



Castrop
Rauxel



Familien- und Bildungsbüro Castrop-Rauxel

SCHWANGEREN- WEGWEISER

INFORMATIONEN • BERATUNG • ADRESSEN

Bundestiftung
Frühe Hilfen



Gefördert von:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



kinderstark
NRW schafft Chancen

STABSTELLE

Bildung, Vielfalt
und Teilhabe



1. Gesundheit

Seite 6

2. Beratung

Seite 16

3. Finanzielle Unterstützung

Seite 22

4. Behörden

Seite 30

5. Arbeit, Ausbildung, Studium

Seite 34

6. Krisen rund um die Geburt

Seite 36

7. Wissenswertes

Seite 40

VORWORT

Liebe Schwangere, liebe zukünftige Eltern,

sehr herzlich gratuliert Ihnen das Familien- und Bildungsbüro und das Team der Frühen Hilfen zu Ihrer Schwangerschaft. Wir freuen uns mit Ihnen über dieses „Geschenk des Lebens“!

Ein Baby zu bekommen ist ein großes persönliches Glück und eine unvergleichliche Lebensbereicherung – aber auch eine große Herausforderung und Verantwortung.

Vor Ihnen liegt jetzt eine aufregende und ganz besondere Zeit. Der Körper von Schwangeren ist in der Regel von Natur aus für diese Lebensphase mit allem ausgestattet, was für das Ungeborene nötig ist. Haben Sie deshalb Vertrauen zu Ihrem Körper und in Ihre eigenen Kräfte, und lassen Sie sich davon durch diese Zeit leiten. Nichts muss perfekt sein und alles gut laufen – so ist das Leben häufig nicht. Gelassenheit, Ruhe und Zeit sind die wichtigsten „Zutaten“ für diese einzigartige Zeit in Ihrem Leben.

Sie werden sich aber auch mit vielen Fragestellungen beschäftigen und vielleicht zwiespältige Gefühle empfinden: Sie spüren viel Vorfreude, aber daneben kann es auch ganz andere Empfindungen geben. Sie fragen sich, ob Sie der neuen Situation wirklich gewachsen sind und wie Sie mit dieser einschneidenden Lebensveränderung im Alltag überhaupt zurechtkommen werden.

Mit unserem „Wegweiser für Schwangere“ möchten wir Sie auf diesem Weg unterstützen. Er soll Ihnen helfen, einen Überblick über die Leistungen für werdende Mütter und Eltern in Castrop-Rauxel zu bekommen. Sie finden hier Informationen über notwendig zu erledigende Dinge, z.B. Anträge bei Behörden, ebenso wie Hinweise auf Beratungsstellen und Informationen zu Angeboten der Unterstützung in den Feldern Gesundheit, Finanzen, Vereinbarkeit von Beruf und Familie, das Leben mit dem Baby sowie für Krisen und Notlagen. Mit diesem Wissen möchten wir die bestmögliche Voraussetzung schaffen, damit Sie gut gerüstet in die Phase als Familie starten und diesen neuen Lebensabschnitt mit allen Herausforderungen gut gestalten können.

„Die Welt wird jedes Mal neu erschaffen, wenn ein Kind geboren wird. Geboren zu werden bedeutet, dass uns eine ganze Welt geschenkt wird.“ (Jostein Gaarder)

In diesem Sinne möchten wir Ihnen eine aufregende und spannende Schwangerschaft und eine gute Zeit auf dem Weg zur Geburt wünschen.

Ihr
Familien- und Bildungsbüro /
Netzwerk Frühe Hilfen

1. Gesundheit



1. Gesundheit

In der Schwangerschaft stehen zahlreiche Arztbesuche an und Sie haben Anspruch auf unterschiedliche medizinische Leistungen. Die gesundheitliche Versorgung in der Schwangerschaft und Mutterschaft wird durch die Krankenkassen sichergestellt. Zu den Leistungen zählen unter anderem die Vorsorgeuntersuchungen in den gynäkologischen Praxen und die Hebammenhilfe sowie die Versorgung mit Arznei und Heilmitteln; weiterhin zählen auch die häusliche Pflege, Haushaltshilfe und Mutterschaftsgeld dazu.

1.1 Gynäkolog*innen

In der Schwangerschaft führen die Frauenärzt*innen regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen durch, um die Entwicklung des Kindes und

die Gesundheit der Mutter zu beobachten. Jede Schwangere hat einen gesetzlichen Anspruch auf ausreichende medizinische Untersuchungen und Beratungen. Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen. Beziehen Sie Leistungen nach dem Bundessozialhilfegesetz, übernimmt das Sozialamt die Kosten.

Falls Sie unsicher sind, die Schwangerschaft fortzusetzen, informiert Sie Ihre frauenärztliche Praxis über das weitere Vorgehen und vermittelt Sie an die regionalen Schwangerschaftsberatungsstellen (siehe 2.2).

Wann?

Bei Kinderwunsch oder Anzeichen einer Schwangerschaft, z. B. positivem Schwangerschaftstest

Wo?

Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Dr. med. Heike Röchling
Bahnhofstr. 30
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/14932

Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Andreas Bartelsmeier
Wittener Str. 32
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/20674

Gemeinschaftspraxis Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Dr. med. Bernadette Gomon
Dr. med. Alexa Kleist
Wittener Str. 40
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/4459667

Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Dr. med. Therese Grabski
Bahnhofstr. 200
44579 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/1678

Frauenheilkunde u. Geburtshilfe,
Gynäkologische Exfoliativ-Zytologie
Isabella Teperski

Ickerner Str. 65
44581 Castrop-Rauxel, Ickern
Tel. 02305/72064

Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Marina Shcherbakova
Lange Str. 85
44579 Castrop-Rauxel, Habinghorst
Tel. 02305/83637

Unterlagen?

Elektronische Gesundheitskarte

1.2 Mutterpass

Einen Mutterpass erhalten Sie bei der offiziellen Feststellung der Schwangerschaft von den Frauenärzt*innen oder Ihrer betreuenden Hebamme. Im Mutterpass werden bis zur Geburt des Kindes alle Ergebnisse aller Vorsorgeuntersuchungen dokumentiert, relevante Daten zur Gesundheit der Mutter sowie des Kindes vermerkt sowie der voraussichtliche Geburtstermin eingetragen. Der Mutterpass dient den behandelnden Ärzt*innen und Hebammen dazu, den Verlauf der Schwangerschaft und mögliche Risiken zu dokumentieren. Die hier eingetragenen Daten liefern auch für die Geburt oder in medizinischen Notfällen wichtige Informationen. Damit im Notfall alle wichtigen Informationen sofort vorliegen, sollten Schwangere ihren Mutterpass stets bei sich tragen. Nach der Geburt sollte er aufbewahrt werden, da die Daten auch für weitere Schwangerschaften von Bedeutung sein können.

1. Gesundheit

Wann?

Bei Feststellung der Schwangerschaft

Wo?

Gynäkologische Praxis oder Hebamme

Unterlagen?

Elektronische Gesundheitskarte

1.3 Impfschutz

In der Schwangerschaft sollte „so wenig wie möglich, aber so viel wie nötig“ geimpft werden. Es ist daher ratsam, den Impfstatus vor einer Schwangerschaft überprüfen und ggf. vervollständigen zu lassen. Über die Plazenta können aufgrund einer durchgemachten Erkrankung oder einer Schutzimpfung erworbene Abwehrstoffe der Mutter an das ungeborene Kind weitergegeben werden. Der Säugling erhält so in den ersten Wochen bis Monaten nach der Geburt einen gewissen „Nestschutz“ gegen eine Infektion. Einige Impfungen (z.B. Tetanus, Diphtherie, Pertussis, Hepatitis A und B) sind in diesem Zeitraum durchführbar oder sogar ausdrücklich für Schwangere empfohlen (z.B. die Grippe-Impfung). Andererseits sind Impfungen mit Lebendimpfstoffen (z. B. Masern, Mumps, Röteln und Windpocken) in der Schwangerschaft nicht erlaubt. Eine versehentliche Lebendimpfung in oder kurz vor einer Schwangerschaft stellt jedoch keinesfalls eine Indikation zum Schwangerschaftsabbruch dar.

Wann?

Vor oder während der Schwangerschaft

Wo?

Gynäkologische Praxis

Unterlagen?

Impfpass, Elektronische Gesundheitskarte, Mutterpass

1.4 Hebammen

Hebammen (Fachfrauen für die physiologische Schwangerschaft) können eine Schwangerschaft feststellen, den Mutterpass ausstellen und Vorsorgeuntersuchungen anbieten. Sie kontrollieren z. B. Gewicht und Blutdruck, stellen die Lage und die Größe des Kindes fest und prüfen, ob die Herztöne in Ordnung sind und untersuchen regelmäßig die Urin- und Blutwerte. Nur Ultraschalluntersuchungen sind Ärzt*innen vorbehalten. Auch bei Schwangerschaftsbeschwerden und Vorwehen sind Hebammen erste Ansprechpartnerinnen. Sie unterstützen beim Bindungsaufbau zu dem noch ungeborenen Kind. Sie beraten in Fragen zur Ernährung und Lebensweise und helfen bei der Vorbereitung auf das Leben mit dem Neugeborenen. Sie geben Geburtsvorbereitungskurse und helfen bei Schwangerschaftsbeschwerden und Wehen. Während der Schwangerschaft und unter der Geburt sowie danach hat jede Frau gesetzlichen Anspruch auf die Betreuung durch eine Hebamme.

