



Willkommen in Menden

tor zum ankommen

Willkommensmappe der Stadt Menden im Sauerland



Inhalt

01	Begrüßung tor zum ankommen
02	Erste Orientierung / wichtige Anlaufstellen tor zur orientierung
03	Sprache und Integration tor zur sprache
04	Kinder und Familie tor zur familie
05	Kita und Schule tor zur bildung
06	Gesundheit tor zur gesundheit
07	Wohnen tor zum zuhause
08	Mobilität tor zur mobilität
09	Freizeit und gesellschaftliches Leben tor zum vergnügen
10	Institutionen und Ansprechpartner*innen tor zur gemeinschaft

01

Begrüßung

tor zum ankommen



Begrüßung der Integrationsbeauftragten

„

Liebe Neubürger*innen,

von mir als Integrationsbeauftragte im Namen des Team Integration ein herzliches Willkommen in Menden!

Wir freuen uns, dass Sie nun Teil unserer Stadt sind, und möchten Ihnen für Ihren Neuanfang hier bestmöglich helfen. Diese Willkommensmappe soll Ihnen wichtige Informationen und Anlaufstellen zu unserer Stadt, zu den Bildungsmöglichkeiten, zur Gesundheitsversorgung und zur Kultur liefern.

Menden lebt von den Menschen, die hier zusammenkommen. Bringen Sie sich ein, lernen Sie Ihre Nachbarschaft kennen und fühlen Sie sich willkommen!

Für Ihren Start wünsche ich Ihnen alles Gute!

Yamina Mekhatria

Integrationsbeauftragte der Stadt Menden

02

Erste Orientierung / wichtige Anlaufstellen

tor zur orientierung

Team Integration

Für den Aufgabenbereich Asyl und Integration steht in Menden das Team Integration zur Verfügung. Es besteht aus Sozialarbeiter*innen, Sachbearbeiter*innen und einer Integrationsbeauftragten.

Adresse	Neumarkt 5, 58706 Menden
E-Mail	asyl@menden.de
Telefon	02373 903 1400

Öffnungszeiten Sachbearbeitung

Montag	8:30 – 12:30 Uhr
Dienstag	nur mit Termin
Mittwoch	nur mit Termin
Donnerstag	8:30 – 12:30 Uhr 14:30 – 17:30 Uhr
Freitag	nur mit Termin

Aufgaben des Team Integration

- Aufnahme und Unterbringung von Geflüchteten in Gemeinschaftsunterkünften
- Sozialpädagogische Betreuung der Bewohner*innen der Unterkünfte
- Gewährung von Leistungen zum Lebensunterhalt nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG)
- Für Asylbewerber:
 - Gewährung von Leistungen für Unterkunft und Heizung
 - Gesundheitsleistungen bei Krankheit, Schwangerschaft und Geburt
 - Leistungen des Bildungs- und Teilhabepakets (Schulbedarf, Lernförderung, Mittagessen etc.)

Bürgerbüro

Zuständig für Generelles, zum Beispiel Anmelden und Ummelden.

Adresse	Neumarkt 5, 58706 Menden
Telefon	02373 9031550
Termine	online oder telefonisch

Öffnungszeiten

Montag	7:30 – 17:00 Uhr
Dienstag	7:30 – 17:00 Uhr
Mittwoch	7:30 – 13:00 Uhr
Donnerstag	7:30 – 18:00 Uhr
Freitag	7:30 – 13:00 Uhr

Kommunales Integrationsmanagement (KIM)

Das Kommunale Integrationsmanagement (KIM) ist ein freiwilliges Beratungsangebot für zugewanderte Menschen im Märkischen Kreis. Ziel ist es, einen schnellen und unkomplizierten Zugang zu regionalen Integrationsleistungen zu ermöglichen – passgenau, individuell und wohnortnah.

Für Menden zuständig

Name	Andreas Habel
E-Mail	A.Habel@maerkischer-kreis.de

Ausländerbehörde des Märkischen Kreises

Adresse	Kreishaus II Heedfelder Str. 45, 58509 Lüdenscheid
E-Mail	auslaenderbehoerde@maerkischer-kreis.de
Telefon	02351 966-60

Sprechstunde in Menden

Termin	dienstags 8:30 – 12:00 Uhr
Ort	Hönne-Berufskolleg Hofeskamp 12, 58706 Menden

Jobcenter

Adresse	Unnaer Str. 2, 58706 Menden
---------	-----------------------------

Öffnungszeiten

Montag	08:00 – 12:30 Uhr 13:30 – 15:30 Uhr
Dienstag	08:00 – 12:30 Uhr 13:30 – 15:00 Uhr
Mittwoch	08:00 – 12:30 Uhr 13:30 – 15:30 Uhr
Donnerstag	08:00 – 12:00 Uhr 13:30 – 17:00 Uhr
Freitag	08:00 – 12:30 Uhr

Gleichstellungsbeauftragte

Die Gleichstellungsbeauftragte setzt sich für die Gleichberechtigung von Frauen und Männern in Menden ein. Sie berät und unterstützt Sie bei persönlichen Anliegen, zum Beispiel bei Trennung, häuslicher Gewalt oder bei Fragen zu Beruf und Familie.

Die Gespräche sind vertraulich. Bei Bedarf vermittelt sie Sie an weitere Beratungsstellen.

Name	Heike Berkes
Telefon	02373-903-1540
E-Mail	gleichstellungsstelle@menden.de h.berkes@menden.de
Adresse	Rathaus, Raum A 111 Neumarkt 5, 58706 Menden
Öffnungszeiten	Montag bis Donnerstag, nach telefonischer Vereinbarung

Sozialkaufhaus

Hier können Sie Kleidung, Haushaltswaren, Möbel und Lebensmittel günstig kaufen.

SKFM

Sozialmarkt, Möbelhaus, De-Cent-Laden:
Kauf von Kleidung, Haushaltswaren, Möbeln
und Lebensmitteln
Fröndenberger Straße 38, 58706 Menden

Fairkauf Lendringsen

Sozialkaufhaus
Bieberberg 6, 58710 Menden



Kinderladen Ringelsocke

Sozialkaufhaus für Kindersachen

Pastoratsstraße 27, 58706 Menden

03

Sprache und Integration

tor zur sprache

Deutschkurse der VHS

Adresse	Untere Promenade 28, 58706 Menden
Telefon	02373 94713-0
E-Mail	info@vhs-mhb.de

Öffnungszeiten

Montag bis Mittwoch	9:00 – 12:00 Uhr 14:30 – 16:00 Uhr
Donnerstag	9:00 – 12:00 Uhr 14:30 – 17:30 Uhr
Freitag	9:00 – 12:00 Uhr

Deutschkurse der Euro-Schulen

Adresse	Lortzingstr. 12, 58706 Menden
Telefon	02373 1726730
E-Mail	menden@eso.de
Öffnungszeiten	Montag bis Freitag 08:00 – 13:00 Uhr

bzh – Märkischer Kreis gGmbH

Du möchtest in Deutschland arbeiten? Im Förderzentrum NRW in Menden bekommst du persönliche Unterstützung bei der Berufsorientierung, bei beruflichen Sprachkenntnissen, bei Bewerbungen und bei der Suche nach einem Praktikumsplatz. Gemeinsam schauen wir, was du gut kannst, was du brauchst und welcher Weg zu dir passt.

