



# Willkommen in Senden

Wir werden Nachbarn!

Informationen und Hilfe für den Start in Senden

**Senden**   
*kommt an!*



# Willkommen in Senden

Wir werden Nachbarn! Informationen und  
Hilfe für den Start in Senden

**Senden**   
*kommt an!*

# Übersicht

Alltagshelfer



Einkaufen



Mobilität



Wohnen



Gesundheitsversorgung



Beratung / Unterstützung



Kinder / Familie



Sprachkurse



Leben in Deutschland



Freizeit





# Alltagshelfer

Um dir deine Ankunft zu erleichtern, hast du einen Alltagshelfer\*.

An deinen persönlichen Ansprechpartner kannst du dich mit allen Fragen wenden, damit du dich in Senden zurecht findest.

Zu den "klassischen" Hilfsangeboten für dich zählen hierbei völlig alltägliche Dinge, zum Beispiel die Vermittlung zu Ärzten, die Organisation von Bus- und Zugfahrten oder Hilfestellungen bei amtlichen Briefen. Jede Maßnahme steht hierbei unter dem Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“.

Bitte bleib fair und denk daran, dass ein Internetproblem in der Nacht oder am Wochenende nicht zu seinen Aufgaben gehört.

Je länger du in Senden lebst, desto seltener wirst du Hilfe benötigen. Wir würden uns freuen, wenn du etwas zurückgibst, und andere Flüchtlinge oder uns beim Übersetzen unterstützt.

\*für die bessere Lesbarkeit verwenden wir nur die männliche Form, auch wenn Frauen und Männer in Deutschland gleichgestellt sind.



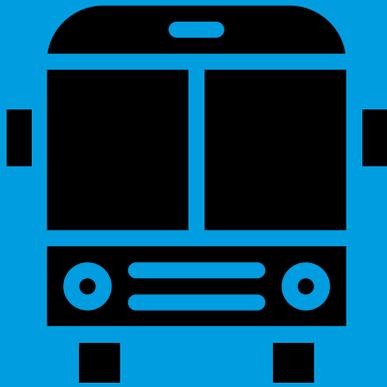
# Einkaufen

Hier findest du eine Übersicht an Lebensmittelmärkten in allen Orten, die montags bis samstags geöffnet sind:

[Hier klicken](#)

In diesen Märkten findest du zum Großteil Lebensmittel, aber auch Hygieneartikel wie Toilettenpapier oder Zahnpasta sowie Reinigungsmittel für die Küche.

**“Der Sonntag ist ein Ruhetag in Deutschland, und die Geschäfte bleiben geschlossen.”**



# Mobilität

## Bus- und Bahnverbindungen

Von dem Busbahnhof in Senden kommst du ganz leicht nach Lüdinghausen oder Münster. Die Buslinie S90 oder X90 fährt täglich. In Bösensell gibt es einen Bahnhof, von dem auch Züge nach Münster fahren.

Die Buslinie C12 verbindet die Ortsteile Bösensell, Senden und Ottmarsbocholt miteinander.

Fahrpläne und weitere Auskünfte findest du im Internet unter [www.rvm.de](http://www.rvm.de) oder direkt am Busbahnhof.

Mit der BuBim App (Bus und Bahn im Münsterland) kannst du dir auch zeigen lassen, welche Busse du von deinem aktuellen Standort aus zu deinem gewünschten Ziel nutzen kannst.

Möchtest du ein Monatsticket erwerben, kannst du dich an deinen Alltagshelfer wenden, der dir hilft, die notwendigen Unterlagen auszufüllen.

Der BürgerBus ist ein zusätzlicher Linienbus in Senden. Mit Kleinbussen und ehrenamtlichen Busfahrern ist er für dich unterwegs. Die Fahrpläne und Preise findest du auf der Homepage:

[Bus- und Bahnverbindungen](#)



# Wohnen in Deutschland

## Rücksichtsvoller Umgang

Denk auch an deine Nachbarn und Mitbewohner – es ist besonders sorgsam auf die Einhaltung der Nachtruhe zu achten. Die Nachtruhe soll der Regeneration und Erholung dienen.

