



Wegweiser für
Schwangere



Vorwort

Liebe werdende Mütter und Väter,

Sie erwarten ein Baby? Unsere herzlichsten Glückwünsche dazu. "Um ein Kind groß zu ziehen braucht es ein ganzes Dorf" - Ganz im Sinne dieses afrikanischen Sprichwortes haben wir gemeinsam mit den in der Broschüre genannten Iserlohner Beratungsstellen für Sie diesen Wegweiser durch die Schwangerschaft zusammengestellt.

Sie finden hier passende Ansprechpartner und Informationen für Ihre Fragen zu finanziellen Ansprüchen, Behörden, Ärzte- und Klinikadressen sowie Hinweise auf Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten im Raum Iserlohn und auch einen Platz für Ihre persönlichen Notizen. Ein passendes Adressverzeichnis finden Sie weiter hinten im Wegweiser.

Wir möchten, dass Sie sich mit diesem Wegweiser und all seinen Informationen und Tipps gut durch die spannende Zeit der Schwangerschaft begleitet fühlen.

Ihr Familienbesuchsdienst
der Stadt Iserlohn



Wann? Der richtige Zeitpunkt	Was? Was ist zu tun?	Wo? An wen wende ich mich?	Wer? Ansprechpartner in Iserlohn?
Nach Feststellung der Schwangerschaft	<ul style="list-style-type: none"> • Hebamme aussuchen und sofort kontaktieren • Informationen zu: Mutterschutz und Mutterschaftsgeld, Elterngeld und Elternzeit, Kindergeld ... • Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung bei geringem Einkommen durch ALG II, Wohngeld, Kinderzuschlag ... • zusätzlich Informationen und Entgegennahme von Anträgen aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind“ • Beamtinnen zeigen eine Schwangerschaft per Attest eines Arztes oder einer Hebamme, aus dem der voraussichtliche Entbindungstermin hervorgeht bei dem Arbeitgeber an. Während der errechneten Schutzfrist und der Zeit eines individuellen Beschäftigungsverbots bleibt der volle Anspruch auf Besoldung der Bezüge bestehen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Frauenärztin/ Frauenarzt • Schwangerschaftsberatungsstellen • direkt an die Krankenkasse, Familienkasse (Kindergeld und Kinderzuschlag), Elterngeldstelle, Arbeitsamt, Wohngeldstelle • DRK-Beratungsstelle • Arbeitgeber 	<p>siehe QR-Codes</p> <p>ProFamilia Theodor-Heuss-Ring 2 58636 Iserlohn 02371 789755</p> <p>DRK- Beratungsstelle Karnacksweg 35a 58636 Iserlohn 02371 81 93 30</p> <p>(Anträge Bundesstiftung „Mutter und Kind“ über DRK Beratungsstelle zu beantragen)</p>
Frühschwangerschaft	<ul style="list-style-type: none"> • Informationen zur Mitteilungspflicht der Schwangerschaft gegenüber dem Arbeitgeber (Schule), zum Kündigungsschutz und Beschäftigungsverboten bei bestimmten Tätigkeiten. 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitgeber/in o. Schule (nur freiwillig, keine Verpflichtung) Information sinnvoll bei Gefährdungen oder möglichen Gesundheitsschädigungen <p>Wichtig: Mutter- und Kündigungsschutz Bei Problemen den Betriebs- o. Personalrat informieren oder den Arbeitsschutz der Bezirksregierung kontaktieren</p>	<p>Arbeitsschutzzentrale Bezirksregierung Arnsberg* Leitfaden zum Mutterschutz unter: www.familienportal.de</p> <p>Bei Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • DRK-Schwangerschaftsberatungsstelle • pro familia Beratungsstelle

Wann? Der richtige Zeitpunkt	Was? Was ist zu tun?	Wo? An wen wende ich mich?	Wer? Ansprechpartner in Iserlohn?
Frühschwangerschaft 2. bis 3. Monat	<ul style="list-style-type: none"> • Geburtsvorbereitungskurs/ Frühe Anmeldung • Geburtsort mit Hebamme auswählen • Erstkontakt Klinik und Geburtshaus 	<ul style="list-style-type: none"> • Hebammen, Hebammenpraxen (Siehe QR-Codes) • Geburtskliniken und Geburtshäuser Unna, Dortmund 	<p>DRK-Beratung Karnacksweg 35a 58636 Iserlohn 02371 81 93 30</p> <p>pro familia Theodor-Heuss-Ring 2 58636 Iserlohn 02371 789755</p> <p>Agaplesion Ev. Krankenhaus Bethanien Bethanien Allee 3 58644 Iserlohn Sekretariat Frauenklinik Tel: 02371 212-350 rottenberg@bethanien-iserlohn.de www.bethanien-iserlohn.de</p> <p>Marienkrankehaus Schwerte Goethestr. 19 58239 Schwerte Tel. 02304 109-0 info@marien-kh.de www.marien-kh.de</p> <p>Bei allgemeinen Fragen: Familienbesuchsdienst der Stadt Iserlohn*</p>