Adresse	Fröndenberger Straße 75, 58706 Menden
Ansprechpartnerin	Sina Ebauer
Telefon	0160 91979832
E-Mail	ebauer@bzh-mk.de
Website	www.bzh-bildung.de

Port A³ – Aufnehmen, Ausbilden und Arbeiten für Flüchtlinge

Für Geflüchtete, die einen (eingeschränkten) Zugang zum Arbeitsmarkt haben, bietet Port A³ Beratung und Begleitung an:

- Deutsch für den Beruf
- Vermittlung in Arbeit und Ausbildung
- berufliche Orientierung und Berufsvorbereitung
- Begleitung bei Behördengängen

Auch Ausbildungsstätten und Arbeitgeber*innen werden beraten und unterstützt, wenn es um die Arbeitsaufnahme eines geflüchteten Menschen geht.

Ansprechpartnerin	Nina Cubaixo
E-Mail	nina.cubaixo@awo-ha-mk.de
Telefon	02371 2192613 0157-31011106

Termine nur nach Vereinbarung.

Ausschuss für Integration und Chancengerechtigkeit

Der Ausschuss für Chancengerechtigkeit und Integration (vormals Integrationsrat) ist das Sprachrohr der Menschen mit Migrationshintergrund. In diesem Gremium des Rates der Stadt Menden arbeiten direkt gewählte Vertreterinnen und Vertreter der Menschen mit Migrationshintergrund mit Mitgliedern des Rates auf Augenhöhe zusammen.

Im Fokus stehen die vielfältigen Fragen rund um das Thema Integration. Gerne können Sie sich auch engagieren und Ihre Themen und Fragen mit einbringen.

Kontakt	aci@stadt-menden.de
----------------	--

04

Kinder und Familie

tor zur familie

Familienpass

In Menden gibt es den Familienpass. Diesen kostenlosen Pass erhalten auf Antrag alle Familien, die mit Hauptwohnsitz in Menden gemeldet sind und in denen mindestens ein Kind lebt, das das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet hat. Pro Familie wird nur ein Pass ausgegeben.

- Kostenlos beantragbar beim Bürgerbüro
- Gilt, solange mindestens ein Kind unter 18 Jahren im Haushalt lebt
- Nur in Verbindung mit einem Personalausweis gültig
- Beispiel: 50 % Ermäßigung auf den Eintrittspreis im Hallenbad für Kinder ab 5 Jahren

Stadtteiltreffs für Kinder und Jugendliche

In Menden gibt es vier verschiedene Kinder- und Jugendtreffs:

Das Zentrum

Kirchplatz 3, 58706 Menden

Treffpunkt Platte Heide

Hermann-Löns-Straße 61, 58708 Menden

Treff Böisperde

Bahnhofstraße in Böisperde 5, 58708 Menden

Stadtteiltreff Lendringsen

Böingser Weg 5, 58710 Menden

Frühe Hilfen

■ Familienbüro

Das Familienbüro der Stadt Menden bietet Mendener Familien einen Ort der Begegnung und des Austausches. Hier können Sie sich in entspannter Atmosphäre von den Familienlotsinnen informieren lassen.

Sie bekommen einen guten Überblick über die Vielfalt der Angebote für Familien in unserer Stadt und können bei Bedarf an die richtige Ansprechperson vermittelt werden.

Offene Sprechzeiten

Dienstag	9:00 – 11:00 Uhr
Mittwoch	14:00 – 16:00 Uhr
Freitag	9:00 – 11:00 Uhr
Telefon	02373 903-1530
Weitere Infos	www.fruehehilfen-online.nrw.de/menden.suche

■ Interkulturelles Beratungsangebot für zugewanderte und geflüchtete Familien

Beraterin	Brigitta Mölle Interkulturelle Familienarbeit
Themen	Kita-Anmeldungen, Leben in Menden als Familie, Übergang Kita/Schule
Adresse	Margueritenweg 5, 58708 Menden Haus der VHS, Raum AF 2.5
Telefon	0151 64145700

Erreichbarkeit

Montag bis Mittwoch	7:30 – 13:00 Uhr nachmittags nach Absprache
Donnerstag	11:00 – 13:00 Uhr nachmittags nach Absprache
Freitag	8:00 – 12:00 Uhr Telefonsprechstunde

Kindergeld

Der Kindergeldantrag ist bei der Familienkasse in der zuständigen Agentur für Arbeit zu stellen.

Informationen	www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder
---------------	--

Familienkasse Nordrhein-Westfalen Ost

Adresse	Brausestr. 13-15, 58636 Iserlohn
Telefon	0800 4555530

Kinderzuschlag (für Berufstätige)

Der Kinderzuschlag ist eine ergänzende Geldleistung. Eltern oder Erziehungsberechtigte, die Kindergeld erhalten, können ihn zusätzlich beantragen. Der Kinderzuschlag wird zusammen mit dem Kindergeld ausgezahlt.

Einen Kinderzuschlag können Sie bei der örtlich zuständigen Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit beantragen, wenn Sie zwar Ihren eigenen Unterhalt, nicht aber den Ihrer Kinder sicherstellen können.

Informationen

www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/themen/familie/familienleistungen/kinderzuschlag-und-leistungen-fuer-bildung-und-teilhabe-73906

Familienkasse Nordrhein-Westfalen Ost

Adresse

Brausestr. 13-15, 58636 Iserlohn

Telefon

[0800 4555530](tel:08004555530)

Wohngeld (für Berufstätige)

Wohngeld ist ein staatlicher Zuschuss zu den Kosten für Wohnraum. Wohngeld gibt es als Mietzuschuss für den Mieter einer Wohnung oder eines Zimmers. Die Höhe des Wohngeldes richtet sich nach

- der Anzahl der zu berücksichtigenden Haushaltsmitglieder,
- der zu berücksichtigenden Miete oder Belastung und
- dem Gesamteinkommen.

Einen Antrag auf Wohngeld können Sie im Bürgerbüro stellen.

Leistungen für Bildung und Teilhabe

Wer Asylbewerberleistungen, Kinderzuschlag, Wohngeld oder Arbeitslosengeld II bekommt, hat auch Anspruch auf Leistungen für Bildung und Teilhabe.

Das Bildungs- und Teilhabepaket besteht aus Geld- und Sachleistungen. Mit den Sachleistungen wird sichergestellt, dass diese Leistungen die Kinder und Jugendlichen im Sinne einer individuellen Förderung auch erreichen.

Beantragt werden die Leistungen an unterschiedlichen Stellen:

Bei Kinderzuschlag oder Wohngeld

Wer den Kinderzuschlag oder Wohngeld bekommt, hat auch Anspruch auf Leistungen für Bildung und Teilhabe. Das Bildungs- und Teilhabepaket besteht aus Geld- und Sachleistungen, die die Kinder und Jugendlichen auch erreichen sollen.

Bei Arbeitslosengeld II

Wer Arbeitslosengeld II bekommt, wendet sich für Leistungen aus dem Bildungspaket bitte an das örtliche Jobcenter.

