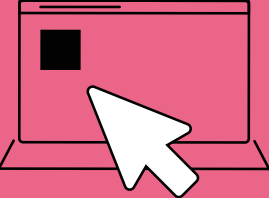


Checkliste Vor der Geburt



Was	Informationen	Wann?	Wo?	Benötigte Unterlagen
<p>Frauenärztliche Praxis suchen</p> 	<p>Mit Beginn der Schwangerschaft sind Vorsorgeuntersuchungen einmal im Monat vorgesehen. Ab der 32. Schwangerschaftswoche alle 2 Wochen. Ihre Frauenärztin oder Ihr Frauenarzt stellt Ihnen den Mutterpass aus. Im Mutterpass werden die Ergebnisse der Untersuchungen dokumentiert.</p> <p>Tipp: Den Mutterpass sollten Sie während der gesamten Schwangerschaft immer bei sich führen.</p>	<p>Ab Beginn der Schwangerschaft</p>	<p>Frauenärztliche Praxis vor Ort</p> <p>Tipp: Schwangerschafts-Beratungsstellen informieren Sie rund um die Themen Schwangerschaft und Geburt. Hier finden Sie Schwangerschafts-Beratungsstellen vor Ort.</p>	<p>Folgende Unterlagen</p> <p>Krankenversichertenkarte</p>
<p>Hebamme suchen</p>	<p>Eine Hebamme ist für Schwangere, junge Mütter und Neugeborene eine wichtige Unterstützung für die Zeit vor und nach der Geburt.</p> <p>Sie kann auch den Mutterpass ausstellen und alle Vorsorgeuntersuchungen durchführen, außer den Ultraschalluntersuchungen.</p> <p>Die Kosten übernimmt bis zu 8 Wochen nach der Geburt Ihre Krankenkasse. Bei Bedarf auch länger, zum Beispiel bei Stillproblemen.</p>	<p>Ab Beginn der Schwangerschaft</p> <p>Tipp: Beginnen Sie so früh wie möglich mit der Hebammensuche, da es vor allem in Großstädten oft an Hebammen mangelt.</p>	<p>Hebammenverband</p> <p>Tipp: Sie können wählen, ob Sie die Vorsorgeuntersuchungen in Ihrer frauenärztlichen Praxis oder von Ihrer Hebamme durchführen lassen möchten. Sie können auch beides wählen und die Untersuchungen aufteilen.</p>	<p>Folgende Unterlagen</p> <p>Krankenversichertenkarte</p>

Was

Schwangerschaft und errechneten Entbindungstermin Ihrem Arbeitgeber mitteilen

Informationen

Für Sie gilt der [Mutterschutz](#), sobald Sie Ihre Schwangerschaft dem Arbeitgeber mitteilen.

Der Mutterschutz ist ein besonderer Schutz für Arbeitnehmerinnen oder Auszubildende, die schwanger sind oder stillen. Zum Mutterschutz gehören unter anderem der Schutz Ihrer Gesundheit am Arbeitsplatz, der [Schutz vor Kündigung](#), das Beschäftigungsverbot in den Wochen vor und nach der Geburt und die Sicherung Ihres Einkommens.

In einem persönlichen Gespräch bespricht Ihr Arbeitgeber mit Ihnen die Anpassungen der Arbeitsbedingungen, während der Schwangerschaft oder Stillzeit.

Wann?

Keine Fristen

Persönliche Entscheidung

Tipp:

Es ist sinnvoll Ihren Arbeitgeber so früh wie möglich zu informieren, sodass der Mutterschutz am Arbeitsplatz eingehalten werden kann.

Wo?

Arbeitgeber

Tipp:

Sie können im Gespräch mit Ihrem Arbeitgeber zum Mutterschutz auch schon über den beruflichen Wiedereinstieg sprechen und ihm mitteilen, wenn Sie beispielsweise Teilzeit arbeiten möchten.

Benötigte Unterlagen

Folgende Unterlagen

Sie brauchen eine ärztliche Bescheinigung über die Schwangerschaft nur, wenn der Arbeitgeber es verlangt, weil ihm die mündliche Information nicht genügt. Die Kosten für die Bescheinigung muss der Arbeitgeber übernehmen.

