass ist ein Dokument mit wichtigen Informationen über Ihre Schwangerschaft. Dort stehen auch Informationen zu Ihrer Gesundheit. Und der Ihres Kindes. Nehmen Sie Ihren Mutterpass für eventuelle Notfälle immer mit. [Hier](#) ist ein Muster des Mutterpasses in englischer Übersetzung zu finden.

## **Mutterschutz**

Wenn Sie arbeiten gehen, zur Schule gehen oder studieren und schwanger sind, erhalten Sie Mutterschutz. Sie dürfen sechs Wochen vor dem Geburtstermin und bis acht Wochen nach der Geburt nur beschäftigt werden, wenn Sie einverstanden sind und dürfen in dieser Zeit nicht gekündigt werden. Wenn Sie ein Anrecht auf Mutterschaftsgeld haben, sinkt Ihr Einkommen in dieser Zeit nicht. Lassen Sie sich in einer Schwangerenberatungsstelle (Link) darüber informieren, ob dieser Anspruch für Sie besteht und wie Sie das Mutterschaftsgeld beantragen können.

## **Hebamme**

Hebammen unterstützen Frauen und ihre Familien vom Anfang der Schwangerschaft bis zum Ende der Stillzeit. Hebammen beraten während der Schwangerschaft. Sie können bei der Geburt helfen. Nach der Geburt führen Sie an das Stillen heran. Sie achten auch auf die körperliche und psychische Erholung der Frau. Jede Frau kann die Hilfe einer Hebamme in Anspruch nehmen. Die meisten Leistungen werden durch die Krankenkasse bezahlt.

 [Website Hebammenverband](#)

## **Entbindung und Nachsorge**

Ihr Gynäkologe oder Ihre Gynäkologin vermittelt Sie an eine Entbindungsklinik. Fragen Sie dort nach der Entbindung nach einer Hebamme oder einem Entbindungspfleger für die Nachsorge. Von der Klinik erhalten Sie eine Geburtsbescheinigung.

## **Meldung ans Standesamt**

Neugeborene Kinder müssen dem Standesamt gemeldet werden. Sie wohnen in einer Unterkunft? Dann muss die Geburt der Leitung gemeldet werden. Die Entbindungsklinik übernimmt die Anzeige der Geburt beim Standesamt. Dort erhalten Sie die (vorläufige) Geburtsurkunde für Ihr Kind. Bringen Sie dafür Ihren Ausweis mit. Sie brauchen auch die Geburtsbescheinigung der Klinik. Sie sind verheiratet? Bringen Sie auch Ihre Heiratsurkunde mit.

💡 Bitte legen Sie nur Originaldokumente vor. Bei fremdsprachigen Dokumenten ist eine amtlich beglaubigte deutsche Übersetzung notwendig.

👨👩 Sie leben in einer Gemeinschaftsunterkunft? Geben Sie Ihrer Unterkunftsleitung eine Kopie der Geburtsurkunde. Ihr Kind wird dann registriert.

## **Kinderärzte / Kinderärztinnen**

Es gibt zehn Früherkennungsuntersuchungen (U1-U9 und J1). Bis zum 6. Lebensjahr wird das Kind somit regelmäßig untersucht. Der Kinderarzt oder die Kinderärztin begleitet die Entwicklung Ihres Kindes. Die U1 (Untersuchung nach der Geburt) und U2 Untersuchungen finden meistens noch in der Klinik statt. Für weitere Untersuchungen müssen Sie einen Termin bei Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt vereinbaren.

💡 Bei der [Kita-Anmeldung](#) kann ein Nachweis über vollständige Früherkennungsuntersuchungen verlangt werden.

Die Beratungsstellen sind auch nach der Geburt noch für Sie da, wenn Sie Unterstützung für sich oder ihr Baby brauchen.

Die Beratung ist kostenlos, anonym, unverbindlich und unvoreingenommen.

## **Frühe Hilfen**

### **Der Fachdienst "Frühe Hilfen"**

Beratung und Begleitung für Familien mit Kindern von 0-3 Jahren und Schwangere:

- Fragen zum Aufwachen des Kindes (Schlafen, Schreien, etc.)
- Allgemeine Erziehungsthemen
- Entlastungsmöglichkeiten
- Medizinische Fragen

### **Freiwillig, kostenfrei und vertraulich**

Gerne bieten wir auch einen Besuch für ein persönliches Gespräch bei Ihnen zu Hause an.

Falls Sie Fragen haben und/ oder sich beraten lassen möchten, rufen Sie uns gerne an oder schreiben eine E-Mail.

