



INFORMATIONEN FÜR WERDENDE UND JUNGE MÜTTER/ ELTERN



STADT WÜLFRATH





Liebe werdende Eltern,

Mit unserer Broschüre wollen wir Sie, die zukünftigen Mütter und Eltern, in Ihrer Verantwortung unterstützen.

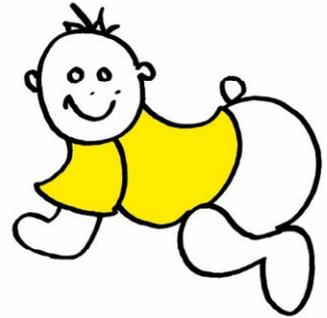
Mit dem Bekanntwerden einer Schwangerschaft verändert sich die gesamte Lebenssituation einer Frau bzw. eines Paares. Es tauchen viele Fragen rund um die Schwangerschaft und Geburt auf, unter anderem nach den Möglichkeiten von finanzieller Unterstützung, nach Betreuung oder arbeitsrechtlichen Konsequenzen

Dieses Informationsheft soll Ihnen als Leitfaden und Orientierungshilfe bei dem neuen, spannenden Lebensabschnitt dienen.

Kinder sind unsere Zukunft. Familien bilden die Basis unserer Gesellschaft und damit auch unserer Kommune.

Wir freuen uns auf jeden neuen Erdenbürger und wünschen Ihnen eine gute Unterstützung für diese ereignisreiche Zeit.

Jugendamtsleiterin



Inhaltsverzeichnis

1. Beratungs-, und Unterstützungsangebote
2. Kliniken/ Elternschulen
3. Hebammen
4. Wirtschaftliche Hilfen
5. Interessante Apps und Links
6. Raum für eigene Notizen



Ich bin schwanger!

Schwangerschaftsverlauf

Die kindliche Entwicklung im Bauch

„Herzlichen Glückwunsch! Sie sind schwanger!“ Dieser Satz verändert von jetzt auf gleich, das ganze Leben. Und dabei sprechen wir nicht nur von Ihrem Leben, sondern auch von dem Ihres Partners.

Es liegen nun 40 spannende Wochen vor Ihnen. Es wird sich viel verändern und es kommt viel Neues auf Sie beide zu! Eins ist vorab schon gesagt: Schwangerschaft und Geburt ist für viele das schönste Ereignis im Leben und es sollte genossen werden!

1. - 8. Woche

Unterschiedliche Anzeichen führen in dieser Zeit häufig zu einer Schwangerschaftsfeststellung. Mit einem Schwangerschaftstest kann dies bestätigt werden. Körperliche und emotionale Veränderungen zeichnen sich in den ersten 8 Wochen ab.

► 1. - 6. Woche

In dieser Zeit nistet sich die Eizelle in der Gebärmutter ein. Circa in der 5. Woche ist der Embryo dann fest mit der Gebärmutter verbunden und versorgt sich über die Nabelschnur. Das Herz beginnt zu schlagen und die Organanlagen bilden Kopf, Nerven und Bauch.

► 7. und 8. Woche

Es entstehen Gehirn, Augenanlagen, Nase und Mund. Die inneren Organe entwickeln sich weiter und die Arme und Beine entstehen.



9. - 16. Woche

Nun befinden Sie sich im dritten Schwangerschaftsmonat. In diesem Zeitraum hat sich ihr Körper an die Schwangerschaft gewöhnt. Die körperlichen Beschwerden nehmen ab.

► 9. - 12. Woche

Die Muskulatur reift aus und das Baby bewegt sich. Die Organe, das Gehirn und die Gliedmaßen wachsen weiter. Jetzt beginnt die Ausprägung der äußeren Geschlechtsorgane. Durch den hohen Versorgungsbedarf wächst in dieser Zeit auch die Plazenta. Nun entsteht bei der Mutter eine zarte Wölbung unter dem Nabel.

► 17. - 24. Woche

Der Bauch wird sichtbar! Immer öfters spüren Sie als werdende Mutter die Bewegungen Ihres Kindes. Ist es ein Junge oder ein Mädchen? In diesem Zeitraum ist eine Geschlechtsfeststellung möglich.

► 25. - 32. Woche

Die Geburt rückt näher. Durch den dickeren Bauch werden Sie in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt und legen sich ein gemächlicheres Lebenstempo zu.

► 33. - 40. Woche

In dieser Zeit heißt es: Warten auf die Geburt! Der Geburtstermin rückt näher, das Baby dreht sich in Geburtsposition und die ersten Wehen beginnen. In den letzten Wochen heißt es für Sie und Ihren Partner, alles für die Geburt vorbereiten!

► Die Geburt

Keine Sorge! Nicht alle Babys werden zum errechneten Geburtstermin geboren. Sollte es also zu einer Terminverzögerung bzw. Verfrühung kommen, Ihr Frauenarzt bzw. Ihre Hebamme steht Ihnen in dieser Zeit zur Seite. Ihr Gesundheitszustand und der Ihres Kindes werden genau beobachtet.