Geburtsvorbereitungskurse besuchen

Ein Geburtsvorbereitungskurs hilft Eltern, sich auf die Ankunft Ihres Babys vorzubereiten.

Sie erfahren alles über Geburtsmethoden, Geburtsabläufe und lernen Atem- und Entspannungstechniken kennen. Zudem werden Sie zu Entbindungskliniken und der Zeit nach der Geburt beraten.

Während der Schwangerschaft

Anbieter vor Ort

Geburtshäuser, Kliniken, Verbände der Familienarbeit, Gesundheitszentren oder Hebammen in freier Praxis

Die Kosten übernimmt normalerweise Ihre Krankenkasse, teilweise auch für Ihren Partner oder Ihre Partnerin.

Tipp:

Informieren Sie sich auf dem Familienportal zum Thema [Gesundheit in der Schwangerschaft](#).

Was	Informationen	Wann?	Wo?	Benötigte Unterlagen
<p>Geburts-einrichtung suchen und Anmeldung der Geburt</p>	<p>Die Wahl der richtigen Geburtseinrichtung stellt eine wichtige Entscheidung dar. Krankenhaus, Geburtshaus oder eine Hausgeburt: Hier lohnt sich eine intensive Auseinandersetzung mit den verschiedenen Möglichkeiten, damit die Entscheidung zu den individuellen Bedürfnissen passt.</p>	<p>Während der Schwangerschaft</p> <p>Tipp: Beginnen Sie so früh wie möglich mit der Suche, da gute Einrichtungen oft sehr beliebt und freie Plätze begrenzt sind.</p>	<p>Informationen finden Sie zum Beispiel auf Familienplanung.de</p>	<p>Folgende Unterlagen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Krankenversichertenkarte • Mutterpass
<p>Mutterschaftsgeld beantragen</p>	<p>Sind Sie berufstätig und dürfen während der Mutterschutzfrist nicht arbeiten, können Sie Mutterschaftsgeld bekommen.</p> <p>Die Mutterschutzfrist dauert 14 Wochen. Sie beginnt normalerweise 6 Wochen vor der Geburt und endet 8 Wochen nach der Geburt. Sie kann in bestimmten Fällen auch länger sein, zum Beispiel bei einer Frühgeburt.</p>	<p>Spätestens 7 Wochen vor der Geburt</p> <p>Sie bekommen die „Bescheinigung über den mutmaßlichen Entbindungstag“ von Ihrer Frauenärztin, Ihrem Frauenarzt oder Ihrer Hebamme.</p>	<p>Krankenkasse</p> <p>Wenn Sie gesetzlich versichert sind: Bei Ihrer Krankenkasse. Dort finden Sie den Online-Antrag oder das Antragsformular. Wenn Sie kein Mitglied der gesetzlichen Krankenkasse sind, sondern privat krankenversichert oder bei einer gesetzlichen Krankenkasse familienversichert sind: Beim Bundesamt für Soziale Sicherung.</p> <p>Tipp: Als gesetzlich Versicherte können Sie auch gleich die Familienversicherung für Ihr Baby beantragen. Die Versicherung startet mit dem Geburtstag Ihres Kindes.</p> <p>Wenn Ihr Baby geboren wurde, müssen Sie die Geburtsurkunde zur Fortzahlung des Mutterschaftsgelds an Ihre Krankenkasse schicken.</p>	<p>Folgende Unterlagen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antrag bei Ihrer Krankenkasse oder beim Bundesamt für Soziale Sicherung • Ärztliche „Bescheinigung über den mutmaßlichen Entbindungstag“ • Nach der Geburt: Geburtsurkunde

