

# Wegweiser für Schwangere

Landkreis Rottweil



## Impressum

Herausgeber:

donum vitae Kreisverband Rottweil e.V.

Schützenstraße 7

78628 Rottweil

Telefon: 0741/9420955

info@donumvitae-rottweil.de

[www.donumvitae-rottweil.de](http://www.donumvitae-rottweil.de)

Spendenkonto

Kreissparkasse Rottweil

IBAN: DE05 6425 0040 0000 1001 99

Durch eine Spende können Sie unser Anliegen unterstützen.

Wir danken Ihnen schon jetzt!

Rottweil, im Dezember 2023

## Vorwort

Eine gewünschte Schwangerschaft ist für die angehenden Eltern ein neuer Lebensinhalt, der Glück und Freude bringen kann. Oft kommen dabei aber auch Ängste, Fragen und Probleme auf oder gibt es bei Veränderungen unerwartete Unsicherheiten.

Um hierzu Hilfen, Erleichterung und allgemeine Orientierung zu bieten, wurde dieser „Wegweiser für Schwangere“ erstellt. Er soll für häufig auftretende Standardfragen Antworten und Handreichungen geben. Bei weiteren Fragen stehen Ihnen auch die Beraterinnen von unserem Verein gerne kostenlos zu Beratungsgesprächen zur Verfügung.

So wünschen wir allen, die diesen Wegweiser benutzen, dass sie die notwendigen Informationen und Hilfen erfahren und sich glücklich und unbekümmert auf das neue Leben freuen können.

Es grüßt Sie, verbunden mit den besten Wünschen, im Namen des Vorstandes und der Beraterinnen von „donum vitae Kreisverband Rottweil e. V.“

Hubert Haas, Ehrenvorsitzender





# Inhalt

Vorwort.....	1
Vorwort des Teams der Beratungsstelle.....	3
Über uns.....	4
Unser Team.....	5
Vorsorgeuntersuchungen.....	6
Vorsorgeuntersuchungen vor der Geburt.....	6
Vorsorgeuntersuchungen nach der Geburt.....	6
Allgemeine Informationen zur Schwangerschaft...7	
Organisation vor und nach der Geburt.....	8
Packliste für das Krankenhaus.....	17
Geht es schon los?.....	19
Die Erstausrüstung.....	20
Finanzielle Hilfen.....	23
Finanzielle Hilfen speziell für Alleinerziehende.....	28
ADRESSEN.....	29

## Vorwort des Teams der Beratungsstelle

Liebe werdende Eltern, Mütter und Väter,

die Schwangerschaft beschreibt eine Zeit voll Vorfreude und Glück – aber sicherlich spielt in mancher Hinsicht auch Nervosität und Unsicherheit eine große Rolle. Besonders beim ersten Kind stellen sich werdende Mütter und Väter eine große Anzahl an Fragen.

Da jede Schwangerschaft individuell und als einzigartig betrachtet werden muss, haben wir – donum vitae Rottweil – einen Wegweiser erstellt, welcher Ihnen einige Ihrer ersten Fragen beantworten soll.

Gerne sind wir bei allen Fragen rund um die Schwangerschaft ein vertrauensvoller Ansprechpartner. Unsere Beratungen sind kostenlos und unterliegen der Schweigepflicht. Wir helfen Ihnen gerne weiter und begleiten Ihre Familie bis zum dritten Lebensjahr des Kindes.

Uns ist bewusst, dass Sie sich mit einem guten Freund/einer guten Freundin, Ihrer Mutter/Ihrem Vater oder Ihrem Partner/Ihrer Partnerin durchaus wohler fühlen können – Sie können zu den Gesprächen gerne eine Begleitperson mitbringen.

Vereinbaren Sie telefonisch einen Termin mit uns, so dass wir in einem Beratungsgespräch ganz individuell auf Ihre persönliche Situation eingehen können!

Wir freuen uns, Sie begrüßen zu dürfen.

Das Team der Beratungsstelle

Anmeldung und Information:

- Mo. 13:00 – 16:00 Uhr
- Di. 09:00 – 12:00 Uhr
- Mi. 09:00 – 12:00 Uhr
- Do. 13:00 – 16:00 Uhr
- Fr. 09:00 – 12:00 Uhr

Termine nach Vereinbarung



## Über uns

Der selbstständige bürgerliche Verein „donum vitae Rottweil e.V. zur Förderung des Schutzes des menschlichen Lebens“ wurde am 25.04.2001 gegründet und wird vom Land und Kreis unterstützt. Unsere Beratungsstelle ist die einzige Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle im Landkreis Rottweil, welche auch Beratungsscheine ausstellt.

Die Beratungsstelle steht allen Frauen, Männern und Paaren für Fragen zum Thema Schwangerschaft, Geburt und zur Geschlechterbeziehung kostenlos zur Verfügung.

Sie bietet Schulen, Firmen und Jugendgruppen Präventionsveranstaltungen für Lebenshilfen zu diesen Fragen an.

donum vitae wurde 1999 auf Bundesebene von Laien gegründet, nachdem die katholischen Bischöfe aus der gesetzlichen



Schwangerschaftskonfliktberatung ausgestiegen sind. Dadurch konnte die entstandene Lücke geschlossen und weiterhin Beratung, welche am christlichen Menschenbild orientiert ist, angeboten werden.

Ziel hierbei ist es, als Anwalt des Kindes in ergebnisoffener und einfühlsamer Beratung das ungeborene Leben zu schützen, die Würde des Kindes und die der Eltern zu achten, ihnen bei der Entscheidungsfindung zu helfen, ihnen in ihren Nöten beizustehen, sowie wirkungsvolle Hilfsangebote aufzuzeigen und zu vermitteln.

