



# HEMER

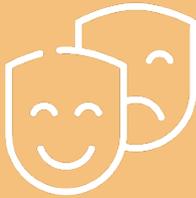
**ALLES  
AUF  
EINEN  
BLICK**



Ich habe noch keine Hebamme.



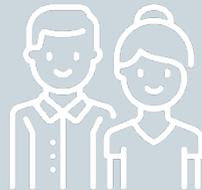
Wohin, wenn mein Baby krank ist?



Ich fühle mich nicht mehr wie früher.



Wer hilft mir bei Anträgen?



Wo treffe ich andere Eltern oder Familien?



Meine Familie hat sich verändert.



Infos zur Ernährung meines Babys.



Notfallnummern

# ALLES AUF EINEN BLICK



## ICH HABE NOCH KEINE HEBAMME

- **Hebammen:** [www.hebammensuche.de](http://www.hebammensuche.de)
- **Schwangerenberatungstelle:** 02372 14783



## WOHIN, WENN MEIN BABY KRANK IST?

- **Praxis Rainer Menneken:** 02372 12206
- **Dr. med. Ralf Dockhorn:** 02372 10640
- **Dr. med. Angela Merx:** 02372 554 035

### Und im Notfall, in der Nacht oder am Wochenende:

- **Agaplesion Allgemeines Krankenhaus Hagen  
Ambulanz für Kinder- und Jugendmedizin:**  
02331 201 - 2406 oder 2407
- **Klinikum Hochsauerland Arnsberg-Hüsten  
Notfallpraxis für Kinder und Jugendmedizin:**  
02932 931 75 21
- **Zentrale Rufnummer des ärztlichen  
Bereitschaftsdienstes:** 116 117



## ICH FÜHLE MICH NICHT MEHR WIE FRÜHER

- **Zweckverband für psychologische Beratungen  
und Hilfen ZfB:** 02372 14783
- **Sozialpsychiatrischer Dienst des Märkischen Kreises:**  
02351 966-5161 oder 5162
- **Telefonseelsorge:** 0800 111 0111

# ALLES AUF EINEN BLICK



## WER HILFT MIR BEI ANTRÄGEN?

- **Elterngeldstelle des Märkischen Kreises:**  
02351 966 - 0 / [www.maerkischer-kreis.de](http://www.maerkischer-kreis.de)
- **Kindergeld: Familienkasse Nordrhein-Westfalen Ost:**  
0231 842-2286 / [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)
- **Schuldner- und Insolvenzberatung der Caritas:**  
02371 818 618
- **Infotool Familie:** [www.infotool-familie.de](http://www.infotool-familie.de)
- **pro familia Beratungsstelle Iserlohn:** 02371 789 755



## WO TREFFE ICH ANDERE ELTERN ODER FAMILIEN?

- **AWO Familienbildung Hemer:**  
02372 501 885 / [www.awo-ha-mk.de](http://www.awo-ha-mk.de)
- **Netzwerk Familienzentren:** 02372 551 215  
[www.familienzentren-hemer.de/broschuere](http://www.familienzentren-hemer.de/broschuere)



## MEINE FAMILIE HAT SICH VERÄNDERT

- **Zweckverband psychologischer Beratung und Hilfen ZfB:** 02372 14783
- **Caritas Erziehungs- und Familienberatungsstelle:**  
02371 818 670

# ALLES AUF EINEN BLICK



## INFOS ZUR ERNÄHRUNG MEINES BABYS

- **Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.:**  
[www.dge.de](http://www.dge.de)
- **Milchcafé in der Tanzschule Ballet meets Pop.  
Für stillende und nicht- stillende Mütter:**  
0175 93 45 602 oder 02372 9698090



## NOTFALLNUMMERN

- **Agaplesion Allgemeines Krankenhaus Hagen  
Ambulanz für Kinder- und Jugendmedizin:**  
02331 201 - 2406 oder 2407
- **Klinikum Hochsauerland Arnsberg-Hüsten  
Notfallpraxis für Kinder und Jugendmedizin:**  
02932 931 75 21
- **Giftnotrufnummer:** 0228 19 240
- **Zentrale Rufnummer des ärztlichen  
Bereitschaftsdienstes:** 116 117
- **Elterntelefon:** 0800 111 0550