



**Die Schaukel** ist ein ehrenamtliches Projekt, das Anfang 2005 durch den Zonta Club Arnsberg initiiert wurde und seitdem durch diesen unterstützt wird.

Die Ansprechpartner der Städte Arnsberg und Sundern koordinieren die Arbeit vor Ort.

Sie sind Anlaufstellen für Anfragen von Familien und Kooperationspartnern und gleichzeitig Unterstützer der engagierten, ehrenamtlich Tätigen.



Der **ZONTA Club Arnsberg** ist einer von 1.200 ZONTA Clubs weltweit. Gemeinsam arbeiten wir daran, die Lebenssituation von Frauen und Mädchen zu verbessern – weltweit seit über 100 Jahren und seit 2004 hier bei uns in der Region. ZONTA stellt sich gegen jegliche Gewalt an Frauen und Mädchen und fördert Selbstbestimmung und Gleichberechtigung in Politik und Gesellschaft.

**Mehr Informationen unter: [www.zontaarnsberg.de](http://www.zontaarnsberg.de)**



#### **Stadt Arnsberg**

Engagementförderung | Bürgerzentren  
Clemens-August-Str. 118  
59821 Arnsberg

#### **Ansprechpartner\*innen**

Isabel Bornemann  
☎ 02932 201-1402  
✉ [i.bornemann@arnsberg.de](mailto:i.bornemann@arnsberg.de)

Kornelia Schweineberg  
☎ 02932 201-2284  
✉ [k.schweineberg@arnsberg.de](mailto:k.schweineberg@arnsberg.de)



#### **Stadt Sundern**

Frühe Hilfen  
Rathausplatz 1  
59846 Sundern

#### **Ansprechpartner\*in**

Sarah Degler  
☎ 02933 81-161  
☎ 0160 906-58510  
✉ [s.degler@stadt-sundern.de](mailto:s.degler@stadt-sundern.de)

**ZONTA CLUB ARNSBERG** Die  
**SCHAUKEL**  
HILFE FÜR ALLEINERZIEHENDE & FAMILIEN



**EINFACHE PRAKTISCHE HILFE  
UNBÜROKRATISCH, KOSTENLOS  
UND UNTERSTÜTZEND**

## WIR BIETEN DIE VERMITTLUNG VON BÜRGERSCHAFTLICH ENGAGIERTEN MENSCHEN

Überlastungs- und Erschöpfungserscheinungen, fehlende Hilfe aus eigenen Familienstrukturen, Erkrankungen in der Familie – die Gründe, warum Alleinerziehende und Familien alles über den Kopf wächst, sind vielfältig.

### DAS PROJEKT

#### „DIE SCHAUKEL – HILFE FÜR MÜTTER, FAMILIEN UND ALLEINERZIEHENDE“

Bei der Schaukel geht es darum, Hilfen einfach und unbürokratisch zu gestalten.

### WIR BIETEN ALLTAGSHILFE BEI:

- 1 Praktische Hilfe bei der Säuglings- und Kinderpflege
- 2 Hilfen bei der hauswirtschaftlichen Organisation
- 3 Unterstützung bei Antragsstellung, Arzt- oder Behördengängen
- 4 Betreuungsleistung zur leichteren Wahrnehmung von Terminen
- 5 Betreuungsleistung zur persönlichen Entlastung

### UNSERE UNTERSTÜTZUNG

Alle Unterstützungsleistungen werden ehrenamtlich angeboten und sind deshalb kostenlos für den Hilfesuchenden.

Die ehrenamtlich Engagierten wollen die Hand reichen, ohne zu belehren.

**Sie möchten für Sie zu einer Vertrauensperson werden**, die unterstützt, berät, Hilfen anbietet oder vermittelt und immer ein offenes Ohr für die Sorgen und Probleme der Familie hat.

