



ANGEBOTE FÜR VERSCHIEDENE LEBENSLAGEN

Mein gesundes Leben & ICH

Dein Wegweiser für den Landkreis Nordwestmecklenburg



Willkommen!

Liebe Leserin,
lieber Leser,

schön, dass du diesen Wegweiser für den Landkreis
Nordwestmecklenburg gefunden hast.

Auf den kommenden Seiten findest zu zahlreiche Anlaufstellen für
verschiedene Bereiche deines Lebens.

Nutze die Adressen und Beratungsangebote, um dein Leben vielfältiger
zu gestalten, um dir Unterstützung bei Problemen zu holen oder einen
Rat zu bekommen.

Wir hoffen, dass dir der Wegweiser hilft, dich im Landkreis
Nordwestmecklenburg noch etwas besser zurecht zu finden und dir die
Anlaufstellen bietet, die du gesucht hast.



Der Wegweiser steht online zur Verfügung unter
www.gesundheitsfoerderung-mv.de/meine-gesundheit-ich/

INHALT

Angebote für die psychische Gesundheit	4
Hilfen in schwierigen Zeiten	5
Beistand in sozialrechtlichen Fragen	6
Beratung bei finanziellen Problemen	7
Angebote bei Geldsorgen	8
Hilfen bei Häuslicher Gewalt	9
psychische Probleme und Krisen	10
Sucht und suchtgefährdendes Verhalten	12
Angebote für werdende Eltern und Familien	13
Ein Baby hat sich angemeldet	14
Schwangerschaft und Geburt	15
Angebote für Eltern und Kinder	16
Die Kinder werden groß - Hilfen zur Erziehung	17
Familienalltag - gemeinsam gut leben	18
Angebote für ältere Menschen	19
Aktiv im höheren Alter	20
Zuhause gut versorgt - Unterstützungsangebote	22
Freizeitangebote	23
Freizeitspaß für Kinder und Jugendliche	24
Kinder- und Jugendtreffs	25
Miteinander in Begegnungszentren	26
Freizeit- und Beteiligungsangebote für Erwachsene	27
Angebote für Zugewanderte	28
Migrationsberatung	29
Sprachkurse und Bildungsangebote für Migranten	30
Quartiersmanagements	31

Angebote für die psychische Gesundheit

Manche Zeiten sind schwerer als andere.
Wichtig ist, dass du weißt, du bist nicht allein.
Es gibt viele Beratungsstellen, die dich bei bestimmten
Themen unterstützen können und dir helfen, die
nächste Entscheidung zu treffen.



Hilfen
in schwierigen Zeiten



Beratung bei
sozialrechtlichen Fragen



Beratung bei finanziellen
Problemen



Unterstützung
in persönlichen und
psychischen Krisen

HILFEN

IN SCHWIERIGEN ZEITEN

Das Leben stellt uns vor so manche Hürden – manchmal ist es gut, sich dann Hilfe von Außen zu holen.

Die Anlaufstellen der Allgemeinen Sozialberatung können dir helfen, Lösungen für verschiedene persönliche Probleme zu finden.

Auch gibt es Beratungsstellen, die dich insbesondere bei einer bestehenden oder drohenden Behinderung unterstützen können.

DIAKONIE NORD NORD OST ALLGEMEINE SOZIALBERATUNG

Mecklenburger Straße 31

23966 Wismar

☎ 0171 767 3487

✉ manuela.eggert@diakonie-nordnordost.de

🌐 www.diakonie-nordnordost.de

DIAKONIE NORD NORD OST ERGÄNZENDE UNABHÄNGIGE TEILHABEBERATUNG (EUTB)

Am Bahnhof 1
23936 Grevesmühlen

Katrin Fründt

☎ 03881 793 9580

☎ 0173 322 7254

✉ katrin.fruendt@diakonie-nordnordost.de

🌐 www.diakonie-nordnordost.de

ALLGEMEINE SOZIALBERATUNG DER EVANGELISCHEN SUCHTKRANKENHILFE MV

August-Bebel-Str. 23

23936 Grevesmühlen

☎ 03881 758 9812

✉ asb@suchthilfe-mv.de

Steinstraße 17

19205 Gadebusch

☎ 03886 351 63

✉ asb@suchthilfe-mv.de

🌐 www.suchthilfe-mv.de



für Menschen mit bestehender
oder drohender Behinderung
sowie deren Angehörige

Beratung und Unterstützung bei
Fragen zur Teilhabe

BEISTAND IN SOZIALRECHTLICHEN FRAGEN

Formulare für Rente, Pflege oder die Grundsicherung auszufüllen, kann anstrengend und schwierig sein.

Im Landkreis Nordwestmecklenburg gibt es zahlreiche Stellen, die dich dabei unterstützen und auch zu diesen Themen beraten.

SOZIALVERBAND VdK MV E.V.

Beratungsangebot Region Grevesmühlen

Kirchplatz 5

23936 Grevesmühlen

☎ 0157 356 703 62

✉ ov-grevesmuehlenvdk.de

Beratungsangebot Region Wismar

Am Schnakenberg 2

23970 Wismar

☎ 0176 427 143 94

✉ ov-wismarvdk.de

🌐 www.vdk.de

Diese Beratungsstellen bieten rechtliche Betreuung für Menschen mit geistiger, seelischer oder körperlicher Behinderung oder psychischer Erkrankung.



CARITAS BETREUUNGSVEREIN

Turnerweg 10

23970 Wismar

☎ 03841 224 320

✉ bs-wismar@caritas-im-norden.de

🌐 www.caritas-im-norden.de

BETREUUNGSVEREIN "DER WEG" E.V.

Kirchplatz 5

23936 Grevesmühlen

☎ 03881 755 286 0

✉ kontakt@betreuungsverein-der-weg.de

u. a. Information und
Beratung zu
Vorsorgevollmacht,
Betreuungsverfügung und
Patientenverfügung



BERATUNG BEI FINANZIELLEN PROBLEMEN

Du hast dich finanziell übernommen und verschuldet?

Oder hast du keinen Überblick mehr über deine Finanzen?

Die Schuldnerberatungen gehen dieses Problem gemeinsam mit dir an – vertraulich und kostenlos.