Bei AsylbLG

Empfänger von Sozialhilfe und Leistungen nach dem AsylbLG wenden sich für Leistungen aus dem Bildungspaket bitte an das örtliche Sozialamt bzw. das Team Integration.

Elterngeld

Im Gegensatz zum Kindergeld ist der Antrag auf Elterngeld nicht verpflichtend. Es kann aber ein Antrag gestellt werden; die Leistungen werden jedoch auf die ansonsten bezogenen Sozialleistungen angerechnet. Daher fordern die Sozialleistungsträger zum Teil die Antragstellung.

Informationen

www.familienportal.de

Elterngeldstelle Märkischer Kreis

Adresse

Kreishaus Lüdenscheid
Heedfelder Straße 45, 58509 Lüdenscheid

Dienstag, Donnerstag und Freitag

8:30 – 12:00 Uhr

Donnerstag zusätzlich

13:30 – 15:30 Uhr

Schwangerenberatung

Die staatlich anerkannte Schwangerenberatungsstelle der Stadt Menden bietet Beratung zu allen Fragen rund um:

- Schwangerschaft und ungewollte Schwangerschaft
- Geburt und junge Elternschaft
- Empfängnisverhütung und Familienplanung
- Erstausrüstung und Fördermöglichkeiten
- das Thema Hebammen

E-Mail

schwangerenberatung@menden.de

Telefon

[02373 903-1333](tel:02373 903-1333)

05

Kita und Schule

tor zur bildung



Kindertagesstätten in Menden

In Menden gibt es 28 Kindertagesstätten. Die verschiedenen Kitas können Kinder ab 4 Monaten oder ab 2 Jahren besuchen. Die folgenden Übersichten zeigen alle Einrichtungen nach Stadtteilen mit dem jeweiligen Mindestalter.

Mitte

Innenstadt | Lahfeld | Schwitten | Rauherfeld

DRK Familienzentrum
DER Obsthof

Tel.: 02373 - 63889
kita.obsthof@drk-kinderwelt.de



Elterninitiative Kindergarten
Kleine Freunde

Tel.: 02373 - 4661
info@kiga-kleine-freunde.de



Ev. Kita
Friedrich v. Bodelschwingh

Tel.: 02373 - 3408
ev.kita.bodelschwingh@tvb-is.de



Kath. Kindergarten
St. Apollonia

Tel.: 02373 - 5306
appollonia-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Kath. Kindergarten
Don Bosco

Kath. Familienzentrum Menden-Mitte
Tel.: 02373 - 4553
don-bosco-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Kath. Kindergarten
Heilig Kreuz

Tel.: 02373 - 3572
heilig-kreuz-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Kath. Kindergarten
St. Paulus

Tel.: 02373 - 5665
paulus-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Kath. Kindergarten
St. Walburgis

Kath. Familienzentrum Menden-Mitte
Tel.: 02373 - 918709
walburgis-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Wegbereiter Kita gGmbH
Farbenland

Familienzentrum Hofeskamp
Tel.: 02371 - 82041360
farbenland@wegbereiter-ggmbh.de



Nord

Börsperde | Halingen

Ev. Kita
Börsperde

Tel.: 02373 - 1741430
ev.kita.boersperde@tvb-is.de



Kath. Kindergarten
St. Maria Magdalena

Tel.: 02373 - 60814
maria-magdalena-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Städt. Familienzentrum
Börsperde-Halingen

Tel.: 02373 - 67625
kita-boersperde@menden.de



Städt. Kindergarten
Halingen

Tel.: 02378 - 4242
kiga-halingen@menden.de



Wegbereiter Kita gGmbH
Farbenzwerge

Tel.: 02371 - 82041370
farbenzwerge@wegbereiter-ggmbh.de



KiTa-Portal der Stadt Menden (Sauerland)

Sie sind auf der Suche nach einer passenden Kindertages-einrichtung (Kita) und/oder einem Platz in der Kindertages-pflege für Ihr Kind und wollen es bequem online voranmelden? Dann sind Sie hier genau richtig!



Der QR-Code führt Sie auf die Homepage der Stadt Menden, genauer auf die Seite über Kitas und Kindertagespflege. Dort erhalten Sie weitere Informationen und erreichen über einen Link das Anmeldeportal.

Süd

Berkenhofskamp | Lendringsen | Asbeck | Hüingsen

DRK Familienzentrum AM SALZWEG

Tel.: 02373 - 82024
kita.salzweg@drk-kinderwelt.de



Ev. Familienzentrum Lendringsen

Tel.: 02373 - 81718
ev.kita.lendringsen@tvb-is.de



Kath. Kindergarten Christ König

Tel.: 02373 - 81211
christ-koenig-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Kath. Familienzentrum St. Josef

Tel.: 02373 - 81792
josef-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Kath. Kindergarten St. Martin

Tel.: 02373 - 85602
martin-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Städt. Familienzentrum Zeisigstraße und „Waldhüpfgruppe“

Tel.: 02373 - 86004
kita-zeisigstrasse@menden.de



Wegbereiter Kita gGmbH Wiesenwichtel

Tel.: 02371 - 82041420
wiesenwichtel@wegbereiter-ggmbh.de



West

Platte Heide | Papenbusch

Ev. Kita Paul-Gerhardt Familienzentrum Platte Heide

Tel.: 02373 - 62603
ev.kita.paulgerhardt@tvb-is.de



Kath. Kita St. Marien Familienzentrum Platte Heide

Tel.: 02373 - 1728468
marien-menden@kath-kitas-ruhr-mark.de



Lebenshilfe Geburtstagskindergarten

Familienzentrum TriCasa
Tel.: 02373 - 9471090
kita@lebenshilfe-lued-mk.de



Städt. Kita Am Papenbusch Familienzentrum TriCasa

Tel.: 02373 - 9038590
kita-papenbusch@menden.de



Städt. Kita Arndtstraße Familienzentrum TriCasa

Tel.: 02373 - 63406
kita-arndtstrasse@menden.de



Städt. Familienzentrum Vincenz

Tel.: 02373 - 4370 kiga-
vincenz@menden.de



Städt. Kita Vollmersbusch Familienzentrum Platte Heide

Tel.: 02373 - 66595
kita-vollmersbusch@menden.de



Öffnungszeiten

Mindestalter bei Aufnahme

Familienzentrum

Betreuung von Kindern mit
& ohne Behinderung

Kindertagespflegestellen / Tagesmütter

Kindertagespflege ist eine staatlich anerkannte Form der Kinderbetreuung, in der Regel für Kinder bis drei Jahre (und ergänzend bis 13 Jahre). Eine qualifizierte Tagesmutter oder ein Tagesvater betreut bis zu fünf Kinder gleichzeitig in einem familiären Umfeld, oft in der eigenen Wohnung. Sie ist rechtlich der Kita gleichgestellt.