1. Beratungs- & Unterstützungsangebote



Esperanza



esperanza

SKFM Mettmann e.V.
"esperanza" Schwangerschaftsberatung und Väterberatung
Antje Gerdemann
Neanderstr. 68-72
40822 Mettmann
02104/1419-245
esperanza@skfm-mettmann.de
www.skfm-mettmann.de

Schwangerschaft ist eine einschneidende Veränderung. Häufig löst sie ein Wechselbad der Gefühle aus, Unsicherheiten tauchen auf. Bei Esperanza erhalten die Frauen professionelle Unterstützung und Beratung. Fragen rund um die Schwangerschaft werden besprochen– ob bei rechtlichen Themen, finanziellen Sorgen oder emotionalen Problemen. Dies gilt übrigens auch für werdende Väter. Es werden Sprechstunden in Langenfeld, Monheim, Hilden, Ratingen und Velbert angeboten.

Die Beratung ist kostenlos und unabhängig von Konfession oder Nationalität. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht. Esperanza hilft zu klären, wie die Frauen das Leben mit dem Kind und in der Beziehung zu Ihrem Lebenspartner gestalten können.

Esperanza steht den Frauen auch dann zur Seite, wenn sie unsicher sind, ob Sie das Kind wirklich wollen. Rechtliche Fragen beispielsweise zum Mutterschutz, zur Elternzeit oder zum Sorgerecht werden qualifiziert beantwortet. Bei finanziellen Sorgen informiert Esperanza gezielt über wirksame Unterstützungsmöglichkeiten, zum Beispiel über das Elterngeld. Bei Bedarf werden Hilfen aus Stiftungen und Fonds beantragt.

Esperanza begleitet nicht nur in der Schwangerschaft, sondern auch in den ersten drei Lebensjahren des Kindes.



pro familia

pro familia

pro familia Schwangerschaftsberatung
Frau Nora Diecks und Frau Dr. Anne Wichmann
Elberfelder Str. 6
40822 Mettmann
02104-24428

mettmann@profamilia.de

www.profamilia.de

Öffnungszeiten: Anmeldezeiten:

Mo. 08:30-15:00 Uhr, Mi. 08:30-17:00 Uhr, Di., Do. und Fr. 08:30-12:00 Uhr
Beratungen sind auch außerhalb dieser Anmeldezeiten möglich!

Angebote:

Beratung zu Vorgeburtlichen Untersuchungen, Familienplanung, Medizinische Dienstleistungen, Partnerschaftsberatung, Schwangerenberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung

Donum vitae e.V.



Donum vitae e.V.

Schwangerschaftsberatung in Wülfrath 1 x wöchentlich donnerstags

Gerresheimer Str. 106

40721 Hilden

02103/417745

donum_vitae_hilden@t-online.de

www.donum-vitae-hilden.de

Die Schwangerschaftskonfliktberatung ist eine Pflichtberatung, die vor einem Schwangerschaftsabbruch in einer anerkannten Beratungsstelle gesetzlich vorgeschrieben ist. Die Beratungsstellen von donum vitae erfüllen die notwendigen Voraussetzungen und sind daher gesetzlich anerkannt.

Eine ungeplante Schwangerschaft löst bei vielen Frauen und Paaren sehr unterschiedliche Gefühle und existenzielle Fragen aus.

Nach der Beratung erhalten die Frauen die gesetzlich erforderliche Beratungsbescheinigung.

Auch eine allgemeine Sozialberatung, die sich häufig rund um das Thema "Schwangerschaft" ergibt, wird von den Beraterinnen geleistet. Die Beratung ist kostenlos sowie unabhängig von Konfession und Nationalität. Außensprechstunden nach vorheriger Terminabsprache.



STADT WÜLFRATH



Stadt Wülfrath, Jugendamt, Allgemeiner Sozialer Dienst

Säuglinge und Kleinkinder sind besonders schutzbedürftig. Daher ist es wichtig, die ersten Lebensjahre eines Kindes besonders in den Blick zu nehmen und bereits werdende Eltern in ihrer Erziehungsverantwortung zu unterstützen. Durch die Angebote Begrüßungsrucksack, Familienmessen, Elternpaten und intensive Öffentlichkeitsarbeit sind die ersten Schritte einer vernetzten Arbeit im System der frühen Hilfen angelegt. Die Zusammenarbeit wird mit der Zielrichtung Familienbüro, Familien Café und Familienhebammen fortgesetzt.

Begleitung durch Hebammen

Wie unter dem Punkt Hebammen beschrieben besteht ein gesetzlicher Anspruch auf die Begleitung und Unterstützung durch eine Hebamme. Kinderärztinnen und Kinderärzte können bei erkennbarerem Bedarf (das Baby nimmt nicht genug Nahrung auf o.ä.) und auf Wunsch der Eltern, die Betreuung der Familie durch die Hebamme verlängern, bis weitere Hilfen installiert wurden.

Begleitung durch Familienhebammen

Familienhebammen sind staatlich examinierte Hebammen mit einer Zusatzqualifikation. Diese befähigt sie dazu, Eltern und Familien in belastenden Lebenssituationen zu unterstützen. Sie gehen bis zu einem Jahr nach der Geburt des Kindes in die Familien, unterstützen bei der gesundheitlichen Versorgung und leisten dort psychosoziale Unterstützung.

Unter anderem geben Familienhebammen Informationen und Anleitung zu Pflege, Ernährung, Entwicklung und Förderung des Kindes. Dabei binden sie alle Familienmitglieder ein. Die Familienhebammen vermitteln bei Bedarf weitere Hilfen. Sie sind damit für Familien wichtige Lotsinnen durch die zahlreichen Angebote der Frühen Hilfen.

