



Wegweiser für Schwangere

Geburtstermin

Vorwort

Liebe werdende Mütter und Väter,

Sie erwarten ein Baby? Unsere herzlichsten Glückwünsche dazu.

“Um ein Kind groß zu ziehen braucht es ein ganzes Dorf“ - Ganz im Sinne dieses afrikanischen Sprichwortes haben wir gemeinsam mit den in der Broschüre erwähnten Iserlohrer Beratungsstellen für Sie diesen Wegweiser durch die Schwangerschaft zusammengestellt. Sie finden hier neben Raum für persönliche Notizen passende Ansprechpartner und Informationen zu finanziellen Ansprüchen, Behörden, Ärzte- und Klinikadressen, sowie Hinweise auf Beratungs- u. Unterstützungsmöglichkeiten in unserer Stadt Iserlohn. Ein passendes Adressverzeichnis finden Sie weiter hinten im Wegweiser. Wir möchten, dass Sie sich mit diesem Wegweiser und all seinen Informationen und Tipps gut durch die spannende Zeit der Schwangerschaft begleitet fühlen.

Ihr Familienbesuchsdienst
der Stadt Iserlohn

<p>Wann? Der richtige Zeitpunkt</p>	<p>Was? Was ist zu tun?</p>	<p>Wo? An wen wende ich mich?</p>	<p>Wer? ist der Ansprechpartner in Iserlohn?</p>
<p>Nach Feststellung der Schwangerschaft</p>	<p>Informationen zu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mutterschutz und Mutterschaftsgeld, Elterngeld und Elternzeit, Kindergeld ... • Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung bei geringem Einkommen durch ALG II, Wohngeld, Kinderzuschlag ... • zusätzlich Informationen und Entgegennahme von Anträgen aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwangerschaftsberatungsstellen oder • direkt an die Krankenkasse, Familienkasse (Kindergeld und Kinderzuschlag), Elterngeldstelle, Arbeitsamt, Wohngeldstelle 	<p>DRK-Schwangerschaftsberatungsstelle</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anträge Bundesstiftung „Mutter und Kind“ * <p>pro familia Beratungsstelle</p>
<p>Frühschwangerschaft</p>	<p>Informationen zur Mitteilungspflicht der Schwangerschaft gegenüber dem Arbeitgeber (Schule), zum Kündigungsschutz und Beschäftigungsverboten bei bestimmten Tätigkeiten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitgeber/in o. Schule <p>Bei Problemen den Betriebs- o. Personalrat informieren oder den Arbeitsschutz der Bezirksregierung kontaktieren</p>	<p>Arbeitsschutzzentrale Bezirksregierung Arnsberg*</p> <p>DRK-Schwangerschaftsberatungsstelle</p> <p>pro familia Beratungsstelle</p>

*siehe Adressverzeichnis

<p>Wann? Der richtige Zeitpunkt</p>	<p>Was? Was ist zu tun?</p>	<p>Wo? An wen wende ich mich?</p>	<p>Wer? Ansprechpartner in Iserlohn?</p>
<p>Frühschwangerschaft 3. bis 4. Monat</p>	<p>Hebamme für die Betreuung während der Schwangerschaft u. nach der Geburt auswählen</p> <p>Bei Bedarf Hebamme suchen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • direkt an eine Hebamme Unterstützung bei der Suche erhalten Sie bei: • Schwangerschaftsberatungsstellen • Geburtskliniken • Frauenarzt/-ärztin • Familienbesuchsdienst • hebammensuche.de 	<p>DRK-Schwangerschaftsberatungsstelle</p> <p>pro familia Beratungsstelle</p> <p>Ev. Krankenhaus Bethanien Hugo-Fuchs-Allee 6 58644 Iserlohn Sekretariat Frauenklinik Tel. 02371 212-350 rottenberg@bethanien-iserlohn.de</p> <p>Marienkrankehaus Schwerte Goethestr. 19 58239 Schwerte Tel. 02304 109-0 info@marien-kh.de</p> <p>Familienbesuchsdienst Iserlohn*</p>

