



Hilden



Ein guter Weg durch die  
**Schwangerschaft**

Das Schwangerschaftsbegleitheft der Stadt Hilden

## Vorwort



Sehr geehrte Damen und Herren,

Hilden ist eine familienfreundliche Stadt. Wir freuen uns in Hilden über jedes neue Kind, denn Kinder sind unsere Zukunft. Sie als Eltern möchten wir dabei so gut und früh wie möglich unterstützen. Dazu gibt es in Hilden ein dichtes Netzwerk und Sie können auf vielfältige Angebote für junge Familien zurückgreifen.

Diese Broschüre wurde von der Stadt Hilden gemeinsam mit Frauenärztinnen und -ärzten, Hebammen, Geburtsklinik, Kinderärztinnen und -ärzten, Beratungsstellen und dem Kreisgesundheitsamt entwickelt. So sollen Sie noch einfacher und früher den Zugang zu den vielfältigen Angeboten und Hilfen in Hilden erhalten.

Für Ihre Schwangerschaft und die Entwicklung Ihrer Familie wünsche ich Ihnen alles Gute.

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink that reads "Birgit Alkenings". The script is cursive and somewhat stylized.

Birgit Alkenings,  
Bürgermeisterin

### Herausgeber

Stadt Hilden  
Amt für Jugend, Schule und Sport  
Am Rathaus 1  
40721 Hilden

### Gestaltung

deus werbung  
[www.deus-werbung.de](http://www.deus-werbung.de)

### Coverfoto

[emoji/photocase.com](https://www.emoji/photocase.com)

# Inhaltsverzeichnis

## Die wichtigsten Notrufnummern

+

### A - In guten Händen

Gynäkologen	A1
(Familien-) Hebammen	A2
Kinderärzte in Hilden	A3

### B - Ich bin schwanger!

Schwangerschaftsverlauf	B1
Die kindliche Entwicklung im Bauch	B2
Drogen, Alkohol, Medikamente	B3
Mehrlingsgeburten	B4
Minderjährig und schwanger	B5
Ich werde Vater!	B6
Die Namensgebung	B7

### C - Die Geburt!

Geburtshilfe / Geburtsort	C1
Geburtsklinik	C2
Elternschule	C3

### D - (Wirtschaftliche) Hilfen

Mutterschutzgesetz	D1
Kindergeld	D2
Kinderzuschlag	D3
Kindesunterhalt	D4
Elterngeld / Elternzeit	D5
Arbeitslosengeld 1	D6
Arbeitslosengeld 2	D7
Haushaltshilfen	D8
Kinderschutzbund Hilden - Offener Kleiderschrank	D9

## E - Ich benötige Beratung!

Hilda	E1
Kreis Mettmann	E2
Donum Vitae	E3
Pro Familia	E4
Esperanza	E5
Internationales Müttercafé	E6

## F - Unterstützung durch die Stadt Hilden

Beistandschaft	F1
Stellwerk	F2
Erziehungs- und Familienberatung	F3
Der Allgemeine Soziale Dienst (ASD)	F4
Adoption	F5

## G - Erste Schritte als Familie

Anmeldung Ihres Kindes	G1
U-Untersuchungen	G2
Sicherheit	G3
Projekt "Schlafsack-Stunde"	G4
Babybegrüßungsbesuche	G5

## Die wichtigsten Notrufnummern

### Unfälle / Gefahr:

**Polizei/Notruf  
110**

**Polizeiwache Hilden  
02103 89 80**

**Ärztliche Notfallpraxis  
Hilden  
02103 96 73 73**

**Augenärztlicher Notdienst  
02102 10 90 99**

**Feuerwehr/Rettungsdienst  
112**

**Feuerwache Hilden  
02103 727 50**

**Zahnärztlicher Notdienst  
0180 598 67 00  
02103 395 70**

**Giftnotruf**  
Informationszentrale gegen  
Vergiftungen, Zentrum für  
Kinderheilkunde  
Adenauerallee 19  
53113 Bonn

**0228 192 40  
0228 28 73 32 11**

**Kinderärztliche Notfall-  
praxis - St. Martinus-  
Krankenhaus, Langenfeld**  
Klosterstraße 32  
40764 Langenfeld  
**02173 90 99 99**  
(Sa, So, Feiertag 10-13 Uhr +  
16-19 Uhr / Mi 16-19 Uhr)

### Notdienste:

**Ärztliche Notfallpraxis  
Hilden  
02103 96 73 73**

**Augenärztlicher Notdienst  
0180 504 41 00**

**Zahnärztlicher Notdienst  
0180 598 67 00  
02103 395 70**

## Die wichtigsten Notrufnummern

### Beratung:

**Kinder- und Jugendtelefon  
0800 111 0 333**  
(gebührenfrei)

**Telefonseelsorge  
Ev. 0800 111 01 11**  
(gebührenfrei)  
**Kath. 0800 111 02 22**  
(gebührenfrei)

**Elterntelefon  
0800 - 111 05 50**  
(gebührenfrei)

**Frauenhaus – Beratungs-  
stelle Häusliche Gewalt  
02104 - 92 22 20**

### Schreikinder:

**Elterntelefon des Deut-  
schen Kinderschutzbundes  
0800 111 05 50**  
(gebührenfrei / Mo-Fr 9-13  
Uhr und 17-19 Uhr)

**Baby-Problem-Sprech-  
stunde im SPZ des HELIOS  
Klinikum Wuppertal  
0202 896 38 50**

**Babysprechstunde der  
Kinderschutzbambulanz am  
Evangelischen Krankenhaus  
Düsseldorf  
Kronenstraße 40  
40217 Düsseldorf  
0211 919 37 00  
www.trostreich.de  
www.schreibaby.de**

**Wenn man gegen  
seinen Willen ins Aus-  
land gebracht wird  
oder werden soll:**

**Auswärtiges Amt  
Deutschland  
(0049) 30 5000 2000**  
vom Ausland aus  
(im Inland eine 0 statt der  
0049 wählen)

Beim Anruf das Wort  
„Notfall“ sagen

## In guten Händen

Um allen Kindern in Hilden eine gesunde Entwicklung zu ermöglichen arbeiten viele Fachkräfte in Hilden eng zusammen. Vielfältige Hilfen stehen hierzu in Hilden bereit. Damit diese so früh wie möglich bei Bedarf die Kinder und Familien erreichen, wurde die Zusammenarbeit zwischen Gynäkologen, Hebammen, Geburtsklinik und Kinderärzten in den vergangenen Jahren immer weiter ausgebaut. Unter dem Leitgedanken „in guten Händen“ hat sich ein Netzwerk entwickelt, in dem vielfältige, multiprofessionelle Hilfen für Sie angeboten und vermittelt werden können. Sprechen Sie uns an, wir helfen Ihnen gerne weiter.

## Gynäkologen

Während der Schwangerschaft befinden sich Mutter und Kind in ständiger Entwicklung und Veränderung.

Verläuft alles gut? Ist mein Kind zeitgerecht gewachsen? Solche und weitere Fragen kann Ihnen der Frauenarzt beantworten. Vor, während und nach der Schwangerschaft kann er Sie persönlich und individuell betreuen. Eine schöne und gesunde Zeit der Schwangerschaft steht hierbei im Vordergrund.

### Die Vorsorgeuntersuchungen

Die Vorsorgeuntersuchungen haben die Entwicklung des Kindes und die Gesundheit der Mutter im Blick. Sie finden anfangs monatlich und ab der 32. Schwangerschaftswoche 14-tägig statt. Sollten sich Probleme abzeichnen, kann rechtzeitig gehandelt werden.

### Mutterpass

Im 16-seitigen Mutterpass werden alle Ergebnisse der Vorsorgeuntersuchungen eingetragen. Hierbei steht eine übersichtliche Dokumentation im Vordergrund, um im Notfall schnell alle wichtigen Informationen zu finden.

*Bitte tragen Sie Ihren Mutterpass während der Schwangerschaft immer bei sich!*

### Vernetzung

Die Frauenärzte in Hilden sind sehr gut untereinander und mit den Kliniken, Hebammen und Kinderärzten vernetzt.

### Folgende Ärzte stehen Ihnen in Hilden zur Verfügung

**Dr. med. Gehrke**  
Mittelstraße 36  
40721 Hilden  
Telefon 02103 24 00 00

**Dr. med. Ilyas Yilmaz**  
**Dr. Christiane Auer**  
Bismarckstraße 15  
40721 Hilden  
Telefon 02103 509 00

**Dr. med. Peter Nöcker**  
Schulstraße 38  
40721 Hilden  
Telefon 02103 548 38

**Dr. med. Cateno Chillemi**  
Mittelstraße 2  
40721 Hilden  
Telefon 02103 24 00 24

**Dr. med. F. B. Stang**  
Zelterstraße 1  
40724 Hilden  
Telefon 02103 422 32

**Dr. Lutz Winkler**  
**Dr. Susanne Beßer**  
Gerresheimerstraße 81  
40721 Hilden  
Telefon 02103 443 37

## Familienhebammen

Familienhebammen sind erfahrene Hebammen, meist mit einer Zusatzausbildung, die sie befähigt, Familien mit besonderen Bedürfnissen zu betreuen. Ihre Arbeit hat eine gute Bindung von Mutter und Kind, ihre Gesundheit, sowie die Einbettung der Familie in ein soziales Netz zum Ziel. Diese Tätigkeit der Hebamme ist für die Familien kostenfrei.

### Zielgruppen

Familien, die durch gesundheitlich-medizinische, soziale oder psychosoziale Belastungen erhöhten Unterstützungsbedarf haben.

Hierzu zählen u.a.

- ▶ minderjährige Schwangere / Mütter
- ▶ Familien in besonders schwierigen Lebenssituationen
- ▶ Psychisch und anderweitig chronisch Erkrankte
- ▶ Geistig und körperlich behinderte Familienmitglieder
- ▶ Migranten / Flüchtlinge
- ▶ Familien mit Suchtproblematik
- ▶ Frühgeborene oder krank geborene Kinder

## Hebammenhilfe

Die Hilfe einer Hebamme kann von jeder schwangeren, gebärenden oder entbundenen Frau in Anspruch genommen werden.

Sie umfasst unter anderem:

- ▶ Beratung und Information
- ▶ Schwangerenvorsorge
- ▶ Betreuung/Hilfen bei Schwangerschaftsbeschwerden
- ▶ Geburtsvorbereitung
- ▶ Geburtshilfe
- ▶ Wochenbettbetreuung
- ▶ Rückbildungsgymnastik
- ▶ Stillberatung

Sie können zu jedem Zeitpunkt Ihrer Schwangerschaft Kontakt mit einer Hebamme aufnehmen und sie um Rat fragen. Die Kosten für die Hebammenbetreuung übernimmt die gesetzliche Krankenkasse.

Privat-Versicherte sollten sich über ihre Leistungsansprüche bei ihrer privaten Krankenversicherung informieren.

Während eines Hausbesuchs, in einer Praxis oder am Telefon berät die Hebamme zu allen Fragen rund um Schwangerschaft, Wahl des Geburtsorts, Geburt, Wochenbett und Stillzeit. Dazu gehören Ernährung und Lebensweise in der Schwangerschaft, Partnerschaft und Sexualität, Geburtsvorbereitung und Vorbereitung auf das Kind sowie soziale Hilfen in der Schwangerschaft und nach der Geburt.