Für Espelkamp, Rahden, Stemwede, Hüllhorst, Lübbecke, Preußisch Oldendorf, Hille und Petershagen zuständig:

## **Kreis Jugendamt**

Frau Edda Heinrichsmeier-Roth

☎ [0571/80725290](tel:0571/80725290)

Frau Linda Erdbrügger

☎ [0571/80725291](tel:0571/80725291)

Frau Manuela Becker

☎ [0571/80725292](tel:0571/80725292)

Frau Claudia Feric

☎ [0571/80725293](tel:0571/80725293)

Weitere Informationen finden Sie [hier](#)

## **Offene Angebote der „Frühen Hilfen“ im Kreis Minden-Lübbecke mit Beratung durch Gesundheitsfachkräfte (Hebammen/Kinderkrankenschwestern)**

Die Angebote sind:

- **kostenfrei**
- **ohne Anmeldung**
- **für Schwangere und Eltern mit Kindern bis drei Jahren**

### **Babysprechstunden in Minden**

- jeden **Montag**, von 11 bis 13 Uhr, Frühe Hilfen im Stiftungshaus am Deichhof 23
- jeden **Dienstag**, von 9 bis 11 Uhr, Begegnungszentrum, Sieben Bauern 20a
- jeden **Donnerstag**, von 14 bis 16 Uhr, Hebammensprechstunde- Am Deichhof 23
- jeden **Freitag**, von 9 bis 12 Uhr, Am Kolk 13

### **„Café Kind und Kugel“ in Bad Oeynhausen**

- **Montags**, von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr, im Lenné- Karee, Herforder Str. 51

### **„Café Kinderwagen“ im Kreisgebiet**

- jeden **ersten Montag** im Monat, 10 bis 12 Uhr, Krabbelgruppe im Gemeindehaus Südhemmern, Im Dorfe 7, **Hille** -Hebammensprechstunde! (außer in den Schulferien NRW)
- jeden **zweiten Dienstag** im Monat, 14.30 bis 16.30 Uhr, Ev. Familienzentrum ARCHE Oberbauerschaft, Bündler Str. 6, **Hüllhorst**
- jeden **dritten Montag** im Monat (außer in den Schulferien NRW), 9.30 bis 11.30 Uhr, Lebenshilfecenter, Kaiserstr. 12, **Lübbecke**
- jeden **ersten Dienstag** im Monat, 15 bis 17 Uhr, Kath. Gemeindehaus (Familienburg), Burggarten 4, **Rahden**
- jeden **dritten Dienstag** im Monat, 9 bis 11 Uhr, Stadtbücherei, Hauptstr. 17, **Petershagen**
- jeden **letzten Mittwoch** im Monat, 14.30 bis 16.30 Uhr, Jugendbistro „Life House“, Am Schulzentrum 14, **Stemwede**
- jeden **zweiten Donnerstag** im Monat, 10 bis 12 Uhr, Begegnungsstätte "Altes Pfarrhaus", Spiegelstr. 3, **Preußisch Oldendorf**
- jeden **zweiten Freitag** im Monat (außer in den Schulferien NRW), 10 bis 12 Uhr, Nachbarschaftszentrum "Im Erlengrund", Gabelhorst 38, **Espelkamp**

- jeden **letzten Freitag** im Monat, 10 bis 12 Uhr, im „Jugi 71“, An der Porta 71, **Porta Westfalica**


 [Termine zum Infoabend für werdende Eltern](#)

---

Für Bad Oeynhausen zuständig:

### **Jugendamt Bad Oeynhausen**

Frau Gudrun Klinke

 [05731/144105](tel:05731/144105)

Weitere Informationen finden Sie [hier](#)

---

Für Porta Westfalica zuständig:

### **Jugendamt Porta Westfalica**

Frau Edda Heinrichsmeier-Roth

 [0571/791349](tel:0571/791349)


Weitere Informationen finden Sie [hier](#)

---


Für Minden zuständig:

### **Jugendamt Stadt Minden**


Frau Susanne Sander

 [0571/89609](tel:0571/89609)

Frau Melanie Bradfisch-Meyer

 [0571/89182](tel:0571/89182)

Frau Anjie Mattern

 [0571/89263](tel:0571/89263)

Weitere Informationen finden Sie [hier](#)

---

### **Familienberatung**

In der Erziehung oder im familiären Miteinander können ab und zu Schwierigkeiten auftauchen. Viele Probleme bewältigen Sie und Ihre Kinder aus eigener Kraft. Manchmal scheint es jedoch nicht mehr weiter zu gehen und die Probleme können einem über den Kopf wachsen. Dann ist es gut, wenn man sich Unterstützung sucht. Bei allen Fragen und Problemen im Familienleben kann die Familienberatung weiterhelfen. Die Hilfen sind für Eltern, Kinder, Geschwister und Großeltern da.

Hier finden Sie einige Beispiele:


- Probleme in der Beziehung zwischen den Eltern und Kindern
-


- Entwicklungs- und Verhaltensstörungen
- Unsicherheiten bei der Erziehung der Kinder
- Rivalitäten unter den Geschwistern
- Körperliche und sexuelle Gewalt in der Familie
- Schwierige Phasen bei der Entwicklung der Kinder (zum Beispiel Trotzalter, Pubertät und vieles mehr)
- Traumatisierungen und Ängste
- Trennung und Scheidung der Eltern
- Verarbeitung von Krankheit und Tod

Hier finden Sie die Familienberatungen im Kreis Minden-Lübbecke:

Für Lübbecke, Rahden, Stemwede, Espelkamp, Preußisch Oldendorf und Hüllhorst.

### **Diakonie Lübbecke**

 Pfarrstraße 5, 32312 Lübbecke


 [05741/9559](tel:057419559) |

Menschen die Rat suchen können nach einer telefonischer Anmeldung ([05741/9559](tel:057419559)) die Pfarrstraße 5 in Lübbecke aufsuchen. Das Gebäude liegt in direkter Nachbarschaft zum Begegnungszentrum "Die Brücke".

