schwanger! was? wann? wo?

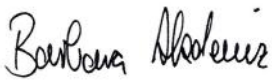
Wegweiser für werdende Mütter und Väter in Darmstadt

Wissenschaftsstadt
Darmstadt

Liebe werdende Mütter und Väter,

vor Ihnen liegt eine spannende Zeit mit vielen Veränderungen. Ein Baby zu bekommen ist ein großes persönliches Glück und eine unvergleichliche Lebensbereicherung – aber auch eine große Herausforderung und Verantwortung. Insbesondere beim ersten Kind oder wenn die Lebensumstände schwierig sind, stellen sich meist eine Menge Fragen oder es treten Unsicherheiten auf. Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir Sie auf diesem Weg unterstützen. Sie enthält umfassendes Wissen rund um das Thema Eltern werden in Darmstadt: Informationen über notwendig zu erledigende Dinge, z.B. Anträge bei Behörden, ebenso wie Informationen zu Angeboten der Unterstützung in den Feldern Gesundheit, Finanzen, Job, Vereinbarkeit von Beruf und Familie, Leben mit dem Baby sowie für Krisen und Notlagen. Mit diesem Wissen möchten wir die bestmögliche Voraussetzung schaffen, damit Sie gut gerüstet in die Phase als Familie starten und diesen neuen Lebensabschnitt mit allen Herausforderungen gut gestalten können.

Ich wünsche Ihnen alles erdenklich Gute und eine schöne, sorgenfreie Zeit mit Ihrem Baby.



Ihre Barbara Akdeniz

Bürgermeisterin der Wissenschaftsstadt Darmstadt

Ihr Wegweiser durch die Schwangerschaft und die erste Zeit nach der Geburt

Diese Broschüre dient Ihnen als Wegweiser. Sie enthält zahlreiche Informationen, gibt Ihnen einen Überblick und hilft Ihnen, alles Notwendige im Blick zu behalten. Sie erfahren, wann und wo welche Formalitäten erledigt werden müssen und wo Sie unterstützende Leistungen beantragen können. In den Checklisten sehen Sie eine Übersicht aller wichtigen und notwendigen Dinge, die zu einer bestimmten Zeit zu erledigen sind und können diese dort abhaken.
Darüber hinaus erhalten Sie Informationen über Angebote der Begleitung, Unterstützung und Hilfe für verschiedene Themen und Problemlagen.

Unser Tipp: Bereits in der Schwangerschaft können Sie vieles vorbereiten und erledigen und sich damit in der Zeit rund um die Geburt entlasten.

Darmstadt-Wegweiser für Familien

Als umfassende Informationsquelle für sämtliche Fragen rund um das Thema Familie dient das Internetportal www.familien-willkommen.de. Der Darmstadt-Wegweiser für Familien, Facheinrichtungen und Firmen informiert auf über 200 Seiten über familienrelevante Themen und nennt Adressen und Anlaufstellen in Darmstadt.

Gesundheit

S. 10 Frauenärztin/Frauenarzt suchen
S. 10 Hebamme suchen
S. 11 Klinik/Geburtseinrichtung suchen
S. 12 Kinderärztin/Kinderarzt suchen
S. 12 Schwangerschaft der Krankenkasse mitteilen

Unterstützungsangebote

S. 13 Schwangerschaftsberatungsstellen
S. 14 Frühe Hilfen Wissenschaftsstadt Darmstadt
S. 15 Informationen für Regenbogenfamilien

Familiengründung und Beruf/Studium

S. 17 Elternzeit partnerschaftlich planen
S. 20 Beratung zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf/Studium

Formalitäten – Behörden

S. 21 Schwangerschaft mitteilen
S. 21 Anmeldung beim Standesamt vorbereiten
S. 22 Elternzeit anmelden
S. 23 Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen
S. 24 Unverheiratete Paare Sorgeerklärung abgeben
S. 24 Verträge und Versicherungen prüfen

Finanzen

S. 25 Mutterschaftsgeld/Mutterschaftsleistungen beantragen
S. 26 Antrag auf Elterngeld/ElterngeldPlus vorbereiten
S. 28 Antrag auf Kindergeld vorbereiten
S. 28 Wahl der Steuerklasse prüfen
S. 30 Leistungen des Jobcenters prüfen
S. 30 Leistungen Mutter-Kind-Stiftung prüfen

Vorbereitung auf die Geburt und neue Lebensphase

S. 31 Kursangebote für werdende Eltern
S. 32 Fitnessangebote für Schwangere
S. 33 Informationen für werdende Väter
S. 34 Vorbereitung von Geschwistern

S. 52 **Checkliste vor der Geburt**

Gesundheit

S. 54 Kontakt mit Hebamme aufnehmen
S. 54 Termin bei Wochenbettambulanz vereinbaren
S. 54 Termin für die U-Untersuchung vereinbaren
S. 55 Krankenversicherung für das Kind abschließen
S. 55 Anspruch auf Haushaltshilfe prüfen
S. 56 Rückbildungskurs suchen

Unterstützungsangebote

S. 57 Frühe Hilfen Wissenschaftsstadt Darmstadt
S. 58 Beratungs- und Anlaufstellen für Familien
S. 61 Informationen für Regenbogenfamilien
S. 62 Beratung für Eltern mit Behinderungen
S. 63 Mutter-Kind-Kur/Vater-Kind-Kur

Formalitäten – Behörden

S. 64 Anmeldung beim Standesamt vornehmen
S. 65 Kind bei der Meldebehörde anmelden
S. 66 Kinderreisepass ausstellen lassen
S. 66 Kinderbetreuung suchen

Finanzen

S. 69 Kindergeld beantragen
S. 69 Zuschlag zum Kindergeld beantragen
S. 70 Elterngeld/ElterngeldPlus beantragen
S. 71 Wohngeld beantragen
S. 72 Unterhaltsvorschuss beantragen
S. 72 Ermäßigung Kinderbetreuungskosten beantragen
S. 73 Anspruch auf zusätzliche Leistungen prüfen

Leben mit dem Baby/als Familie

S. 75 Angebote für Mütter/Familien
S. 77 Angebote für Väter

S. 96 **Checkliste nach der Geburt**

Besondere Situationen - Notlagen - Krisen

S.35|78 Sternenkind - die Wiege bleibt leer

S.35 Ungewollt schwanger

S.38 Schwierige Schwangerschaft

S.40|87 Seelische Krise/Wochenbettdepression

S.41|85 Mehrlinge (erwartet)

S.42 Geplanter Kaiserschnitt

S.43|87 Ungeplant schwanger/Baby im Studium

S.43 Probleme mit der Arbeitsstelle

S.78 Schwierige Geburt

S.80 Baby (zu) früh geboren

S.81 Unruhiges Baby/Schreibaby

S.82 Baby chronisch krank/krebskrank

S.83 Baby geistig/körperlich beeinträchtigt

S.44|88 Familiäre Krisensituationen

S.90 Akute Notlagen

S.44|91 Suchtmittelabhängigkeit

S.90 Finanzielle Probleme

S.46|92 Alleinerziehend

S.47|92 Häusliche/sexualisierte Gewalt

S.51 Unerfüllter Kinderwunsch

Eigene Notizen

Bereits in der Zeit der Schwangerschaft gibt es einiges zu tun. Versuchen Sie, so viel wie möglich früh und rechtzeitig zu erledigen. Zum Beispiel können Sie Anträge, die erst nach der Geburt gestellt werden müssen, zum Teil schon in der Schwangerschaft besorgen und ausfüllen. Dann bleibt Ihnen nach der Geburt mehr Zeit für Ihr Baby, sich und Ihre Familie.

Gesundheit

Frauenärztin/Frauenarzt suchen

Während der Schwangerschaft sind in regelmäßigen Abständen Vorsorgeuntersuchungen vorgesehen. Sie gehören zum Leistungsumfang der Krankenkassen. Die Vorsorgeuntersuchungen können in der frauenärztlichen Praxis oder zu einem Großteil auch von einer Hebamme durchgeführt werden. Es besteht freie Arztwahl, Sie können frei entscheiden, zu welcher Ärztin oder zu welchem Arzt Sie gehen möchten.

Was? Suchen Sie sich eine Frauenärztin/einen Frauenarzt Ihres Vertrauens zur medizinischen Überwachung Ihrer Schwangerschaft.
Wann? Ab Beginn der Schwangerschaft
Wo? www.kvhessen.de – Arztsuche

Hebamme suchen

Kümmern Sie sich möglichst frühzeitig um eine Hebamme für Vorsorge, Wochenbettbetreuung und Nachsorge. Eine Hebamme betreut und berät Sie während der Schwangerschaft, der Geburt und nach der Geburt. Jede Frau hat Anspruch auf die Unterstützung durch eine Hebamme. Die Kosten für eine Hebamme werden von den Krankenkassen übernommen.

Was? Suchen Sie sich eine feste Hebamme zur Betreuung Ihrer Schwangerschaft.
Wann? Direkt ab Beginn der Schwangerschaft, so früh wie möglich!
Wo? www.hebammenliste-dadi.de
www.ammely.de

Klinik/Geburtseinrichtung suchen

Informieren Sie sich rechtzeitig darüber, wo Sie Ihr Baby zur Welt bringen möchten. Melden Sie sich zur Geburt dort an. Alle Kliniken und Geburtshäuser bieten regelmäßig Infoveranstaltungen, Kreißsaalbesichtigungen sowie verschiedene weitere Angebote 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 sich bitte hierzu mit Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt.
Wo? Klinik/Geburtseinrichtung Ihrer Wahl

Geburt im Krankenhaus

- **Klinikum Darmstadt GmbH**
  Frauenklinik | Geburtshilfe und Perinatalzentrum
  Grafenstraße 9, 64283 Darmstadt
  06151/10 76 14 5 (Schwangerenambulanz),
  schwangerenambulanz@mail.klinikum-darmstadt.de
  www.klinikum-darmstadt.de – Suche „Frauenklinik“
  Geburtsanmeldung auch online möglich

- **Alice-Hospital Darmstadt**
  Dieburger Str. 31, 64287 Darmstadt
  06151/40 20
  info@alice-hospital.de
  www.die-geburtsklinik.de

- **Geburt im Geburtshaus**
  Geburtshaus OSAN an der Bergstraße
  Hauptstraße 34, 64342 Seeheim-Jugenheim
  06257/90 31 96 | Telefon Mo/Mi/Do 14:30 -17:30 Uhr
  info@geburtshaus-osan.de
  www.geburtshaus-osan.de

Geburt zu Hause

Die auf Hausgeburten spezialisierten Hebammen entnehmen Sie bitte der aktuellen Hebammenliste.

- **Hebammen**
  www.hebammenliste-dadi.de

Kinderärztin/Kinderarzt suchen

Während der Schwangerschaft können Sie sich bereits für die Vorsorgeuntersuchungen (sogenannte U-Untersuchungen) Ihres Babys nach einer Kinderarztpraxis in Ihrem Wohnumfeld umsehen und Kontakt aufnehmen. Die U-Untersuchungen sind gesetzlich vorgeschrieben. Häufig werden die U1 und die U2 in der Geburtseinrichtung durchgeführt. Die folgenden Termine werden in der Kinderarztpraxis vorgenommen. Es besteht freie Arztwahl, Sie können frei entscheiden, zu welcher Ärztin oder zu welchem Arzt Sie gehen möchten.

Was? Suchen Sie sich eine Kinderärztin/einen Kinderarzt in Ihrer Nähe.
Wann? Während der Schwangerschaft
Wo? www.kvhessen.de – Arztsuche

Schwangerschaft der Krankenkasse mitteilen

Teilen Sie Ihrer Krankenkasse den errechneten Geburtstermin mit. Erkundigen Sie sich über zusätzliche Leistungen Ihrer Krankenkasse 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 Bezugs bzw. des Anspruchs 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

Unterstützungsangebote

Schwangerschaftsberatungsstellen

Ab der Schwangerschaft können Sie sich als werdende Mutter und Ihr Partner/Ihre Partnerin bei psychologischen, sozialen und finanziellen Fragen rund um Familienplanung, Partnerschaft, aber auch im Schwangerschaftskonflikt beraten lassen.

Fragen zur Schwangerschaft, Geburt und zum Leben mit dem Baby beantworten die Schwangerschaftsberatungsstellen.

- **Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg**
  Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt
  06151/92 60, schwanger@diakonie-darmstadt.de
  www.diakonie-darmstadt.de

- **donum vitae e.V.**
  Bismarckstraße 45, 64293 Darmstadt
  06151/27 93 94 1, www.dvdarmstadt.de
  beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de

- **Ehe-, Familien und Lebensberatung Darmstadt e.V.**
  Darmstraße 2, 64287 Darmstadt
  06151/42 55 41, info@eflb-da.de, www.eflb-da.de

- **Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90

- **Caritaszentrum „Eberstadt Süden“**
  Kirnbergstraße 13, 64297 Darmstadt-Eberstadt
  06151/39 49 90

- **pro familia Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

Frühe Hilfen Wissenschaftsstadt Darmstadt

Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“

Die Mitarbeiterinnen des Darmstädter Modells „Kinder schützen – Familien fördern“ begrüßen auf Wunsch alle Darmstädter Eltern mit einem Neugeborenen. Sie werden über alle wichtigen Themen informiert wie zum Beispiel, wo Sie andere Eltern mit Kindern treffen können oder wie die Vergabe eines Kitaplatzes funktioniert. Zudem erhalten Sie ein Willkommenspaket im Namen der Wissenschaftsstadt Darmstadt. Sie können abwarten, bis Sie einen Brief mit einem Terminvorschlag für diesen Begrüßungsbesuch in den ersten 3 Monaten nach der Geburt Ihres Babys erhalten oder direkt Kontakt aufnehmen. Die Mitarbeiterinnen haben ein offenes Ohr für all Ihre Fragen und Sorgen, die Sie in der ersten Zeit mit dem Baby haben. Wenn Sie das Gefühl haben, in dieser neuen Lebensphase etwas mehr Begleitung und Hilfe zu benötigen, können Sie kostenfreie Hilfen erhalten. Die Mitarbeiterinnen sind während des gesamten 1. Lebensjahres Ihres Kindes für Sie da.

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 32 10, kinderschuetzen@darmstadt.de
  www.schuetzenundfoerdern.de

Netzwerkkoordination Frühe Hilfen

Sie als Eltern bei der Erziehung und Entwicklung Ihrer Babys zu unterstützen, ist die Aufgabe des Netzwerks der Frühen Hilfen. Um Sie und Ihre Familie optimal unterstützen zu können, arbeiten die Frühen Hilfen mit vielen Fachkräften und Institu-

Angebote der Frühen Hilfen können Ihrem Baby bei der Entwicklung helfen und Sie bei der Erziehung unterstützen.

Tipp: Allgemeine Informationen erhalten Sie unter www.fruehehilfen.de sowie www.elternsein.info

tionen aus unterschiedlichen Berufsrichtungen, die in dieser Broschüre aufgeführt sind, in einem Netzwerk zusammen. Die in dieser Broschüre aufgeführten Stellen dieses Netzwerks nehmen sich Zeit für Sie und Ihre Anliegen. Diese Stellen sind ein Familienservice und beraten, versorgen, unterstützen Sie als werdende Eltern und junge Familien mit Kind/-ern bis zu 3 Jahren rund um das Familien-Dasein vor und nach der Geburt. Über die Netzwerk-Angebote und Projekte Früher Hilfen informiert Sie Ihre Netzwerkkoordinierungsstelle Frühe Hilfen.

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Netzwerkkoordination Frühe Hilfen
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 23, fruehe-hilfen@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

Informationen für Regenbogenfamilien

Wenn Sie in einer Regenbogenfamilie leben oder Informationen zu LSBTI–Themen suchen, für sich selbst oder andere Personen, die lesbisch, schwul, bisexuell, trans- und intergeschlechtlich sind, stehen Ihnen mehrere Informations- und Anlaufstellen zur Verfügung.

- **Regenbogenportal**
  Das Online-Portal des Bundesfamilienministeriums ist ein Wissensnetz zu gleichgeschlechtlichen Lebensweisen und geschlechtlicher Vielfalt. Sie erhalten dort Informationen und Materialien bspw. zu rechtlichen Rahmenbedingungen bei Kinderwunsch, bei der Anerkennung der Elternschaft oder bei Adoptionsverfahren.
  www.regenbogenportal.de

Informationsportale und Beratung vor Ort können Regenbogenfamilien bei der Klärung spezifischer Fragen helfen.