Wann?

Zur bzw. nach Feststellung der Schwangerschaft, während der Geburt, im Wochenbett und in der Stillzeit

Wo?

Marion Korte
Gesundheits- und Wellnesszentrum
Lambertstraße 6
44581 Castrop-Rauxel
Tel. 0171/3887041
kontakt@die-hebamme-marion.de
kortmari@web.de
www.die-hebamme-marion.de
(spricht auch Arabisch)

Eva-Maria Prettenhofer
Brückenweg 3
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 0163/8505507
eva-maria@prettenhofer.com
www.prettenhofer.com

Es werden Geburtsvorbereitung, Rückbildungsgymnastik, Babymassage, Turnen und vieles mehr angeboten.

Elisabeth Plichta
Grutholzallee 29
44577 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/352893

Theresia Bals
In der Praxis Dres. Gomon / Kleis
Wittener Straße 40
44575 Castrop-Rauxel

Sprechstunden

Dienstag 9:00-12:00 Uhr und 15:00-17:00 Uhr
Tel. 02305/4459667
Tel. 0160/9598 7380

Gudrun Wolowski-Landmann
Tel. 0160/91949639
wolowski.hebamme@gmail.com

Rosa Araszewicz
Westheide 21
44577 Castrop-Rauxel
Tel. 01577/2099700
info@hebamme-rosa.de
www.hebamme-rosa.de

Zum Angebot gehören u.a. Kurse zur Geburtsvorbereitung, Rückbildungsgymnastik, Baby-massage (auch extra für Väter), Beratung zum Stillen und zur Beikost und ein Workshop „Reisen mit Baby“.

Julia Wienkotte
Tel. 0157/50400584

Fr. Rosenbauer-Massat
Tel. 0178/8576846
rosenbauer-massat@gmx.de

ASB-Hebammenzentrale
Vest Recklinghausen
www.asb-hebammenzentrale.de

Jenna Nicksteit
Tel. 0171/1724009

Edina Lippe-Borrmann
Tel. 02389/988260
info@geburtshaus-werne.de



1. Gesundheit

Gebursthaus Werne
www.geburtshaus-werne.de

Janina Popp
Tel. 0151/22809203
janina-popp@gmx.de

Rosalia Specht
Tel. 0152/06116153
rosalia@hebamme-specht.de
(spricht auch Russisch)

Jana Lammert
Tel. 0151/67308820
jana0606@gmx.de

Annika Pikosch
Tel. 0173/5451998
brzezicha@gmx.de

Michelle Werner
Tel. 0176/20675321
(Raum Dortmund, Berghofen +25km)

Unterlagen?

Elektronische Gesundheitskarte, Mutterpass

1.5 Familienhebammen

Familienhebammen sind Hebammen mit einer Zusatzqualifikation. Sie sind die Ansprechpartner*innen für Mütter, die eine verstärkte Hilfestellung im alltäglichen Umgang mit ihren Kindern benötigen. Familienhebammen sind dazu befähigt, Sie in der Schwangerschaft oder im ersten Lebensjahr Ihres Kindes in belastenden Lebenssituationen zu unterstützen und zu be-

raten, wenn Sie Hilfe brauchen und sonst nicht mehr weiter wissen.

Wann?

Bei Bedarf in der Schwangerschaft und im 1. Lebensjahr

Wo?

Sarah Janek
Tel. 0152/22527166
familienhebammejanek@googlemail.com

Julia Wienkotte
Tel. 0157/50400584
familienhebamme.wienkotte@outlook.de

Anna Overmann
Tel. 0173/9778939
familienhebammeovermann@gmail.com

Unterlagen?

Mutterpass, Kindervorsorgeuntersuchungsheft

1.6 Geburtsvorbereitungskurs

Geburtsvorbereitung heißt, sich auf die Veränderungen in der Schwangerschaft, unter der Geburt und auf die Rolle als Eltern einzustimmen. Eine gute Vorbereitung durch gute Informationen und Anleitung bedeutet weniger Unsicherheit und ein vertrauensvolles Zugehen auf das Unbekannte – die Geburt und das Leben mit einem Kind. Der Kurs wird von einer Hebamme geleitet. Geburtsvorbereitungskurse werden in unterschiedlichen Formen angeboten. Abendkurse werden in der Regel

einmal pro Woche angeboten, es gibt aber auch Kompakt- oder Wochenendkurse. Schwangere haben die Wahl zwischen einem Frauenkurs und einem Partnerkurs. Die Kosten für einen Geburtsvorbereitungskurs werden von den Krankenkassen erstattet, für den Partner je nach Krankenkasse erstattet oder bezuschusst.

Wann?

Anmeldung zum Kurs möglichst frühzeitig in der Schwangerschaft

Wo?

Geburtskliniken, Hebammen:

Die Wiege am St.-Rochus-Hospital
Frau Glaßmeyer

Hebammensprechstunde, Geburtsvorbereitung für Paare, Geburtsvorbereitung für Frauen, Rückbildungsgymnastik mit Kind und ohne Kind, Bewegen und Entspannen im Wasser, Schwangeren-Yoga, K-Taping, Baby-Brei-Kurse (ohne Kind), Erste Hilfe am Kind, Wickelkurs / Säuglingspflege, Geschwisterführerschein

Glückaufstraße 18, 44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/9679526
(Mo 10-13 Uhr, Di 18-20 Uhr)
kontakt@wiege-rochus.de
www.die-wiege.rochus-hospital.de



St. Vincenz-Krankenhaus Datteln

Hebammensprechstunde, Geburtsvorbereitungskurs für Frauen (4+1 Einheiten), Säuglingspflege und -ernährung

Anmeldungen unter:
Tel. 02363/1082113
hebammen@vincenz-datteln.de



Stillcafé und Stillsprechstunde, Beikostberatung „Von der Milch zur Möhre!“

Anmeldung unter:
Tel. 02363/1082135, 02363/1082130
(Bärbel Schäfers-Gajewski)

Rückbildungsgymnastik mit Kind und ohne Kind (in Datteln und Waltrop)

Anmeldungen unter:
Tel. 02309/787812 (Tanja Reich-Rogat)
Rottstr. 11, 45711 Datteln
Tel. 02363/1080
Info@vincenz-datteln.de

Unterlagen?

Elektronische Gesundheitskarte

1.7 Geburtskliniken im Umkreis

Im Verlauf der Schwangerschaft sollten Sie sich in Rücksprache mit der gynäkologischen Praxis Gedanken machen, wo Sie Ihr Kind zur Welt bringen möchten. Die meisten Schwangeren entbinden in einem Krankenhaus. Einige Kliniken bieten Informationsabende oder Kreißaalführungen an.

Es besteht auch die Möglichkeit, Ihr Kind in einem Geburtshaus oder einer hebammengeleiteten Einrichtung zur Welt zu bringen (www.hebammenverband.de). Dafür oder für

eine Hausgeburt sollten Sie sich sehr früh in der Schwangerschaft eine verantwortliche Hebamme suchen.

Wann?

Eine Anmeldung zur Geburt sollte um die 30. Schwangerschaftswoche in der Klinik erfolgen

Wo?

St.-Rochus-Hospital / Frauenklinik
Glückaufstraße 18
44575 Castrop-Rauxel
Sekretariat: Frau Arend, Frau Steinbach
Tel. 02305/2942300
geburtshilfe.rochus@lukas-gesellschaft.de
Hebammenzentrale
Tel. 0163/3342756
www.lukas-gesellschaft.de/
startseite-st-rochus-hospital.html



St. Vincenz-Krankenhaus Datteln
Rottstr. 11
45711 Datteln
Sekretariat: Birgitta Heel, Raina Rodegro
Tel. 02363/1082151
sekretariat-geburtshilfe@vincenz-datteln.de
Hebammen Datteln
Tel. 02363/1082113
hebammen@vincenz-datteln.de
www.vincenz-datteln.de



Marien Hospital Witten
Marienplatz 2
58452 Witten
Sekretariat: Sandra Brall

Tel. 02302/1731323
frauenklinik@marien-hospital-witten.de
Telefonsprechstunde: Dienstag: 14:00-17:30 Uhr,
Donnerstag: 09:00-13:00 Uhr
Tel. 02302/1731932
www.marien-hospital-witten.de



St.-Johannes-Hospital Dortmund
Johannesstraße 9-13
44137 Dortmund
Sekretariat: Amela Dulovic
Tel. 0231/184335611
gynaekologie@joho-dortmund.de
Stationssekretärin des Kreißsaals:
Martina Lanwehr
Tel. 0231/184337800
geburt@joho-dortmund.de



Unterlagen?