DIAKONIE NORD NORD OST SCHULDNER- UND VERBRAUCHERINSOLVENZ- BERATUNGSSTELLEN

Dr.-Leber-Straße 56

23966 Wismar

☎ 03841 394 238 10

✉ schuldnerberatung.hwi@diakonie-nordnordost.de

Wismarsche Straße 23

19205 Gadebusch

☎ 03886 219 9720

✉ schuldnerberatung.gdb@diakonie-nordnordost.de

🌐 www.diakonie-nordnordost.de

SCHULDNER- UND INSOLVENZBERATUNGSSTELLE DES LANDKREISES NWM

Werkstraße 2

23970 Wismar

☎ 03841 3040 5068

✉ A.Kuessner@nordwestmecklenburg.de

🌐 www.nordwestmecklenburg.de



DRK SCHULDNERBERATUNG NORDWESTMECKLENBURG

Wismarsche Straße 5

23936 Grevesmühlen

☎ 03881 716 304

✉ kontakt@schuldnerberatung-nwm.de

🌐 www.drk-nwm.de

ANGEBOTE BEI GELDSORGEN

Unerwartete Krankheit, Jobverlust, Trennung – es gibt viele Gründe, warum es manchmal knapp in der Kasse werden kann. Auch in diesem Fall gibt es verschiedene Hilfsangebote im Landkreis Nordwestmecklenburg, die dich in finanziell schwierigen Situationen unterstützen. Für manche Angebote musst du bedürftig sein, z. B. arbeitslos gemeldet sein.

ALV GADEBUSCH E.V. MÖBEL- UND KLEIDERBÖRSE

Wismarsche Straße 9
19205 Gadebusch
☎ 03886 211 285
☎ 03886 3478

✉ alv-kleiderboerse-gdb@web.de
🌐 <https://alv-mv.jimdoweb.com/>

mit kleiner
Fahrradwerkstatt

gebrauchte Möbel
und Kleidung
für Bedürftige



NOVI-LIFE GEMEINNÜTZIGES KAUFHAUS

Rostocker Straße 2a-c
23970 Wismar
☎ 03841 224 0877
✉ nicole.saufefaw.de

günstige
Lebensmittel

WARINER TAFEL E. V.

Am Markt 17
19417 Warin
☎ 038482 488 039

WISMARER TAFEL E. V.

Holzdammm 4
23966 Wismar
☎ 0152 063 78250
✉ wismarer.tafel@web.de
🌐 www.wismarertafel.de

NEUE GREVESMÜHLENER TAFEL E. V.

Wismarsche Straße 18
23936 Grevesmühlen
☎ 03881 759 5782
✉ tisch-gymet-online.de

DRK KLEIDERKAMMER

August-Bebel-Str. 51
23936 Grevesmühlen
☎ 03881 710 9994
✉ rotkreuzspeicher@drk-nwm.de
🌐 www.drk-nwm.de

WOHNGELD

Auf der Internetplattform www.mv-serviceportal.de findest du unter dem Suchbegriff "Wohngeld" und der Angabe deiner Postleitzahl den richtigen Ansprechpartner vor Ort.

HILFEN BEI HÄUSLICHER GEWALT

Häusliche Gewalt ist verletzend und strafbar. Dabei ist nicht entscheidend, ob du körperlich oder seelisch verletzt wirst. Du bist nicht allein – es gibt verschiedene Hilfsangebote, die dir vertraulich zur Seite stehen.

HILFETELEFON "GEWALT GEGEN FRAUEN"

Das Hilfetelefon berät dich, wenn du Gewalt erlebt hast oder noch erlebst.

Unter der Nummer **08000 116 016** kannst du dich telefonisch beraten lassen.

Online-Beratungen sind unter **www.hilfetelefon.de** möglich. Das Hilfetelefon steht dir das ganze Jahr, rund um die Uhr und in 17 verschiedenen Sprachen zur Verfügung.

STARKpunkt BERATUNGSSTELLE

Im Thurow 15
23948 Klütz
☎ 038825 270 314
✉ beratung@awo-wismar.de
📶 www.awo-wismar.de

RÄUMLICHE TRENNUNG

Wenn dein Partner oder deine Partnerin dir gegenüber gewalttätig ist/wurde, musst du nicht in der gemeinsamen Wohnung bleiben. Frauenhäuser geben dir Zuflucht und bieten Schutz vor weiteren Auseinandersetzungen.

Das Internet-Portal **www.frauenhaus-suche.de** zeigt dir Anlaufstellen in deiner Nähe sowie bundesweit.

Zum Schutz der Bewohnerinnen sind die Anschriften der meisten Frauenhäuser geheim.

Nimm direkt Kontakt zum AWO Frauenhaus auf. Dort erfährst du, wo du Zuflucht finden kannst.

AWO FRAUENHAUS

☎ 03841 283 627
✉ frauenhaus@awo-wismar.de
📶 www.awo-wismar.de



PSYCHISCHE PROBLEME UND KRISEN

Psychisch krank zu sein, sich nicht wohl zu fühlen oder sich gar in einer akuten Lebenskrise zu befinden, stellt das Leben auf den Kopf.

Sei dir sicher: Es wird dir wieder besser gehen.

Die Beratungsstellen rund um die psychische Gesundheit bieten dir ihre Hilfe an und haben ein offenes Ohr.

Hilfe - sofort, auch nachts

Du hast den Eindruck, dass eine andere Person unmittelbar davorsteht, sich selbst oder andere zu gefährden?

Rufe **die Polizei 110** oder den **Rettenungsdienst 112**.

Wenn du in der Nacht oder am Wochenende einen Arzt brauchst, es aber nicht um Leben und Tod geht, hilft dir der ärztliche **Bereitschaftsdienst** unter **116 117**.

Du bist verzweifelt oder fühlst dich einsam?

Die Berater der Telefonseelsorge sind für dich da - mit ihnen kannst du deine Sorgen teilen.

Telefonseelsorge **0800 111 0 111** oder **0800 111 0 222**



PSYCHIATRIEWEGWEISER MV

Bei psychischen Erkrankungen steht dir ein breit aufgestelltes Versorgungsangebot zur Verfügung. Der Psychiatriewegweiser hilft dir, das richtige Angebot in deiner Nähe zu finden:

www.psychiatriewegweiser.sozialpsychiatrie-mv.de

WEITERE HILFEN BEI PSYCHISCHEN PROBLEMEN UND KRISEN

SOZIALPSYCHIATRISCHER DIENST DES LANDKREISES NWM

Rostocker Straße 76
23970 Wismar

☎ 03841 3040 5321 bis 5328 bzw. 5370

✉ spdi@nordwestmecklenburg.de

🌐 www.nordwestmecklenburg.de

Außensprechstunden nach
Vereinbarung in:
Grevesmühlen, Gadebusch,
und Bad Kleinen

bei Bedarf auch
Hausbesuche möglich

Angebot von verschiedenen
Wohnprojekten und Tagesgruppen
für Menschen mit psychischen
Erkrankungen und Suchterkrankungen

DRK SOZIALE BETREUUNGSDIENSTE M-V GGMBH

August-Bebel-Straße 17
23936 Grevesmühlen

☎ 0385 4893 30

✉ info@drk-sb.de

🌐 www.drk-sb.de

PSYCHOLOGISCHE BERATUNGSSTELLE DES LANDKREISES NWM

für Kinder,
Jugendliche und
Familien

Rostocker Str. 76
23968 Wismar

☎ 03841 3040 5314

✉ kjgd@nordwestmecklenburg.de

“DAS BOOT” WISMAR E.V.