Alles, was außerhalb deines Zimmers hörbar ist, ist zwischen 22 Uhr und 6 Uhr zu unterlassen. Gespräche im Garten, auf dem Balkon oder auf dem Flur müssen leise erfolgen. Wer die Nachtruhe nicht respektiert, der begeht eine Ruhestörung, die als Ordnungswidrigkeit geahndet werden kann.

## Versicherung

Eine private Haftpflichtversicherung sollte jeder haben. Sie regelt von dir verursachte Personen- und Sachschäden anderer.

Nach dem Gesetz haftest du für alle Schäden, die du jemand anderem zugefügt hast – und zwar in unbegrenzter Höhe.

Das betrifft nicht nur das Handy, das aus Versehen fallen gelassen wurde, sondern auch, wenn dein Fahrrad umfällt und einen anderen Gegenstand beschädigt, sofern dies nicht absichtlich passierte.

Dein Alltagshelfer hilft dir bei dem Abschluss einer Versicherung.



# Wohnen in Deutschland

## Mülltrennung

Mülltrennung ist ökologisch vorteilhaft. Je mehr man auf die Mülltrennung achtet, desto mehr unterstützt man das System, bei dem der Müll am Ende wiederverwertet und nicht verbrannt wird. Ohne korrekte Mülltrennung wäre das Recycling von Verpackungsabfällen nicht möglich. Als Recycling wird das Aufbereiten von Wertstoffen bezeichnet. Damit sind unter anderem Verpackungsmaterialien gemeint, wie Kunststoff oder Papier. Das Wichtigste: Die Sortiermaschinen funktionieren nicht effektiv, wenn der Müll nicht richtig getrennt ist.

Wertstofftonnen mit offensichtlichen Fehlwürfen werden von der Müllabfuhr deshalb oft erst gar nicht mitgenommen. Als Beispiel: wenn in der Biotonne nicht nur Bioabfall, sondern auch Plastik drin ist, ist die gesamte Tonne wertlos und kann nicht zu Kompost weiter-verarbeitet werden. Der Müll muss, wenn er nicht richtig sortiert ist, sehr teuer als Restmüll abgeholt werden. Daher ist es umso wichtiger, den Müll richtig zu trennen, und nicht alles in eine Tonne zu werfen.



# Wohnen in Deutschland

## Schwarze Tonne

### Wie funktioniert die korrekte Mülltrennung?

Abfälle, die aufgrund einer starken Verschmutzung nicht mehr verwertbar sind und für die keine anderen Sammelmöglichkeiten bestehen, sind Restmüll.

Dazu gehören Binden, Windeln, Feuchttücher, Hygieneartikel, Putzlappen, Staubsaugerbeutel, Wattestäbchen und Zigarettenkippen.

Da hier keine Wiederverwertung stattfinden kann, ist diese Art der Entsorgung am teuersten.





# Wohnen in Deutschland

## Gelbe Tonne

### Wie funktioniert die korrekte Mülltrennung?

In die gelbe Tonne gehören nur leere Verkaufsverpackungen aus Metall, Kunststoff und Verbundstoff wie zum Beispiel Tetra Pak. Dies sind unter anderem Getränkekartons für Milch und Saft, Verpackungsfolien von Lebensmitteln, Joghurtbecher und Konserven oder Plastikflaschen. Die Verpackungen sollten möglichst leer sein.





# Wohnen in Deutschland

## Blaue Tonne

### Wie funktioniert die korrekte Mülltrennung?

Die blaue Tonne: Altpapier wie Eierkartons, Pappe oder Zeitungen, Prospekte und Zeitschriften kommen in diese Tonne.

Verschmutztes Papier, Kassenzettel und Glanzpapier (Geschenkpapier) kommen nicht in die Papiertonne, sondern in die Restmülltonne.





# Wohnen in Deutschland

## Braune Tonne

### Wie funktioniert die korrekte Mülltrennung?

Natürliche Küchen- und Grünabfälle gehören in die Biotonne.

Hierzu zählt zum Beispiel altes Brot, Eierschalen, Bananenschalen, Orangenschalen, Gemüsereste oder Schnittblumen.





# Wohnen in Deutschland

## Wohin mit dem Altglas?

Restentleerte Glasverpackungen wie zum Beispiel Getränkeflaschen oder Konservengläser gehören in die Glascontainer.