Eine aktuelle Auflistung der anerkannten Kindertagespflegestellen in Menden finden Sie unter folgender Internetadresse:

www.skfm-menden.de/unsere-hilfen/kindertagespflege/anerkannte-kindertagespflegestellen-in-menden/

Schulsystem

Alle Kinder besuchen zuerst die Grundschule. Danach wechseln sie auf eine weiterführende Schule:

Schule	Dauer
Primarstufe	
Grundschule	4 Jahre
Sekundarstufe I	
Hauptschule	6 bzw. 5 Jahre
Realschule	6 Jahre
Gesamtschule	6 bzw. 9 Jahre
Gymnasium	9 Jahre
Sekundarstufe II	
Berufliches Gymnasium auf einer Berufsschule	3 Jahre

Abschlüsse

- Mittlerer Bildungsabschluss nach der 10. Klasse
- Hochschulreife am Ende der Sekundarstufe II

Grundschulen in Menden

Nikolaus-Groß-Schule Böisperde

Bahnhofstr. 2, 58708 Menden

Gemeinschaftsgrundschule Platte Heide

Malvenweg 2, 58708 Menden

Bischof-von-Ketteler-Schule Lendringsen

Salzweg 45, 58710 Menden

Josefschule Lendringsen

Friedhofstr. 6, 58710 Menden

Anne-Frank-Schule

Robert-Leusmann-Str. 2, 58708 Menden

Albert-Schweitzer-Schule

Beethovenstr. 2, 58706 Menden

Josefschule Menden

Werringser Str. 2, 58706 Menden

Weiterführende Schulen

Städt. Realschule Menden

Klosterstr. 20, 58706 Menden

Städt. Gymnasium an der Hönne

Walramstr. 2, 58706 Menden

Städt. Gesamtschule Menden

Windthorststr. 36, 58706 Menden

Walburgis-Realschule

Schwitter Weg 22, 58706 Menden

Walburgis-Gymnasium

Schwitter Weg 22, 58706 Menden

Hönne-Berufskolleg

Werler Str. 4, 58706 Menden

Placida-Viel-Berufskolleg

Dechant-Röper-Str. 47, 58706 Menden

Informationen zur Schulanmeldung

Weitere Infos zur Schulanmeldung finden Sie auf der Homepage der Stadt Menden:

www.menden.de

06

Gesundheit

tor zur gesundheit

Hausärzt*innen

Hier finden Sie die Hausarztpraxen in Menden und die Sprachen, die dort gesprochen werden.

MVZ Hausärzte Menden – Praxis Zentrum

Unnaer Str. 19, 58706 Menden

Telefon: [02373 9232610](tel:02373 9232610)

Sprachen: Deutsch, Englisch, Arabisch

Arabisch bei: Dr. Farah

MVZ Hausärzte Menden – Praxis Platte Heide

Lupinenweg 2, 58708 Menden

Telefon: [02373 9610112](tel:02373 9610112)

Sprachen: Deutsch, Englisch, Arabisch

Arabisch bei: Dr. Farah

MVZ Hausärzte Menden – Praxis Lendringsern

Lendringser Hauptstr. 15, 58710 Menden

Telefon: [02373 9233850](tel:02373 9233850)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Praxis Dr. Rahn / MVZ Meschede (Dr. Spentzos)

Balver Str. 72, 58706 Menden

Telefon: [02373 2542](tel:02373 2542)

Sprachen: Deutsch, Englisch, Griechisch, Russisch, Ukrainisch

Praxis Dr. Bossecker

Unnaer Str. 17, 58706 Menden

Telefon: [02373 15067](tel:02373 15067)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Praxis Dres. Dietrich & Kockmeyer

Unnaer Str. 12, 58706 Menden

Telefon: 02373 1307 / 1308

Sprachen: Deutsch, Englisch

Praxis Dres. Breger

Bieberkamp 51, 58710 Menden

Telefon: [02373 12434](tel:02373 12434)

Sprachen: Deutsch, Rumänisch, Englisch

Praxis Dr. med. Robert Horsch

Wilhelmstr. 50a, 58706 Menden

Telefon: [02373 2447](tel:02373 2447)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Praxis Dr. El-Kaly

Lendringser Platz 3, 58710 Menden

Telefon: [02373 81188](tel:02373 81188)

Sprachen: Deutsch, Englisch, Arabisch

Praxis Dr. Schierhorn

Hunsrückstr. 11, 58706 Menden

Telefon: [02373 98480](tel:02373 98480)

Sprachen: Deutsch

Praxis Dr. Modarrespur-Vogel

Otto-Weingarten-Str. 3, 58710 Menden

Telefon: [02373 81988](tel:02373 81988)

Sprachen: Deutsch, Englisch, Persisch (ggf.)

Praxis Dr. Knapp

Lendringser Hauptstr. 54, 58710 Menden

Telefon: [02373 17054104](tel:02373 17054104)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Praxis Dr. Terstappen

Pastor-Quade-Str. 5, 58706 Menden

Telefon: [02373 3087](tel:02373 3087)

Sprachen: Deutsch

Hausarztpraxis Dr. Charif

Glockenblumenweg 2, 58708 Menden

Telefon: [02373 65353](tel:02373 65353)

Sprachen: Deutsch, Arabisch

Zahnärzt*innen

Dr. Ralf Rohleder & Kolleg*innen

Unnaer Str. 20, 58706 Menden

Telefon: [02373 5033](tel:02373 5033)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Z-point / Dr. Prünke & Partner

Am Hönneufer 1-2, 58706 Menden

Telefon: [02373 81760](tel:02373 81760)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Dr. med. dent. Albrecht Menke

Unnaer Str. 13, 58706 Menden

Telefon: [02373 12335](tel:02373 12335)

Sprachen: Deutsch

Dr. Bald

Hauptstr. 42, 58706 Menden

Telefon: [02373 10888](tel:02373 10888)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Dr. Neuhaus / Maja Weber

Querstr. 1, 58706 Menden

Telefon: [02373 3777](tel:02373 3777)

Sprachen: Deutsch

Dr. med. dent. C.F. Richter

Wilhelmstr. 12, 58706 Menden

Telefon: [02373 14464](tel:02373 14464)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Makowski Dentistry

Papenhausenstr. 11a, 58706 Menden

Telefon: [02373 10550](tel:02373 10550)

Sprachen: Deutsch, Englisch, Polnisch

Plitt-Degenhart, Fobe

Papenhausenstr. 1, 58706 Menden

Telefon: [02373 2717](tel:02373 2717)

Sprachen: Deutsch

Dr. med. dent. Michael Wagner

Brückstr. 24, 58706 Menden

Telefon: [02373 2527](tel:02373 2527)

Sprachen: Deutsch

Dr. med. dent. Georg Mihaly

Bismarckstr. 1, 58708 Menden

Telefon: [02373 61414](tel:02373 61414)

Sprachen: Deutsch, Ungarisch

Zahnarztpraxis Schlotmann

Kornblumenweg 6, 58708 Menden

Telefon: [02373 67775](tel:02373 67775)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Zahnarztpraxis Henke

Werler Str. 17, 58706 Menden

Telefon: [02373 92810](tel:02373 92810)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Guido Luig

Lendringser Platz 6, 58710 Menden

Telefon: [02373 60445](tel:02373 60445)

Sprachen: Deutsch

Oliver Penz

Lendringser Hauptstr. 55, 58710 Menden

Telefon: [02373 81372](tel:02373 81372)