Rund um die Geburt sind Familien eher bereit, Hilfen anzunehmen. Hebammen gegenüber haben Mütter zudem in der Regel großes Vertrauen. Aus diesem Grund können Familienhebammen leichter Zugänge zu weiteren Hilfen schaffen bzw. Familien für eine Annahme von Hilfe motivieren. (vgl. Nationales Zentrum Frühe Hilfen)

Die Stadt Wülfrath stellt die Leistungen von Familienhebammen zur Verfügung. Der Bedarf und der sich daraus ergebende Umfang werden vom Allgemeinen Sozialen Dienst festgelegt. Dies geschieht durch Beratung mit den Eltern und am Verfahren beteiligter Institutionen z.B. Kliniken, Kinderärzten, Tageseinrichtungen o.ä.



Begrüßungsrucksack

Seit 2009 ist ein Begrüßungsrucksack für neue Eltern in Wülfrath eingeführt. Zum Inhalt: Herzstück ist das Elternbegleitbuch mit vielen Informationen, Broschüren, Adressen kompetenter Ansprechpartner und Ansprechpartnerinnen zu Fragen der kindlichen Entwicklung, und Gutscheinen. Dazu gibt es eine Familienratgeber CD mit Kochbuch, Liedern, Fingerspielen und pädagogischen Tipps und ein Traubenkernkissen als Symbol für die Gesundheit. Bei jeder Geburt schreibt das Jugendamt die Eltern an und der Allgemeine Soziale Dienst besucht sie und überreicht den Rucksack oder der Rucksack kann nach Absprache im Jugendamt abgeholt werden.

Ansprechpartnerin:
Alexandra Walter
Am Rathaus 1
42489 Wülfrath
02058/18-215
a.walter@stadt.wuelfrath.de
www.wuelfrath.net

Jugendamt, Pflegschaft, Beistandschaft, Vormundschaften
Rechtliche Sicherheit für Ihr Kind!
Beratung für:

- werdende Eltern, die nicht miteinander verheiratet sind
- Elternteile, bei denen das Kind lebt
- Junge Volljährige, die noch keine 21 Jahre sind, können die Beratung und Unterstützung der Beistandschaft des Jugendamtes der Stadt Wülfrath zu den nachfolgenden Themen kostenfrei in Anspruch nehmen:

Vaterschaftsanerkennung/Vaterschaftsfeststellung/
Vaterschaftsanfechtung
Elterliche Sorge
Unterhalt
Umgang
Beurkundungen

Hinweis: Nicht miteinander verheiratete Eltern können die Vaterschaftsanerkennung und die gemeinsame elterliche Sorge auch bereits vor der Geburt des Kindes beurkunden lassen.



Ansprechpartnerinnen:
Silvia Karen Böhm
Justine Zydek-Kühn
Am Rathaus 1
42489 Wülfrath
02058/ 18291 und 02058/18329
s.boehm@stadt.wuelfrath.de
j.zydek-kuehn@stadt.wuelfrath.de
www.wuelfrath.net

Stadt Wülfrath, Jugendamt, Netzwerk "Frühe Hilfen" Familienmesse

Familienmesse Wülfrath

Einmal pro Jahr findet in Wülfrath eine Familienmesse statt. Der Schwerpunkt liegt auf der Unterstützung von Familien mit Kindern im Alter von 0- 2 Jahren und Schwangeren.

Angebote und Information zum Beispiel zu folgenden Themen:

Bildung, Beratung, Betreuungsmöglichkeiten, Sport, Ernährung, Medien, Elternpaten, Frühe Hilfen, Babysitter, Angebote der Familienzentren.

Die Familienmesse ist ein Angebot des Netzwerkes Frühe Hilfen für Familien in Wülfrath. Der Infotag bietet ein vielfältiges Angebot rund um die Themen Schwangerschaft, Entbindung und Kleinkindphase an. Mütter und Väter können sich an ein Expertinnen Team wenden um fachlich fundierte Informationen zu allen Themen des Säuglings- und Kleinkindalters zu bekommen.

EIN GUTER START FÜR KINDER UND ELTERN!

Das Angebot der Information ermöglicht es den Eltern einerseits sich umfanglich und unverbindlich zu informieren oder andererseits konkrete Fragen an Fachkräfte zu richten.

Für die Familienmesse werden alle Eltern mit Kindern unter drei Jahre persönlich angeschrieben und eingeladen.

Ansprechpartnerin:
Gudula Kohn, Am Rathaus 1, 42489 Wülfrath 02058/18-341
g.kohn@stadt.wuelfrath.de
www.wuelfrath.net



Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Bergische  **Diakonie**

**Beratungsstelle für
Eltern, Kinder und
Jugendliche**

Am Rathaus 1
42489 Wülfrath
02058 / 91 30 60
ebwue@bergische-diakonie.de
www.bergische-diakonie.de

- Unser Angebot umfasst:
- Gespräche zur Klärung des Anliegens
- die Untersuchung der Problemzusammenhänge
- Entwicklung von Lösungsmöglichkeiten
- (schul-) psychologische und (heil-) pädagogische Diagnostik
- Erziehungsberatung
- Familienberatung / Familientherapie
- schulpsychologische Beratung
- Förderangebote bei Lernstörungen
- therapeutische und (heil-) pädagogische Einzelkontakte mit Kindern und Jugendlichen
- Zusammenarbeit mit Familienzentren, Kindertageseinrichtungen, Schulen und anderen Einrichtungen (in Abstimmung mit den Eltern)
- bindungsstärkende Angebote für (werdende) Eltern und ihre Kinder
- Präventionsangebote
- Vernetzung mit anderen Einrichtungen und Helfersystemen

Die Anmeldungen in der Beratungsstelle erfolgen auf freiwilliger Basis. Vorab sollten Eltern telefonisch einen Termin vereinbaren. Die Beratungsstelle unterliegt der Schweigepflicht. Die Beratung ist kostenlos.

