



FACHSTELLE FRÜHE HILFEN

**gemeinsam stark für Familien im
Landkreis Darmstadt-Dieburg**



Landkreis
Darmstadt-Dieburg
Zukunft. Regional. Leben.

SCHWANGER – UND JETZT?

Ein Wegweiser für Mütter, Väter und Eltern im Landkreis Darmstadt-Dieburg

VOR DER GEBURT

Gesundheit

Frauenärztin/ Frauenarzt suchen	5
Hebamme suchen	5
Klinik/ Geburtseinrichtung suchen	5
Kinderärztin/ Kinderarzt suchen	6
Schwangerschaft der Krankenkasse mitteilen	6
Pränataldiagnostik	6
Humangenetische Beratung	7
Medizinische Beratung und Betreuung	7
Gesundheitswegweiser für den Landkreis	7
Malteser Migrant*innen Medizin	7

Unterstützungsangebote

Frühe Hilfen	8
--------------	---

Gesundheitsfachkräfte in den Frühen Hilfen	8
Schwangerschaftsberatungsstellen	9
Beratung für Eltern mit Behinderungen	10
Informationen für Regenbogenfamilien	10
Familienpatenschaften	10
Familienzentren	11
Sozialer Dienst – Erziehungshilfe	11

Formalitäten – Behörden

Schwangerschaft mitteilen	12
Anmeldung beim Standesamt vorbereiten	12
Elternzeit anmelden	12
Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen	12
Unverheiratete Paare – Sorgeerklärung abgeben	13
Verträge und Versicherungen prüfen	13

Impressum

Der Kreisausschuss des Landkreises Darmstadt-Dieburg . Jägertorstraße 207 . 64289 Darmstadt

Redaktion: Fachbereich Familienberatung und Kinderbetreuung, Fachstelle Frühe Hilfen

Auflage: 1. Auflage

Stand: November 2024

Layout: Jutta Nelißen

Hinweise: Layout, Grafiken, Texte und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Es gelten die gesetzlichen Urheberrechtsbestimmungen. Änderungen dürfen nicht vorgenommen werden. Eine Vervielfältigung oder Verwertung von Inhalten jeglicher Art ist mit Zustimmung des Herausgebers unter Angabe der Quelle gestattet.

Alle Angaben und Informationen wurden sorgfältig recherchiert und geprüft. Für Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität kann jedoch weder Gewähr noch Haftung übernommen werden. Für die Internetseiten Dritter, auf die per Hyperlink verwiesen wird, tragen die jeweiligen Anbieter die Verantwortung.

Bilder:

iStock: Cecilie_Arcurs (Titel);

Adobe Stock: kristall (Seite 4);

Pixabay: stocksnap (Seite 12, Seite 37, Feelona (Seite 9), Blogcube (Seite 15), fancycrave1 (Seite 22, Seite 30), Omar Medina (Seite 19),

Parentipacek (Seite 30), marcinjozwiak (Seite 26), Public Domain Pictures (Seite 34), gabananda (Seite 38)

Finanzen

Mutterschaftsgeld/ Mutterschaftsleistungen beantragen	14
Antrag auf Elterngeld/ ElterngeldPlus vorbereiten	15
Leistungen der Kreisagentur für Beschäftigte prüfen	15
Leistungen Mutter-Kind-Stiftung prüfen	15

Vorbereitung auf die Geburt und die neue Lebensphase

Kursangebote für werdende Eltern	16
Informationen für werdende Väter	16
Vorbereitung für Geschwister	17

Besondere Situationen oder Notlagen

Unerfüllter Kinderwunsch	18
Sternenkinder	18
Ungewollt schwanger	18
Vertrauliche Geburt	18
Seelische Krise	19
Mehrlinge erwartet	19
Probleme mit der Arbeitsstelle – Mutterschutz am Arbeitsplatz	19
Familiäre Krisensituationen – Fragen rund um die Erziehung	20
Suchtmittelabhängigkeit	20

Häusliche/ sexualisierte Gewalt

Beratung zur drohender Gewalt an Kindern und Jugendlichen	21
Beratung zur häuslicher Gewalt	21
Zuflucht Frauenhaus	21
Beratung/ Hilfe zur sexualisierten Gewalt	21
Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung	21
Beratung bei Ehrgehalt und Zwangsheirat	22
Niedrigschwellige Erste Hilfe und Beratung	22
Beratung für Männer mit Gewaltproblemen	22
Beratung für Männer bei häuslicher Gewalt	22
Stalking	22
Netzwerk Gewaltschutz	22

NACH DER GEBURT

Gesundheit

Kontakt mit Hebamme aufnehmen	24
Termin bei Wochenbettambulanz vereinbaren	24
Termin für die U-Untersuchung vereinbaren	24
Krankenversicherung für Ihr Kind abschließen	24
Anspruch auf Haushaltshilfe prüfen	24
Rückbildungskurs suchen	25
Mutter-Kind-Kur/ Vater-Kind-Kur	25
Ergotherapie	25
Logopädie	25

Formalitäten

Anmeldung beim Standesamt vornehmen	27
Kinderbetreuung suchen	27

Finanzen

Kindergeld beantragen	29
Zuschlag zum Kindergeld beantragen	29
Elterngeld/ ElterngeldPlus beantragen	29
Wohngeld beantragen	31
Unterhaltsvorschuss beantragen	31
Entlastungsbetrag für Alleinerziehende	32
Leistungen für Bildung und Teilhabe	32

Unterstützungsangebote

Angebote für Mütter/Väter/ Familien	34
Frühförderung	34

Besondere Situationen oder Notlagen

Schwierige Geburt	35
Schreibaby-Ambulanzen	35
Frühchen	35
Baby chronisch krank oder krebskrank	35
Baby geistig oder körperlich beeinträchtigt	36



SCHWANGER – WAS JETZT?

Herzlichen Glückwunsch zu Ihrer Schwangerschaft! Diese besondere Zeit bringt viele Veränderungen mit sich und wirft zahlreiche Fragen auf, die sowohl Freude als auch Herausforderungen bereithalten. Die Fachstelle Frühe Hilfen des Landkreises Darmstadt-Dieburg möchte Sie in dieser aufregenden Phase begleiten und unterstützen.

In dieser Broschüre finden Sie einen umfassenden Überblick über die Angebote und Hilfsmöglichkeiten in unserem Landkreis, die Ihnen als werdende Eltern zur Verfügung stehen. Die Broschüre ist in zwei Teile gegliedert:

Angebote vor der Geburt und Angebote nach der Geburt.

Im ersten Teil erfahren Sie alles über pränatale Untersuchungen, Geburtsvorbereitungskurse und wichtige Informationen, die Ihnen helfen, gut vorbereitet in das neue Kapitel Ihres Lebens zu starten. Im zweiten Teil widmen wir uns den ersten Monaten nach der Geburt, in denen Sie wertvolle Angebote zur Unterstützung als frischgeborene Eltern finden. Dazu gehören Beratungsstellen, Gruppenangebote und wichtige Informationen zu finanziellen Aspekten wie Elterngeld und Kindergeld. Wir möchten Ihnen helfen, die Ressourcen zu nutzen, die Sie benötigen, um gut vorbereitet in diese neue Lebensphase zu starten.

Lassen Sie uns gemeinsam diesen wichtigen Weg gehen und die Vorfreude auf Ihr Baby in den Mittelpunkt stellen!

VOR DER GEBURT

GESUNDHEIT

Frauenärztin/ Frauenarzt suchen

Während der Schwangerschaft sind in regelmäßigen Abständen Vorsorgeuntersuchungen vorgesehen. Sie werden von der Krankenkasse bezahlt. Die Vorsorgeuntersuchungen können in der frauenärztlichen Praxis durchgeführt werden. Es besteht die freie Arztwahl.

Was? Suchen Sie sich eine Frauenärztin/ einen Frauenarzt Ihres Vertrauens zur medizinischen Überwachung Ihrer Schwangerschaft

Wann? Ab Beginn der Schwangerschaft

Wo? <https://www.kvhessen.de/>, in Ihrem Ort, durch Empfehlungen

Hebamme suchen

Eine Hebamme betreut und berät Sie während der Schwangerschaft, der Geburt und nach der Geburt. Jede Frau hat Anspruch auf die Begleitung durch eine Hebamme. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Frauen können sich direkt an eine Hebamme ihrer Wahl wenden. Die Krankenkassen zahlen zwölf Beratungen während der Schwangerschaft sowie die Kosten der Nachsorge bis acht Wochen nach der Geburt. Kümmern Sie sich am besten möglichst frühzeitig um eine Hebamme.

Was? Suchen Sie sich eine feste Hebamme zur Betreuung Ihrer Schwangerschaft und zur Nachsorge

Wann? Ab Beginn der Schwangerschaft, so früh wie möglich

Wo? <https://www.hebammenliste-dadi.de/listen> oder www.ammely.de

Weitere Informationen:

- ➔ Broschüre „Rundum - Schwangerschaft und Geburt – Informationen, Tipps und Orientierungshilfen rund um Schwangerschaft und Geburt“, Hrsg.: BzGA – 2011. Kostenlos zu bestellen bei

der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, für Bestellungen von Medien und Materialien: order@bzga.de

- ➔ Informationsseite des Landesverbandes der hessischen Hebammen e.V.
www.hebammen-hessen.de

Klinik/ Geburtseinrichtung suchen

Informieren Sie sich rechtzeitig darüber, in welcher Klinik Sie Ihr Baby zur Welt bringen möchten. Melden Sie sich rechtzeitig zur Geburt an.

Was? Entscheiden Sie, wo Ihr Baby geboren werden soll

Wann? Wenn keine Komplikationen vorliegen, ab der 28. Schwangerschaftswoche. Im Falle von Komplikationen besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Arzt.

Wo? Klinik/ Geburtseinrichtung Ihrer Wahl

Krankenhäuser:

- Klinikum Darmstadt GmbH
<https://klinikum-darmstadt.de/patienten-besucherinnen/schwangerschaft-geburt>
- Alice-Hospital Darmstadt
<https://www.alice-hospital.de/fachbereiche/geburtshilfe>

Geburtshäuser:

- Geburtshaus OSAN in Seeheim-Jugenheim:
www.geburtshaus-osan.de
- Geburtshaus Frankfurt:
www.geburtshausfrankfurt.de

Kinderärztin/ Kinderarzt suchen

Während der Schwangerschaft können Sie sich bereits für die Vorsorgeuntersuchungen Ihres Babys nach einem Kinderarzt/ einer Kinderärztin umsehen. Die Vorsorgeuntersuchungen sind gesetzlich vorgeschrieben. Es besteht freie Arztwahl.

Was? Suchen Sie sich eine Kinderärztin/ einen Kinderarzt in Ihrer Nähe.