*siehe Adressverzeichnis

Wann? Der richtige Zeitpunkt	Was? Was ist zu tun?	Wo? An wen wende ich mich?	Wer? Ansprechpartner in Iserlohn?
Ab dem 5. Monat	<ul style="list-style-type: none"> • Geburtsvorbereitungskurs/ Säuglingspflegekurs besuchen Melden Sie sich frühzeitig bei Kursangeboten an (Informieren Sie sich) 	<ul style="list-style-type: none"> • Hebammenpraxen • Familienbildungsstätten • Geburtskliniken • Geburtshäuser • Frauenarzt/-ärztin • Familienbesuchsdienst 	<p>Hebammensuche.de Hebammenpraxen</p> <p>Ev. Krankenhaus Bethanien – Elternschule</p> <p>Marienkrankehaus Schwerte – Elternschule</p> <p>www.geburtshausunna.de www.hebammenpraxis-rundum.de</p> <p>Bei allgemeinen Fragen: Familienbesuchsdienst*</p>
Ab dem 6. Monat	<p>Bei nicht verheirateten Eltern spätestens 7 Wochen vor errechnetem Geburtstermin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vaterschaftsanerkennung • Elternzeit anmelden, wenn Vater direkt nach der Geburt in Elternzeit gehen möchte <p>Hinweis: Kündigungsschutz beginnt frühestens 8 Wochen vor Elternzeit</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evtl. Vereinbarung der gemeinsamen elterlichen Sorge 	<ul style="list-style-type: none"> • Jugendamt • Arbeitgeber des Vaters 	<p>Jugendamt Abteilung Beistandschaften und wirtschaftliche Jugendhilfe Tel: 02371 217 -2212; -2221; -2208; -2211 Hans-Böckler-Str. 25 beistandschaft@iserlohn.de www.familienplanung.de</p>

*siehe Adressverzeichnis

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

*siehe Adressverzeichnis

Wann? Der richtige Zeitpunkt	Was? Was ist zu tun?	Wo? An wen wende ich mich?	Wer? Ansprechpartner in Iserlohn?
Nach der Geburt, spätestens 7 Wochen vor Antritt der geplanten Elternzeit	<ul style="list-style-type: none"> • Elternzeit beantragen • Beantragung Mutterschaftsgeld für Berufstätige 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitgeber/in 	Informationen unter: www.familien-wegweiser.de www.familienportal.de
Nach der Geburt Bis spätestens 3 Monate nach der Geburt	<ul style="list-style-type: none"> • Elterngeld beantragen 	<ul style="list-style-type: none"> • Elterngeldstelle 	Märkischer Kreis – Elterngeldstelle Heedfelder Str. 45 58509 Lüdenscheid Tel: 02351 966 -6958; -6956; -6840; -6845; -6844; -6853; -6841 elterngeld@maerkischer-kreis.de www.familienportal.de
Nach der Geburt Bis spätestens 6 Monate nach der Geburt	<ul style="list-style-type: none"> • Antrag auf Kindergeld (online) • Ggf. Antrag auf Kinderzuschlag (bei geringem Einkommen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Familienkasse 	Familienkasse Iserlohn Brausestr. 13-15 58636 Iserlohn Informationen zum Kinderzuschlag: www.familien-wegweiser.de
Nach der Geburt Bei geringem Einkommen:	<ul style="list-style-type: none"> • Wohngeld beantragen (online) • Finanzielle Unterstützung beantragen 	<ul style="list-style-type: none"> • Wohngeldstelle (online) • Jobcenter-Sozialamt 	Stadt Iserlohn Abteilung Finanzielle Hilfen Rathaus II Werner-Jacobi-Platz 12 58636 Iserlohn Tel: 02371 217 2045 wohngeld@iserlohn.de

DRK Beratungsstelle für Schwangerschaftsprobleme

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

Das Angebot beinhaltet:

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

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



pro familia Märkischer Kreis Schwangeren – und Paarberatung

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

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

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

Familienbesuchsdienst der Stadt Iserlohn

„Willkommen in die Welt geboren, hier in unserer Stadt“
Seit Februar 2009 bietet die Stadt Iserlohn als besonderen Service für Eltern von Neugeborenen den Familienbesuchsdienst an.