Anmeldungen und telefonische Informationen

montags **und** donnerstags: 09:00-12:00 Uhr

montags **bis** donnerstags: 14:00-16:00 Uhr

freitags: 11:30-13:00 Uhr

Telefonische Beratung durch eine Fachkraft:

dienstags und donnerstags: 13:00-14:00 Uhr

Sie können uns auch eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen. Wir rufen Sie dann gerne zurück.



Evangelische Beratungsstelle für Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen "Erziehungs- und Familienberatung"

Ehe- und Partnerschaftsberatung
Lebensberatung
Trennungs- und Scheidungsberatung"

Dorothea Müller
Bahnhofstr. 5
42551 Velbert
02051/4297
info@evelbert.de
www.niederberg.ekir.de

Kirchenkreis Niederberg ist Gemeinschaft



Ev. Beratungsstelle für Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen

Jede und jeder von uns kann psychisch einmal in eine Sackgasse geraten.

Sie können Gedanken und Gefühle haben wie:

- Mir wächst alles über den Kopf
- Ich fühle mich leer und kraftlos
- Ich habe keine Lust mehr
- Ich drehe mich im Kreis und kann mich nicht entscheiden
- Ich fühle mich in Beziehungen überfordert
- Wir reden aneinander vorbei
- Wir streiten uns um jede Kleinigkeit
- Wir schweigen uns an
- Wir haben nichts mehr gemeinsam

Wenn Ihre bisherigen Lösungsversuche nicht mehr greifen, bieten wir Ihnen an, gemeinsam neue Wege zu suchen, um aus der Sackgasse herauszufinden. Die Beratungsstelle wird getragen vom Ev. Kirchenkreis Niederberg. Sie ist fachlich unabhängig und offen für alle Menschen, gleich welcher Weltanschauung, Konfession oder Nationalität. Unsere Arbeit geht von einem ganzheitlichen Ansatz aus und schließt verschiedene Therapierichtungen und -methoden ein.

Wir unterliegen der Schweigepflicht. Auf Wunsch können Sie auch anonym bleiben. Ohne Ihr Einverständnis werden weder Informationen eingeholt noch weitergegeben.

Sie können sich persönlich anmelden oder per Anruf (02051-4297), Fax (4298), E-Mail (evelbert@web.de), oder Brief einen Termin vereinbaren
Das Sekretariat ist besetzt: Montags 8.30 - 19.00 Uhr
Dienstags - freitags 8.30 - 12.00 Uhr



2. Kliniken Elternschulen



Elternschule am Helios Klinikum Niederberg



Elternschule Helios Klinikum Niederberg
Robert- Koch-Str. 16
42549 Velbert
02051/982-2911

Geburtshilfe
Sekretariat 02051/ 982-17 01
Montag - Donnerstag: 8:00 – 15:30 Uhr
Freitag: 8:00 – 13:30 Uhr
gerd.degoutrie@helios-kliniken.de
www.helios-kliniken.de

Aktuelles Programm: www.helios-kliniken.de Mit der Geburt Ihres Babys beginnt ein neues Leben – für die Eltern, das Baby und die ganze Familie. Hebammen, Schwestern, Ernährungsberaterinnen und Ärzte unterstützen die Eltern mit einem umfassenden Programm und individueller Beratung. Das Angebot der Elternschule reicht von der ganzheitlichen Geburtsvorbereitung über Säuglingspflegekurs und Stillcafé bis hin zur Ernährungsberatung und Spielgruppe im ersten Lebensjahr.

Angebote, z.B.

- Einladung zum Elterncafé
- Geburtsvorbereitung
- Schwangerschaftsberatung
- Schwangerschaftsgymnastik
- Vorbereitung auf eine natürliche Geburt mit Hypnose
- HypnoBirthing
- Yoga in der Schwangerschaft
- Einfach Stillen! Tipps und Tricks für eine entspannte Stillzeit

Das HELIOS Klinikum Niederberg und die Elternschule laden regelmäßig zum „Info-Abend für werdende Eltern“ in den Sitzungssaal I im Erdgeschoss ein. Im Anschluss an die Vorträge und Gesprächsrunde besteht je nach Situation im Kreißsaal, gegebenenfalls die Möglichkeit, den selbigen zu besichtigen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



Elternschule Ev. Krankenhaus Mettmann

Ursula Johanna Klugstedt
Gartenstr. 4- 6
40822 Mettmann
02104 773-331
ifg@evk-mettmann.de
www.evk-mettmann.de



Elternschule/ Leistungsspektrum:
Arzt- und Expertenvorträge

Vor der Geburt

Die Geburt eines Kindes ist ein zentrales Erlebnis im Leben eines jeden Paares. Hierauf möchten werdende Eltern vorbereitet sein und alles optimal für sich gestalten. Geburtshilfliche Methoden und Begleitungen stehen zurzeit in einer starken, zum Teil kontroversen Diskussion:

- Was spricht für eine natürliche Geburt?
- Welche Hilfen der modernen Medizin sind sinnvoll?
- Welche Auswirkungen, Nebenwirkungen und Gefahren hat welche Geburtsform?