Was	Informationen	Wann?	Wo?	Benötigte Unterlagen
<p>Mutterschutzlohn</p>	<p>Sie können Mutterschutzlohn bekommen, wenn Sie vor und nach der Mutterschutzfrist nicht arbeiten dürfen, zum Beispiel wegen eines ärztlichen Beschäftigungsverbots.</p>	<p>So schnell wie möglich</p> <p>Ein Attest über ein individuelles Beschäftigungsverbot müssen Sie so schnell wie möglich beim Arbeitgeber vorlegen. Es sollte genaue Angaben über den Zeitraum und Umfang des Beschäftigungsverbots enthalten sowie Informationen, welchen Tätigkeiten Sie weiterhin nachgehen können oder ob es sich um ein vollständiges Beschäftigungsverbot handelt.</p>	<p>Arbeitgeber</p>	<p>Folgende Unterlagen</p> <p>Ärztliches Attest über das individuelle oder vollständige Beschäftigungsverbot bei Ihrem Arbeitgeber</p> <p>Ein Antrag ist nicht notwendig. Der Mutterschutzlohn wird Ihnen von Ihrem Arbeitgeber automatisch als Lohnfortzahlung gewährt.</p>
<p>Elternzeit beantragen</p>	<p>Um Elternzeit zu beantragen, reichen Sie einen formlosen Antrag bei Ihrem Arbeitgeber ein. Die Anmeldung muss schriftlich und mit Unterschrift bei Ihrem Arbeitgeber erfolgen. Eine Anmeldung per Telefon oder per E-Mail ist nicht möglich.</p> <p>Hier finden Sie eine Vorlage zur Beantragung der Elternzeit.</p>	<p>Spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit</p>	<p>Arbeitgeber</p>	<p>Folgende Unterlagen</p> <p>Formloser Antrag mit Unterschrift per Post (Einschreiben empfohlen)</p>

Was	Informationen	Wann?	Wo?	Benötigte Unterlagen
<p>Elterngeld planen</p>	<p>Mit dem Elterngeldrechner können Sie bereits während Ihrer Schwangerschaft planen, wann Sie welche Elterngeld-Variante bekommen möchten. So können Sie ausprobieren, wie sich Basiselterngeld, ElterngeldPlus und Partnerschaftsbonus für Sie am sinnvollsten kombinieren lassen und wie hoch die Beträge voraussichtlich sein werden.</p>	<p>Vor der Geburt</p> <p>Tipp: Es ist hilfreich, den Antrag und alle Unterlagen vorzubereiten. Den Antrag stellen können Sie erst nach der Geburt Ihres Kindes.</p>	<p>Tipp: Planen und berechnen Sie unverbindlich Ihr Elterngeld mit dem Elterngeldrechner. Mit dem Elterngeld Digital können Sie das Elterngeld dann in vielen Bundesländern online beantragen.</p>	
<p>Wenn Sie nicht verheiratet sind:</p> <p>Vaterschaftsanerkennung</p>	<p>Bei unverheirateten Paaren muss der Vater beim Jugendamt oder Standesamt eine Vaterschaftsanerkennung abgeben, damit er rechtlich als Vater gilt und in die Geburtsurkunde eingetragen wird. Bei verheirateten Paaren gilt der Ehemann automatisch rechtlich als Vater.</p> <p>Hier finden Sie Informationen zur Elternschaft bei gleichgeschlechtlichen Eltern.</p>	<p>Vor oder nach der Geburt</p> <p>Tipp: Geben Sie die Vaterschaftsanerkennung schon vor der Geburt ab.</p> <p>Das hat den Vorteil, dass Sie in die Geburtsurkunde Ihres Kindes eingetragen werden und diese nicht nachträglich angepasst werden muss.</p> <p>Vereinbaren Sie frühzeitig einen Termin, um Wartezeiten zu vermeiden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • bei Ihrem Jugendamt, • einem Standesamt, • Amtsgericht • einer Notarin oder einem Notar 	<p>Keine</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausweis/Pass • Geburtsurkunde beider Eltern • Mutterpass (falls nach der Geburt, dann Geburtsurkunde des Kindes) • gegebenenfalls Übersetzung ausländischer Urkunden • gegebenenfalls Gebühren

Was

Wenn Sie nicht verheiratet sind:

Sorgerechts- erklärung

Informationen

Sind sie nicht miteinander verheiratet, so hat nur die Mutter das Sorgerecht. Wenn Sie gemeinsam für Ihr Kind sorgen möchten, müssen Sie eine gemeinsame Sorgerechtsklärung abgeben, zum Beispiel bei Ihrem [Jugendamt](#), bei einer Notarin oder Zeinem Notar.