Weitere Informationen finden Sie [hier](#)

Für Minden, Petershagen, Hille, Porta Westfalica und Bad Oeynhausen.

### **Beratungsstelle für Schul- und Familienfragen des Kreises Minden-Lübbecke**

 Portastraße 13, 32423 Minden

 [0571/80712000](tel:057180712000)

[@schul-undfamilienberatung@minden-luebbecke.de](mailto:@schul-undfamilienberatung@minden-luebbecke.de)

Weitere Informationen finden Sie [hier](#)

### **Familienleistungen**

#### **Elterngeld**

Das Elterngeld können sie nach Geburt ihres Kindes beantragen. Schon vor der Geburt können sie sich bei der Elterngeldstelle beraten lassen, ob ein Anspruch auf Elterngeld besteht. Das Elterngeld können sowohl Paare als auch alleinerziehende Elternteile erhalten. Die Höhe des Elterngeldes ist abhängig von der Höhe ihres Einkommens vor der Geburt des Kindes. Sie können auch Elterngeld bekommen, wenn sie vor Geburt nicht gearbeitet haben. Elterngeld

steht Ihnen zu, wenn Sie eine Niederlassungserlaubnis oder eine zulässige Aufenthaltserlaubnis in Deutschland haben oder EU-Bürger\*in sind. Genauer Informationen finden sie [hier](#). Zuständig für alle Eltern, die im Kreis Minden-Lübbecke wohnen, ist die Elterngeldstelle des Kreises Minden-Lübbecke.

### **Sprechzeiten der Elterngeldstelle:**

**Montag: 08.00 bis 12.00 Uhr**

**Dienstag: 08.00 bis 12.00 und 14.00 bis 15.30 Uhr**

**Mittwoch: 08.00 bis 12.00 Uhr nur telefonische Erreichbarkeit**

**Donnerstag: 08.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 17.00 Uhr**

**Freitag: 08.00 bis 12.00 Uhr**

 [0571/80724600](tel:0571/80724600)

[@elterngeld@minden-luebbecke.de](mailto:elterngeld@minden-luebbecke.de)

## **Kindergeld**

Das Kindergeld sichert die grundlegende Versorgung Ihrer Kinder ab der Geburt und mindestens bis zu deren 18. Geburtstag. Aber auch für Kinder ab 18 Jahren kann es noch Kindergeld geben.

Die Zahlung von Kindergeld ist nicht vom Einkommen abhängig.

Wer kann Kindergeld bekommen?

- Deutsche Eltern, die mit ihren Kindern in Deutschland leben.
- Ausländische Eltern mit Niederlassungs- oder Aufenthaltserlaubnis in Deutschland
- Deutsche Staatsangehörige, die im Ausland leben.
- Vollwaisen oder Kinder, die den Aufenthaltsort ihrer Eltern nicht kennen.

Wo und wie können Sie Kindergeld beantragen?

Bei der Familienkasse Nordrhein-Westfalen Ost sind Sie richtig. Am besten [online](#): schnell, sicher, rund um die Uhr. Persönlich sind wir am [Standort Herford](#) für Sie in der Nähe erreichbar.

## **Kinderzuschlag**

Der Kinderzuschlag ist ein Zuschlag zum Kindergeld, wenn die Eltern arbeiten, aber das Einkommen nicht für die gesamte Familie reicht.

Die Zahlung von Kinderzuschlag ist vom Einkommen abhängig.

Voraussetzungen für Kinderzuschlag

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

Wo und wir können Sie Kinderzuschlag beantragen?

Bei der Familienkasse Nordrhein-Westfalen Ost sind Sie richtig. Am besten [online](#): schnell, sicher, rund um die Uhr. Persönlich sind wir am [Standort Herford](#) für Sie in der Nähe erreichbar.

Möchten Sie der Familienkasse NRW Ost etwas mitteilen, Kindergeld oder Kinderzuschlag beantragen, Nachweise nachreichen, Veränderungen mitteilen oder ähnliches: Nutzen Sie die [Mitteilung an die Familienkasse](#).

## Hilfe für Frauen und Kinder

### Hilfe für Frauen und Kinder (Bei Gewalt und Missbrauch)

Krisen und Streit kommen in jeder Familie vor. Wenn Sie aber sehr häufig streiten und vielleicht auch Gewalt dazu kommt, sollten Sie sich Hilfe holen. In Deutschland ist jedem verboten andere Menschen körperlich oder seelisch zu misshandeln oder sexuell zu belästigen und zu missbrauchen. Dies gilt auch für Eltern und Ehepartner. Es gibt Stellen, die Sie kostenlos beraten und bei denen Sie anonym bleiben können.