Diese stehen meist zentral an einem Ort. In Bösensell am Parkplatz von Nah und Gut, in Ottmarsbocholt am Parkplatz von dem Raiffeisen-Markt, und in Senden neben der Touristeninformation am Rathaus, aber auch an vielen anderen Standorten.

## Sperrmüll

Wenn du große Gegenstände hast, die nicht in die Restmülltonne passen, sind diese am Wertstoff zu entsorgen. Hier findest du weitere Informationen, wie zum Beispiel die Adresse, Öffnungszeiten und was dort abgegeben werden darf.

**“Unterschieden wird zwischen Weißglas, Braunglas und Grünglas.”**



## Was darf in der Toilette runtergespült werden?



Bildquelle: Stadt Lüdenscheid

# Wohnen in Deutschland

## Was darf in die Toilette?

Die Abwasserrohre können sehr schnell verstopfen und ein Toiletten-gang ist dann nicht mehr möglich. Eine Verstopfung zu lösen ist sehr unangenehm, aufwendig und teuer. In die Toilette dürfen nur drei Dinge - großes und kleines Geschäft und Toilettenpapier. Alles andere (auch Feuchttücher, Binden und Windeln) gehört ohne Ausnahme in die Restmülltonne, NICHT in die Toilette!

**“Die Toilette ist nicht als Mülleimer zu benutzen.“**



# Gesundheitsversorgung

Wenn du krank bist, solltest du zunächst zu einem Arzt in deiner Nähe gehen. Bei Zahnschmerzen gehst du bitte zu einem Zahnarzt. Für Kinder gibt es spezielle Kinder- und Jugendärzte.

Im Internet findest du sehr einfach einen Arzt in deiner Nähe. Bitte gib bei deiner Suche „Allgemeinmediziner“ für Beschwerden wie Erkältung oder Schmerzen ein. Falls du einen Facharzt aufsuchen musst, wird dich der Allgemeinmediziner dorthin überweisen. Bei Zahnschmerzen oder Erkrankungen bei Kindern änderst du einfach entsprechend die Suche.

“Wo finde ich einen Arzt oder ein Krankenhaus in meiner Nähe?”

Schau auch [hier](#)



# Gesundheitsversorgung

Oft passiert es, dass du Schmerzen oder einen kleineren Unfall hast, wenn die Arztpraxen geschlossen sind, zum Beispiel am Wochenende.

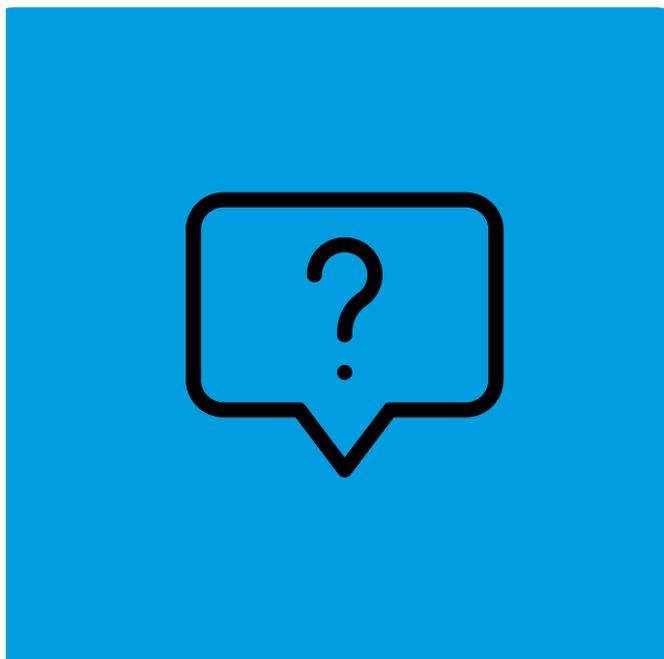
Für solche Fälle gibt es Ärzte in Bereitschaftspraxen. Da die Bereitschaftspraxen wechseln, kannst du unter der 116117 oder [online](#) erfragen, wer zuständig ist.

Dies gilt auch für die Apotheken.