Sprachen: Deutsch

Dr. Pahlen

Pastor-Quade-Str. 5, 58706 Menden

Telefon: [02373 3038](tel:02373 3038)

Sprachen: Deutsch

Gynäkologie

Praxis Nathalie Dehnert

Südwall 35, 58706 Menden

Telefon: [02373 5616](tel:02373 5616)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Praxis Dr. Frank Albrecht

Krankenhausweg 8, 58706 Menden

Telefon: [02373 15066](tel:02373 15066)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Praxis Cathrin Spiekermann

Bodelschwinghstr. 17, 58706 Menden

Telefon: [02373 18117](tel:02373 18117)

Sprachen: Deutsch, Englisch

**Frauenarztpraxis Knieb-Gevargez
Zoubalan**

Unnaer Str. 12, 58706 Menden

Telefon: [02373 9190606](tel:02373 9190606)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Praxis Dr. Beatrix Dinkel

Lendringser Hauptstr. 5, 58710 Menden

Telefon: [02373 82001](tel:02373 82001)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Kinderärzte

Dr. med. Michael Berndt

Bieberberg 24, 58710 Menden

Telefon: [02373 84562](tel:02373 84562)

Sprachen: Deutsch, Englisch

Dr. med. Thomas Dücker

Kaiserstr. 27, 58706 Menden

Telefon: [02373 4477](tel:02373 4477)

Sprachen: Deutsch

Krankenhäuser

St. Vincenz Krankenhaus Menden

Am Stein 24, 58706 Menden

Telefon: [02373 1680](tel:02373 1680)

Wichtige Notrufnummern

110

Polizei

112

Feuerwehr / Krankenwagen

116 117

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Wie setze ich einen richtigen Notruf ab?

Bei einem Notruf werden dir alle wichtigen Fragen von geschultem Personal gestellt! Du kannst daher nichts falsch machen. Ein*e Disponent*in stellt dir am Telefon in der Regel folgende Fragen:

■ 1. Wo ist es passiert?

Mach eine möglichst genaue Angabe, wo der Unfall passiert ist. Ort, Stadtteil, Straße, Hausnummer, Stockwerk und weitere Angaben helfen den Einsatzkräften, den Unfallort schnell zu finden. Solltest du dich nicht auskennen, bitte die Menschen um dich herum um Hilfe bei der Ortsangabe.

Beschreib bei schwer auffindbaren Orten den Weg möglichst genau. Auch auffällige Gebäude und Schilder oder auch sichtbare Berge, Hügel und Seen können helfen. Im besten Fall gibt es eine zweite Person, einen sogenannten Einweiser, der die Einsatzkräfte in Empfang nimmt und ihnen den Weg zeigt.

■ 2. Was ist passiert?

Beschreib kurz und prägnant, was passiert ist, zum Beispiel ob es einen Unfall gab.

Beispiele: „Es kam zu einem Verkehrsunfall zwischen einem Auto und einem LKW.“ oder „Ein Kind ist im Eis eingebrochen.“

■ 3. Warten

Leg nicht auf! Warte stattdessen auf mögliche Rückfragen der Leitstelle. Leg unbedingt erst auf, wenn die Leitstelle das Gespräch beendet.

Um die Situation besser einschätzen zu können, stellt dir die Leitstelle häufig folgende Fragen:

■ 4. Wie viele Verletzte gibt es und welche Verletzungen liegen vor?

Gib an, wie viele Verletzte es gibt. Sollte es vermisste Personen geben, gib auch diese Anzahl an. Versuch außerdem, die Art der Verletzungen beziehungsweise Krankheiten zu beschreiben. Jede Angabe hilft den Einsatzkräften.

■ 5. Wer meldet den Notfall?

Nenne deinen Namen sowie eine Telefonnummer, unter der dich die Leitstelle bei Rückfragen erreichen kann.

07

Wohnen

tor zum zuhause



Mülltrennung

In Deutschland ist die Mülltrennung gesetzlich geregelt und sehr wichtig. Bitte werfen Sie Ihren Abfall in die richtige Tonne:

Restmüll

Farbe: Grau / Schwarz

Inhalt: Nicht recycelbarer Hausmüll (z. B. Windeln, Staubsaugerbeutel)

Papiertonne

Farbe: Blau

Inhalt: Zeitungen, Zeitschriften, Karton, Pappe

Wertstofftonne

Farbe: Gelb

Inhalt: Verpackungen aus Plastik, Metall und Verbundmaterialien

Biotonne

Farbe: Braun / Grün

Inhalt: Speisereste, Obst- und Gemüseabfälle, Gartenabfälle

Glascontainer

Farbe: Grün / Braun / Weiß

Inhalt: Flaschen und Gläser – getrennt nach Farbe (Buntglas, Braunglas, Weißglas)

Spermüll (z. B. alte Möbel, Elektrogeräte) muss gesondert angemeldet werden:

Stelle	Stadtbetrieb Menden (SBM)
Telefon	02373 903-0
Website	www.stadtbetrieb-menden.de

Grundsätzliche Regeln zum Wohnen

In Deutschland gelten einige wichtige Regeln für das Zusammenleben im Wohnhaus:

■ Hausordnung

Die meisten Wohnhäuser haben eine Hausordnung. Sie regelt z. B. die Nutzung von Gemeinschaftsflächen (Treppenhaus, Keller, Hof), die Treppenhausreinigung sowie die Entsorgung von Müll. Bitte lesen Sie diese sorgfältig durch – sie liegt oft im Treppenhaus aus oder wird vom Vermieter ausgehändigt.

■ Ruhezeiten

Die Nachtruhe gilt in der Regel von 22:00 bis 06:00 Uhr. Laute Geräusche (Musik, Bohren, Feiern) sind in dieser Zeit zu vermeiden. Viele Häuser haben auch eine Mittagsruhe (13:00 – 15:00 Uhr).

Sonntags und an gesetzlichen Feiertagen gilt ganztägig erhöhte Ruhe – Rasenmähen und Heimwerken sind dann nicht erlaubt.

■ Heizung und Nebenkosten

Neben der monatlichen Miete zahlen Sie in der Regel eine Nebenkostenvorauszahlung für Heizung, Wasser, Müllentsorgung und andere Kosten. Am Ende des Jahres erhalten Sie eine Nebenkostenabrechnung – je nach Verbrauch kann es zu einer Nachzahlung oder Erstattung kommen.

■ Stromkosten

Wer eine eigene Wohnung hat, muss den Strom selbst bezahlen. Das Geld dafür ist bereits in den monatlichen Sozialleistungen (wie Bürgergeld oder Asylbewerberleistungen) enthalten. Das Amt zahlt den Stromanbieter nicht extra.

■ Schäden und Reparaturen

Schäden in der Wohnung (z. B. Wasserschaden, defekte Heizung) müssen dem Vermieter umgehend und möglichst schriftlich gemeldet werden. Nehmen Sie keine eigenmächtigen Reparaturen vor, ohne den Vermieter zu informieren.