Wann? Während der Schwangerschaft

Wo? <https://www.kvhessen.de/>, in Ihrem Ort, durch Empfehlungen

Schwangerschaft der Krankenkasse mitteilen

Teilen Sie den errechneten Geburtstermin Ihrer Krankenkasse mit und informieren Sie sich über zusätzliche Leistungen für Schwangerschaft und Geburt. Kurz vor Beginn der Mutterschutzfrist benötigt die Krankenkasse in der Regel nochmal die Bestätigung des Geburtstermins. Grundsätzlich sind Frauen während des Bezuges auf Mutterschaftsgeld in der gesetzlichen Krankenversicherung beitragsfrei versichert. Das gilt auch für freiwillig gesetzlich Versicherte. Privatversicherte müssen in der Regel den bisherigen Beitrag weiterzahlen.

Was? Informieren Sie Ihre Krankenkasse, dass Sie schwanger sind.

Wann? Vor der Mutterschutzfrist

Wo? Bei Ihrer Krankenkasse

Pränataldiagnostik

Mit der sogenannten pränatalen, d.h. vorgeburtlichen Diagnostik können mit Hilfe von Ultraschall und anderen Untersuchungen Erkrankungen oder Fehlbildungen eines ungeborenen Kindes im Mutterleib festgestellt werden.

- Praxis für Pränatal- und Brustdiagnostik:
www.praenatal-brust.de
- Klinikum Darmstadt: <https://klinikum-darmstadt.de/medizin-pflege/medizinisches-versorgungszentrum/praenataldiagnostik>
- Praxis für Frauenheilkunde und Geburtshilfe:
<https://www.gynaekologie-seeheim.de/medizinische-betreuung/praenataldiagnostik/>
- donum Vitae e.V.: www.dvdarmstadt.de
- pro familia: www.profamilia.de

Humangenetische Beratung

Vielleicht sind Sie oder ein Familienangehöriger von einer Krankheit betroffen, die vererbbar sein könnte. Eine Veranlagung für bestimmte Erkrankungen oder Behinderungen können unter Umständen von den Eltern oder einem Elternteil auf die Kinder vererbt werden. Allerdings sind nur die wenigsten Behinderungen oder Krankheiten genetisch verursacht. In einer humangenetischen Beratungsstelle kann das Risiko für das Ungeborne vor oder während der Schwangerschaft abgeklärt werden.

- Johann Wolfgang von Goethe Universität Frankfurt - Institut für Humangenetik:
www.kgu.de
- Senckenberg Zentrum für Humangenetik:
<https://www.hgqn.org/lab/view?id=336>

Medizinische Beratung und Betreuung

Bei unerfülltem Kinderwunsch, Fragen zum Erhalt der Fruchtbarkeit und ähnlichem, können Sie sich an das Kinderwunschzentrum wenden.

- Kinderwunschzentrum Darmstadt:
www.kinderwunschzentrumdarmstadt.de

Gesundheitswegweiser für den Landkreis

Der Landkreis Darmstadt-Dieburg hat gemeinsam mit den Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg einen Gesundheitswegweiser erarbeitet, welcher in 13 Sprachen (Arabisch, Englisch, Farsi, Französisch, Griechisch, Italienisch, Kroatisch, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch und Türkisch) übersetzt vorliegt. Der Wegweiser hilft vor allem Menschen, welche die deutsche Sprache noch nicht perfekt beherrschen, um sich im deutschen Gesundheitssystem und bei Fragen zur medizinischen Versorgung im Landkreis zurechtzufinden. Die Broschüre ist im Büro für Migration und Inklusion und im Büro für Chancengleichheit erhältlich.

Weitere Informationen:

➔ <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/migration/buero-fuer-migration-inklusion/publikationen/#accordion-1-1>

Malteser Migranten Medizin

In der Malteser Migranten Medizin (MMM) finden Menschen ohne gültigen Aufenthaltsstatus und Menschen ohne Krankenversicherung einen Arzt oder eine Ärztin, der oder die die Erstuntersuchung und Notfallversorgung bei plötzlicher Erkrankung, Verletzung oder einer Schwangerschaft übernimmt.

- Malteser Migranten Medizin:
www.darmstadt.malteser-migranten-medizin.de



UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE

Frühe Hilfen

Frühe Hilfen sind Hilfen, die früh im Lebensalter der Kinder (Schwangerschaft bis 6. Lj) zur Verfügung stehen. Zudem sind es Hilfen- und Unterstützungsangebote, die vor und frühzeitig im Entstehungsprozess von schwierigen Entwicklungen einsetzen.

Die Angebote richten sich an alle Mütter, Väter und Eltern, egal ob diese mit Belastungen zu kämpfen haben oder ihnen geringe Bewältigungsressourcen zur Verfügung stehen. Auch wenn noch keine gravierenden Probleme bestehen, können Unterstützungsangebote wahrgenommen werden.

Frühe Hilfen unterstützen Eltern darin, ihren Kindern eine gesunde und altersentsprechende Entwicklung zu ermöglichen. Frühe Hilfen leisten einen Beitrag, dass Familien Anfangsschwierigkeiten überwinden oder bei Bedarf rechtzeitig Zugang zu intensiveren Hilfen finden.

Weitere Informationen:

- ➔ Fachstelle Frühe Hilfen im Landkreis Darmstadt-Dieburg: <https://www.ladadi.de/gesellschaft-soziales/familie-kinder-und-jugend/fruehe-hilfen.html>

Gesundheitsfachkräfte in den Frühen Hilfen

Gesundheitsfachkräfte der Frühen Hilfen sind Hebammen und Kinderkrankenpflegerinnen mit einer Zusatzqualifikation. Sie unterstützen Schwangere sowie Mütter und Väter mit besonderem Hilfebedarf. Die Gesundheitsfachkräfte begleiten Sie während des ersten Lebensjahres des Kindes und vermitteln Ihnen bei Bedarf weitere Unterstützungsangebote.

Gesundheitsfachkräfte der Frühen Hilfen machen Hausbesuche

- ➔ in der Schwangerschaft
- ➔ nach der Geburt Ihres Kindes
- ➔ während des gesamten ersten Lebensjahres Ihres Kindes

Gesundheitsfachkräfte der Frühen Hilfen beraten und unterstützen Sie beispielsweise bei Problemen und Beschwerden in der Schwangerschaft, bei der Vorbereitung auf die Geburt, sowie der Neuorganisation des Alltags mit Baby. Aber auch die Ernährung und Pflege Ihres Babys sowie Fragen zur Entwicklung des Kindes und der Umgang mit Babys, die viel weinen können Thema sein.

Gesundheitsfachkräfte der Frühen Hilfen wenden sich besonders an

- ➔ Schwangere und Alleinerziehende in schwierigen Situationen
- ➔ Eltern, die den Alltag mit Baby als sehr belastend empfinden
- ➔ jugendliche Schwangere, Mütter und Väter
- ➔ Familien, in schwierigen sozialen und finanziellen Situationen
- ➔ Mütter, die seelisch belastet sind oder einfach, wenn Sie das Gefühl haben Hilfe und Unterstützung zu brauchen.

Das Angebot der Gesundheitsfachkräfte ist kostenlos und freiwillig. Die Gesundheitsfachkräfte unterliegen der Schweigepflicht.

- Landkreis Darmstadt-Dieburg
Fachstelle Frühe Hilfen
Werner-Heisenberg-Straße 10
64823 Groß-Umstadt
Telefon 06151/ 881 1780
FrueheHilfen@ladadi.de
Mo – Do 08.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr
Fr 08.00 – 12.00 Uhr

Was? Sie können sich Unterstützung durch eine Gesundheitsfachkraft suchen.

Wann? Ab Beginn der Schwangerschaft

Wo? Landkreis Darmstadt-Dieburg,
Fachstelle Frühe Hilfen

Schwangerschaftsberatungsstellen

Schwangerschaftsberatungsstellen beraten Sie als werdende Mutter und Ihren Partner/ Ihre Partnerin rund um die Familienplanung, Partnerschaft und bei Schwangerschaftskonflikten. Auch Fragen zur Schwangerschaft und zum Leben mit dem Baby werden hier beantwortet. Staatlich anerkannte Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen bieten darüber hinaus qualifizierte Konfliktberatung an. Die jeweilige Beratungsstelle bestätigt dabei gegenüber der Schwangeren durch eine Bescheinigung die Durchführung der Beratung. Diese Bescheinigung ist eine der Voraussetzungen, um einen eventuellen Schwangerschaftsabbruch straffrei vornehmen zu können.

- Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg:
<https://www.diakonie-darmstadt.de>
- donum vitae e.V.:
<https://donumvitae.org/beratung-hilfe/schwangerschaftsberatung>
- Ehe-, Familien und Lebensberatung Darmstadt e.V.:
<https://www.ehe-familien-lebensberatung-darmstadt.de/>
- pro Familie Groß-Umstadt und Darmstadt:
<https://www.profamilia.de/>
- Caritas Dieburg:
<https://www.caritas-darmstadt.de/caritasvorort/darmstadt-dieburg/dieburg/schwangerenberatung/schwangerenberatung>

Weitere Informationen:

- ➔ Broschüre „Schwangerschaftsberatung § 218“, Hrsg.: BMFSFJ – 2014 (kostenlos zu bestellen über den Publikationsversand der Bundesregierung)
- ➔ Informationsseiten zum Thema Schwangerschaft der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
- ➔ www.schwanger-unter-20.de
- ➔ Schwangerschaft: Alle Tipps & Infos auf einen Blick:
<https://www.eltern.de/schwangerschaft/>

Beratung für Eltern mit Behinderungen

Pro familia bietet für Mütter und Väter mit Behinderungen sowie für angehörige und sie betreuende Personen Beratung zu den Themen Liebe, Umgang mit Sexualität und Elternschaft.

- ➔ Pro familia Darmstadt:
www.profamilia.de/darmstadt

Informationen für Regenbogenfamilien

Informationsportale und Beratungen können Regenbogenfamilien bei der Klärung von spezifischen Fragen helfen. Sollten Sie Informationen zu LSBTI-Themen für sich selbst oder andere Personen suchen, welche lesbisch, schwul, bisexuell, trans- und intergeschlechtlich sind, können Sie sich an mehrere Informations- und Anlaufstellen wenden.

- Information zum Thema Intersexualität:
<https://im-ev.de/>
- vielbunt e.V. – Queere Community Darmstadt:
<https://www.vielbunt.org/queeres-zentrum-darmstadt/>

Weitere Informationen:

- ➔ <https://familie.hessen.de/familie/gleichgeschlechtliche-lebensweise>

Familienpatenschaften

Die Familienpatenschaften sind ein ehrenamtliches Angebot für Familien im Landkreis Darmstadt-Dieburg. Die FamilienpatInnen sind aufgeschlossene und engagierte Menschen, welche sie Schwangeren und Familien begleiten und unterstützen. Die FamilienpatInnen unterstützen Sie durch Gespräche und vielfältige Aktivitäten wie beispielsweise:

- ➔ bei der Kinderbetreuung
- ➔ bei Arztbesuchen
- ➔ bei Einkäufen
- ➔ in der Freizeitgestaltung
- ➔ im Haushalt.