- **Informationsportale zum Thema Intersexualität**
  Intersexuelle Menschen e.V. www.im-ev.de
  OII Germany oiigermany.org

- **Info-Flyer für Eltern:**
  „Weiblich? Männlich? - Ihr intergeschlechtliches Kind!“
  Das Bundesfamilienministerium hat in Kooperation mit „Queer leben – Inter* und Trans* Beratung“ eine Information für Eltern und Angehörige von Kindern mit angeborenen Variationen der Geschlechtsmerkmale herausgegeben. Der Flyer kann auf der Seite des Ministeriums heruntergeladen werden.
  www.bmfsfj.de – Suche „Weiblich? Männlich?“

- **vielbunt e.V. - Queeres Zentrum Darmstadt**
  Der Verein vielbunt bietet Beratung für alle, die Informationen oder Unterstützung rund um LSBTI-Themen benötigen oder sich auch einfach nur aussprechen möchten. Für ein Beratungsgespräch steht Ihnen ein pädagogisches Team persönlich, per Telefon oder per E-Mail zur Verfügung.
  Kranichsteiner Straße 81, 64289 Darmstadt
  06151/97 15 63 2, info@vielbunt.org, www.vielbunt.org

Familiengründung und Beruf/Studium

Elternzeit partnerschaftlich planen

Die individuellen Entscheidungen von Müttern und Vätern, wer wie lange aus dem Beruf aussteigt, um sich um Kinder und Hausarbeit zu kümmern, werden immer auch gesellschaftlich beeinflusst. Traditionelle Rollenbilder und Rechtsnormen spielen dabei eine wichtige Rolle und wirken sich im späteren Lebensverlauf aus, leider oft mit negativen Folgen. Die Konsequenzen sind jedoch zum Entscheidungszeitpunkt oft nicht erkennbar. Deshalb sollten Sie sich an diesem Punkt Zeit nehmen und sich klar machen, welche Zusammenhänge hier eine Rolle spielen.

Das deutsche Rechtssystem ist teilweise widersprüchlich, denn die Rechtsnormen orientieren sich nicht durchgängig an ein und demselben Leitbild. Die Leitvorstellungen und die darauf basierenden gesetzlichen Regelungen unterscheiden sich in der Phase während einer Ehe und danach. Während der Ehe gilt das Leitbild eines Versorgungssystems. Die finanzielle Situation des Ehepaares, insbesondere der Partnerin/des Partners mit überwiegendem Anteil an Familienarbeit, profitiert von der Ehe z.B. durch Ehegattensplitting, beitragsfreie Mitversicherung in der Krankenkasse, Betreuungs- und Pflegegeld sowie Minijobregelung. Wird die Ehe aber (durch Scheidung oder Tod) beendet, orientieren sich die gesetzlichen Regelungen an einem anderen Leitbild: Im Unterhaltsrecht gilt das Leitbild, nach dem jede Person lebenslang selbständig für ihre eigene finanzielle Absicherung verantwortlich ist. Die vorausgegangene Ehe bietet im Nachhinein keinen wirtschaftlichen Vorteil (keine Versorgung nach der Ehe), so dass der Elternteil, der zugunsten der

Was? Besprechen und planen Sie als Paar Fragen der Elternzeit unter Einbezug der möglichen langfristigen Auswirkungen auf das Alterseinkommen beider Elternteile.
Wann? Vor Festlegung der Elternzeit
Wo? Internetrecherche, Beratungsstelle

Elternzeit auf Berufstätigkeit verzichtet - in der Regel die Frau - ein hohes Armutsrisiko eingeht, das nur durch privatrechtliche Vereinbarungen (z.B. Ehevertrag) abgefedert werden kann.

Damit Sie als Eltern faire Regelungen finden können, zeigen wir Ihnen anhand der Lebensphasen von Frauen und Männern, wie die Weichen für den gesamten weiteren Lebensverlauf gestellt werden und worauf es dabei ankommt.

Erwerbsphase I
Sie und Ihr Partner oder Ihre Partnerin sind beide erwerbstätig. Nun wünschen Sie sich Kinder - Zeit zu besprechen, wie die gemeinsame Sorge organisiert werden kann! Guter Zeitpunkt, den Ehevertrag oder eine privatrechtliche Vereinbarung nachzuholen, falls Sie das nicht schon getan haben.

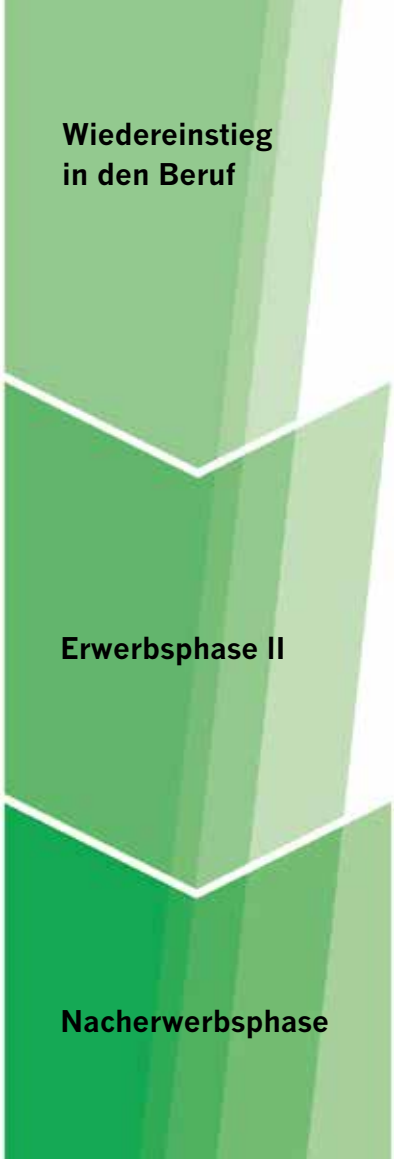
Familienphase
Ihr Kind kommt zur Welt. Herzlichen Glückwunsch! Nach der Geburt eines Kindes reduzieren meist Frauen ihre Arbeitszeit wesentlich - und vor allem dauerhaft! Dadurch sinken die Chancen, beruflich Karriere zu machen. Das ist mit ein Grund dafür, dass zwischen Männern und Frauen eine durchschnittliche Lohnlücke von 21 % besteht. Eine Möglichkeit, um dem vorzubeugen: Die Elternzeit gerecht untereinander aufteilen! Das hat auch Vorteile für den Vater, denn auch er hat ein Recht darauf, das Aufwachsen seines Kindes mitzuerleben und zu gestalten.

Wiedereinstieg in den Beruf
Langsam wird es Zeit, in den Beruf zurückzukehren. War die Erwerbspause allerdings sehr lang, ist die Gefahr groß, dass die „Einstiegs“-Stelle unter der eigentlichen beruflichen Qualifikati-

on liegt. Die eigene Karriere und das Gehalt leiden dann darunter. Diese Benachteiligung kann durch bestehende Rollenstereotypen gefestigt werden. Bleibt die Frau die Zuverdienerin und der Mann ist der Ernährer - oder können diese Bilder nicht auch in Frage gestellt werden?

Erwerbsphase II
Ihr Kind geht in die Kita oder in die Schule und Sie haben mehr Zeit, sich dem Beruf zu widmen. Wie hoch Sie auf der Karriereleiter klettern können, hängt nun davon ab, wie gut der Wiedereinstieg geklappt hat. Dürfen Mann und Frau gleich viele Sprossen erklimmen? Denken Sie daran: Was Sie jetzt verdienen, zahlt sich später bei der Rente aus. Vielleicht werden irgendwann auch die (Schwieger-) Eltern pflegebedürftig. Auch hier sollten Sie besprechen: Wie kann diese Sorgearbeit fair zwischen Mann und Frau aufgeteilt werden?

Nacherwerbsphase
Nach vielen Jahren im Job haben Sie sich Ihre Zeit in Rente redlich verdient. Nun zeigt sich, ob es Ihnen gelungen ist, die Balance zwischen Erwerbsarbeit und Familienarbeit zu finden. Wer ein Leben lang unentgeltlich Sorgearbeit übernommen oder in Minijobs und in Teilzeit gearbeitet hat, wird weniger gesetzliche Rente erhalten. Häufig geht dies auf das Konto der Frau - das muss aber nicht so sein!



Hintergrundwissen zum Thema

- **Zweiter Gleichstellungsbericht der Bundesregierung - Gender Care Gap**
  www.bmfsfj.de – Suche „Gleichstellungsbericht, Care Gap“

- **Broschüre „Ja, ich will!“ – Ein Leitfaden für Heiratswillige“ mit Checkliste für Eheverträge**
  www.mffjiv.rlp.de – Suche „Ja, ich will“
- **Frauen-Austausch zum Thema finanzielle Unabhängigkeit**
  www.facebook.com/groups/madamemoneypenny

Beratung zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf/Studium

Ob Sie ein Wunschkind erwarten oder überraschend Nachwuchs bekommen, die Frage wie Sie Ihr Kind, die Familie und Ihren Beruf oder Ihr Studium gut unter einen Hut bekommen, wird Sie nachhaltig beschäftigen.

Was? Wenn Sie Rat und Unterstützung bei der Organisation Ihres Familien- und Berufs-/Studienalltags benötigen, können Ihnen verschiedene Stellen helfen.
Wann? Jederzeit
Wo? Genannte Stellen

- **femkom Frauenkompetenzzentrum Darmstadt e.V.**
  Wienerstraße 78, 64287 Darmstadt
  06151/42 88 40 | Mo - Do 8 -13 Uhr, mail@femkom.de, www.femkom.de
- **Studierendenwerk Darmstadt Sozialberatung - Studieren mit Kind**
  Alexanderstraße 4, (Mensa Stadtmitte, 1. OG)
  64283 Darmstadt, 06151/16 29 86
  www.stwda.de/sozialberatung
  www.studierendenwerkdarmstadt.de
- **TU Darmstadt – Servicestelle Familie**
  www.intern.tu-darmstadt.de/servicestellefamilie
- **TU Darmstadt – Servicestelle Teilzeitstudium, Studieren mit Kind**
  www.teilzeitstudium.tu-darmstadt.de
- **Hochschule Darmstadt Familienbüro**
  Haardtring 100, (Büro: A10, 208), 64295 Darmstadt
  06151/16 37 97 8, familienbuero@h-da.de
  www.familie.h-da.de

Formalitäten – Behörden

Schwangerschaft mitteilen

Sowohl Sie als Schwangere als auch der andere Elternteil sollten die Schwangerschaft bei Ihrer Arbeitsstelle bekannt geben. Nach der Mitteilung greift sofort das Mutterschutzgesetz mit dem Kündigungsschutz. Falls Sie Leistungen beziehen, wenden Sie sich an das Jobcenter oder Amt für Soziales und Prävention.

Benötigte Unterlagen: Bescheinigung über Geburtstermin der Frauenärztin/des Frauenarztes oder der Hebamme (7 Wochen vor der Geburt wird eine erneute Bescheinigung benötigt)

Was? Teilen Sie die Schwangerschaft der Arbeitsstelle mit.
Wann? Sobald wie möglich nach Feststellung der Schwangerschaft
Wo? Arbeitsstelle oder ggf. Leistungsträger

Anmeldung beim Standesamt vorbereiten

Für alle später notwendigen Anträge, z.B. auf Kindergeld, Elterngeld oder Anträge bei der Krankenkasse, benötigen Sie die Geburtsurkunde Ihres Babys. Diese erhalten Sie vom Standesamt. Um die Geburtsurkunde zu bekommen, benötigen Sie zwingend Ihre eigenen Geburtsurkunden und wenn Sie verheiratet sind, zusätzlich Ihre Heiratsurkunde.
Wenn Sie die Dokumente nicht in deutscher oder englischer Sprache haben, sollten Sie diese bereits jetzt in der Schwangerschaft übersetzen und beglaubigen lassen, denn dies nimmt einige Zeit in Anspruch.

Was? Liegen Ihre Papiere in deutscher oder englischer Sprache vor? Falls nicht, lassen Sie diese übersetzen und beglaubigen.
Wann? Während der Schwangerschaft
Wo? Übersetzungsbüro Ihrer Wahl, Standesamt

Elternzeit anmelden

Elternzeit ist eine unbezahlte Auszeit von Ihrer Arbeit. Gegenüber Ihrer Arbeitsstelle haben Sie Anspruch auf Elternzeit pro Elternteil 3 Jahre, unabhängig davon, ob Sie Elterngeld beziehen. Die Elternzeit können Sie vor dem 3. Geburtstag Ihres Kindes nehmen. Wenn nötig, können Sie auch einen Teil in den Zeitraum zwischen dem 3. und dem 8. Geburtstag verschieben. Während der Elternzeit bleibt Ihr Arbeitsverhältnis bestehen und nach Ablauf besteht ein Anspruch auf Rückkehr zu Ihrer früheren Arbeitszeit. Sie können während der Elternzeit (mit Zustimmung der Arbeitsstelle) bis zu 30 Wochenstunden arbeiten. Je nach gewähltem Elternzeitmodell wirkt sich dies allerdings u.U. erheblich auf den Bezug von Elterngeld aus und sollte daher genau geprüft werden.
Melden Sie Ihre Elternzeit schriftlich bei der 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.

- **Hessisches Amt für Versorgung und Soziales**
  Elterngeldstelle
  Schottener Weg 3 (am Messplatz), 64289 Darmstadt
  06151/73 80, poststelle@havs-dar.hessen.de
  (Beratung nach Terminabsprache)

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, falls Sie Leistungen beziehen, prüfen Sie Ihren Anspruch auf Elternzeit beim Jobcenter/Amt für Soziales und Prävention.

Tipp: Wenn Sie ab der Geburt für 12, 24 oder 36 Monate Elternzeit nehmen, fällt Ihr erster Arbeitstag nach der Elternzeit in der Regel auf den Geburtstag Ihres Kindes. Dies sollten Sie bedenken und vorausschauend den Tag des Arbeitsantritts planen.

Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen

Was? Eine Vaterschaftsanerkennung ist wichtig bei Eltern, die nicht verheiratet sind.
Wann? Vor oder nach der Geburt aber auch später jederzeit möglich
Wo? Jugendamt, Standesamt oder Notar (gebührenfrei)

Eine Vaterschaftsanerkennung sollten Eltern vornehmen, die nicht verheiratet sind. Bei verheirateten Paaren wird davon ausgegangen, dass der Ehemann der Vater ist. Wenn dies nicht der Fall ist, kann auch hier eine Vaterschaftsanerkennung gemacht werden. In dieser Konstellation ist eine Beratung durch das Jugendamt (kostenlos) oder eine Familienrechtsanwältin/einen Familienrechtsanwalt empfehlenswert. Die Vaterschaftsanerkennung wird erst mit „Zustimmungserklärung“ der Kindesmutter rechtskräftig. Eventuell sind weitere Zustimmungserklärungen erforderlich.

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Amtsvormundschaften/Beistandschaften
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 24 70, jugendamt@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

- **Standesamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Marktplatz 8, 64283 Darmstadt
  06151/13 27 64 (Geburten) | 06151/13 30 58 (Urkunden)
  standesamt@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

Benötigte Unterlagen:

- Gültige Ausweisdokumente beider Elternteile
- Geburtsurkunden beider Elternteile

Unverheiratete Paare - Sorgeerklärung abgeben

Als unverheiratetes Paar erhalten Sie das gemeinsame Sorgerecht nur, wenn Sie eine Sorgeerklärung abgeben. Wenn nichts unternommen wird, erhält automatisch die Mutter das alleinige 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 (kostenpflichtig)

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Amtsvormundschaften/Beistandschaften
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 24 70, jugendamt@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

  Benötigte Unterlagen: Gültige Ausweisdokumente beider Elternteile, Vaterschaftsanerkennung, nach der Geburt die Geburtsurkunde des Kindes

Verträge und Versicherungen prüfen

Prüfen Sie, wie sich Ihre veränderte Lebenssituation auf Versicherungen/Verträge auswirkt und passen Sie diese ggf. an.

Was? Prüfen Sie Ihre bestehenden Verträge.
Wann? Vor oder kurz nach der Geburt
Wo? Vertragspartner

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.

Andere Versicherungen und Verträge
Sichten Sie alle laufenden Verträge und prüfen Sie, ob es sinnvoll und möglich ist, die Zahlungen auf das geringere Einkommen in der Elternzeit und die veränderte Personenanzahl anpassen zu lassen. Versicherungen, die der finanziellen Absicherung im Rentenalter dienen, sollten nicht angetastet werden.

Finanzen

Mutterschaftsgeld/Mutterschaftsleistungen beantragen

Das Mutterschaftsgeld ist als Ersatzleistung für den Ausfall Ihres Arbeitslohns während der Mutterschutzfrist 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 bzw. wie Sie krankenversichert sind.

Was? Prüfen Sie, ob Ihnen zusätzliche Leistungen zustehen.
Wann? In der Schwangerschaft noch vor Beginn des Mutterschutzes
Wo? Je nach Ausgangslage Krankenkasse, Arbeitsstelle, Bundesversicherungsamt

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 Euro vom Bundesversicherungsamt. Ihre Arbeitsstelle zahlt einen Zuschuss und berechnet ihn 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.

Geringfügig Beschäftigte
Sind Sie familienversichert und üben eine geringfügige Beschäftigung aus, können Sie Mutterschaftsgeld beim Bundesversicherungsamt beantragen. Sie erhalten eine Einmalzahlung von 210 Euro. Unter bestimmten Umständen können Sie auch einen zusätzlichen Arbeitgeberzuschuss erhalten.

ALG II Empfängerin
Sie haben keinen Anspruch auf Mutterschaftsgeld, aber Ihr Arbeitslosengeld ALG II wird 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 Anspruch auf Arbeitslosengeld oder sind Sie während einer beruflichen Weiterbildung gesetzlich krankenversichert, erhalten Sie Mutterschaftsgeld durch die Krankenkasse.