■ Anmeldepflicht

Wenn Sie in eine neue Wohnung in Menden einziehen, müssen Sie sich innerhalb von 14 Tagen beim Bürgerbüro ummelden. Der Vermieter stellt Ihnen dafür eine Wohnungsgeberbestätigung aus.

Bürgerbüro

Neumarkt 5, 58706 Menden

■ Wohnungskündigung

Wenn Sie als Mieter in Deutschland Ihre Wohnung selbst kündigen möchten, müssen Sie die Kündigung **schriftlich auf Papier** mit Ihrer **Original-Unterschrift** an den Vermieter senden.

Der Brief muss spätestens am dritten Werktag eines Monats beim Vermieter ankommen, damit die gesetzliche **Kündigungsfrist von drei Monaten** zählt.

Gesetzliche Feiertage in Nordrhein-Westfalen

An gesetzlichen Feiertagen und sonntags haben viele Geschäfte, Behörden und Arztpraxen geschlossen. Lärm und Gartenarbeiten sind an diesen Tagen ebenfalls eingeschränkt.

Datum	Feiertag
1. Januar	Neujahr
variabel (März/April)	Karfreitag
variabel (März/April)	Ostermontag
1. Mai	Tag der Arbeit
variabel (Mai/Juni)	Christi Himmelfahrt 39 Tage nach Ostersonntag
variabel (Mai/Juni)	Pfingstmontag 50 Tage nach Ostersonntag
variabel (Mai/Juni)	Fronleichnam 60 Tage nach Ostersonntag
3. Oktober	Tag der Deutschen Einheit
1. November	Allerheiligen
25. Dezember	1. Weihnachtstag
26. Dezember	2. Weihnachtstag

Tipp: Planen Sie Behördengänge, Einkäufe und Arzttermine rechtzeitig, damit Sie nicht von einem Feiertag überrascht werden.

08

Mobilität

tor zur mobilität

Menden ist gut an den öffentlichen Nahverkehr angebunden. Hier finden Sie alle wichtigen Informationen zu Bus, Bahn und weiteren Verkehrsmitteln.

Bus – MVG Märkische Verkehrsgesellschaft

Der Busverkehr in Menden wird von der MVG Märkische Verkehrsgesellschaft betrieben. Mehrere Linien verbinden die Stadtteile Mendens untereinander sowie mit Nachbarstädten wie Iserlohn, Hemer und Fröndenberg.

Wichtige Buslinien in Menden

Linie	Strecke (Kurzfassung)
1	Menden Battenfeld – Innenstadt – Hemer (Richtung Iserlohn)
21	Menden Hämmerstr. – Innenstadt – Lendringsen – Oberrödinghausen/Hüingsen
22	Menden Battenfeld – Innenstadt – Iserlohn
24	Menden Lahrfeld – Battenfeld – Bahnhof – Platte Heide Schule
27	Menden – Unna (Bahnhof)

Aktuelle Fahrpläne, Haltestellen und Echtzeit-Infos finden Sie unter:

Website	www.mvg-aktuell.de
Apps	MVG Online DB Navigator Moovit

Bahn – RB54

Menden hat einen eigenen Bahnhof mit Anschluss an die Regionalbahn RB54. Diese verbindet Menden mit Fröndenberg und weiter in Richtung Iserlohn.

Linie	Strecke und Fahrzeit
RB54	Menden – Fröndenberg – Iserlohn ca. 25 Min. nach Iserlohn
RB54 mit Umstieg	Menden – Fröndenberg – Dortmund ca. 50–70 Min. nach Dortmund

Fahrpläne und Tickets der Deutschen Bahn:

Website	www.bahn.de
App	DB Navigator

Deutschlandticket

Mit dem Deutschlandticket können Sie für einen monatlichen Pauschalbetrag alle Busse und Bahnen im Nahverkehr in ganz Deutschland nutzen – also auch in Menden und der gesamten Region.

Preis (Stand 2026)	63 Euro pro Monat
Gültigkeit	alle Busse und Regionalzüge (RB, RE) in ganz Deutschland
Nicht gültig für	ICE, IC, EC (Fernverkehr)
Kündigung	bis zum 10. des Monats für den Folgemonat
Kinder unter 6 Jahren	fahren kostenlos mit

Das Ticket erhalten Sie als digitales Abo bei:

Deutsche Bahn	www.bahn.de/angebot/regio/deutschland-ticket
MVG	www.mvg-aktuell.de
oder per App	DB-App / MVG-App

Tipp: Als Jobticket bieten viele Arbeitgeber das Deutschlandticket vergünstigt an. Fragen Sie bei Ihrem Arbeitgeber nach! Außerdem gibt es das Deutschlandticket Sozial und das Sozialticket MK – sprechen Sie dazu die Sachbearbeiter*innen des Team Integration an.

Fahrrad

Menden verfügt über ein wachsendes Radwegenetz. Das Fahrrad ist eine gute und günstige Möglichkeit, sich in der Stadt zu bewegen – besonders im Frühling und Sommer.

Hinweise

- Fahrräder müssen mit funktionierender Beleuchtung (vorne weiß, hinten rot) und Reflektoren ausgestattet sein – gesetzliche Pflicht in Deutschland.
- Eine Helmpflicht besteht in Deutschland nicht, ein Helm wird aber dringend empfohlen.
- Fahrräder dürfen in der Regionalbahn RB54 mitgenommen werden (außerhalb der Stoßzeiten; ggf. Fahrradticket erforderlich – bitte beim Zugpersonal erfragen).

- Radwege sind in Deutschland häufig durch blaue Schilder mit Fahrradsymbol gekennzeichnet – diese müssen Radfahrer dann benutzen.

Taxi

In Menden gibt es mehrere Taxiunternehmen. Taxis können per Telefon oder über Taxi-Apps bestellt werden. Eine Übersicht finden Sie online:

Website	www.taxi.de Suche: Menden
Suchmaschine	Taxi Menden

Wichtige Apps und Websites für Mobilität

DB Navigator

Zugreisen planen & Tickets kaufen

www.bahn.de

MVG Online

Busfahrpläne im Märkischen Kreis

www.mvg-aktuell.de

Moovit

ÖPNV-Navigation & Echtzeit

moovitapp.com

Google Maps

Routenplanung für alle Verkehrsmittel

maps.google.com

09

Freizeit und gesellschaftliches Leben

tor zum vergnügen



Menden bietet vielfältige Freizeit- und Kulturangebote für Jung und Alt. Hier finden Sie einen Überblick über Sport, Kultur und Begegnung in Ihrer neuen Heimatstadt.

Menden Pass

Inhaber*innen des Menden Passes erhalten in vielen städtischen Einrichtungen Ermäßigungen – zum Beispiel im Hallenbad. Für allgemeine Ermäßigungen und Sondertarife lohnt es sich, beim Team Integration nachzufragen.

Sport

Menden verfügt über 17 Turn- und Sporthallen, 7 Sportplätze und zahlreiche Sportvereine, die Menschen aller Altersgruppen und Herkunft willkommen heißen. Der Stadtsportverband Menden e. V. koordiniert die Vereinsarbeit und fördert den Sport in der Stadt.