FamilienpatInnen sind eine Begleitung auf Zeit und ersetzen nicht professionelle FamilienhelferInnen. Sie unterliegen der Schweigepflicht.

Weitere Informationen:

- ➔ <https://www.caritas-darmstadt.de/beratung-und-hilfe/hilfefuerkinderundfamilien/patenschaftsprojekt-darmstadt/>

Familienzentren

Der Landkreis Darmstadt-Dieburg fördert seit 2013 Kindertageseinrichtungen, die sich auf den Weg gemacht haben ein Familienzentrum zu werden. Diese Einrichtungen sind – neben ihrer originären Aufgabe einer KiTa – auch eine erste Anlaufstelle für Eltern, Familien und Menschen aus dem Stadtteil. Sie begleiten, beraten und informieren und führen Angebote zur Familienbildung durch.

Weitere Informationen:

- Familienzentren im Landkreis Darmstadt-Dieburg:
<https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/beratung-betreuung/junge-familien/fruehe-hilfen/familienzentren/>

Sozialer Dienst – Erziehungshilfe

Der Soziale Dienst des Landkreises Darmstadt-Dieburg steht Eltern bei Erziehungsproblemen und in Fragen um die Ausübung des Sorgerechtes betreffend, beratend zur Seite. Die Fachkräfte sind Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner in Situationen, in denen viel Ratlosigkeit und Unsicherheit bei den Eltern herrscht.

- Landkreis Darmstadt-Dieburg – Jugendamt/Erziehungshilfe:
jugendamt@ladadi.de

FORMALITÄTEN – BEHÖRDEN

Schwangerschaft mitteilen

Beide Elternteile sollten die Schwangerschaft bei Ihrer Arbeitsstelle bekannt geben. Nach der Mitteilung greift bei der werdenden Mutter sofort das Mutterschutzgesetz mit dem Kündigungsschutz. Sollten Sie Leistungen beziehen, sollten Sie sich an die Kreisagentur für Beschäftigung wenden. In beiden Fällen benötigen Sie die Bescheinigung über den Geburtstermin von Ihrer Hebamme oder Ihrer Frauenärztin, Ihres Frauenarztes.

Was? Teilen Sie die Schwangerschaft Ihrer Arbeitsstelle mit.

Wann? Sobald wie möglich.

Wo? Arbeitsstelle oder gegebenenfalls Leistungsträger

Was? Melden Sie rechtzeitig an wie lange Sie Elternzeit nehmen möchten.

Wann? Spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit. Ab dem 3. Geburtstag beträgt die Anmeldefrist 13 Wochen.

Wo? Arbeitsstelle oder Jobcenter

Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen

Eine Vaterschaftsanerkennung sollten Eltern vornehmen, wenn sie nicht verheiratet sind. Bei verheirateten Paaren wird der Ehemann automatisch als Vater eingetragen. Ist der Ehemann nicht der Vater, kann auch hier eine Vaterschaftsanerkennung gemacht werden. Ist dies der Fall ist eine Beratung durch das Jugendamt empfehlenswert. Die Vaterschaftsanerkennung wird erst mit einer Zustimmungserklärung der Kindesmutter rechtskräftig. Eventuell sind weitere Zustimmungserklärungen erforderlich.

Was? Eine Vaterschaftsanerkennung ist bei unverheirateten Paaren wichtig.

Wann? Vor oder nach der Geburt, aber auch später jederzeit möglich

Wo? Jugendamt, Standesamt oder Notar

Anmeldung beim Standesamt vorbereiten

Für sämtlichen Anträge wie beispielsweise Kindergeld, Elterngeld oder Anträge bei der Krankenkasse benötigen Sie die Geburtsurkunde des Babys. Diese erhalten Sie vom Standesamt. Um diese zu beantragen benötigen Sie Ihre eigenen Geburtsurkunden, sowie gegebenenfalls die Heiratsurkunde. Sollten Sie diese Dokumente nicht in deutscher oder englischer Sprache haben, sollten Sie diese frühzeitig übersetzen und beglaubigen lassen. Dies dauert oft einige Zeit.

Elternzeit anmelden

Elternzeit ist eine unbezahlte Auszeit von Ihrer Arbeit. Jedes Elternteil hat Anspruch auf 3 Jahre Elternzeit gegenüber der Arbeitsstelle, unabhängig davon ob Elterngeld bezogen wird. Die Elternzeit kann vor dem 3. Geburtstag des Kindes genommen werden, wenn nötig kann ein Teil in den Zeitraum zwischen dem 3. und 8. Lebensjahr verschoben werden. Während der Elternzeit bleibt Ihr Arbeitsverhältnis bestehen und nach Ablauf besteht Anspruch auf Rückkehr zu Ihrer früheren Arbeitszeit. Sie können während der Arbeitszeit bis zu 30 Wochenstunden arbeiten, dies müssen Sie mit Ihrer Arbeitsstelle abklären.

Melden Sie Ihre Elternzeit schriftlich bei Ihrer Arbeitsstelle an, ein besonderer Antrag ist nicht nötig. Die Mutterschutzfrist wird nicht angerechnet.

Zu allen Fragen rund um das Thema Elternzeit und Elterngeld berät die Elterngeldstelle.

Unverheiratete Paare – Sorgeerklärung abgeben

Als unverheiratete Paare erhalten Sie das gemeinsame Sorgerecht nur, wenn Sie eine Sorgerechtserklärung abgeben. Wenn nichts unternommen wird. Erhält die Mutter automatisch das alleinigende Sorgerecht.

Was? Geben Sie eine Sorgeerklärung ab, wenn Sie nicht verheiratet sind.

Wann? Vor oder nach der Geburt. Aber auch später jederzeit möglich

Wo? Jugendamt oder Notar



Verträge und Versicherungen prüfen

Prüfen sie frühzeitig wie sich Ihre veränderte Lebenssituation auf bestehende Versicherungen und Verträge auswirkt und passen Sie diese gegebenenfalls an.

Beispiel Mietvertrag: Da sich die Personenanzahl in Ihrem Haushalt ändern wird und Auswirkungen auf die Nebenkosten zu erwarten sind, ist es ratsam Ihrer Vermieterin/ Ihrem Vermieter Bescheid zu geben.

Was? Prüfen Sie Ihre bestehenden Verträge.

Wann? Vor oder kurz nach der Geburt

Wo? Vertragspartner



FINANZEN

Mutterschaftsgeld/ Mutterschaftsleistungen beantragen

Als Ersatzleistung für den Ausfall Ihres Arbeitslohns während der Mutterschutzfrist ist das Mutterschaftsgeld gedacht. Es sind unterschiedliche Stellen für das Mutterschaftsgeld oder alternative Leistungen zuständig, je nachdem ob Sie in dieser Zeit in einem Arbeitsverhältnis stehen und ob beziehungsweise wie Sie krankenversichert sind.

- ➔ **Gesetzlich krankenversicherte Arbeitnehmerin:**
Sie erhalten Mutterschaftsgeld von Ihrer Krankenkasse sowie einen Zuschuss von der Arbeitsstelle. Die Zahlungen entsprechen insgesamt dem durchschnittlichen Nettogehalt der letzten 3 Monate.
- ➔ **Privat krankenversicherte Arbeitnehmerin:**
Sie erhalten kein Mutterschaftsgeld von Ihrer Krankenkasse, stattdessen einmalig bis zu 210€ vom Bundesversicherungsamt. Ihre Arbeitsstelle zahlt einen Zuschuss und berechnet diesen so, als wären Sie gesetzlich versichert. Damit entsprechen die Zahlungen auch für Sie dem durchschnittlichen Nettogehalt der letzten 3 Monate.
- ➔ **Beamtin:**
Beamtinnen haben keinen Anspruch auf Mutterschaftsgeld. Nach einer Verordnung erhalten Sie eine Weiterzahlung der Dienstbezüge während der Schutzfristen.
- ➔ **Geringfügige Beschäftigte:**
Wenn sie familienversichert sind und einer geringfügigen Beschäftigung nachgehen, können Sie Mutterschaftsgeld beim Bundesversicherungsamt beantragen. Sie erhalten eine Einmalzahlung von 210€. Unter bestimmten Umständen können Sie auch einen zusätzlichen Arbeitgeberzuschuss erhalten.
- ➔ **ALG II Empfängerin**
Sie haben keinen Anspruch auf Mutterschaftsgeld, jedoch wird Ihr Arbeitslosengeld ALS II erhöht. Ab der 13. Schwangerschaftswoche bis zur Geburt erhalten Sie einen Zuschlag, den sogenannten „schwangerschaftsbedingten Mehrbedarf“.
- ➔ **ALG I Empfängerin**
Sind Sie zu Beginn des Mutterschutzes arbeitslos und haben Sie Anspruch auf Arbeitslosengeld, oder sind Sie während einer beruflichen Weiterbildung gesetzlich krankenversichert, erhalten Sie Mutterschaftsgeld durch die Krankenkasse.

Was? Prüfen Sie ob Ihnen zusätzliche Leistungen zustehen.

Wann? In der Schwangerschaft, noch vor Beginn des Mutterschutzes

Wo? Je nach Ausgangslage Krankenkasse, Arbeitsstelle, Bundesversicherungsamt

Antrag auf Elterngeld/ ElterngeldPlus vorbereiten

Elterngeld und Elternzeit ermöglichen es den Eltern nach der Geburt eines Kindes zeitweise nicht oder weniger zu arbeiten. Das Elterngeld schafft einen finanziellen Ausgleich für die Unterbrechung oder Reduzierung der Erwerbstätigkeit. Anspruch auf Elterngeld haben ArbeitnehmerInnen, Beamte, Selbstständige, erwerbslose Elternteile, Studierende und Auszubildende, wenn Sie Ihr Kind selbst betreuen, mit dem Kind in einem Haushalt leben, ihren Wohnsitz in Deutschland haben und nicht oder höchstens 30 Wochenstunden arbeiten. Das Basiselterngeld, ElterngeldPlus und den Partnerschaftsbonus können miteinander kombiniert werden. Die Höhe des Elterngeldes beträgt minimal 300€ und maximal 1800€.

Wieviel Elterngeld Sie erhalten können, ist anhängig von Ihrer persönlichen Lebenssituation. Es empfiehlt sich daher, sich frühzeitig zu informieren und herauszufinden, welche Variante Ihnen das beste Ergebnis bringt und den Antrag vorzubereiten. Ab Antragstellung wird das Elterngeld nur 3 Monate rückwirkend gezahlt.