Elektronische Gesundheitskarte, Mutterpass,
Überweisung der gynäkologischen Praxis

1.8 Haushaltshilfe / Wochenbettpflege

Gesetzlich Versicherte haben bereits während der Schwangerschaft oder noch über die Zeit des Wochenbettes hinaus Anspruch auf Pflege und/oder Haushaltshilfe. Auch wenn bereits ein oder mehrere Kinder unter 12 Jahren (in Ausnahmefällen 14 Jahre) im Haushalt leben, haben Sie einen Anspruch auf Haushaltshilfe für die Zeit des Aufenthaltes in der Entbindungsklinik. Der Antrag muss schriftlich zusammen mit einem Attest vom Arzt oder der Hebamme gestellt werden. Die Krankenkasse hilft bei Vermittlung der Pflegekräfte/Haushaltshilfe. Kann

der Vater oder ein anderes Familienmitglied den Haushalt weiterführen, zahlen manche Krankenkassen für diese Zeit einen Verdienstaufschlag bis zu einer bestimmten Höchstgrenze.

Wann?

Bei Bedarf

Wo?

Gynäkologische Praxis oder Hebamme,
Antragsformulare gibt es bei der Krankenkasse

Unterlagen?

Elektronische Gesundheitskarte

1.9 Früherkennungsuntersuchungen

Die Früherkennungsuntersuchungen, auch „U-Untersuchungen“ genannt, sind sehr wichtig für das Kind. Die U1 und U2 werden in der Regel in der Geburtsklinik durchgeführt. Die Ergebnisse der Untersuchung werden in ein gelbes Untersuchungsheft eingetragen. Sie bekommen dieses Untersuchungsheft und den Impfpass Ihres Kindes nach der Geburt. In dem Heft ist ein genauer Zeitplan, wann weitere Früherkennungsuntersuchungen und Impfungen für Ihr Kind stattfinden sollen (U2–U9). Durch die Früherkennungsuntersuchungen sollen mögliche Erkrankungen oder Auffälligkeiten in der Entwicklung ihres Kindes frühzeitig erkannt werden. Das Untersuchungsheft ist sehr wichtig und muss sorgfältig aufbewahrt werden.

Sie müssen das U-Heft und den Impfpass des Kindes zu jedem Termin in der kinderärztlichen Praxis mitbringen. Es empfiehlt sich schon in der Schwangerschaft eine kinderärztliche Praxis zu suchen.

Wann?

Kinderärztliche Praxis vorgeburtlich aufsuchen

Wo?

Kinderärztliche Praxen:

Kinderärztin
Christiane Schmolke
Bahnhofstraße 30
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/18081

Gemeinschaftspraxis
Marktplatz Ickern 6
44581 Castrop-Rauxel
Kinderärztin
Dr.med. Mechthild Höhler
Tel. 02305/74536
und
Kinderarzt
Dr. med. Torsten Damerow
Tel. 02305/43035

Kinderärztin
Dr. med. Susanne Thielbeer
Hangweg 19
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/6956669

2. Beratung

2. Beratung

Während der Schwangerschaft und in der ersten Zeit nach der Geburt entstehen viele Fragen. Manchmal kann es dann hilfreich sein, sich beraten zu lassen, um nicht mit einem Problem alleine zu sein. Bei allen Anliegen können Ihnen Fachkräfte in Beratungsstellen weiterhelfen und Sie unterstützen.

2.1 Frühe Hilfen / Familien- und Bildungsbüro

Schwangerschaft und die ersten Lebensjahre eines Kindes sind eine spannende und bereichernde Phase im Leben einer Familie. Viele Fragen ergeben sich und einige Herausforderungen wollen bewältigt werden. Ein besonderes Angebot des Familien- und Bildungsbüros an junge Familien ist der Willkommensbesuch der Frühen Hilfen bei Ihnen und dem Neugeborenen zu Hause. Alle Eltern eines neugeborenen

Kindes erhalten ein persönliches Besuchsangebot. Mit einem Begrüßungsgeschenk sowie einer Vielzahl an Informationen für die Eltern wird jedes neugeborene Kind willkommen geheißen. Das Familien- und Bildungsbüro ist Service- und Anlaufstelle für alle Fragen rund um das Thema Familie (z.B. Hilfe durch Familienhebammen, Kinderbetreuung, Familienfreizeitipps, frühkindliche Angebote). Es berät Sie gerne und sucht gemeinsam mit Ihnen nach passenden Lösungen und möglicher Unterstützung für Ihre Familie, damit ein guter Start ins Leben gelingen kann. Das Angebot ist vertraulich und kostenlos.

Für Informationen „Rund um das Familienleben“ stellen wir Ihnen unseren Newsletter zur Verfügung. Schicken Sie uns eine E-Mail und wir werden Sie, mit unserem Newsletter über vieles rund um das Abenteuer Familie, informieren.

familienbuero@castrop-rauxel.de

Wann?

Ab Beginn der Schwangerschaft bis zum 3. Lebensjahr des Kindes.

Wo?

Frühe Hilfen / Familien- und Bildungsbüro
Monika Naroska, Tel. 02305/106-2494
monika.naroska@castrop-rauxel.de
Andrea Brigadski, Tel. 02305/106-2495
andrea.brigadski@castrop-rauxel.de
Annika Böhne, Tel. 02305/106-2496
annika.boehne@castrop-rauxel.de
Jennifer Curstein, Tel. 02305/106-2497
jennifer.curstein@castrop-rauxel.de
Schillerstr. 3, 44575 Castrop-Rauxel
familienbuero@castrop-rauxel.de

Unterlagen?

Keine

2.2 Schwangerschaftskonfliktberatung

Werdende Eltern können sich in der Schwangerschaftsberatungsstelle vor, während und nach der Geburt ihres Kindes zu allen Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt kostenlos beraten lassen. Mögliche Themen sind:

- Informationen und Beratung zu Sozialleistungen, finanzielle Hilfen, Vermittlung von Bundesstiftungsgeldern, Unterhalt, Elterngeld, Elternzeit, Sorgerecht...
- Beratung und Unterstützung bei persönlichen Problemen und Notlagen während der Schwangerschaft und auch nach der Geburt
- ärztliche Beratung zu Schwangerschaftsrisiken und vorgeburtlichen Untersuchungen und bei zu erwartender Behinderung des Kindes, u.v.m.

- Beratung und Durchführung des Verfahrens der vertraulichen/anonymen Geburt
- Partnerschafts- und Familienkonflikte
- Unterstützung im Kontakt mit Ämtern und Behörden
- Beratung nach Schwangerschaftsabbruch, nach Tot- und Fehlgeburt

Auch wenn Sie unsicher sind und darüber nachdenken, die Schwangerschaft abbrechen, können Ihnen die Beratenden weiterhelfen. Die Beratung kann auch anonym stattfinden.

Wann?

Vor einer Schwangerschaft, jederzeit in der Schwangerschaft und nach der Geburt

Wo?

Pro Familia Recklinghausen
Beratungsstelle für Familienplanung,
Sexualpädagogik und Sexualberatung
Birgit Schoppmeier-Krügner, Britta Kaufmann
Springstr. 12, 45657 Recklinghausen
Tel. 02361/26701
recklinghausen@profamilia.de
<https://www.profamilia.de/>



Schwangerschaftsberatung
donum vitae Recklinghausen e.V.
Gerd Pointke
Reitzensteinstr. 8, 45657 Recklinghausen
Tel. 02363/939290
info@donumvitae-re.de
www.donumvitae-re.de



2. Beratung

Schwangerschaftsberatung
donum vitae Dortmund e.V.
Andrea Steffen
Friedhof 4, 44135 Dortmund
Tel. 0231/1763874
dortmund@donumvitae.org
www.donumvitae-do.de



SkF Caritasverband Castrop-Rauxel e.V.
Caritasverband Castrop-Rauxel e.V. /
SkF Hörde e.V.
Bärbel Pielsticker
Tel. 0231/184822-0



schwangerschaftsberatung.pielsticker@kath-centrum.de
www.schwangerschaftsberatung-castrop-rauxel.de

Vereinbaren Sie bitte mit uns telefonisch über die Beratungsstelle in Dortmund einen Termin. In Castrop-Rauxel werden Beratungsgespräche dienstags in den Räumen des Jugendhilfezentrums, Lambertusplatz 16, nach Terminvergabe angeboten.

Unterlagen?

Keine

2.3 Babylotsin

Der Caritasverband Castrop-Rauxel e.V. bietet Ihnen gemeinsam mit drei gynäkologischen Praxen (Gomon und Kleis, Teperski, Scherbakova) und dem St. Rochus Hospital aus Castrop-Rauxel eine Babylotsin an, die Sie während und nach der Schwangerschaft zu passenden Anlaufstellen und Unterstützungsangeboten berät.