Lübsche Straße 44
23966 Wismar

☎ 03841 225 670

✉ info@das-boot-wismar.de

🌐 www.das-boot-wismar.de

für Kinder und Jugendliche
aus psychisch und/oder
suchtbelasteten Familien



Beratung bei Ängsten,
Einsamkeit,
Trauma, Trauer und
Partnerschaftsproblemen

ERZBISTUM HAMBURG PSYCHOLOGISCHE BERATUNGSSTELLE FÜR EHE-, FAMILIEN- UND LEBENSBERATUNG

Turnerweg 10
23970 Wismar

☎ 03841 210 140

✉ sekretariat@efl-wismar.de

🌐 www.ehe-familien-lebensberatung.info

KipsFam Regio NWM Anlauf- und Unterstützungsstelle

“Das Boot” Wismar e.V.
Lübsche Straße 50
23966 Wismar

☎ 03841 224 3010

✉ kipsfam.nwm@das-boot-wismar.de

🌐 www.das-boot-wismar.de

SUCHT UND SUCHTGEFÄHRDENDES VERHALTEN

Sucht ist eine Krankheit, die jeden betreffen kann und oftmals ist es schwer, sich davon wieder zu befreien. Entscheidend ist dabei nicht, dass man in eine Sucht oder suchtgefährdendes Verhalten geraten ist, sondern dass man sich Hilfe sucht. Im Landkreis Nordwestmecklenburg findest du verschiedene Beratungsstellen, wenn du das Gefühl hast, ohne etwas nicht mehr leben zu können. Auch für Angehörige von Suchtkranken gibt es hilfreiche Angebote.

SUCHT- UND DROGENBERATUNG DER EVANGELISCHEN SUCHTKRANKENHILFE MV

August-Bebel-Str. 23
23936 Grevesmühlen
☎ 03881 758 9812

✉ sb-grevesmuehlen@suchthilfe-mv.de

Steinstraße 17
19205 Gadebusch
☎ 03886 351 63

✉ sb-gadebusch@suchthilfe-mv.de

🌐 www.suchthilfe-mv.de

DIAKONIE NORD NORD OST SUCHT- UND DROGENBERATUNGSSTELLE

Mecklenburger Straße 36a
23966 Wismar
☎ 03841 224 0410

✉ suchtberatung.hwi@diakonie-nordnordost.de

🌐 www.diakonie-nordnordost.de



SELBSTHILFEGRUPPEN? KEINE ANGST!

Selbsthilfegruppen geben dir die Chance, offen über deine Probleme zu sprechen und zu erfahren, wie Menschen mit den gleichen Problemen damit umgehen. Probiere es aus! Die Angebote der Selbsthilfegruppen sind unverbindlich. Die Selbsthilfekontaktstelle (KISS) zeigt dir die verschiedenen Angebote im Landkreis Nordwestmecklenburg.

KONTAKT- UND INFORMATIONSTELLE FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN DES ASB

Dorfstraße 10
23968 Gägelow
☎ 03841 222 616

✉ kiss@asbwismar.de
🌐 www.asbwismar.de

Hier findest du eine Liste der Selbsthilfegruppen und weitere Informationen:
www.selbsthilfe-mv.de

Die Sucht- und Drogenhilfe des Landkreises hilft dir auch bei der Suche nach speziellen Angeboten für dich und deine Situation.

SOZIALPSYCHIATRISCHER DIENST DES LANDKREISES NWM

Rostocker Straße 76
23970 Wismar

☎ 03841 3040 5321 bis 5328 bzw. 5370

✉ spdi@nordwestmecklenburg.de
🌐 www.nordwestmecklenburg.de

Angebote für werdende Eltern und Familien

Eltern-Sein ist eine lebenslange Aufgabe mit viel Verantwortung und sollte daher gut überlegt sein. Verschiedene Beratungsstellen helfen dir, dich auf die Geburt vorzubereiten oder bei Schwierigkeiten in der Erziehung. Es gibt außerdem viele Angebote, die du gemeinsam mit deinem Kind besuchen kannst.



Unterstützung,
bevor das Baby kommt



Angebote für dich
und dein Baby



Hilfen
bei Erziehungsfragen

EIN BABY HAT SICH ANGEMELDET

Ihr erwartet Nachwuchs – herzlichen Glückwunsch!
Noch vor der Geburt solltest du dich um einige organisatorische Dinge kümmern, um den Start deines Babys so einfach wie möglich zu gestalten.



ELTERNGELD

Das Elterngeld beantragst du beim Versorgungsamt.

Dieses gehört zum
Landesamt für Gesundheit und Soziales
Friedrich-Engels-Str. 47
19061 Schwerin
☎ 0385 588 599 61

✉ elterngeld.schwerin@lagus.mv-regierung.de

🌐 www.lagus.mv-regierung.de/Soziales/Elterngeld_ElterngeldPlus/

ERSTAUSSTATTUNG

Vom Jobcenter bekommst du finanzielle
Unterstützung für die Erstaussattung.
Jobcenter Nordwestmecklenburg

Werkstraße 2
23970 Wismar
☎ 03841 414 0

✉ JC-Nordwestmecklenburg@jobcenter-ge.de

🌐 www.jobcenter-nwm.de

Auch die Stiftung "Hilfen für Frauen und Familien" kann dich bei der Erstaussattung unterstützen. Informationen dazu findest du unter www.familieninfo-mv.de.

KINDERGELD

Kindergeld beantragst du bei der
Familienkasse Nord
Mendelejewstraße 20, 22, 24
19057 Schwerin

☎ 0800 455 553 0

✉ familienkasse-nord@arbeitsagentur.de

🌐 www.familienkasse.de

UNTERHALTSVORSCHUSS

Du benötigst Unterhaltsvorschuss?
Damit wendest du dich an das Jugendamt.