Infoportale:

- ➔ Familienportal www.familienportal.de/elterngeld
- ➔ Elterngeldrechner www.familienportal.de
- ➔ Online-Antrag www.elterngeld.hessen.de

Was? Klären Sie Ihre Fragen zum Thema Elterngeld bereits frühzeitig und bereiten Sie den Antrag komplett vor.

Wann? In der Schwangerschaft. Nach der Geburt fügen Sie nur noch Geburtsurkunde des Babys hinzu und stellen den Antrag.

Wo? Infoportale, Beratung bei der Elterngeldstelle. Anträge sind erhältlich bei der Elterngeldstelle oder online.

Leistungen der Kreisagentur für Beschäftigte prüfen

Wenn Sie Leistungen vom Jobcenter beziehen, können Sie einen Antrag auf Mehrbedarf für Schwangere stellen. Zudem können Sie Zuschüsse zur Erstausrüstung für Schwangerschaftskleidung und Babyausrüstung erhalten.

- Kreisagentur für Beschäftigte
Jägertorstraße 207, 64289 Darmstadt
06151/ 881-5000
Info-kfb@ladadi.de

Leistungen Mutter-Kind-Stiftung prüfen

Die Bundesstiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“ bietet schnell und unbürokratisch ergänzende finanzielle Unterstützungen für Familien mit geringem Einkommen. Geld können Sie für sich selbst, Ihr Baby oder Ihren Haushalt erhalten. Wichtig ist, dass Sie den Antrag vor der Geburt stellen. Weitere Informationen erhalten Sie bei der Mutter-Kind-Stiftung oder bei Schwangerschaftsberatungsstellen.

Was? Prüfen Sie, ob Sie eine Hilfe der Mutter-Kind-Stiftung erhalten können.

Wann? Vor der Geburt

Wo? Schwangerschaftsberatungsstellen,
<https://www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de/>

VORBEREITUNG AUF DIE GEBURT UND DIE NEUE LEBENSPHASE

Kursangebote für werdende Eltern

Geburtsvorbereitungskurse

- Hebammen www.hebammenliste-dadi.de
- Alice-Hospital Darmstadt:
www.die-geburtsklinik.de
- Klinikum Darmstadt GmbH:
www.klinikum-darmstadt.de

Geburtsvorbereitungen für Teenagermütter und junge Schwangere bis 23 Jahre

- Allgemeine Lebensberatung, Caritaszentrum Pallaswiesen-/ Morneweg:
<https://www.caritas-darmstadt.de>

Still- und Geburtsvorbereitung

- Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt:
https://www.familien-willkommen.de/Rund_um_die_Geburt

Treffs mit anderen (werdenden) Müttern/ Vätern

- Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt:
<https://www.familien-willkommen.de/Eltern-Kind-Gruppen>
- Mehrgenerationenhaus Groß-Zimmern:
<https://www.mehrgenerationenhaus-gross-zimmern.de/angebote-und-schwerpunkte>
- Familienzentrum Pfungstadt:
https://www.familienzentrum-pfungstadt.de/termine_erwachsene_familien.php
- Caritas Dieburg:
<https://www.caritas-darmstadt.de/caritasvorort/darmstadt-dieburg/dieburg/angebote>

Fitnessangebote für Schwangere

- Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt:
https://www.familien-willkommen.de/Bewegung_Fitness
- Hebammen: www.hebammenliste-dadi.de

Informationen für werdende Väter

➔ Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung – Broschüren:

- „Ich bin dabei! Vater werden!“
- „Mann wird Vater – Informationen für werdende Väter zur Geburt“

<https://shop.bzga.de/alle-kategorien/familienplanung/schwangerschaft-und-geburt/>

➔ Infoportale für Väter

- www.maennerberatungsnetz.de/
- www.vaeter-zeit.de

Vorbereitung für Geschwister

Für Geschwister ist die Geburt eines weiteren Kindes eine einschneidende Erfahrung. Sie werden großer Bruder oder große Schwester, dies kann die unterschiedlichsten Reaktionen und Gefühle auslösen. In Geschwister-Vorbereitungskursen können die werdenden Geschwister auf den baldigen Familienzuwachs vorbereitet werden.

- Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt:
www.familienzentrum-darmstadt.de
- Es gibt auch eine Menge Bücher, die speziell für werdende Geschwister gedacht sind.



BESONDERE SITUATIONEN ODER NOTLAGEN

Unerfüllter Kinderwunsch

Sind Sie ungewollt kinderlos? Sie sind nicht alleine! Etwa 15% aller Paare in Deutschland sind ungewollt kinderlos. Die Medizin verfügt über eine Vielzahl von Behandlungsmethoden, damit Ihr bestehender Kinderwunsch erfüllt werden kann.

- Kinderwunschzentrum Darmstadt: info@ivf-da.de, www.kinderwunschzentrum-da.de

Sternenkinder

Folgende Stellen begleiten und unterstützen Sie, wenn Ihr Baby in der Schwangerschaft verstorben ist und sie trauern:

- Schwangerschaftsberatungsstellen
- Klinikseelsorge der Geburtskliniken
- Sternenkinderzentrum Odenwald e.V.: <https://sternenkinderzentrum-odenwald.de/>
- Donum Vitae Darmstadt: <https://dvdarmstadt.de/beratung-hilfe/trauer-und-verlust>

Ungewollt schwanger

Wenn Sie unsicher sind, ob Sie das Kind behalten möchten oder entschlossen sind, die Schwangerschaft abubrechen, können Sie sich an folgende Beratungsstellen wenden:

Beratung bei Schwangerschaftskonflikt – Beratung nach §219 StGB

- Pro familia Bezirksverband Darmstadt/Bensheim e.V.: <https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/hessen/darmstadt/schwangerschaftsberatung>
- Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg: www.diakonie-darmstadt.de

- donum vitae e.V.: www.dvdarmstadt.de
- Ehe-, Familien-, und Lebensberatung Darmstadt e.V.: www.eflb-da.de

Unterstützung für junge Mütter in Ausbildung zum Erhalt der Schwangerschaft

- Mäander – individuelle Jugendhilfe gemeinnützige GmbH: www.maeander-darmstadt.de

Adoptionsberatung

- Adoptionsvermittlungsstelle des Landkreises: <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/adoption-pflegefamilien/adoptionsvermittlung/>

Vertrauliche Geburt

Sind Sie ungeplant schwanger und wollen anonym bleiben? Seit Mai 2014 gibt es das Gesetz zur Regelung der vertraulichen Geburt.

Dieses Gesetz bietet werdenden Müttern, welche ihre Schwangerschaft geheim halten möchten und ihr Kind nicht behalten können oder möchten, ein legales Angebot die anstehende Geburt in einem Krankenhaus oder mit Hilfe einer Hebamme als Hausgeburt zu planen.

Voraussetzung für eine vertrauliche Geburt ist ein Beratungsgespräch in einer anerkannten Beratungsstelle.

Weitere Informationen finden Sie hier:

➔ www.bmfsfj.de, www.geburt-vertraulich.de

Seelische Krise

Fühlen Sie sich nicht gut, ausgelaugt, traurig oder haben Sie das Gefühl, dass Sie sich gar nicht über Ihre Schwangerschaft freuen können? Dann können das Anzeichen einer seelischen Krise sein. Sie können sich an folgende Stellen wenden:

- Schatten & Licht e.V.: www.schatten-und-licht.de
- Psychiatrischer Notdienst Darmstadt e.V.: www.psychiatrischer-notdienst.de

Mehrlinge erwartet

Bei Schwangerschaften mit Mehrlingen können Sie durch unterschiedliche Stellen Unterstützung erfahren. Suchen Sie sich ein Netzwerk neben Ihrer Familie. Wer aus dem Freundes-, Bekanntenkreis oder aus der Nachbarschaft könnten Sie unterstützen? Prüfen Sie zudem Ihren Anspruch auf zusätzliche Förderung.

Unterstützung im Haushalt

- Haushaltshilfe durch die Krankenkasse: Unter bestimmten Umständen besteht ein Anspruch auf eine Haushaltshilfe für die ersten 6 Wochen mit den Babys. Diese wird von der Krankenkasse bezahlt. Informieren Sie sich hierfür bei Ihrer Krankenkasse.

Informationen, Austausch und Förderung für Mehrlingse Eltern

- Mehrlingstreff im Familienzentrum Darmstadt: www.familienzentrum-darmstadt.de
- ABC-Club e.V. – Internationale Drillings- und Mehrlingsinitiative: www.abc-club.de
- Verband kinderreicher Familien Deutschland e.V. (KRFD): www.kinderreichfamilien.de

Finanzielle Förderungen für Eltern ab Drillingen

- Ehrenpatenschaft durch den Hessischen Ministerpräsidenten: www.service.hessen.de

Probleme mit der Arbeitsstelle – Mutterschutz am Arbeitsplatz

Bei Fragen zu Arbeitsbedingungen oder Schwierigkeiten an Ihrer Arbeitsstelle können Sie sich an folgende Stellen wenden:

- Personal- und Betriebsrat, Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte sowie die Sozialberatung Ihrer Arbeitsstelle
- Regierungspräsidium Darmstadt – Arbeitsschutz und Umwelt

Familiäre Krisensituationen – Fragen rund um die Erziehung

Eine Trennung oder Scheidung steht im Raum? Sie wurden verlassen oder Ihr Partner/ Ihre Partnerin ist verstorben? Sie sind alleinerziehend und stark belastet? Sie haben Fragen rund um die Erziehung, Ihre Familie und Partnerschaft? Dann können Sie sich an Beratungsstellen wenden. Psychologisch und sozialpädagogisch ausgebildete Fachkräfte unterstützen Kinder und Jugendliche unter Einbeziehung ihrer Familien und des sozialen Umfeldes bei der Bewältigung von Entwicklungsproblemen sowie bei der Erlangung von Selbstständigkeit. Das Beratungs- und Unterstützungsangebot der Erziehungsberatungsstellen ist umfangreich und umfasst offene Gesprächsgruppen, thematische Veranstaltungen, Krisengespräche und Weiteres.

- Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Landkreises Darmstadt-Dieburg: <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/beratung-betreuung/beratungsstellen/>
- Allgemeine Lebensberatung Caritas Dieburg: <https://www.caritas-darmstadt.de/caritasvorort/darmstadt-dieburg/dieburg/allgemeine-lebensberatung/allgemeine-lebensberatung>
- pro familia Darmstadt: www.profamilia.de
- Einzel-, Paar und Familienbetreuung Diakonie: <https://www.diakonie-darmstadt.de/seite/640810/einzel-,paar-und-familienberatung.html>

Hotlines

- Hotline für werdende Eltern: www.familienzentrum-darmstadt.de
- Eltern-Stress-Telefon der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.: www.kinderschutzbund-darmstadt.de

Weitere Informationen zum Thema:

- ➔ Die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. bietet die Möglichkeit der Online-Beratung für Eltern und Jugendliche unter www.bke.de

Suchtmittelabhängigkeit

Sind Sie oder ihr Partner/ ihre Partnerin abhängig von Alkohol, Medikamenten oder anderen Suchtmitteln? Dann können Sie Unterstützung erhalten, um das Wohl Ihres Babys zu sichern.