Zur Geburt des Kindes wird allen Eltern zusammen mit einem „Willkommensgruß“ des Bürgermeisters ein Termin zu einem persönlichen Gespräch im häuslichen Bereich angeboten. Neben einem kleinen Geschenk für Ihr Baby, einer Fülle an Broschüren und anderen Infomaterialien zu Themen der frühkindlichen Entwicklung und Gesundheit überreichen wir Ihnen unseren Elternbegleitordner. Er bietet eine Übersicht über Kontaktadressen, wichtige Rufnummern sowie Informationen zu den verschiedensten Familien- und Bildungsangeboten.

In einem persönlichen Gespräch haben Sie als Eltern die Möglichkeit, sich mit uns auszutauschen und beraten zu lassen. Gern bieten wir Ihnen unsere Hilfe bei der Auswahl der für Sie geeigneten Hilfen und Unterstützungsmöglichkeiten unserer Stadt an. Im Vordergrund dieser Besuche steht das Neugeborene. Die Veränderung der Lebenssituation stellt Eltern vor neue Aufgaben, hierbei möchten wir Ihnen gern von Anfang an zur Seite stehen.

Gleichstellungs- und Beratungsstelle der Stadt Iserlohn

Gleichstellungsstelle

In nahezu allen Lebensbereichen finden sich Strukturen, die auf die Situation von Frauen und Männern unterschiedliche Auswirkungen haben. Aufgabe der Gleichstellungsstelle ist es, dazu beizutragen, dass der Verfassungsauftrag der Gleichberechtigung von Mann und Frau auf kommunaler Ebene erfüllt wird. Strukturen aufzudecken, die Menschen aufgrund ihres Geschlechts benachteiligen und mittels Öffentlichkeitsarbeit, Veranstaltungen und Projekten Lösungsmöglichkeiten zu bieten, sind die Ziele der Gleichstellungsstelle.

Dabei arbeitet sie mit Frauengruppen, -verbänden und Institutionen zusammen.

Beratung

Darüber hinaus bietet die Gleichstellungsstelle Beratung und Hilfe bei Themen, die vor allem Frauen und Mädchen betreffen an. Das können zum Beispiel Themen sein, wie der Wiedereinstieg in den Job, Belästigung am Arbeitsplatz, Trennung und Scheidung, häusliche Gewalt oder andere Krisensituationen.

Das umfassende Angebot an Beratungsthemen verlangt ein breites Spektrum an Fachwissen, welches gemeinsam mit einem gut ausgebauten Netzwerk an PartnerInnen der lokalen Fachberatungs- und Hilfestellen erreicht wird. Die Gleichstellungsstelle selbst bietet keine Therapie oder Rechtsberatung an, kann aber dabei helfen die Situation zu klären, gemeinsam einen ersten Überblick zu gewinnen und vermittelt gerne an eine passende Fachstelle weiter. Im Rahmen dieser Möglichkeiten bietet die Beratung bei der Gleichstellungsstelle eine emotionale und psychische Unterstützung in schwierigen Situationen gegebenenfalls auch über einen längeren Zeitraum an.

Grundlage der Beratung ist eine systemische Ausrichtung. Der Fokus liegt dabei auf Lösungen und auf den Ressourcen, das heißt auch auf den Fähigkeiten und Stärken der Hilfesuchenden. Die Zielorientierung dient dazu, eine positive Idee von der Zukunft zu entwickeln und gemeinsam zu besprechen, wie man Schritt für Schritt diese Idee auch in der Realität umsetzen kann.

Caritas

Nesthilfe, Familienhebammendienst und FrühAuf, früh aufsuchender Familiendienst sind ein Angebot für Mütter und Eltern in besonderen Lebenslagen.

Wir begleiten schwangere Frauen, Mütter, Familien mit ihren Kindern in den ersten Lebensjahren und sind Ansprechpartner bei der Bewältigung der neuen Herausforderungen und Gestaltung des Familienlebens. Themen wie Unsicherheiten und Ängste, Fragen der Versorgung, Pflege, Ernährung und Entwicklung gehören zu unseren Aufgabefeldern.

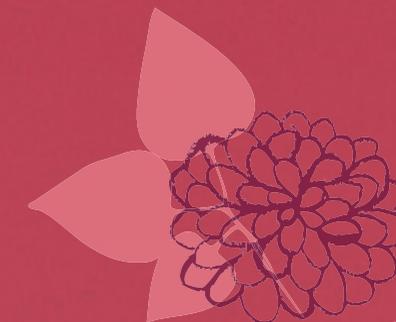
Wir unterstützen und beraten Familien:

- bei Fragen zur Erziehung
- bei der Bewältigung von Alltagsproblemen wie Überschuldung, Haushaltsführung – planung, bei der Lösung von Konflikten und Krisen wie Ehe- und Paarproblemen oder der Ablösung von der Herkunftsfamilie
- bei der Kontaktaufnahme mit Ärzten, Ämtern und Institutionen
- zur Planung des weiteren Lebensweges

Wir möchten, dass Säuglinge und Kleinkinder eine sichere Gefühlsbindung an ihre Eltern entwickeln und Familie ein sicherer und verlässlicher Ort ist.