## In Hilden stehen Ihnen unter anderem folgende Hebammen zur Verfügung

**Susanne Winkler**  
(Familienhebamme)  
Carl-Orff-Straße 2a  
40721 Hilden  
Telefon 02103 90 96 22

**Angela Jornsckke**  
Danzinger Straße 11  
42781 Haan  
Telefon 02129 327 28

**Sara Wingen**  
(Familienhebamme)  
Holleweg 31  
42653 Solingen  
Telefon 0212 59 37 10

**Linda Kryeziu**  
Dernbuschweg 2  
40625 Düsseldorf  
Telefon 0211 210 32 13

**Silke Alberts-Hillinger**  
Gerhart-Hauptmann-Straße 32  
40699 Erkrath  
Telefon 0211 29 26 00 52

**Anjelika Leis**  
Potsdamer Straße 19  
40599 Düsseldorf  
Telefon 0211 163 57 23

**Melanie Kirsch**  
Kovelenberg 13  
42697 Solingen  
Telefon 0178 459 70 13

**Claudia Rengers-Weingart**  
Leinenweberweg 30  
40593 Düsseldorf  
Telefon 0211 718 68 10

**Astrid Leckenbusch**  
Steinkaule 1  
40699 Erkrath  
Telefon 0211 247 00 23

**Dorothee Lingen**  
Schildsheiderstraße 135  
40699 Erkrath  
Telefon 02104 81 00 13

**Christiane Radloff**  
Schlieperweg 16  
40699 Erkrath  
Telefon 02104 492 20 44

**Birgit Hoebel**  
Schützenstraße 135  
40723 Hilden  
Telefon 02103 218 82

## Schwangerenvorsorge

Die Hebamme kann die Schwangerschaft feststellen, einen Mutterpass ausstellen, alle Vorsorgeuntersuchungen einschließlich Blutuntersuchungen durchführen und die Ergebnisse in den Mutterpass eintragen. Im Mittelpunkt steht, wie es Ihnen geht, die Ermittlung der Kindslage durch Abtasten Ihres Bauchs und das Wahrnehmen Ihres Kindes mit seinem Wachstum.

## Betreuung/Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden

Bei Schwangerschaftsbeschwerden können sie jederzeit einen Termin mit der Hebamme vereinbaren, in der Praxis oder auch bei Ihnen zu Hause. Schwangerschaftsbeschwerden können sich äußern durch Übelkeit, Unwohlsein, Schmerzen, sowie Ängste und Nöte, die mit der Schwangerschaft zusammen hängen. Auch der Verdacht auf vorzeitige Wehen, Blasensprung oder Geburtsbeginn sind Gründe für Hebammenhilfe. Ihre Hebamme steht Ihnen bei der Geburtsvorbereitung und bei der Geburtsbegleitung. Informationen zu diesem Thema finden sie im Abschnitt C1 - C3.

## Wochenbettbetreuung

Nach einer spontanen Geburt oder nach Geburt durch Kaiserschnitt (Sectio), aber auch nach einer Fehl-, Früh- oder Totgeburt haben Sie Anspruch auf Hebammenbetreuung zu Hause. Bis zum zehnten Tag nach der Geburt besucht Sie die Hebamme evtl. täglich - später nach Absprache. Es gilt Ihr eigenes Wohlbefinden und das Ihres Babys zu fördern, Fragen und Probleme zu klären und ggf. zu behandeln. Von den Krankenkassen werden Besuche bis 8 Wochen nach der Geburt übernommen. Danach sind noch weitere 6 Besuche oder telefonische Beratungen möglich, z.B. zur Stillberatung und vor der Umstellung auf Beikost. Weitere Besuche werden von der Krankenkasse übernommen, wenn sie ärztlich angeordnet sind (auch vom Haus- oder Kinderarzt).

### **Rückbildungsgymnastik**

Hier ist Zeit und Raum für Bewegung und Entspannung. Es werden Körperübungen gezeigt zur Linderung bei Rückenschmerzen und Nackenverspannungen, zur Kräftigung des Beckenbodens sowie der Bauch- und Rückenmuskulatur. Atem-, Entspannungs- und Lockerungsübungen helfen, das körperliche und seelische Gleichgewicht wieder zu finden. Rückbildungskurse werden mit und ohne Baby angeboten. Sie können i.d.R. sechs Wochen nach der Geburt beginnen.

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für 10 Stunden. Privat-Versicherte halten Rücksprache mit Ihrer privaten Kasse.

## Kinderärzte in Hilden

### **Der Kinderarzt - ein wichtiger Partner**

Wächst mein Kind gesund heran? Diese Frage werden Sie sich im Verlauf der Entwicklung Ihres Kindes immer wieder stellen. Ein sicherer Weg, die Entwicklung des Kindes zu verfolgen und zu überprüfen, ist einerseits die Nachbetreuung durch die Hebamme, andererseits der Gang zum Kinderarzt. Hier werden Früherkennungsuntersuchungen (werden durch die Krankenkasse bezahlt) durchgeführt, um rechtzeitig Fehlentwicklungen entdecken und behandeln zu können. Überprüft wird die körperliche, geistige und soziale Entwicklung ihres Kindes.

### **Die „U“-Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeheft**

Das Kind wird gewogen, gemessen und gründlich untersucht. Je nach Entwicklungsphase werden spezielle Untersuchungen durchgeführt. Die Ergebnisse werden in einem Vorsorgeheft festgehalten, das Sie zu jedem Untersuchungstermin mitnehmen sollten. Die U-Untersuchungen U1 – J2 werden von den Krankenkassen oder dem Sozialamt bezahlt. Nehmen Sie die Termine zu den Früherkennungsuntersuchungen bitte regelmäßig wahr.

### **Impfpass**

Der Kinderarzt spricht mit Ihnen die für die gesunde körperliche Entwicklung notwendigen Impfungen ab. Alle Impfungen werden in einen Impfpass eingetragen, welcher immer bei dem Vorsorgeheft verbleiben sollte. Beide Dokumente bringen Sie möglichst immer zu den Untersuchungen mit.

Die Vorsorgeuntersuchungen stellen sicher, dass Ihr Kind in guter Gesundheit aufwächst und stellt sicher, dass Entwicklungsverzögerungen oder Erkrankungen frühzeitig behandelt werden können.

### **In Hilden finden Sie folgende Kinderärzte**

**Dr. med. Ulrich Geisler**  
**Gudrun Rotenberger**  
 Gustav-Mahler-Straße 42  
 40724 Hilden  
 Telefon 02103 480 02

**Dr. Gerrit Steinhagen**  
 Mittelstr. 36.38  
 40721 Hilden  
 Telefon 02103 520 21

**Dr. med. Sabine Preis,**  
**Priv. Doz.**  
 (Allergologe, Neuropädiatrie)  
 Kirchhofstraße 73  
 40721 Hilden  
 Telefon 02103 67 51



## Ich bin schwanger!

„Herzlichen Glückwunsch! Sie sind schwanger!“ Dieser Satz verändert von jetzt auf gleich, das ganze Leben. Und dabei sprechen wir nicht nur von Ihrem Leben, sondern auch von dem Ihres Partners. Es stehen nun 40 spannende Wochen vor Ihnen. Es wird sich viel verändern und es kommt viel Neues auf Sie beide zu!

Eins ist vorab schon gesagt: Schwangerschaft und Geburt ist für viele das schönste Ereignis im Leben und es sollte genossen werden!

## Schwangerschaftsverlauf

- ▶ **1. - 8. Woche** Unterschiedliche Anzeichen führen in dieser Zeit häufig zu einer Schwangerschaftsfeststellung. Mit einem Schwangerschaftstest kann dies bestätigt werden. Körperliche und emotionale Veränderungen zeichnen sich in den ersten 8 Wochen ab.
- ▶ **9. - 16. Woche** Nun befinden Sie sich im dritten Schwangerschaftsmonat. In diesem Zeitraum hat sich ihr Körper an die Schwangerschaft gewöhnt. Die körperlichen Beschwerden nehmen ab.
- ▶ **17. - 24. Woche** Der Bauch wird sichtbar! Immer öfters spüren Sie als werdende Mutter die Bewegungen Ihres Kindes. Ist es ein Junge oder ein Mädchen? In diesem Zeitraum ist eine Geschlechtsfeststellung möglich.
- ▶ **25. - 32. Woche** Die Geburt rückt näher. Durch den dickeren Bauch werden Sie in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt und legen sich ein gemächlicheres Lebenstempo zu.

- ▶ **33. - 40. Woche** In dieser Zeit heißt es: Warten auf die Geburt! Der Geburtstermin rückt näher, das Baby dreht sich in Geburtsposition und die ersten Wehen beginnen. In den letzten Wochen heißt es für Sie und Ihren Partner, alles für die Geburt vorbereiten!
- ▶ **Die Geburt** Keine Sorge! Nicht alle Babys werden zum errechneten Geburtstermin geboren. Sollte es also zu einer Terminverzögerung bzw. Verfrühung kommen, Ihr Frauenarzt bzw. Ihre Hebamme steht Ihnen in dieser Zeit zur Seite. Ihr Gesundheitszustand und der Ihres Kindes werden genau beobachtet.

## Die kindliche Entwicklung im Bauch

- ▶ **1. - 6. Woche** In dieser Zeit nistet sich die Eizelle in der Gebärmutter ein. Circa in der 5. Woche ist der Embryo dann fest mit der Gebärmutter verbunden und versorgt sich über die Nabelschnur. Das Herz beginnt zu schlagen und die Organanlagen bilden Kopf, Nerven und Bauch.
- ▶ **7. und 8. Woche** Es entstehen Gehirn, Augenanlagen, Nase und Mund. Die inneren Organe entwickeln sich weiter und die Arme und Beine entstehen.
- ▶ **9. - 12. Woche** Die Muskulatur reift aus und das Baby bewegt sich. Die Organe, das Gehirn und die Gliedmaßen wachsen weiter. Jetzt beginnt die Ausprägung der äußeren Geschlechtsorgane. Durch den hohen Versorgungsbedarf wächst in dieser Zeit auch die Plazenta. Nun entsteht bei der Mutter eine zarte Wölbung unter dem Nabel.

- ▶ **13. - 16. Woche** In dieser Zeit benötigt das ungeborene Baby immer mehr Platz. Das Baby wächst täglich und bewegt sich lebhaft.
- ▶ **17. - 28. Woche** Etwa ab dem 5. Monat der Schwangerschaft kann die Mutter die ersten Kindsbewegungen deutlich spüren. Die Erkennung des Geschlechts ist im Ultraschall möglich, sofern das Ungeborene günstig bei der Untersuchung liegt.
- ▶ **29. - 40. Woche** In den letzten drei Monaten bereitet sich das Kind immer mehr auf die Geburt vor. Das Ungeborene atmet und schluckt Fruchtwasser, es kann die Augen öffnen, hören und am Daumen lutschen.

## Drogen und Alkohol in der Schwangerschaft

Während der Schwangerschaft, sollten Sie jegliche Drogen und jeglichen Alkoholkonsum vermeiden. Egal ob legale (z.B. Zigaretten) oder illegale (z.B. Marihuana) Drogen, egal ob ein Glas oder eine Flasche Bier, bei jedem Konsum geben Sie die Wirkstoffe an Ihr ungeborenes Kind weiter.

Auch ob Sie die schädlichen Schadstoffe regelmäßig oder unregelmäßig zu sich nehmen spielt keine Rolle. Der Konsum kann die Entwicklung Ihres Kindes schädigen, es krank machen oder eine Fehlgeburt auslösen.

Deshalb rät die Stadt Hilden sowie die Frauenärzte, die Hebammen und die Kinderärzte den Konsum von Drogen und Alkohol zu vermeiden. Besprechen Sie sich ruhig mit Ihrem Frauenarzt oder Ihrer Hebamme. Beide stehen Ihnen für Fragen und Informationen bereit.