**Soforthilfe bekommen Sie zum Beispiel hier:**

**Das Frauenhaus und die 24 h-Helpline [01805446444](tel:01805446444). Oder über die Notfallnummer der Polizei **110****


**Das bundesweite Hilfetelefon bei Gewalt gegen Frauen [08000116016](tel:08000116016)**

## Krisenintervention

### Kinder- und Jugendschutzstelle

Inobhutnahme von Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahre

Es gilt eine 24-stündige Aufnahmebereitschaft für Vertragsjugendämter (für auswärtige Jugendämter ist eine Aufnahme nur während der Geschäftszeiten möglich)

 [0571/404858](tel:0571404858)

---

## Elsa-Brandström-Jugendhilfe

📍 Maulbeerkamp 34, 32425 Minden

## Frauenhaus und 24 h-Helpline

### Frauenhaus in Espelkamp

☎ [05772/973722](tel:05772973722)

✉ [@frauenhaus@hexenhaus-espelkamp.de](mailto:frauenhaus@hexenhaus-espelkamp.de)

☎ 24 h-Helpline: [01805446444](tel:01805446444)

---

## Frauenberatung

### Frauenberatungsstelle beim "Hexenhaus"

☎ [05772/973744](tel:05772973744) oder [05772/973745](tel:05772973745)

📍 Schweidnitzer Weg 18, 32339 Espelkamp

✉ [@frauenberatung@hexenhaus-espelkamp.de](mailto:frauenberatung@hexenhaus-espelkamp.de)

---

## Sexualisierte Gewalt

### Wildwasser Minden e.V.

☎ [0571/87677](tel:057187677)

Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt an Mädchen und an jungen Frauen

✉ [@verein@wildwasser-minden.de](mailto:verein@wildwasser-minden.de)

📍 Weberberg 2, 32423 Minden

---

## Menschenhandel und Prostitution

### NADESCHDA

☎ [05221/840200](tel:05221840200)

Frauenberatungsstelle für Opfer von Menschenhandel

✉ [@info@nadeschda-owl.de](mailto:info@nadeschda-owl.de)

📍 Bielefelder Straße 25, 32051 Herford

---

## Theodora

Prostituierten- und Ausstiegsberatung

☎ [05221/3427111](tel:052213427111)

📍 Bielefelder Straße 25, 32051 Herford

✉ [info@theodora-owl.de](mailto:info@theodora-owl.de)

---

## Frauen und Wohnen

### Wohnprojekt

ALLEINE LEBEN LERNEN

📍 **Brandenburger Ring 1A, 32339 Espelkamp**

✉ [@alleinelebenlernen-te1@hexenhaus-espelkamp.de](mailto:@alleinelebenlernen-te1@hexenhaus-espelkamp.de)

☎ [05772/936666](tel:05772936666)

und

📍 Falkenstraße 19 b, 32429 Minden

☎ [0571/3856750](tel:05713856750)

✉ [@alleinelebenlernen-te2@hexenhaus-espelkamp.de](mailto:@alleinelebenlernen-te2@hexenhaus-espelkamp.de)

### Kinder- und Jugendförderung

Die Fachkräfte beraten freie Träger, Verbände und Vereine, sowie Jugendgruppen in Bezug auf Maßnahmen der Kinder- und Jugendförderung.

Sie planen zum Beispiel:

- Maßnahmen in den Ferien
- internationale Begegnungen
- Maßnahmen der Jugendkulturarbeit
- Maßnahmen zum Kinder- und Jugendschutz
- Projekte der außerschulischen Bildung und der geschlechtsspezifischen Arbeit
- Auch bilden sie die Jugendgruppenleiter aus, wirken bei der Jugendhilfeplanung mit und erstellen den Kinder- und Jugendförderplan.

Ansprechpartner und Kontaktdaten:

## Kreis Minden-Lübbecke

---

## Jugendamt

📍 Portastr. 13, 32423 Minden

Frau Dörte Heger

☎ [0571/80724731](tel:0571/80724731)

@[d.heger@minden-luebbecke.de](mailto:d.heger@minden-luebbecke.de)

Frau Alicia Kuhle

☎ [0571/80724610](tel:0571/80724610)

@[a.kuhle@minden-luebbecke.de](mailto:a.kuhle@minden-luebbecke.de)

Frau Susanne Schwarze

☎ [0571/80724730](tel:0571/80724730)

@[s.schwarze@minden-luebbecke.de](mailto:s.schwarze@minden-luebbecke.de)

---

## Jugendämter der Städte

### Stadt Bad Oeynhausen

Fachbereich Jugend und Bildung

📍 Steinstr. 20, 32547 Bad Oeynhausen

Frau Petra Scholz

☎ [05731/144200](tel:05731/144200)

@[p.scholz@badoeynhausen.de](mailto:p.scholz@badoeynhausen.de)

---

### Stadt Minden

Bereich Jugendarbeit und Jugendschutz

📍 Kleiner Domhof 17, 32423 Minden

Frau Daniela Thoring

☎ [0571/89467](tel:0571/89467)

@[d.thoring@minden.de](mailto:d.thoring@minden.de)

---

### Stadt Porta Westfalica

Amt für Jugend, Bildung, Sport und Kultur

📍 Hauptstr. 14, 32457 Porta Westfalica

Herr Olaf Böhne

☎ [0571/791148158](tel:0571/791148158)

@[olaf.boehne@portawestfalica.de](mailto:olaf.boehne@portawestfalica.de)

### Verfahrenslotsen

Verfahrenslotsen sind für junge Menschen da, die eine Behinderung haben oder eine Behinderung bekommen könnten.

Verfahrenslotsen beraten diese jungen Menschen und ihre Familie zum Thema ‚Eingliederungshilfe‘.

Durch Eingliederungshilfe können Menschen besser am Leben in der Gesellschaft teilnehmen.

Sie sollen möglichst selbstständig leben können.