Benötigte Unterlagen: Ärztliche Bescheinigung über den voraussichtlichen Entbindungstermin

Tipp: Weitere Informationen erhalten Sie unter www.familienportal.de

Antrag auf Elterngeld/ElterngeldPlus vorbereiten

Elterngeld und Elternzeit bieten Eltern eine Möglichkeit, nach der Geburt eines Kindes zeitweise nicht oder weniger zu arbeiten. Das Elterngeld schafft einen finanziellen Ausgleich für die Unterbrechung oder Reduzierung ihrer Erwerbstätigkeit. Anspruch auf Elterngeld haben Arbeitnehmerinnen/Arbeitnehmer, Beamte, Selbständige, erwerbslose Elternteile, Studierende und Auszubildende wenn sie ihr Kind selbst betreuen, mit dem Kind in einem Haushalt leben, ihren Wohnsitz in Deutschland haben,

nicht oder höchstens 30 Wochenstunden arbeiten.
Es gibt Varianten: das Basiselterngeld, ElterngeldPlus und den Partnerschaftsbonus. Alle 3 Varianten können miteinander kombiniert werden. Die Höhe des Elterngelds beträgt mindestens 300 Euro, maximal 1.800 Euro.

Wieviel Elterngeld Sie erwarten können, ist abhängig von Ihrer persönlichen Lebenssituation und von der Elterngeld-Variante, für die Sie sich entscheiden. 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
  Suche „Elterngeldrechner“
  Elterngeld Hessen www.mffjiv.rlp.de
  Online-Antrag www.elterngeld.hessen.de

- **Hessisches Amt für Versorgung und Soziales | Elterngeldstelle**
  Schottener Weg 3 (am Messplatz), 64289 Darmstadt
  06151/73 80, poststelle@havs-dar.hessen.de
  Nach vorheriger Terminabsprache berät die Stelle zu all Ihren Fragen rund um diese Leistung.

Was? Klären Sie Ihre Fragen zum Thema Elterngeld 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.

Antrag auf Kindergeld vorbereiten

Einen Anspruch auf Kindergeld haben alle Kinder ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres, unabhängig von dem Einkommen der Eltern. Die Höhe des Kindergeldes hängt von der Anzahl Ihrer Kinder ab.
Sie können bereits in der Schwangerschaft den Antrag (auch online) besorgen und vorbereiten. Nach der Geburt fügen Sie nur noch die Geburtsurkunde hinzu.

- **Familienkasse Hessen**
  Groß-Gerauer Weg 7, 64295 Darmstadt
  familienkasse-hessen@arbeitsagentur.de
  www.arbeitsagentur.de – Suche „Kindergeld beantragen“
  Anträge erhalten Sie unter www.familienkasse.de
  Fragen zu Kindergeld/Kinderzuschlag: 0800/45 55 5 30
  Fragen zu den Auszahlungsterminen: 0800/45 55 5 33

Was? Bereiten Sie den Antrag auf Kindergeld frühzeitig vor.
Wann? In der Schwangerschaft
Wo? Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit.
Beschäftigte im öffentlichen Dienst, müssen sich an ihren Dienstherrn bzw. die Vergütungsstelle wenden, die das Kindergeld in diesem Falle auszahlt.

Wahl der Steuerklasse prüfen

Die Wahl der richtigen Steuerklasse wirkt sich unter Umständen erheblich aus und kann Ihre finanzielle Unabhängigkeit sichern. Deshalb ist es wichtig, sich frühzeitig mit dieser Frage auseinanderzusetzen.
Für verheiratete Paare gilt: Um das Elterngeld zu erhöhen, sollte in der Schwangerschaft (spätestens 7 Monate vor der Geburt) der Elternteil, der nach der Geburt länger Elterngeld beziehen wird, in die Steuerklasse 3 oder 4 wechseln. Grund: Das Elterngeld wird von Nettogehalt berechnet. Mehr Netto bedeutet also mehr Elterngeld.
Wenn Sie ein erwerbstätiges verheiratetes Paar sind, dann ist die Steuerklasse 4 grundsätzlich die richtige Wahl. Auch wenn die meisten Ehepaare die Steuerklassen 3 und 5 kombinieren,

Was? Überprüfen Sie die Wahl der geeigneten Steuerklassen unter Einbezug der Folgen auf die finanzielle Absicherung beider Elternteile.
Wann? Jederzeit
Wo? Internetrecherche

im Glauben, damit Steuern einsparen zu können. Das ist aber ein Denkfehler. Bei dem 3/5 Modell erhält nur die besserverdienende Person mehr Netto, als die geringverdienende Person, die dazu noch mehr Steuern bezahlt, als sie eigentlich müsste. Hierbei werden keine Steuern eingespart, sondern nur anders verteilt und zeitlich gestreckt: Am Ende des Jahres kann eine hohe Steuer-Nachzahlung fällig werden. Nachteil: Viele (Ehe-) Frauen mit Steuerklasse 5 denken, es lohne sich nicht zu arbeiten, verzichten ganz auf eine sozialversicherungspflichtige Tätigkeit und damit auch auf eine Altersabsicherung. Die Vorteile der Steuerklasse 4 für beide sind:

- Mehr Wertschätzung für das kleinere Einkommen, weil es nicht durch zu viel Steuern noch mehr geschmälert wird.
- Mehr Geld auf dem eigenen Konto, wenn das Paar getrennte Kassen hat.
- Die Basis für staatliche Leistungen (Elterngeld, Arbeitslosengeld oder Krankengeld) ist das Netto-Einkommen. Je höher dieses ist, desto höher die staatlichen Leistungen.

Mehr Informationen:
www.geldfrau.de – Suche „Mehr Netto vom Brutto“

- **Finanzamt Darmstadt**
  Soderstraße 30, 64283 Darmstadt
  06151/10 20, poststelle@fa-dam.hessen.de
  Anträge vor Ort oder online: www.service.hessen.de – Suche „Antrag auf Steuerklassenwechsel“

Leistungen des Jobcenters prüfen

Bei Leistungsbezug vom Jobcenter wie Arbeitslosengeld II können Sie einen Mehrbedarf für Schwangere beantragen. Außerdem haben Sie bei ALG II Bezug die Möglichkeit, Zuschüsse zur Erstausstattung für Schwangerschaftskleidung und Babyausstattung zu erhalten.

- **Jobcenter Darmstadt**
  Hilpertstraße 24, 64295 Darmstadt
  06151/42 85 40, jobcenter-darmstadt@jobcenter-ge.de
  www.jobcenter-darmstadt.de

Was? Prüfen Sie, ob Sie zusätzliche Leistungen beantragen können.
Wann? Ab der 13. Schwangerschaftswoche, Babyerstausstattung rechtzeitig vor dem errechneten Entbindungstermin beantragen
Wo? Jobcenter

Leistungen Mutter-Kind-Stiftung prüfen

Die Möglichkeit für eine ergänzende finanzielle Unterstützung bei geringem Einkommen bietet schnell und unbürokratisch die Bundesstiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“. Geld erhalten Sie zum Beispiel für sich selbst, Ihr Baby oder Ihren Haushalt. Informationen erhalten Sie bei der Mutter-Kind-Stiftung und den Schwangerschaftsberatungsstellen. Dort müssen Sie auch - noch vor der Geburt - den Antrag stellen.

Was? Prüfen Sie, ob Sie eine Hilfe der Mutter-Kind-Stiftung erhalten können.
Wann? Vor der Geburt
Wo? Schwangerschaftsberatungsstellen
www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de

Vorbereitung auf die Geburt und neue Lebensphase

Sie alleine oder als Paar können verschiedene Angebote wahrnehmen, um sich und Ihre Familie auf das bevorstehende Ereignis vorzubereiten.

Kursangebote für werdende Eltern

Geburtsvorbereitungskurse

- **Hebammen**
  www.hebammenliste-dadi.de
- **Alice-Hospital Darmstadt**
  Dieburger Str. 31, 64287 Darmstadt,
  06151/40 20, www.die-geburtsklinik.de
- **Klinikum Darmstadt GmbH**
  Grafenstraße 9, 64283 Darmstadt,
  info@mail.klinikum-darmstadt.de
  www.klinikum-darmstadt.de

Geburtsvorbereitung für Teenagermütter und junge Schwangere bis 23 Jahre

- **Allgemeine Lebensberatung, Caritaszentrum Pallaswiesen -/Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90 alb@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

Angebote zu verschiedenen Themen helfen Ihnen, gut vorbereitet den kommenden Herausforderungen zu begegnen.

Still- und Geburtsvorbereitung

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71,, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de,
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Treffs mit anderen (werdenden) Müttern/Vätern

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Treff für (junge) Schwangere und (junge) Mütter

- **Allgemeine Lebensberatung, Caritaszentrum Pallaswiesen -/ Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90 alb@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

Fitnessangebote für Schwangere

Es gibt eine Vielzahl an Möglichkeiten, sich mit wachsendem Babybauch fit zu halten.

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Fitnessangebote fördern die Gesundheit und stärken Sie körperlich und mental.

- **Hebammen www.hebammenliste-dadi.de**
- **Alice-Hospital Darmstadt**
  Dieburger Str. 31, 64287 Darmstadt,
  06151/40 20, www.die-geburtsklinik.de
- **Klinikum Darmstadt GmbH**
  Grafenstraße 9, 64283 Darmstadt
  info@mail.klinikum-darmstadt.de
  www.klinikum-darmstadt.de
- **Mehr Info - Darmstadt-Wegweiser für Familien**
  Mehr Bewegungsangebote für (werdende) Mütter
  www.familien-willkommen.de/Bewegung_Fitness

Informationen für werdende Väter

Bei männerspezifischen Fragen zu Schwangerschaft und Geburt gibt es verschiedene Informationsquellen. Sie erhalten Tipps fürs Vaterwerden und für die Gestaltung des Lebens mit dem Baby.

- **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung - Broschüren**

  „Ich bin dabei! - Vater werden“
  Die wichtigsten Informationen und praktische Tipps für werdende Väter.

  „Mann wird Vater - Informationen für werdende Väter zur Geburt“
  Die Broschüre informiert über wichtige Fragen vor, während und nach der Geburt. Sie gibt Hinweise zur Geburtsvorbereitung, zum Ablauf einer Geburt und zu den wichtigen ersten Tagen im Wochenbett.

  www.bzga.de/infomaterialien/familienplanung/schwangerschaft

Für werdende Väter ist es hilfreich, sich mit Wissen zu rüsten, für sich selbst und auch um damit die Partnerin besser zu unterstützen.

- **Infoportale für Väter**
  www.vaeter-zeit.de
  www.vaeter-und-karriere.de
  www.maennerberatungsnetz.de

Vorbereitung von Geschwistern

Auch für die werdenden Geschwister ist es eine einschneidende Erfahrung, große Schwester/großer Bruder zu werden, die unterschiedlichste Reaktionen auslösen kann. In „Geschwister-Vorbereitungskursen“ können werdende Geschwister auf den baldigen Familienzuwachs vorbereitet werden. Sie als Mutter und Vater erfahren, wie Sie die Entwicklung einer positiven Geschwisterbeziehung unterstützen können.

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Vorbereitung auf das Baby kann auch für werdende Geschwister sinnvoll und hilfreich sein.

Tipp: Es gibt auch eine Menge an (Bilder-) Büchern, die speziell für Kinder gedacht sind, die bald ein Geschwister bekommen und dies kindgerecht thematisieren.

Besondere Situationen - Notlagen - Krisen

Sternenkind - die Wiege bleibt leer

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

- **Schwangerschaftsberatungsstellen (außer Ehe-, Familien- und Lebensberatung)**
  (Kontaktdaten siehe Seite 13)
- **Klinikseelsorge der Geburtskliniken**
- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Lassen Sie sich in Ihrer Trauer um Ihr Baby trösten und begleiten.

Weitere Beratungs- und Unterstützungsangebote sowie Gruppenangebote zum Thema Trauer
www.familien-willkommen.de/Trauer

Ungewollt schwanger

Wenn Sie unsicher sind, ob Sie das Kind bekommen möchten oder entschlossen sind, die Schwangerschaft nicht auszutragen, wenden Sie sich an die folgenden Beratungsstellen:

Beratung bei Schwangerschaftskonflikt - Beratung nach § 219 StGB

- **pro familia Bezirksverband Darmstadt/Bensheim e.V.**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt.de

Lassen Sie sich beraten, wenn Sie nicht wissen, ob Sie das Baby bekommen möchten. Finden Sie den für Sie richtigen Weg.

- **Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg**
  Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt,
  06151/92 60, schwanger@diakonie-darmstadt.de
  www.diakonie-darmstadt.de

- **donum vitae e.V.**
  Bismarckstraße 45, 64293 Darmstadt
  06151/27 93 94 1
  beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de
  www.dvdarmstadt.de

- **Ehe-, Familien- und Lebensberatung Darmstadt e.V.**
  Darmstraße 2, 64287 Darmstadt
  06151/42 55 41, info@eflb-da.de, www.eflb-da.de

- **Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Hier erhalten Sie eine Beratung zum Schwangerschaftskonflikt, eine Bescheinigung zum Abbruch der Schwangerschaft wird von dieser Beratungsstelle jedoch nicht ausgestellt.
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90

- **Caritaszentrum „Eberstadt Süden“**
  Kirnbergstraße 13, 64297 Darmstadt-Eberstadt
  06151/39 49 90
  alb@caritas-darmstadt.de, www.caritas-darmstadt.de

Unterstützung für junge Mütter in Ausbildung zum Erhalt der Schwangerschaft

Der Verein und die Stiftung „Sag ja zum Kind“ möchte jungen Müttern und Vätern helfen, sich für das Kind zu entscheiden und bietet dazu verschiedene Unterstützungsmaßnahmen.

Alle auf diesen Seiten genannten Beratungsangebote sind kostenfrei. Die Beratung unterliegt immer der Schweigepflicht und wird unabhängig von Ihrer Religion und Nationalität geführt.

- **„Sag ja zum Kind“ e.V.**
  Robert-Schneider-Straße 66, 64289 Darmstadt
  06151/71 07 60, info@sagjazumkind.de
  www.sagjazumkind.de

Vertrauliche Geburt – geheime Geburt

Eine „Vertrauliche Geburt“ unterstützt Frauen, die ihre Schwangerschaft und Mutterschaft geheim halten möchten. Nach dem Gesetz ist die „Vertrauliche Geburt“ eine Entbindung, bei der Sie als Schwangere Ihre Identität nicht wie sonst üblich offenlegen. Ihre persönlichen Daten werden einmalig aufgenommen und ab diesem Zeitpunkt unter Verschluss gehalten. Ihre Identität ist sicher hinterlegt und wird streng geheim gehalten. Durch die einmalige Aufnahme Ihrer Daten bleiben die Rechte des Kindes gewahrt. So können Sie Ihr Baby medizinisch sicher und vertraulich zur Welt bringen und haben die Gewissheit, dass niemand von Ihrer Geburt erfährt.
Lassen Sie sich anonym bei einer Schwangerschaftsberatungsstelle zur „Vertraulichen Geburt“ beraten. Die Schwangerschaftsberatungsstelle kümmert sich um alles Weitere. In Absprache mit Ihnen nimmt sie mit allen zuständigen Institutionen wie der Klinik, Hebamme und Adoptionsvermittlung unter Wahrung Ihrer Anonymität Kontakt auf.
Eine „Vertrauliche Geburt“ ist grundsätzlich in jeder Geburtsklinik möglich, so dass Sie sich auch kurzfristig erst bei der Geburt dafür entscheiden können. In diesem Fall wird eine Schwangerschaftsberatungsstelle hinzugezogen.

Niemand soll wissen, dass Sie schwanger sind? Lassen Sie sich helfen, Ihr Baby in einer „Vertraulichen Geburt“ sicher zur Welt zur bringen.
Vor und nach der Geburt werden Sie anonym beraten. Gemeinsam finden Sie einen Weg. Die Hilfe ist kostenlos.

- **Schwangerschaftsberatungsstellen**
  (Kontaktdaten siehe Seite 13)

- **Hilfetelefon „Schwangere in Not“ – 0800/40 40 020**
  Über das Hilfetelefon erhalten Sie anonym und kostenlos wichtige Informationen, bei Bedarf in mehreren Sprachen. Ebenfalls angeboten wird eine anonyme Online-Beratung per E-Mail oder Einzel-Chat.
  www.geburt-vertraulich.de

Adoptionsberatung

Wenn Sie überlegen, Ihr Kind zur Adoption freizugeben, erhalten Sie bei der folgenden Stelle Information und Beratung. Sie können sich dort Pflege- oder Adoptiveltern vermitteln lassen.

- **Adoptionsvermittlungsstelle der Wissenschaftsstadt Darmstadt und des Landkreises Darmstadt-Dieburg**
  Mina-Rees-Straße 6, 64295 Darmstadt
  06151/88 11 40 8, s.kirschenmann@ladadi.de
  www.ladadi.de – Suche „Adoptionsvermittlungsstelle“

Schwierige Schwangerschaft

Für all Ihre Fragen rund um einen schwierigen Schwangerschaftsverlauf, erhalten Sie Begleitung und Beratung bei nachfolgenden Stellen:

- **Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg**
  Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt
  06151/92 60, schwanger@diakonie-darmstadt.de
  www.diakonie-darmstadt.de

Sie möchten (noch) kein Baby? Lassen Sie sich beraten, ob Ihr Baby bei einer anderen Familie aufwachsen kann/soll.