Der Notruf 112 ist nur im **absoluten Notfall** zu wählen! Notfälle sind neben schweren Unfallverletzungen auch lebensbedrohliche akute Erkrankungen

oder Vergiftungen, bei denen die Anwendung lebensrettender Maßnahmen im Vordergrund stehen. Lebensbedrohende Zustände sind unter anderem Atemstillstand, Herz-Kreislaufstillstand, Schock, starke Blutungen und starke Verbrennungen. Die Aufgabe des Notrufes ist es, dafür zu sorgen, dass in Notfällen schnell Einsatzkräfte vor Ort sein können.

Daher nutze die 112 nur für „echte“ Notrufe und stelle sicher, dass dein Anliegen auf Deutsch übermittelt werden kann!



# Beratung / Unterstützung

Bei uns gibt es unterschiedliche Beratungsstellen, die du aufsuchen kannst, wenn du Hilfe und Unterstützung benötigst:

## Sozialberatung

Sprechzeiten: die offene Sprechstunde findet donnerstags von 14:00-17:00 Uhr statt.

Für alle anderen Tage und Zeiten brauchst du einen Termin.

## Sozialleistungen

Die Mitarbeiter im Rathaus beantworten Fragen und bearbeiten Anträge zum Asylbewerberleistungsgesetz oder Bürgergeld (z.B. zur Höhe der monatlichen Leistung, Krankenhilfe

oder Unterkunft). Bitte wende dich an die Information, die dich an den richtigen Sachbearbeiter weiterleitet:

02597/699-0

[info@senden-westfalen.de](mailto:info@senden-westfalen.de)

## Flüchtlingshilfe

Kontakt: montags und mittwochs im Büro der Flüchtlingshilfe, Münsterstr. 12 (Altes Zollhaus), 14:00-17:00 Uhr.

Die Flüchtlingshilfe Senden ist ein eingetragener Verein, der die Lebenssituation der in Senden wohnenden Flüchtlinge verbessern und ihre Integration unterstützen möchte.



# Beratung / Unterstützung

## Beratungsstellen

Sozialpsychiatrischer Dienst  
im Kreis Coesfeld (Beratung und Hilfe  
bei seelischen Problemen):

Sandra Mentrup  
Nach Terminabsprache  
02591/91835334  
Sandra.mentrup@kreis-coesfeld.de

Schwangerschaftsberatung  
im Kreis Coesfeld:  
Birgit Deese  
Nach Terminabsprache  
02541/185318  
Birgit.deese@kreis-coesfeld.de

## Das Hilfetelefon - Beratung und Hilfe für Frauen

Das Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen" ist ein bundesweites Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben.

Unter der Nummer 116 016 und via Online-Beratung unterstützen sie Betroffene aller Nationalitäten, mit und ohne Behinderung – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr, anonym und kostenfrei.



# Beratung / Unterstützung



## Caritas-Kleiderladen

an der Schulze-Bremer-Str. 27.

Die Tafel ist eine Hilfsorganisation, die Lebensmittel gegen ein geringes Entgelt an Bedürftige abgibt. Diese Lebensmittel erhält die Tafel beispielsweise von Supermärkten, die diese Ware nicht mehr verkaufen und daher wegwerfen würden. Für die Anmeldung benötigst du einen gültigen Ausweis sowie den Nachweis, Sozialleistungen zu erhalten. Du erhältst ein Kundenticket und kannst damit regelmäßig bei der Tafel einkaufen. Die Anmelde- und Ausgabezeiten erfährst du bei der Tafel.

an der Schulze-Bremer-Straße 23  
(neben der Tafel).

Der Kleiderladen ist für alle Interessierte offen. Gegen ein geringes Entgelt wird gut erhaltene Damen-, Herren- und Kinderbekleidung, Bettwäsche, Tischdecken, Schuhe und Handtücher angeboten.

### Öffnungszeiten:

Jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat von 13:00-17:00 Uhr.



Bildquelle: Grosse Schute

# Kinder / Familie

## Nicht schulpflichtige Kinder

Kindertageseinrichtungen (in kurz: Kita) sind Orte, an denen Kinder entweder ganztägig oder für einen bestimmten Teil des Tages von Fachkräften betreut werden. Jedes Kind in Nordrhein-Westfalen hat ab dem vollendeten ersten Lebensjahr einen Anspruch auf einen Betreuungsplatz in einer Kita. Ansprechpartner findest du bei dem Kreisjugendamt Coesfeld. Das Kita-Team des Kreisjugendamtes Coesfeld erreichst du unter 0 2541 / 18-5223.