Der Begriff „donum vitae“ stammt aus dem Lateinischen und bedeutet „Geschenk des Lebens“.

Wir sind Anlaufstelle für schwangere Frauen und deren Familien. Wir beraten unabhängig von Nationalität, Religionszugehörigkeit, Alter und Wohnort.

Neben der Möglichkeit zur persönlichen Beratung in der Beratungsstelle Rottweil wird auch eine offene Sprechstunde in der Hebammenpraxis „rundrum“ in Schenkenzell angeboten.



## Unser Team



**Heike Wöhr**

staatlich anerkannte Sozialpädagogin

Dipl.-Sozialpädagogin (BA)

Leitende Beraterin

Schwangerschaftskonfliktberatung

Allgemeine Schwangerenberatung

**Weitere Qualifikationen:**

Beratung bezüglich Pränataldiagnostik

Beratung in Leichter Sprache für

Menschen mit Beeinträchtigungen.

Angebot der offenen Sprechstunde in  
der Hebammenpraxis „rundrum“ in  
Schenkenzell



**Irina Diener-Kischenko**

staatlich anerkannte

Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin

Bachelor of Arts in Sozialer Arbeit

Schwangerschaftskonfliktberatung

Allgemeine Schwangerenberatung

**Weitere Qualifikationen:**

Beratung bezüglich Pränataldiagnostik

Kinderwunschberatung

Beratung bei postnataler Depression

Beratung bezüglich vertraulicher Geburt



**Andrea König**

Dipl. Betriebswirtin (BA)

Verwaltung, Finanzen

## Vorsorgeuntersuchungen

Die Vorsorgeuntersuchungen sind für jede Schwangere aufgrund der Mutterschutzrichtlinien verpflichtend.

Bereits bei Ihrer ersten Vorsorgeuntersuchung bekommen Sie Ihren sogenannten Mutterpass. Dieser enthält alle wichtigen medizinischen Befunde und wichtige Informationen für Ihren Arzt/Ihre Ärztin und Ihre Hebamme.

Der Mutterpass wird bei jeder weiteren Vorsorgeuntersuchung ergänzt. Sie sollten diesen über den gesamten Zeitraum der Schwangerschaft (durchschnittlich 40 bis 42 Wochen) bei sich tragen.

**Nähere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Frauenarzt/Ihrer Frauenärztin und bei den Hebammen.**

### Pränataldiagnostik –

#### Vorsorgeuntersuchungen vor der Geburt

Der Begriff „Pränataldiagnostik“ beschreibt die Untersuchung an Föten und



Schwangeren und ist ein wichtiges Thema in der Schwangerschaft.

Mithilfe dieser Untersuchung können Ärzte/Ärztinnen herausfinden, ob das Kind im Mutterleib Fehlbildungen hat oder ein erhöhtes Risiko hierfür besteht.

Es gibt verschiedene Untersuchungen, welche zu unterschiedlichen Zeitpunkten durchgeführt werden können.

**Zu jeglichen medizinischen Fragen wenden Sie sich an Ihren Frauenarzt/Ihre Frauenärztin oder an Ihre Hebamme.**

### Vorsorgeuntersuchungen nach der Geburt

Wichtig sind Vorsorgeuntersuchungen des Kindes nach der Geburt. Diese sind aufgliedert in insgesamt vierzehn verschiedene Untersuchungen.

Die Vorsorgeuntersuchungen können sowohl bei Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, als auch bei Ihrer Hebamme gemacht werden.

**Auch zu diesen Untersuchungen erhalten Sie weitere Informationen bei Ihrem Kinderarzt/Ihrer Kinderärztin.**

## Allgemeine Informationen zur Schwangerschaft



In diesem Wegweiser finden Sie die Bezeichnung „Schwangerschaftswoche“. Die Schwangerschaftswochen werden ab dem ersten Tag der letzten Periode gezählt.

Vielleicht haben Sie auch schon von der „Entwicklungswoche“, oder „Embryonalwoche“ gehört – hier wird vom Zeitpunkt der Befruchtung aus zurückgerechnet.

Eine Schwangerschaft wird aufgeteilt in verschiedene Trimester:

Vom ersten Trimester spricht man in der ersten bis zur 12. SSW. Das zweite Trimester beschreibt die 13. bis 28. SSW und das dritte Trimester die 29. bis 40. SSW.

**Wenn Sie mehr über die Schwangerschaft und die Entwicklung des Babys erfahren möchten, haben wir am Ende des Wegweisers weitere offizielle Websites verlinkt.**

## Organisation vor und nach der Geburt

Wann?	Was?	Wo?	Wie?
Wann ist der richtige Zeitpunkt?	Was ist zu tun?	Wohin müssen Sie gehen?	Was müssen Sie mitbringen?
<b>Feststellung der Schwangerschaft</b>	<p>Sammeln von Informationen rund um die Schwangerschaft und Geburt</p> <p>Eventuell: Finanzielle Hilfen</p> <p>Dazu gehört: Bürgergeld Schwangere Frauen, die Anspruch auf Bürgergeld haben, erhalten ab der 13. SSW einen Mehrbedarfzuschlag von 17% ihrer Regelleistung</p>	<p>donum vitae Kreisverband Rottweil e.V. Schwangerenberatungsstelle Schützenstraße 7 78628 Rottweil</p> <p>Telefon: 0741/9420955</p> <p>Jobcenter Landkreis Rottweil Königsberger Str. 5 78628 Rottweil</p> <p>Telefon: 0741 2096050</p>	<p>Mutterpass Ausweis</p> <p><u>Je nach Ihrer Situation:</u> Bescheid über Arbeitslosengeld oder Bürgergeld Ausbildungsvertrag Einkommensnachweise Mietvertrag Monatliche Ausgaben</p>