Ihre Schwangerschaft verläuft schwierig? Sie machen sich Sorgen und haben Angst? Lassen Sie sich helfen.

- **donum vitae e.V.**
  Bismarckstraße 45, 64293 Darmstadt
  06151/27 93 94 1
  beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de
  www.dvdarmstadt.de
- **Ehe-, Familien und Lebensberatung Darmstadt e.V.**
  Darmstraße 2, 64287 Darmstadt
  06151/42 55 41, info@eflb-da.de, www.eflb-da.de
- **Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90
- **Caritaszentrum „Eberstadt Süden“**
  Kirnbergstraße 13, 64297 Darmstadt-Eberstadt
  06151/39 49 90
- **pro familia Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/4 29 42 0, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

Medizinische Fragen

Bei medizinischen Problemen in der Schwangerschaft sprechen Sie zunächst Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt, Ihre Hebamme oder Ihre Geburtsklinik an.

Fachstelle für humangenetische Diagnostik

- **Senckenberg Zentrum für Humangenetik**
  Facharztzentrum Frankfurt-Nordend gGmbH
  Weismüllerstraße 50, 60314 Frankfurt am Main
  069/40 89 67 90, info@senckenberg-humangenetik.de
  www.senckenberg-humangenetik.de

Beratung zu vorgeburtlicher Diagnostik (Pränataldiagnostik)

Wenn Sie einen auffälligen Befund bekommen haben und Ihr Kind möglicherweise krank oder behindert ist, hilft Ihnen Beratung zu Möglichkeiten und Risiken der Pränataldiagnostik.

- **Diakonisches Werk Darmstadt – Dieburg**
  Rheinstraße 31, 64293 Darmstadt
  06151/92 60, Handy Mailbox: 0151/22 22 99 32
  schwanger@dw-darmstadt.de, www.diakonie-darmstadt.de
- **donum vitae e.V.**
  Bismarckstraße 45, 64293 Darmstadt
  06151/27 93 94 1
  Beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de
  www.dvdarmstadt.de
- **pro familia Hessen gGhbH, Beratungsstelle Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt.de
- **Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt,
  06151/62 70 90, alb@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

Ihr ungeborenes Baby ist (vielleicht) nicht gesund? Lassen Sie sich beraten und sprechen Sie über Ihre Fragen, Befürchtungen und Vorstellungen.
Professionelle Beratung und Begleitung hilft Ihnen, mit dieser Situation umzugehen und Entscheidungen zu finden.

Seelische Krise

Wenn Sie sich nicht gut, ausgelaugt, traurig oder abgestumpft fühlen und Sie sich gar nicht über Ihre Schwangerschaft freuen können, könnten das Anzeichen einer seelischen Krise sein.

- **Schatten & Licht e.V.**
  Der Verein Schatten und Licht hilft Ihnen telefonisch bei einer psychischen Krise rund um die Geburt, bei peripartalen Depression und vermittelt Ihnen Kontakte zu Selbsthilfegruppen, Fachkräften und Betroffenen.
  08293/96 58 64, www.schatten-und-licht.de

- **Psychiatrischer Notdienst Darmstadt e.V.**
  Der Psychiatrische Notdienst Darmstadt berät Betroffene und Angehörige in psychischen Krisen (auf Wunsch auch anonym). Er steht dann zur Verfügung, wenn andere Dienste und Beratungsstellen geschlossen sind. Das Team des Not- und Krisendienstes berät Sie am Telefon und kann nach vorheriger telefonischer Absprache aufgesucht werden. Im Notfall ist ein Hausbesuch möglich.
  06151/15 94 90 0, Freitag, Samstag, Sonn- und Feiertag von 18:00 bis 23:00 Uhr, www.psychiatrischer-notdienst.de

Sprechen Sie darüber, wenn Sie „in ein Loch gefallen“ und übermäßig traurig sind. Eine vertraute Person, Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt, Ihre Hebamme oder professionelle Beratung kann Ihnen helfen.

Mehrlinge erwartet

Schon in der Schwangerschaft können Sie Ihren Familienalltag mit den Mehrlingen vorbereiten. Prüfen Sie zudem Ihren Anspruch auf künftige zusätzliche (finanzielle) Förderung.

Unterstützung im Haushalt

- **Haushaltshilfe durch die Krankenkasse**
  Unter bestimmten Umständen besteht ein Anspruch auf eine von der Krankenkasse bezahlte Haushaltshilfe für die ersten 6 Wochen mit den Babys. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

Suchen Sie sich ein Netzwerk neben Ihrer Familie. Wer aus dem Freundes-, Bekanntenkreis oder aus der Nachbarschaft könnte Sie unterstützen?

Unterstützung und Beratung im Alltag

- **Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 32 10, kinderschuetzen@darmstadt.de
  www.schuetzenundfoerdern.de

Informationen – Austausch – Förderung für Mehrlingseltern

- **„Mehrlingstreff“ Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de
- **ABC-Club e.V. – Internationale Drillings- und Mehrlingsinitiative**
  Schuhstraße 4, 30159 Hannover
  0511/21 51 94 5, abc-club@t-online.de, www.abc-club.de
- **Verband kinderreicher Familien Deutschland e.V. (KRFD)**
  Korschenbroicher-Str. 83, 41065 Mönchengladbach
  02161/30 30 95 3, www.kinderreichefamilien.de

Finanzielle Förderung für Eltern ab Drillingen

- **Ehrenpatenschaft durch den Hessischen Ministerpräsidenten**
  Der Antrag kann online gestellt werden.
  www.service.hessen.de – Suche „Drillinge“

Geplanter Kaiserschnitt

Neben der Klärung von medizinischen Fragen bei den Sie betreuenden Ärztinnen/Ärzten, können Sie sich für eine individuelle Beratung an folgende Stellen wenden:

- **Hebammen**
  www.hebammenliste-dadi.de
- **Schwangerschaftsberatungsstellen**
  (Kontaktdaten siehe Seite 13)
- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 30 32, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Ungeplant schwanger im Studium

Wenn Sie während des Studiums ungeplant Mutter oder Vater werden und Unterstützung benötigen, um diese Situation zu bewältigen, können Sie sich an verschiedene Anlaufstellen wenden.
Siehe „Familiengründung und Beruf/Studium“ Seite 20

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 Sozialberatung Ihrer Arbeitsstelle**
- **Regierungspräsidium Darmstadt | Arbeitsschutz und Umwelt Darmstadt**
  Wilhelminenstraße 1-3, 64283 Darmstadt
  06151/12 40 01, arbeitsschutz-darmstadt@rpda.hessen.de

Suchtmittelabhängigkeit

Wenn Sie als Schwangere oder der andere Elternteil abhängig von Alkohol, Medikamenten oder anderen Drogen sind, können Sie Unterstützung erhalten, um das Wohl des Babys zu sichern. Bei den folgenden Beratungsstellen erhalten Sie u.a. Informationen, Begleitung und Beratung für Betroffene und Angehörige.

Drogen, Medikamente, Alkohol schaden Ihrem Baby! Holen Sie sich Hilfe, damit Ihr Baby gesund zur Welt kommt.

- **„Fitkids“ Hilfen für Eltern und Kinder aus suchtbelasteten Familien, Diakonisches Werk Darmstadt - Drogenhilfe „scentral“**
  Schleiermacherstraße 15, 64283 Darmstadt
  Andrea Lieberum 06151/36 05 33 3
  Heike Reineke 06151/36 05 33 4
  fitkids@dw-darmstadt.de, www.dw-darmstadt.de
- **Beratungsstelle für Suchtfragen - Diakonisches Werk Darmstadt**
  Kiesstraße 14, 64283 Darmstadt
  06151/92 60, suchtberatung@diakonie-darmstadt.de
  www.diakonie-darmstadt.de
- **Suchthilfezentrum, Caritaszentrum St. Ludwig**
  Wilhelm-Glässing-Straße 15 – 17, 64283 Darmstadt
  06151/50 02 84 0, sucht@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

Familiäre Krisensituationen

Eine Trennung/Scheidung steht im Raum? Sie wurden verlassen oder Ihre Partnerin/Ihr Partner ist verstorben? Als alleinerziehende Mutter oder als alleinerziehender Vater sind Sie stark belastet? In einer solchen oder anderen schwierigen Situation, wenn Sie Beratung und Unterstützung benötigen, können Sie sich an folgende Stellen wenden.

Schwierige Zeiten zu Hause? Vielleicht sind Sie allein oder es gibt oft Streit? Suchen Sie sich Unterstützung.

Beratung

- **Erziehungsberatung Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Julius-Reiber-Straße 39, 64293 Darmstadt
  06151/35 06 0, erziehungsberatung@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Schwangerschaftsberatungsstellen bzw. zugehörige Beratungsdienste:

- **Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg**
  Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt
  06151/92 60, schwanger@diakonie-darmstadt.de
  www.diakonie-darmstadt.de
- **donum vitae e.V.**
  Bismarckstraße 45, 64293 Darmstadt
  06151/27 93 94 1
  beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de
  www.dvdarmstadt.de
- **Ehe-, Familien und Lebensberatung Darmstadt e.V.**
  Darmstraße 2, 64287 Darmstadt
  06151/42 55 41, info@eflb-da.de, www.eflb-da.de
- **Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90, alb@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de
- **pro familia Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

Unterstützung für (werdende) Eltern

- **Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 32 10, kinderschuetzen@darmstadt.de
  www.schuetzenundfoerdern.de

Hotlines

- **Hotline für werdende Eltern**
  Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 30 32, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Eltern-Stress-Telefon**
  Der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.
  Holzhofallee 15, 64295 Darmstadt
  06151/36 04 15 0
  Sprechzeiten: Di 10:00 – 12:00 Uhr, Do 14:00 – 16:00 Uhr
  info@dksb-darmstadt.de
  www.kinderschutzbund-darmstadt.de

Alleinerziehend

Informationen über Angebote für Alleinerziehende erhalten Sie im Darmstadt-Wegweiser für Familien. Zudem können Sie dort die Broschüre „Alleinerziehende in Darmstadt - Tipps und Informationen für Einelternfamilien“ herunterladen.
www.familien-willkommen.de/Alleinerziehend

Häusliche/sexualisierte Gewalt

Wenn Sie oder Ihre Kinder von häuslicher, psychischer oder sexualisierter Gewalt betroffen sind, suchen Sie sich Hilfe und Schutz! Ihnen stehen folgende Hilfsangebote zur Verfügung:

Beratung zu (drohender) Gewalt an Kindern und Jugendlichen

Der Kinderschutzbund bietet Beratung und Unterstützung für Kinder, Jugendliche, Eltern und Angehörige bei Fragen zu (drohender) Gewalt in der Familie und im sozialen Nahbereich (Beratung zu sexualisierter Gewalt für Mädchen bis 12 Jahre).

- **Der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.**
  Holzhofallee 15, 64295 Darmstadt
  06151/36 04 15 0, info@dksb-darmstadt.de
  www.kinderschutzbund-darmstadt.de

Beratung zu häuslicher Gewalt

Die Beratungsstelle des Frauenhauses berät Frauen, die (alleine oder mit Kind) in einer Gewaltbeziehung leben oder gelebt haben. Die Beratung bietet Hilfe in akuten Krisen, Information, Unterstützung und Begleitung, auch für unterstützende Personen, Vermittlung zu weiteren Hilfsangeboten, Stabilisierung, Aufarbeitung und Neuorientierung.

- **Beratungsstelle Frauenhaus Darmstadt**
  Bad Nauheimer Straße 9, 64289 Darmstadt
  06151/37 50 80, info@frauenberatung-darmstadt.de
  www.frauenhaus-darmstadt.de/beratung

Erleben oder befürchten Sie Gewalt? Werden Sie oder Ihre Kinder bedroht? Holen Sie sich Hilfe!

Es gibt ein Netzwerk von Institutionen, die Sie unterstützen, (häuslicher) Bedrohung und Gewalt zu entgehen.

Zuflucht Frauenhaus

Das Frauenhaus ist ein gesicherter Zufluchtsort und bietet Frauen und ihren Kindern Schutz vor Gewalt. Die Adresse des Frauenhauses ist anonym und geschützt. Wenn Sie Zuflucht suchen, melden Sie sich bitte telefonisch. Eine Aufnahme ist zu jeder Tages- und Nachtzeit möglich. Im Notfall wenden Sie sich mit dem Notruf 110 an die Polizei.

- **Frauenhaus Darmstadt**
  06151/37 68 14, info@frauenhaus-darmstadt.de
  www.frauenhaus-darmstadt.de

Beratung zu sexualisierter Gewalt

Krisenintervention, Beratung und Stabilisierung für betroffene und unterstützende Personen, Begleitung und Information, Vermittlung zu Rechtsanwältinnen und Anwälten, Therapeutinnen und Therapeuten erhalten Sie bei folgenden Stellen:

- **Frauennotruf der pro familia - 06151/45 51 1**
  Der Notruf bietet Frauen und Mädchen Beratung und Unterstützung, wenn sie von Vergewaltigung oder sexueller Nötigung, auch in der Ehe, betroffen oder bedroht sind.
- **Wildwasser Darmstadt e.V.**
  Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt für Mädchen ab 12 Jahren, Frauen und unterstützende Personen
  Wilhelminenstraße 19, 64283 Darmstadt
  06151/28 87 1, info@wildwasser-darmstadt.de
  www.wildwasser-darmstadt.de

Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung

In Darmstadt können Sie sich nach einer Vergewaltigung in der Frauenklinik des Klinikums Darmstadt medizinisch versorgen und auf Wunsch eine vertrauliche Spurensicherung durchführen lassen, ohne eine Anzeige bei der Polizei erstatten zu müssen.

- **pro familia Hessen gGhbH, Beratungsstelle Darmstadt**
  www.profamilia.de/darmstadt – Suche „Soforthilfe“
  Weitere Informationen erhalten Sie unter
  www.soforthilfe–nach-Vergewaltigung.de

Beratung bei Ehrgewalt und Zwangsheirat

Information, Beratung, Unterstützung und Begleitung für von Ehrgewalt und (drohender) Zwangsheirat betroffene Mädchen und junge Frauen sowie deren helfendes Umfeld.

- **Mäander individuelle Jugendhilfe gGmbH**
  Helfmannstr. 63a, 64293 Darmstadt
  06151/89 31 03, maeander-darmstadt@t-online.de
  www.maeander-darmstadt.de
  www.maeander-onlineberatung.de

Niedrigschwellige Erste Hilfe und Beratung

- **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen/Online-Beratung**
  Der Beratungsdienst ist an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr erreichbar. Frauen, die von Gewalt betroffen oder bedroht sind, ebenso wie Angehörige, Freunde oder Fachkräfte können sich, auf Wunsch anonym, kostenfrei in verschiedenen Sprachen beraten lassen und ggf. an eine Hilfseinrichtung vor Ort vermitteln lassen. Neben der telefonischen Beratung wird auch Online-Beratung angeboten.
  Telefonische Beratung: 0800/0 11 60 16
  Info und Online-Beratung: www.hilfetelefon.de

Beratung für Männer mit Gewaltproblemen

pro familia berät Männer, die in Auseinandersetzungen drohen, nötigen, einschüchtern, bei Streitigkeiten ausrasten, zuschlagen, Sexualität mit Gewalt erzwingen.

- **pro familia Hessen gGhbH, Beratungsstelle Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

Weitergehende Informationen

- **Darmstadt-Wegweiser für Familien**
  Im Kapitel Krisen und Gewalt finden Sie weitere Anlaufstellen und viele weitere Informationen rund um das Thema Gewalt.
  www.familien-willkommen.de/Krisen_Gewalt

Wenn Sie nicht wissen, wie es weitergehen soll und wo Sie Hilfe finden, wenden Sie sich an das „Hilfetelefon Gewalt“.

Beratung zu unerfülltem Kinderwunsch

Wenn Sie als Paar Beratung und Unterstützung zu einem unerfülltem Kinderwunsch benötigen, können Ihnen folgende Beratungsstellen helfen:

Sie können nicht (wieder) schwanger werden aber Sie möchten noch ein Kind? Holen Sie sich Hilfe.