Vielleicht

- ... ist die Freude auf Ihr Leben mit Kind auch durch Sorgen belastet?
- ... haben Sie Fragen zu Anträgen oder im Umgang mit Behörden?
- ... möchten Sie Unterstützung für den Alltag?
- ... wünschen Sie sich Kontakt zu anderen Müttern und Vätern?
- ... suchen Sie eine Hebamme?

Die Unterstützung durch die Babylotsin ist freiwillig und kostenlos. Sie ist auf die speziellen Bedürfnisse junger Familien geschult und weiß um die besondere Lebenssituation mit einem Säugling.

Wann?

Während der Schwangerschaft und nach der Geburt

Wo?

Gynäkologische Praxen

Babylotsinnen im St. Rochus-Hospital
Marina Heberle, Tel. 02305/2945497
Nora Doberstein
N.Doberstein@Lukas-Gesellschaft.de
babylotse@caritas-castrop-rauxel.de



Unterlagen?

Keine

2.4 Alleinschwangere und Alleinerziehende

Obwohl Familien mit nur einem Elternteil inzwischen normal geworden sind, müssen viele

von ihnen besondere Herausforderungen bewältigen – sei es bei der Vereinbarung von Familie und Beruf oder der damit verbundenen finanziellen Sicherung des Lebensunterhalts. Viele Hilfsangebote richten sich ganz gezielt an Alleinerziehende. In den Beratungsstellen können Sie sich zu allen Fragen beraten lassen, die Sie als alleinerziehender Elternteil beschäftigen.

Wann?

Vor und nach der Geburt

Wo?

Familien- und Bildungsbüro
Monika Naroska, Andrea Brigadski,
Annika Böhne, Jennifer Curstein
Schillerstr. 3, 44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/ 106 -2494, -2495, -2496, -2497
familienbuero@castrop-rauxel.de

VAMV Verband Alleinerziehender Mütter und Väter
Bundesverband e.V. (VAMV)
Hasenheide 70, 10967 Berlin
Tel. 030/6959786
kontakt@vamv.de
www.vamv.de



Unterlagen?

Keine

2.5 Beeinträchtigung des Kindes

Wenn in der Schwangerschaft festgestellt wurde, dass ihr Kind körperlich oder geistig be-

einträchtig sein könnte, ist nichts mehr wie es war. Sie sind überrascht oder geschockt von der Nachricht und unsicher, wie es jetzt weitergehen kann. Viele Fragen entstehen. Das können medizinische Fragen zur Diagnose oder Behandlung Ihres Kindes sein. Vielleicht machen Sie sich Gedanken darüber, wie ein Leben mit einem Kind mit Behinderung wäre. Oder Sie benötigen eine Beratung zu der Frage, ob Sie die Schwangerschaft beenden oder fortführen? Bei den Berater*innen der Schwangerschaftsberatungsstellen finden Sie Unterstützung, Hilfestellungen und wegweisende Informationen. Die Berater*innen können Sie auf Wunsch durch die Schwangerschaft begleiten.

Wann?

Bei Bedarf

Wo?

Schwangerschaftsberatungsstellen (s. S. 17)

Informationen unter:
www.familienratgeber.de



Unterlagen?

Keine

2.6 Schreibabys

Offener Treff für Eltern mit Schreibabys im ersten Lebensjahr

Exzessives Schreien im Säuglingsalter tritt häufig auf. Etwa 16 bis 29 Prozent aller Säuglinge

2. Beratung

sind in den ersten drei Lebensmonaten betroffen. Bei etwa 8 Prozent besteht das Verhalten über den dritten Monat hinaus. Die moderne Säuglingsforschung geht davon aus, dass das häufige Schreien Ausdruck einer verzögerten Verhaltensregulation ist. Diesen Babys fällt es schwerer, einen ausgeglichenen Schlaf- Wachrhythmus zu finden. Häufig sind sie schreckhaft, reizbar, schwer zu trösten und unklar in ihren Signalen. Dadurch ist es für die Eltern extrem schwierig, die Bedürfnisse ihrer Babys zu lesen.

Wann?

Das Angebot richtet sich an Mütter/Väter mit Schreibabys im ersten Lebensjahr.

Wo?

Familienbildungsstätte Datteln
Katholisches Bildungsforum im Kreisdekanat e.V.
Kirchstraße 29, 45711 Datteln
Tel. 02363/910000

Alle 14 Tage montags von 10:00-12:15 Uhr
Leitung: Silvia Falkenherr

Kinder- und Jugendklinik Gelsenkirchen
Schreiambulanz
Adenauerallee 30, 45894 Gelsenkirchen
Tel. 0209/5902 – 0

Anmeldung zur Sprechstunde
Tel. 0209/369-227
Mo-Do 8:00-15:00 Uhr
Fr 8:00-12:00 Uhr

Baby- und Kleinkindberatung
Beratung und Therapie für "schwierige" Säug-

linge/Kleinkinder und ihre
belasteten Familien
Stephanie Gruchot
02362 201510
FF@Lebenshilfe-Dorsten.de



Unterlagen?

Keine

2.7 Häusliche Gewalt

Häusliche Gewalt kann viele Formen haben – nicht nur körperliche oder sexuelle Übergriffe. Auch wenn der Lebensgefährte, der Ehemann oder Ex-Partner Sie beispielsweise beleidigt, Ihnen oder Ihren Kindern droht, Ihnen verbietet das Haus zu verlassen oder Sie nach einer Trennung weiterhin belästigt, ist das häusliche Gewalt. Wenn Sie zu Hause Gewalt erleben, können Sie sich Hilfe bei einer Beratungsstelle suchen. Wenn Sie sich nicht mehr sicher fühlen, können Sie sich an ein Frauenhaus wenden. Dort können Sie (und Ihre Kinder) in Sicherheit wohnen und Hilfe erhalten.

Wann?

Bei Gewalt in der Partnerschaft oder im Umfeld

Wo?

Gewalt gegen Frauen:
Tel. 08000 116 016

Frauenhaus
Postfach 101324
44543 Castrop-Rauxel



Tel. 02305/41793
kontakt@fh-rauxel.de

Unterlagen?

Keine

2.7 Suchtberatung für schwangere Frauen

Die meisten Suchtmittel können das ungeborene Baby schädigen. Natürlich wäre es das Beste für das Baby, wenn keine Drogen während der Schwangerschaft genommen würden. Von heute auf morgen aufzuhören ist aber bei einer Suchterkrankung nicht so einfach und bei einigen Substanzen kann ein sofortiger Entzug sogar lebensbedrohlich für Mutter und Kind werden. Es gibt die Möglichkeit, sich in der Schwangerschaft Ersatzstoffe oder Medikamente geben zu lassen. Drogenabhängigkeit muss kein Grund sein, die Schwangerschaft abzugeben. Holen Sie sich bitte in einer Suchtberatung Hilfe!

Die Suchtberatung kooperiert mit weiteren sozialen Diensten und vermittelt und begleitet Sie in soziale/medizinische Einrichtungen und zu Suchtmediziner*innen.

Wann?

Bei Bedarf während der Schwangerschaft und nach der Geburt

Wo?

Suchtberatung Castrop-Rauxel
Diakonisches Werk im Kirchenkreis Herne

Biesenkamp 24, 44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/921330
Sprechzeiten: Mo-Do 8.30-12.00 Uhr
und 13.30-16.00 Uhr, Fr 8.30-12.00 Uhr
www.diakonie-herne.de/beratung-hilfe/
suchtkrankenhilfe-castrop-rauxel/



Unterlagen?

Keine

2.8 Weitere Beratungsangebote

Hilfe und Beratung für Schwangere
und Eltern mit Kindern bis 3 Jahre
elternsein.info

www.castrop-rauxel.de/kompass

Schwangere in Not - anonym und sicher
Tel. 0800 40 40 020
(in 19 Sprachen jederzeit erreichbar)
hilfetelefon-schwangere.de

Telefonseelsorge 24h
Tel. 08 00 111 01 11

Nummer gegen Kummer
Tel. 08 00 111 05 50

Ich habe Schwierigkeiten mein Baby
anzunehmen und fühle mich
antriebslos und niedergeschlagen:
schatten-und-licht.de

Information für Teenager-Mütter u.
-Väter, jungundschwanger.de

Informationen für die ganze Familie
(Anträge etc.)
familienportal.de/



3. Finanzielle Unterstützung

3. Finanzielle Unterstützung

Es gibt eine große Anzahl finanzieller Hilfen für Schwangere und Eltern. Im folgenden Abschnitt erhalten Sie einen Überblick über Leistungen, die Sie auch schon vorgeburtlich vorbereiten und beantragen können, sowie über Leistungen, die Personen in einer Notlage erhalten. Schwangerenberatungsstellen unterstützen Sie bei Ihren Fragen.