Wann?	Was?	Wo?	Wie?
<b>Frühschwangerschaft</b>	Informieren der Arbeitsstelle wegen Mutter- und Kündigungsschutz	Personalbüro  Bei Problemen: Beratungsstelle oder entsprechende Einrichtung im Betrieb	Ärztliche Bescheinigung über die Schwangerschaft
<b>Ab 1.Monat</b>	Mit Aushändigung des Mutterpasses sofort eine Hebamme suchen	Fragen Sie Ihren Frauenarzt/Ihre Frauenärztin oder:  Online-Hebammenliste des Landkreises Rottweil <a href="http://www.Landkreis-Rottweil.de">www.Landkreis-Rottweil.de</a> (→ Landratsamt → Ämter-Organigramm → Gesundheitsamt → Hebammen)	Mutterpass
	Geburtsvorbereitungskurs, gerne mit Vater des Kindes	Hebamme	
<b>Ab der 16. SSW</b>	Finanzielle Unterstützung durch die Bundesstiftung „Mutter und Kind“	Die Schwangerschaftsberatungsstelle kann Sie diesbezüglich aufklären und überprüfen, ob sie einen Anspruch haben. Die Beraterinnen helfen bei der Antragsstellung	Ausgaben und Einkommen

Wann?	Was?	Wo?	Wie?
<b>Vor der Geburt vorbereiten</b>	Elterngeldantrag und Arbeitgeberbescheinigung anfordern	Zuständiges Rathaus  Oder: L-Bank Familienförderung 76113 Karlsruhe E-Mail: familienfoerderung@l-bank.de Telefon: 0800 6645471  Online: <a href="http://www.l-bank.de">www.l-bank.de</a>	Alles, was Sie benötigen, können Sie dem Antrag entnehmen
	Elterngeldantrag ausfüllen (Mutter und gegebenenfalls Vater)	Bei Fragen zum Thema Elterngeld wenden Sie sich vorrangig an die L-Bank	
	Elterngeld-Rechner	Online unter: <a href="https://familienportal.de/familienportal/rechner-antraege/elterngeldrechner">https://familienportal.de/familienportal/rechner-antraege/elterngeldrechner</a>	
<b>Vor der Geburt vorbereiten</b>	Kindergeldantrag anfordern	Familienkasse Villingen-Schwenningen Lantwattenstraße 2 78050 Villingen-Schwenningen	Alles, was Sie benötigen, können Sie dem Antrag entnehmen

Wann?	Was?	Wo?	Wie?
		<p>Telefon : 0800 4555530</p> <p>Online:  <a href="http://www.arbeitsagentur.de">http://www.arbeitsagentur.de</a></p>	
	Kindergeldantrag ausfüllen	Bei Fragen wenden Sie sich vorrangig an die Familienkasse Villingen-Schwenningen	
	Falls Sie Bürgergeld beziehen:  Ab der 13. SSW können sie Beihilfen wie Babyerstaussattung, Umstandskleidung, Kinderwagen, ... beantragen	<p>Jobcenter Landkreis Rottweil  Königsberger Str. 5  78628 Rottweil</p> <p>Telefon: 0741 2096050</p>	Das Jobcenter muss über die Schwangerschaft informiert werden
	Haben Sie sich schon für eine Entbindungsklinik entschieden?	Mehr Informationen finden Sie am Ende des Wegweisers	
<b>Eine Woche vor Beginn der Mutterschutzfrist (Mutterschutz beginnt in der 34. SSW)</b>	Gegebenenfalls Mutterschaftsgeld beantragen	Krankenkasse	Die ärztliche Bescheinigung über den voraussichtlichen Entbindungstermin Diese bekommen Sie bei Ihrem Frauenarzt/Ihrer Frauenärztin

Wann?	Was?	Wo?	Wie?
<b>Frühestens 8 spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit</b>	Elternzeit schriftlich einreichen (Mutter und/oder Vater)	Arbeitgeber	Kopie für eigene Unterlagen machen und Abgabe bestätigen lassen
<b>6 Wochen vor und 8 Wochen (bzw. 12 Wochen bei Mehrlingsschwangersc haft) nach der Geburt</b>	Mutterschutzzeit	Muss vom Arbeitgeber eingehalten werden	
<b>Vor der Geburt bis möglichst kurz nach der Geburt</b>	Bei nicht verheirateten Eltern: Klärung des Sorgerechtes und der Vaterschaftsanerkennung	Versorgungs- und Jugendamt Rottweil Olgastraße 6 78628 Rottweil	Mutter: Ausweis und Mutterpass Vater: Ausweis und eigene Geburtsurkunde  Geburtsurkunde des Kindes
<b>Vor der Geburt</b>	Wahl der Klinik	Adressen finden Sie am Ende des Wegweisers	Informationen über die Kliniken