## Medikamente in der Schwangerschaft

Auch die Wirkstoffe von Medikamenten können auf Ihr Baby übergehen.

Sollten Sie während der Schwangerschaft Beschwerden haben, greifen Sie nicht direkt zu Medikamenten. Manchmal hilft auch schon ein bisschen mehr Ruhe oder ein einfaches Hausmittel. Wenn möglich, verzichten Sie ganz auf Medikamente.

Bevor Sie ein Medikament (nicht nur Rezeptpflichtige, sondern auch Rezeptfreie!) zu sich nehmen, sollten Sie dies nur nach Absprache und Beratung mit einem Arzt tun.

## Mehrlinge: Doppeltes, Dreifaches, ... Glück!

„Sie kriegen Zwillinge (Drillinge, usw.)!“ Dieser Satz kann für viele werdende Eltern Glück und Sorge zugleich sein.

Dies ist für die werdenden Eltern eine Umstellung und viele Fragen können auftauchen. Doch seien Sie beruhigt, Mehrlingsgeburten sind keine Seltenheit in Deutschland!

Mehrlinge bedeuten häufig mehr Vorsorgeuntersuchungen und eine größere körperliche Belastung. Doch vertrauen Sie auf Ihren Frauenarzt, Ihre Hebamme und auf die Unterstützung der Familie. Lassen Sie sich ruhig helfen, sowohl durch ihre Familie und Freunde, aber auch durch öffentliche (institutionelle) Helfer. Sie müssen die Zeit vor und nach der Geburt nicht alleine bewältigen.

Ebenso ist eine Geburt vor dem errechneten Geburtstermin häufig. Auch kann es sein, dass Ihre Kinder kleiner und leichter zur Welt kommen. Denken Sie dran! Sie müssen sich den Platz in Ihrem Bauch teilen und Ihr Frauenarzt und Ihre Hebamme achten auf die gesunde Entwicklung Ihrer Kinder!

„Ist eine normale Geburt überhaupt möglich?“ Immer werden Ihnen geschulte Hebammen und Gynäkologen zur Seite stehen. Häufig ist auch ein Kinderarztteam vor Ort, um Ihre Kinder direkt zu untersuchen. Somit ist eine normale Geburt möglich. Je doch wird ab drei oder mehr Kindern in Ihrem Bauch ein Kaiserschnitt bevorzugt. Sprechen Sie am besten mit Ihrem Arzt / Ihrer Hebamme.

## Minderjährig und schwanger!

Du bist schwanger und noch minderjährig? Im ersten Moment wird das bestimmt ein Schock für dich sein. Doch sprich trotzdem mit Personen, denen du vertraust darüber (Familie, Lehrer, Freunde, Vater des Kindes ...).

Und such dir unbedingt auch Hilfe und Unterstützung bei Fachleuten. Denn Beratung und Unterstützung anzunehmen, zeigt keine Schwäche - sondern Stärke!

### Amt für Jugend, Schule und Sport

Beistandschaften - Stadt	Öffnungszeiten
<b>Hilden</b>	Montag, Freitag 8:00 – 12:00 Uhr
Am Rathaus 1	Dienstag 8:00 – 16:00 Uhr
40721 Hilden	Donnerstag 8:00 – 18:00 Uhr
Telefon 02103 72 - 520	
oder - 521 oder - 567	
www.hilden.de	

Da du zum Zeitpunkt der Geburt selber noch nicht geschäftsfähig bist, braucht dein Baby einen gesetzlichen Vertreter, einen sogenannten Vormund. Um einen Interessenskonflikt mit deinen Eltern und Großeltern zu vermeiden, können diese die Aufgabe nicht übernehmen. Das Jugendamt wird deshalb durch Gesetz und automatisch Vormund deines Kindes. Der Amtsvormund ist neutral und handelt im Interesse deines Kindes.

Das heißt aber nicht, dass du nicht mehr das Sorgerecht hast! Der Amtsvormund und du üben die Personensorge gemeinsam aus. Du darfst also trotzdem alleine über die täglichen Dinge deines Kindes entscheiden. Da du dein Kind aber nicht vertreten kannst, brauchst du in einigen Fällen das Einverständnis des Vormundes.

Der Vormund hält, bis zu deiner Volljährigkeit, regelmäßig Kontakt zu dir und unterstützt dich, dein Kind und deine Familie. Ebenso bietet dir der

Vormund Beratung, Klärung von Fragen und Problemen (z.B. Vaterschaft, Unterhalt...) und weitere Hilfestellungen.

Also, wenn du minderjährig, nicht verheiratet und schwanger bist, dann melde dich schnellstmöglich bei einem der oben genannten Mitarbeiterinnen der Beistandschaft.

### **Beratungsstellen**

Egal in welchem Alter, (Schwangerschafts-)Beratungsstellen bieten vielfältige Unterstützungen. Scheu dich nicht, bei Fragen oder Problemen solche aufzusuchen. Was noch wichtiger ist, auch der Vater deines Kindes kann diese aufsuchen und alleine oder mit dir gemeinsam hin gehen.

Der gemeinsame Weg durch eine glückliche Schwangerschaft steht bei den Beratungsstellen im Vordergrund.

Welche Beratungsstellen die Stadt Hilden bietet findest du im Kapitel „E“.

### **Schule / Ausbildung / Job, Wohnen, Kinderbetreuung - wie geht's weiter?**

Wie kriege ich Schule, Ausbildung oder Beruf mit Kind unter einen Hut? Wo und wie wohne ich mit meinem Kind und wie wird mein Kind später betreut? Dies sind sicherlich einige Fragen die du dir im Laufe der Schwangerschaft stellen wirst.

Eins vorweg, es wird sicherlich nicht ganz einfach, jedoch auch nicht unmöglich. Alles sind wichtige Details, die geregelt und geklärt werden müssen.

Wende dich an das zuständige Amt für Jugend, Schule und Sport, an Beratungsstellen oder an Vertrauenspersonen.

## Ich werde Vater!

Auch für Ihren Partner ist die Zeit der Schwangerschaft, eine intensive und spannende Zeit.

Nicht nur für Sie ist es eine große Umstellung, welche mit Freude begleitet wird. Ihr Partner muss sich nun ebenfalls umstellen und ihre Beziehung wird auf die Probe gestellt.

Durch gemeinsame Vorsorgeuntersuchungen, die gemeinsame Begleitung an Elternvorbereitungskurse und die gemeinsame Gestaltung des neuen Alltags, können sie die Schwangerschaft bis zur Geburt zusammen gut gestalten und erleben.

Ihre Partner mit einzubinden, lässt auch eine bessere Bindung zu Ihrem Kind zu.

Zweisamkeit, Vertrauen und Kommunikation sind die großen Stichworte. Während und vor allem auch nach der Schwangerschaft sind dies drei wichtige Elemente für Ihre Beziehung und für Ihre kleine neue Familie.

Teilen Sie mit Ihrem Partner die Sorgen, Ängste und Wünsche! Suchen Sie, wenn nötig gemeinsam nach Hilfen und das wichtigste, genießen Sie Ihre Schwangerschaft, die Geburt und die Zeit zu dritt!

### **Väterberatung bei Esperanza**

#### **Esperanza Väterberatung**

Neanderstr. 68  
40822 Mettmann  
Telefon 02104 1419 - 245  
Mobil 0175 224 63 56  
esperanza@skfm-mettmann.de

#### **Sprechzeiten**

nach telefonischer Vereinbarung  
Mittwochs beim SKFM Hilden,  
Kirchhofstr. 18, 40721 Hilden

## Die Namensgebung

Wie wird mein Kind heißen? Diese Frage werden Sie sich wohl öfters in der Schwangerschaft stellen. Grundsätzlich ist zu sagen, dass jeder ein Recht auf einen Vor-, sowie Nachnamen hat.

Selten gibt es bei der Namenswahl des Vornamens-Probleme. Wichtiger je doch ist die Frage, welchen Nachnamen nimmt mein/unser Kind an.

Sollten Sie, zum Zeitpunkt der Geburt, verheiratet sein und üben die elterliche Sorge gemeinsam aus, so wird durch eine Erklärung beim Standesamt der Nachname der Mutter oder des Vaters angenommen.

Im Falle, dass Sie zum Zeitpunkt der Geburt, nicht verheiratet sind, erhält das Kind den Nachnamen der Person, welche die elterliche Sorge ausübt. Jedoch besteht die Möglichkeit, dass das Kind den Nachnamen der Person annimmt, welche nicht die elterliche Sorge ausübt. Dies müssen Sie dann gegenüber dem Standesamt erläutern und klären.

[Bsp.: Sie als Mutter üben die elterliche Sorge aus, so erhält das Kind Ihren Nachnamen. Möchten Sie je doch, dass Ihr Kind den Nachnamen des Vaters (auch wenn er die elterliche Sorge nicht ausübt) erhält, so müssen Sie dies vor dem Standesamt erklären.]

## Die Geburt!

Endlich ist es soweit! Das Warten hat ein Ende!

Ihr Kind kündigt sich an! Die Wehen kommen in einem immer kürzeren Abständen und die Vorfreude steigt.

Doch, wie sieht die Geburtshilfe aus? Wann suche ich mir meine Geburtsklinik bzw. welche Möglichkeiten für die Geburt gibt es? Auch die Geburt sollte gut vorbereitet sein!

## Geburtshilfe

### Geburtshilfe

Die normale Geburtshilfe ist den Hebammen vorbehalten, d.h. zu jeder Geburt muss eine Hebamme hinzugezogen werden. Bei Komplikationen bzw. regelwidrigen Verläufen muss die Hebamme wiederum einen Arzt hinzuziehen.

Geburt ist Bewegung.

Die Hebamme begleitet Sie und Ihren Partner in allen Phasen der Geburt. Sie unterstützt Sie beim Beatmen der Wehen und bei der Entspannung in den Wehenpausen. Sie berät Sie beim Probieren hilfreicher Haltungen und Bewegungen sowie beim Verändern der Gebärlage. Sie beobachtet und untersucht Sie. Sie beantwortet gern Ihre Fragen zum Geburtsverlauf, zu den Herztönen und zu eventuellen (medizinischen) Unterstützungsmaßnahmen. Sie hilft Ihnen nach der Geburt beim ersten Anlegen und Stillen und nimmt die erste Vorsorgeuntersuchung (U1) beim Kind vor.

Jede normal und spontan verlaufende Geburt kann eine Hebamme in eigener Verantwortung leiten. Dafür bieten sich verschiedene Orte an:

## Geburtsorte

### **Geburt in der Klinik**

Hebammen sind im Schichtdienst rund um die Uhr für Sie da. Nach der Geburt können Sie mit dem Neugeborenen bereits einige Stunden später nach Hause fahren (ambulante Geburt) oder noch ein paar Tage in der Klinik bleiben.

### **Geburt in der Klinik mit „Ihrer“ Hebamme**

Die freiberufliche Hebamme, die Sie schon während der Schwangerschaft betreut hat, begleitet Sie in die Klinik und leitet als sog. Beleghebamme – unabhängig vom Schichtdienst – die Geburt (1 zu 1-Betreuung).

### **Geburt im Geburtshaus**

Ein Team von meist 2 Hebammen begleitet Sie während Schwangerschaft und Geburt. Durchgehende und persönliche 1 zu 1-Betreuung in einer vertrauensvollen, ruhigen Atmosphäre ermöglichen Ihnen, die Geburt selbstbestimmt zu gestalten.