- „Fitkids“ – Hilfen für Eltern und Kinder aus suchtbelasteten Familien Diakonisches Werk Darmstadt – Drogenhilfe „scentral“: www.dw-darmstadt.de
- Beratungsstelle für Suchtfragen: www.diakonie-darmstadt.de
- Suchthilfezentrum Caritaszentrum St. Ludwig: www.caritas-darmstadt.de



HÄUSLICHE/ SEXUALISIERTE GEWALT

Gewalt kann viele Formen haben – sichtbare aber auch solche, die auf den ersten Blick nicht erkennbar sind. Opfer leiden daher nicht nur unter den unmittelbaren körperlichen oder materiellen Schäden. Häufig gerät auch ihr Sicherheitsgefühl ins Wanken, die Lebensqualität geht verloren oder wird stark eingeschränkt. Gerade in dieser Situation brauchen Opfer gezielten Rat und Beistand, um die Folgen einer Straftat oder eines Unglücks besser zu bewältigen.

Wen Sie oder Ihre Kinder von häuslicher, psychischer oder sexualisierter Gewalt betroffen sind, suchen Sie sich Hilfe und Schutz. Folgende Hilfsangebote stehen Ihnen zur Verfügung:

Beratung zur drohender Gewalt an Kindern und Jugendlichen

- Kinderschutzbund Darmstadt e.V.: www.kinderschutzbund-darmstadt.de
- Büro für Chancengleichheit - Landkreis Darmstadt-Dieburg: <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/frauen-chancengleichheit/>

Beratung zur häuslicher Gewalt

- Beratungsstelle Frauenhaus Darmstadt: www.frauenhaus-darmstadt.de/beratung
- Frauen helfen Frauen e.V.: <https://www.frauenhelfenfrauen-da-di.de/>
- Büro für Chancengleichheit - Landkreis Darmstadt-Dieburg: <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/frauen-chancengleichheit/>

Zuflucht Frauenhaus

Ein Frauenhaus bietet Frauen, welche von Gewalt bedroht oder betroffen sind, Schutz. Um den größtmöglichen Schutz gewährleisten zu können, werden die Adressen der Frauenhäuser nicht bekannt gegeben. In akuten Notsituationen werden Frauen rund um die Uhr aufgenommen.

- Frauenhaus Darmstadt: www.frauenhaus-darmstadt.de
- Frauen- und Kinderschutzhaus: 06071/ 33033, <https://www.frauenhelfenfrauen-da-di.de/index.php/frauenhaus/im-frauenhaus>
- Frauen helfen Frauen e.V.: www.frauenhelfenfrauen-da-di.de

Beratung/ Hilfe zur sexualisierten Gewalt

- Frauennotruf der pro familia: 06151 – 45511
- Wildwasser Darmstadt e.V.: www.wildwasser-darmstadt.de
- Landkreis Darmstadt-Dieburg: <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/frauen-chancengleichheit/>
- Weißer Ring e.V./ Opferhilfe: <https://darmstadt-hessen.weisser-ring.de/>

Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung

- pro familia Hessen:
<https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/hessen/darmstadt/notruf-und-beratung-bei-sexualisierter-gewalt>
- pro familia:
<https://hilfe-nach-sexueller-gewalt-darmstadt.de/>
- Beratungsstelle Frauennotruf:
www.soforthilfe-nach-Vergewaltigung.de

Beratung bei Ehrgehalt und Zwangsheirat

- Mäander individuelle Jugendhilfe gGmbH:
<https://www.maeander-darmstadt.de/beratung>
- Niedrigschwellige Erste Hilfe und Beratung
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen/
Online-Beratung:
08000/0116016
www.hilfetelefon.de

Beratung für Männer mit Gewaltproblemen

- pro familia:
<https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/hessen/darmstadt/beratung-bei-gewalt-in-partnerschaft-und-familie>

Beratung für Männer bei häuslicher Gewalt

- pro familia:
<https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/hessen/gross-umstadt/beratung-bei-gewalt-in-partnerschaft-und-familie>
- Büro für Chancengleichheit -
Landkreis Darmstadt-Dieburg:
<https://www.ladadi.de/leben-arbeiten/gesundheit/sicherheit/hilfe-bei-gewalt/>

Stalking

- Sozialpädagogische Kooperationsstelle,
Stadt Griesheim, Ordnungsamt:
<https://www.griesheim.de/familie-soziales/sozialpaed-kooperationsstelle/>
- Frauen-Räume Darmstadt:
<https://frauenhaus-darmstadt.de/beratung/>
- Büro für Chancengleichheit -
Landkreis Darmstadt-Dieburg:
<https://www.ladadi.de/leben-arbeiten/gesundheit/sicherheit/hilfe-bei-gewalt/>

Netzwerk Gewaltschutz

Das Netzwerk bündelt, strukturiert und verankert die professionellen kommunalen Hilfesysteme gegen häusliche und sexualisierte Gewalt. Die Vertreterinnen und Vertreter verfolgen in den Bereichen Prävention, Intervention, Vernetzung, Weiterbildung und Öffentlichkeitsarbeit das gemeinsame Ziel eines professionellen, kommunalen Hilfesystems gegen Gewalt, mit dem es gelingt, die Gewaltsituationen durch ein aufeinander abgestimmtes Hilfesystem optimal aufzugreifen, mit einer guten Präventionsarbeit die Entstehung, Verfestigung und Eskalation von sexualisierter und häuslicher Gewalt zu verhindern, Öffentlichkeit zu sensibilisieren und politische Unterstützung zu gewinnen und abzusichern.

- Büro für Chancengleichheit des Landkreises
Darmstadt-Dieburg:
06151/ 8811043, 06151/8811044
<https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/frauen-chancengleichheit/gewaltschutz-fuer-frauen/>

Weitere Informationen zum Thema:

- ➔ Broschüre „Richtig helfen bei häuslicher Gewalt“, Handlungsleitfaden für den Erstkontakt mit betroffenen Frauen und mehrsprachige Broschüre „Hilfe für Frauen, Kinder und Familien nach Gewalttaten des Netzwerks Gewaltschutz sind im Büro für Chancengleichheit im Kreishaus erhältlich oder als PDF unter <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/frauen-chancengleichheit/gewaltschutz-fuer-frauen/>
- ➔ Broschüre „Hilfe für Frauen, Kinder und Familien nach Gewalttaten.“ Netzwerk Gewaltschutz. Hrsg.: Landkreis Darmstadt-Dieburg. Kostenlos erhältlich im Kreishaus Darmstadt - Büro für Chancengleichheit oder als PDF-Datei unter <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/frauen-chancengleichheit/gewaltschutz-fuer-frauen/>
- ➔ Broschüre „Leichte Sprache: Gewalt gegen Frauen und Mädchen – Schutz in Darmstadt und dem Landkreis Darmstadt-Dieburg.“ Netzwerk Gewaltschutz. Hrsg.: Landkreis Darmstadt-Dieburg. Kostenlos erhältlich im Kreishaus Darmstadt - Büro für Chancengleichheit oder als PDF-Datei unter <https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/frauen-chancengleichheit/gewaltschutz-fuer-frauen/>

- ➔ Broschüre „Mehr Mut zum Reden - Von misshandelten Frauen und ihren Kindern“ Broschüre für alle, die mit misshandelten Frauen und deren Kinder arbeiten sowie für Angehörige, Freundinnen und Freunde der Betroffenen. BmfsJ. 2013 unter www.bmfsfj.de
- ➔ Mutig fragen - besonnen handeln. Broschüre für Mütter und Väter zur Thematik des sexuellen Missbrauchs an Mädchen und Jungen unter www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen
- ➔ Themen und Erläuterung rund um sexuellen Missbrauch und Risikofaktoren unter <https://beauftragter-missbrauch.de/praevention/was-ist-sexueller-missbrauch/>
- ➔ Informationsseite der Koordinierungsstelle der hessischen Frauennotrufe und Frauenberatungsstellen.
www.frauennotrufe-hessen.de



NACH DER GEBURT

GESUNDHEIT

Kontakt mit Hebamme aufnehmen

Nehmen Sie nach der Geburt Kontakt zu Ihrer Hebamme auf. Sie ist auch für die Nachsorge der Geburt zuständig. Sie untersucht Ihr Baby und betreut Sie im Wochenbett und bei Fragen.

Termin für die U-Untersuchung vereinbaren

Vereinbaren Sie einen Termin für die U-Untersuchungen bei dem Kinderarzt, der Kinderärztin Ihrer Wahl. Die U-Untersuchungen sind gesetzlich vorgeschrieben.

Benötigte Unterlagen: Krankenversicherungskarte und gelbes U-Heft

Krankenversicherung für Ihr Kind abschließen

Informieren Sie Ihre Krankenkasse über die Geburt Ihres Kindes und bitten Sie um Zusendung des Antrags auf Familienversicherung.

Was? Schließen Sie eine Krankenversicherung für Ihr Baby ab.

Wann? Sofort nach der Geburt

Wo? Bei Ihrer Krankenkasse

Benötigte Unterlagen: Antrag/ Formular Krankenkasse und Geburtsurkunde des Babys

Anspruch auf Haushaltshilfe prüfen

Wenn die Weiterführung des Haushalts nicht möglich ist und auch keine andere im Haushalt lebende Person den Haushalt führen kann, besteht die Möglichkeit über die Krankenkasse eine Haushaltshilfe zu beantragen.

Benötigte Unterlagen: Antrag der Krankenkasse, Ärztliches Attest oder Bescheinigung über die Notwendigkeit einer Haushaltshilfe

Was? Prüfen Sie, ob Ihnen eine Haushaltshilfe zusteht

Wann? Bei Bedarf

Wo? Bei Ihrer Krankenkasse

Rückbildungskurs suchen

In einem Rückbildungskurs werden, ganz unabhängig von der Entbindungsform, durch Körperübungen die Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur gestärkt. Ziel ist es Folgeschäden des Körpers durch die Schwangerschaft zu vermeiden. In der Regel übernehmen die Krankenkassen die Kosten.

Was? Suchen Sie sich einen Rückbildungskurs

Wann? Ca. 6 bis 8 Wochen nach der Geburt

Wo? Hebammen, Geburtseinrichtungen etc.

Mutter-Kind-Kur/ Vater-Kind-Kur

Kurmaßnahmen bieten Entlastung und Erholung vom Familienalltag. Die Krankenkasse ist der Kostenträger. Eine Kurberatung hilft Ihnen bei der Suche nach einer geeigneten Maßnahme und Antragstellung.