Wann?	Was?	Wo?	Wie?
Nach der Geburt innerhalb 1 Woche	Anmeldung des Kindes beim Standesamt	Standesamt des Geburtsortes des Kindes	<p>Bescheinigung der Klinik über die Geburt des Kindes</p> <p>Ausweis Geburtsurkunde Mutter und Vater Ggf. Heiratsurkunde</p> <p><u>Falls Sie nicht aus Deutschland kommen sollten:</u> Original-Heiratsurkunde und die deutsche Übersetzung Originale Geburtsurkunden und die deutsche Übersetzung Originale Reisepässe</p> <p>Eventuell: Originale Aufenthaltstitel und Reiseausweise</p>

Wann?	Was?	Wo?	Wie?
<b>Nach der Geburt innerhalb 1 Woche</b>	Falls Sie Bürgergeld beziehen:  Reichen Sie beim Jobcenter eine Kopie der Geburtsurkunde ein. Sie haben einen höheren Anspruch	Jobcenter Landkreis Rottweil Königsberger Str.5 78628 Rottweil	
	Dasselbe gilt für das Wohngeld	Wohngeldstelle Landratsamt Rottweil zu finden bei:  Kreissozialamt Olgastraße 6 78628 Rottweil	
<b>Spätestens 3 Wochen nach der Geburt</b>	Familienkrankenversicherung des Kindes über Vater oder Mutter	Krankenkasse des jeweiligen Elternteils	Geburtsurkunde des Kindes  Vater: ggf. Vaterschaftsanerkennung
	Restliche Angaben Elterngeldantrag ausfüllen und abgeben	L-Bank	Geburtsurkunde für Elterngeld zu den vorbereiteten Unterlagen dazu legen

Wann?	Was?	Wo?	Wie?
	Restliche Angaben Kindergeldantrag ausfüllen und abgeben	Familienkasse Villingen-Schwenningen Lantwattenstr. 2 78050 Villingen-Schwenningen	Geburtsurkunde für Kindergeld und Identifikationsnummer des Kindes zu den vorbereiteten Unterlagen dazu legen
<b>Weitere mögliche Hilfen nach der Geburt</b>	Wohngeld  Antrag holen und ausfüllen	Wohngeldstelle Landratsamt Rottweil – zu finden bei:  Kreissozialamt Olgastraße 6 78628 Rottweil	Alles, was Sie benötigen, können Sie dem Antrag entnehmen
	Kinderzuschlag  Antrag stellen	Familienkasse Villingen-Schwenningen Lantwattenstraße 2 78050 Villingen-Schwenningen  Online: <a href="https://con.arbeitsagentur.de/prod/kiz/ui/start">https://con.arbeitsagentur.de/prod/kiz/ui/start</a>	Alles, was Sie benötigen, können Sie dem Antrag entnehmen
<b>Weitere mögliche Hilfen nach der Geburt</b>	Unterhaltsvorschuss Klärung anstreben	Jugend- und Versorgungsamt Rottweil Olgastraße 6 78628 Rottweil	



Wann?	Was?	Wo?	Wie?
	Kinderbetreuungsplatz Klärung anstreben	Jugend- und Versorgungsamt Rottweil oder Tageselternverein Rottweil, Oberndorf und Schramberg	

## Packliste für das Krankenhaus

**Damit Sie bei den ersten Wehen nicht in Packstress geraten:**

**Hier eine Liste, an der Sie sich orientieren können. Packen Sie Ihre Tasche ruhig schon einige Wochen vor der Geburt.**

### Kreißsaal-Tasche

- Warme Socken (eine bessere Durchblutung beschleunigt u.U. die Geburt)
- Lippenbalsam (die Lippen werden schnell trocken)
- Handtuch, Waschhandschuh und Duschgel
- Schlafanzug für die Vorbereitung zur Geburt (bei Wehen)
- Essen und Traubenzucker, eventuell Getränke
- (Video-)Kamera inkl. Ersatzakku/Batterien
- Eventuell Lieblingsmusik und Duftöl für die Aromalampe
- Haargummis, um die Haare aus dem Gesicht zu halten

### Für die Wochenstation

(in der Regel 3 – 5 Tage)

- 3 – 4 Nachthemden oder Oberteile
- Evtl. Slips (Im Krankenhaus gibt es Netzhosen)
- 2 Still-BHS
- Bequeme Hausschuhe
- Warme Strümpfe
- Bademantel oder Strickjacke
- Handtücher und eventuell Einmalwaschlappen
- Wasch- und Duschzubehör
- Handy mit Ladegerät

## Papiere

- Stammbuch/Heiratsurkunde/Geburtsurkunde
- Mutterpass
- Bei Kassenpatientinnen: Einweisungsschein
- Versicherten-Chipkarte

## Für das Kind auf der Heimfahrt

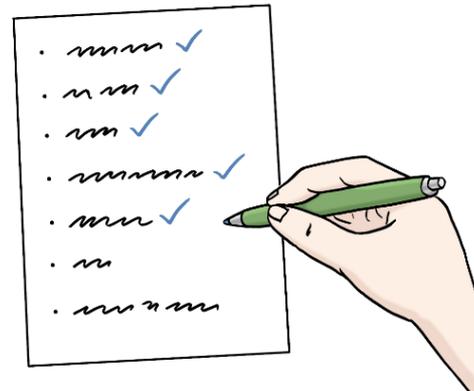
(Zuhause bereitstellen und vor der Entlassung bringen lassen)

- Hemdchen oder Body
- Jäckchen oder Pullover
- Strampelhose
- Baumwollmützchen
- Jacke oder Ausfahrtgarnitur
- Söckchen je nach Wetterlage
- Windel
- Autosicherheitssitz
- Eventuell Decke oder Kissen

## Die Kliniktasche für die Begleitperson

Falls eine Begleitperson bei der Geburt dabei ist, ist es auch für sie praktisch, eine Kliniktasche dabei zu haben – immerhin kann die Geburt viel Zeit in Anspruch nehmen. Anbei ein paar Vorschläge:

- Etwas zu essen und trinken
- Bequeme und leichte Kleidung
- Persönliche Gegenstände



## Geht es schon los?

**Es gibt einige Hinweise darauf, dass die Geburt näher rückt.**

Eines der auffälligsten Zeichen ist, dass Ihr Bauch tiefer sinkt. Das liegt daran, dass das Baby beginnt, sich im Mutterleib zu drehen. Es legt sich in Ihr Becken. Ihnen fällt bestimmt auf, dass das Atmen leichter wird, da das Kind nicht mehr auf die Rippen drückt.