Es gehört zum
Landkreis Nordwestmecklenburg
Altwismarstraße 7-17
23966 Wismar

☎ 03841 3040 5100

✉ jugendamt@nordwestmecklenburg.de

🌐 www.nordwestmecklenburg.de



SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT

Im Landkreis Nordwestmecklenburg kannst du als Schwangere (mit oder ohne Partner) verschiedene Angebote wahrnehmen, die dich auf Geburt und Elternschaft vorbereiten. Auch bei ungeplanter Schwangerschaft stehen dir die Beratungsstellen bei und unterstützen dich in deiner Entscheidung.

DRK BERATUNGSSTELLE FÜR SCHWANGERE UND FAMILIEN

August-Bebel Str. 18
23936 Grevesmühlen
☎ 03881 758 7836
✉ skb@drk-nwm.de
🌐 www.drk-nwm.de

CARITAS BERATUNGSSTELLE FÜR FRAUEN, FAMILIEN UND SCHWANGERE

Turnerweg 10
23970 Wismar
Gisela Herrmann-Kanzler
☎ 03841 2243211
✉ gisela.herrmann-kanzler@caritas-im-norden.de
🌐 www.caritas-im-norden.de

PRO FAMILIA SCHWANGERSCHAFTSBERATUNGSSTELLE

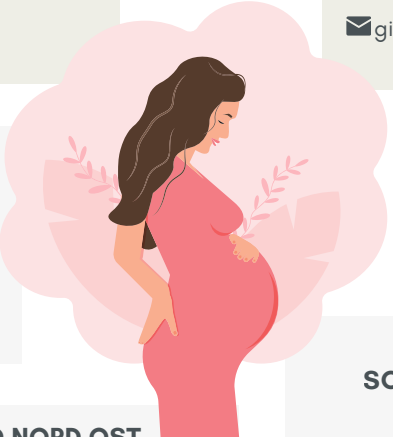
Juri-Gagarin-Ring 55
23966 Wismar
☎ 03841 796 3223
✉ wismar@profamilia.de
🌐 www.profamilia.de

DIAKONIE NORD NORD OST SCHWANGERSCHAFTSBERATUNG

Dr.-Leber-Straße 56
23966 Wismar
☎ 03841 394 238 20
✉ psychberatung@diakonie-nordnordost.de
🌐 www.diakonie-nordnordost.de

AWO SCHWANGERSCHAFTSBERATUNG

Jarmstorfer Straße 16 c
19205 Gadebusch
☎ 03886 212 8974
✉ schwangerschaftsberatung@awo-gadebusch.de
🌐 www.awo-schwanger.de



Hier gibt es auch
Eltern-Kind-
Kurberatung.

ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER

Nutze die verschiedenen Angebote im Landkreis Nordwestmecklenburg, um den Alltag mit Baby oder Kleinkind zu meistern und zu genießen. Gemeinsame Erlebnisse fördern die Bindung zwischen dir und deinem Kind.

FRÜHE HILFEN NORDWESTMECKLENBURG

Rostocker Straße 76
23970 Wismar
Jennifer Görig
☎ 03841 3040 5303

✉ j.goerigenordwestmecklenburg.de

🌐 www.nordwestmecklenburg.de/de/fruehe-hilfen.html

Checkliste
rund um die Themen
„Schwangerschaft, Geburt
und erste Zeit mit Baby“

FAMILIENBEGEGNUNGSSTÄTTE DASSOW

Angebot von Kursen
für Babys und Eltern

Lübecker Str. 50
23942 Dassow
☎ 0163 507 0561

✉ kulturstadt-dassow.de

„DAS BOOT“ WISMAR E.V.

ANLAUFSTELLE FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND FAMILIEN

u. a. Beratung und
Lotsendienst, Elterncafé
und Kreativkurs

Lübsche Straße 50
23966 Wismar
☎ 03841 224 3010

✉ kijufa@das-boot-wismar.de

🌐 www.das-boot-wismar.de

BLAU WEISS GREVESMÜHLEN E. V.

Kirchplatz 5
23936 Grevesmühlen
☎ 03881 711 057

✉ info@blau-weiss-gvm.de

🌐 www.blau-weiss-gvm.de



MECKLENBURGER SPORTVEREIN

Karl-Marx-Straße 12
23972 Dorf Mecklenburg

✉ mecklenburger-sv@t-online.de

🌐 www.mecklenburger-sv.de

Diese Vereine bieten
Kindersport für kleine
Kinder an.



Bis zum 18. Lebensmonats deines Kindes kannst du Unterstützung durch **Familienhebammen bzw. Familien-Gesundheits- & KinderkrankenpflegerInnen** erhalten. Sie helfen dir zuhause dabei, dass es dir und deinem Baby gut geht und der veränderte Alltag gemeinsam gelingt.

Die Inanspruchnahme ist kostenlos.

Die Vermittlung erfolgt über das Gesundheitsamt.

Landkreis Nordwestmecklenburg
Rostocker Straße 76 / 23970 Wismar
Ramona Bremer

☎ 03841 304 053 37

✉ r.bremer@nordwestmecklenburg.de

Die **„Räuberpost“** ist das Familienmagazin für Schwerin, Wismar und Nordwestmecklenburg. Hier findest du alle 3 Monate eine bunte Themenmischung von regionalen Informationen über Freizeit- und Alltagstipps für Familien bis zu einem großen Adress- und Terminteil. Die Räuberpost wird kostenlos verteilt und liegt überall dort aus, wo Familien hinkommen, vor allem in Kitas und öffentlichen Einrichtungen.

DIE KINDER WERDEN GROSS - HILFEN ZUR ERZIEHUNG

Bei Eltern und Kindern oder Jugendlichen prallen manchmal Welten aufeinander. Häufig fühlen sich beide Seiten unverstanden. Hilfsangebote zur Erziehung können euch helfen, einander mehr zu verstehen und wieder zu vertrauen. Sie beraten auch bei Problemen in Schule oder mit Freunden. Kinder und Jugendliche können die Beratung auch ohne Eltern aufsuchen.

Beratung - sofort, auch nachts

Du hast den Verdacht, ein Kind in deinem Umfeld ist durch psychische oder körperliche Gewalt gefährdet oder wird vernachlässigt? Die **Kinderschutz-Hotline** ist unter **0800 14 14 007** rund um die Uhr erreichbar und nimmt deine Meldung auch anonym entgegen.