- Kurberatung Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg:
www.dw-darmstadt.de
- AWO vita Kurberatung ZenJA Langen:
www.zenja-langen.de
- Kurberatung Südhessen:
www.kurberatung-suedhessen.de

Ergotherapie

Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen jeden Alters, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt oder von Einschränkungen bedroht sind. Ziel der Therapie ist es, diesen Menschen dabei zu helfen, ihren Alltag in Beruf, Schule, Kindergarten, Familie und im Freizeitbereich besser bewältigen zu können. Die Ergotherapie kommt u.a. bei folgenden Leiden zum Einsatz

- Entwicklungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen
- Erkrankungen des zentralen Nervensystems (z.B. Schlaganfall, Querschnittslähmungen, Parkinson, Multiple Sklerose, Schädel-Hirn-Verletzungen)
- Störungen des Bewegungsapparates.

Weitere Informationen finden Sie hier:

- ➔ Informationsseite des Deutschen Verbandes für Ergotherapeuten e.V.: www.dve.info

Logopädie

Logopädinnen und Logopäden untersuchen und behandeln Menschen jeden Alters mit Sprach-, Sprech-, Stimm- sowie Schluckstörungen. Vor allem für Kinder mit Sprachschwierigkeiten ist neben einer lebendigen, häuslichen Förderung in der Muttersprache eine früh einsetzende Diagnostik und spezifische Sprachförderung wichtig.

Weitere Informationen finden Sie hier:

- ➔ Broschüre „Sprachentwicklung und Sprachförderung bei Kindern“, Hrsg.: Hessisches Ministerium für Soziales und Integration - Juli 2018
- ➔ Sprachförderung zu Hause bei Kindern bis ins Vorschulalter
www.familie-und-tipps.de/Kinder/Erziehung/Sprachentwicklung
- ➔ Merkblätter zur Mehrsprachigkeit für Eltern in verschiedenen Sprachen
www.kinderaerztliche-praxis.de
- ➔ Informationsseite des deutschen Bundesverbandes für Logopädie e.V.
www.dbl-ev.de
- ➔ Büro für Migration und Inklusion des Landkreises Darmstadt-Dieburg: Liste mit logopädischen Praxen mit sprachlichen Angeboten

FORMALITÄTEN

Anmeldung beim Standesamt vornehmen

In der Regel meldet die Geburtsklinik die Geburt Ihres Babys auf dem Standesamt der Stadt an, in welches es geboren wurde. Damit erhält das Baby seine Geburtsurkunde. Wird Ihr Baby nicht von der Klinik angemeldet oder ist es zuhause geboren, müssen Sie die Anmeldung beim Standesamt selbst vornehmen. Die örtliche Anmeldung Ihres Babys beim Einwohnermeldeamt wird automatisch durch das Standesamt vorgenommen.

- ➔ Benötigte Unterlagen: Geburtsanzeige der Geburts-einrichtung, Geburtsurkunden der Eltern, Ausweis-papiere der Eltern, Heiratsurkunde der Eltern (falls verheiratet)
- ➔ Zusätzlich wenn nicht verheiratet: Vaterschaftsan-erkennung, Sorgeerklärung
- ➔ Wenn Kindesmutter geschieden: Heiratsurkunde und Scheidungsurteil
- ➔ Bei weiteren gemeinsamen Kindern: Die Geburts-urkunden der Kinder

Kinderbetreuung suchen

Die meisten Kinder besuchen spätestens mit drei Jahren eine Kindertagesstätte. Neben Betreuung und Bildung wird dort die Entwicklung des Kindes zu einer eigen-verantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlich-keit gefördert. In den einzelnen Kommunen des Land-kreises Darmstadt-Dieburg besteht ein bedarfsgerechtes Angebot an Betreuungsplätzen für Kinder ab dem ersten Lebensjahr bis zum Schuleintritt. Die Integration von Kindern mit Behinderung ist auf Antrag in vielen Kindertageseinrichtungen möglich. Hierzu können Sie sich an das Sozialamt wenden. Träger von Kindertags Einrichtungen sind nicht nur die Städte und Gemein-den, vielmehr bieten auch Kirchen, Verbände, freie Träger und private Initiativen Betreuungsangebote für verschiedene Altersgruppen an.

Seit 1. August 2013 haben Kinder ab dem ersten Lebens-jahr einen Rechtsanspruch auf den Besuch einer Kinder-tagesstätte oder Betreuung bei einer Tagesmutter oder einem Tagesvater. Zusätzlich ist seit dem 1. August 2018 der Besuch des Kindergartens vom vollendeten dritten Lebensjahr bis zum Eintritt in die Schule für sechs Stun-den täglich gebührenfrei.

Folgende Kinderbetreuungen gibt es:

Kinderkrippen

- ➔ Kinderkrippen sind Einrichtungen der Tagesbe-treuung für Kinder bis zum vollendetem dritten, teilweise auch vierten Lebensjahr. Besonders großen Wert wird in dieser Altersgruppe auf die individu-elle Zuwendung und Förderung eines jeden Kindes gelegt

Kindergärten/ Kindertagesstätten/ Familienzentren

- ➔ Kindergärten dienen der Bildung, Erziehung und Betreuung von Kindern ab dem vollendeten ersten Lebensjahr bis zum Schuleintritt. Die Betreuungs-gruppen in Kindergärten und Kindertagesstätten sind unterschiedlich. In der Regel sind ab drei Jahren die Gruppen altersgemischt zusammenge-setzt und bestehen aus maximal 25 Kindern. Wenn Kinder unter drei Jahren in altersgemischten Grup-pen in Kindertagesstätten betreut werden, muss die Anzahl der Plätze verringert werden. In vielen Kindergärten und Kindertagesstätten besteht die Möglichkeit, zwischen verschiedenen Betreuungs-zeitmodellen zu wählen.

Tageseltern

- ➔ Tagespflegepersonen brauchen für ihre Tätigkeit eine Pflegeerlaubnis und müssen sich durch ihre Persönlichkeit, Sachkompetenz und Kooperations-bereitschaft mit Erziehungsberechtigten aus-zeichnen und über kindgerechte Räume verfügen. Tagespflege ist die Betreuung von Kindern aller Altersstufen durch eine Tagesmutter oder einen Tagesvater. In der Regel findet die Betreuung der Kinder in Kleingruppen im Haushalt der Tagespfle-geperson statt.
- ➔ Tageseltern Tageskinder Vermittlung:
www.tageselternvermittlung.de

Au-Pair Vermittlung

- ➔ Als Au-Pair lebt eine junge Frau oder ein junger Mann aus dem Ausland für eine bestimmte Zeit in einer Familie und betreut ca. 30 bis 40 Stunden pro Woche die im Haushalt lebenden Kinder.
- ➔ Diakonie Verein für internationale Jugendarbeit Ortsverein Darmstadt e.V.: www.au-pair-darmstadt-vij.de

Babysitter-Vermittlung

- ➔ Wenn Eltern einmal Zeit für sich selbst brauchen und etwas ohne Kinder unternehmen möchten, kann ein Babysitter oder eine Babysitterin stundenweise die Betreuung der Kinder übernehmen.
- ➔ Deutscher Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V. Babysitter-Vermittlungsdienst: www.kinderschutzbund-darmstadt.de

Not-Mütter-Dienst

- ➔ Kommt es aufgrund eines unvorhersehbaren Ereignisses wie z.B. Krankheit oder Unfall plötzlich zu Betreuungsgapen, können Sie sich an den Not-Mütter-Dienst wenden. Der Not-Mütter-Dienst vermittelt Ihnen eine qualifizierte Betreuungsperson für Ihre Kinder. Die Vermittlung erfolgt für den Landkreis Darmstadt-Dieburg nur tageweise. Für die Betreuungsperson muss eine Übernachtungsmöglichkeit in der Wohnung bereitgestellt werden.
- ➔ Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe e.V. Regionalbüro Darmstadt: www.notmuetterdienst.de



FINANZEN

Kindergeld beantragen

Anspruch auf Kindergeld haben alle Kinder ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres. Das Kindergeld ist unabhängig vom Einkommen der Eltern. Sie können gleich nach der Geburt den Antrag bei Ihrer Familienkasse stellen. Die Höhe des Kindergeldes richtet sich nach der Anzahl Ihrer Kinder.

Was? Beantragen Sie das Kindergeld

Wann? So bald wie möglich

Wo? Familienkasse: www.familienkasse.de

Benötigte Unterlagen: Geburtsurkunde, Steuerliche Identifikationsnummer

Zuschlag zum Kindergeld beantragen

Der Kinderzuschlag ist eine Ergänzung zum Kindergeld, wenn Sie ein geringes Einkommen haben. Wenn Sie Anspruch auf Kindergeld haben, können Sie sich auch von Kita-Gebühren befreien und das Bildungs- und Teilhabepaket in Anspruch nehmen. Sie können in wenigen Schritten prüfen, ob bei Ihnen ein Anspruch besteht und einen Anspruch stellen. Dies funktioniert über die Webseite Ihrer Familienkassen.

- ➔ Benötigte Unterlagen: Einkommensnachweis

Elterngeld/ ElterngeldPlus beantragen

Das Elterngeld ist eine familienpolitische Leistung, die Eltern, Adoptiveltern, Ehe- oder Lebenspartnerinnen und -partner, Verwandte bis zum dritten Grad in besonderen Ausnahmefällen, die sich im ersten Lebensjahr des Kindes vorrangig um die Betreuung des Neugeborenen kümmern, finanziell absichert. Das Elterngeld schafft einen finanziellen Ausgleich für die Unterbrechung oder Reduzierung Ihrer Erwerbstätigkeit.

Anspruch auf Elterngeld haben Mütter und Väter

- ➔ die einen Wohnsitz oder gewöhnlichen Aufenthalt in Deutschland haben,
- ➔ mit ihren Kindern in einem Haushalt leben,
- ➔ ihre Kinder nach der Geburt selbst betreuen und erziehen,
- ➔ nicht mehr als 30 Stunden in der Woche erwerbstätig sind. Elterngeld kann in den ersten 14 Lebensmonaten eines Kindes in Anspruch genommen werden.

Dabei gelten folgende Regelungen

- ➔ ein Elternteil kann maximal zwölf Monate Elterngeld beziehen
- ➔ nehmen beide Elternteile mindestens zwei Monate Elternzeit, verlängert sich die Bezugsdauer des Elterngeldes um zwei Monate (Partnermonate) auf maximal 14 Monate.
- ➔ Alleinerziehende haben ebenfalls Anspruch auf 14 Monate Elterngeld, sofern sie vor der Geburt des Kindes einer Erwerbstätigkeit nachgegangen sind und ihnen die elterliche Sorge oder zumindest das Aufenthaltsbestimmungsrecht für das Kind alleine zusteht.
- ➔ Die Mindestbezugszeit des Elterngeldes beträgt zwei Monate.
- ➔ In Monaten mit Mutterschaftsleistungen kann nur Elterngeld und kein ElterngeldPlus bezogen werden.