Die Bewegungen Ihres Kindes können sich minimieren, oder eventuell bekommen Sie Vorwehen.

Bitte bedenken Sie jedoch, dass diese Anzeichen kein Muss sind und sich bei jeder Frau anders äußern können.

Das wohl deutlichste Zeichen des Beginns der Geburt ist das Platzen der Fruchtblase. Nun sollten Sie die Klinik und Ihre Hebamme darüber informieren.



## Die Erstausrüstung

Vor allem beim ersten Kind kann es verunsichernd sein, was genau zur Erstausrüstung gehört.

Aus diesem Grund finden Sie hier eine Ideensammlung

### Alltägliche Kleidung...

- Mehrere Strampler
- Kurz- und langarm Bodys
- Söckchen
- Mützchen
- Jäckchen
- Mehrere Spucktücher
- T-Shirts/dünne Pullover
- Hosen

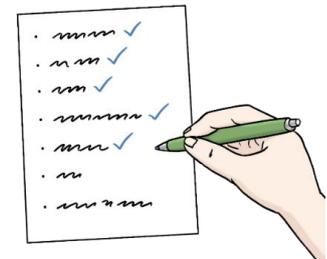
Je nach Jahreszeit ist auch zu bedenken, dass das Baby eventuell auch wärmere Kleidung benötigt wie Handschuhe, oder warme Schuhe – falls Ihr Baby im Sommer geboren wird, benötigt es Sonnenschutz, kurze Hosen, dünne Jäckchen und dünne Söckchen.

### Für Unterwegs...

- Wickeltasche (Feuchttücher, Windeln, Lotion, Kleidung...)
- Kinderwagen mit Regen- und Sonnenschutz
- Tragetuch oder Manuka
- Babyschale und Sonnenschutz für Ihr Auto
- Schnuller

### Auch das Wickeln muss sein...

- Windeln
- Mülleimer für die vollen Windeln
- Pflegende Lotion
- Reinigungstücher
- Unterlage
- Wärmelampe



### Für den erholsamen Schlaf...

- Schlafanzüge
- Es ist auch möglich einen Schlafsack speziell für Babys zu nutzen
- Puckdecke und Molton-Tuch
- Stofftierchen
- Mobile
- Eventuell auch ein Wärmekissen

### Entspannung pur beim Baden...

- Je nach Größe des Babys: Babywanne
- Waschlappen und Handtücher
- Thermometer für die Überprüfung der Wassertemperatur
- Pflegebad
- Babyshampoo
- Lotion

### Erste Einrichtung...

- Bettchen – z.B. Gitterbettchen – mit Matratze und Bettbezügen oder Wiege
- Wickelkommode

### Spielzeug hilft bei der Entwicklung des Kindes...

- z.B. eine Rassel, Greifling oder Spielzeuge, welche die Motorik des Kindes fördern



### Je nach Bedarf:

- Falls Sie nicht stillen, benötigen Sie für Ihr Baby mehrere Fläschchen, Sauger sowie Milchpulver.
  - Falls Sie stillen, kommen Still-BHs für Sie in Frage, oder eventuell eine Milchpumpe.
  - Viele Frauen haben während der Stillzeit wunde Brustwarzen, dafür gibt es spezielle Cremes, welche bei den Beschwerden helfen.
- Wie wäre es mit einem Babyfon?
  - Sinnvoll ist die Zusammenstellung einer eigenen Hausapotheke für Ihr Kind. Denken Sie dabei auch an ein Fieberthermometer und eine Babynagelschere.
  - Je nachdem, wie alt Ihr Kind ist, ist auch an einen Kantenschutz, ein Gitter bei den Treppen und an ein Nachtlicht zu denken.

**Informieren können Sie sich bei einer Hebamme oder einer Stillberaterin.**



## Finanzielle Hilfen

### Bürgergeld



Das Bürgergeld ist eine staatliche Leistung für Menschen, die bedürftig sind, grundsätzlich arbeiten können, aber kein Arbeitslosengeld erhalten. Es ersetzt seit Januar 2023 die Hartz-IV-Leistungen.

Anspruch auf Bürgergeld hat jede Person, die erwerbsfähig ist.

Erwerbsfähig bedeutet, dass keine Krankheit oder Behinderung verhindert, eine Arbeit aufzunehmen. Auch wer nicht erwerbsfähig ist, kann Bürgergeld erhalten, wenn sie oder er mit einer erwerbsfähigen und leistungsberechtigten Person in einer Bedarfsgemeinschaft lebt.

Sie haben einen Anspruch, sofern Sie Ihren Lebensunterhalt nicht durch das eigene Einkommen sichern können.

Die Leistungen umfassen den Regelbedarf, einen Mehrbedarf, sowie Kosten für Unterkunft und Heizung.