Die geburtshilfliche Abteilung des Evangelischen Krankenhauses lädt regelmäßig zum Informationsabend „Die sichere Geburt mit anschließender Kreißsaal Führung“ ein.

Die Geburt eines Kindes bringt immer große Veränderungen mit sich. Das fängt schon in der Schwangerschaft an. Die Frau muss sich körperlich auf die Geburt einstellen und auch die Säuglingspflege sollten die werdenden Eltern schon vor der Ankunft ihres neuen Familienmitglieds kennen lernen. In unserer Elternschule bieten wir deshalb zahlreiche Kurse für Eltern vor der Geburt an: angefangen bei der klassischen Schwangerschaftsgymnastik über Kurse zum Umgang mit Säuglingen.

Auch die Seelenpflege kommt bei uns nicht zu kurz: Regelmäßig werden Freizeitkurse für werdende Mütter angeboten. In der Vergangenheit zum Beispiel ein Malkurs für Schwangere. Hier können Sie schon vor der Geburt Kontakte zu werdenden Müttern knüpfen und gleichzeitig bei kreativen Freizeitangeboten entspannen.

Das aktuelle Kursangebot der Elternschule finden Sie in unserem Programmheft unter "Aktuelles Programm". Das Programmheft liegt auch zur kostenfreien Mitnahme im EVK Mettmann aus.



3. Hebammen





Kreis Mettmann, Hebammen



Kreis Mettmann Hebammen Gesetzlich geregelte Betreuung vor und nach der Geburt Hebammenverzeichnis Hebammen im Kreis Mettmann

Düsseldorfer Straße 47

40822 Mettmann

02104 99-2257

www.kreis-mettmann.de

Hilfen durch Hebammen

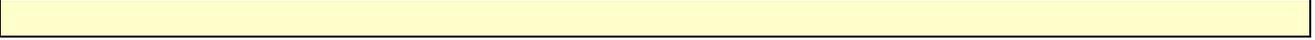
Eltern erwarten ein Kind? Dann haben sie während Ihrer Schwangerschaft einen Anspruch auf die Unterstützung durch eine Hebamme. Auch nach der Geburt begleitet sie die Hebamme. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

Schwangere, haben einen gesetzlichen Anspruch auf Hilfe durch eine Hebamme. Die Hebamme betreut während der Schwangerschaft, begleitet die Geburt und bietet Rückbildungsgymnastik an. Die Kosten für Hausbesuche bis zur achten Woche nach der Geburt werden von der Krankenkasse bezahlt. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Entbindung ambulant, stationär in einer Klinik oder zu Hause stattfindet.

Welche Hebammen im Kreis Mettmann tätig sind findet man im Hebammenverzeichnis unter: www.kreis-mettmann.de.

Weitere freie Hebammen sind im örtlichen Telefonbuch oder im Internet zu finden.

Die Leistungen von Hebammen sind vertraglich bis zum Ablauf von acht Wochen nach der Geburt vorgesehen mit der Möglichkeit einer Verlängerung auf ärztliche Anordnung.



4. Wirtschaftliche Hilfen





Mutterschutzgesetz

Mutterschutz

Wenn Sie Ihrem Arbeitgeber Ihre Schwangerschaft mitteilen, besteht für Sie ein Kündigungsschutz während der Schwangerschaft und bis zu 4 Monate nach der Entbindung. Dies gilt auch, wenn Sie eine Schwangerschaft innerhalb von zwei Wochen nach Zugang der Kündigung mitteilen.

In besonderen Fällen kann allerdings die Kündigung von der zuständigen Behörde für zulässig erklärt werden (z.B. bei betriebsbedingten Kündigungen oder Insolvenz der Firma).

Während der Schwangerschaft und der Stillzeit gelten besondere Mutterschutzvorschriften am Arbeitsplatz:

- ▶ Beginn des Mutterschutz: 6 Wochen vor der Geburt
- ▶ Ende des Mutterschutz: 8 Wochen nach der Entbindung
- ▶ Ausnahme: bei Frühgeburten oder Mehrlingsgeburten verlängert sich die Zeit nach der Entbindung auf mindestens 12, max. 18 Wochen.
- ▶ Während der Schutzfrist gilt ein absolutes Beschäftigungsverbot! Es kann auf Wunsch auf die 6 Wochen Mutterschaftsurlaub vor der Geburt verzichtet werden, wenn Sie dieses dem Arbeitgeber ausdrücklich mitteilen.
- ▶ Während der Vorsorgeuntersuchungen müssen Sie freigestellt werden, da kein Verdienstaussfall entsteht.
- ▶ Wenn Sie die Elternzeit nicht oder nicht voll in Anspruch nehmen möchten, muss Ihr Arbeitgeber Sie für die erforderliche Stillzeit von der Arbeit freistellen. Diese Zeit muss weder vor- noch nachgearbeitet werden. Zu dem darf kein Verdienstaussfall durch die Stillzeit entstehen.

Mutterschaftsgeld

Mutterschaftsgeld erhalten Sie, wenn Sie in einem Arbeitsverhältnis stehen oder Ihr Arbeitgeber das Arbeitsverhältnis während der Schwangerschaft zulässig gekündigt hat. Die gesetzlichen Krankenkassen zahlen während der Schutzfristen vor und nach der Entbindung. Wenn Sie zu Beginn der Schutzfrist in keinem Arbeitsverhältnis stehen, jedoch bei einer gesetzlichen Krankenversicherung mit Anspruch auf Krankengeld versichert sind, erhalten Sie Mutterschaftsgeld in Höhe des Krankengeldes.