Wenn du Beratung bei Problemen und Konflikten zu Hause benötigst, hilft dir das **Kinder- und Jugendtelefon** (14-20 Uhr) unter **116 111** weiter.

Suchst du Beratung zu Erziehungsfragen, kann dir das **Elterntelefon** unter **0800 11 10 550** behilflich sein.

KONTAKTSTELLE KINDERSCHUTZ - Kont(i)ki

für Kinder, Jugendliche
und deren soziales Umfeld

Beratung und Begleitung bei
Kindeswohlgefährdung, Mobbing
und Gewalterfahrungen

Der Kinderschutzbund
Landesverband Mecklenburg-Vorpommern e.V.

Alexandrinestraße 2
19055 Schwerin

☎ 0385 479 1569

✉ ksk@dksb-mv.de

📶 www.kontiki.dksb-mv.de

FACHDIENST JUGEND DES LANDKREISES NWM

Altwismarstraße 7-17
23966 Wismar

☎ 03841 3040 5101

✉ jugendamt@nordwestmecklenburg.de

📶 www.nordwestmecklenburg.de

auch Angebot von
Wohnprojekten und
Tagesgruppen

JUGENDHILFEZENTRUM „KÄTHE KOLLWITZ E. V.“ REHNA Familien- und Erziehungsberatungsstellen

Mühlenstraße 6 a
23936 Grevesmühlen

☎ 03881 7591 384

✉ eb.gvme@jhz-rehna.de

Schweriner Straße 34b
19217 Rehna

☎ 038872 675 676

✉ eb.rehna@jhz-rehna.de

FAMILIENALLTAG - GEMEINSAM GUT LEBEN

Innerhalb der Familie kommt es nicht selten zu Spannungen und Streitereien. Auseinandersetzungen sind normal, wenn mehrere Personen unter einem Dach leben. Der gesunde Umgang damit sollte aber gelernt sein. Es gibt im Landkreis Nordwestmecklenburg zahlreiche Unterstützungsangebote, die mit euch gemeinsam auf die Probleme schauen und euch den Rücken stärken.



ERZBISTUM HAMBURG EHE-, FAMILIEN- UND LEBENSBERATUNG

Turnerweg 10
23970 Wismar

☎ 03841 210 140

✉ sekretariat@efl-wismar.de

🌐 www.ehe-familien-lebensberatung.info

DIAKONIE NORD NORD OST ERZIEHUNGS-, FAMILIEN- UND LEBENSBERATUNG

Dr.-Leber-Straße 56
23966 Wismar

☎ 03841 394 238 20

✉ psychberatung@diakonie-nordnordost.de

🌐 www.diakonie-nordnordost.de

auch bei Fragen zu
Partnerschaft,
Trennung, Scheidung

DRK BERATUNGSSTELLE FÜR SCHWANGERE UND FAMILIEN

August-Bebel Str. 18
23936 Grevesmühlen

☎ 03881 758 7836

✉ skb@drk-nwm.de

🌐 www.drk-nwm.de

Angebote für ältere Menschen

Auch im höheren Alter ist es dir wichtig aktiv und eigenständig zu sein? Dann findest du auf den folgenden Seiten viele Angebote in deiner Nähe.



Aktivitäten für Ältere



Angebote zur
ambulanten Pflege



Unterstützung für
pflegende Angehörige

AKTIV IM HÖHEREN ALTER

Für Senioren gibt es zahlreiche Begegnungsstätten im Landkreis Nordwestmecklenburg. Dort kommst du nicht nur mit anderen Menschen zusammen, sondern kannst auch die zahlreichen Angebote in Kunst, Kultur und Sport in der Gemeinschaft nutzen. Du findest hier auch Beratungsangebote.



FAMILIENBEGEGNUNGSSTÄTTE DASSOW

Lübecker Str. 50
23942 Dassow
☎ 0163 507 0561
✉ kulturstadt-dassow.de

verschiedene
Angebote zur
Gesundheitsförderung

BEGEGNUNGSSTÄTTEN DER VOLKSSOLIDARITÄT

Rudolf - Breitscheid - Straße 17
19205 Gadebusch
☎ 03886 724 41
✉ kv-schwerin-nwm@volkssolidaritaet.de

Feldstraße 25A
23923 Schönberg
☎ 038828 23 778
✉ kv-schwerin-nwm@volkssolidaritaet.de

🌐 www.vs-swm.de

DRK MEHRGENERATIONENHAUS WISMAR

Hans-Grundig-Straße 34
23966 Wismar
Elfi Schwab
☎ 0173 886 4501
✉ e.schwab@drk-nwm.de
🌐 www.drk-nwm.de

MEHRGENERATIONENHAUS INSEL POEL

Möwenweg 2
23999 Insel Poel OT Kirchdorf
☎ 038425 211 78
✉ poeler-leben@online.de
🌐 www.poeler-leben-mgh.de

AWO BÜRGERHAUS DARGETZOW

Am Schnakenberg 2
23970 Wismar
☎ 03841 283 829
✉ buergerhaus-dargetzow@awo-wismar.de
🌐 www.awo-wismar.de

Oft gibt es vor Ort
Schaukästen, in denen
du die aktuellen
Angebote findest.

AKTIV IM HÖHEREN ALTER - WEITERE ANGEBOTE

Auch sportlich kannst du dich bis ins hohe Alter betätigen. Bewegung hält dich fit, du wirst dich länger gut fühlen und triffst neue Leute im Verein deiner Wahl.

Diese Vereine bieten Reha-Sport in festen Gruppen an. Ein Rezept dafür erhältst du bei Bedarf von deinem Hausarzt, finanziert wird Reha-Sport über deine Krankenkasse.

Die Volkshochschule bietet für kleines Geld tolle Angebote in Kunst, Kultur und Sport. Sieh' dich auf der Internetseite um, vielleicht ist etwas Passendes für dich dabei.

BEHINDERTEN- UND REHABILITATIONSSPORTVEREIN E. V.

Grüner Ring 10
23936 Grevesmühlen
☎ 0162 333 0172
✉ amoedi@web.de

weitere Standorte
in Grevesmühlen
und Gadebusch

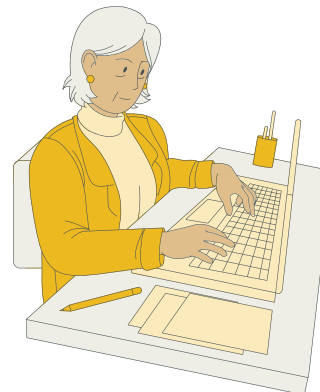
KREISVOLKSHOCHSCHULE NORDWESTMECKLENBURG

Badstaven 20
23966 Wismar
☎ 03841 3267 0
✉ hwievhs-nwm.de
📶 kreisvolkshochschule-nwm.de

DIE FAMILIENINSEL E.V.