Weitere Informationen und Berechnungshilfen zu einigen Leistungsansprüchen finden Sie zusätzlich auf der Internetseite www.familienportal.de

3.1 Mutterschaftsgeld

Berufstätige Frauen, die in der gesetzlichen Krankenversicherung sind, erhalten während der Mutterschutzzeiten (6 Wochen vor bis 8

Wochen nach der Geburt) von ihrer Krankenkasse Mutterschaftsgeld. Die nachgeburtliche Schutzfrist verlängert sich von 8 auf 12 Wochen bei Frühgeburten, Mehrlingsgeburten und bei der Geburt eines Kindes mit Behinderung.

Bei Bezug von ALG I zahlt nur die Krankenkasse. Für geringfügig Beschäftigte gibt es auf Antrag beim Bundesversicherungsamt auch einmaliges Mutterschaftsgeld.

Wann?

Frühestens 7 Wochen vor dem errechneten Entbindungstermin

Wo?

Antragstellung bei der Krankenkasse. Antragstellung an die Mutterschaftsgeldstelle des Bundesversicherungsamtes in Bonn bei Privatversicherten:

Bundesamt für Soziale Sicherung
- Mutterschaftsgeldstelle –
Friedrich-Ebert-Allee 38
53113 Bonn

Unterlagen?

Antrag auf Mutterschaftsgeld, Ärztliche Bescheinigung über den mutmaßlichen Entbindungstermin, Bescheinigung des Arbeitgebers zur Berechnung von Mutterschaftsgeld.

3.2 Elterngeld / ElterngeldPlus

Elterngeld erhalten alle Eltern, die ihr Baby in der Säuglingszeit selbst betreuen. Sie bekommen auch Elterngeld, wenn Sie nicht berufstätig waren. Ihr Partner oder ihre Partnerin kann ebenfalls Elterngeld beantragen. Je nachdem welche Variante des Elterngeldes Sie nutzen, können Sie Elterngeld bis zu 24 Monate erhalten.

Elterngeld gibt es in drei Varianten:

1. Basiselterngeld
(nur in den ersten 14 Lebensmonaten)
2. ElterngeldPlus
3. Partnerschaftsbonus

Diese Varianten können miteinander kombiniert werden. Das Elterngeld ist für Arbeitnehmer*innen, Beamt*innen, Selbstständige ebenso wie Erwerbslose oder Hausfrauen und Hausmänner. Die Höhe des Elterngelds hängt von Ihrem Einkommen ab und ist abhängig von Ihrer persönlichen Lebenssituation und von der Elterngeld-Variante, für die Sie sich entscheiden.

Hier finden Sie einen Elterngeldrechner mit Planer, mit dem Sie Ihre Ansprüche ausrechnen können:

www.familienportal.de/familienportal/rechner-antraege/elterngeldrechner



Wann?

Innerhalb der ersten drei Monate nach Geburt des Kindes, den Antrag am besten schon in der Schwangerschaft vorbereiten (Elterngeld wird nur drei Monate rückwirkend gezahlt).

Wo?

Kreisverwaltung Recklinghausen
Fachdienst 50
Kurt-Schumacher-Allee 1
45655 Recklinghausen
Tel. 02361/530
elterngeld@kreis-re.de
Elterngeld digital beantragen



Unterlagen?

Antragsformular, Geburtsurkunde, Einkommensnachweis und Bescheinigungen zum Mutterschaftsgeld

3.3 Kindergeld

Anspruch auf Kindergeld haben alle Eltern, die in der Bundesrepublik Deutschland ihren Hauptwohnsitz haben. Ausgezahlt wird das Kindergeld an den Elternteil, bei dem das Kind lebt. Lebt das Kind mit beiden Elternteilen zusammen, können sie bestimmen, welcher Elternteil das Kindergeld erhalten soll.

3. Finanzielle Unterstützung

Das Kindergeld wird grundsätzlich bis zum 18. Lebensjahr des Kindes gezahlt. Unter bestimmten Voraussetzungen kann das Kindergeld auch bis zum 25. Lebensjahr des Kindes gezahlt werden. Die Höhe des Kindergeldes richtet sich nach der Anzahl der Kinder.



Wann?

Zeitnah nach der Geburt bis spätestens zum 4. Lebensjahr (Kindergeld wird nur 6 Monate rückwirkend gezahlt)

Wo?

Familienkasse Recklinghausen
Am Erlenkamp 18
45657 Recklinghausen
Tel. 0800/4555530
(Kindergeld und Kindergeldzuschlag)
Tel. 0800/4555533 (Zahlungstermine)
Telefonisch gebührenfrei zu erreichen
Montag-Freitag 8:00-18:00 Uhr
Familienkasse-Nordrhein-Westfalen-Nord.F16@arbeitsagentur.de
Schnell und direkt: Anträge online erledigen
Wenn Sie im öffentlichen Dienst beschäftigt sind, beantragen Sie das Kindergeld bei Ihrer Personalstelle. www.kindergeld.org



Unterlagen?

Zum Ausfüllen des Antrags brauchen Sie Ihre steuerliche Identifikationsnummer (Steuer-ID). Diese finden Sie zum Beispiel im Einkommensteuerbescheid oder auf Ihrer Lohnsteuerbescheinigung.

3.4 Kinderzuschlag

Für Eltern mit geringem Einkommen gibt es den Kinderzuschlag, wenn das Familieneinkommen unter die Mindesteinkommensgrenze fällt und sie kein Bürgergeld, Sozialgeld oder Sozialhilfe beziehen. Der Anspruch auf einen Kinderzuschlag besteht zusätzlich zum Kindergeld. Mit dem KiZ-Lotsen der Familienkasse können Sie prüfen, ob Sie Anspruch auf den Kinderzuschlag haben:
www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kiz-lotse

Wann?

Zeitnah nach der Geburt

Wo?

Familienkasse Recklinghausen
Am Erlenkamp 18
45657 Recklinghausen
Tel. 0800/4555530
(Kindergeld und Kindergeldzuschlag)
Tel. 0800/4555533 (Zahlungstermine)
Telefonisch gebührenfrei zu erreichen
Montag-Freitag 8:00-18:00 Uhr
Familienkasse-Nordrhein-Westfalen-Nord.F16@arbeitsagentur.de
Schnell und direkt: Anträge online erledigen



Unterlagen?

Den Antrag auf Kindergeldzuschlag sowie die dazugehörigen Anlagen für Ihre Partnerin oder Partner sowie für Ihr Kind können Sie bequem online ausfüllen.

Ergänzend benötigen Sie in der Regel die folgenden Unterlagen:

- mehrere Nachweise zu Ihrem Einkommen,
- eine Erklärung zu Ihrem Vermögen und
- einen Nachweis über Ihre Wohnkosten.

Sind weitere Unterlagen oder Nachweise erforderlich, werden Sie während der Antragstellung darüber informiert.

3.5 Kinderbetreuungszuschlag

Auszubildende oder Studierende, die mit eigenen oder adoptierten Kindern bis zum 14. Lebensjahr in ihrem Haushalt zusammenleben, können neben dem normalen BAföG-Satz einen Kinderbetreuungszuschlag beantragen. Der Betreuungszuschlag wird als Zuschuss beantragt und muss nicht zurückgezahlt werden.

www.bafög.de
Suchwort: Kinderbetreuungszuschlag



Wann?

Nach der Geburt

Wo?

Amt für Ausbildungsförderung oder Studentenwerk, welches die Ausbildungsförderung bewilligt hat.

www.bafög.de: Suchwort:
„Antragstellung,
alle Antragsformulare“



Unterlagen?

Um den Zuschlag zu erhalten, muss bei dem

BAföG-Antrag lediglich ein zusätzliches Formblatt ausgefüllt werden, nämlich das Formblatt 4. Lebt der andere leibliche Elternteil im selben Haushalt, muss dieser auf dem Formblatt schriftlich bestätigen, dass er/sie nicht auch einen Kinderbetreuungszuschlag beantragt hat.

3.6 Unterhaltsvorschuss

Alleinerziehende Elternteile (ledig, geschieden, verwitwetet oder dauernd getrennt lebend) können für Ihr Kind, das bei Ihnen lebt, Unterhaltsvorschuss beantragen, wenn der andere Elternteil nicht, nur teilweise oder unregelmäßig Unterhalt zahlt.

Wann?

Bei Bedarf nach der Geburt

Wo?

Stadt Castrop-Rauxel
Rathaus
Europaplatz 1
1. OG, Eingang E, Zimmer 182 und 184
uvk@castrop-rauxel.de

Unterlagen?