### **Hausgeburt**

Ihre Ihnen schon vertraute Hebamme begleitet Sie bei der Geburt zu Hause in Ihrer gewohnten Umgebung. Sie erfahren eine kontinuierliche, abwartende und kompetente 1 zu 1-Begleitung in der Ruhe Ihrer vertrauten häuslichen Umgebung. Haus- und Geburtshausgeburten sind in der Regel interventionsarm und ohne pharmazeutische Schmerzlinderung möglich. Wenn Sie eine Hausgeburt planen, wenden Sie sich bitte frühzeitig an eine in der Hausgeburtshilfe tätige Hebamme.

## Geburtsklinik

Rechtzeitig, vor dem errechneten Geburtstermin, können Sie sich eine Klinik suchen und mit dieser Kontakt aufnehmen.

### **In Hilden steht Ihnen folgende Geburtsklinik zur Verfügung:**

#### **Geburtsklinik**

**St. Josefs Krankenhaus**  
Walderstraße 34-38  
40724 Hilden  
Telefon 02103 89 90  
www.k-plus.de

#### **Sekretariat**

Telefon 02103 89 93 11  
**Kreissaal**  
Telefon 02103 89 93 34

Im Hildener St. Josefs Krankenhaus kommen jährlich circa 500 Kinder zur Welt. Auf der Wöchnerinnen-Station liegen die Mütter zu zweit auf einem Zimmer, auf Anfrage ist auch ein Familienzimmer möglich. „Rooming in“ ist die Regel.

Der Kreissaal des St. Josefs Krankenhaus besteht aus einem Aufnahmezimmer und zwei Gebärräumen. In diesen werden sämtliche Gebärpositionen angeboten. Darüber hinaus besteht auch die Möglichkeit von Wassergeburten. Jeden ersten Donnerstag im Monat findet um 18 Uhr eine Kreissaalführung statt.

## Floh-Flips & Co in der VillaVita

„Floh, Flips & Co“ bietet Ihnen Kursangebote für schwangere Frauen und Mütter im und nach dem Wochenbett.

In der Hebammenpraxis VillaVita werden Ihnen verschiedene Kursangebote gemacht:

- ▶ Geburtsvorbereitung
- ▶ Rückbildungsgymnastik
- ▶ PEKIP
- ▶ Babymassage
- ▶ Trageberatung
- ▶ Entspannungskurse
- ▶ Spielgruppen
- ▶ Stillcafé
- ▶ Erste Hilfe am Kind
- ▶ Yoga
- ▶ Autogenes Training für Erwachsene
- ▶ Entspannung für mein Kind
- ▶ Yoga für Schwangere
- ▶ Musikgruppe

Ort: VillaVita, Heiligenstr. 12, 40721 Hilden

weitere Infos und die Kurszeiten unter [www.villavita-rundumfamilie.de](http://www.villavita-rundumfamilie.de)

## (Wirtschaftliche) Hilfen

Sie haben Anspruch auf Hilfen vom Staat. Doch welche gibt es überhaupt? Und welche benötige ich? Diese Frage klären wir im folgenden Abschnitt. Dabei handelt es sich nicht nur um finanzielle Unterstützung, sondern auch um gesetzliche Ansprüche. Eins ist dennoch wichtig: Kümern Sie sich schon vor der Geburt Ihres Kindes um die Papiere, da die Bearbeitungszeit etwa 4-8 Wochen beträgt.

### Mutterschutzgesetz

#### **Mutterschutz**

Wenn Sie Ihrem Arbeitgeber Ihre Schwangerschaft mitteilen, besteht für Sie ein Kündigungsschutz während der Schwangerschaft und bis zu 4 Monate nach der Entbindung. Dies gilt auch, wenn Sie eine Schwangerschaft innerhalb von zwei Wochen nach Zugang der Kündigung mitteilen. In besonderen Fällen kann allerdings die Kündigung von der zuständigen Behörde für zulässig erklärt werden (z.B. bei betriebsbedingten Kündigungen oder Insolvenz der Firma).

#### **Während der Schwangerschaft und der Stillzeit gelten besondere Mutterschutzvorschriften am Arbeitsplatz:**

- ▶ Beginn des Mutterschutz: 6 Wochen vor der Geburt
- ▶ Ende des Mutterschutz: 8 Wochen nach der Entbindung
- ▶ Ausnahme: bei Frühgeburten oder Mehrlingsgeburten verlängert sich die Zeit nach der Entbindung auf mindestens 12, max. 18 Wochen.
- ▶ Während der Schutzfrist gilt ein absolutes Beschäftigungsverbot!

- ▶ Es kann auf Wunsch auf die 6 Wochen Mutterschaftsurlaub vor der Geburt verzichtet werden, wenn Sie dieses dem Arbeitgeber ausdrücklich mitteilen.
- ▶ Während der Vorsorgeuntersuchungen müssen Sie freigestellt werden, da kein Verdienstausschlag entsteht.
- ▶ Wenn Sie die Elternzeit nicht oder nicht voll in Anspruch nehmen möchten, muss Ihr Arbeitgeber Sie für die erforderliche Stillzeit von der Arbeit freistellen. Diese Zeit muss weder vor- noch nachgearbeitet werden. Zu dem darf kein Verdienstausschlag durch die Stillzeit entstehen.

### **Mutterschaftsgeld**

Mutterschaftsgeld erhalten Sie, wenn Sie in einem Arbeitsverhältnis stehen oder Ihr Arbeitgeber das Arbeitsverhältnis während der Schwangerschaft zulässig gekündigt hat. Die gesetzliche Krankenkassen zahlen während der Schutzfristen vor und nach der Entbindung. Wenn Sie zu Beginn der Schutzfrist in keinem Arbeitsverhältnis stehen, jedoch bei einer gesetzlichen Krankenversicherung mit Anspruch auf Krankengeld versichert sind, erhalten Sie Mutterschaftsgeld in Höhe des Krankengeldes.

Das Mutterschaftsgeld beträgt 13 Euro pro Kalendertag. Der Arbeitgeber muss die Differenz bis zu Ihrem tatsächlichen Nettolohn als Zuschuss zum Mutterschaftsgeld zahlen, sofern Ihr Nettoeinkommen 390 Euro übersteigt.

Arbeitnehmerinnen, die nicht selbst Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse sind (z.B. privat krankenversichert, in der gesetzlichen Kran-

kenkasse Familienversichert oder geringfügig beschäftigt sind), erhalten Mutterschaftsgeld in der Höhe von insgesamt 210 Euro über die Mutterschaftsgeldstelle des Bundesversicherungsanstalt.

### **Mutterschaftslohn**

Anspruch auf Mutterschaftslohn haben Sie, wenn Sie vor Beginn der eigentlichen Schutzfrist wegen der Schwangerschaft nicht mehr arbeiten dürfen. Das ist beispielsweise der Fall, wenn gesundheitliche Probleme auftreten und der Arzt eine weitere Beschäftigung untersagt. In einem solchen Fall muss der Arbeitgeber Ihnen einen anderen Arbeitsplatz zuweisen oder Sie von der Arbeit freistellen. Durch derartige medizinische Probleme dürfen Ihnen keine finanziellen Nachteile entstehen. Sie haben daher Anspruch auf das Durchschnittsgehalt der letzten drei Monate als Mutterschaftslohn.

### **Eine Broschüre zum Mutterschutzgesetz erhalten Sie hier**

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend**

Rochusstraße 8-10

53107 Bonn

Telefon 0180 190 70 50

[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)



# Kindergeld

**Familienkasse Düsseldorf**

Grafenberger Allee 300  
40237 Düsseldorf  
Telefon 0211 69 20  
Fax 0211 69 24 10 33 09  
familienkasse-duesseldorf@  
arbeitsagentur.de

**Öffnungszeiten**

Mo, Di, Fr 8:00 – 12:00 Uhr  
Do 8:00 – 18:00 Uhr

**Bundesweite Kindergeld-  
Rufnummern**

Telefon 0800 455 55 30

Über diese Telefonnummer  
beantwortet ein Service-  
Center alle Fragen zum Thema  
Kindergeld.

**Wer bekommt Kindergeld?**

Kindergeld können alle Eltern, die ihren Hauptwohnsitz in der Bundesrepublik Deutschland haben, erhalten. Das Kindergeld gibt es für alle Kinder bis zum 18. Lebensjahr, für Kinder in der Ausbildung bis zum 25. Lebensjahr (plus Zivil- bzw. Wehrdienst). Ohne Arbeitsplatz bekommen es Kinder bis zum 21. Lebensjahr. Zeitlich unbegrenzt bekommen es Kinder, die wegen ihrer Behinderung außer Stande sind, sich selbst zu versorgen.

**Die Höhe des Kindergeldes**

Das Kindergeld wird einkommensunabhängig gezahlt. Es ist nach der Zahl der Kinder gestaffelt und beträgt:

- ▶ für das erste und zweite Kind monatlich 184 €
- ▶ für das dritte Kind monatlich 190 €
- ▶ für das vierte und jedes weitere Kind monatlich 215 €

Fällt ein Kind weg, rücken die anderen Geschwister nach.

Ausgezahlt wird das Kindergeld an den Elternteil, bei dem das Kind lebt. Lebt das Kind bei beiden Elternteilen, können diese bestimmen, welcher Elternteil das Kindergeld erhalten soll.

**Wo wird das Kindergeld beantragt?**

Der Antrag muss schriftlich bei der Familienkasse der Agentur für Arbeit gestellt werden, ein mündlicher Antrag (z.B. durch Telefonanruf) ist nicht möglich. Der Antrag kann auch durch einen Bevollmächtigten gestellt werden. Wer im öffentlichen Dienst beschäftigt ist, beantragt das Kindergeld bei seiner Personalstelle.

## Kinderzuschlag

### **Familienkasse Düsseldorf**

(siehe "Kindergeld")

Den Kinderzuschlag erhalten Alleinerziehende und Elternpaare für ihre Kinder, wenn diese unverheiratet, unter 25 Jahre alt sind und noch bei den Eltern leben. Zudem sind noch folgende Punkte zu beachten:

- ▶ Kindergeld muss bezogen werden
- ▶ die monatliche Einnahmen der Eltern, erreichen die Mindesteinkommensgrenze (beträgt bei Elternpaare 900 €, bei Alleinerziehende 600 €)
- ▶ das zu berücksichtigende Einkommen und Vermögen darf die Höchsteinkommensgrenze nicht überschreiten
- ▶ der Bedarf der Familie ist durch den Kinderzuschlag gedeckt, sodass kein Anspruch auf Arbeitslosengeld II / Sozialgeld besteht (-> der gleichzeitige Bezug ist nicht möglich!)
- ▶ Der Kinderzuschlag wird mit dem Kindergeld monatlich überwiesen. Die Höhe des Kinderzuschlags beträgt höchstens 140 € pro Monat / pro Kind. Jedoch bemisst es sich auch nach dem Einkommen und Vermögen der Eltern.

## Kindesunterhalt

Lebt ein minderjähriges Kind nur mit einem Elternteil zusammen, muss das andere Elternteil (Bar-)Unterhalt für das Kind leisten. Der Unterhalt für das Kind orientiert sich in der Regel nach den Sätzen der Düsseldorfer Tabelle (siehe nächste Seite).

Dabei sind aber viele Gesichtspunkte des Einzelfalles zu beachten, so dass die Feststellung des richtigen Unterhaltanspruches des Kindes meist nicht durch einen kurzen Blick in die Tabelle erfolgen kann. Es ist daher unbedingt ratsam, Beratung und/oder Unterstützung bei der Durchsetzung des Kindesunterhalts zu suchen.