Marktstraße 1
23968 Gägelow
☎ 03841 304 515 oder 03841 643 472
✉ info@die-familieninsel.de

Über den Landesportbund Mecklenburg-Vorpommern kannst du nach wohnortnahen und passenden Sportvereinen für dich suchen:
lsb-mv.de/service/vereinsuche/uebersicht-vereinsuche/



ZUHAUSE GUT VERSORGT - UNTERSTÜTZUNG FÜR ÄLTERE UND PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Im Alter fallen einige Dinge schwerer. Um dennoch lange in den eigenen vier Wänden zu wohnen, gibt es verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten. Durch Angebote der ambulanten Pflege kannst du bei Bedarf zuhause professionell versorgt werden. Auch kannst du dir bei hauswirtschaftlichen Tätigkeiten helfen lassen.

Greifst du selbst als pflegender Angehöriger einem geliebten Menschen unter die Arme, erfordert das viel Kraft und verdient Respekt. Um dich nicht völlig zu verausgaben, kannst du im Landkreis Nordwestmecklenburg verschiedene Angebote zur Beratung und Unterstützung in Anspruch nehmen. Das entlastet dich und zeigt dir Wege, wie du besser mit der Situation umgehen kannst.

PFLEGESTÜTZPUNKT GREVESMÜHLEN

Börzower Weg 1-3
23936 Grevesmühlen

☎ 03841 3040 5080

✉ Pflegestuetzpunkt.gvm@nordwestmecklenburg.de
🌐 www.pflegestuetzpunkt.mv.de

PFLEGESTÜTZPUNKT WISMAR

Rostocker Straße 76
23970 Wismar

☎ 03841 3040 5082

✉ Pflegestuetzpunkt.hwi@nordwestmecklenburg.de
🌐 www.pflegestuetzpunkt.mv.de

Beratung zu allen
Themen der Pflege /
auch Kinderpflegeberatung
möglich



In der **Tagespflege** werden Senioren tagsüber betreut und finden Kontakt und Beschäftigung. Als pflegender Angehöriger kann dir dies Erleichterung im Alltag bringen.

Ambulante Pflegedienste und **Sozialstationen** können medizinische Behandlungspflege und hauswirtschaftliche Hilfe übernehmen und ein Leben in vertrauter Umgebung länger möglich machen.

Eine Übersicht zu ambulanten Pflegediensten, Sozialstationen und Einrichtungen der Tagespflege in Nordwestmecklenburg findest du hier:
www.pflege-in-meiner-region.de



Freizeitangebote

Manche Zeiten sind schwerer als andere.
Wichtig ist, dass du weißt, du bist nicht allein.
Es gibt viele Beratungsstellen, die dich bei bestimmten
Themen unterstützen können und dir helfen, die
nächste Entscheidung zu treffen.



Angebote für
Kinder und Jugendliche



Angebote für
Erwachsene



Beteiligungsmöglichkeiten

FREIZEITPASS FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Für Kinder und Jugendliche gibt es zahlreiche Möglichkeiten, sich zu beschäftigen und in die Gemeinschaft des Landkreises Nordwestmecklenburg einzubringen.

Hier kannst du spielen, toben, kreativ werden und dich beteiligen; mitunter kann dir auch bei den Hausaufgaben geholfen werden oder du findest Betreuer, denen du dich bei Sorgen und Kummer anvertrauen kannst.

Du bist auf der Suche nach einem Sportverein in deiner Region oder nach einem passenden Sportangebot? Auf den Seiten des Landesportbundes Mecklenburg-Vorpommern findest du bestimmt etwas für dich:
lsb-mv.de/service/vereinsuche/uebersicht-vereinsuche/

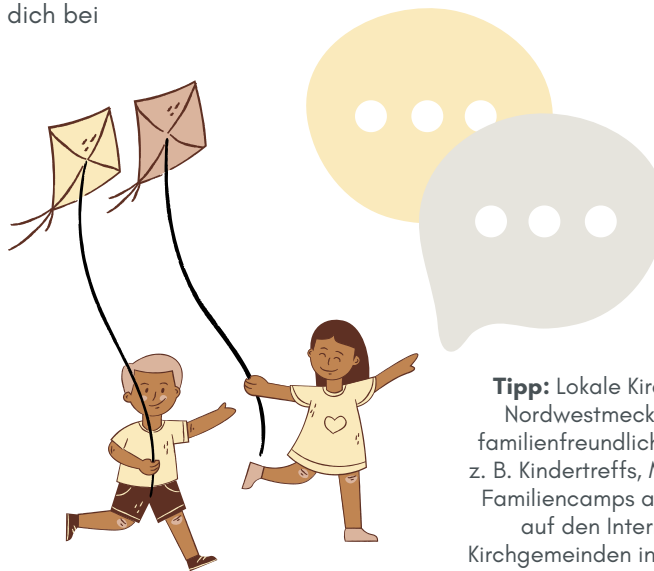
TIL -TREFF IM LINDENGARTEN

Bauhofstraße 17
23966 Wismar
Camilla Schlie
☎ 03841 471 1022
✉ camilla.schlie@edsk-gmbh.de
🌐 www.altstadt-wismar.de/til

JUGENDRAT NWM

Kreisjugendring NWM e.V.
Friedrich-Techen-Str. 20
23966 Wismar
☎ 03841 224 2807
✉ info@jura-nwm.de
🌐 www.jura-nwm.de

aktive Beteiligung
an demokratischen Prozessen



Tipp: Lokale Kirchgemeinden in Nordwestmecklenburg bieten familienfreundliche Angebote wie z. B. Kindertreffs, Musikstunden oder Familiencamps an. Suche einfach auf den Internetseiten der Kirchgemeinden in deiner Nähe oder schaue auf die Aushänge vor Ort.

KINDER- UND JUGENDTREFFS

Hier siehst du eine Auswahl an Kinder- und Jugendclubs. Es gibt im Landkreis Nordwestmecklenburg noch viele mehr. Erkundige dich einfach in deinem Umfeld (z. B. in der Stadtinformation oder im Quartiersmanagement).