Allgemeine Beratung

- **pro familia Hessen gGhbH, Beratungsstelle Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

- **Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90, alb@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

Medizinische Beratung und Betreuung

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

- **Kinderwunschzentrum Darmstadt**
  Bratustrasse 9, 64293 Darmstadt
  06151/50 09 80, info@kinderwunschzentrumdarmstadt.de
  www.kinderwunschzentrumdarmstadt.de

Gesundheit

Was	Wann	Wo	✔
Frauenärztin/Frauenarzt suchen	Ab Beginn der Schwangerschaft	Praxis Ihrer Wahl www.kvhessen.de	☐
Hebamme suchen	Vor der 10. Schwangerschaftswoche	Hebamme Ihrer Wahl www.hebammenliste-dadi.de	☐
Klinik/Geburtseinrichtung suchen	Während der Schwangerschaft	Einrichtung Ihrer Wahl Internetrecherche	☐
Kinderärztin/Kinderarzt suchen	Während der Schwangerschaft	Praxis Ihrer Wahl www.kvhessen.de	☐
Schwangerschaft der Krankenkasse mitteilen	Während der Schwangerschaft	Krankenkasse	☐

Familie und Beruf/Studium

Was	Wann	Wo	✔
Elternzeit vorausschauend planen	Vor Festlegung der Elternzeit	Internetrecherche, Beratungsstelle	☐

Formalitäten – Behörden

Was	Wann	Wo	✔
Schwangerschaft mitteilen	Sobald wie möglich nach Feststellung der Schwanger-schaft	Arbeitsstelle, Jobcenter/Amt für Soziales und Prävention	☐

Formalitäten – Behörden

Was	Wann	Wo	✔
Anmeldung beim Standesamt vorbereiten	Während der Schwangerschaft	Übersetzungsbüro (mit Beglaubigung), Standesamt	☐
Elternzeit anmelden	Spätestens 7 Wochen vor Beginn Elternzeit	Arbeitsstelle, Jobcenter/Amt für Soziales und Prävention	☐
Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen	Vor oder nach der Geburt	Jugendamt, Standesamt oder Notar	☐
Unverheiratete Paare - Sorgeerklärung abgeben	Vor oder nach der Geburt	Jugendamt oder Notar	☐
Verträge/Versicherungen prüfen	Vor oder nach der Geburt	Vertragspartner	☐

Finanzen

Was	Wann	Wo	✔
Mutterschaftsleistungen beantragen	In der Schwangerschaft vor Beginn des Mutterschutzes	Krankenkasse, Arbeitsstelle oder Bundesversicherungsamt	☐
Antrag auf Elterngeld vorbereiten	In der Schwangerschaft den Antrag vorbereiten	Infoportale, Beratung bei der Elterngeldstelle	☐
Antrag auf Kindergeld vorbereiten	In der Schwangerschaft den Antrag vorbereiten	Familienkasse Hessen www.familienkasse.de	☐
Wahl der Steuerklasse prüfen	Jederzeit	www.geldfrau.de, Finanzamt	☐
Leistungen des Jobcenters prüfen	Bei Bedarf ab der 13. Schwangerschaftswoche	Jobcenter www.jobcenter-darmstadt.de	☐
Leistungen Mutter-Kind-Stiftung prüfen	Bei Bedarf während der Schwangerschaft	Schwangerschaftsberatungsstellen	☐

Herzlichen Glückwunsch zur Geburt und ein herzliches Willkommen an Ihr Baby! Jetzt ist die Zeit, um sich erst einmal kennenzulernen, Ruhe zu finden und sich als Familie neu zu ordnen. Trotzdem gibt es aber auch einiges zu erledigen.

Gesundheit

Kontakt mit Hebamme aufnehmen

Die Hebamme ist auch für die Nachsorge der Geburt zuständig. Sie untersucht Ihr Baby und betreut Sie im Wochenbett bspw. bei Fragen zum Stillen.

Was? Nehmen Sie Kontakt mit Ihrer Hebamme auf.
Wann? Nach der Geburt
Wo? Bei Ihrer Hebamme

Termin bei Wochenbettambulanz vereinbaren

Mütter, die keine persönliche Betreuung durch eine feste Hebamme finden, können in diesem Notfall einen Termin in der Wochenbettambulanz vereinbaren. Die Hilfe umfasst Probleme und Fragen im Wochenbett wie z.B. Gewichtskontrolle beim Baby, Nabelpflege, Hilfe beim Stillen, Rückbildungsvorgänge bei der Mutter, Kontrolle von Nähten und vieles mehr.

- **Wochenbettambulanz Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71 (Zimmer 146), 64293 Darmstadt
  www.wochenbett-ambulanz-darmstadt.de

Was? Wenn Sie keine Hebamme haben, vereinbaren Sie einen Termin bei der Wochenbettambulanz.
Wann? Nur bei Bedarf nach der Geburt
Wo? Wochenbettambulanz

Termin für die U-Untersuchung vereinbaren

Vereinbaren Sie einen Termin für die U-Untersuchungen bei der Kinderärztin/dem Kinderarzt Ihrer Wahl. Die Praxis haben

Sie sich im besten Fall bereits vor der Geburt gesucht. Die U-Untersuchungen sind gesetzlich vorgeschrieben. Wenn die U1 und die U2 bereits in der Geburtseinrichtung durchgeführt wurden, können Sie die Folgeuntersuchungen bei Ihrer Kinderärztin/Ihrem Kinderarzt vornehmen lassen.

Benötigte Unterlagen:

- Krankenversichertenkarte
- gelbes U-Heft

Was? Vereinbaren Sie einen Termin in Ihrer Kinderarztpraxis.
Wann? Nach der Geburt
Wo? www.kvhessen.de – Arztsuche

Krankenversicherung für Ihr Kind abschließen

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

Benötigte Unterlagen:

- Antrag/Formular der Krankenkasse
- Geburtsurkunde Ihres Babys

Was? Schließen Sie eine Krankenversicherung für Ihr Baby ab.
Wann? Sofort nach der Geburt
Wo? Bei Ihrer Krankenkasse

Anspruch auf Haushaltshilfe prüfen

Wenn die Weiterführung des Haushaltes (z.B. bei Krankheit oder gesundheitlichen Problemen) nicht möglich ist und auch durch keine andere im Haushalt lebende Person geleistet werden kann, besteht die Möglichkeit über die Krankenkasse eine Haushaltshilfe zur Unterstützung 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. Folgeschäden des Körpers durch die Schwangerschaft sollen so vermieden werden. Die Krankenkassen übernehmen in der Regel die Kosten. Außerdem ist ein Rückbildungskurs eine gute Gelegenheit, Kontakte zu knüpfen und weitere Angebote kennenzulernen.

- **Hebammen**
  www.hebammenliste-dadi.de
- **Alice-Hospital Darmstadt**
  Dieburger Str. 31, 64287 Darmstadt
  06151/40 20, info@alice-hospital.de
  www.die-geburtsklinik.de
- **Klinikum Darmstadt GmbH**
  Grafenstraße 9, 64283 Darmstadt
  info@mail.klinikum-darmstadt.de
  www.klinikum-darmstadt.de
- **Geburtshaus OSAN**
  Hauptstraße 34, 64342 Seeheim-Jugenheim
  06257/90 31 96 | Telefon Mo/Mi/Do 14:30 -17:30 Uhr
  info@geburtshaus-osan.de
  www.geburtshaus-osan.de
- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Was? Suchen Sie sich einen Rückbildungskurs, um Ihren Körper zu stärken und Kontakte zu knüpfen.
Wann? Ca. 6 bis 8 Wochen nach der Geburt
Wo? Hebammen, Geburtseinrichtungen und andere

Unterstützungsangebote

Frühe Hilfen Wissenschaftsstadt Darmstadt

Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“

Die Mitarbeiterinnen des Darmstädter Modells „Kinder schützen – Familien fördern“ begrüßen auf Wunsch alle Darmstädter Eltern mit einem Neugeborenen. Sie werden über alle wichtigen Themen informiert wie zum Beispiel, wo Sie andere Eltern mit Kindern treffen können oder wie die Vergabe eines Kitaplatzes funktioniert. Zudem erhalten Sie ein Willkommenspaket im Namen der Wissenschaftsstadt Darmstadt. Sie können abwarten, bis Sie einen Brief mit einem Terminvorschlag für diesen Begrüßungsbesuch in den ersten 3 Monaten nach der Geburt Ihres Babys erhalten oder direkt Kontakt aufnehmen. Die Mitarbeiterinnen haben ein offenes Ohr für all Ihre Fragen und Sorgen, die Sie in der ersten Zeit mit dem Baby haben. Wenn Sie das Gefühl haben, in dieser neuen Lebensphase etwas mehr Begleitung und Hilfe zu benötigen, dann können Sie kostenfreie Hilfen erhalten. Die Mitarbeiterinnen sind während des gesamten 1. Lebensjahres Ihres Kindes für Sie da.

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 32 10, kinderschuetzen@darmstadt.de
  www.schuetzenundfoerdern.de

Angebote der Frühen Hilfen können Ihrem Baby bei der Entwicklung helfen und Sie bei der Erziehung unterstützen.

Tipp: Allgemeine Informationen unter
www.fruehehilfen.de
www.elternsein.info

Netzwerkkoordination Frühe Hilfen

Sie als Eltern bei der Erziehung und Entwicklung Ihrer Babys zu unterstützen, ist die Aufgabe des Netzwerks der Frühen Hilfen. Um Sie und Ihre Familie optimal unterstützen zu können, arbeiten die Frühen Hilfen mit vielen Fachkräften und Institutionen aus unterschiedlichen Berufsrichtungen, die in dieser Broschüre aufgeführt sind, in einem Netzwerk zusammen. Diese Stellen sind ein Familienservice und beraten, versorgen, unterstützen Sie als werdende Eltern und junge Familien mit Kind/-ern bis zu 3 Jahren rund um das Familien-Dasein vor und nach der Geburt. Über die Netzwerk-Angebote und Projekte Früher Hilfen informiert Sie Ihre Netzwerkkoordinierungsstelle Frühe Hilfen.

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Netzwerkkoordination Frühe Hilfen
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 23, fruehe-hilfen@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

Beratungs- und Anlaufstellen für Familien

Beratung für den Familienalltag

Wenn ein Baby auf die Welt kommt, verändert sich das gesamte Familiengefüge, sei es das erste Kind oder ein weiteres. So groß die Freude auch sein mag, die Belastung steigt. Alle Familienmitglieder müssen sich anpassen und einen Beitrag leisten. Falls Ihre Familie aus der Balance gerät, Probleme auftauchen und die Belastung zu groß wird, stehen Ihnen verschiedene Beratungsstellen zur Verfügung.

Lassen Sie sich beraten, wenn Sie Probleme in der Familie nicht allein lösen können.

- **Allgemeine Lebensberatung, Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Die Beratungsstelle berät z.B. zu Themen „von der Partnerschaft zur Elternschaft“, Mutter- Vaterrolle, sowie zu rechtlichen und gesetzlichen Regelungen.
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/60 70 90, alb@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

- **Ehe-, Familien und Lebensberatung Darmstadt e.V.**
  Die Beratungsstelle unterstützt Sie u.a. bei Problemen in der Partnerschaft und Erziehungsfragen.
  Darmstraße 2, 64287 Darmstadt
  06151/42 55 41, info@eflb-da.de, www.eflb-da.de

- **Erziehungsberatung Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Beratung zu Erziehungsfragen und -schwierigkeiten, persönlichen und familiären Problemen aller Familienmitglieder.
  Julius-Reiber-Straße 39, 64293 Darmstadt
  06151/35 06 0, erziehungsberatung@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  In der Baby- und Kleinkindersprechstunde sowie in der Hotline für Schwangere und junge Familien werden Sie beim „Eltern werden“ beraten und begleitet.
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 30 30, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Städtischer Sozialdienst
  Der Städtische Sozialdienst bietet Ihnen Beratung, Unterstützung und Hilfe in besonderen Lebenslagen. Besondere Situationen im Alltag können zu Belastungen führen, die sich proble-

matisch auswirken. Zur besseren Bewältigung des Alltags, des Erziehungsverhalten oder zur Krisenbewältigung wird innerhalb des Beratungs- und Hilfeprozesses zwischen Ihnen und dem Sozialdienst erarbeitet, welche Hilfen im Rahmen des SGB VIII hilfreich für Sie und Ihre Familie sind.
Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
06151/13 27 25, staedt-sozialdienst@darmstadt.de
www.darmstadt.de

- **Der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.**
  Wenn Sie jemanden zum Reden brauchen, sich überlastet fühlen, bei häufigen Streitigkeiten wegen Ihrer Kinder, z.B. Wutausbrüchen und Kontrollverlust Ihren Kindern gegenüber.
  Holzhofallee 15, 64295 Darmstadt
  06151/36 04 15 0, info@dksb-darmstadt.de
  www.kinderschutzbund-darmstadt.de

- **pro familia Darmstadt**
  Die Beratungsstelle unterstützt Sie als (junges) Paar mit (kleinen) Kindern. Insbesondere, wenn das Elternwerden Ihre Paarbeziehung/Sexualität verändert hat.
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

Informationen und Wissen für Familien

- **Darmstadt-Wegweiser für Familien**
  Umfassendes Informationsportal für Darmstädter Familien, Facheinrichtungen und Firmen. Der Darmstadt-Wegweiser informiert auf über 200 Seiten über familienrelevante Themen und nennt Adressen und Anlaufstellen in Darmstadt.
  www.familien-willkommen.de

- **Der Familienatlas**
  Internet-Portal des Hessischen Sozialministeriums mit Übersicht aller Dienstleistungen und Angebote für Familien in Hessen. Service-Portal zu verschiedenen Themen des Alltags mit Kindern.
  www.familienatlas.de

- **Online-Handbuch für Familien**
  Portal des Staatsinstituts für Frühpädagogik zu Themen wie Kindererziehung, Partnerschaft und Familienbildung u.v.m.
  www.familienhandbuch.de

Informationen für Regenbogenfamilien

Wenn Sie in einer Regenbogenfamilie leben oder Informationen zu LSBTI–Themen suchen, für sich selbst oder andere Personen, die lesbisch, schwul, bisexuell, trans- und intergeschlechtlich sind, stehen Ihnen mehrere Informations- und Anlaufstellen zur Verfügung.

- **Regenbogenportal**
  Das Online-Portal des Bundesfamilienministeriums ist ein Wissensnetz zu gleichgeschlechtlichen Lebensweisen und geschlechtlicher Vielfalt. Sie erhalten dort Informationen und Materialien bspw. zu rechtlichen Rahmenbedingungen bei Kinderwunsch, bei der Anerkennung der Elternschaft oder bei Adoptionsverfahren.
  www.regenbogenportal.de

Informationsportale und Beratung vor Ort können Regenbogenfamilien bei der Klärung spezifischer Fragen helfen.

- **Informationsportale zum Thema Intersexualität**
  Intersexuelle Menschen e.V. www.im-ev.de
  OII Germany oiigermany.org

- **Info-Flyer für Eltern**
  „Weiblich? Männlich? - Ihr intergeschlechtliches Kind!“
  Das Bundesfamilienministerium hat in Kooperation mit „Queer leben – Inter* und Trans* Beratung“ eine Information für Eltern und Angehörige von Kindern mit angeborenen Variationen der Geschlechtsmerkmale herausgegeben. Der Flyer kann auf der Seite des Ministeriums heruntergeladen werden.
  www.bmfsfj.de – Suche „Weiblich? Männlich?“

- **vielbunt e.V. - Queeres Zentrum Darmstadt**
  Der Verein vielbunt bietet Beratung für alle, die Rat oder Unterstützung rund um LSBTI-Themen benötigen oder sich auch einfach nur aussprechen möchten. Für ein Beratungsgespräch steht Ihnen ein pädagogisches Team persönlich, per Telefon oder per E-Mail zur Verfügung.
  Kranichsteiner Straße 81, 64289 Darmstadt
  06151/97 15 63 2, info@vielbunt.org, www.vielbunt.org

Beratung für Eltern mit Behinderungen

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

- **pro familia Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

Mutter-Kind-Kur/Vater-Kind-Kur

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

- **Kurberatung Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg**
  Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt
  06151/92 61 15, muettergenesung@diakonie-darmstadt.de
  www.dw-darmstadt.de
- **AWO vita Kurberatung ZenJA Langen**
  www.zenja-langen.de
- **Kurberatung Südhessen**
  www.kurberatung-suedhessen.de

Fühlen Sie sich überfordert und kraftlos? Eine Kur kann helfen, wieder Energie zu tanken.

Formalitäten – Behörden

Anmeldung beim Standesamt vornehmen

Ihr Baby wird in der Regel von Ihrer Geburtsklinik auf dem Standesamt der Stadt bzw. Gemeinde angemeldet, in der es geboren wurde. Damit erhält es seine Geburtsurkunde. Wird Ihr Baby nicht von der Klinik angemeldet oder ist zuhause geboren, müssen Sie die Anmeldung beim Standesamt selbst vornehmen.
Sobald die Geburtsurkunde durch das zuständige Standesamt erstellt wurde, können Sie die Anträge für das Kindergeld, Elterngeld und für die Krankenkasse stellen. Die örtliche Anmeldung Ihres Babys beim Einwohnermeldeamt wird automatisch durch das Standesamt vorgenommen.

- **Standesamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Marktplatz 8, 64283 Darmstadt
  06151/13 27 64 (Geburten)
  06151/13 30 58 (Urkunden)
  standesamt@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

Benötigte Unterlagen:

- Geburtsanzeige der Geburtseinrichtung (wird direkt von der Geburtsklinik an das Standesamt übermittelt)
- Geburtsurkunden der Eltern
- Ausweispapiere der Eltern (Personalausweise, Reisepässe und Aufenthaltsdokumente)
- Heiratsurkunde der Eltern (sofern verheiratet)

Zusätzlich wenn nicht verheiratet:

- Ggf. Vaterschaftsanerkennung, Sorgeerklärung

Was? Wenn Ihr Baby nicht durch die Geburtsklinik angemeldet wurde, müssen Sie die Anmeldung machen.
Wann? Nach 7 Tagen bei Direktanmeldung durch Eltern
Wo? Standesamt

Wichtig: Amtliche Dokumente wie z.B. Geburtsurkunden müssen immer in deutscher oder englischer Sprache vorliegen, ansonsten brauchen Sie eine Übersetzung!