Der Antrag mit Merkblatt sowie folgende Unterlagen: Geburtsurkunde des Kindes, Personalausweis (oder Reisepass/Aufenthaltstitel), Meldebescheinigung, ggf. Scheidungsurteil, schriftliche Bestätigung des Getrenntlebens durch einen Rechtsanwalt, ggf. Vaterschaftsanerkennungsurkunde oder Urteil über die Vaterschaftsfeststellung (S. Kapitel 4.1), ggf. amtliche

3. Finanzielle Unterstützung

Festlegung über die Höhe der Unterhaltspflicht (Unterhaltstitel), Einkommensnachweise wie z. B. Kindergeld, Halbwaisenrente, Unterhaltszahlungen.

3.7 Mehrbedarf und Babyerstaussattung (bei Bürgergeld)

Personen mit geringem Einkommen (Auszubildende, Studierende, Bezieherinnen von Bürgergeld) haben ab der 13. Schwangerschaftswoche bis zum Entbindungstermin die Möglichkeit, einen Mehrbedarf für Schwangere in Höhe von 17% der Regelleistung beim JobCenter zu beantragen. Sie können auch einmalige Leistungen, wie z. B. Schwangerschaftsbekleidung, Babyausstattung, Kinderwagen oder -möbel beantragen.

Wann?

Ab der 13. Schwangerschaftswoche

Wo?

Antrag beim JobCenter oder beim Sozialamt, der Antrag muss persönlich gestellt werden

Unterlagen?

Bescheinigung der gynäkologischen Praxis, Mutterpass

3.8 Wohngeld-Plus

Unter bestimmten Voraussetzungen (wenn keine Leistungen des Jobcenters, Grundsicherung nach SGB XII, Grundleistungen nach dem Asylbewerbergesetz oder Leistungen wie Bafög,

oder Berufsausbildungsbeihilfe ausgezahlt werden und wenn die Einkommensgrenze nicht überschritten wird) kann ein Antrag auf Wohngeld gestellt werden. Für die Antragstellung ist es egal, ob Sie zur Miete wohnen oder Wohneigentum besitzen.

Kinder in Wohngeldhaushalten haben zudem einen Anspruch auf Leistungen nach dem Bildungs- und Teilhabepaket

Wenn Sie Wohngeld beziehen, wird auch Ihr Baby in die Berechnung einbezogen. Hatten Sie bisher keinen Anspruch auf Wohngeld, können Sie durch das Kind wohngeldberechtigt werden.

Wer ist wohngeldberechtigt und wie kann man Wohngeld beantragen? Hier werden Sie informiert:

Wann?

Bei Bedarf nach der Geburt



Wo?

Stadt Castrop-Rauxel
Wohngeld
Europaplatz 1
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/106 -2475, -2452, -2111
wohngeld@castrop-rauxel.de

Wohngeldrechner:
www.wohngeldrechner.nrw.de/wg/wgrbhtml/WGRBWLKM?BULA=NW



Unterlagen?

Antrag der Wohngeldstelle, Einkommensnachweise, Nachweise über Miete oder Belastung.

3.9 Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG)

Wenn Sie Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten, kann Ihr Kind nach der Geburt ebenfalls Leistungen bekommen.

Schwangere Asylbewerberinnen, die Anspruch auf Leistungen nach AsylbLG haben, können einen Anspruch auf Schwangerschaftsmehrbedarf geltend machen und einen Antrag auf Babyerstaussattung stellen (siehe 3.7).

Wann?

Zeitnah nach der Geburt

Infos:

www.zanzu.de (Thema Schwangerschaft und Geburt in 13 verschiedenen Sprachen)

www.ethno-medizinisches-zentrum.de (Wegweiser Müttergesundheit in sieben Sprachen)

Wo?

Stadt Castrop-Rauxel
Rathaus
Europaplatz 1
Block C, 1. Etage
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/106 -2493, -2812

Unterlagen?

Antragsformular, Geburtsurkunde

3.10 Bundesstiftung „Mutter und Kind“

Schwangere Frauen in einer finanziellen Notlage können über die Stiftung „Mutter und Kind“ einmalige finanzielle Unterstützung bekommen. Der Antrag kann nur in einer Schwangerschaftsberatungsstelle gestellt werden.

www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de

Wann?

Der Antrag kann ab der 16. SSW gestellt werden und muss der Stiftung bis zur Geburt vorliegen.



Wo?

Schwangerschaftsberatungsstellen (siehe 2.2)

Unterlagen?

Personalausweis, Mutterpass, Einkommensnachweise (u. a. Wohngeld, Sozialhilfe, ...) und Vermögensnachweise, evtl. Mietvertrag.

3.12 Stiftung „Familien in Not“

Familien in einer Notlage oder Familien, die durch einen Schicksalsschlag aus der Bahn geworfen wurden, erhalten finanzielle Hilfe durch die Stiftung. Der Antrag kann nur in einer Schwangerschaftsberatungsstelle gestellt werden. Durch frühzeitige und nachhaltige Begleitung sollen schwierige Lebenssituationen überwunden werden.

Wann?

Persönliche Notlage oder Schicksalsschlag

4. Behörden

Mit der Geburt Ihres Babys kommen einige zu erledigende Formalitäten und Ämtergänge auf Sie zu. Insbesondere für nicht verheiratete und minderjährige Eltern sind einige Punkte zu beachten, die Sie auch schon in Ruhe vor der Geburt erledigen können.

4.1 Vaterschaftsanerkennung (bei nicht miteinander verheirateten Paaren)

Für Kinder ist es wichtig zu wissen, wer ihr Vater ist und aus der Vaterschaft leiten sich auch rechtliche und finanzielle Aspekte ab. Eine rechtswirksame Vaterschaft besteht erst dann, wenn der Vater freiwillig anerkennt oder die Vaterschaft gerichtlich festgestellt wird. Die Anerkennung der Vaterschaft muss öffentlich

beurkundet werden. Dies kann schon vor der Geburt durchgeführt werden. Die Mutter muss der Vaterschaftsanerkennung zustimmen.

Infos:
www.vaterschaftsanerkennung.com



Wann?

Vor der Geburt (empfehlenswert) oder zeitnah nach der Geburt

Wo?

Rathaus Castrop-Rauxel
Europaplatz 1
Eingang E, Zimmer 190-196
Organisation: Fr. Donsbach-Glinz
44575 Castrop-Rauxel

Tel. 02305/106-2520
beistandschaften@castrop-rauxel.de

Unterlagen?

Amtliche Ausweise mit Lichtbild beider Elternteile. Nach der Geburt: Geburtsurkunde des Kindes

4.2 Sorgerechtserklärung (bei nicht miteinander verheirateten Paaren)

Sind Eltern bei der Geburt eines Kindes verheiratet oder haben eine Sorgerechtserklärung unterschrieben, sind sie gemeinsam sorgeberechtigt. Bei Unstimmigkeiten kann eine Entscheidung des Familiengerichts herbeigeführt werden. Die Sorgerechtserklärung kann auch schon vor der Geburt des Kindes abgegeben werden. Wird keine Sorgerechtserklärung abgegeben, hat die Mutter das alleinige Sorgerecht.

Wann?

Vor der Geburt (empfehlenswert) oder nach der Geburt

Wo?

Rathaus Castrop-Rauxel
Europaplatz 1
Eingang E, Zimmer 190-196
Organisation: Fr. Donsbach-Glinz
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/106-2520
beistandschaften@castrop-rauxel.de

Unterlagen?

Geburtsurkunde des Kindes, Personalausweise der Eltern

4.3 Vormundschaften (bei minderjährigen Müttern)

Kinder von minderjährigen Müttern bekommen gesetzlich geregelt einen Amtsvormund gestellt. Die Vormundschaft kann auch auf eine geeignete Privatperson z. B. aus dem familiären Umfeld übertragen werden. Der Vormund übt die rechtliche Vertretung des Kindes aus. Die Mutter ist jedoch in Entscheidungen für ihr Kind einzubeziehen. Es ist empfehlenswert, bereits vor der Geburt mit dem zuständigen Jugendamt oder Amtsgericht Kontakt aufzunehmen, wenn ein Vormund aus der Familie in Betracht kommt.

Wann?

Vor der Geburt (empfehlenswert) oder nach der Geburt

Wo?

Haus der Jugend und Familie
Ute Schwill, Marina Wasilewitsch, Anika Klein
Bochumer Straße 17
44575 Castrop-Rauxel
Tel.02305/106-2698, -2721, -2572
ute.schwill@castrop-rauxel.de
marina.wasilewitsch@castrop-rauxel.de
anika.klein@castrop-rauxel.de

4. Behörden

Unterlagen?

Mutterpass (vor der Geburt), Geburtsurkunde (nach der Geburt).

4.4 Namensrecht

Den Vornamen des Kindes bestimmen die Eltern. Bei Eltern mit gleichem Nachnamen erhält das Kind automatisch diesen Familiennamen. Bei Eltern mit unterschiedlichen Nachnamen, aber gemeinsamer elterlicher Sorge, bestimmen die Eltern den Nachnamen des Kindes gemeinsam. Bei weiteren Fragen berät Sie auch vor der Geburt das Standesamt.