Tipp: Weitere Infos zu den Mendener Sportvereinen finden Sie auf der Homepage der Stadt Menden:

www.menden.de

Hallenbad und Freibad

■ Mendener Hallenbad

Das Mendener Hallenbad liegt in schöner Waldrandlage und bietet für die ganze Familie ein attraktives Freizeitangebot:

- 25-Meter-Sportbecken mit Sprunganlage
- Warmes Lehrschwimmbecken mit Rutsche
- Kursangebote für Kinder und Erwachsene (z. B. Schwimmkurse)
- Behindertengerechter Zugang über Aufzug
- Kostenlose Parkplätze vor dem Bad

Adresse	Am Hünenköpfchen, 58706 Menden
Telefon	02373 12957
Website	www.menden.de

■ Bürgerbad Leitmecke

Das Bürgerbad Leitmecke ist ein Freibad in Menden.

Adresse	Bürgermeister-Rau-Straße 2, 58706 Menden
Telefon	02373 64611
Website	www.leitmecke.de

Hinweis: Mit dem Familienpass erhalten Kinder ab 5 Jahren 50 % Ermäßigung auf den Eintrittspreis. Mit dem Menden Pass erhält jede Person 25 % Ermäßigung auf den Eintrittspreis.

Museen

Die Stadt Menden betreibt vier Museen, die alle kostenlos zu besuchen sind und die Geschichte und Kultur der Region lebendig machen.

Industriemuseum Gut Rödinghausen

Fischkuhle 15, 58710 Menden
 Mi & Do: 9:00 – 17:00 Uhr
 Sa & So: 10:00 – 18:00 Uhr
 Über 300 Jahre Industriegeschichte,
 barrierefrei, kostenloser Eintritt

Stadtmuseum

Marktplatz 3, 58706 Menden
 Mi & Sa: 9:00 – 12:00 Uhr
 Do: 9:00 – 12:00 Uhr und 15:00 – 17:00 Uhr
 Stadtgeschichte seit der Eiszeit, direkt in der
 Innenstadt

Schmarotzerhaus

An der Stadtmauer 5, 58706 Menden
 1. Samstag im Monat: 11:00 – 12:00 Uhr
 Über 300 Jahre altes Arme-Leute-Haus,
 erbaut 1710

Poenigeturm

Turmstraße, 58706 Menden
 1. Samstag im Monat: 11:00 – 12:00 Uhr
 Mittelalterlicher Wehrturm mit Ausstellung zu
 den Opfern des Hexenwahns 1628

E-Mail	museum@menden.de
Telefon	02373 903-8770

Musikschule

Die Städtische Musikschule Menden bietet Unterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in einer großen Vielfalt von Instrumenten. Auch Kurse in Musikalischer Frühförderung für kleine Kinder werden angeboten.

- Instrumente: Klavier, Gitarre, Flöte, Trompete, Schlagzeug, Harfe, Akkordeon und viele mehr
- Musikalische Frühförderung ab 4 Jahren
- Regelmäßige Konzerte und Vorführungen im Konzertsaal Westflügel

Adresse	Untere Promenade 30, 58706 Menden
Telefon	02373 903-8755
E-Mail	musikschule@menden.de

Stadtbibliothek

Die Dorte-Hilleke-Stadtbücherei Menden ist seit Mai 2026 in modernen neuen Räumen und bietet ein breites Medienangebot: Bücher, Zeitschriften, CDs, DVDs, Konsolenspiele und digitale Medien.

Adresse	Unnaer Str. 2-4, 58706 Menden
Telefon	02373 903-1600
E-Mail	stadtbuecherei@menden.de

Öffnungszeiten

Dienstag bis Freitag	10:00 – 18:00 Uhr
Samstag	10:00 – 13:00 Uhr

Der Bibliotheksausweis kann vor Ort oder online beantragt werden. Für Kinder und Jugendliche ist der Ausweis kostenlos.

Natur und Wandern

Menden liegt im Sauerland und ist von schöner Natur umgeben. Entlang der Hönnetalstraße, am Flusssufer der Hönne und in den Wäldern rings um die Stadt gibt es zahlreiche Wanderwege und Radtouren für jedes Fitnesslevel.

- **Hönnetal:** beliebtes Wandergebiet mit Felsklippen und Natur direkt vor der Stadtgrenze
- **Radwege:** Menden ist gut an regionale Radwege angebunden (Infos beim ADFC).
- **Tipp:** Der Märkische Kreis bietet eine kostenlose Wanderbroschüre mit Tourenvorschlägen an (erhältlich beim Bürgerbüro).

Veranstaltungen und Stadtleben

Das ganze Jahr über finden in Menden Veranstaltungen, Feste und kulturelle Angebote statt:

KunstFest PASSAGEN

Zweiwöchiges Kulturfestival jedes Jahr Ende August auf Gut Rödinghausen (Konzerte, Theater, Ausstellungen)

Wochenmarkt

Regelmäßig in der Mendener Innenstadt und im Stadtteil Platte Heide

Sonderausstellungen

In den vier städtischen Museen das ganze Jahr über

Konzerte der Musikschule

Regelmäßig im Westflügel der Musikschule

Mendener Kindersommer

Jeden Mittwoch in den Ferien besuchen bekannte Künstler unsere Stadt und bieten von 15 bis 16 Uhr ein tolles Programm für Kinder und Familien. Die Veranstaltungen sind kostenlos.

Pfingstkirmes

Die alljährlich in der gesamten Innenstadt stattfindende Kirmes beginnt am Samstag vor Pfingsten und endet dienstags mit einem großen Brillant-Feuerwerk.

Turmblasen

Das traditionelle Turmblasen findet an Heiligabend auf dem Platz vor dem Alten Rathaus statt.

Kreuztracht

Zu Karfreitag finden stündlich von Gründonnerstag 21 Uhr bis Karsamstag 6 Uhr Prozessionen statt.

Mendener Frühling / Sommer / Herbst / Winter

Jährliche Volksfeste in der Innenstadt

Aktuelle Veranstaltungshinweise finden Sie unter:

www.stadtmarketing-menden.de

10

Institutionen und Ansprechpartner*innen für zur gemeinschaft



Menden hat ein lebendiges Netz an Vereinen, Ehrenamtlichen und Institutionen, die Neuzugezogene beim Ankommen unterstützen. Hier finden Sie eine Übersicht.

Begegnungsangebote und Ehrenamt

■ Treff Alt Menden – Begegnungsstätte der Kulturen

Der Treff Alt Menden ist eine Begegnungsstätte für Menschen aller Nationen im Herzen der Stadt. Hier kommen Mendener „Altbürger“ und Neuzugezogene zusammen, um sich kennenzulernen, die deutsche Sprache zu üben und sich gegenseitig zu helfen.

Angebote

- Offener Treff freitags von 10:00 bis 12:00 Uhr (Kaffee, Gespräch, Austausch)
- Hausaufgabenhilfe für Kinder und Jugendliche
- Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen und Briefen
- Begleitung bei Behördengängen und Arztbesuchen
- Hilfe bei der Wohnungssuche und bei Bewerbungen
- Themenabende, Ausflüge und Feste

Adresse	An der Stadtmauer 33, 58706 Menden
Kontakt	Herbert Bölling: 0174 727 775 7 Gaby Wozniowski: 0175 652 003 6

■ Netzwerk „Lendringsen hilft“

Das Netzwerk „Lendringsen hilft“ engagiert sich besonders im Mendener Süden (Lendringsen) für geflüchtete Menschen und Neuzugezogene. Es vereint die evangelische und katholische Kirchengemeinde Lendringsen, die Flüchtlingssozialarbeit, die Kinder- und Jugendpflege sowie mehrere Vereine.