DRK KINDER- UND JUGENDFREIZEITZENTRUM

Friedrich-Techen-Str. 20
23966 Wismar
Marina Nitz

☎ 03841 360 020 oder 0152 261 10567
✉ m.nitz@drk-nwm.de
🌐 www.drk-nwm.de

DRK JUGENDCLUB NEUBURG

Hauptstraße 43 c
23974 Neuburg
Thomas Malow

☎ 0162 206 3753
✉ t.malow@drk-nwm.de
🌐 www.drk-nwm.de

AWO JUGENDTREFF "KISTE"

Kapitänspromenade 27
23966 Wismar

☎ 03841 732 441
✉ kiste@awo-wismar.de
🌐 www.awo-wismar.de

AWO BÜRGERHAUS DARGETZOW KINDER- UND JUGENDCLUB

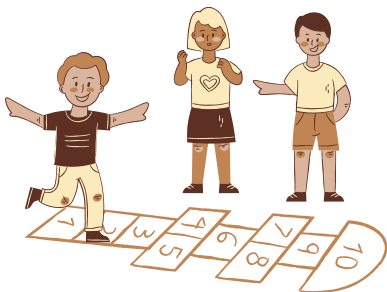
Am Schnakenberg 2
23970 Wismar

☎ 03841 283 829
✉ buergerhaus-dargetzow@awo-wismar.de
🌐 www.awo-wismar.de

AWO JUGENDCLUB "BAX"

Im Thurow 15
23948 Klütz
Pauline Jörn

☎ 038825 298 83
✉ p.joern@awo-wismar.de
🌐 www.awo-wismar.de



MITEINANDER IN BEGEGNUNGSZENTREN

In den Begegnungsstätten triffst du nicht nur andere Leute, du kannst dort auch kreativ und sportlich aktiv werden. Vor vielen der Häuser findest du Schaukästen mit den aktuellen Kursen und Veranstaltungen.

FAMILIENBEGEGNUNGSSTÄTTE DASSOW

Lübecker Str. 50
23942 Dassow

☎ 0163 507 0561

✉ kulturstadt-dassow.de

KUNSTVEREIN KASO WISMAR E.V.

ABC-Straße 17
23966 Wismar

☎ 03841 227 906

✉ kaso-wismar@web.de

📶 www.kaso-wismar.de

“DAS BOOT” WISMAR E.V.

Lübsche Straße 44
23966 Wismar

☎ 03841 225 670

✉ info@das-boot-wismar.de

📶 www.das-boot-wismar.de

insbesondere für Menschen mit
seelischer Erkrankung und
deren Familien/Freunden



DRK MEHRGENERATIONENHAUS WISMAR

Hans-Grundig-Straße 34
23966 Wismar

Elfi Schwab

☎ 0173 886 4501

✉ e.schwab@drk-nwm.de

📶 www.drk-nwm.de

AWO BÜRGERHAUS DARGETZOW

Am Schnakenberg 2
23970 Wismar

☎ 03841 283 829

✉ buergerhaus-dargetzow@awo-wismar.de

📶 www.awo-wismar.de

MEHRGENERATIONENHAUS INSEL POEL

Möwenweg 2
23999 Insel Poel OT Kirchdorf

☎ 038425 211 78

✉ poeler-leben@online.de

📶 www.poeler-leben-mgh.de



FREIZEITANGEBOTE UND BETEILIGUNGSMÖGLICHKEITEN FÜR ERWACHSENE

Ob Sport, Kultur oder Kunst – der Landkreis Nordwestmecklenburg bietet dir eine Vielzahl an Angeboten. Schnupper´ hinein und entdecke ein neues Hobby.

DRK MITMACHZENTRALE NORDWESTMECKLENBURG

Hans-Grundig-Straße 34
23966 Wismar
Karin Bollo

☎ 0174 7012775

✉ mitmachzentrale@drk-nwm.de

🌐 www.drk-nwm.de

Du möchtest dich ehrenamtlich beteiligen? Die Mitmachzentrale findet mit dir gemeinsam sicher das richtige Angebot.

TIL -TREFF IM LINDENGARTEN

Bauhofstraße 17
23966 Wismar
Camilla Schlie

☎ 03841 471 1022

✉ camilla.schlie@dsk-gmbh.de

🌐 www.altstadt-wismar.de/til

weitere Standorte
in Grevesmühlen
und Gadebusch

verschiedene Angebote
zur Gesundheitsförderung

FAMILIENBEGEGNUNGSSTÄTTE DASSOW

Lübecker Str. 50
23942 Dassow

☎ 0163 507 0561

✉ kulture@stadt-dassow.de

SCHON GEWUSST?

Sport frei! Alle sportlichen Vereinsangebote findest du unter lsb-mv.de/service/vereinsuche/uebersicht-vereinsuche/

Sportvereine bieten dir gegen einen kleinen Mitgliedsbeitrag an, dich sportlich in der Gemeinschaft zu betätigen. In vielen Vereinen kannst du die Sportarten auch in einer Schnupperstunde kostenlos ausprobieren – du musst dich also nicht gleich festlegen.

KREISVOLKSHOCHSCHULE NORDWESTMECKLENBURG

Badstaven 20
23966 Wismar

☎ 03841 3267 0

✉ hw@vhs-nwm.de

🌐 kreisvolkshochschule-nwm.de

Die Volkshochschule bietet dir viele verschiedene Angebote für kleines Geld an. Hier kannst du eine neue Sprache lernen oder einen Gesundheitskurs besuchen. Sieh´ dich einfach auf der Internetseite um.

Angebote für Zugewanderte

In einer neuen Umgebung kann es schwierig sein,
sich zurecht zu finden.

Verschiedene Angebote helfen dir, dich schneller
einzuleben und Teil der Gemeinschaft zu werden



Migrationsberatung



Sprachkurse und
Bildungsangebote

MIGRATIONSBERATUNG

In einem neuen Umfeld kann es viele Unklarheiten geben. Die Migrationsberatungen beraten dich und deine Familie in allen Bereichen des Lebens. Häufig bieten Sie auch Freizeitaktivitäten an.

für Personen im Alter von 12 bis 27 Jahren

JUGENDMIGRATIONSDIENST WISMAR DES CJD NORD

Erich-Weinert-Promenade 2
23966 Wismar
Jannette Mitzlaff
☎ 03841 710 035
✉ jannette.mitzlaff@cjdnord.de
🌐 www.jugendmigrationsdienste.de

Finden von Angehörigen /
Unterstützung bei
Familienzusammenführungen

QUEERES ZENTRUM WESTMECKLENBURG E. V. MOBILER MIGRATIONSDIENST

Zeughausstraße 31
23966 Wismar
☎ 03841 214710
✉ info@queer-hwi.de
🌐 www.queer-hwi.de