Diese Hilfe und Unterstützung können Sie im Rahmen einer Beistandschaft/ Beratung beim Amt für Jugend, Schule und Sport erhalten. Vereinbaren Sie einfach einen Termin mit der für Sie zuständigen Mitarbeiterin (siehe oben).

### **Düsseldorfer Tabelle**

Düsseldorfer Tabelle 2013/2014

(gültig ab 01.01.2013 voraussichtlich bis 31.12.2014)

## Elterngeld

Das Elterngeld dient Ihnen als Familien, nach der Geburt Ihres Kindes, als guten Start in das gemeinsame Glück. Elterngeld ist ein Schonraum, welcher ermöglicht die Erwerbstätigkeit vorübergehend ganz oder auch nur teilweise auszusetzen. Der Einkommenswegfall wird hierdurch ersetzt.

Maximal 14 Monate können Sie das Elterngeld beziehen. Dabei können Sie frei entscheiden, wie Sie es untereinander aufteilen. Mindestens 2, maximal 12 Monate kann dabei ein Elternteil, das Elterngeld in Anspruch nehmen. Wenn sich Ihr Partner ebenfalls an der Erziehung des Kindes beteiligt und somit ein Einkommenswegfall von 2 Monaten entsteht, kann das Elterngeld auf 2 Monate verlängert werden (somit sind Sie im maximalen Zeitraum). Alleinerziehende haben grundsätzlich Anspruch auf 14 Monate.

Die Höhe des Elterngeldes orientiert sich nach dem Einkommen des Elternteils, welcher das Kind betreut. Dabei wird auf das monatliche Durchschnittseinkommen des Jahrs vor der Geburt geschaut. Mindestens 300 €, Maximal 1.800 € kann bezogen werden. Grundsätzlich gilt, umso weniger Einkommen, umso höher die Ersatzrate.

## Die Elternzeit

Die Elternzeit dient zur Betreuung und Erziehung Ihres Kindes bis zu dessen dritten Lebensjahr. In dieser Zeit ruhen die Hauptpflichten des Arbeitsverhältnisses. Jedoch bleibt das Arbeitsverhältnis bestehen und Sie haben nach Beendigung der Elternzeit einen Anspruch auf Ihren ursprünglichen Arbeitsplatz. Sie sind frühestens 8 Wochen vor und während der Elternzeit nicht kündbar.

	Nettoeinkommen des Unterhaltspflichtigen in €	Altersstufen in Jahren (§ 1612 A I BGB)				Prozent	Bedarfskontrollbetrag
		0 – 5	6 – 11	12 – 17	ab 18		
1	bis 1.500	317	364	426	488	100	800/ 1.000
2	1.501 – 1.900	333	383	448	513	105	1.100
3	1.901 – 2.300	349	401	469	537	110	1.200
4	2.301 – 2.700	365	419	490	562	115	1.300
5	2.701 – 3.100	381	437	512	586	120	1.400
6	3.101 – 3.500	406	466	546	625	128	1.500
7	3.501 – 3.900	432	496	580	664	136	1.600
8	3.901 – 4.300	457	525	614	703	144	1.700
9	4.301 – 4.700	482	554	648	742	152	1.800
10	4.701 – 5.100	508	583	682	781	160	1.900

Bei Einkommen über 5.101 Euro netto wird einzelfallabhängig ermittelt

Sie und Ihr Partner können gleichzeitig die Elternzeit von bis zu drei Jahren in Anspruch nehmen. Sie müssen mindestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit diese schriftlich von ihrem Arbeitgeber verlangen. Während der Elternzeit besteht die Möglichkeit, eine Teilerwerbstätigkeit (max. 30 Wochenstunden) auszuüben, um das Familieneinkommen zu sichern. Auch hier besteht die Möglichkeit, dass Sie und Ihr Partner dies gleichzeitig ausüben.

In Ausnahmen kann Ihr Arbeitgeber auch eine Übertragung der Elternzeit, im Zeitraum vom dritten bis achten Geburtstag Ihres Kindes, von bis zu 12 Monaten ermöglichen.

### **Zuständig für die Anträge für Elterngeld und Elternzeit sowie die Beantwortung von Fragen ist:**

Kreisverwaltung Mettmann	Öffnungszeiten
Der Landrat - Sozialamt - Abteilung Elterngeld - Düsseldorf Straße 47 40822 Mettmann Telefon 02104 99 34 35 Fax 02104 99 34 34 elterngeld@kreis-mettmann.de	Di - Mi 7:30 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr  Do 7:30 – 12:00 Uhr 13:00 – 16:30 Uhr

### **Anträge bekommen Sie auch im**

Bürgerbüro	Öffnungszeiten
Am Rathaus 1 40721 Hilden Raum E50 Telefon 02103 72 777 Fax 02103 72 701 buergerbuero@hilden.de	Mo, Di, Mi 8:00 – 16:00 Uhr Do 8:00 – 19:00 Uhr Fr 8:00 – 12:00 Uhr Sa 8:00 – 12:00 Uhr

## Arbeitslosengeld I

### **Bundesagentur für Arbeit**

Geschäftsstelle Hilden  
Warrington Platz 1  
40721 Hilden  
hilden@arbeitsagentur.de

Telefon 01801 55 51 11 (Arbeitnehmer)\*  
Telefon 01801 66 44 66 (Arbeitgeber)\*  
\*Festnetzpreis 3,9 ct/min  
Mobilfunkpreise höchstens 42 ct/min.

Das Arbeitslosengeld I stellt eine Entgeltersatzleistung dar, die dem Anspruchsberechtigten bei eintretender Arbeitslosigkeit ermöglichen soll, über einen gewissen Zeitraum hinweg den Lebensstandard zu halten.

### **Voraussetzungen für ALG I**

Sofern Sie oder Ihr Partner arbeitslos werden, haben Sie Anspruch auf Zahlung von Arbeitslosengeld I. Voraussetzung ist, dass Sie in der sogenannten Rahmenfrist (zwei Jahre) mindestens zwölf Monate in einem Versicherungsverhältnis gestanden haben.

### **Wie lange und in welcher Höhe wird ALG I gezahlt?**

Die Anspruchsdauer richtet sich nach Ihrem Alter und der vorausgegangen Beschäftigungsdauer. Im Regelfall beträgt die Bezugsdauer zwölf Monate. Die Höhe des Arbeitslosengeldes beträgt 67% des Letzten Nettoeinkommens.

### **Wo kann ich das Arbeitslosengeld beantragen?**

Um Arbeitslosengeld I zu erhalten, müssen Sie sich bei der Bundesagentur für Arbeit arbeitslos melden.

## Arbeitslosengeld II

### Jobcenter

ME-aktiv, Geschäftsstelle  
Hilden  
Hofstraße 56 - 60  
40721 Hilden  
Telefon 02104 14 16 30  
Fax 02103 395 61 39  
Jobcenter-Mettmann.Hilden  
@jobcenter-ge.de

### Öffnungszeiten

Mo, Di, Do, Fr 8:30 – 11:30 Uhr  
Do 14:00 – 16:30 Uhr  
Mi geschlossen  
und nach Vereinbarung

Sofern Sie den Lebensunterhalt für sich und Ihre Familie nicht aus eigenen Mitteln sicherstellen können, haben Sie möglicherweise Anspruch auf die Zahlung von Arbeitslosengeld II.

### Voraussetzungen für ALG II

Voraussetzung hierfür ist, dass mindestens eine Person in Ihrer Hausgemeinschaft erwerbsfähig ist, d.h. keine gesundheitlichen Gründe gegen eine Erwerbsfähigkeit von mindestens drei Stunden täglich sprechen. Ob eine Erwerbsfähigkeit wegen der Betreuung von Kindern nicht möglich ist, spielt dabei keine Rolle.

Die Zahlung des Arbeitslosengeldes II ist einkommens- und vermögensabhängig.

### Wo bekomme ich ALG II?

Zu beantragen ist das Arbeitslosengeld II bei Ihrer zuständigen Arbeitsgemeinschaft ME-aktiv, die Ihnen bei Fragen zum Arbeitslosengeld II gerne weiterhilft.

## Haushaltshilfe

Eine Haushaltshilfe (§ 198 RVO) können Sie bei Ihrer Krankenkasse beantragen, wenn Sie wegen der Schwangerschaft oder Entbindung Ihren Haushalt nicht selbst führen können. Dies kann insbesondere der Fall sein, wenn Sie noch weitere Kinder unter 12 Jahren (bei manchen Kassen bis 14) zu versorgen haben. Für die Beantragung einer Haushaltshilfe benötigen Sie eine ärztliche Bescheinigung.

Kann keine professionelle Hilfe gefunden werden, erstattet die Krankenkasse die Kosten für eine Ersatzkraft in angemessenem Umfang bis zu 8 Stunden täglich.

Dies gilt nicht für nahe Verwandte z.B. Eltern oder Geschwister. Wenn der Ehemann die Versorgung übernimmt, kann er sich vom Arbeitgeber unbezahlt freistellen lassen und die Krankenkasse erstattet den Verdienstaufschlag in der Regel in Höhe des Krankengeldes. Dies gilt nur, wenn er in der gesetzlichen Krankenkasse pflichtversichert ist.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an Ihre Krankenkasse!

## Kinderschutzbund Hilden - Offener Kleiderschrank

### Kinderschutzbund Hilden

Schulstraße 44  
40721 Hilden  
Telefon 02103 548 53  
Fax 02103 39 62 99  
dksb.hilden@web.de

### Öffnungszeiten

Di + Do 9:30 – 11:00 Uhr  
Di 15:30 – 17:00 Uhr

Im „Offenen Kleiderschrank“ können Sie gebrauchte, aber gut erhaltene Kinderkleidung zu äußerst günstigen Preisen erhalten. Viele ehrenamtliche Mitarbeiterinnen räumen und sortieren unermüdlich die Kleidung ein und sorgen für einen guten Durchblick.

Auch Kinderbetten, Kinderwagen, Bettwäsche, Zudecken und vieles mehr rund um das Kind sind bei uns erhältlich.

Baby-Erstausrüstung (hier sind vor allem Anziehsachen gemeint) können Sie ebenfalls bei uns erhalten.

Wenn Sie gut erhaltene Beleidung Ihrer Kinder abgeben wollen, sind Sie bei uns natürlich auch an der richtigen Adresse.

### Öffnungs- und Abgabezeiten des „Offenen Kleiderschranks“

Dienstags 9:30 Uhr – 11:00 Uhr und 15:30 Uhr – 17:00 Uhr  
Donnerstags 9:30 Uhr – 11:00 Uhr

## Ich benötige Beratung!

Jede Frau und jeder Mann hat einen Anspruch auf Beratung! Sie bietet Hilfen, gibt Ratschläge und bietet Betreuung.

Vor allem in der Schwangerschaft kann dies der Fall sein. Sie sind sich unsicher bezüglich der Schwangerschaft? Sie und Ihr Partner haben Probleme / Sorgen, die sie nicht selbst klären können?

Nehmen Sie Hilfe in Anspruch! Es ist keine Schwäche, sondern zeigt Stärke und Kraft!

Sie können die Beratung telefonisch, im Internet oder persönlich aufsuchen und nutzen. Jedes hat so seine Vor- und Nachteile! Wichtig ist jedoch, dass Sie sich damit identifizieren können. Auch bei den Themen gibt es keine Einschränkungen. Fragen rund ums Kind, Sexualität, Partnerschaft, Schwangerschaftsabbruch usw. können Sie mit den Beratungsstellen klären.