## Schulpflichtige Kinder

In Deutschland sind alle Kinder und Jugendlichen im Alter von 6 bis 18 Jahren schulpflichtig. Der Schulbesuch ist kostenfrei.

Die Gemeinde Senden meldet automatisch für einen Beratungstermin schulpflichtige Kinder und Jugendliche dem Kommunalen Integrationszentrum. Dort bekommen die Eltern einen Beratungstermin. Sie erfahren dort, welche Schule ihr Kind besuchen wird.

**“Unterstützung für die Fragebögen der Kita und Schule erhältst du bei der Sozialberatung.“**



# Sprachkurse

Damit du dich möglichst schnell verständigen kannst, gibt es eine Reihe von Angeboten, in denen du die deutsche Sprache lernen und vieles über die deutsche Kultur erfahren kannst.

Dies ist wichtig, damit du dein Leben viel leichter selbst in die Hand nehmen kannst. Ohne Kenntnisse der deutschen Sprache ist es unmöglich, eine Arbeit zu finden und somit auch die eigene Zukunft zu gestalten.

In den sogenannten Integrationskursen kannst du die deutsche Sprache erlernen sowie Informationen über die Rechtsordnung, Geschichte und Kultur als auch Werte, die in Deutschland wichtig sind, erhalten. Die

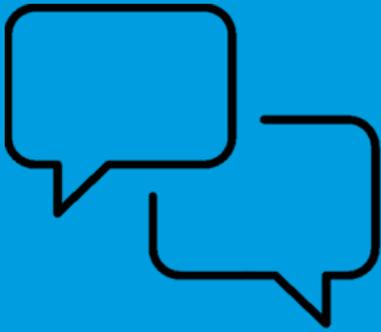
Teilnahmemöglichkeiten richten sich nach deinem Status als Flüchtling.

## Was muss ich machen?

Informiere dich bei dem Sozialamt im Rathaus über deine Möglichkeiten und die Angebote, die deutsche Sprache zu erlernen.

## Was muss ich alles mitbringen?

- Pass oder Passersatzpapiere (Identitätsnachweise)
- Elektronischer Aufenthaltstitel oder Passersatzpapiere der Ausländerbehörde



# Sprachkurse

Die Wartezeit für Integrationskurse des Landes sind leider oft sehr lang. Doch diese Wartezeit kannst du überbrücken.

Die Flüchtlingshilfe Senden bietet kostenfrei Sprachkurse an, um dir deinen Alltag zu erleichtern.

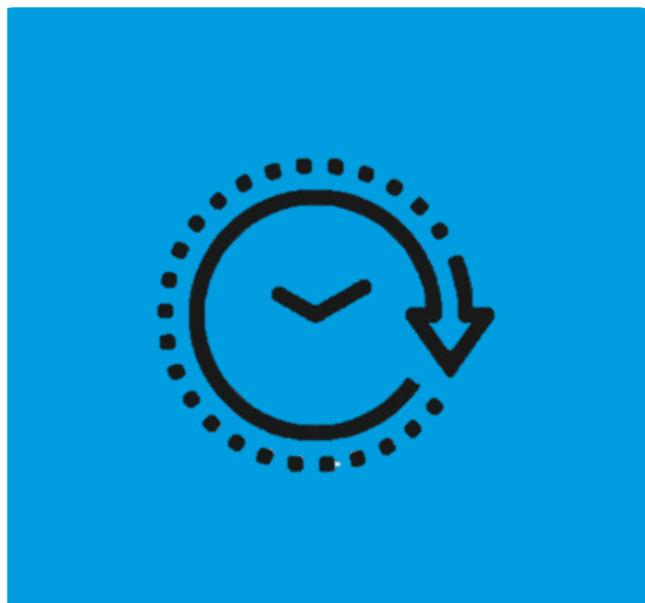
Ebenso wird dir dies in den Integrationskursen helfen, und die Wartezeit wird sinnvoll genutzt.

Bitte wende dich an die Ansprechpartner der Flüchtlingshilfe vor Ort, wenn du daran teilnehmen möchtest:

- montags 10.00 Uhr für Anfänger
- mittwochs 15.00 Uhr für Fortgeschrittene

im KOMM an der Schulze-Bremer-Str.  
23.