Wann?

Vorgeburtliche Beratung, bzw. eine Woche nach der Geburt

Wo?

Rathaus Castrop-Rauxel
Standesamt
Block A, 2. Etage
Europaplatz 1
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/106-2383
standesamt@castrop-rauxel.de

Unterlagen?

Namenserklärung
(siehe Anmeldung im Standesamt)

4.5 Anmeldung beim Standesamt

Die Geburt Ihres Kindes müssen Sie beim Standesamt anmelden. Sie erhalten nach der Beurkundung mehrere beglaubigte Geburtsurkunden beim Standesamt zur Beantragung von Mutterschaftsgeld, Kindergeld und Elterngeld.

Wann?

Innerhalb einer Woche nach der Geburt Ihres Kindes muss die Geburtsurkunde beantragt werden

Wo?

Rathaus Castrop-Rauxel
Standesamt
Raum Block A, 2. Etage
Europaplatz 1
44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/106-2383
standesamt@castrop-rauxel.de

Unterlagen?

Schriftliche Geburtsanzeige der Geburtseinrichtung und Namensklärung, Geburts-/Eheurkunde und Ausweise der Eltern. Wenn nicht verheiratet: Vaterschaftsanerkennung und ggfs. Sorgeerklärung. Wenn Kindesmutter geschieden: Eheurkunde und Scheidungsurteil. Bei ausländischen Staatsangehörigen: Nachweis über Aufenthaltsstatus.

4.6 Beistandschaft

Wenn ein Kind geboren wird, dessen Eltern nicht miteinander verheiratet sind, wird das Jugendamt hierüber vom Standesamt informiert. Es bietet daraufhin der Mutter unverzüglich Beratung und Unterstützung bei der Vaterschaftsfeststellung, der Geltendmachung von Unterhaltsansprüchen des Kindes oder bei Fragen zum Sorge- und Umgangsrecht an.

Eine Kontaktaufnahme ist bereits vor der Geburt des Kindes möglich.

Wann?

Vor oder nach der Geburt

Wo?

Rathaus Castrop-Rauxel
Europaplatz 1
Eingang E, Zimmer 190-196
Organisation: Fr. Donsbach-Glinz
Tel. 02305/1062520
beistandschaften@castrop-rauxel.de

Unterlagen?

Schriftlicher Antrag

4.7 Krankenversicherung

Nach der Geburt informieren Sie Ihre Krankenkasse, um Ihr Kind zu versichern. Die Elektronische Gesundheitskarte bekommen Sie dann in der Regel nach zwei Wochen. Die ersten beiden U-Untersuchungen können Sie noch über Ihre Gesundheitskarte laufen lassen.

Wann?

Gleich nach der Geburt

Wo?

Bei Ihrer Krankenkasse

Unterlagen?

Formular der Krankenkasse,
Geburtsurkunde des Kindes

5. Arbeit, Ausbildung, Studium



Voll-, Teilzeit und Minijob; für Schülerinnen und Studentinnen gelten gesonderte Regelungen) befinden. Die Schwangerschaft soll möglichst zeitnah beim Arbeitgeber bekannt gegeben werden, da es gewisse Mutterschutzbedingungen gibt, wie z.B. ein Beschäftigungsverbot 6 Wochen vor und 8 Wochen nach der Geburt oder ein Kündigungsschutz für Schwangere und Mütter bis 4 Monate nach der Geburt.

Wann?

Möglichst zeitnah nach Feststellung der Schwangerschaft

Wo?

Arbeitgeber (Hochschule oder Schule)

Unterlagen?

Bescheinigung von der gynäkologischen Praxis oder Hebamme über den errechneten Entbindungstermin

5. Arbeit, Ausbildung, Studium

Schwangerschaft und Geburt haben Auswirkungen auf Ihre Arbeit, Ihre Ausbildung oder Ihr Studium. Für Frauen gilt während der Schwangerschaft und nach der Geburt ein besonderer Schutz. Wenn der Nachwuchs erst einmal da ist, können sowohl Mutter als auch Vater eine Auszeit vom Berufsleben nehmen und die neue aufregende Zeit genießen.

5.1 Mutterschutzzeit

Unter das Mutterschutzgesetz fallen alle schwangeren und stillenden Mütter, die sich in einem Beschäftigungsverhältnis (dazu gehört

5.2

Elternzeit

Einen Anspruch auf Elternzeit haben Mütter und Väter, die in einem Arbeitsverhältnis stehen und ihr Kind selbst betreuen und erziehen möchten. Väter und Mütter können auch gleichzeitig Elternzeit nehmen. Elternzeit können Sie in Anspruch nehmen, bis das Kind das dritte Lebensjahr vollendet hat. Es ist aber auch möglich, zunächst nur einen Teil der Elternzeit zu nehmen und bis zu 24 Monate Elternzeit „aufzusparen“. Man kann dann die aufgesparte Elternzeit bis zum achten Lebensjahr des Kindes

zu einem frei gewählten Zeitpunkt nehmen. Während Sie Elternzeit nehmen, haben Sie einen Anspruch darauf, weiterhin zwischen 15 und 30 Stunden wöchentlich arbeiten zu können. Eltern, deren Kinder ab dem 01.09.2021 geboren werden, dürfen bis zu 32 Stunden pro Woche arbeiten. Während der Elternzeit bleibt ihr Arbeitsverhältnis bestehen, es besteht Kündigungsschutz und sie erhalten keinen Lohn. Zum Ausgleich können Sie z. B. Elterngeld beantragen.

In Fällen, in denen die leiblichen Eltern eines Neugeborenen minderjährig sind oder sich im letzten bzw. vorletzten Jahr einer Ausbildung befinden, die vor dem 18. Lebensjahr begonnen wurde, können auch die Großeltern bei ihrem Arbeitgeber Elternzeit beantragen.

Wann?

Spätestens sieben Wochen vor Beginn der geplanten Elternzeit. Nach dem 3. Lebensjahr muss die Elternzeit 13 Wochen vor Beginn beantragt werden.

Wo?

Arbeitgeber

Unterlagen?

Der Antrag auf Elternzeit wird formlos beim Arbeitgeber gestellt. Dieser sollte das voraussichtliche Geburtsdatum, den Geburtsnamen des Kindes und den Zeitraum der gewünschten Elternzeit enthalten. Die Geburtsurkunde muss nach der Geburt eingereicht werden.

5.3 Kindertagespflege und Kindertagesstätten

Kinder haben ab dem vollendeten ersten Lebensjahr ein Anrecht auf Betreuung und Förderung in einer Kita, bei einer Tagesmutter oder einem Tagesvater – unabhängig davon, ob die Eltern erwerbstätig sind oder nicht.

Wann?

Eine Vormerkung zur Betreuung ist vor der Geburt schon möglich

Wo?

Kindertagespflege:
Haus der Jugend und Familie
Frau Yvonne Hoffmann
Bochumer Straße 17, 44575 Castrop-Rauxel
Termine nach Vereinbarung
Tel. 02305/106-2948
yvonne.hoffmann@castrop-rauxel.de

Kindertagesstätte:
Haus der Jugend und Familie
Frau Sara Wasilewska
Bochumer Straße 17, Raum 10
Tel. 02305/106-2528
(Sprechzeiten:
Montag und Dienstag 10-12 Uhr,
Donnerstag 14-17 Uhr)
kita-navigator@castrop-rauxel.de
<https://castrop-rauxel.kita-navigator.org>



Unterlagen?

Antragsformular, Kita-Navigator

6. Krisen rund um die Geburt

6. Krisen rund um die Geburt

Während der Schwangerschaft und nach der Geburt kann es zu Problemen kommen. Die Geburt verläuft vielleicht nicht so, wie Sie es sich vorgestellt haben; nach der Geburt fühlen Sie sich nicht so glücklich, wie erhofft oder Sie trauern um Ihr verstorbenes Kind. In all diesen und weiteren schwierigen Situationen gibt es Unterstützung.

6.1 Wochenbettdepression / Postpartale Depression

Die meisten Frauen erleben einige Tage nach der Geburt einen sogenannten „Babyblues“. Sie haben dann schnelle Stimmungswechsel, leiden an Erschöpfung, Energielosigkeit und weinen auch mal. Das ist ganz normal, weil der Körper nach der Geburt eine Hormonumstellung durchmacht. Diese Stimmung verschwindet für gewöhnlich nach ein paar Tagen. Wenn die depressiven Symptome allerdings über einen längeren Zeitraum anhalten, kann sich eine ernstzunehmende Erkrankung mit potenziell schwerwiegenden Folgen für Mutter wie Kind und oft auch die ganze Familie entwickeln: die Postpartale Depression.

Wann?

Bei anhaltender depressiver Stimmung

Wo?

Hebamme oder die gynäkologische Praxis

Schwangerschaftsberatungsstellen
Depressionen und Krise rund um die Geburt: www.schatten-und-licht.de



Unterlagen?