Wenn Kindesmutter geschieden:
Heiratsurkunde und Scheidungsurteil

Bei weiteren gemeinsamen Kindern:
Die Geburtsurkunden der Kinder

Bei unverheirateten Eltern kann das Kind nur dann den Familiennamen des Vaters erhalten, wenn die Eltern eine Sorgeerklärung (nur beim Jugendamt oder Notar möglich) oder eine Namenserteilung beim Standesamt abgegeben haben (persönliche Vorsprache beider Eltern notwendig).

Kind bei der Meldebehörde anmelden (Einwohnermeldeamt)

Die Anmeldung erfolgt automatisch durch das Standesamt der Wissenschaftsstadt Darmstadt für alle in Darmstadt gemeldeten Bürgerinnen und Bürger. Wenn Ihr Kind in einem anderen Ort als Darmstadt geboren wurde, Sie aber in Darmstadt wohnen, teilt das Standesamt des Geburtsortes die Geburt ebenfalls automatisch der Meldebehörde mit. Sie müssen Ihr Kind daher dort nicht anmelden.
Ist Ihr Kind im Ausland geboren und Sie sind in Deutschland gemeldet, muss Ihr Kind mit der Original-Geburtsurkunde bei der Meldebehörde angemeldet werden.

Benötigte Unterlagen:
- Geburtsurkunde des Kindes
- Personalausweise der Eltern

Was? Ist Ihr Baby im Ausland geboren, müssen Sie es selbst anmelden. Ansonsten erfolgt die Anmeldung automatisch.
Wann? Bei Bedarf
Wo? Meldebehörde Ihres Wohnortes

Kinderreisepass ausstellen lassen

Bei Reisen ins Ausland müssen Kinder von Geburt an über ein gültiges Reisedokument verfügen. Beachten Sie bitte die jeweiligen Einreisebestimmungen des Landes.

Benötigte Unterlagen:

- Passbild des Kindes
- Geburtsurkunde
- Personalausweise der Eltern
- Falls nur ein Elternteil anwesend sein kann, Einverständniserklärung des abwesenden Elternteils
- ggf. Sorgeerklärung

Was? Lassen Sie für Ihr Baby einen Kinderreisepass ausstellen.
Wann? Bei Bedarf
Wo? Einwohnermeldeamt (Bürger- und Ordnungsamt Abt. Einwohnerwesen)

Kinderbetreuung suchen

Die Suche nach einer Kinderbetreuung ist abhängig davon, wie Sie in Ihrer Familie Erwerbs- und Familienarbeit aufgeteilt haben. Wenn Kinderbetreuung notwendig wird, ist es ratsam, sich frühzeitig darum zu kümmern. In den ersten 3 Lebensjahren Ihres Kindes haben Sie die Möglichkeit, es in einer Krippe oder bei einer Tagespflegeperson (Tagesmutter oder Tagesvater) betreuen zu lassen (Unter-3-Bereich). Ab dem vollendeten 3. Lebensjahr wird Ihr Kind im Kindergarten betreut (Über-3-Bereich). Einen Rechtsanspruch auf Kinderbetreuung haben Sie ab dem vollendeten 1. Lebensjahr. Es gibt Kitas von städtischen, kirchlichen und freien Trägern.

Was? Kümmern Sie sich rechtzeitig um einen Kinderbetreuungsplatz.
Wann? Anmeldung erst nach der Geburt und 1 Jahr vor Aufnahmewunsch möglich
Wo? Online-Portal kinderbetreuung.darmstadt.de

Kinderbetreuungsportal

Darmstadt bietet ein Kinderbetreuungsportal mit einer Übersicht über sämtliche Kinderbetreuungsangebote: Krippen,Tagespflegepersonen, Kindergärten und Schulkindbetreuung.

Über die Suche kann gezielt nach Einrichtungen gesucht werden. Das Portal bietet Informationen über Lage, Besonderheiten der Einrichtungen, freie Plätze und die Möglichkeit, das Kind direkt online bei mindestens 3 Einrichtungen anzumelden oder auf die Warteliste zu setzen.

Anmeldung

Die Anmeldung zu allen auf dem Portal gelisteten Betreuungsplätzen erfolgt grundsätzlich über das Online-Verfahren. Für die Anmeldung in eine Krippe (U3) in städtischer Trägerschaft ist eine zusätzliche schriftliche Anmeldung nötig. Das Anmeldeformular kann auf der Darmstadt-Homepage heruntergeladen werden www.darmstadt.de/kinderbetreuung

Platzvergabe

Die Betreuungsplatzvergabe in städtischen Krippen (U3), wird über das Jugendamt, Abteilung Kinderbetreuung vorgenommen. Tagespflegepersonen sind einer Betreuungseinrichtung gleichgestellt und werden bei der Platzvergabe mit herangezogen. Die Vergabe aller anderen Betreuungsplätze: Kindergärten und Schulkind-Betreuung in städtischer Trägerschaft, sowie alle Betreuungsplätze bei freien Trägern, erfolgt eigenständig durch die jeweilige Leitung der Einrichtung nach deren Vergabekriterien.

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Kinderbetreuung
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 24 69, kinderbetreuung@darmstadt.de
  www.darmstadt.de/kinderbetreuung

Babysitter/Babysitterin

Wenn Sie eine stundenweise Betreuung am Nachmittag, Abend oder am Wochenende suchen, ist Babysitting eine gute Möglichkeit.

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Babysittervermittlung
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 30 30 (Mo bis Fr 8:00 – 12:00 Uhr),
  fbs@darmstadt.de, www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.**
  Babysittervermittlung
  Holzhofallee 15, 64295 Darmstadt
  06151/36 04 19 0 (Sprechzeiten: Babysitter-Vermittlungsdienst Mi 14:30–17:00 Uhr), babysitter@dksb-darmstadt.de
  www.kinderschutzbund-darmstadt.de

Was? Für eine (stundenweise) Betreuung Ihres Babys zu Hause gibt es mehrere Möglichkeiten.
Wann? Bei Bedarf
Wo? Babysitter, Au-pair

Au-pair

Sie suchen für die Betreuung Ihres Kindes/Ihrer Kinder ein Au-pair? Dabei ist einiges zu beachten. Besonders wichtig ist, sich eine zertifizierte Vermittlungsagentur zu suchen, die seriös arbeitet.

- **Mehr Info - Darmstadt-Wegweiser für Familien**
  www.familien-willkommen.de/Au-pair

Finanzen

Kindergeld beantragen

Einen Anspruch auf Kindergeld haben alle Kinder ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres. Dies 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? Sobald wie möglich
Wo? Jeweilige Familienkasse

- **Familienkasse Hessen**
  Groß-Gerauer Weg 7, 64295 Darmstadt
  familienkasse-hessen@arbeitsagentur.de
  www.arbeitsagentur.de – Suche „Kindergeld beantragen“
  Anträge: www.familienkasse.de
  Fragen zu Kindergeld/Kinderzuschlag: 0800/45 55 53 0
  Fragen zu den Auszahlungsterminen: 0800/45 55 53 3

Benötigte Unterlagen:

- Geburtsurkunde
- Steuerliche Identifikationsnummer

Zuschlag zum Kindergeld beantragen

Der Kinderzuschlag (KiZ) ist eine Ergänzung zum Kindergeld, wenn Sie ein geringes Einkommen haben. Er öffnet auch den Zugang zur Kita-Gebührenbefreiung und die Inanspruchnahme des Bildungs- und Teilhabepaketes. Sie können online in wenigen Schritten prüfen, ob ein Anspruch besteht sowie einen Antrag stellen. Ihre Fragen können Sie per (terminierter) Videoberatung klären.

Was? Prüfen Sie, ob Ihnen der Zuschlag zum Kindergeld zusteht.
Wann? Bei Bedarf ab der Geburt, nach der Antragsbewilligung von Kindergeld
Wo? Jeweilige Familienkasse

- **Familienkasse Hessen**
  Groß-Gerauer Weg 7, 64295 Darmstadt
  Fragen zu Kindergeld/Kinderzuschlag -
  0800/45 55 530
  Fragen zu den Auszahlungsterminen -
  0800/45 55 533
  familienkasse-hessen@arbeitsagentur.de
  www.familienkasse.de bzw. www.kinderzuschlag.de

Benötigte Unterlagen:
Ihr Einkommensnachweis

Elterngeld/ElterngeldPlus beantragen

Elterngeld und Elternzeit bieten Eltern eine Möglichkeit, nach der Geburt eines Kindes zeitweise nicht oder weniger zu arbeiten. Das Elterngeld schafft einen finanziellen Ausgleich für die Unterbrechung oder Reduzierung ihrer Erwerbstätigkeit. Anspruch auf Elterngeld haben Arbeitnehmerinnen/Arbeitnehmer, Beamte, Selbständige, erwerbslose Elternteile, Studierende und Auszubildende, wenn sie ihr Kind selbst betreuen, mit dem Kind in einem Haushalt leben, ihren Wohnsitz in Deutschland haben, nicht oder höchstens 30 Wochenstunden arbeiten.
Es gibt 3 Varianten: das Basiselterngeld, ElterngeldPlus und den Partnerschaftsbonus. Alle 3 Varianten können miteinander kombiniert werden. Die Höhe des Elterngelds beträgt mindestens 300 Euro, maximal 1.800 Euro.

Wieviel Elterngeld Sie erwarten können, ist abhängig von Ihrer persönlichen Lebenssituation und von der Elterngeld-Variante, für die Sie sich entscheiden. Idealerweise haben Sie diese Fra-

Was? Stellen Sie den Antrag auf Elterngeld.
Wann? Nach der Geburt sobald wie möglich, ab Antragstellung wird das Elterngeld nur 3 Monate rückwirkend gezahlt.
Wo? Elterngeldstelle, Anträge bei der Elterngeldstelle vor Ort oder unter www.elterngeld.hessen.de

gen in der Schwangerschaft geklärt und den Antrag schon vorbereitet. Jetzt müssen Sie dem Antrag nur noch die Geburtsurkunde hinzufügen und können das Elterngeld beantragen.

- **Hessisches Amt für Versorgung und Soziales | Elterngeldstelle**
  Schottener Weg 3 (am Messplatz), 64289 Darmstadt
  06151/73 80
  poststelle@havs-dar.hessen.de
  Online-Antrag www.elterngeld.hessen.de
  Nach vorheriger Terminabsprache berät die Stelle zu all Ihren Fragen rund um diese Leistung.

- **Infoportale**
  Familienportal www.familienportal.de/elterngeld
  Elterngeldrechner www.familienportal.de –
  Suche „Elterngeldrechner“
  Elterngeld Hessen www.mffjiv.rlp.de

Wohngeld beantragen

Wohngeld ist ein staatlicher Zuschuss zu den Wohnkosten und kann beantragt werden entweder als Mietzuschuss für Mieterinnen/Mieter von Wohnraum oder als Lastenzuschuss für Eigentümerinnen/Eigentümer von selbst genutzten Wohnraum.

- **Amt für Wohnungswesen Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Wohngeld
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 27 93, wohnungsamt@darmstadt.de
  Informationen zum Wohngeld und Antrag
  www.darmstadt.de

Was? Prüfen Sie, ob Ihnen Wohngeld zusteht.
Wann? Wenn Ihr Einkommen nicht ausreicht, um die Kosten für Ihren Wohnraum zu tragen.
Wo? Wohngeldstelle

Tipp: Wohngeldrechner des Bundesministeriums
www.bmi.bund.de –
Suche „Wohngeldrechner“

Unterhaltsvorschuss beantragen

Wenn Sie Ihr Kind allein erziehen und nicht (wieder-) verheiratet sind, besteht unter bestimmten Voraussetzungen ein Anspruch auf Unterhaltsvorschuss. Der Unterhaltvorschuss soll Sie unterstützen, wenn Sie von dem anderen Elternteil keinen, unregelmäßig oder zu wenig Unterhalt für Ihr gemeinsames Kind erhalten.

Was? Klären Sie, ob Ihnen ein Zuschuss zum Unterhalt für Ihr Kind zusteht.
Wann? Bei Bedarf
Wo? Unterhaltsvorschusskasse

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Wirtschaftliche Jugendhilfe - Unterhaltsvorschusskasse
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 24 79, unterhaltsvorschusskasse@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

Benötigte Unterlagen:

- Gültiges Ausweisdokument vom Elternteil, in dessen Obhut sich das Kind befindet
- Geburtsurkunde des Kindes
- Vaterschaftsanerkennung
- Bei geschiedenen Eltern Scheidungsurteil bzw. Nachweis über das Getrenntleben
- Unterhaltstitel (sofern vorhanden)

Ermäßigung Kinderbetreuungskosten beantragen

Die Betreuung eines Kindes (vom vollendeten 3. Lebensjahr an) bis zu 30 Stunden in der Woche ist in Hessen kostenfrei. Unter bestimmten Voraussetzungen können Eltern für die restlichen Kosten einen Antrag auf Freistellung/Ermäßigung des Beitrags stellen. Dies gilt für alle Betreuungsangebote.

Was? Prüfen Sie, ob Ihnen ein Zuschuss oder die Übernahme der Kinderbetreuungskosten zusteht.
Wann? Bei Bedarf
Wo? Jugendamt

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Wirtschaftliche Jugendhilfe
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 37 82 oder 06151/13 21 71
  jugendamt@darmstadt.de, www.darmstadt.de

Benötigte Unterlagen:

- Antrag auf Kostenübernahme
- Beitragsbestätigung Kindertagesstätte
- Nachweis, dass Kinderbetreuung nötig ist (z.B. Arbeitsvertrag), wenn Betreuungsumfang den Grundanspruch übersteigt
- Nachweise über Einkommen und Aufwendungen
- Aktueller Bescheid über Sozialleistungen
- Oder Belege aller Einkünfte der letzten 3 Monate sowie der Sonderzahlungen
- Nachweise über Werbungskosten, Kosten der Unterkunft, Ausgaben für Versicherungen, besondere Belastungen
- Einkommensunterlagen bei Selbständigen

Anspruch auf zusätzliche Leistungen prüfen

Wenn Sie/Ihr Kind staatliche Unterhaltsleistungen erhalten, haben Sie eventuell zusätzlich einen Anspruch auf weitere finanzielle Hilfeleistungen.

- **Leistung für Bildung und Teilhabe**
  Ihre Kinder erhalten damit Unterstützung zur Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben z.B. für Angebote in Sportvereinen oder auch PEKIP-Kurse. Berechtigt sind Kinder und Jugendliche, für die Wohngeld und Kinderzuschlag gezahlt wird bzw. die Leistungen nach dem SGB II, dem SGB XII oder AsylbLG erhalten.

Was? Prüfen Sie, ob Ihnen zusätzliche Leistungen zur Verfügung stehen und nutzen Sie diese.
Wann? Bei Bedarf
Wo? Genannte Stellen

Nähere Informationen und Anträge:
www.darmstadt.de

- **Teilhabecard Darmstadt**
  Die Teilhabecard ist ein Angebot für Darmstädterinnen und Darmstädter, die Leistungen nach dem SGB II, SGB XII, AylbLG oder WoG beziehen sowie Kinder und Jugendliche aus kinderreichen Familien und Seniorinnen/Senioren. Sie gewährt Preisnachlässe und kostenfreien Eintritt in zahlreiche kulturelle Einrichtungen sowie zu Freizeitangeboten in Darmstadt.
  Nähere Informationen und Anträge:
  www.darmstadt.de/teilhabecard

- **Sozialticket**
  Das Sozialticket ist eine vergünstigte 9-Uhr-Monatskarte zur Nutzung des ÖPNV im Stadtgebiet Darmstadt. Darmstädter Bürgerinnen und Bürger, die Leistungen nach dem SGB II, SGB XII, AylbLG erhalten, können einen Antrag stellen.
  Nähere Information: 06151/13 31 79
  sozialticket@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

- **Verhütungsmittelfonds**
  Wenn Sie Leistungen nach dem SGB II, SGB XII und AsylbLG beziehen und in Darmstadt wohnen, können Sie unter bestimmten Voraussetzungen einen finanziellen Zuschuss für die Kosten von Verhütungsmitteln beantragen. Sie erhalten diese Leistung bei den Schwangerschaftsberatungsstellen des Caritasverbands Darmstadt e.V., Diakonischen Werks Darmstadt-Dieburg und donum vitae e.V. (Kontaktdaten siehe Seite 13)

Leben mit dem Baby/als Familie

Angebote für Mütter/Familien

In Gruppen und Kursen können Sie viele nützliche Tipps erhalten, andere Mütter und Väter kennenlernen und sich mit diesen austauschen. In der Regel werden diese Kurse von einer Fachkraft geleitet.

Es gibt eine Reihe von Angeboten, die Ihnen helfen, sich in die neue (familiäre) Lebenssituation einzufinden und diese gut zu gestalten.