**“Individuelle  
Begleitungen  
können auf Anfrage  
stattfinden.”**



# Leben in Deutschland

"Ankommen": App hilft bei der Integration

"Ankommen" unterstützt dich während der ersten Wochen in Deutschland. Die App will Wegbegleiter sein und informiert in fünf Sprachen über Rechte und Pflichten im Asylverfahren sowie über den Alltag in Deutschland.

Die App enthält außerdem einen interaktiven Grundsprachkurs. Die App ist ein Angebot des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge, das gemeinsam mit der Bundesagentur für Arbeit und dem Goethe-Institut die Inhalte bereitgestellt hat.

Sie steht dir in den Sprachen Arabisch, Englisch, Farsi, Französisch und Deutsch zur Verfügung



[www.Link-zur-App.de](http://www.Link-zur-App.de)



# Leben in Deutschland

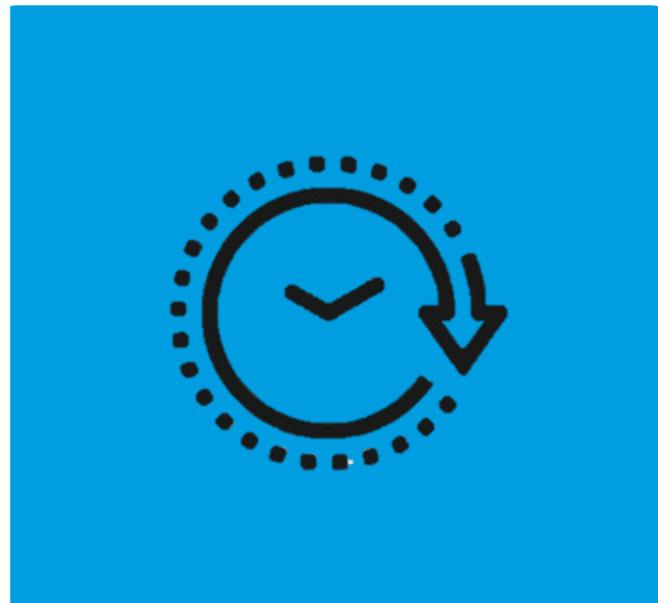
Die Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer kann auch über die Beratungs-App “mbeon” wahrgenommen werden. Du erhältst Beratung und Unterstützung von ihnen.

Das Team kann dich bei vielen Fragen rund um das Ankommen in Deutschland unterstützen. Sie beraten dich zu Themen wie Arbeit und Beruf, Deutsch lernen, Gesundheit und Wohnen.

Die Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer ist von staatlichen Stellen unabhängig. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich.

“mbeon” ist in den Sprachen Deutsch und Englisch, Arabisch und Russisch verfügbar.

[www.Link-zur-App.de](http://www.Link-zur-App.de)



# Leben in Deutschland

## Was in Deutschland wichtig ist

- Die Grundlage unseres demokratischen Zusammenlebens ist das Grundgesetz.
- Frauen und Männer haben die gleichen Rechte und Pflichten. Frauen und Männern wird im privaten wie im öffentlichen Leben mit gleicher Höflichkeit und Achtung begegnet.
- Das Grundgesetz garantiert die Religionsfreiheit eines jeden Einzelnen. Jeder kann sich frei zu einer Religion bekennen. Jeder ist aber auch frei, sich zu keiner Religion zu bekennen, aus einer Religionsgemeinschaft auszutreten oder in eine andere überzuwechseln.
- Unterschiedliche Meinungen oder Standpunkte werden respektiert.
- Beide, Männer und Frauen, können außerhalb des Hauses eine Arbeit ausführen und sich gleichermaßen um die Kinder und den Haushalt kümmern.
- Alle Kinder zwischen 6 und 18 Jahren müssen in die Schule gehen.
- Das Schlagen von Kindern oder anderen Personen sowie Tieren ist hier verboten und wird bestraft.
- Streitereien dürfen nicht mit körperlicher Gewalt ausgetragen werden.