*siehe Adressverzeichnis

<p>Wann? Der richtige Zeitpunkt</p>	<p>Was? Was ist zu tun?</p>	<p>Wo? An wen wende ich mich?</p>	<p>Wer? Ansprechpartner in Iserlohn?</p>
<p>Ab dem 5. Monat</p>	<p>Geburtsvorbereitungskurs/ Säuglingspflegekurs besuchen</p> <p>Pekipkurse und Babymassagen Informieren Sie sich!</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hebammenpraxen • Familienbildungsstätten • Geburtskliniken • Frauenarzt/-ärztin • Familienbesuchsdienst 	<p>Hebammensuche.de Hebammenpraxen</p> <p>Ev. Krankenhaus Bethanien - Elternschule</p> <p>Marienkrankenhaus Schwerte – Elternschule</p> <p>Familienbesuchsdienst der Stadt Iserlohn*</p>
<p>Ab dem 6. Monat</p> <p>Bei nicht verheirateten Eltern</p>	<p>Vaterschaftsanerkennung Evtl. Vereinbarung der gemein- samen elterlichen Sorge</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Jugendamt 	<p>Stadt Iserlohn – Jugendamt Abt. Beistandschaften u. wirtschaftl. Jugendhilfe Rathaus I – Schillerplatz 7 Tel. 02371 217 -2212; -2221; -2208; -2211 beistandschaft@iserlohn.de</p>

*siehe Adressverzeichnis

<p>Wann? Der richtige Zeitpunkt</p>	<p>Was? Was ist zu tun?</p>	<p>Wo? An wen wende ich mich?</p>	<p>Wer? Ansprechpartner in Iserlohn?</p>
<p>Ab dem 8. Monat</p> <p>Falls die Vaterschaft und / oder Unterhaltszahlungen klärungsbedürftig sind</p>	<p>Beistandschaft beantragen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Jugendamt 	<p>Stadt Iserlohn – Jugendamt Abt. Beistandschaften u. wirtschaftl. Jugendhilfe*</p>
<p>Frühestens 7 Wochen vor der Geburt</p>	<p>Mutterschaftsgeld beantragen</p> <p>14 Wochen Mutterschutzfrist stehen jeder Mutter zu (6 Wochen vor u. 8 Wochen nach der Geburt)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Krankenkasse • Mutterschaftsgeldstelle 	<p>Krankenkasse der Mutter</p> <p>Bundesversicherungsamt -Mutterschaftsgeldstelle- Friedrich-Ebert-Allee 38 53113 Bonn Tel. 0228 6191888 mutterschaftsgeldstelle@bva.de Informationen: www.mutterschaftsgeld.de</p>
<p>Innerhalb einer Woche nach der Geburt</p>	<p>Anmeldung des Kindes beim Standesamt</p> <p>Erstellung der Geburtsurkunde</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Standesamt <p>Evtl. übernehmen die Geburtskliniken die Anmeldung</p>	<p>Standesamt Iserlohn Villa Basse Stennerstr. 3 58636 Iserlohn Tel. 02371 217 -1273; -1275; -1274; -1278 standesamt@iserlohn.de</p>
<p>Nach der Geburt</p>	<p>Antrag auf Familienkrankenversicherung für das Kind</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Krankenkasse der Mutter oder des Vaters 	<p>Örtl. Niederlassung der Krankenkasse</p>

*siehe Adressverzeichnis

<p>Wann? Der richtige Zeitpunkt</p>	<p>Was? Was ist zu tun?</p>	<p>Wo? An wen wende ich mich?</p>	<p>Wer? Ansprechpartner in Iserlohn?</p>
<p>Nach der Geburt, spätestens 7 Wochen vor Antritt der Elternzeit</p>	<p>Elternzeit beantragen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitgeber/in 	<p>Informationen unter: www.familien-wegweiser.de</p>
<p>Nach der Geburt Bis spätestens 3 Monate nach der Geburt</p>	<p>Elterngeld beantragen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Elterngeldstelle 	<p>Märkischer Kreis – Elterngeld- stelle Heedfelder Str. 45 58509 Lüdenscheid Tel. 02351 966 -6958; -6956; -6840; -6845; -6844; -6853; -6841 elterngeld@maerkischer-kreis.de</p>
<p>Nach der Geburt Bis spätestens 6 Monate nach der Geburt</p>	<p>Antrag auf Kindergeld Ggf. Antrag auf Kinderzuschlag (bei geringem Einkommen)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Familienkasse 	<p>Familienkasse Iserlohn Brausestr. 13-15 58636 Iserlohn Informationen zum Kinderzu- schlag: www.familien-wegweiser.de</p>
<p>Nach der Geburt Bei geringem Einkommen:</p>	<p>Wohngeld beantragen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wohngeldstelle 	<p>Stadt Iserlohn – Abt. Wohngeld u. Wohnungsvermittlung Rathaus II – Erdgeschoss Werner-Jacobi-Platz 12 58636 Iserlohn Tel. 02371 217 -1273; -1275; -1274; -1278 wohngeld@iserlohn.de</p>

DRK Beratungsstelle für Schwangerschaftsprobleme

Das Angebot der Schwangerschaftsberatungsstellen innerhalb des Deutschen Roten Kreuzes richtet sich an Menschen, die sich grundsätzlich zu Fragen von Schwangerschaft, Familienplanung und Sexualaufklärung informieren möchten. Damit sich die Ratsuchenden in allen schwierigen persönlichen Fragen mitteilen können, unterliegen die MitarbeiterInnen der Beratungsstelle der Schweigepflicht.