Werdende Mütter erhalten bereits ab der 13. SSW einen Zuschlag aufgrund des Mehrbedarfes in Höhe von 17%. Auch für alleinerziehende Mütter/Väter von Minderjährigen kann ein Mehrbedarf geltend gemacht werden.

### Leistungen während dem Mutterschutz

Mutterschaftsgeld erhalten Sie, wenn Sie zu Beginn der Schutzfrist in einem Arbeitsverhältnis stehen, in Heimarbeit beschäftigt sind oder ein befristetes Arbeitsverhältnis während der Schwangerschaft endet. **Ansprechpartner ist Ihre Krankenkasse.**

Für den Antrag auf Mutterschaftsleistungen benötigen Sie eine Bescheinigung über den voraussichtlichen Entbindungstermin. Diese erhalten Sie kostenfrei sieben Wochen vor dem voraussichtlichen Entbindungstermin bei Ihrem Frauenarzt/Ihrer Frauenärztin.

Die Bescheinigung umfasst eine Ausfertigung für Ihre Krankenkasse und eine für den Arbeitgeber. Die Ausfertigung für Ihre Krankenkasse müssen Sie auf der Rückseite ausfüllen und bei der Krankenkasse einreichen.

Sie erhalten Mutterschaftsgeld kalendertäglich durch die Krankenkasse.



Parallel erhalten Sie den Arbeitgeberzuschuss. Die Höhe des Arbeitgeberzuschusses richtet sich nach Ihrem durchschnittlichen Nettoverdienst, abzüglich des Mutterschaftsgeldes der Krankenkasse.

Die Krankenkasse zahlt Ihren Anteil für die sechs Wochen vor der Geburt auf einmal aus, der Arbeitgeber leistet den Arbeitgeberzuschuss monatlich.

Sobald Ihr Kind das Licht der Welt erblickt, reichen Sie die Geburtsurkunde bei Ihrer Krankenkasse ein – Ihre Krankenkasse zahlt Ihnen daraufhin das Mutterschaftsgeld für die restlichen acht Wochen nach der Geburt aus.

Privat- oder familienversicherte Arbeitnehmerinnen erhalten einmalig 210,00 € vom Bundesversicherungsamt.

### **Kindergeld**

Für jedes einzelne Ihrer Kinder steht Ihnen Kindergeld zu – und das mindestens bis zum 18. Lebensjahr!

Damit Sie für Ihr Kind Kindergeld beantragen können, muss dieses in Deutschland leben und im ersten Grad mit dem Antragsteller verwandt sein. Kindergeld gibt es auch für Kinder

des Ehegatten, welche mit Ihnen im gleichen Haushalt leben. Dasselbe gilt auch für Enkel- und Pflegekinder.

Im Falle einer Arbeitslosigkeit Ihres Kindes wird das Kindergeld sogar bis zum 21. Lebensjahr ausgezahlt. Bis zum 25. Lebensjahr haben Sie Anspruch auf Kindergeld, sofern das Kind studiert, eine Ausbildung macht, oder einen Freiwilligendienst (zum Beispiel das Freiwillige Soziale Jahr) leistet.

Das Kindergeld wird monatlich ausgezahlt. Über die aktuellen Beträge können Sie sich bei der Familienkasse informieren.

Den Antrag können Sie online oder handschriftlich ausfüllen und versenden.

## Kinderzuschlag

Neben dem Kindergeld kann auch der Kinderzuschlag von den Erziehungsberechtigten des Kindes beantragt werden.

Dieser Antrag muss gesondert bei der Familienkasse gestellt werden. Dabei können Paare und Alleinerziehende den Kinderzuschlag beantragen.

Die Dauer des Kinderzuschlags beträgt dabei in der Regel sechs Monate und muss nach diesem Zeitraum erneut beantragt werden.

Nicht jede/r hat einen Anspruch auf diese Leistung – sie ist unter anderem abhängig von Ihrem eigenen und dem Einkommen sowie Vermögen Ihrer Partnerin/Ihres Partners und des Kindes.

Um den Kinderzuschlag zu bekommen, muss das Kind in Ihrem Haushalt leben, unter 25 Jahre alt und nicht verheiratet oder in einer eingetragenen Lebenspartnerschaft sein.

Des Weiteren müssen Sie bereits Kindergeld (oder eine vergleichbare Leistung) für das Kind erhalten.

## Elterngeld und Elternzeit



Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, welche ihr Kind selbst betreuen und erziehen, haben bis zur Vollendung des siebten Lebensjahres des Kindes einen Rechtsanspruch auf Elternzeit von insgesamt maximal drei Jahren. Jede Regelung muss mit dem Arbeitgeber abgesprochen werden.

Unterschieden wird zwischen dem Basiselterngeld und ElterngeldPlus. Sie können als Eltern gemeinsam für insgesamt 14 Monate Basiselterngeld beziehen.

Als alleinerziehender Elternteil haben Sie Anspruch auf insgesamt 14 Monate Basiselterngeld.

Ein Basiselterngeld-Monat entspricht dabei zwei ElterngeldPlus-Monaten. Das Geld wird halbiert.

Für detaillierte und individuelle Fragen wenden Sie sich vorrangig an die Elterngeldstelle.

## **Bundesstiftung „Mutter und Kind“**

Die Bundesstiftung zum Schutz des ungeborenen Lebens leistet I auf Antrag Einmalzahlungen. Dieser Antrag kann nur über eine Schwangerschaftsberatungsstelle erfolgen und ist einkommensabhängig.