Sie sollen arbeiten können.

Sie sollen lernen können.

Sie sollen Freunde treffen können.

Sie sollen überall gut mitmachen können.

Die Beratung kostet kein Geld.

Man kann selbst entscheiden, ob man die Hilfe möchte.

Die Verfahrenslotsen erzählen nichts weiter.

Sie sagen auch, wo man noch mehr Hilfe oder Beratung bekommen kann.

Sie können bei wichtigen Terminen mitkommen, damit man nicht allein ist.

#### Kontakt:

Kathrin Brose

-Stadt Porta Westfalica-

📍 Hauptstraße 14, 32457 Porta Westfalica

☎ [0571/791148](tel:0571791148)

✉ [@kathrin.brose@portawestfalica.de](mailto:kathrin.brose@portawestfalica.de)

Jennifer Rolfsmeyer

-Stadt Bad Oeynhausen-

📍 Lenné-Karree, 32545 Bad Oeynhausen

☎ [05731/144122](tel:05731144122)

✉ [@j.rolfsmeyer@badoeynhausen.de](mailto:j.rolfsmeyer@badoeynhausen.de)

Kathrin-Sarah Welland

-Kreis Minden-Lübbecke-

📍 Portastraße 13, 32423 Minden

☎ [0571/80723792](tel:057180723792)

✉ [@k.welland@minden-luebbecke.de](mailto:k.welland@minden-luebbecke.de)

## Unbegleitete minderjährige Ausländer\*innen

Eine geflüchtete Person ist unter 18 Jahren? Sie ist ganz ohne Begleitung nach Deutschland eingereist? Dann gilt sie als unbegleiteter minderjähriger Ausländer = umA. Diese Jugendlichen werden dem Jugendamt gemeldet. Das Jugendamt spricht mit den Jugendlichen. Das Jugendamt stellt ihr Alter fest.

- Die Person ist unter 18 Jahre alt. Dann ist die Person minderjährig. Das Jugendamt kümmert sich um diese Person. Das Jugendamt bringt die Person in eine Unterkunft für Jugendliche.
- Die Person ist über 18 Jahre alt. Dann ist die Person volljährig. Sie erhält einen Ablehnungsbescheid. Alternativ wird sie als erwachsene Person behandelt.

💡 Zu dem Gespräch bringt das Jugendamt einen Dolmetscher oder eine Dolmetscherin mit.

💡 Sie sind auf Ihrem Ankunftsnachweis noch nicht 18 Jahre alt? Das Jugendamt gibt Ihnen einen Ablehnungsbescheid? Dann muss das Jugendamt auf dem Bescheid ein neues Geburtsdatum eintragen. Nur dann können Sie Ihre Dokumente bei der Ausländerbehörde und beim Sozialamt ändern lassen.

Manche Minderjährige (Personen unter 18 Jahren) reisen **mit Verwandten** ein. Dies könnte ein Onkel oder eine Tante sein. Es könnten Cousins oder ältere Geschwister sein. Das meldet Ihre Unterkunftsbetreuung dem Jugendamt nach Ihrer Ankunft. Das Jugendamt spricht mit der oder dem Minderjährigen und den volljährigen Verwandten. Das Jugendamt prüft, ob die oder der Minderjährige dort bleiben kann. Außerdem entscheidet das Jugendamt, ob ein Vormund eingesetzt wird. Das Jugendamt bringt zu dem Gespräch selbst einen Dolmetscher oder eine Dolmetscherin mit.

💡 Die volljährigen Verwandten können auch selbst beim Familiengericht einen Antrag auf Vormundschaft stellen. Der oder die Verwandte bekommt mit der Vormundschaft die volle Verantwortung für den Minderjährigen oder die Minderjährige an Stelle der Eltern.

## Jugendamt

### Fachdienst für unbegleitete minderjährige Ausländer\*innen

#### Kreis Minden-Lübbecke

📍 Portastraße 13, 32423 Minden

Frau Julia Lambrecht

☎ [0571/80723710](tel:057180723710)

Frau Derya Yildirim

☎ [0571/80723711](tel:057180723711)

Frau Gudrun Müller

☎ [0571/80723712](tel:057180723712)

### Freizeitangebot für Kinder und Jugendliche

Kinder spielen gerne. Kinder lernen gerne. Kinder machen gerne Sport. Im [Kreis Minden-Lübbecke](#) gibt es viele Möglichkeiten für Kinder. Hier können Kinder zusammen mit Ihren Familien Zeit verbringen. Sie können sich hier auch mit Freunden und Freundinnen treffen.

Auch für Jugendliche gibt es viele Angebote. Hier können sie zusammen mit Freunden und Freundinnen Zeit verbringen.

## Begegnungszentren

Eltern haben im Kreis Minden-Lübbecke viele Möglichkeiten, Orte der Begegnung aufzusuchen, wo sie sich austauschen und Neues lernen können oder einfach eine schöne Zeit verbringen können.

### Minden

#### Kulturzentrum BÜZ

📄 Büro: Di. + Fr. von 9.00 bis 13.00 Uhr Mi. von 11.30 bis 15.00 Uhr.