Die Begleitung erfolgt durch aus ein Team aus Pädagogen, Familienkinderkrankenschwestern und Familienhebammen und umfasst sozialpädagogische Beratung, Begleitung und Unterstützung in der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren des Kindes, Gruppenangebote für Schwangere, Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern.

Unser Angebot ist kostenfrei, unbürokratisch und unabhängig von Konfession und Nationalität, dabei unterliegen wir der gesetzlichen Schweigepflicht und werden ausschließlich im Auftrag der Familie auf deren eigenen Wunsch tätig.



Adressverzeichnis

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

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

**Stadt Iserlohn – Jugendamt
Abt. Beistandschaften und
Wirtschaftliche Jugendhilfe**
Hans-Böckler-Str 25
Tel: 02371 217 -2212; -2221; -2208; -2211

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

**Katholische Bildungsstätte Arnsberg
auch für Iserlohn**
Hellefelder Str. 15
59821 Arnsberg
Tel: 02931 52976 10
Fax: 02931 52976 33
Ansprechpartner: Silke Ittershagen-Becker
Montag bis Freitag 9:00 - 11:30 Uhr

**Caritas-Iserlohn e.V.
FrühAuf - Nesthilfe**
Karlstr. 15
Tel: 02371 818670

**Caritas Familienzentrum
Anlauf- und Anmeldestelle**
Dördelweg 35
Tel: 02371 52814

**Arbeitsschutzzentrale
Bezirksregierung Arnsberg**
Seibertzstr. 1
59821 Arnsberg
Tel: 02931 82-0

**Gleichstellungsstelle/
Beratungsstelle Stadt Iserlohn**
Rathaus I
Schillerplatz 7
58636 Iserlohn

**Gleichstellungsbeauftragte
der Stadt Iserlohn**
Tel: 02371 217-1330
gleichstellungsstelle@iserlohn.de

Beratung für Frauen und Mädchen
Tel: 02371 217-1332

Verwaltung und Organisation
Tel: 02371 217-1331

Gynäkologen und Gynäkologinnen in Iserlohn



Kinderärzte und Kinderärztinnen in Iserlohn



Allgemeine Informationen im Web

nach Stichworten sortiert

Schwangerschaft/ Geburt/ Geburtsvorbereitung/ Kursangebote

hebammensuche.de



hebammen-nrw.de



hebammenverband.de



hebammennetzwerk.de



hebammenpraxis-rundum.de



bethanien-iserlohn.de



marien-kh.de



geburtshausunna.de



kefb-kursprogramm.de



awo-ha-mk.de



Familie

familienportal.de



bmfjsj.de



familienplanung.de



familienbildung-in-nrw.de



iserlohn.de/gleichstellungsstelle



Allgemeine Informationen im Web

nach Stichworten sortiert

Beratung/ Unterstützung

drk-iserlohn.de



caritas-iserlohn.de



profamilia.de



hilfen-frauen-und-maedchen



iserlohn/beistandschaften



iserlohn/familienbesuchsdienst.de



gleichstellungsstelle/beratung



Finanzen

bundesamtsozialesicherung.de



familienportal.de



con.arbeitsagentur.de



bezreg-arnsberg.nrw.de



iserlohn.de



bmi.bund.de



mags.nrw



Notizen

Notizen

Schwanger?

Und keiner darf es erfahren?

WIR HELFEN.
Anonym und sicher.

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

0800 40 40 020

Erfahrene Beraterinnen sind für Sie da.
Jederzeit und kostenlos.

Wir fragen nicht nach Ihrem Namen.
Ihr Anruf wird anonymisiert.

www.geburt-vertraulich.de



Impressum

Stadt Iserlohn
der Bürgermeister
Ressort Generation und Soziales
Redaktion: Familienbesuchsdienst/
Netzwerkkoordination Frühe Hilfe
Hans-Böckler-Str. 25
58638 Iserlohn

Änderungen und Irrtümer vorbehalten
Stand: August 2021



Mit freundlicher Unterstützung:

STADT ISERLOHN

 Gleichstellungsstelle
der Stadt Iserlohn

 Familienbesuchsdienst

 Beratungsstelle
für Frauen und Mädchen

 caritas
Iserlohn

 pro familia
Beratungsstelle Märkischer Kreis

 Deutsches
Rotes
Kreuz
Kreisverband Iserlohn e.V.
Beratungsstelle für
Schwangerschaftsprobleme