Das Mutterschaftsgeld beträgt höchstens 13 Euro pro Kalendertag. Der Arbeitgeber



muss die Differenz bis zu Ihrem tatsächlichen Nettolohn als Zuschuss zum Mutterschaftsgeld zahlen, sofern Ihr Nettoeinkommen 390 Euro übersteigt.

Arbeitnehmerinnen, die nicht selbst Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse sind (z.B. privat krankenversichert, in der gesetzlichen Krankenkasse Familienversichert oder geringfügig beschäftigt sind), erhalten Mutterschaftsgeld in der Höhe von insgesamt 210 Euro über die Mutterschaftsgeldstelle des Bundesversichertenanstalt.

Mutterschaftslohn

Anspruch auf Mutterschaftslohn haben Sie, wenn Sie vor Beginn der eigentlichen Schutzfrist wegen der Schwangerschaft nicht mehr arbeiten dürfen. Das ist beispielsweise der Fall, wenn gesundheitliche Probleme auftreten und der Arzt eine weitere Beschäftigung untersagt. In einem solchen Fall muss der Arbeitgeber Ihnen einen anderen Arbeitsplatz zuweisen oder Sie von der Arbeit freistellen. Durch derartige medizinische Probleme dürfen Ihnen keine finanziellen Nachteile entstehen. Sie haben daher Anspruch auf das Durchschnittsgehalt der letzten drei Monate als Mutterschaftslohn.

Die Broschüre: „Leitfaden zum Mutterschutz“ erhalten Sie:

Herausgeber:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Referat Öffentlichkeitsarbeit
11018 Berlin
www.bmfsfj.de

Bezugsstelle:

Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 48 10 09, 18132 Rostock
Tel.: 030 182722721
Fax: 030 18102722721
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de

Leistungen im Rahmen des Arbeitslosengesetzes II (ALG II)

Eine Schwangerschaft kann so manche Menschen vor finanzielle Probleme stellen. Besonders Hartz-4-Empfängern schießen in solchen Situationen viele Fragen durch den Kopf: Wie soll ich den Nachwuchs mit der überschaubaren Zahlung vom Jobcenter ernähren können? Habe ich eventuell Anspruch auf eine größere Wohnung, wenn der neue Erdenbürger bald ebenfalls ein eigenes Kinderzimmer benötigt?



Hartz 4 und schwanger: Was Sie beantragen können:

Viele Schwangere wissen gar nicht, dass ihnen bereits während der Schwangerschaft ein Mehrbedarf zusteht, mit dem diese die zusätzlichen Kosten für eventuell nötige spezielle Lebensmittel, Kleidung, Spielzeug oder Ähnliches bestreiten können. Auch ein Antrag auf eine Erstausrüstung bei einer Schwangerschaft beim Jobcenter kann gestellt werden. Aber welche Anträge bei einer Schwangerschaft durch Hartz-4-Empfänger können eingereicht werden?

Auch die Schwangerschaft an sich erfordert meist einen höheren finanziellen Aufwand. Schließlich steigen in aller Regel die Ausgaben für Lebensmittel oder auch Kleidungsstücke, müsse diese doch dem Babybauch entsprechen.

Daher ist es möglich, für Schwangerschaftsbekleidung beim Jobcenter einen Zuschuss zu beantragen.

Kurz & bündig: Das Wichtigste zu Hartz-4-Anträgen in der Schwangerschaft:

1. Als schwangere Hartz-4-Empfängerin haben Sie Anspruch auf einen Mehrbedarf sowie auf die Erstausrüstung bei Schwangerschaft. Z.B. Mehrbedarf Schwangerschaft (für werdende Mütter ab der 13. Schwangerschaftswoche)
2. Alle Leistungen, die über den Regelbedarf hinausgehen, werden nur auf Antrag gewährt – so auch der Mehrbedarf für Schwangere.
3. Ein Antrag auf Mehrbedarf und Erstausrüstung kann formlos beim Jobcenter eingereicht werden.

Jobcenter ME-aktiv
Geschäftsstelle Velbert
Heiligenhauser. Str. 6
42549 Velbert

Telefonisch ist das Jobcenter ME-aktiv an allen Geschäftstagen jeweils von 8 bis 18 Uhr unter der Rufnummer 02104-14163-0* zu erreichen.

Düsseldorfer Tabelle - Unterhaltstabelle

Die Düsseldorfer Tabelle dient als Maßstab und Richtlinie zur Berechnung des Unterhalts, insbesondere dem Kindesunterhalt. Eingeführt im Jahre 1962 durch das Oberlandesgericht Düsseldorf bildet sie nunmehr seit 50 Jahren die Richtwerte zur Bemessung des Unterhalts. Die letztmalige Anpassung wurde vom OLG Düsseldorf für den Zeitraum ab 01.01.2019 veröffentlicht.

Dabei hat die Düsseldorfer Tabelle selbst keine Gesetzeskraft und ist eher als allgemeine Richtlinie anzusehen, die auch von den Gerichten bei einer



Unterhaltungspflicht und Unterhaltsberechnung so akzeptiert wird. Dem Unterhaltspflichtigen gibt sie Aufschluss darüber, wie hoch sich die Unterhaltshöhe bemisst. .