Wie hoch ist das Elterngeld?

- ➔ Das Elterngeld ersetzt bei Voreinkommen zwischen 1.000 € und 1.200 € das nach der Geburt wegfallende Einkommen zu 67 Prozent, bei einem maßgeblichen Nettoeinkommen von 1.220 € zu 66 Prozent und bei einem Einkommen ab 1.240 € zu 65 Prozent. Bei Einkommen unter 1.000 € ersetzt das Elterngeld bis zu 100 Prozent des vorherigen Einkommens.
- ➔ Bei Mehrlingsgeburten erhöht sich das monatliche Elterngeld nochmals um 300 € pro Kind.
- ➔ Elternteile, die in den zwölf Kalendermonaten vor der Geburt des Kindes nicht erwerbstätig waren, erhalten einen Mindestelterngeldbetrag von monatlich 300 €.
- ➔ Lebt im Haushalt ein weiteres Kind unter drei Jahren oder zwei und mehr Geschwister unter sechs Jahren, wird das Elterngeld noch durch einen Geschwisterbonus in Höhe von zehn Prozent des zustehenden Elterngeldes – mindestens jedoch um 75 € (37,50 € bei ElterngeldPlus) pro Monat – erhöht.

Wann muss der Antrag auf Elterngeld gestellt werden?

- ➔ Der Antrag auf Elterngeld kann mit dem Tag der Geburt des Kindes gestellt werden. Da das Elterngeld jedoch bis zu drei Monate rückwirkend gezahlt wird, muss die Antragstellung nicht sofort nach der Geburt des Kindes erfolgen

Was ist der Unterschied zu Elterngeld?

- ➔ Beim ElterngeldPlus wird höchstens die Hälfte des Elterngeldbetrags gezahlt, der den Eltern ohne Teileinkommen nach der Geburt zustünde. Dadurch verdoppelt sich der Bezugszeitraum aus einem Elterngeld-Monat werden zwei ElterngeldPlus-Monate.
- ➔ Die Eltern erhalten damit auch über den 14. Lebensmonat ihres Kindes hinaus ElterngeldPlus.
- ➔ Der Bezug von ElterngeldPlus darf dann nicht unterbrochen werden.
- ➔ ElterngeldPlus kann auch bezogen werden, ohne dass die Eltern eine Erwerbstätigkeit ausüben.
- ➔ Auch ein abwechselnder Bezug der Eltern von ElterngeldPlus ab dem 15. Lebensmonat ist möglich. Sofern in den ersten 14 Lebensmonaten Basiselterngeld und ElterngeldPlus bezogen wird, ist die Reihenfolge frei wählbar. Auch Unterbrechungen zwischen dem Bezug von Basiselterngeld und ElterngeldPlus sind in den ersten 14 Lebensmonaten des Kindes möglich.

Was? Antrag auf Elterngeld stellen

Wann? Nach Geburt

Wo? Hessisches Amt für Versorgung und Soziales Darmstadt:
<https://rp-giessen.hessen.de/soziales/elterngeld>

Wohngeld beantragen

Einkommensschwächere Haushalte erhalten unter bestimmten Voraussetzungen Lastenzuschuss als staatlichen Zuschuss zur wirtschaftlichen Sicherung eigenen Wohnraums.

Lastenzuschuss erhalten Eigentümer

- ➔ eines Wohnhauses und/oder einer Eigentumswohnung
- ➔ einer Kleinsiedlung
- ➔ eines landwirtschaftlichen Betriebs sowie
- ➔ Inhaber eines eigentumsähnlichen Dauerwohnrechts

Die Höhe des Lastenzuschusses ist abhängig von

- ➔ der Anzahl Haushaltsmitglieder
- ➔ der Höhe des anzurechnenden Haushaltseinkommens
- ➔ der Höhe der Belastung für Wohnraum.

Was? Prüfen Sie, ob Ihnen Wohngeld zusteht.

Wann? Wenn Ihr Einkommen nicht ausreicht, um die Kosten für Ihren Wohnraum zu tragen.

Wo? Wohngeldstelle, Amt für Wohnungswesen Wissenschaftsstadt Darmstadt: www.darmstadt.de

Unterhaltsvorschuss beantragen

Für Alleinerziehende erfolgt die Erziehung ihrer Kinder meist unter erschwerten Bedingungen. Die Situation verschärft sich noch, wenn das Kind von dem anderen Elternteil keinen Unterhalt erhält. In einer solchen Situation kann Unterhaltsvorschuss beantragt werden.

Wer hat Anspruch auf Unterhaltsvorschuss?

Ein Kind erhält Unterhaltsvorschuss, wenn es

- ➔ in Deutschland einen Wohnsitz oder seinen gewöhnlichen Aufenthalt hat
- ➔ bei einem alleinerziehenden Elternteil lebt
- ➔ von dem anderen Elternteil nicht oder nur teilweise oder nicht regelmäßig Unterhalt in Höhe des gesetzlichen Mindestunterhalts erhält

Wie hoch ist der Unterhaltsvorschuss (ab 1. Januar 2024)?

- ➔ Kinder bis 5 Jahre 230 € / Monat
- ➔ Kinder bis 11 Jahre 301 € / Monat
- ➔ Kinder bis 17 Jahre 395 € / Monat

Wie lange kann Unterhaltsvorschuss in Anspruch genommen werden?

- ➔ Unterhaltsvorschuss wird unter bestimmten Voraussetzungen bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres gezahlt.

Was? Klären Sie, ob Ihnen ein Zuschuss zum Unterhalt für Ihr Kind zusteht

Wann? Bei Bedarf

Wo? Unterhaltsvorschusskasse des Jugendamtes:
<https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/beratung-betreuung/finanzielle-hilfen-beistandschaft/unterhaltsvorschuss/>

Benötigte Unterlagen: Gültiges Ausweisdokument vom Elternteil, in dessen Obhut sich das Kind befindet, Geburtsurkunde des Kindes, Vaterschaftsanerkennung, Scheidungsurteil (bei geschiedenen Eltern), Unterhaltstitel (falls vorhanden)

Entlastungsbetrag für Alleinerziehende

Der Entlastungsbetrag für alleinerziehende Väter und Mütter beträgt 1.908 €. Ab dem zweiten Kind erhöht sich der Entlastungsbetrag um jeweils 240 € pro weiteres Kind.

Voraussetzung für den Entlastungsbetrag ist, dass mindestens ein Kind im Haushalt lebt, für das der oder dem Alleinerziehenden Kindergeld beziehungsweise ein Freibetrag für Kinder zusteht. Außerdem müssen die Alleinerziehenden auch alleinstehend sein. Der Entlastungsbetrag wird bei der Lohnsteuer in der Steuerklasse II berücksichtigt. Er ist ein Freibetrag und vermindert die steuerliche Bemessungsgrundlage der Alleinerziehenden, die damit mehr Nettoeinkommen haben.

Leistungen für Bildung und Teilhabe

Das Bildungs- und Teilhabepaket gibt bedürftigen Kindern aus Geringverdienerfamilien mehr Zukunftschancen. Sie haben einen Rechtsanspruch auf Bildung und aufs Mitmachen.

Bedarfe für Bildung

- ➔ eintägige Ausflüge von Schule, KiTa oder Tagespflege
- ➔ mehrtägige Klassenfahrten von Schule, KiTa oder Tagespflege
- ➔ 150 Euro für die Ausstattung mit Schulbedarf pro Schuljahr

- ➔ Kostenübernahme für ÖPNV-Tickets für Schülerinnen und Schüler
- ➔ Kostenübernahme für angemessene Lernförderung für Schulkinder – unabhängig von einer unmittelbaren Versetzungsgefährdung
- ➔ der Eigenanteil für gemeinschaftliche Mittagsverpflegung in Schule, Kindertagesstätte oder Hort oder in der Tagespflege entfällt
- ➔ monatliche Betrag für soziale und kulturelle Aktivitäten wie etwa im Sportverein oder an der Musikschule

Wer hat Anspruch auf Leistungen für Bildung und Teilhabe?

- ➔ Anspruchsberechtigt sind Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die SGB II, Sozialgeld, Leistungen nach dem SGB XII, Leistungen im Rahmen des Asylbewerberleistungsgesetzes, Wohngeld oder Kinderzuschlag erhalten.
- ➔ Bedarfe für Bildung erhalten Personen, die das 25. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, eine allgemein- oder berufsbildende Schule besuchen und keine Ausbildungsvergütung erhalten (Schüler, Schülerinnen).
- ➔ Bedarfe zur Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben erhalten alle Leistungsberechtigten bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres

Was? Prüfen Sie ob Ihnen Leistungen für Bildung und Teilhabe zustehen

Wann? Bei Bedarf

Wo? Kreisagentur für Beschäftigung, Kommunales Jobcenter:
<https://www.ladadi.de/leben-arbeiten/arbeit/kreis-agentur-fuer-beschaeftigung/>



UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE

Angebote für Mütter/Väter/ Familien

In Gruppen und Kursen besteht die Möglichkeit andere Mütter und Väter kennenzulernen, nützliche Tipps zu erhalten und sich zu vernetzen. In der Regel werden die Kurse von einer Fachkraft geleitet.

Stillgruppen/ Stillsprechstunde

- Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt:
www.familienzentrum.darmstadt.de
- Mehrgenerationenhaus Darmstadt:
www.mehrgenerationenhaus-darmstadt.de

Eltern-Kind-Gruppen

- Drop In(klusive) Offene Treffs für Eltern mit Babys:
<https://www.szenenwechsel-online.de/>
- Familienzentrum Darmstadt:
www.familienzentrum-darmstadt.de
- Krabbelgruppe:
<https://www.mehrgenerationenhaus-gross-zimmer.de/angebote-und-schwerpunkte>
- Mütter-Baby-Treff Caritas Dieburg:
<https://www.caritas-darmstadt.de/caritasvorort/darmstadt-dieburg/dieburg/allgemeine-lebensberatung/allgemeine-lebensberatung>
- Volkshochschule Darmstadt-Dieburg:
www.ladadi.de/vhs
- Deutsches Rotes Kreuz: www.drk-weiterstadt.de

Angebote für Väter

- Papapool – Väterangebote in der Region:
www.papapool.de
- Vätertreff: <https://www.szenenwechsel-online.de/>
- Familienzentrum Darmstadt:
www.familienzentrum-darmstadt.de

Frühförderung

Wenn ein Kind nicht gesund ins Leben startet oder sich im Verlauf seiner Entwicklung in bestimmten Bereichen Probleme zeigen, kann in vielen Fällen eine frühzeitig einsetzende Unterstützung die Beeinträchtigungen des Kindes mindern oder beheben. Sie können Unterstützung durch Frühförderstellen und dem Sozialpädiatrischen Zentrum erfahren.