Keine

6.2 Vertrauliche Geburt

Wenn Sie sich in einer besonderen Notlage befinden und niemand von der Geburt Ihres Kindes erfahren soll, können Sie Ihr Kind mit einer vertraulichen Geburt bekommen. Die vertrauliche Geburt bietet Frauen die Möglichkeit, ihre Schwanger- und Mutterschaft geheim zu halten und trotzdem ihr Kind mit professioneller medizinischer Hilfe zur Welt zu bringen. Die Beratungsstellen für Schwangere begleiten Sie auf diesem Weg vor, während und nach der vertraulichen Geburt.

Wann?

Bei Wunsch, das Kind anonym zu entbinden

Wo?

Schwangerschaftsberatungsstellen
(siehe Kapitel 2.2).

Weitere Infos und Hilfe unter:
www.geburt-vertraulich.de
Tel. 0800/4040020



Unterlagen?

Nach dem Gesetz ist die vertrauliche Geburt eine Entbindung, bei der die Schwangere ihre Identität nicht offenlegt und stattdessen Angaben zur Erstellung eines Herkunftsnachweises (Vor- und Zuname, Geburtsdatum und Anschrift der Schwangeren) macht.

6.3 Schwierige Geburt

Etwa drei bis fünf von zehn Frauen beschreiben das Geburtserlebnis als belastend, schwierig oder sogar als traumatisch. Trotzdem ist das Thema „schwierige Geburt“ ein gesellschaftliches Tabu. Im eigenen Umfeld wird oft mit Unverständnis reagiert, wenn Mütter darüber sprechen möchten. Als belastend erleben Frauen bei der Geburt beispielsweise eine mangelnde Geburtsbegleitung, überfüllte Kreißsäle, den Verlust von Selbstbestimmung und Ohnmachtsgefühle sowie Eingriffe in den Geburtsverlauf. Auch die Trennung vom Kind durch Verlegung oder Narkose sowie eigene alte Traumata beschreiben die Mütter als beängstigend. Als Folge

dieser Erfahrungen können Stress, Stillprobleme, eine erschwerte Bindung zum Kind, Selbstzweifel, Scham und auch postpartale Depressionen auftreten. Wenn Sie eines der Themen belastet, suchen Sie sich Hilfe und Unterstützung.

Wann?

Nach schwierig erlebter Geburt

Wo?

Nachsorgende Hebamme in der Wochenbettbetreuung oder gynäkologische Praxis (Nachuntersuchung).

Schwangerschaftsberatungsstellen
(siehe Kapitel 2.2)

Hilfetelefon Schwierige Geburt
Tel. 0228/92959970



Unterlagen?

Keine

6.4 Tot- oder Fehlgeburt / stille Geburt

Stirbt ein ungeborenes oder neugeborenes Kind, ist das für die Frauen und Paare sehr belastend. In dieser schwierigen Zeit müssen die Eltern nicht allein sein. Sie können sich in Selbsthilfegruppen oder Vereinen mit Menschen austauschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Die verwaisten Mütter haben Anspruch auf die Begleitung durch eine Hebamme.

Wann?

Bei Verlust des Kindes

7. Wissenswertes

7. Wissenswertes

7.1 Baby-Erstausrüstung

Werdende Eltern werden oft mit einem riesigen Angebot an Produkten für ihr Baby umworben. Hier finden Sie eine kleine Checkliste mit Dingen, deren Anschaffung sich lohnt:

Erstlingskleidung

In den ersten Wochen sind Sie mit der Konfektionsgröße 56-62 gut bedient. Sie können sich auch das ungefähre Gewicht Ihres Babys von Ihrer Hebamme sagen lassen oder per Ultraschall von Ihrer Frauenärztin berechnen lassen, um so die entsprechende Konfektionsgröße herausfinden.

Babybekleidung und auch Babyausstattungen können auch gut gebraucht erworben werden.

Bekleidung

- 6-10 Wickelbodies (je nach Jahreszeit Lang- oder Kurzarm)
- 5-10 Hosen oder Strampler
- 6-10 Oberteile mit kurzen und langen Armen
- Für Winterbabys zusätzlich 1-2 Strumpfhosen, Wollmütze und Handschuhe
- 2-4 Paar Babysöckchen
- 2 Jacken, eine dicke und eine dünne
- 1-2 Mützen (damit die Ohren bedeckt sind)
- 1 Schneeanzug (je nach Jahreszeit)

Stillen

- 1 Stillkissen aus Dinkel oder Styropor (kann schon in der Schwangerschaft als Lagerungshilfe in der Nacht dienen)
- 2 Paar Stilleinlagen aus Wolle und Seide (bei Bedarf nachkaufen)
- 4 Still-BHs

Wenn Sie nicht stillen

- 6 Flaschen mit Trinksauger Größe 1
- Anfangsnahrung „Pre“
- 1 Sterilisator oder Topf zum Auskochen im Wasserbad

Babyausstattung

- 5-10 Spucktücher
- 5 Moltontücher
- Kleine Waschschiüssel
- 2 Babydecken aus Baum- oder Schurwolle
- 1-2 kleine Schlafsäcke (Achtung, die Halsöffnung darf auf keinen Fall größer als das Köpfchen sein!)
- 1-2 Pucksäcke
- Windeln (für Babys mit 3-5 kg Gewicht oder mit „1“ auf der Verpackung gekennzeichnet)
- Wattepad
- Kleiner Windeleimer mit gut schließendem Deckel
- Digitales Fieberthermometer
- Badethermometer
- Babybadewanne (evtl. mit Ständer) und/oder Badeeimer (ist ihr Handwaschbecken im Bad groß genug, kann das Baby zu Beginn darin gebadet werden)
- 2 große Duschhandtücher (Kapuzenhandtuch ist meist zu klein)
- 10 Waschlappen
- Kinderwagen mit Winter-/Sommerfußsack, Einkaufsnetz und Regenschutz
- Wickeltasche oder Wickelrucksack (dann sind die Hände frei)
- Tragetuch/Tragehilfe (im Winter mit Leder- oder Wollschühchen)
- Babysicherheitssitz fürs Auto
- Bettchen, Wiege oder Stubenwagen als Schlafplatz
- Wickelplatz, Wickelunterlage
- Babyfon

- Heizstrahler (ist in einem kühleren Zimmer oder im Winter eine feine Sache, um schnell eine angenehme Temperatur zum Wickeln herzustellen.)

Babypflege

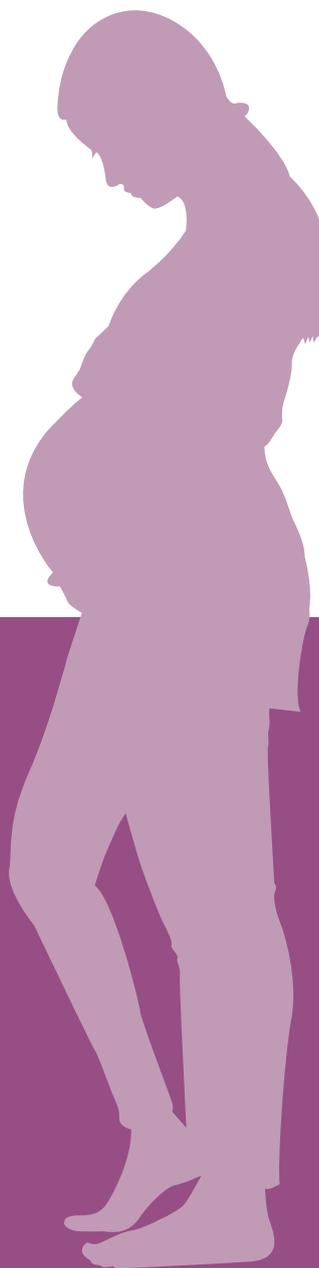
- Wundschutzcreme für den Po (das Cremem ist nur bei Rötungen notwendig)
- Babynagelschere, Kamm und Bürste
- Box mit Einmaltüchern

Weniger ist mehr und alle Cremes und Öle sollten aus natürlichen Rohstoffen bestehen.

Badezusatz ist grundsätzlich nicht nötig, in den ersten Wochen dient ein warmes Bad vorwiegend dem Vergnügen und weniger der Reinigung – außer, die Windel war nicht dicht.

Baden Sie ihr Baby einmal, maximal zweimal pro Woche.

NOTIZEN



Impressum

Stadt Castrop-Rauxel, Stabsstelle Bildung, Vielfalt und Teilhabe
Europaplatz 1, 44575 Castrop-Rauxel
Tel. 0 23 05/1 06-29 96, Fax 0 23 05/1 06-25 24
E-Mail familienbuero@castrop-rauxel.de
www.castrop-rauxel.de

Satz/Layout/Druck: Stadt Castrop-Rauxel
Informationstechnik und zentrale Dienste

Stand: Mai 2023