Stillgruppen/Stillsprechstunde

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 30 30, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Mehrgenerationenhaus Darmstadt**
  Julius-Reiber-Straße 22, 64293 Darmstadt
  06151/29 52 00, stillen@mgh-da.de
  www.mehrgenerationenhaus-darmstadt.de

Eltern-Kind-Gruppen

- **Drop In(klusive) Offene Treffs für Eltern mit Babys**
  www.kkstiftung.de

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Mehrgenerationenhaus Darmstadt**
  Julius-Reiber-Straße 22, 64293 Darmstadt
  06151/29 52 00, Schreib.ans@mgh-da.de
  www.mehrgenerationenhaus-darmstadt.de

- **Menschenskinder e.V.**
  Siemensstraße 3a, 64289 Darmstadt
  06151/36 04 59 5, projekt@menschenskinder-darmstadt.de
  www.menschenskinder-darmstadt.de

- **Mobile Praxis gem. GmbH**
  Eschelkopfweg 8, 64297 Darmstadt
  06151/50 43 99 2
  info@mobilepraxis.net

Großeltern/Eltern-Kinder-Kurse

- **Der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.**
  Holzhofallee 15, 64295 Darmstadt
  06151/36 04 15 0, info@dksb-darmstadt.de
  www.kinderschutzbund-darmstadt.de

- **pro familia Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de

Angebote für Väter

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de
- **Papapool - Väterangebote in der Region**
  www.papapool.de

Besondere Situationen - Notlagen - Krisen

Sternenkind - die Wiege bleibt leer

Ihr Baby ist verstorben. Ihr Schmerz ist groß. Folgende Stellen begleiten Sie in Ihrer Trauer.

Lassen Sie sich in Ihrer Trauer um Ihr Baby trösten und begleiten.

- **Schwangerschaftsberatungsstellen – siehe unten**
  (außer Ehe-, Familien- und Lebensberatung)
- **Klinikseelsorge Ihrer Geburtsklinik**
- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 09, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de
- **Mehr Info - Darmstadt-Wegweiser für Familien**
  Weitere Beratungs- und Unterstützungsangebote sowie Gruppenangebote zum Thema Trauer
  www.familien-willkommen.de/Trauer

Schwierige Geburt

Wenn Sie belastende Erfahrungen während der Geburt (wie bspw. nach dem Kaiserschnitt) zu verkraften haben, dann können Sie sich an folgende Stellen wenden.

Suchen Sie sich Hilfe, wenn Sie oder Ihr Baby bei der Geburt große Probleme hatten.

Schwangerschaftsberatungsstellen:

- **Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg**
  Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt
  06151/92 60, schwanger@diakonie-darmstadt.de
  www.diakonie-darmstadt.de

- **donum vitae e.V.**
  Bismarckstraße 45, 64293 Darmstadt
  06151/27 93 94 1
  beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de
  www.dvdarmstadt.de

- **Ehe-, Familien und Lebensberatung Darmstadt e.V.**
  Darmstraße 2, 64287 Darmstadt
  06151/42 55 41, info@eflb-da.de, www.eflb-da.de

- **Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90, alb@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

- **pro familia Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 30 30, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

Baby (zu) früh geboren

Ist Ihr Baby (zu) früh geboren und braucht besondere Pflege und Aufmerksamkeit? Fühlen Sie sich als Mutter oder Vater erschöpft von der anstrengenden Zeit? Nach dem Aufenthalt in der Klinik gibt es weitere Unterstützung für Sie.

Sprechstunde für Früh- und Risikoneugeborene
Nachsorgesprechstunde des südhessischen Perinatalzentrums mit Neonatologen.

- **Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) der Darmstädter Kinderkliniken Prinzessin Margaret**
  Dieburger Straße 31, 64287 Darmstadt
  06151/40 23 202 (Termine nur nach Vereinbarung und auf Überweisung der Kinderärztin/des Kinderarztes möglich)
  spz@kinderkliniken.de
  www.kinderkliniken.de

Angebote Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt

Gesprächskreis „Früher Start ins Leben“
Kursangebot für Frühchen-Eltern unter fachlicher Begleitung zum Austausch mit anderen in ähnlicher Situation.
06151/13 32 12

Babysprechstunde
Persönliche Beratung, Unterstützung und Begleitung.
06151/13 30 30 (Mo bis Fr 8:30 – 11:30 Uhr)

Integrative Eltern-Kind-Gruppe
Gruppe für Eltern mit entwicklungsverzögerten, behinderten und nicht behinderten Kindern.
06151/13 30 88

Lassen Sie sich als Eltern von frühgeborenen Babys unterstützen.

Infos: Bundesverband „Das frühgeborene Kind“ e.V.
Hotline:
0800/87 58 77 0 oder
069/58 70 09 90
info@fruehgeborene.de
www.fruehgeborene.de

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  fbs@darmstadt.de, www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Elterngruppe PriMa-Frühchen im Mehrgenerationenhaus**
  Halbjährlicher Treff für Eltern von Frühchen (Frühjahr/Herbst) zum gemeinsamen Früh(chen)stück mit Kind und Kegel
  06151/29 52 00, schreib.ans@mgh-da.de, Termine finden www.mgh-da.de

Unruhiges Baby/Schreibaby

Beratung und Unterstützung für Ihren Alltag

- **Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“**
  Beratung und konkrete Unterstützung für Ihren Alltag.
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 32 10, kinderschuetzen@darmstadt.de
  www.schuetzenundfoerdern.de

- **Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  In der Baby- und Kleinkindersprechstunde erhalten Sie Beratung und Unterstützung.
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06115/13 32 12 oder 06151/13 30 32, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

- **SchreiBabyAmbulanz – Darmstadt**
  Begleitung und emotionale Unterstützung
  Siemensstraße 3a, 64289 Darmstadt
  Krisentelefon: 0151/16 52 80 65, 06151/36 04 59 7
  info@menschenskinder-darmstadt.de
  www.menschenskinder-darmstadt.de

Tipps/Infos: Umgang mit Ihrem Baby/Informationen über das frühkindliche Schreien
www.fruehehilfen.de – Suche „Schütteltrauma“

Beratung, Diagnose, Therapie

- **Darmstädter Kinderkliniken Prinzessin Margaret**
  Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)
  Das Team des SPZ erkennt und behandelt frühkindliche Regulationsstörungen sowie Bindungsstörungen.
  Dieburger Straße 31, 64287 Darmstadt
  06151/40 23 20 2 (Termine nur nach Vereinbarung und auf Überweisung der Kinderärztin/des Kinderarztes)
  spz@kinderkliniken.de, www.kinderkliniken.de

- **Baby-Ambulanz Anna-Freud-Institut Frankfurt e.V.**
  Die Ambulanz hilft Ihnen und Ihrem schreienden und schwer zu beruhigenden Baby. Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen.
  Anna-Freud-Institut Frankfurt e.V.
  Analytische Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie
  Myliusstraße 20, 60323 Frankfurt/Main
  069/72 14 45, sekretariat@anna-freud-institut.de
  www.anna-freud-institut.de

Baby chronisch krank oder krebskrank

Wenn Ihr Baby an einer Krebs- oder chronischen Erkrankung leidet oder von einer Entwicklungsverzögerung betroffen ist, haben Sie die Möglichkeit, sich individuelle Hilfe und emotionalen Beistand zu holen.

- **Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder e.V.**
  Der Verein unterstützt Sie als gesamte Familie im psychosozialen und finanziellen Bereich. Sie werden beraten und begleitet beim Umgang mit der veränderten Lebenssituation und der Erkrankung.
  Heinrichwingertsweg 17, 64285 Darmstadt
  06151/25 396, verein@krebskranke-kinder-darmstadt.de
  www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

Baby geistig oder körperlich beeinträchtigt oder behindert

Wenn Ihr Baby von einer Entwicklungsverzögerung oder geistigen oder körperlichen Behinderung betroffen ist, haben Sie die Möglichkeit sich individuelle Hilfe und emotionalen Beistand zu holen.

Beratung, Diagnose, Therapie

- **Frühberatungsstelle, Caritasverband Darmstadt e.V.**
  Die Frühberatungsstelle ist für entwicklungsgefährdete Kinder und deren Familien da. Sie werden ab der Geburt Ihres Babys beraten und unterstützt und können unter bestimmten Voraussetzungen therapeutische oder heilpädagogische Angebote wahrnehmen.
  Schwarzer Weg 14a, 64287 Darmstadt
  06151/66 96 80, fruehberatung@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

Ihr Baby ist krank oder hat eine Behinderung? Suchen Sie sich Hilfe für sich und Ihr Baby.

- **Darmstädter Kinderkliniken Prinzessin Margaret**
  Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)
  Mit einer Überweisung der Kinderärztin/des Kinderarztes bietet Ihnen das SPZ interdisziplinäre Diagnose und Therapie von Kindern mit Entwicklungsstörungen und neurologischen Erkrankungen. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten.
  Dieburger Straße 31, 64287 Darmstadt
  06151/40 23 20 2 (Termine nur nach Vereinbarung)
  spz@kinderkliniken.de, www.kinderkliniken.de

Beratung, Unterstützung

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Eingliederungshilfe
  Sie werden ab der Geburt Ihres Babys beraten und unterstützt, auch bei Fragen zur Förderung und Betreuung Ihres Kindes wie bspw. Integrationsplätze in Kitas, Wohnungshilfen (behindertengerechter Umbau).
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 23 96
  Jugendamt-eingliederungshilfe@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

Familienentlastende, Familien unterstützende Dienste

Familienentlastende/Familien unterstützende Dienste bieten Ihnen als Eltern von Kindern mit unterschiedlichen Behinderungen Hilfe an. Bspw. durch telefonische und persönliche Beratung, durch Vermittlung von Betreuungsangeboten im häuslichen Umfeld oder in außerhäuslichen Räumen sowie durch Hilfe und Beratung bei pflegerischen Tätigkeiten.

Infos: www.familienratgeber.de
Der Familienratgeber der Aktion Mensch e.V. ist ein Internetportal, für Menschen mit Behinderungen und ihre Familien.

- **Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung**
  Ortsverein Darmstadt e.V.
  Mauerstraße 7
  64289 Darmstadt
  06151/71 27 87, Fed-lebenshilfe-darmstadt@t-online.de
  www.lebenshilfe-darmstadt.de

- **Nieder-Ramstädter Diakonie**
  Familien unterstützender Dienst (FuD)
  Dornwegshöhstraße 2, 64367 Mühltal
  06151/14 94 20 1, heike.rittiger@nrd.de, www.nrd.de

- **Mehr Info - Darmstadt-Wegweiser für Familien**
  (Eltern-) Selbsthilfegruppen zu Behinderung und Krankheit
  www.familien-willkommen.de/Selbsthilfegruppen

Mehrlinge

Bestenfalls haben Sie sich bereits in der Schwangerschaft ein Netzwerk mit unterstützenden Personen geschaffen und können nun darauf zurückgreifen. Neben der eigenen Familie, Freunden, Hilfe aus der Nachbarschaft gibt es auch Fachkräfte und -Dienste, die helfen können. Zudem können Sie Ihren Anspruch auf zusätzliche finanzielle Förderung prüfen.

Unterstützung im Haushalt

- **Haushaltshilfe durch die Krankenkasse**
  Unter bestimmten Umständen besteht ein Anspruch auf eine von der Krankenkasse bezahlte Haushaltshilfe für die ersten 6 Wochen mit den Babys.

Unterstützung und Beratung im Alltag

- **Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 3210, kinderschuetzen@darmstadt.de
  www.schuetzenundfoerdern.de

Informationen – Austausch – Förderung für Mehrlingseltern

- **„Mehrlingstreff“ Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 2509, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de
- **ABC-Club e.V. – Internationale Drillings- und Mehrlingsinitiative**
  Schuhstraße 4, 30159 Hannover
  0511/21 51 945, abc-club@t-online.de, www.abc-club.de
- **Verband kinderreicher Familien Deutschland e.V. (KRFD)**
  Korschenbroicher-Str. 83, 41065 Mönchengladbach
  02161/30 30 953, www.kinderreichefamilien.de

Finanzielle Förderung für Eltern ab Drillingen

- **Ehrenpatenschaft durch den Hessischen Ministerpräsidenten**
  Der Antrag kann online gestellt werden.
  www.service.hessen.de – Suche „Drillinge“
- **Teilhabecard Darmstadt**
  Die Teilhabecard gewährt kinderreichen Familien Preisnachlässe und kostenfreien Eintritt in zahlreiche kulturelle Einrichtungen sowie zu Freizeitangeboten in Darmstadt. Nähere Information und Anträge unter
  www.darmstadt.de

Suchen Sie sich ein Netzwerk neben Ihrer Familie. Wer aus dem Freundes-, Bekanntenkreis oder aus der Nachbarschaft könnte Sie unterstützen?

Seelische Krise | Wochenbettdepression

Wenn Sie sich nicht gut, ausgelaugt, traurig oder abgestumpft fühlen und Sie sich gar nicht über Ihr Baby freuen können, könnten das Anzeichen einer seelischen Krise oder Wochenbettdepression sein.

- **Schatten & Licht e.V.**
  Der Verein Schatten und Licht hilft Ihnen telefonisch bei einer psychischen Krise rund um die Geburt, bei peripartalen Depression und vermittelt Ihnen Kontakte zu Selbsthilfegruppen, Fachkräften und Betroffenen.
  08293/96 58 64, www.schatten-und-licht.de

- **Psychiatrischer Notdienst Darmstadt e.V.**
  Der Psychiatrische Notdienst Darmstadt berät Betroffene und Angehörige in psychischen Krisen (auf Wunsch auch anonym). Er steht dann zur Verfügung, wenn andere Dienste und Beratungsstellen geschlossen sind. Das Team des Not- und Krisendienstes berät Sie am Telefon und kann nach vorheriger telefonischer Absprache aufgesucht werden. Im Notfall ist ein Hausbesuch möglich.
  06151/15 94 90 0, Freitag, Samstag, Sonn- und Feiertag von 18:00 bis 23:00 Uhr, www.psychiatrischer-notdienst.de

Sprechen Sie darüber, wenn Sie „in ein Loch gefallen“ und übermäßig traurig sind. Eine vertraute Person, Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt, Ihre Hebamme oder professionelle Beratung kann Ihnen helfen.

Baby im Studium

Wenn Sie während des Studiums ungeplant Mutter oder Vater geworden sind und Unterstützung benötigen, um diese Situation zu bewältigen, können Sie sich an verschiedene Anlaufstellen wenden.

Siehe „Familiengründung und Beruf/Studium“ – Seite 20

Familiäre Krisensituationen

Eine Trennung/Scheidung steht im Raum oder Sie wurden verlassen? Als alleinerziehende Mutter, alleinerziehender Vater sind Sie stark belastet? In einer solchen oder anderen schwierigen Situation, können Sie sich an folgende Stellen wenden:

Beratung

- **Erziehungsberatung Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Julius-Reiber-Straße 39, 64293 Darmstadt
  06151/35 060, erziehungsberatung@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.**
  Holzhofallee 15, 64295 Darmstadt
  06151/3 60 41 50, info@dksb-darmstadt.de
  www.kinderschutzbund-darmstadt.de

Schwierige Zeiten zu Hause? Vielleicht sind Sie allein oder es gibt oft Streit? Suchen Sie sich Unterstützung.

Schwangerschaftsberatungsstellen bzw. zugehörige Beratungsstellen:

- **Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg**
  Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt
  06151/92 60, schwanger@diakonie-darmstadt.de
  www.diakonie-darmstadt.de

- **donum vitae e.V.**
  Bismarckstraße 45, 64293 Darmstadt
  06151/27 93 94 1
  beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de
  www.dvdarmstadt.de

- **Ehe-, Familien und Lebensberatung Darmstadt e.V.**
  Darmstraße 2, 64287 Darmstadt
  06151/42 55 41, info@eflb-da.de, www.eflb-da.de

- **Caritaszentrum Pallaswiesen-/Morneweg**
  Feldbergstraße 27, 64293 Darmstadt
  06151/62 70 90, alb@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

- **pro familia Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de
  www.profamilia.de/darmstadt

Unterstützung für werdende Eltern

- **Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“**
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 32 10, kinderschuetzen@darmstadt.de
  www.schuetzenundfoerdern.de

Hotlines

- **Hotline für werdende Eltern**
  Familienzentrum Wissenschaftsstadt Darmstadt
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 30 32, fbs@darmstadt.de
  www.familienzentrum-darmstadt.de

- **Eltern-Stress-Telefon**
  Der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.
  Holzhofallee 15, 64295 Darmstadt
  06151/36 04 15 0
  Sprechzeiten: Di 10:00 – 12:00 Uhr, Do 14:00 – 16:00 Uhr
  info@dksb-darmstadt.de
  www.kinderschutzbund-darmstadt.de

Akute Notlagen

Hilfe für Familien

Wenn Sie sich in einer akuten Krise/Notlage befinden, haben Sie durch den Städtischen Sozialdienst des Jugendamtes die Möglichkeit, zeitnah konkrete Hilfe zu erhalten und im Sinne des Kindeswohls tragbare Entscheidungen zu treffen. Sollten Sie in Sorge bezüglich anderer Kinder sein, können Sie hier Ihre Gedanken mitteilen, wenn erforderlich auch anonym.