# Leben in Deutschland

## Was in Deutschland wichtig ist

### Verstößt man gegen das Strafgesetzbuch, begeht man eine Straftat. Was bedeutet das?

Etwas ist verboten, aber eine Person macht das trotzdem. Diese Person kann dann eine Strafe bekommen. Ein Gericht entscheidet über die Strafe.

### Was sind Straftaten?

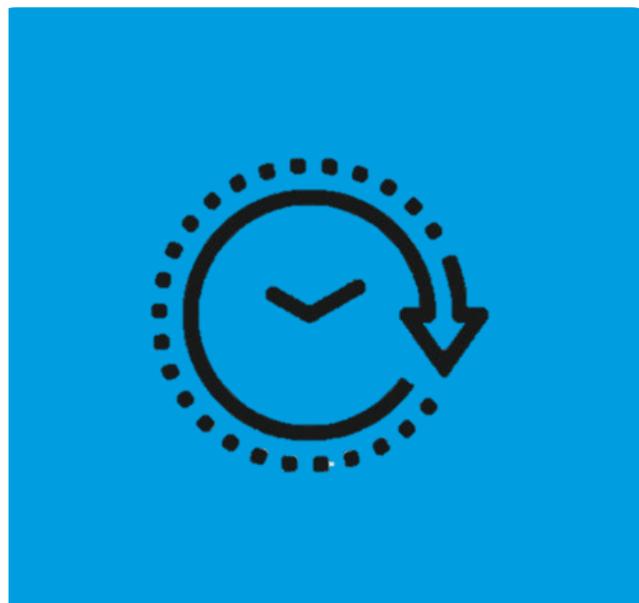
Hierzu gehören zum Beispiel Diebstahl, jegliche Art der Körperverletzung

und Sachbeschädigung, Erpressung oder häusliche Gewalt, Mobbing oder Beleidigungen.

Was eine Straftat ist, steht im Strafgesetzbuch. Dort steht auch, welche Strafe es dafür gibt.

Es ist teilweise auch strafbar, wenn man eine Straftat nur versucht. Das heißt, man wird auch bestraft, wenn man die Straftat nicht beendet.

Außerdem ist es strafbar, wenn man jemandem bei einer Straftat hilft. Zum Beispiel, indem man bei einem Einbruch aufpasst, ob jemand kommt. Auch das Anstiften zu einer Straftat ist strafbar. Also wenn man anderen Leuten sagt, dass sie etwas Verbotenes machen sollen.



# Leben in Deutschland

Wenn du Opfer einer Straftat geworden bist, findest du bei dem weißen Ring Informationen über konkrete Hilfsangebote, Erreichbarkeiten und deine Rechte als Opfer.

Begeht jemand eine Straftat, kann diese Person bei der Polizei angezeigt werden.

Du kannst dich hier online informieren.

Die Polizei in Senden hat offene Sprechstunden zu folgenden Zeiten:  
dienstags 17:00-18:00 Uhr  
donnerstags 10:00-11:00 Uhr  
Anton-Aulke-Ring 62

Wichtig: Formuliere dein Anliegen immer auf Deutsch!

“Bei einem akuten Notfall (zum Beispiel ein Streit mit Körperverletzung) rufst du unter der 110 den Notruf.  
Stelle sicher, dass du oder ein Freund dein Anliegen auf Deutsch übermitteln können, sodass dir schnell geholfen werden kann.”



# Freizeit

In Senden gibt es ein umfangreiches Angebot für alle Altersgruppen. Alle Vereine und Institutionen hier aufzuführen würde sehr unübersichtlich sein.

Daher findest du [hier](#) den Link zu der Senden App, wo du dich informieren kannst.

Auch auf der ersten Seite der Senden App oder der [Homepage](#) findest du immer aktuelle Veranstaltungen.

Für Kinder und Jugendliche kannst du dich an den Ökumenischen Jugendtreff wenden, der in jedem Ortsteil vertreten ist.

Die breit gefächerten Angebote richten sich an alle Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene von 6 bis 27 Jahren in Senden.

Je nach Altersgruppe findet gemeinsames spielen, basteln, Fußball oder auch Ausflüge statt. Für die Ferien werden extra Aktivitäten angeboten.

# Gemeinde Senden

Irrtümer vorbehalten

Herausgeber und Verantwortlich für Inhalte: Fachbereich III

Redaktion: Janine Karrasch