Angebote

- Sachspenden und konkrete Einzelfallhilfe
- Sprachkurse und Begegnungsveranstaltungen
- Unterstützung beim Ankommen im Stadtteil Lendringsen

E-Maillendringsenhilft@gmail.com

■ Mendener in Not

Der Verein engagiert sich für Mendener*innen, die ins „Abseits“ geraten sind, z. B. aufgrund von Krankheit, Wohnungsnot oder finanziellen Schwierigkeiten im Ruhestand, sowie für Familien und Alleinerziehende.

Unterstützung in Form von

- Sachspenden
- Lebensmittelgutscheinen
- konkreter Einzelfallhilfe

E-Mailinfo@mendener-in-not.de**Notfallnummer**[0157 53 66 57 42](tel:015753665742)

■ Hönnetreff – Bürgerhaus Menden

Der Hönnetreff ist das Mendener Bürgerhaus und wurde von einer Genossenschaft engagierter Bürgerinnen und Bürger initiiert und getragen. Er dient als zentraler Begegnungsort für viele Angebote, Vereine und Beratungsangebote in der Stadtmittle.

Adresse

Neumarkt 3, 58706 Menden

Telefon[02373-680078](tel:02373-680078)**Website**www.hoennetreff.de

Glaubenshäuser in Menden

In Menden gibt es Gemeinden verschiedener Glaubensrichtungen. Alle sind offen für Interessierte und bieten neben Gottesdiensten auch soziale Angebote und Gemeinschaft.

■ Katholische Kirchen

Die Katholische Kirchengemeinde Menden ist im Pastoralverbund Menden zusammengeschlossen und bietet unter anderem das Café Vinz als niedrigschwelliges Begegnungsangebot sowie die Caritas für soziale Unterstützung an.

Pastoralverbund Mendenpv-menden.de

Tel.: 02373 2060

SKFM – Kath. Verein für soziale Dienste Menden e.V.www.skfm-menden.de

Tel.: 02373 92870

De-Cent-Laden Menden

Günstige Lebensmittel für Menschen mit
geringem Einkommen

Fröndenberger Str. 38, 58706 Menden

Mo, Mi, Fr: 14:00 – 17:00 Uhr

■ Evangelische Kirchen

Die Evangelische Kirchengemeinde Menden ist in mehreren Stadtteilen aktiv und engagiert sich stark in der sozialen und interkulturellen Arbeit, u. a. durch Mittagstische und das Netzwerk „Lendringsen hilft“.

Evangelische Kirchengemeinde Menden
www.ekmd.de

Mittagstisch Ma(h)lzeit

Bodelschwingh Haus an der Evgl. Heilig-Geist-Kirche
Di & Fr: 11:00 – 13:00 Uhr

Evangelische Kirchengemeinde Lendringsen

Matthias-Claudius-Platz 2, 58710 Menden
Tel.: 02373 84203

■ Moscheen

In Menden gibt es islamische Gemeinschaften, die Muslimen einen Ort des Gebets und der Begegnung bieten. Alle sind offen für Besuche und Fragen.

DITIB Türkisch-Islamische Gemeinde zu Menden e.V.

Grimmestraße 4, 58706 Menden
Tel.: 02373 18443

Kulturelle Vereine und Migrantenselbstorganisationen

In Menden engagieren sich viele kulturelle Vereine für den Zusammenhalt und den interkulturellen Austausch. Hier eine Auswahl:

■ Alevitischer Kulturverein Menden e.V.

Der Alevitische Kulturverein bietet Menschen alevitischen Glaubens und allen Interessierten einen Ort der Begegnung, Kultur und Gemeinschaft.

Adresse	Holzener Str. 24, 58708 Menden-Bösperde
Telefon	02373 177 33 22
E-Mail	Menden.akm@gmx.de

■ Hellenischer Kulturverein Menden und Umgebung e.V.

Der Hellenische Kulturverein steht für Tradition, Toleranz, Vielfalt und Diversität. Er richtet sich an alle Menschen, die die griechische Kultur leben und erleben möchten – unabhängig von Herkunft oder Nationalität.

Website	www.hkv-menden.de
----------------	--

■ DITIB Türkisch-Islamische Gemeinde zu Menden e.V.

Der DITIB Türkisch-Islamische Kulturverein versteht sich als fester, lebendiger Bestandteil des gesellschaftlichen Lebens in Menden. Neben den täglichen Gebetszeiten und der religiösen Begleitung

bietet die Gemeinde vielfältige kulturelle Begegnungen, eine engagierte Frauen- und Jugendarbeit sowie interkulturelle Dialogprojekte zur Förderung des lokalen Zusammenlebens an.

Adresse	Grimmestraße 4, 58706 Menden
E-Mail	info@ditib-menden.de
Telefon	02373 18443

■ Filia – Arbeitskreis für Deutsch-Griechische Freundschaft

Der Arbeitskreis für Deutsch-Griechische Freundschaft wurde 1991 in Menden gegründet. Er bringt Menschen aller Nationalitäten zusammen und fördert den kulturellen Austausch zwischen dem deutschen und dem griechischen Volk.

Angebote u. a.

- Studienfahrten nach Griechenland
- Musikabende (Rebetiko)
- Lesungen und Kulturveranstaltungen

Website	www.dgf-menden.de
----------------	--

Soziale Beratung und Unterstützung

SKFM Menden

Soziale Beratung, Hausnotruf,
Lebensmittelhilfe, Ferienangebote
www.skfm-menden.de
Tel.: 02373 92870

Caritas Menden

Erziehungs- und Familienberatung,
Frühberatung für Säuglinge
Kontakt über SKFM oder Caritasverband
Iserlohn

ASB Menden

Erste Hilfe, Hausnotruf, Freiwilliges Soziales
Jahr (FSJ)
www.asb-menden.de

Drogenberatung Menden (DROBS)

Beratung bei Suchtproblemen (über Stadt
Menden)
Tel.: 02373 903-0

Diakonie Iserlohn

Flüchtlingsberatung Iserlohn
Tel.: 02371 47828 90

Vereinsverzeichnis

Menden hat eine lebendige Vereinskultur mit Sportvereinen, Kulturvereinen, Chören, kirchlichen Gruppen und vielem mehr. Weitere Infos finden Sie auf der Homepage der Stadt Menden:

www.menden.de

Schön, dass Sie da sind!

Herausgeberin

Stadt Menden (Sauerland)
Abteilung Schule, Sport, Soziales
Team Integration
Neumarkt 5, 58706 Menden
asyl@menden.de
02373 903 1400
www.menden.de

Konzept und Gestaltung:

Integrationsbeauftragte Yamina Mekhatria

Stand: Oktober 2026

Alle Angaben ohne Gewähr.