Für Bürgergeld-Empfängerinnen gilt vorrangig der Antrag auf Erstausrüstung beim zuständigen Jobcenter. Es kann aber auch eine einmalige Leistung in Härtefällen für Bürgergeld-Empfängerinnen bei der Bundesstiftung gestellt werden.

Die Bundesstiftung bietet weitere Leistungen an, welche beantragt werden können. Gerne informieren die Beraterinnen Sie darüber.

## **Kinderbetreuung**

Jedes Kind hat ab dem dritten Geburtstag einen Anspruch auf einen Kindergartenplatz.

Eine Aufnahme vor dem 3. Lebensjahr in einer Kinderkrippe ist möglich.



## **Bildung und Teilhabe**

Verfügen Sie nicht über genug Einkommen, können Ihren Kindern verschiedene Leistungen zustehen.

Anspruch haben Sie, sofern Sie eine dieser Leistungen beziehen:

- Bürgergeld
- Asylbewerberleistungen
- Kinderzuschlag
- Sozialgeld
- Sozialhilfen
- Wohngeld

Zuschüsse bekommen Sie unter anderem für einen Schulranzen und Hefte sowie für Nachhilfeunterricht, Unterricht an der Musikschule oder Aktivitäten im Sportverein.

Ausflüge und Mittagessen in der Schule, der Kindertagesstätte oder der Kindestagespflege können komplett übernommen werden.

## Finanzielle Hilfen speziell für Alleinerziehende

Neben dem Kinder- und Elterngeld, dem Kinderzuschlag, den Leistungen für Bildung und Teilhabe, sowie dem Recht auf einen Betreuungsplatz, haben alleinerziehende Elternteile weitere Ansprüche auf finanzielle Unterstützung:

### Unterhalt

Jedes Kind hat grundsätzlich Anspruch auf Unterhalt durch die Eltern. Der Elternteil, bei welchem das Kind lebt, leistet den Unterhalt durch Pflege und Erziehung des Kindes. Der andere Elternteil ist unterhaltspflichtig. Nähere Informationen zu der Höhe der Unterhaltsleistung entnehmen Sie bitte der Düsseldorfer Tabelle.

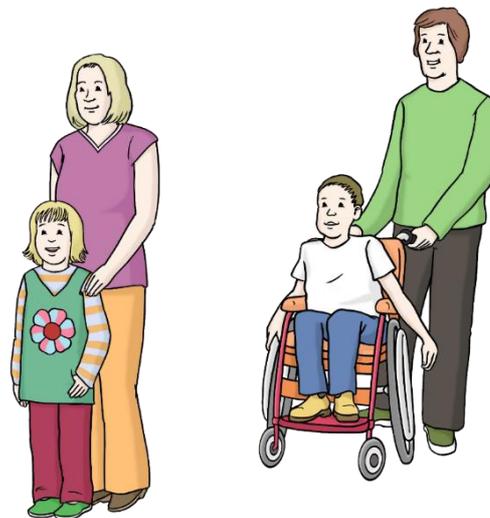
Doch was ist, wenn der andere Elternteil keinen oder nicht regelmäßig Unterhalt zahlt?

Wenn dies der Fall ist, hat der alleinerziehende Elternteil das Recht auf einen Unterhaltsvorschuss oder kann Unterhaltsbeistandschaft für das Kind beim Jugendamt beantragen.

Die Unterhaltsvorschuss- Leistung erfolgt durch den Staat – der andere Elternteil wird aus diesem Grund aber nicht von der

Unterhaltungspflicht befreit, sondern muss diese Leistung zurückzahlen.

**Wenden Sie sich für diese Leistung und bei Fragen an das Jugend- und Versorgungsamt.**



## ADRESSEN



### Frauenheilkunde

**Sarah M. Green**  
Königstraße 39  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/42560

**Dr. med. Martin Hielscher u.  
Dr. med. Roland Hielscher**  
Heerstraße 42  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/12777

**MVZ des Zollernalb Klinikums**  
Gynäkologie/Geburtshilfe  
Königstraße 27  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/22942

**Yousef Melly**  
Körnerstraße 12  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/2030

**Dr. med. Christian Schlechta**  
Wilhelmstraße 6  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/44043

**Dr. med. Natalia Nezlav**  
Praxis in Sulz:  
Obere Hauptstraße 1  
72172 Sulz am Neckar  
Telefon: 07454 997679

**Praxis in Schiltach:**  
Hauptstraße 60  
77761 Schiltach  
Telefon: 07836/9569420

**Dr. med. Manuel Halder**  
**Dr. med. Susanne Maurer**  
Hauptstraße 57  
78713 Schramberg  
Telefon: 07422/4420

**Ildiko Husar**  
Kirchtorstraße 4  
78727 Oberndorf am Neckar  
Telefon: 07423/7667

**Ortenau MVZ Wolfach**  
Gynäkologie/Geburtshilfe  
Kleine Dammstr. 7  
77709 Wolfach  
Telefon: 07834/9999020

## Kinderärzte / Kinderärztinnen und Entbindungskliniken

**Dr. med. Michael Eberhard**  
Königstraße 35  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/13232

**Dr.med. Joachim Kiehne**  
Heerstr. 42  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/20534825

**Dr. med. Margot Klotz**  
Tannstraße 6  
78658 Zimmern ob Rottweil  
Telefon: 0741/34130

**Dr. med. Jens Christian Krause**  
Bergstraße 27  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/7655

**Dr. med. Maria Magyar-Pütz**  
Im Himmelreich 6  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/1755221

**Dr. med. Johannes Schelling**  
Lauterbacher Straße 18  
78713 Schramberg  
Telefon: 07422/4669

**Klinikum Freudenstadt – Frauenheilkunde  
und Geburtshilfe**  
Karl-von-Hahn-Straße 120  
72250 Freudenstadt  
Telefon: 07441/54-2381