Hier finden Sie Informationen zur [Elternschaft bei gleichgeschlechtlichen Eltern](#).

Wann?

Vor oder nach der Geburt

Tipp:
Wir empfehlen Ihnen die Abgabe vor der Geburt.

Wo?

[Jugendamt in ihrem Ort](#)

Tipp:
Eine Beantragung kann oftmals gleichzeitig mit der Vaterschaftsanerkennung erledigt werden. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Jugendamt vor Ort.

Benötigte Unterlagen

Folgende Unterlagen

- Ausweis/Pass
- Geburtsurkunde beider Eltern
- Mutterpass (falls nach der Geburt, dann Geburtsurkunde des Kindes)
- Vaterschaftsanerkennung

Bei Bedarf:

Leistungen im Jobcenter

Wenn Sie wenig Einkommen haben oder ALG II (Hartz IV) bekommen, können Sie beim Jobcenter den Mehrbedarf für Schwangere beantragen.

Außerdem gibt es je nach Bundesland auch Zuschüsse zur Erstausrüstung, wie

- Schwangerschaftsbekleidung
- Babyerstausrüstung
- Hochstuhl
- Kinderwagen
- Kinderbett

Während der Schwangerschaft

Eine Beantragung von Mehrbedarf und Schwangerschaftsbekleidung ist ab der 13. Schwangerschaftswoche möglich. Eine Beantragung von Babyerstausrüstung ist 2 bis 3 Monate vor dem errechneten Entbindungstermin möglich.

Tipp:
Die Bundesstiftung [Mutter und Kind](#) unterstützt schwangere Frauen in Notlagen mit ergänzenden finanziellen Hilfen.

Jobcenter

Tipp:
Stellen Sie erst den Antrag und kaufen Sie dann notwendige Schwangerschaftsbekleidung oder Babysachen. Wichtig: Quittungen gut aufbewahren.

Hier finden Sie weitere [Informationen, wenn Sie schwanger sind und wenig Einkommen haben](#).

Folgende Unterlagen

- Schriftlicher formloser Antrag
- Mutterpass
- Schwangerschaftsbekleidung
- Babyerstausrüstung

Was	Informationen	Wann?	Wo?	Benötigte Unterlagen
-----	---------------	-------	-----	----------------------

Kinderärztliche Praxis suchen

Die ersten Untersuchungen Ihres Babys, die U1 und U2, werden oft noch in der Geburtseinrichtung durchgeführt.

Ab der U3 benötigen Sie eine kinderärztliche Praxis.

Während der Schwangerschaft

Tipp: Die U-Untersuchungen sind für ihr Kind sehr wichtig und die Praxen oft sehr gefragt. Eine Suche während der Schwangerschaft ist zu empfehlen.

Beratung durch Ihre Hebamme, Frauenärztliche Praxis, Internetsuche.

Folgende Unterlagen

Krankenversichertenkarte

Kitaplatz oder Tagespflegeperson suchen

Die Entscheidung, ob oder ab wann Sie ihr Kind in Betreuung geben wollen, liegt ganz bei Ihnen und hängt von Ihrer persönlichen Situation ab.

Ihr [Jugendamt](#) unterstützt Sie bei der Suche nach einem Kitaplatz oder einer Tagespflegeeinrichtung.

Während der Schwangerschaft

Tipp: Beginnen Sie die Suche nach einer Kindertageseinrichtung schon während der Schwangerschaft, da es in einigen Bundesländern Wartelisten für Kitaplätze gibt.

Hier finden Sie Informationen zur Kitaplatz Suche in Ihrem Bundesland: [Wie finde ich einen Kitaplatz?](#)

Erforderliche Unterlagen können beim Jugendamt oder direkt bei der Einrichtung erfragt werden.