## Hilda: Kursangebote für Familien in Hilden

Hilda erhalten sie unter anderem hier:

Im Internet unter [www.hilden.de](http://www.hilden.de) (in der Rubrik Schöner wohnen) oder im Rathaus, bei Kinderärzten, in Familienzentren, in Bildungseinrichtungen.

### Ansprechpartnerin:

**Stadt Hilden**  
**Soziale Dienste**  
Am Rathaus 1  
40721 Hilden

**Frau Eckelt**  
Telefon 02103 72-528

### **Was ist Hilda?**

Hilda steht für „Hildener Angebote für Familien“ und ist ein innovatives Projekt der Stadt Hilden, koordiniert vom Amt für Jugend, Schule und Sport. In dieser Broschüre werden die vielfältigen Kursangebote für Familien in Hilden gebündelt und übersichtlich präsentiert.

Hinter Hilda steht ein Redaktionskreis, dem eine Vielzahl von Hildener Institutionen und Einrichtungen angehört. Hilda stellt damit einen wichtigen Baustein für die Förderung von Familien und Kindern in Hilden dar. Das Programmheft erscheint 2x im Jahr. Hilda ist kostenlos!

## Kreis Mettmann

### **Sozialpädagogische Beratung**

Die Vorfreude auf die Geburt eines Kindes, kann sich bei einer jungen Mutter, die sich in einer schwierigen Lage befindet, oder bei Eltern die durch eine eigene Erkrankung besonders belastet sind, in eine sorgenvolle Zeit verwandeln.

Eine vorzeitige Geburt und die Ungewissheit, ob das Kind sich auch unter diesen Umständen gesund entwickelt, versetzt Familien in eine neue Rolle und stellen sie vor neue Herausforderungen. Sollte der Arzt eine Erkrankung oder Behinderung des Kindes befürchten löst dieses bei den Eltern Unsicherheit, Angst und Sorge um das Kind und die eigene Zukunft aus. Auch Kinder die sich trotz Fehlen jeglicher Belastungsfaktoren nicht altersgerecht entwickeln fordern den Eltern viel Zeit Geduld und Zuversicht ab. Die Sozialarbeiterinnen/Sozialpädagoginnen der Sozialpädagogischen Beratung stehen diesen Eltern zur Seite. Die Eltern können bereits vor der Geburt oder noch in der Klinik, bzw. in der Häuslichkeit Beratung und Info erhalten. Die gesundheitliche Entwicklung der Kinder

wird in den ersten drei Lebensjahren begleitet und die Eltern bei Bedarf über Förder- und Therapieangebote beraten und unterstützt. Der Einsatz früher Hilfen und die frühe Förderung der Kinder sind Ziel der Arbeit.

Die Eltern erhalten auch Informationen zu rechtlichen und finanziellen Hilfen.

### **Die Sozialpädagogische Beratung ist zu erreichen:**

**Kreisverwaltung Mettmann**

**Sozialpädagogische Beratung**

**Frau Karin Till**

Düsseldorfer Straße 47

40822 Mettmann

Telefon 02104 99 23 01

Fax 02104 99 52 53

karin.till@kreis-mettmann.de

Seit 32 Jahren bietet die Sozialpädagogische Beratung den Eltern von sog. Beobachtungskindern Beratung, Begleitung und Unterstützung an.

## donum vitae e.V. Kreis Mettmann

### Staatlich anerkannte Schwangerschaftskonfliktberatung

Gerresheimer Straße 106  
40721 Hilden  
Telefon 02103 41 77 45  
Fax 02103 24 99 97  
donum\_vitae\_hilden@  
t-online.de  
www.donum-vitae-hilden.de

### Donum Vitae e.V. berät Frauen, Paare und ihre Familien

Sie sind schwanger und haben möglicherweise viele Fragen. Vielleicht ist die Schwangerschaft nicht nur mit Freude verbunden, sondern löst auch Unsicherheiten und Ängste aus.

In unserer Beratungsstelle unterstützen und begleiten wir Sie in der Schwangerschaft und auch nach der Geburt Ihres Kindes.

### Wir informieren und beraten

- ▶ bei Konflikten in und mit der Schwangerschaft
- ▶ vor, während und nach Pränataldiagnostik
- ▶ über gesetzliche Leistungen und finanzielle Hilfen
- ▶ bei rechtlichen Fragen
- ▶ (z.B. zu Mutterschutz, Elternzeit, Elterngeld, Arbeitsrecht)
- ▶ bei Fragen zur Verhütung und weiteren Familienplanung

Wir unterliegen der Schweigepflicht und beraten unabhängig von Nationalität und Religionszugehörigkeit.

Die Terminvergabe erfolgt nach vorheriger telefonischer Vereinbarung.

## Pro Familia Beratungsstelle

### Pro familia Beratungsstelle

Elberfelder Straße 6  
40822 Mettmann  
Telefon 02104 244 28  
Fax 02104 81 75 15  
mettmann@profamilia.de  
www.profamilia.de

### Öffnungszeiten

Mo - Fr 9:00 – 12:00 Uhr  
Mo, Mi 14:00 – 17:00 Uhr

Pro Familia berät bei Problemen mit oder in der Schwangerschaft. Beratung über soziale Hilfen sowie die psychosoziale Begleitung während der Schwangerschaft ist möglich

### Angebote

- ▶ Informationen und Beratung über Familienplanung
- ▶ Informationen im schulischen und außerschulischen Bereich zu Fragen der Sexualität und Leistung von präventiver Arbeit
- ▶ Informationen zu medizinischen Fragen, die Schwangerschaft betreffend
- ▶ Partnerschaftsberatung
- ▶ Sexualberatung
- ▶ Sexualpädagogik
- ▶ Sozial- und Familienrecht
- ▶ Verhütung
- ▶ Vorgeburtliche Untersuchung



**Pro Familia bietet Gruppen an für:**

- ▶ Schwangere
- ▶ Frauen in den Wechseljahren
- ▶ Mädchen
- ▶ Jungen

Die Beratungsstelle ist anerkannt im Sinne von § 9 des Schwangerschaftskonfliktgesetzes und damit zur Durchführung der zur straffreien Vornahme eines Schwangerschaftsabbruches erforderliche Beratung nach § 219 StGB befugt. Die Indikationsstellung zum legalen Schwangerschaftsabbruch nach § 218 StGB ist möglich.

## Esperanza Schwangerschaftsberatung

**Esperanza**

Neanderstraße 68  
40822 Mettmann  
Telefon 02104 1419-245  
Fax 02104 1419-244  
info@skfm-kreis-mettmann.de

**Öffnungszeiten**

Mo - Do 8:00 – 16:00 Uhr  
Fr 8:00 – 12:00 Uhr  
Nach telefonischer Vereinbarung mittwochs Sprechstunde  
beim SKFm Hilden, Kirchhofstr. 18, 40721 Hilden

**Esperanza - der Laden**

Neanderstraße 68  
Frau Schult  
Telefon 02104 1419-150

**Öffnungszeiten**

Mo - Do 9:00 – 18:00 Uhr  
Fr 9:00 – 13:00 Uhr  
Während der Öffnungszeiten werden auch gerne  
Sachspenden entgegengenommen.

**Esperanza Schwangerschaftsberatung**

Eine Schwangerschaft kann Ihr ganzes Leben durcheinander bringen. Je nachdem, ob sie geplant oder ungeplant ist, löst sie unterschiedliche Gefühle aus: Freude und Hoffnung, aber auch Unsicherheit und Angst. Denken Sie vielleicht an einen Schwangerschaftsabbruch? Machen Sie sich Sorgen, ob Sie ein Leben mit Kind überhaupt bewältigen können? Ganz gleich, in welcher Lebenssituation Sie sind, Esperanza unterstützt, berät und begleitet Sie. Wir bieten Ihnen individuelle Beratung und konkrete Hilfe: vor, während und nach einer Schwangerschaft.

**Esperanza - Der Laden**

In diesem Second-Hand-Shop kann man günstig Umstandskleidung, Babyerstaussstattung, Mode für die ganze Familie, Kinderwagen, Kinderbetten, Spiel-sachen und mehr erwerben.

## Internationales Müttercafé

### DRK Familienbundswerk

Ferdinand-Lieven-Grundschule DRK  
Lortzingstraße 1 Telefon 02103 556 28  
40721 Hilden

Das Müttercafé betreibt das DRK-Familienbildungswerk in Kooperation mit dem Kreisverband Mettmann e.V. und dem Amt für Jugend, Schule und Sport. Hier kann man sich zwanglos treffen (man kann auch nur ein Stündchen vorbeikommen). Es ist mitunter gedacht als Begegnungsstätte unterschiedlichster Nationen.

### Für die Mütter

Mütter können hier gemütlich einen Kaffee oder Tee trinken. Sie können sich mit anderen Müttern über Alltagssituationen oder Sorgen austauschen. Wer mag, kann sich auch „handwerklich“ austoben, beim Backen, Nähen, Basteln ...

Ebenso stehen die Mitarbeiter immer bereit, wenn sich jemand Hilfe holen möchte, auch bei scheinbar kleinsten Problemen.

### Für die Kinder

Unter Aufsicht unserer Kinderbetreuung oder ihrer Mütter spielen, basteln, malen die Kleinen. Sie frühstücken zusammen, singen, bei schönem Wetter können sie draußen toben und auch ein Nickerchen halten, wenn es nötig wird.

**Wann:** Freitags von 10:00 – 11:30 Uhr  
**Wo:** Ferdinand-Lieven-Schule, Lortzingstraße  
**Leitung:** Misbahia El Mokhtari  
Tanja Schmidt (Kinderbetreuung)

## Unterstützung durch die Stadt Hilden

Die Stadt Hilden kann Ihnen während und nach der Schwangerschaft einige Unterstützung bieten, Sie beraten und Sie an andere Stellen vermitteln.

Durch ein gutes Netzwerk unter den einzelnen Abteilungen sowie anderen Institutionen ist die Stadt Hilden ein guter Ansprechpartner für Sie, bei Fragen / Problemen, die nicht von Ihrem Frauenarzt / Ihrer Hebamme geklärt bzw. bearbeitet werden können.

Sprechen Sie einen der Ansprechpartner in den folgenden Artikeln einfach an.

## Beistandschaft

**Beistandschaft - Stadt  
Hilden / Amt für Jugend,  
Schule und Sport**  
Am Rathaus 1  
40721 Hilden  
Fax 02103 726 21  
www.hilden.de

Mo, Fr 8:00 – 12:00 Uhr  
Di 8:00 – 16:00 Uhr  
Do 8:00 – 18:00 Uhr  
Mi geschlossen

**Frau Berning**  
Raum U59  
Telefon 02103 72 -521  
denise.berning@hilden.de

**Frau Karberg**  
Raum U63  
Telefon 02103 72 -520  
daniela.karberg@hilden.de

**Frau Trapp**  
Raum U61  
Telefon 02103 72 -567  
andrea.trapp@hilden.de

### Was macht der Beistand?

Die Einrichtung einer Beistandschaft ist ein kostenloses Hilfsangebot Ihres zuständigen Jugendamtes.

Eine Beistandschaft hat zwei wesentliche Aufgaben: Sie kann eine Vater-

schaftsfeststellung durchführen und/oder die Unterhaltsansprüche Ihres Kindes geltend machen.

Die elterliche Sorge wird durch die Beistandschaft nicht eingeschränkt. Sollte eine Einigung bezüglich einer anstehenden Maßnahme nicht möglich sein, so kann die Beistandschaft jederzeit beendet werden.