☎ [0571/23939](tel:0571/23939)

📍 Seidenbeutel 1, 32423 Minden

#### Begegnungszentrum Bärenkämpfen

📄 Öffnungszeiten

Montag 09:30-16:30 Uhr

Dienstag 09:30-16:30 Uhr

Mittwoch 09:30-16:30 Uhr

Donnerstag 09:30-16:30 Uhr

Freitag 09:30-16:30 Uhr

Samstag Geschlossen


Sonntag Geschlossen

☎ [0571/38874936](tel:0571/38874936)


Sprechzeiten und Angebote sind hier zu finden.

📍 Sieben Bauern 20A, 32425 Minden

#### Haus der Begegnung Rodenbeck

 [0571/38868534](tel:0571/38868534)

Sprechzeiten und Angebote sind hier zu finden.

 Zehlendorfer Weg 2-4, 32429 Minden

### **Quartiersbüro rechte Weserseite**


Sprechzeiten und Angebote sind hier zu finden.

 Am Exerzierplatz 7, Minden 32423


## **Lübbecke**


### **Café International - Kontaktcafé für alle Menschen**

 An jedem Mittwoch von 15 bis 18 Uhr im JAM, Jugendzentrum an der Andreaskirche.


 Am Markt 23, 32312 Lübbecke

### **Frauencafé**

 An jedem 1. Samstag im Monat von 14 bis 17 Uhr in der "Brücke".

 Kapitelstraße 9, 32312 Lübbecke

### **Treffpunkt PariSozial**

 Öffnungszeiten

Montag 09:00-12:30 Uhr

Dienstag 14:00-17:00 Uhr


Mittwoch 09:00-12:30 Uhr


Donnerstag 09:00-12:30 und 14:00 - 16:00 Uhr

Freitag 09:00-12:30 Uhr

Samstag Geschlossen

Sonntag Geschlossen

 [05741/34240](tel:05741/34240)

 Bahnhofstr. 27 - 29, 32423 Lübbecke

### **Fahrradwerkstatt**

 An jedem Dienstag von 15 bis 18 Uhr.

📍 Bohlenstraße 87, 32312 Lübbecke

## Espelkamp

### Frauenberatung hexenhaus

Müttergruppe - Gelassen durch den täglichen Wahnsinn

Alle Fragen rund ums Kind.

In dieser offenen Gruppe können sich Mütter über alle Themen rund ums Kind austauschen:

- Grenzen setzen
- Bedürfnisse von Kindern
- Kein Paar mehr sein, aber Eltern bleiben
- Selbstfürsorge

und alle weiteren Themen die Mütter interessieren. Eine Sozialpädagogin leitet die Gruppe an und steht für Fragen zur Verfügung.

Anmeldungen unter ☎ [05772/973745](tel:05772973745) bei Frau Krüger

📍 Schweidnitzer Weg 19, 32339 Espelkamp

## Bad Oeynhausen

### Begegnungszentrum und Beratungszentrum

📍 Tannenbergr. 23, 32457 Bad Oeynhausen

#### 🕒 Öffnungszeiten

Montag 09:00-16:00 Uhr

Dienstag 09:00-16:00 Uhr

Mittwoch 09:00-16:00 Uhr

Donnerstag 09:00-16:00 Uhr

Freitag 09:00-13:00 Uhr

Samstag Geschlossen

Sonntag Geschlossen

☎ [05731/309169](tel:05731309169)

## Stemwede

### Begegnungsstätte Wehdem

📍 Am Schulzentrum 10, 32351 Stemwede

☎ [05745/78899592](tel:0574578899592)

### Life House

📍 Am Schulzentrum 14, 32351 Stemwede

☎ [05773/991401](tel:05773991401)

## Hüllhorst

### Begegnungszentrum

📍 Eickhof 12, 32609 Hüllhorst (Gemeindehaus der Ev.-Luth. Kirchengemeinde)

## Porta Westfalica

### Café Kinderwagen

Das Café Kinderwagen können Sie sowohl für einen Informationsaustausch und Ihre Fragen rund ums Baby und den Alltag mit Kindern als auch für einen lockeren Austausch unter Eltern bei Kaffee oder Tee nutzen. Das Café Kinderwagen findet jeden letzten Freitag im Monat von 10.00-12.00 Uhr im Jugendtreff Jugi71 statt.

📍 Zur Porta 71, 32457 Porta Westfalica (Jugendpflege Porta Westfalica)

## Preußisch Oldendorf

### Cafe Kinderwagen

In den Räumen des Café Mosaik in der Spiegelstraße 3, findet jeden 2. Donnerstag im Monat von 10-12 Uhr das Café Kinderwagen, in Zusammenarbeit mit den Frühen Hilfen des Jugendamts Minden-Lübbecke, einer Familienhebamme und einer Kinderkrankenschwester, statt. Hier können sich Eltern, gemeinsam mit ihren bis zu drei Jahre alten Kindern, oder auch Alleinerziehende und Schwangere treffen, austauschen und Tipps rund ums Kind erhalten.

Jeder zweite Donnerstag im Monat von 10 Uhr bis 12 Uhr.