- **Jugendamt Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Städtischer Sozialdienst
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 27 25, staedt-sozialdienst@darmstadt.de
  www.darmstadt.de

Ihr eigenes oder ein anderes Kind befindet sich in einer akuten (familiären) Notlage? Holen Sie Hilfe!

Finanzielle Probleme

Überschuldung - Miet- und Energieschulden
Als überschuldete Person und/oder Person mit Miet- und Energieschulden erhalten Sie Hilfe durch ein gezieltes Beratungsangebot. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.

- **Amt für Soziales und Prävention Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Schuldnerberatung und Wohnungssicherung
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 25 29 (Terminvereinbarung nach Absprache)

Wenn Sie Schulden haben und das Geld nicht reicht, können Sie Rat und Unterstützung bekommen.

Sozialhilfe - Hilfe zum Lebensunterhalt
Sozialhilfe ist eine Gewährung von Hilfe zum Lebensunterhalt und in besonderen Lebenslagen nach den Bestimmungen des Sozialgesetzbuches, (SGB XII) an bedürftige Bürgerinnen

und Bürger. Wirtschaftliche Bedürftigkeit muss nachgewiesen werden.

- **Amt für Soziales und Prävention Wissenschaftsstadt Darmstadt**
  Abteilung Soziale Hilfen
  Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt
  06151/13 40 53 | 13 25 03 | 13 24 09 | 13 36 78

Suchtmittelabhängigkeit

Wenn Sie als Mutter oder Ihre Partnerin/Ihr Partner abhängig von Alkohol, Medikamenten oder anderen Drogen sind, können Sie Unterstützung erhalten, um das Wohl des Babys zu sichern. In den folgenden Beratungsstellen erhalten Sie u.a. Informationen, Begleitung und Beratung für Betroffene und Angehörige.

Sie kommen nicht von Drogen, Medikamenten oder Alkohol los? Wenn Sie wieder ohne die Sucht leben wollen, können Sie sich Hilfe holen.

- **„Fitkids“ - Hilfen für Eltern und Kinder aus suchtbelasteten Familien**
  Diakonisches Werk Darmstadt - Drogenhilfe „scentral“
  Schleiermacherstraße 15, 64283 Darmstadt
  Andrea Lieberum 06151/36 05 33 3
  Heike Reineke 06151/36 05 33 4
  fitkids@dw-darmstadt.de, www.dw-darmstadt.de
- **Beratungsstelle für Suchtfragen - Diakonisches Werk Darmstadt**
  Kiesstraße 14, 64283 Darmstadt
  06151/92 60, suchtberatung@diakonie-darmstadt.de
  www.diakonie-darmstadt.de
- **Suchthilfezentrum, Caritaszentrum St. Ludwig**
  Wilhelm-Glässing-Straße 15-17, 64283 Darmstadt
  06151/50 02 84 0, sucht@caritas-darmstadt.de
  www.caritas-darmstadt.de

Alleinerziehend

Informationen über Angebote für Alleinerziehende erhalten Sie im Darmstadt-Wegweiser für Familien. Zudem können Sie dort die Broschüre „Alleinerziehende in Darmstadt - Tipps und Informationen für Einelternfamilien“ herunterladen.
www.familien-willkommen.de/Alleinerziehend

Häusliche/sexualisierte Gewalt

Wenn Sie oder Ihre Kinder von häuslicher, psychischer oder sexualisierter Gewalt betroffen sind, suchen Sie sich Hilfe und Schutz! Ihnen stehen folgende Hilfsangebote zur Verfügung:

Beratung zu (drohender) Gewalt an Kindern und Jugendlichen

Der Kinderschutzbund bietet Beratung und Unterstützung für Kinder, Jugendliche, Eltern und Angehörige bei Fragen zu (drohender) Gewalt in der Familie und im sozialen Nahbereich (Beratung zu sexualisierter Gewalt für Mädchen bis 12 Jahre).

- **Der Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e.V.**
  Holzhofallee 15, 64295 Darmstadt
  06151/36 04 15 0, info@dksb-darmstadt.de
  www.kinderschutzbund-darmstadt.de

Beratung zu häuslicher Gewalt

Die Beratungsstelle des Frauenhauses berät Frauen, die (alleine oder mit Kind) in einer Gewaltbeziehung leben oder gelebt haben. Die Beratung bietet Hilfe in akuten Krisen, Information, Unterstützung und Begleitung, auch für unterstützende Per-

Erleben oder befürchten Sie Gewalt? Werden Sie oder Ihre Kinder bedroht? Holen Sie sich Hilfe!

sonen, Vermittlung zu weiteren Hilfsangeboten, Stabilisierung, Aufarbeitung und Neuorientierung.

- **Beratungsstelle Frauenhaus Darmstadt**
  Bad Nauheimer Straße 9, 64289 Darmstadt
  06151/37 50 80, info@frauenberatung-darmstadt.de
  www.frauenhaus-darmstadt.de/beratung

Zuflucht Frauenhaus

Das Frauenhaus ist ein gesicherter Zufluchtsort und bietet Frauen und ihren Kindern Schutz vor Gewalt. Die Adresse des Frauenhauses ist anonym und geschützt. Wenn Sie Zuflucht suchen, melden Sie sich bitte telefonisch. Eine Aufnahme ist zu jeder Tages- und Nachtzeit möglich. Im Notfall wenden Sie sich mit dem Notruf 110 an die Polizei.

- **Frauenhaus Darmstadt**
  06151/37 68 14, info@frauenhaus-darmstadt.de
  www.frauenhaus-darmstadt.de

Beratung zu sexualisierter Gewalt

Krisenintervention, Beratung und Stabilisierung für betroffene und unterstützende Personen, Begleitung und Information, Vermittlung zu Rechtsanwältinnen und Anwälten, Therapeutinnen und Therapeuten erhalten Sie bei folgenden Stellen:

- **Frauennotruf der pro familia - 06151/45 51 1**
  Der Notruf bietet Frauen und Mädchen Beratung und Unterstützung, wenn Sie von Vergewaltigung oder sexueller Nötigung, auch in der Ehe, betroffen oder bedroht sind.

- **Wildwasser Darmstadt e.V.**
  Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt für Mädchen ab 12 Jahren, Frauen und unterstützende Personen
  Wilhelminenstraße 19, 64283 Darmstadt
  06151/28 87 1, info@wildwasser-darmstadt.de
  www.wildwasser-darmstadt.de

Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung

In Darmstadt können Sie sich nach einer Vergewaltigung in der Frauenklinik des Klinikums Darmstadt medizinisch versorgen und auf Wunsch eine vertrauliche Spurensicherung durchführen lassen, ohne eine Anzeige bei der Polizei erstatten zu müssen.

- **pro familia Darmstadt**
  www.profamilia.de/darmstadt – Suche „Soforthilfe“
  Weitere Informationen erhalten Sie unter
  www.soforthilfe–nach-Vergewaltigung.de

Beratung bei Ehrgewalt und Zwangsheirat

Information, Beratung, Unterstützung und Begleitung für von Ehrgewalt und (drohender) Zwangsheirat betroffene Mädchen und junge Frauen sowie deren helfendes Umfeld.

- **Mäander individuelle Jugendhilfe gGmbH**
  Helfmannstr. 63a, 64293 Darmstadt
  06151/89 31 03, maeander-darmstadt@t-online.de
  www.maeander-darmstadt.de
  www.maeander-onlineberatung.de

Niedrigschwellige Erste Hilfe und Beratung

- **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen/Online-Beratung**
  Der Beratungsdienst ist an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr erreichbar. Frauen, die von Gewalt betroffen oder bedroht sind, ebenso wie Angehörige, Freunde oder Fachkräfte können sich, auf Wunsch anonym, kostenfrei in verschiedenen Sprachen beraten lassen und ggf. an eine Hilfseinrichtung vor Ort vermitteln lassen. Neben der telefonischen Beratung wird auch Online-Beratung angeboten.
  Telefonische Beratung: 0800/11 60 16
  Info und Online-Beratung: www.hilfetelefon.de

Beratung für Männer mit Gewaltproblemen

pro familia berät Männer, die in Auseinandersetzungen drohen, nötigen, einschüchtern, bei Streitigkeiten ausrasten, zuschlagen, Sexualität mit Gewalt erzwingen.

- **pro familia Hessen gGhbH, Beratungsstelle Darmstadt**
  Landgraf-Georg-Straße 120, 64287 Darmstadt
  06151/42 94 20, darmstadt@profamilia.de/darmstadt
  www.profamilia.de

Weitergehende Informationen

- **Mehr Info - Darmstadt-Wegweiser für Familien**
  Im Kapitel Krisen und Gewalt finden Sie weitere Anlaufstellen und viele weitere Informationen rund um das Thema Gewalt.
  www.familien-willkommen.de/Krisen_Gewalt

Gesundheit

Was	Wann	Wo	✔
Kontakt mit Hebamme aufnehmen	Nach der Geburt	Hebamme	☐
Termin bei Wochenbettambulanz vereinbaren	Ohne feste Hebamme nach der Geburt	www.wochenbett-ambulanz-darmstadt.de	☐
Termin für die U-Untersuchung vereinbaren	Nach der Geburt	Kinderärztin/Kinderarzt	☐
Krankenversicherung für das Kind abschließen	Sofort nach der Geburt	Krankenkasse	☐

Formalitäten und Behörden

Was	Wann	Wo	✔
Anmeldung beim Standesamt vornehmen	7 Tage nach der Geburt bei Anmeldung durch die Klinik, oder nach 7 Tagen bei Direktanmeldung durch Sie	Standesamt oder über Geburtsklinik	☐
Kinderbetreuung suchen	Anmeldung erst nach der Geburt	Online-Portal kinderbetreuung.darmstadt.de	☐
Ermäßigung Kinderbetreuungskosten beantragen	Bei Bedarf	Jugendamt – Abteilung Wirtschaftliche Jugendhilfe	☐

Finanzen

Was	Wann	Wo	✔
Kindergeld beantragen	Sobald wie möglich	Familienkasse Hessen www.familienkasse.de	☐
Zuschlag zum Kindergeld (KiZ) beantragen	Bei Bedarf ab der Geburt nach der Antragsbewilligung von Kindergeld	Familienkasse Hessen www.familienkasse.de	☐
Elterngeld beantragen	Nach der Geburt sobald wie möglich	Elterngeldstelle - Hessisches Amt für Versorgung und Soziales www.elterngeld.hessen.de	☐
Wohngeld beantragen	Bei Bedarf	Amt für Wohnungswesen – Abteilung Wohngeld	☐
Unterhaltsvorschuss beantragen	Bei Bedarf	Jugendamt - Abteilung Wirtschaftliche Jugendhilfe - Unterhaltsvorschusskasse	☐
Anspruch zusätzliche finanzielle Leistungen prüfen	Bei Bedarf	Jobcenter/Amt für Soziales und Prävention	☐

Hinweis

Der Wegweiser erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, Aktualität und Richtigkeit der aufgeführten Informationen.
Die genannten Kontaktdaten, Sprechzeiten usw. sowie die rechtlichen und staatlichen Leistungen und ihre gesetzlichen Grundlagen können sich ändern.

Diese Broschüre entstand in Anlehnung an den „Fahrplan durch die Schwangerschaft und in der Zeit rund um die Geburt“ des Landkreises Kassel.

Stand: April 2023

Bildnachweis

Fotos | Umschlag und Inhaltsseiten

Titelseite _ iStockfoto.com/LindaYolanda
_ iStockfoto.com/South_agency
S. 2 _ Wissenschaftsstadt Darmstadt/
S. 6 oben _ iStockfoto.com/m-gucci
S. 6 unten _ iStockfoto.com/MangoStar_Studio
S. 8+9 _ Bildersammlung >Siehe rechts
S. 10 _ iStockfoto.com/FroggyFrogg
S. 11 _ iStockfoto.com/FroggyFrogg
S. 12 _ iStockfoto.com/MangoStar_Studio
S. 13 _ iStockfoto.com/NoSystem images
S. 14 _ unikation/photocase.de
S. 15 _ iStockfoto.com/Rawpixel
S. 17 _ iStockfoto.com/fizkes
S. 20 _ iStockfoto.com/Halfpoint
S. 23 _ iStockfoto.com/paulaphoto
S. 25 _ iStockfoto.com/dragana991
S. 27 _ iStockfoto.com/Eva-Katalin
S. 29 _ iStockfoto.com/chabybucko
S. 31 _ iStockfoto.com/shironosov
S. 32 _ iStockfoto.com/tatyana_tomsickova
S. 33 _ iStockfoto.com/Rawpixel
S. 34 _ iStockfoto.com/SanyaSM
S. 35 _ iStockfoto.com/Rawpixel
S. 36 _ iStockfoto.com/kieferpix
S. 38 _ iStockfoto.com/seb_ra
S. 39 _ iStockfoto.com/damircudic
S. 40 _ iStockfoto.com/Vesnaandjic
S. 43 _ iStockfoto.com/fizkes
S. 45 _ iStockfoto.com/chameleonseye
S. 47 _ iStockfoto.com/lorenzoantonucci
S. 49 _ iStockfoto.com/kieferpix
S. 50 _ iStockfoto.com/globalmoments
S. 54 _ iStockfoto.com/Narongrit Sritana
S. 56 _ iStockfoto.com/Drazen Zigic
S. 58 _ iStockfoto.com/Svetlana Ivanova
S. 59 _ iStockfoto.com/Portra
S. 60 _ iStockfoto.com/NoSystem images
S. 61 _ iStockfoto.com/vgajic
S. 62 _ iStockfoto.com/manonallard
S. 63 _ iStockfoto.com/mgowin
S. 65 _ iStockfoto.com/FatCamera
S. 66 _ vonnypony/photocase.de
S. 68 _ iStockfoto.com/Adie Bush
S. 67 _ iStockfoto.com/YakobchukOlena
S. 70 _ iStockfoto.com/kupicoo
S. 71 _ iStockfoto.com/Halfpoint
S. 73 _ iStockfoto.com/Halfpoint
S. 75 _ iStockfoto.com/GrapeImages
S. 77 _ iStockfoto.com/TommL
S. 78 _ iStockfoto.com/andresr
S. 79 _ iStockfoto.com/RyanJLane
S. 80 _ iStockfoto.com/Jana Richter
S. 81 _ iStockfoto.com/DDurrich
S. 82 _ iStockfoto.com/manonallard
S. 83 _ iStockfoto.com/Tatiana Dyuvbanova
S. 85 _ iStockfoto.com/RealCreation
S. 87 _ iStockfoto.com/ljubaphoto
S. 88 _ iStockfoto.com/tatyana_tomsickova
S. 89 _ iStockfoto.com/Mariakray
S. 90 _ iStockfoto.com/NoSystem images
S. 92 _ iStockfoto.com/SolStock
S. 93 _ iStockfoto.com/Nadezhda1906
S. 95 _ iStockfoto.com/NoSystem images
Rückseite _ iStockfoto.com/chatsimo

Fotos | Bildersammlung S. 8+9

S. 8 _ Reihe 1
- _ iStockfoto.com/RealCreation
- _ iStockfoto.com/ZouZou1
- _ iStockfoto.com/Orbon Alija
- _ Stockfoto.com/Rawpixel

S. 8 _ Reihe 2
- _ Stockfoto.com/nullplus
- _ iStockfoto.com/SolStock
- _ iStockfoto.com/selimaksan
- _ iStockfoto.com/SanyaSM

S. 8 _ Reihe 3
- _ iStockfoto.com/Portra
- _ iStockfoto.com/paulaphoto
- _ iStockfoto.com/visualspace
- _ iStockfoto.com/digitalskillet

S. 8 _ Reihe 4
- _ iStockfoto.com/NataliaDeriabina
- _ iStockfoto.com/tatyana_tomsickova
- _ iStockfoto.com/Tatiana Dyuvbanova
- _ iStockfoto.com/Halfpoint

S. 9 _ Reihe 1
- _ iStockfoto.com/Rawpixel
- _ iStockfoto.com/kupicoo
- _ iStockfoto.com/digitalskillet
- _ Stockfoto.com/Svetlana Ivanova

S. 9 _ Reihe 2
- _ Stockfoto.com/MMPhotography
- _ iStockfoto.com/manonallard
- _ iStockfoto.com/Rawpixel
- _ iStockfoto.com/Halfpoint

S. 9 _ Reihe 3
- _ iStockfoto.com/manonallard
- _ iStockfoto.com/YakobchukOlena
- _ iStockfoto.com/vgajic
- _ iStockfoto.com/DDurrich

S. 9 _ Reihe 4
- _ iStockfoto.com/selimaksan
- _ iStockfoto.com/FatCamera
- _ iStockfoto.com/South_agency
- _ iStockfoto.com/Oleh Veres

Gestaltung

echt.echt design, Sonja Delbrück

www.echt-echt.net

Herausgeberin | Kontakt
Wissenschaftsstadt Darmstadt

Familienzentrum | Netzwerkkoordination Frühe Hilfen
Frankfurter Straße 71
64293 Darmstadt

Telefon: 06151/13 2523
Telefax: 06151/13 2815
E-Mail: fruehe-hilfen@darmstadt.de
www.familienzentrum-darmstadt.de

Bundesstiftung Frühe Hilfen

Gefördert vom:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Broschüre als PDF