### **Wie bekomme ich einen Beistand?**

Für eine Beistandschaft muss ein schriftlicher Antrag eingereicht werden. Der Antrag kann nur von dem Elternteil gestellt werden, mit dem das Kind in einer Haushaltsgemeinschaft lebt.

### **Aufgaben des Beistands**

#### **Vaterschaft**

Ist die Mutter eines Kindes zum Zeitpunkt der Geburt verheiratet, gilt vor dem Gesetz immer der Ehemann als Vater. Wenn er auch der leibliche Vater des Kindes ist, ist nichts weiter zu veranlassen.

Ist die Mutter zum Zeitpunkt der Geburt nicht verheiratet oder ihr Ehemann ist nicht der leibliche Vater, muss die Vaterschaft gesondert festgestellt oder anerkannt werden. Das Kind hat sonst „offiziell“, also vor dem Gesetz, keinen bzw. den falschen Vater.

In diesen Fällen kann der leibliche Vater das Kind freiwillig durch Unterzeichnung einer Urkunde anerkennen. Ist er hierzu nicht bereit, muss die Vaterschaft gerichtlich festgestellt werden.

### **Elterliche Sorge**

Bei einem ehelich geborenen Kind haben beide Elternteile das gemeinsame Sorgerecht über ihr Kind.

Sind die Eltern des Babys nicht miteinander verheiratet, hat die Mutter das alleinige Sorgerecht. Sie kann das Sorgerecht allerdings jederzeit mit dem Vater des Kindes teilen. Dafür müssen beide Elternteile eine Urkunde, die Sorgeerklärung, unterschreiben. Dies ist jedoch nur möglich, wenn die Mutter die Teilung ausdrücklich wünscht. Nach dem geltenden deutschen Gesetz kann der Vater das gemeinsame Sorgerecht nicht erzwingen.

Der europäische Gerichtshof sah hierin eine Benachteiligung von Vätern nichtehelicher Kinder im Vergleich zu Vätern ehelicher Kinder. Die derzeitige gesetzliche Regelung muss daher geändert werden. Bis zur Änderung haben Väter nichtehelicher Kinder in der Übergangszeit die Möglichkeit, beim Familiengericht das gemeinsame Sorgerecht zu beantragen, auch wenn die Mutter das nicht möchte. Das Gericht wird dem Vater dann (auch gegen den Willen der Mutter) das gemeinsame Sorgerecht erteilen, wenn es dem Wohl des Kindes nicht schadet.

# Stellwerk Hilden - Büro für Familie und Bildung

**Stellwerk Hilden - Büro für  
Familie und Bildung**

Mittelstraße 40 im Bürgerhaus  
40721 Hilden

Telefon 02103 72 - 504

Fax 02103 72 - 502

stellwerk@hilden.de

**Homepage**

[www.hilden.de](http://www.hilden.de)

[www.bildung-hilden.de](http://www.bildung-hilden.de)

**Öffnungszeiten**

Mo 9:00 – 14:00 Uhr

Di 12:00 – 18:00 Uhr

Mi 9:00 – 14:00 Uhr

Do 12:00 – 18:00 Uhr

Das Stellwerk Hilden - Büro für Familie und Bildung ist Ihr lokaler Ansprechpartner für alle Belange rund um die Themen Familie und Bildung. In Zusammenarbeit mit Ihnen und familienrelevanten Kooperationspartnern möchten wir die Lebensqualität für Familien in Hilden erhöhen. Wir sind für Sie da, gleich ob Sie Mutter, Vater, Großeltern oder Kind sind.

Wir möchten Sie beraten, über Aktuelles informieren, vorhandene Angebote kommunizieren und Themen vernetzen. Unser Ziel ist es, Familien zu unterstützen und Interessen zu verbinden. Hierbei koordinieren wir Aufgaben und kooperieren mit verschiedenen Partnern, um die Interessen der Familien zu vertreten.

**Das sind unsere Themen**

- ▶ Bildung
- ▶ Ehrenamt
- ▶ Erziehung / Familienbildung
- ▶ Familienfreundliche Infrastruktur
- ▶ Gesundheit & Bewegung
- ▶ Inklusion
- ▶ Jugend / Kinder
- ▶ Kinderbetreuung
- ▶ Prävention / Armutsprävention
- ▶ Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- ▶ Wirtschaftliche Hilfen
- ▶ und alles was für Sie / dich relevant ist

Wenn Sie Informationen zu Familie und Bildung benötigen, Fragen oder Anregungen haben - rufen Sie uns an, mailen Sie uns oder schauen Sie einfach zu den Öffnungszeiten bei uns vorbei. Wir freuen uns auf Sie.

## Erziehungs- und Familienberatung in der Psychologischen Beratungsstelle

### Psychologische Beratungsstelle Erziehungs-, Familien- und Schulpsychologische Beratung

Am Rathaus 1 (im Rathaus, 5.Etage)  
40721 Hilden  
Telefon 02103 72 - 271  
Fax 02103 72 - 618

beratung@hilden.de  
www.hilden.de

#### Anmeldung

(Telefonisch oder persönlich):  
Mo - Do 9:00 – 16:00 Uhr  
Fr 9:00 – 12:00 Uhr

Die erste Zeit mit einem Baby ist eine ganz besondere Phase, in der sich Freude, Erschöpfung, Liebe, Unsicherheit, Stolz und Anstrengung oft mischen. Viele Babys gewöhnen sich schnell an ihr neues Leben außerhalb des schützenden Körpers der Mutter. Manche Babys aber sind in den ersten Monaten ihres Lebens noch sehr irritierbar, schnell überfordert und schaffen es noch nicht so gut, sich allein oder mit Hilfe der Eltern zu beruhigen. Sie schreien dann oft und langanhaltend und finden selten in einen erholsamen Schlaf. Die Kräfte der Eltern werden sehr gefordert und reichen manchmal nicht aus, um mit ihrem Baby einen Ausweg aus der belastenden Situation zu finden.

Die Psychologische Beratungsstelle hilft Eltern auch direkt nach der Geburt. In enger Zusammenarbeit mit Kinderärzten und (Familien-) Hebammen sind die Fachkräfte der Beratungsstelle für Sie da, wenn Ihr Baby viel und häufig schreit, kaum schläft oder Probleme beim Füttern bestehen.

Sehr oft reichen einige wenige Termine aus, damit es Ihnen und Ihrem Kind besser geht.

Aber auch bei allen anderen Fragen, die für Sie und Ihre Familie durch die Geburt eines Kindes auftauchen (Eifersucht unter Geschwistern, Fragen zur Partnerschaft, Vereinbarkeit von Elternschaft und Beruf u.a.) können Sie sich jederzeit an die Beratungsstelle wenden.

## Der Allgemeine Soziale Dienst (ASD)

### Allgemeiner Sozialer Dienst - Stadt Hilden / Amt für Jugend, Schule und Sport

Am Rathaus 1  
Telefon 02103 72 - 540  
Fax 02103 72 - 621

#### Sprechzeiten

Mo, Di, Fr 9:00 – 10:30 Uhr  
Do 14:00 – 16:00 Uhr

www.hilden.de

#### Hilden Süd

(PLZ 40723)  
Fr. Alt  
Telefon 02103 72 - 512

Fr. Eckelt  
Telefon 02103 72 - 528

Fr. Pahlke  
Telefon 02103 72 - 579

#### Hilden Nord - West - Mitte

(PLZ 40721)  
Fr. Mues  
Telefon 02103 72 - 533

Fr. Arndt-Brakemeier  
Telefon 02103 72 - 524

Fr. Humpert  
Telefon 02103 72 - 538

Fr. Weiduschadt  
Telefon 02103 72 - 514

#### Hilden Nord - Ost

(PLZ 40724)  
Fr. Steinberg  
Telefon 02103 72 - 513

Fr. Krupp  
Telefon 02103 72 - 503

Hr. Strauhal  
Telefon 02103 72 - 578

### Wer ist der ASD und was macht er?

Der Allgemeine Soziale Dienst (ASD) besteht aus einem Team von Fachkräften der Sozialarbeit und Sozialpädagogik. Er bietet Hilfe vom unverbindlichen Beratungsgespräch bis zur individuellen Einzelhilfe bei Erziehungsproblemen. Hierbei wird nach Problemlösungen geschaut und Hilfestellung gegeben. Der ASD Hilden bietet somit in vielfältiger Form Hilfe und Beratung an.

Die Beratung kann dabei bei Bedarf in anonymisierter Form durchgeführt werden. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des ASD sind als Fachkräfte nach § 8a SGB VIII (Sozialgesetzbuch 8 - Kinder- & Jugendhilfe) besonders geschult.

Zielgruppe: Kinder, Jugendliche, Eltern und Institutionen

# Adoptionsdienst

## Stadt Hilden Amt für Jugend, Schule und Sport - Adoptions- und Pflegekinderdienst -

Am Rathaus 1  
40721 Hilden  
(Abteilungsleiter)  
Telefon 02103 72 - 540  
Fax 02103 72 - 617  
dirk.schatte@hilden.de  
www.hilden.de

## Hilden-Nord/West/Mitte

(PLZ 40721)  
Fr. Kalesse  
Telefon 02103 72 - 517  
petra.kalesse@hilden.de

### Sprechzeiten

Di 14:00 – 15:00 Uhr  
Fr 9:00 – 11:00 Uhr

## Hilden-Nord/Ost

(PLZ 40724)  
Fr. Albrecht- Peters  
Telefon 02103 72 - 519  
nicole.albrecht-peters@hilden.de

## Hilden-Süd

(PLZ 40723)  
Fr. Becke  
Telefon 02103 72 - 518  
kerstin.becke@hilden.de

### Sprechzeiten

Mo 9:00 – 11:00 Uhr  
Do 14:00 – 16:00 Uhr

### Sprechzeiten

Mo 9:00 – 11:00 Uhr  
Do 14:00 – 16:00 Uhr

## Was macht die Adoptionsvermittlungsstelle?

Die Adoptionsvermittlungsstelle wendet sich sowohl an Eltern, die ihr Kind zur Adoption freigeben möchten, als auch an Bewerber, die gern ein Kind annehmen möchten.

Das Amt für Jugend, Schule und Sport bietet werdenden Eltern bzw. schwangeren Frauen Hilfe bei der Entscheidungsfindung, ob sie ihr Kind zur Adoption freigeben möchten. Wir beraten, ob die Freigabe zur Adoption in der persönlichen Situation die richtige Entscheidung ist oder ob evtl. auch andere Formen der Unterstützung in Frage kommen.

Wir informieren über die persönlichen und rechtlichen Konsequenzen der Entscheidung und versuchen mit den Betroffenen gemeinsam, die für sie beste Lösung zu finden.

Für Adoptionsinteressierte bieten wir Informationen zum Thema der Inlands- und der Auslandsadoption. Wir beraten und überprüfen Adoptionsbewerber bei ihrem Wunsch ein Kind zu adoptieren und bereiten sie auf ihre anspruchsvolle Aufgabe vor.

Wir begleiten die rechtliche Abwicklung des Adoptionsverfahrens und betreuen die Adoptiv- und die Herkunftsfamilie auch nach Abschluss der Adoption.

Im Rahmen von Auslandsadoptionen unterstützen wir bei der Auswahl einer anerkannten Auslandsadoptionsvermittlungsstelle. Als zusätzliches Angebot der Begleitung bieten wir für Adoptiv- und Pflegeeltern einen regelmäßig tagenden Gesprächskreis an.