Das Angebot beinhaltet:

- Information und Beratung zu allen staatlichen familienfördernden Leistungen wie z.B. Kindergeld, ElterngeldPlus, Mutterschutz, Mutterschaftsgeld, Elternzeit, Unterhaltsfragen etc., als auch zu sozialen und finanziellen Hilfen für Schwangere vor Ort
- Mittelvergabe aus der „Bundesstiftung Mutter und Kind“
- Schwangerschaftskonfliktberatung nach § 219 StGB
- Schwangerschaftsbegleitende Hilfen und Vorbereitung auf die Geburt sowie zu vorgeburtlichen Untersuchungen
- Beratung nach der Geburt und Unterstützung beim Geltend machen gesetzlicher finanzieller und sozialer Hilfeleistung
- Beratung über Verhütung und Familienplanung

Die Beratungsstelle kooperiert eng mit anderen Unterstützungsangeboten und Einrichtungen in Iserlohn.

Alle DRK- Schwangerschaftsberatungsstellen sind staatlich anerkannt und bieten Frauen neben der psychosozialen Schwangerenberatung auch Gespräche im Entscheidungskonflikt an. In der Beratung erhält die Frau bzw. das Paar ausreichend Zeit und Gelegenheit, sich mit der neuen Situation offen auseinander zu setzen. Die Beratung ist kostenlos, auf Wunsch anonym und unabhängig von Alter, Nationalität, Religion oder Geschlecht. Sie können alleine, mit dem Partner oder einer vertrauten Person zu uns kommen.

pro familia Märkischer Kreis

Schwangeren – und Paarberatung

Von Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt und Ihrer Hebamme werden Sie durch die Schwangerschaft begleitet und auf die Geburt vorbereitet.

Oft stellen sich aber auch Fragen zu Mutterschutz, Elterngeld, finanziellen Hilfen, Mehrbedarf im ALG II-Bezug... Über diese und viele andere Themen können Sie sich in unserer Schwangerenberatung informieren. Sie können sich auch an uns wenden, wenn Sie Probleme haben, mit der neuen Situation als (werdende) Mutter, bzw. (werdender) Vater, zurecht zu kommen, sich überfordert fühlen oder unter Niedergeschlagenheit nach der Geburt (Baby Blues) leiden.

Außerdem unterstützen wir Sie, wenn Ihre Partnerschaft durch die Veränderungen, die durch die Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes entstehen können, belastet ist. In unserer Paarberatung erhalten Sie Hilfe, entstehende Konflikte zu lösen, um als Paar, nicht nur als Eltern, den „Familienalltag“ zu meistern.

pro familia berät kostenlos zu Schwangerschaft, Partnerschaft und Sexualität, unabhängig von Alter, Geschlecht, Religionszugehörigkeit oder sexueller Orientierung; auf Wunsch auch anonym. Alle BeraterInnen stehen unter Schweigepflicht.

Frauenberatungsstelle Iserlohn

Das Iserlohner Gleichstellungsbüro bietet für Frauen eine kostenlose und vertrauliche Beratung an.

- Wir beraten und informieren Sie im persönlichen Gespräch.
- Wir geben Tipps, wenn Sie Beratung und Hilfe suchen
- Wir geben Hilfestellung, wenn Sie sich wegen Ihres Geschlechts benachteiligt fühlen.
- Wir beraten Sie, wenn Sie sich zum Beispiel in einer Konfliktsituation befinden oder bei Fragen der Lebens und Berufsplanung.
- Wir unterstützen Sie, bei ihrem Anliegen eine Entscheidungs- und Orientierungshilfe zu finden.
- Wir ermutigen Sie, Ihre Wünsche in die Tat umzusetzen.

Familienbesuchsdienst der Stadt Iserlohn

„Willkommen – in die Welt geboren, hier in unserer Stadt“
Seit Februar 2009 bietet die Stadt Iserlohn als besonderen Service für Eltern von Neugeborenen einen Familienbesuchsdienst an. Im Vordergrund des Besuches steht das Neugeborene. Der Besuch soll Eltern ermutigen, sich im Bedarfsfall zu erkundigen und Hilfe zu holen. Das mitgebrachte Elternbegleitbuch bietet Ihnen Kontaktadressen, wichtige Rufnummern sowie Infomaterialien zu den verschiedensten Familien- und Bildungsangeboten. Die Mitarbeiterinnen bieten sich als persönliche Ansprechpartnerinnen an und informieren über die verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten unserer Stadt. Ein Baby bringt Veränderungen – in dieser Phase sollen Eltern sich nicht alleingelassen fühlen.