**Helios Klinik Rottweil**  
Krankenhausstraße 30  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/476-0  
Hebammenhotline: 0741/476-1100

**Schwarzwald-Baar Klinikum Villingen-  
Schwenningen**  
Klinikstraße 11  
78052 Villingen-Schwenningen  
Telefon: 07721/93-0

**Universitätsklinikum Tübingen**  
Kreißaal der Frauenklinik:  
Calwerstraße 7  
72076 Tübingen  
Telefon: 07071/29-82211 oder  
07071/29-82224

**Zollernalb Klinikum Balingen**  
Tübinger Straße 30  
72336 Balingen  
Telefon: 07433/9092-0

## Anlaufstellen für verschiedene Leistungen

### Kindergeld

Familienkasse Villingen-Schwenningen  
Lantwattenstraße 2  
78050 Villingen-Schwenningen  
Telefon: 0800/4 5555 30  
E-Mail:  
[Familienkasse-Baden-Wuerttemberg-  
West@arbeitsagentur.de](mailto:Familienkasse-Baden-Wuerttemberg-West@arbeitsagentur.de)

### Online:

[https://www.arbeitsagentur.de/familie-und-  
kinder/infos-rund-um-kindergeld](https://www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/infos-rund-um-kindergeld)

### Wohngeld

Wohngeldstelle  
Kreissozialamt  
Olgastraße 6  
78628 Rottweil  
Ansprechpartner\*in: Edel, Nelly  
Telefon: 0741/244-317  
E-Mail:  
[nelly.edel@landkreis-rottweil.de](mailto:nelly.edel@landkreis-rottweil.de)

### Elterngeld

L-Bank  
Familienförderung  
76113 Karlsruhe  
Telefon: 0800/6645 471  
E-Mail:  
[familienfoerderung@l-bank.de](mailto:familienfoerderung@l-bank.de)

### Online:

[www.l-bank.de](http://www.l-bank.de)

### Bürgergeld

Jobcenter Landkreis Rottweil  
Königsberger Str. 5  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/209605-0  
E-Mail:  
[JC-LK-RW.BCA@jobcenter-ge.de](mailto:JC-LK-RW.BCA@jobcenter-ge.de)



## Anlaufstellen bei Gewalt

**Gewalt gegen Frauen**  
**Telefon: 0800/116061**  
**Online:**  
[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)

**Frauen helfen Frauen + AUSWEGE e.V.**  
**Holengrabengasse 7**  
**78628 Rottweil**  
**Telefon: 0741/41314**  
**E-Mail:**  
**info@fhf-auswege.de**  
**Online:**  
[www.fhf-auswege.de](http://www.fhf-auswege.de)

## Anlaufstellen bei Sucht

**BZgA - Telefonberatung zur Raucherentwöhnung**  
**Telefon: 0800/8313131**  
**(kostenfrei)**

**BZgA – Infotelefon zur Suchtvorbeugung**  
**Telefon: 0221 892031**  
**(Preis je nach Telefonanbieter)**

**BZgA – Sucht & Drogen Hotline**  
**Telefon: 01806 313031**  
**(0,20 Euro pro Anruf)**

**Fachstelle Sucht Rottweil**  
**Schrambergerstraße 23**  
**78628 Rottweil**  
**Telefon: 0741/8082-0**  
**E-Mail: [fs-rottweil@bw-lv.de](mailto:fs-rottweil@bw-lv.de)**  
**Online:**  
<https://www.bw-lv.de/beratungsstellen/fachstelle-sucht-rottweil/>

## Weitere Informationen und Anlaufstellen bei speziellen Problemlagen

**Vertrauliche Geburt**  
Schwanger – und keiner soll es wissen  
Telefon: 0800/40 40 020  
Online:  
[www.geburt-vertraulich.de](http://www.geburt-vertraulich.de)

**Nummer gegen Kummer**  
Elterntelefon: 0800/111 0 500  
Kinder- und Jugendtelefon: 116 111  
Online:  
[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

## Weitere wichtige Stellen bezüglich Schwangerschaft im Landkreis:

**Frühe Hilfen im Landkreis Rottweil**  
Jugend- und Versorgungsamt Rottweil  
Olgastraße 6  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/244589 oder 0741/244590  
E-Mail:  
[fruehehilfen@landkreis-rottweil.de](mailto:fruehehilfen@landkreis-rottweil.de)

**Caritas Rottweil**  
Königstraße 47  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/024061035  
Online:  
[www.caritas-schwarzwald-alb-donau.de](http://www.caritas-schwarzwald-alb-donau.de)

**Tagesmütter- und Elternverein im  
Kreis Rottweil e.V.**  
Marxstr.1  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/9423866

Hauptstraße 11  
78713 Schramberg  
Telefon: 07422/992524  
Sulz

**Gesundheitsamt Rottweil**  
Aids und HIV-Beratung (kostenlos und anonym)  
Bismarckstraße 19  
78628 Rottweil  
Telefon: 0741/17445-0

## Wissenswertes

**Infos rund um die Schwangerschaft**

**Online:** <https://familienplanung.de>

**Bundeszentrale für gesundheitliche  
Aufklärung**

**Online:** <https://www.bzga.de>