Darüber hinaus helfen wir bei der Kontaktaufnahme, wenn Personen adoptiert wurden und nun auf der Suche nach ihren leiblichen Eltern sind oder selbst ein Kind zur Adoption freigegeben haben und nun gern Kontakt aufnehmen möchten.

## Erste Schritte als Familie

Herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Kindes!

Nach langem Warten ist Ihr erstes / zweites / drittes /... Kind endlich zur Welt gekommen!

Es beginnt nun eine neue Zeit, für Sie, Ihren Partner und Ihr Kind! Viele Fragen stehen möglicherweise noch offen, ein neuer Alltag muss strukturiert werden, die Beziehung zu Ihrem Partner verändert sich, usw. Doch all dies soll sie nicht daran hindern, Ihre Zeit mit Ihrem Kind zu genießen. Im folgenden Abschnitt bieten wir einen kurzen Einblick in die ersten Schritte als Familie.

*Wir wünschen Ihnen eine wunderbare,  
aufregende und entspannte Zeit mit Ihrem Kind!*

## Anmeldung Ihres Kindes

### Standesamt Hilden

Raum E80  
Am Rathaus 1  
40721 Hilden

Telefon 02103 72 - 342

Fax 02103 72 - 612  
standesamt@hilden.de

Das Krankenhaus, in dem Sie entbunden haben, gibt dem örtlichen Standesamt eine Mitteilung über die Geburt Ihres Kindes. Sie erhalten dort auch die Telefonnummer des Standesamtes. In einem ersten Telefonat wird Ihnen dann mitgeteilt, welche Papiere Sie vorlegen müssen, um die Geburt Ihres Kindes beurkunden zu lassen.

### Eintrag Ihres Kindes in der Lohnsteuerkarte:

#### Bürgerbüro

Am Rathaus 1  
40721 Hilden  
Raum E50  
Telefon 02103 72 - 777  
Fax 02103 72 - 701  
buergerbuero@hilden.de

#### Öffnungszeiten

Mo, Di, Mi 8:00 – 16:00 Uhr  
Do 8:00 – 19:00 Uhr  
Fr 8:00 – 12:00 Uhr  
Sa 9:00 – 12:00 Uhr

### Was brauche ich, um mein Kind eintragen zu lassen?

Beim Standesamt erhalten Sie die Geburtsurkunde, die Sie für den Eintrag Ihres Kindes auf der Lohnsteuerkarte benötigen.

### Wo muss ich hin?

Wenden Sie sich bitte an das Einwohnermeldeamt im Bürgerbüro der Stadt Hilden.

## U-Untersuchungen

Die U-Untersuchungen sind Früherkennungsuntersuchung. Sie sind wichtig um rechtzeitig Erkrankungen und eine Entwicklungsverzögerung des Kindes fest zu stellen und zu therapieren.

Zu jeder U-Untersuchung sollte die Versicherten Karte, das Kinderuntersuchungsheft, sowie der Impfpass mitgebracht werden. Die Kosten für die U-Untersuchung übernimmt in der Regel die Krankenkasse oder das Sozialamt.

Wir führen ihnen nun hier die ersten 3 U-Untersuchungen auf. Weitere finden Sie im **Elternbegleitbuch**, welches Sie beim Babybegrüßungsbesuch (siehe Abschnitt G4) erhalten:

- ▶ **Die erste Untersuchung (U1)** Die allererste Untersuchung findet unmittelbar nach der Geburt statt (U1). Die U1 ist eine gründliche Untersuchung des Neugeborenen. Hier wird in der Regel nach Atmung, Herzschlag und Reflexen geschaut. Nach einer Haus- oder ambulanten Geburt kommt der Kinderarzt, nach Absprache, auch zu Ihnen nach Hause.
- ▶ **U2** Diese Untersuchung wird zwischen dem 3. bis 10. Lebenstag durch einen Kinderarzt gemacht. Im Vordergrund hier steht die gesunde Funktion der Organe (z.B.: Sinnesorgane) und eine Früherkennung von Stoffwechselkrankheiten (durch eine Blutabnahme).
- ▶ **U3** In der 4.-6. Lebenswoche wird die U3 Untersuchung beim Kinderarzt gemacht. Größe, Gewicht und Ernährungszustand werden kontrolliert. Eine genaue Untersuchung der Organe und der Reflexe sowie der Ultraschall der Hüften ist vorgesehen.

### Information zu DatVo:

Seit dem Jahr 2008 werden, vom Kreisgesundheitsamt Mettmann und der LIGA (Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit), die U-Untersuchungen kontrolliert.

Sollten Sie eine U-Untersuchung nicht wahrnehmen, so werden Sie von der LIGA angeschrieben. Nun haben sie die Möglichkeit, einen Nachweis zu erbringen, dass Sie die U-Untersuchung wahrgenommen haben. Sollten Sie dies wiederum nicht tun, werden Sie vom Amt für Jugend, Schule und Sport angeschrieben. Wieder bekommen Sie 2 Möglichkeiten, den Nachweis zu einer U-Untersuchung nach zu bringen. Wenn nach zweimaligen Anschreiben, keine Reaktion von Ihrer Seite aus kommt, wird ein Kinderschutzverfahren eingeleitet, da das Kindeswohl in Frage zu stellen ist.

Sicherlich fragen Sie sich nun, wieso dieses Verfahren entwickelt worden ist?! Wie eben schon beschrieben, sind die Vorsorgeuntersuchungen ein wichtiges Element für die gute Entwicklung Ihres Kindes! Das Amt für Jugend, Schule und Sport sowie das Kreisgesundheitsamt Mettmann und die LIGA möchten dazu beitragen, dass alle Kinder im Kreis Mettmann eine möglichst gute Entwicklungschance bekommen.

Das System ist noch in der Entwicklung und so es gibt leider häufiger Fehlermeldungen. Sollten Sie also ein Brief von der LIGA oder dem Amt für Jugend, Schule und Sport Hilden erhalten, so erschrecken Sie sich bitte nicht. Melden Sie sich einfach beim Amt für Jugend, Schule und Sport (häufig steht im Briefkopf der Mitarbeiter sowie seine Telefonnummer, der Sie angeschrieben hat) und gemeinsam klären wir die Sache.

*Wir möchten uns vorab schon bei Ihnen für mögliches unberechtigtes Anschreiben entschuldigen. Aber die gute Entwicklung Ihres Kindes liegt uns am Herzen, so dass wir jeder Angelegenheit nachgehen!*



## Sicherheit

In der Neugeborenen-Periode wird Ihnen Ihre Hebamme oder Ihr Kinderarzt mit Rat und Tat bei Seite stehen. Vor allem zu Fragen des „gesunden Schlafs“ der Säuglinge werden Sie beraten, um eine möglichst gute Umgebung und Maßnahmen zur Vermeidung des SIDS (Plötzlicher Kindstod) zu erreichen.

Doch wie lege ich mein Kind richtig? Wie kann ich die Risikofaktoren eindämmen? Im nachfolgenden Abschnitt stellen wir Ihnen ein Projekt vor, welches diese Fragen beantworten kann.

## Projekt „Schlafsack-Stunde“

### **Kinderschutzbund Hilden**

Schulstraße 44  
40721 Hilden  
Telefon 02103 54 8 53  
Fax 02103 39 62 99  
dksb.hilden@web.de

### **Bürozeiten**

Di, Do, Fr 8:30 – 12:30 Uhr  
Di 15:00 – 17:30 Uhr

Das Projekt des Kinderschutzbundes in Hilden steht ganz im präventiven Sinne. Alle Babys, die im Hildener Krankenhaus geboren werden, bekommen vom St. Josefs-Krankenhaus einen Erstlingsschlafsack (0 bis ca. 4 Monate).

Der Kinderschutzbund baut ein Projekt auf, wo an regelmäßigen Terminen eine „Schlafsack-Stunde“ angeboten wird. In dieser können sich die Eltern noch einmal rundum die richtige Lagerung und das richtige „Zudecken“ ihrer Babys informieren. Natürlich können auch Fragen rund ums Baby erörtert werden. Kinderkrankenschwester Petra Quellhorst und die Geschäftsführerin des Kinderschutzbundes Christa Cholewinski haben sich für diese „Schlafsack-Stunde“ zum Ziel gesetzt, präventiv zum Plötzlichen Kindstod zu informieren. Außerdem können die jungen Familien sich direkt vor Ort über weitere Angebote des Kinderschutzbundes informieren.

Die Eltern, die an dieser „Schlafsack-Stunde“ teilnehmen, bekommen vom Kinderschutzbund einen Folgeschlafsack (Gr. 74-80) für ihr Baby geschenkt.

Den genauen Beginn des Projektes und für die Klärung weiterer Fragen sprechen sie die Mitarbeiter des Kinderschutzbundes Hilden an!

# Babybegrüßungsbesuche

## Familienfreundliche Stadt Hilden

### Begrüßung von Familien mit Neugeborenen

Hilden freut sich über jeden jungen Neubürger. Hilden ist bekannt für seine Familienfreundlichkeit. Kinder und Familien finden in Hilden eine Vielzahl erstklassiger Betreuungs-, Beratungs- und Förderangebote. Um den Eltern gegenüber diese Wertschätzung deutlich auszudrücken, die Angebote für Familien noch bekannter zu machen und Hemmschwellen abzubauen, besucht die Stadt Hilden seit dem 19.11.07 Familien mit Neugeborenen und zugezogenen Familien mit Kindern unter einem Jahr. Die Familie wird von dem Bürgermeister angeschrieben und persönlich zur Geburt des Kindes beglückwünscht. Dabei wird auch ein Besuch einer Mitarbeiterin / eines Mitarbeiters der Sozialen Dienste angekündigt (siehe im Kasten links). Neben dem persönlichen Glückwunsch zur Geburt des Kindes bringen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein Babybegrüßungspaket mit.

Das Babybegrüßungspaket besteht aus einem Geschenk für Ihr Kind, einem Rauchmelder sowie verschiedene Infomaterialien (z.B.: das Elternbegleitbuch der Stadt Hilden).

Bei den Babybegrüßungsbesuchen können auch Fragen beantwortet, Formulare ausgefüllt oder über alltägliche Dinge gesprochen werden. Soweit Unterstützungsbedarf besteht, können die Mitarbeiter der Sozialen Dienst sofort angesprochen oder später bei Bedarf angerufen werden.

### Allgemeiner Sozialer Dienst - Stadt Hilden / Amt für Jugend, Schule und Sport

Am Rathaus 1  
Telefon 02103 72 - 540  
Fax 02103 72 - 621

### Sprechzeiten

Mo, Di, Fr 9:00 – 10:30 Uhr  
Do 14:00 – 16:00 Uhr

[www.hilden.de](http://www.hilden.de)

### Hilden Süd

(PLZ 40723)  
Fr. Alt  
Telefon 02103 72 - 512  
  
Fr. Eckelt  
Telefon 02103 72 - 528  
  
Fr. Pahlke  
Telefon 02103 72 - 579

### Hilden Nord - West - Mitte

(PLZ 40721)  
Fr. Mues  
Telefon 02103 72 - 533  
  
Fr. Arndt-Brakemeier  
Telefon 02103 72 - 524  
  
Fr. Humpert  
Telefon 02103 72 - 538  
  
Fr. Weiduschadt  
Telefon 02103 72 - 514

### Hilden Nord - Ost

(PLZ 40724)  
Fr. Steinberg  
Telefon 02103 72 - 513  
  
Fr. Krupp  
Telefon 02103 72 - 503  
  
Hr. Strauhal  
Telefon 02103 72 - 578