Caritas

FrühAuf - Früh aufsuchender Familiendienst
unterstützt Familien bei der:

- Versorgung und Pflege der Kinder
- Erziehung
- Bewältigung von Alltagsproblemen, z.B. bei Überschuldung, Haushaltsführung und -planung
- Lösung von Konflikten und Krisen, z.B. bei Ehe- und Paarproblemen oder bei der Ablösung von der Herkunftsfamilie
- Kontaktaufnahme mit Ärzten, Ämtern und Institutionen
- Planung des weiteren Lebensweges

Unsere Angebote:

- Sozialpädagogische Familienhilfe
- Beratung, Begleitung und Unterstützung von jungen Familien
- Offene Eltern-Kind-Gruppe
- Entwicklungspsychologische Beratung bei Kindern von 0 bis 3 Jahren
- Begleitung durch unsere Familienhebammen von Beginn der Schwangerschaft bis zur Vollendung des ersten Lebensjahres
- Hilfe bei der Entwicklung eines sozialen Netzwerkes

Unser Familienhebammen dienst ist ein Angebot für Mütter und Eltern in besonderen Lebenslagen, begleitet und unterstützt schwangere Frauen und Mütter mit ihren Kindern bis zum 1. Lebensjahr bei Unsicherheiten und Ängsten. Unsere Familienhebammen können auf eigenen Wunsch und ohne das Einschalten des Jugendamtes ihre Tätigkeit aufnehmen.

Allgemeine Informationen im Web

www.familien-wegweiser.de
www.familienbildung-in-nrw.de
www.hebammensuche.de

www.arbeitsschutz.nrw.de
www.mutterschaftsgeld.de
www.drk-iserlohn.de

www.profamilia.de
www.caritas-iserlohn.de
www.fruehehilfen.de
www.iserlohn.de/ Frauenberatung und Familienbesuchsdienst

Adressverzeichnis

Familienbesuchsdienst Iserlohn
Rathaus I – Schillerplatz 7
Zimmer 407
Tel. 02371 217 -2160;
-2161; - 2184
besuchsdienst@iserlohn.de

Gleichstellungsbüro Iserlohn
Ansprechpartnerinnen sind:
Judith Mühlenhoff– Gleichstellungsbeauftragte
E-Mail: judith.muehlenhoff@iserlohn.de
Telefon: 02371 217-1330
Bettina Reimertz – Beratung für Frauen und Mädchen
E-Mail: bettina.reimertz@iserlohn.de
Telefon: 02371 217-1331

DRK-Schwangerschaftsberatungsstelle
Karnacksweg 35a
58636 Iserlohn
Tel. 02371 819330
skb@drk-iserlohn.de

pro familia Beratungsstelle
Theodor-Heuss-Ring 2
58636 Iserlohn
Tel. 02371 789755
maerkischer-kreis@profamilia.de

Familienbildungsstätte der AWO Hemer / Iserlohn
Feldstr. 42
58675 Hemer
Telefon: 02372 501885
Fax: 02372 501884
familienbildunghemer@awohamk.de

Katholische Bildungsstätte Arnsberg auch für Iserlohn
Hellefelder Str. 15
59821 Arnsberg
Tel.: 02931/52976 10
Fax: 02931/52976 33
Ansprechpartner Silke IttershagenBecker
Montags bis freitags 9.00 11.30 Uhr

CaritasFamilienzentrum
Anlauf- und Anmeldestelle
Dördelweg 35
Arbeitschutzzentrale
02371 52814

Bezirksregierung Arnsberg
Seibertzstr. 1
59821 Arnsberg
Tel. 02931 82-0

Stadt Iserlohn – Jugendamt
Abt. Beistandschaften und
Wirtschaftliche Jugendhilfe
Rathaus I – Schillerplatz 7
Tel. 02371 217 -2212; -2221; -2208; -2211

Schwanger? Und keiner darf es erfahren?

WIR HELFEN.
Anonym und sicher.

Wir stehen Ihnen vertrauensvoll zur Seite und schützen Sie, wenn Sie nicht mehr weiter wissen. Gemeinsam mit Ihnen suchen wir einen guten und sicheren Weg – für Sie und Ihr Kind.

0800 40 40 020
Erfahrene Beraterinnen sind für Sie da.
Jederzeit und kostenlos. Wir fragen nicht nach Ihrem Namen. Ihr Anruf wird anonymisiert.

www.geburt-vertraulich.de



Mit freundlicher finanzieller Unterstützung von:



Mit freundlicher Unterstützung von:



Platz für Notizen