☎ [05742/93110](tel:0574293110)

📍 Spiegelstraße 3, 32361 Preußisch Oldendorf

## Jugendzentren

Jugendzentren richten sich an Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren (im Regelfall). Jugendhäuser sind offene Einrichtungen und können normalerweise ohne Terminabsprache besucht werden. Die Öffnungszeiten sind meist nachmittags und abends. Kinder und Jugendliche können hier unter Aufsicht gemeinsam Zeit verbringen und sich mit Gleichaltrigen austauschen. Die Mitarbeiter\*innen der Jugendzentren sind zudem Ansprechpartner\*innen und Vertrauenspersonen. Oftmals gibt es zusätzlich besondere Angebote und Projekte. Scheuen Sie sich nicht, eines der vielen Jugendzentren im Kreisgebiet aufzusuchen und ihre Kinder dort zu verankern.

## Minden

### Kinderkreativzentrum und Jugendkreativzentrum Anne Frank

📍 Salierstraße 40, 32423 Minden

☎ [0571/880152](tel:0571/880152)

@ [annefrank@minden.de](mailto:annefrank@minden.de)

🌐 [Website](#)

🕒 Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 12.00 - 18.00 Uhr

### Jugendhaus Geschwister Scholl

📍 In den Bärenkämpfen 52, 32425 Minden

☎ [0571/649213](tel:0571/649213)

@ [geschwisterscholl@minden.de](mailto:geschwisterscholl@minden.de)

🕒 Öffnungszeiten:

Dienstag bis Donnerstag 15.30 - 20.00 Uhr

Freitag 15.30 - 21.00 Uhr

Samstag 15.00 - 18.00 Uhr

### Kindertreff und Jugendtreff Westside

📍 Piwitkamp 38, 32429 Minden

☎ [0571/9726264](tel:05719726264)

@ [westside@minden.de](mailto:westside@minden.de)

📅 Kindertreff:

Dienstag bis Donnerstag 15.00 - 18.00 Uhr

Freitag 15.00 - 19.00 Uhr

Samstag 13.00 - 18.00 Uhr

📅 Jugendtreff:

Dienstag bis Donnerstag 13.00 - 19.00 Uhr

Freitag 14.00 - 20.00 Uhr

Samstag 13.00 - 18.00 Uhr

## Jugendhaus Alte Schmiede

📍 Zur Schmiede 7, 32423 Minden

☎ [0571/9726757](tel:05719726757)

@ [alteschmiede@minden.de](mailto:alteschmiede@minden.de)

🌐 [Website](#)

📅 Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag 15.00 - 20.00 Uhr

Samstag 14.00 - 18.00 Uhr

## Juxbude (Jugendzentrum der Stadt Minden)

📍 Königswall 105, 32423 Minden

☎ [0571/840345](tel:0571840345)

@ [juxbude@minden.de](mailto:juxbude@minden.de)

📅 Öffnungszeiten:


Montag, Mittwoch, Donnerstag 15.00 - 20.00 Uhr


Dienstag und Freitag 13.00 - 18.00 Uhr

---

## **Porta Westfalica**

### **Jugi 71**

 Zur Porta 71, 32457 Porta Westfalica

 [0571/75496](tel:0571/75496)

WhatsApp [015201017123](https://wa.me/015201017123)

 [Website](#)


---

## **Hüllhorst**

### **Jugendtreff Ilex**

 Schnathorster Straße 3, 32609 Hüllhorst

 [05744/9315118](tel:05744/9315118)

 **Öffnungszeiten:**

Dienstag 13.00 - 18.00 Uhr

Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr


Donnerstag 15.00 - 18.00 Uhr


Freitag 14.15 - 16.15 Uhr

---

## **Rahden**

### **Jugendcafé Rahden**

 Lange Str. 24, 32369 Rahden

 [05771/3650](tel:05771/3650)

 [Website](#)

 **Öffnungszeiten:**

Mittwoch bis Freitag 15.00 - 20.00 Uhr

Samstag 15.00 - 19.00 Uhr

---

### **CVJM Jugendtreff an der Wehme**

📍 Am Kirchplatz 4, 32369 Rahden

☎ [05771/3650](tel:057713650)

🌐 [Website](#)

---

## **Espelkamp**

### **Soziokulturelles Zentrum Isy7**

📍 Isenstedter Str. 7, 32339 Espelkamp

☎ [05772/6107](tel:057726107) oder [017645981549](tel:017645981549)

✉ [@info@isy7.de](mailto:info@isy7.de)

🌐 [Website](#)

🗓 **Offener Jugendtreff (ab 12 Jahre):**

Montag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag      15.00 - 20.00 Uhr

Dienstag      geschlossen

Sonntag      15.00 - 19.00 Uhr

🗓 **Kinderladen (6-12 Jahre):**

Mittwoch      15.30 - 17.30 Uhr

Freitag      15.30 - 17.30 Uhr

### **Real Life Jugendtreff**

📍 Am Bahnhof 1, 32339 Espelkamp

☎ [017670781744](tel:017670781744)

✉ [@anton@the-real-life.de](mailto:anton@the-real-life.de)

🌐 [Website](#)

🗓 **Öffnungszeiten:**

Dienstag 14.00 - 18.00 Uhr

Mittwoch 16.00 - 20.00 Uhr

Freitag 16.00 - 22.00 Uhr

Samstag 18.00 - 22.00 Uhr

---

## Preußisch Oldendorf

### Jugendtreff

📍 Langenhegge 6, 32361 Preußisch Oldendorf

☎ [05742/702902](tel:05742702902)