Die Unterhaltstabelle finden Sie unter: <https://www.unterhalt.net/duesseldorfer-tabelle.html>

Elterngeld

Das Elterngeld fängt fehlendes Einkommen auf, wenn Eltern nach der Geburt für ihr Kind da sein wollen und deshalb ihre berufliche Arbeit unterbrechen oder einschränken. Den Eltern stehen gemeinsam insgesamt 14 Monate zu, wenn sich beide an der Betreuung beteiligen und den Eltern dadurch Einkommen wegfällt.

Sie können die Monate frei untereinander aufteilen. Ein Elternteil kann dabei mindestens zwei und höchstens zwölf Monate für sich in Anspruch nehmen.

Auch getrennt lebenden Elternteilen steht das Elterngeld zur Verfügung. Alleinerziehende, die das Elterngeld zum Ausgleich des wegfallenden Erwerbseinkommens beziehen, können die vollen 14 Monate Elterngeld in Anspruch nehmen.

ElterngeldPlus

Das ElterngeldPlus stärkt die Vereinbarkeit von Beruf und Familie und erkennt insbesondere die Pläne derjenigen an, die schon während des Elterngeldbezugs wieder in Teilzeit arbeiten wollen. Mütter und Väter haben damit die Möglichkeit, länger als bisher Elterngeld in Anspruch zu nehmen. Sie bekommen doppelt so lange Elterngeld (in maximal halber Höhe) und können so ihr Elterngeldbudget besser ausschöpfen.

Aus einem bisherigen Elterngeldmonat werden zwei ElterngeldPlus-Monate.

Eltern, die sich für ein partnerschaftliches Zeitarrangement entscheiden, erhalten einen Partnerschaftsbonus: Sie bekommen vier zusätzliche ElterngeldPlus-Monate, wenn sie in dieser Zeit gleichzeitig zwischen 25 und 30 Wochenstunden arbeiten. Dies gilt auch für getrennt erziehende Eltern, die als Eltern gemeinsam in Teilzeit gehen. Alleinerziehenden steht der gesamte Partnerschaftsbonus zu.

Bei Vätern ist der Partnerschaftsbonus besonders beliebt. Er stärkt eine partnerschaftliche Aufteilung der Kinderbetreuung zwischen den Eltern.

Weitere Infos unter:

<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/familie/familienleistungen/elterngeld/elterngeld-und-elterngeldplus/73752>



Die Elterngeldstelle für Wülfrath ist in Mettmann

Kreisverwaltung Mettmann
Der Landrat- Sozialamt- Abteilung Elterngeld
Düsseldorfer Straße 47
40822 Mettmann
Telefon: 02104/99-3435
Fax: 02104/99-3434
E-Mail: elterngeld@kreis-mettmann.de

Kindergeld

Eltern, die im Inland wohnen und unbeschränkt einkommensteuerpflichtig sind, erhalten Kindergeld nach Paragraph 62 ff. EStG (Einkommensteuergesetz) als Steuervergütung.

Das Kindergeld wird zum 1. Juli 2019 um 10 Euro erhöht. Es beträgt dann:

- für das erste und zweite Kind monatlich 204 Euro
- für das dritte Kind monatlich 210 Euro

für das vierte und jedes weitere Kind monatlich 235 Euro.

Kindergeld gibt es grundsätzlich

- für alle Kinder bis zum 18. Lebensjahr
- für Kinder in Ausbildung bis zum 25. Lebensjahr
- für arbeitslose Kinder bis zum 21. Lebensjahr

Das Kindergeld wird an die Person ausgezahlt, in deren Obhut sich das Kind befindet. Lebt das Kind mit beiden Eltern zusammen, können diese bestimmen, wer von ihnen das Kindergeld erhalten soll.

Die Auszahlung des Kindergeldes erfolgt in der Regel durch die Familienkassen bei den Agenturen für Arbeit. Weitere Details zum Kindergeld sind im Familienportal des Bundesfamilienministeriums unter: www.bmfsfj.de abrufbar.

Die Familienkasse für Wülfrath ist die Familienkasse Wuppertal

Hünefeldstr. 10a
42285 Wuppertal
E-Mail: Familienkasse-Nordrhein-Westfalen-West@arbeitsagentur.de



DRK-Ortsverein Wülfrath e.V. „Kleiderkammer“

Sozialhilfeempfänger, Nichtsesshafte, Asylanten, Menschen in akuten Notlagen, können gut erhaltene Kleidungsstücke, Schuhe, Bett- und Tischwäsche, Gardinen usw. Haushaltsgegenstände, Geschirr etc. für sehr kleine Beträge erwerben.

Sebastian Dahms
Wilhelmstr. 88
42489 Wülfrath
02058 / 3390
s.dahms@drk-wuelfrath.de
www.drk-wuelfrath.de



SKFM Mettmann e.V. „Der Laden“

Second Hand-Kleidung für die ganze Familie.

Anke Naß
Zur Loev 16
42489 Wülfrath
02104/ 1419-0
info@skfm-mettmann.de
www.skfm-mettmann.de



Information SKFM:

Schicke Kleidung in guter Qualität muss nicht teuer sein. Schauen Sie doch einmal in unserem „Laden“ vorbei. Dort finden Sie attraktive **Second Hand-Kleidung** für die ganze Familie.

Der Schwerpunkt des Angebotes liegt bei dem Bedarf für Schwangere und Kinder. Wir bieten Ihnen alles, von Umstandskleidung über Babyerstaussstattung bis zu Kindermöbeln und Spielzeug, zu sehr günstigen Konditionen. Fachverkäuferinnen, ehrenamtliche Helferinnen und Teilnehmerinnen aus den Beschäftigungsprojekten bereiten die Waren in der Sortierung, Wäscherei und Ausbesserung für den Verkauf vor. Wenn Sie das Gesuchte nicht gleich entdecken, fragen Sie nach. Unsere freundlichen Mitarbeiterinnen beraten Sie gern.