DRK MIGRATIONSBERATUNG

Hans-Grundig-Straße 34
23966 Wismar
Evelyn Lübcke
☎ 03841 712 319 oder 0152 040 429 40
✉ e.luebcke@drk-nwm.de
🌐 www.drk-nwm.de

AWO MIGRATIONSBERATUNG

Erich-Weinert-Promenade 2
23966 Wismar
☎ 03841 710 034
✉ migrationsberatung@awo-wismar.de
🌐 www.awo-wismar.de

für Personen
über 27 Jahre

DIAKONIE NORD NORD OST MIGRATIONSBERATUNG

Lübsche Straße 122
23966 Wismar
Manuela Latchinian
☎ 0176 407 768 99
✉ manuela.latchinian@diakonie-nordnordost.de

Mecklenburger Straße 36 a
23966 Wismar
Madlen Wuttke
☎ 0152 279 341 20
✉ madlen.wuttke@diakonie-nordnordost.de

Grüner Weg 19
23936 Grevesmühlen
Madlen Wuttke
☎ 0152 279 341 20
✉ madlen.wuttke@diakonie-nordnordost.de

🌐 www.diakonie-nordnordost.de

Auch das Jobcenter Nordwestmecklenburg berät dich zu passenden Angeboten. Termine kannst du buchen unter www.jobcenter-nwm.de/kontakt-oder-terminanfrage

SPRACHKURSE UND BILDUNGSANGEBOTE FÜR MIGRANTEN

Um sich in der neuen (vielleicht vorübergehenden) Heimat zurechtzufinden und Teil der Gesellschaft zu werden, hilft es dir sicher, deutsch zu sprechen. Du kannst dich aber auch zu Studienangeboten und der Anerkennung deiner bisherigen beruflichen Qualifikationen beraten lassen.

Beratung bei Fragen zum Arbeitsrecht,
Beratung auf dem Weg zu passender Arbeit,
aufsuchende Beratung oder
Online-Beratung möglich

"DAS BOOT" WISMAR E.V. FLÜCHTLINGSHILFE UND INTEGRATION "SPERO"

Lübsche Straße 44
23966 Wismar

☎ 03841 225 670

✉ info@das-boot-wismar.de
🌐 www.das-boot-wismar.de

Sprachcafé,
Hausaufgabenbetreuung und
kulturelle Veranstaltungen

FLÜCHTLINGSRAT MECKLENBURG-VORPOMMERN E.V.

Goethestr. 75
19053 Schwerin

☎ 0385 581 5790

✉ kontakt@fluechtlingsrat-mv.de

🌐 www.fluechtlingsrat-mv.de



weitere Standorte in
Grevesmühlen und Gadebusch

KREISVOLKSHOCHSCHULE NORDWESTMECKLENBURG

Badstaven 20
23966 Wismar

☎ 03841 3267 0

✉ hwi@vhs-nwm.de
🌐 kreisvolkshochschule-nwm.de

VERBUND FÜR SOZIALE PROJEKTE (VSP) GGBH

Mecklenburgstraße 9
19053 Schwerin

☎ Telefon: 0385 555 7200

✉ E-Mail: info@vsp-ggmbh.de

🌐 www.vsp-ggmbh.de

u. a. Beratung zu
beruflicher
Anerkennung und
Qualifizierung

Quartiersmanagements

Die Quartiersmanager stehen dir mit Rat und Tat zur Seite und kennen sich in deiner Region bestens aus.

Sie wissen nicht nur, wen es bei Problemen im Wohngebiet um Hilfe zu bitten gilt, sie wissen auch, welche Veranstaltungen geplant werden und wo du dich beteiligen kannst.

Sprich sie in den Sprechstunden an, diese sind meist öffentlich ausgehangen.



QUARTIERSMANAGEMENTS

vor Ort mit buntem Programm:

Mehrzweckhalle
Ploggensering 63
23936 Grevesmühlen

WOBAG QUARTIERSMANAGEMENT

August-Bebel-Straße 3
Grevesmühlen
03881 783 760 oder 0160 928 154 88
✉ quartiereqm-am-ploggenssee.de
📶 www.wobaggym.de/quartiersmanagement.html

WOBAU QUARTIERSMANAGEMENT

Juri-Gagarin-Ring 55
23966 Wismar
☎ 03841 757 106
✉ t.prien@wobau-wismar.de
📶 www.wobau-wismar.de

QUARTIERSMANAGEMENT ALTSTADT-WISMAR

Bauhofstraße 17
23966 Wismar
☎ 03841 471 1022
✉ camilla.schlie@dsk-gmbh.de
📶 www.altstadt-wismar.de/quartiersmanagement

vor Ort mit vielen Angeboten:

Quartierstreff in Wendorf
Rudolf-Breitscheid-Straße 21
23968 Wismar

Quartierstreff am Kagenmarkt
Professor-Frege-Straße 45
23970 Wismar



PLATZ FÜR DEINE NOTIZEN

PLATZ FÜR DEINE NOTIZEN



Dir fehlt noch was? Du brauchst noch weitere Informationen?
Schau dich einfach auf den Internetseiten des Landkreises
Nordwestmecklenburg um: **www.nordwestmecklenburg.de**
Hier findest du zusätzliche Hinweise und konkrete
Ansprechpartner zu verschiedenen Themen und Bereichen.

IMPRESSUM

Gesundheitswegweiser Landkreis Nordwestmecklenburg

Herausgeberin

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Mecklenburg-Vorpommern e. V.
Wismarsche Str. 170
19053 Schwerin

Tel.: 0385 2007 386 0
E-Mail: info@lvg-mv.de
www.lvg-mv.de

Vereinsregister-Nr.:
Amtsgericht Schwerin Nr. 110

Kontakt zur Projektkoordination

Judith Veit
judith.veit@lvg-mv.de

Verantwortlich i. S. d. P.

Charlotte Hinrichs

Redaktion

Judith Veit

Fotos

wenn nicht anders angegeben: canva.com

© LVG MV e. V. Schwerin, 1. Auflage 2026

Dieser Wegweiser wurde im Rahmen des Programms „teamw()rk für Gesundheit und Arbeit“ zur Verfügung gestellt. Die Förderung erfolgte mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit (www.gkv-buendnis.de).

Die verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich, wenn nicht ausdrücklich differenziert, gleichermaßen auf männlich/weiblich/divers. Die Inhalte erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Irrtümer können nicht gänzlich ausgeschlossen werden.



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