@ [a.keller@preussischoldendorf.de](mailto:a.keller@preussischoldendorf.de)

🌐 [Website](#)

🕒 Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Freitag 16.00 - 20.00 Uhr

---

## Bad Oeynhausen

### Four C.-Jugendtreff Nord

📍 Hedingsener Str. 196, 32549 Bad Oeynhausen

☎ [05734/665286](tel:05734665286)

@ [baerbel.meyer@jugendreferat-vlotho.de](mailto:baerbel.meyer@jugendreferat-vlotho.de)

🌐 [Website](#)

🕒 Öffnungszeiten:

Dienstag, Donnerstag 15.00 - 19.30 Uhr

Freitag 13.30 - 19.00 Uhr

Sonntag 14.00 - 18.00 Uhr

### Jugendcafé "Sonderfahrt"

📍 Weserstraße 19, 32547 Bad Oeynhausen

☎ [05731/301733](tel:05731301733)

@ [n.stucke@badoeynhausen.de](mailto:n.stucke@badoeynhausen.de)

🕒 Öffnungszeiten:

Montag 16.00 - 19.00 Uhr (Mädchentag)

Donnerstag 15.00 - 19.00 Uhr

Freitag 15.00 - 20.00 Uhr

---

Sonntag 14.00 - 19.00 Uhr

## Haus der Jugend (im Vereinsheim des FC Bad Oeynhausen e.V.)

📍 Eidinghausener Straße 11, 32549 Bad Oeynhausen

☎ [05731/144207](tel:05731144207)

@ [m.rixe@badoeynhausen.de](mailto:m.rixe@badoeynhausen.de)

🕒 **Öffnungszeiten:**

Dienstag bis Freitag, Sonntag 15.00 - 20.00 Uhr

## Offener Kindertreff und Jugendtreff des DKSB

Lenné Karree

📍 Herforder Straße 51, 32545 Bad Oeynhausen

☎ [05731/1535888](tel:057311535888)

@ [okuja@dksb-minden.de](mailto:okuja@dksb-minden.de)

🌐 [Website](#)

---

## Petershagen

### Jugendzentrum

📍 Hauptstraße 17, 32469 Petershagen

☎ [05707/2387](tel:057072387)

@ [k.makrogiannis@petershagen.de](mailto:k.makrogiannis@petershagen.de) oder [a.hoffmann@petershagen.de](mailto:a.hoffmann@petershagen.de)

🌐 [Website](#)

---

## Lübbecke


### JAM - Jugendzentrum am Markt

📍 Am Markt 23, 32312 Lübbecke

☎ [05741/4583](tel:057414583)

[@info@cvjm-luebbecke.de](mailto:info@cvjm-luebbecke.de)

[Website](#)

 Öffnungszeiten:


Montag bis Mittwoch, Sonntag 15.00 - 19.00 Uhr

Donnerstag, Freitag 15.00 - 18.00 Uhr

---

## **Stemwede**

### **Life House**

 Am Schulzentrum 14, 32351 Stemwede

 [05773/991402](tel:05773/991402)

[@info@jfk-stemwede.de](mailto:info@jfk-stemwede.de)

[Website](#)

### **Sport**

### **Vereine**

Vereine haben in Deutschland eine große gesellschaftliche Bedeutung. Sie bieten den Menschen die Möglichkeit, gemeinsame Ziele zu verwirklichen und die Sprache zu verbessern. Diese Ziele können unterschiedlicher Art sein: sportliche Aktivität, Freizeitgestaltung, Engagement für Bedürftige und Benachteiligte, Schutz der Natur oder Kontakt zu Gleichgesinnten.

Es gibt im Kreis Minden-Lübbecke viele Sportvereine für verschiedenste Sportarten: Fußball, Handball, Basketball, Turnen, Leichtathletik, Volleyball, Schwimmen und vieles mehr.

Normalerweise muss ein jährlicher Mitgliedsbeitrag bezahlt werden, um Mitglied zu sein. Genauere Informationen darüber erhalten Sie jedoch direkt beim Verein.

Wichtig: Bei niedrigen Einkommen können im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets Zuschüsse zu Mitgliederbeiträgen in Vereinen für Kinder und Jugendliche gewährt werden.

Informieren Sie sich in Ihrer Kommune, welche Vereine es gibt. Eine Übersicht finden Sie [hier](#)

### **Schwimmbäder**

Im Kreis Minden-Lübbecke gibt es zahlreiche Hallen- und Freibäder. Viele bieten Schwimmkurse für Kinder an.

 Hier finden Sie die Adressen der [Schwimmbäder](#) in unserer Region.

## **Fitnessstudios**

In seiner Freizeit kann man auch in Fitnessstudios gehen. Diese gibt es in Minden und in vielen Kommunen des Kreises.

Wichtig: Vergleichen Sie die Angebote der Studios. In den meisten Studios können Sie auch ein Probetraining machen. Das ist häufig kostenlos.

In sehr vielen Fitnessstudios müssen Sie einen Vertrag unterschreiben. Achten Sie auf die Vertragslaufzeit, die Kündigungsfristen, automatische Vertragsverlängerungen und die Mitgliedschaftsbeiträge. Nehmen Sie den Vertrag mit und lesen Sie ihn in Ruhe zu Hause, bevor Sie unterschreiben.