- Darmstädter Kinderkliniken Prinzessin Margaret – Sozialpädiatrisches Zentrum:
www.kinderkliniken.de
- Frühberatungsstelle für entwicklungsgefährdete Kinder und ihre Familien der Caritas:
www.caritas-darmstadt.de
- Sichtweisen – Frühförderung für Kinder mit Blindheit und Sehbehinderung:
www.diakonischeswerk-frankfurt.de
- Frühförderstelle für Kinder mit Hörbehinderung:
www.sommerhoffpark.de
- Interdisziplinäre Frühförderstelle ML291:
www.vae-ev.de/index.php/kinder/mit-behinderungen/ffh

BESONDERE SITUATIONEN ODER NOTLAGEN

Schwierige Geburt

Haben Sie belastende Erfahrungen während der Geburt zu verkraften? Dann können Sie sich an folgende Stellen wenden:

- Emotionelle Erste Hilfe Praxis Darmstadt: www.eeh-darmstadt.de
- Emotionelle Erste Hilfe Dieburg: <https://dieburger-hebammerei.de/ueber-uns/jutta-lehr>
- Pro familia Darmstadt: <https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/hessen/darmstadt/schwangerschaftsberatung>

Schreibaby-Ambulanzen

Wenn Säuglinge und Kleinkinder sehr viel schreien und sich nur schlecht beruhigen lassen, fühlen sich Eltern oft hilflos, sind körperlich und emotional erschöpft. In dieser Situation bieten Schrei-Baby-Ambulanzen Hilfe an.

- Menschenskinder – Werkstatt für Familienkultur e.V., SchreiBabyAmbulanz Darmstadt: www.menschenskinder-darmstadt.de
- Universitätsklinikum Heidelberg: www.klinikum.uni-heidelberg.de
- Anna-Freud-Institut Frankfurt e.V.: <https://www.anna-freud-institut.de/html/baby-ambulanz.html>
- Bianca Niermann/ Schlafcoach für Säuglinge und Kleinkinder: www.bianca-niermann.de
- Frühe Hilfen: <https://www.darmstadt.de/leben/soziales/familien/schwangerschaft-und-geburt/fruehe-hilfen>

Frühchen

Zu früh geborene Babys brauchen besondere Pflege und Aufmerksamkeit. Diese anstrengende Zeit kann schnell zu Erschöpfung führen. An folgenden Stellen können Sie Unterstützung bekommen:

- Sprechstunde für Früh- und Risikoneugeborene an dem SPZ der Darmstädter Kinderkliniken Prinzessin Margaret: www.kinderkliniken.de
- Angebote im Familienzentrum Darmstadt: www.familienzentrum-darmstadt.de
- Infos beim Bundesverband „Das frühgeborene Kind“ e.V.: www.fruehgeborene.de

Baby chronisch krank oder krebskrank

Sollte ihr Baby an einer Krebs- oder chronischen Erkrankung leiden oder von einer Entwicklungsverzögerung betroffen ist, stehen ihnen individuelle Hilfen und emotionaler Beistand zu.

- Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder e.V.: www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

Baby geistig oder körperlich beeinträchtigt

Sollte ihr Baby von einer Entwicklungsverzögerung oder von geistiger oder körperlicher Beeinträchtigung betroffen sein, stehen ihnen individuelle Hilfen und emotionaler Beistand zu.

- Frühberatungsstelle, Caritasverband Darmstadt: www.caritas-darmstadt.de
- SPZ Darmstädter Kinderklinik Prinzessin Margaret: www.kinderkliniken.de
- Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung Ortsverein Darmstadt e.V.: www.lebenshilfe-darmstadt.de
- Nieder-Ramstädter Diakonie, Familien unterstützender Dienst: www.nrd.de





Landkreis
Darmstadt-Dieburg
Zukunft. Regional. Leben.

Wir hoffen, dass diese Broschüre Ihnen wertvolle Informationen und hilfreiche Anregungen für die spannende Zeit der Schwangerschaft und die ersten Monate mit Ihrem Baby bietet. Es ist normal, in dieser Phase viele Fragen zu haben und sich manchmal unsicher zu fühlen. Denken Sie daran, dass Sie nicht allein sind – es gibt zahlreiche Unterstützungsangebote im Landkreis Darmstadt-Dieburg, die Ihnen zur Seite stehen.

Nutzen Sie die vielfältigen Ressourcen, die Ihnen zur Verfügung stehen, und zögern Sie nicht, bei Bedarf Hilfe und Rat in Anspruch zu nehmen. Ihr Wohlbefinden und das Ihres Kindes stehen im Mittelpunkt.

Wir wünschen Ihnen eine gesunde und glückliche Schwangerschaft sowie einen guten Start in das Leben als Familie!

Ihre Fachstelle Frühe Hilfen des Landkreises Darmstadt-Dieburg

CHECKLISTE VOR DER GEBURT

Gesundheit

- ☐ Frauenarzt/Frauenärztin auswählen
- ☐ Hebamme suchen
- ☐ Geburtsklinik oder Geburtshaus auswählen und anmelden
- ☐ Kinderarzt/Kinderärztin suchen
- ☐ Krankenkasse über die Schwangerschaft informieren
- ☐ Bei Bedarf Pränataldiagnostik oder humangenetische Beratung nutzen

Organisation und Behörden

- ☐ Arbeitgeber über die Schwangerschaft informieren
- ☐ Unterlagen für das Standesamt zusammentragen
- ☐ Elternzeit planen und rechtzeitig anmelden
- ☐ bei Bedarf: Vaterschaft anerkennen lassen
- ☐ Bei Bedarf: Sorgeerklärung abgeben
- ☐ Versicherungen und Verträge überprüfen und anpassen

Finanzen

- ☐ Mutterschaftsgeld beantragen
- ☐ Elterngeldantrag bzw. ElterngeldPlus vorbereiten
- ☐ Anspruch auf Leistungen des Jobcenters prüfen
- ☐ Zuschüsse für Erstausrüstung prüfen
- ☐ Unterstützung der Bundesstiftung „Mutter und Kind“ prüfen



CHECKLISTE NACH DER GEBURT

Gesundheit

- ☐ Hebamme für die Nachsorge kontaktieren
- ☐ U-Untersuchungen beim Kinderarzt vereinbaren
- ☐ Baby bei der Krankenkasse anmelden
- ☐ Anspruch auf Haushaltshilfe prüfen
- ☐ Rückbildungskurs buchen (ab ca. 6–8 Wochen)
- ☐ Bei Bedarf Mutter-Kind- oder Vater-Kind-Kur beantragen

Behörden und Organisation

- ☐ Geburt beim Standesamt anmelden
- ☐ Geburtsurkunden ausstellen lassen
- ☐ Kinderbetreuung (Krippe, Kita, Tagespflege) frühzeitig suchen

Finanzen

- ☐ Kindergeld beantragen
- ☐ Kinderzuschlag prüfen
- ☐ Elterngeld oder ElterngeldPlus beantragen
- ☐ Wohngeld prüfen
- ☐ Unterhaltsvorschuss beantragen
- ☐ Leistungen für Bildung und Teilhabe prüfen

Wichtigsten Unterlagen bereitlegen

- ☐ Mutterpass
- ☐ Personalausweise
- ☐ Krankenversicherungskarten
- ☐ Eigene Geburtsurkunden
- ☐ Heiratsurkunde
- ☐ Vaterschaftsanerkennung bei Bedarf
- ☐ Steuer-Identifikationsnummern
- ☐ Gehaltsnachweise für Elterngeldantrag
- ☐ Geburtsurkunde des Kindes (für Kindergeld, Krankenkasse und Elterngeld)

WICHTIGE TELEFONNUMMERN FÜR SCHWANGERSCHAFT, FAMILIE UND NOTFÄLLE

Akute Notfälle

- Polizei: 110
- Feuerwehr und Rettungsdienst: 112
- Ärztlicher Bereitschaftsdienst (kein lebensbedrohlicher Notfall): 116 117

Rund um Schwangerschaft und Baby

- Kinder- und Jugendnotruf:
0800 111 0 333
- Kinderschutzbund Darmstadt:
06151 21066
- Giftnotruf Hessen/Rheinland-Pfalz:
06131 19240

Krankenhäuser

- Klinikum Darmstadt
Zentrale: 06151 1070
- Alice-Hospital Darmstadt
Zentrale: 06151 4020
- Darmstädter Kinderkliniken Prinzessin Margaret
Kinderklinik: 06151 4023020
- Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg
Groß-Umstadt: 06078 790

Psychische Krisen

- Psychiatrischer Notdienst Darmstadt: 06151 1594900
- Telefonseelsorge: 0800 1110111
- Telefonseelsorge: 0800 1110222
- Telefonseelsorge: 116123
- Zentrum für seelische Gesundheit: 06078 792901

Hilfe bei Gewalt

Für Frauen

- Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen (24 Stunden): 116016
- Frauenhaus Darmstadt: 06151 376814
- Frauen- und Kinderschutzhaus Darmstadt-Dieburg: 06071 33033
- Frauennotruf Darmstadt: 06151 45511

Für Männer

- Hilfetelefon Gewalt an Männern: 0800 1239900

Opferhilfe

- Weißer Ring (Opferhilfe): 116006

Weitere wichtige Nummern

- Krankentransport Darmstadt: 06151 19222
- Zahnärztlicher Notdienst: 06151 011500
- Drogenhilfe Darmstadt: 06151 294434
- Pflegenotruf: 06151 895511
- Taxinummer Ihres lokalen Anbieters

Die 5 wichtigsten Nummern zum Speichern

- 110 – Polizei
- 112 – Rettungsdienst und Feuerwehr
- 116117 – Ärztlicher Bereitschaftsdienst
- 116016 – Hilfe bei Gewalt gegen Frauen
- 0800 1110111 – Telefonseelsorge (24 Stunden)



Sie haben Fragen oder wünschen Kontakt?

- ➔ Sie erreichen uns telefonisch von
Montag bis Donnerstag 8 - 12 und 13 - 16 Uhr,
Freitag 8 - 12 Uhr
- ➔ Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Groß-Umstadt
- ➔ Werner-Heisenberg-Straße 10 64823 Groß-Umstadt
- ➔ 06151/ 881 1780
- ➔ FrueheHilfen@ladadi.de

Weitere Infos finden Sie hier:

[https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/
beratung-betreuung/junge-familien/fruehe-hilfen/](https://www.ladadi.de/umwelt-soziales/familie-chancen/beratung-betreuung/junge-familien/fruehe-hilfen/)