"Der Laden" liegt in Mettmann an der Neanderstraße 68 -72
Einen weiteren "Laden" finden Sie in Wülfrath - Zur Loev 16.
Für beide Standorte gelten die folgenden
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 09.00 -18.00 Uhr



Second-Hand Kaufhaus der Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann in

Mettmann
Bahnstr. 20
40822 Mettmann

Diakonie 
im Kirchenkreis
Düsseldorf-Mettmann

Ob gelungene Schnäppchenjagd, wirtschaftliche Notwendigkeit oder ein schonender Umgang mit Ressourcen: Kauf und Verkauf von Secondhand-Waren nützen Mensch und Umwelt!

Das Warensortiment ist vielfältig: Bekleidung, Mobiliar, Elektrogeräte, Unterhaltungselektronik, Bücher, Spielzeug, Fahrräder, und vieles mehr.

In der Regel ist die Ware gebraucht. Das Kaufhaus der Mettmanner bietet gelegentlich auch Neuware aus Insolvenzen, Lagerbeständen oder Produktionsüberschüssen.



5. Apps und Links



1. Infotool Familie

Schwangerschaft, Geburt und die ersten Lebensmonate des Kindes sind für Eltern eine intensive Zeit. Viele Fragen tauchen auf und wichtige Entscheidungen müssen getroffen werden. Um den Start ins Familienleben einfacher zu machen, sind hier die wichtigsten finanziellen Leistungen und Informationen zusammengestellt.

<http://www.infotool-familie.de>
<http://www.infotool-familie.de/informationen>



Diese Seite ist ein Informationsangebot des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Es dient als erste Anlaufstelle für Familien, um mit wenigen Klicks zu überprüfen, auf welche Familienleistungen Ihre individuelle Familie voraussichtlich Anspruch hat.

Folgende Leistungen/ Erleichterungen sind derzeit Teil dieses Tools:

- ✚ Ehegattensplitting
- ✚ Basiselterngeld
- ✚ Elterngeld Plus
- ✚ Elternzeit
- ✚ Familienpflegezeit
- ✚ Steuerliche Berücksichtigung der Kinderbetreuungskosten
- ✚ Kindergeld / Kinderfreibetrag
- ✚ Kinderzuschlag
- ✚ Mutterschaftsgeld
- ✚ Mutterschutz
- ✚ Pflegeunterstützungsgeld
- ✚ Pflegezeit
- ✚ Steuerliche Berücksichtigung des Entlastungsbetrags für Alleinerziehende
- ✚ Unterhaltsvorschuss

Detaillierte Informationen zu allen Familienleistungen sowie zu vielen weiteren Bereichen des Familienlebens finden Sie auf den Seiten des Familien-Wegweisers unter: <http://www.familien-wegweiser.de/>

2. Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport NRW

<http://www.mfkjks.nrw.de>

MENÜ für FAMILIEN

- ✓ Familie und Arbeitswelt Kinderbetreuung
- ✓ Aktive Vaterschaft
- ✓ Familienbildung
- ✓ Schwangerschaftsberatung



- ✓ Bildungs- und Teilhabepaket
- ✓ Elterngeld und Elternzeit
- ✓ Unterhaltsvorschuss usw.

3. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung/ Familienplanung de
<http://www.familienplanung.de/schwangerschaft/nach-der-geburt/>

https://www.kindergesundheit-info.de/no_cache/infomaterial-service/infomaterial/broschueren-infomaterial/

4. Staatsinstitut für Frühpädagogik (IFP), 80797 München

Das Online-Familienhandbuch www.familienhandbuch.de

5. Deutschen Familienverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Der Familienratgeber

Der Familienratgeber ist ein Projekt des Deutschen Familienverband Nordrhein-Westfalen e.V. gefördert vom Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes NRW

<http://www.familienratgeber-nrw.de>

- ✓ Infos für Familien von A bis Z

6. „Super Dad“

Die neue App „Super Dad“ des Gesundheitsministeriums bietet praktische Hilfestellung vor und nach der Geburt des Kindes.

7. Die folgenden Apps sind vom Netzwerk Gesund ins Leben, einer INFORM-Initiative der Bundesregierung

Schwanger & Essen

Den Einstieg in die App-Trilogie bietet die neue App „Schwanger & Essen“, entwickelt vom Kompetenzzentrum für Ernährung.

8.

Hier ein Überblick über Apps für Eltern:

<http://bestekinderapps.de/eltern-apps>



Die Broschüre wurde im Netzwerk Frühe Hilfen „SOFRÜHWÜ 0-2 Jahre“ erstellt.
Die Inhalte der Broschüre wurden mit größtmöglicher Sorgfalt und nach bestem Gewissen erstellt. Wir übernehmen keine Gewähr für die Aktualität, Vollständigkeit und Richtigkeit der aufgeführten Seiten und Inhalte.

Stand: Februar 2019

Stadt Wülfrath
Jugendamt
Netzwerkkoordination
Gudula Kohn
Am Rathaus 1
42489 Wülfrath
Tel.: 02058/18341
E- Mail: g.kohn@stadt.wuelfrath.de

Bundesstiftung
Frühe Hilfen 

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend