



Storcheninfo

Organisatorische Infos und Hinweise
für werdende Mütter und junge Familien
in Weimar, Apolda und Umgebung.

Stilvoll
Ihre schönsten
Momente festhalten.
Erleben Sie Ihr Fotoshooting
mit Ruhe, Stil und Persönlichkeit.
Wir tun alles, damit Sie sich rundum wohl fühlen.



Stilmoment

www.stilmoment.de
facebook.stilmoment.de
Thälmannstraße 5
99085 Erfurt
Tel.: 0361 64473202



Sie erwarten ein Baby? Herzlichen Glückwunsch!

Nun beginnt ein neuer, aufregender Lebensabschnitt, dem Sie mit viel Freude und Spannung entgegenblicken.

Dennoch fahren Ihre Gefühle vielleicht ein wenig Achterbahn, denn das freudige Ereignis bringt auch einige Unsicherheiten mit sich: Welche Rechte und Pflichten habe ich im Beruf? Welche Besorgungen sind zu tätigen? Und was steht da eigentlich im Mutterpass?

Diese Broschüre soll Sie durch die unvergessliche Zeit Ihrer Schwangerschaft und danach begleiten und Ihnen nützliche Tipps und Infos vermitteln. Zudem finden Sie medizinische Einrichtungen, Institutionen und Gewerbetreibende, die Ihnen gern als spezialisierte und hilfsbereite Ansprechpartner rund um Ihre Fragen, Probleme und Wünsche zur Seite stehen.

Überreicht durch:



Pilates für Mütter
 aufbauendes Training für eine starke Mitte,
 wieder ankommen im eigenen Körper,
 Zeit und Aufmerksamkeit für sich

anmelden unter:
Tel. 03643 - 25 11 95 1
Mobil 0176 - 31 46 23 06
post@tanzschwester.de

...und Baby kommt mit

© iStockphoto.com/roksun70/afipilates

weitere Tanzschwester Kurse → AfroPilates, Afrikanischer Tanz und Zumba

KARIN BURKHARDT
 ausgebildete Tanz- & Bewegungstherapeutin
 außerhalb der Heilkunde

Tel.: 03644 553757 Herressener Straße 28b
 Mobil: 0151 70136482 99510 Apolda

E-Mail: karin.burkhardt@web.de

- Möchten Sie eine größere Balance zwischen Alltag und persönlichen Bedürfnissen?
- Sind Sie erschöpft und können kaum entspannen?
- Kreisen Ihre Gedanken immer wieder um Sorgen und Probleme?
- Möchten Sie Ängste überwinden und mehr Selbstvertrauen entwickeln?
- Oder möchten Sie sich einfach mal was Gutes tun?

Dann lade ich Sie ein, mich und meine Arbeit kennenzulernen.



www.thueringer-stiftung-handinhand.de

Hier finden Sie auch Adressen von Schwangerschaftsberatungsstellen in Ihrer Nähe.

Checkliste

wichtiger Behördengänge und Formalitäten

- Geburtsurkunde ausstellen lassen**
Wo: Standesamt, Schwannseestr. 17, 99423 Weimar, Tel.: 03643 762635
 Unterm Schloss 3, 99510 Apolda, Tel.: 03644 650440
 (Geburtsanzeige erfolgt durch Klinik, Geburtshaus, Hebamme)
Wann: bis 7 Tage nach der Geburt
Erforderliche Unterlagen:

 - Geburtsbescheinigung von Klinik/Geburtshaus/Hebamme
 - Personalausweis/Pass
 - bei ledigen Müttern zusätzlich Geburtsurkunde der Mutter
 - Vaterschaftsanerkennung (falls schon vorhanden)
 - Stammbuch
- Vaterschaftsanerkennung dokumentieren** (falls Mutter alleinerziehend)
Wo: Standesamt (siehe Geburtsurkunde) oder Jugendamt:
 Amt für Familie und Soziales, Schwannseestr. 17, 99423 Weimar,
 Tel.: 03643 762-956/957/958
 Landratsamt Weimarer Land, Bahnhofstr. 28, 99510 Apolda, Tel.: 03644 5400
Wann: zur schnelleren Bearbeitung möglichst vor der Geburt
Erforderliche Unterlagen:

 - Personalausweis / Pass
 - Mutterpass oder Geburtsurkunde des Kindes
 - Geburtsurkunde beider Elternteile
- Kind anmelden** (u.a. auch zwecks steuerlicher Berücksichtigung)
Wo: Bürgerbüro, Schwannseestr. 17, 99423 Weimar, Tel.: 03643 762762
 Am Stadthaus 1, 99510 Apolda, Tel.: 03644 650600
Wann: erfolgt normalerweise automatisch durch das Standesamt
Erforderliche Unterlagen:

 - Personalausweis / Pass
 - Lohnsteuerkarte (ggf. von beiden Elternteilen)
 - Geburtsurkunde
 - ggf. Vaterschaftsanerkennung
- Anmeldung bei Krankenversicherung**
Wo: Krankenkasse der persönlichen Wahl
Wann: umgehend nach der Geburt
Erforderliche Unterlagen:

 - schriftliche oder telefonische Info an Krankenkasse (auf Formular der KK)
 - Geburtsurkunde

In weiteren Orten im Landkreis Weimarer Land wenden Sie sich bitte auch an das zuständige Standesamt bzw. Bürgerbüro.

Ergotherapie für
Neurologie | Pädiatrie | Psychiatrie
Orthopädie | Traumatologie | Chirurgie
Rheumatologie | Geriatrie | Onkologie
Arbeitsbelastungstraining
Hausbesuche nach ärztlicher Verordnung



ERGOTHERAPIE
Praxis Jacqueline Hopfe

Jacqueline Hopfe
Schillerhöhe 32
99427 Weimar

Tel.: 03643 493606
Fax: 03643 493722
Mobil: 0162 9427054
Net: www.ergoweimar.de
E-Mail: info@ergoweimar.de



BabyBude
für Prinzen und Feen

Carolin Thiem
Gipsbauch Künstlerin

Martin-Klauer-Weg 2a
99425 Weimar

03643/ 443 15 75
0176/ 249 30 552

Carolin@babybude.eu
www.babybude.eu



Dein Gipsabdruck vom Babybauch &
3D Handabformungen

www.BabyBude.eu



YOGA für
**SCHWANGERE &
MÜTTER MIT KINDERN**

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:
TELEFON: 0 36 43-5 1 5 8 5 9
WWW.LEBENSBERATUNG-YOGA.DE

ZENTRUM FÜR
GANZHEITLICHE LEBENSBERATUNG
UND YOGA

Checkliste

wichtiger Behördengänge und Formalitäten

- Kindergeld beantragen**
Wo: Familienkasse Erfurt, Juri-Gagarin-Ring 158–160, 99084 Erfurt, Tel.: 0800 4555530
Geschäftsstelle Apolda, Herderstr. 10, 99510 Apolda, Tel.: 03644 531100
Wann: nach der Geburt des Kindes
Erforderliche Unterlagen:
 - Antrag (Formular der Familienkasse)
 - Geburtsurkunde des Kindes (Original)
- Mutterschaftsgeld beantragen** (Zahlung während der Zeit des Mutterschutzes)
Wo: Krankenkasse (für gesetzlich Versicherte oder Arbeitslose)
bzw. Bundesversicherungsamt (bei privat Versicherten)
Wann: frühestens 7 Wochen vor voraussichtlichem Geburtstermin (www.familien-wegweiser.de)
- Elterngeld beantragen** (einkommensabhängige Lohnersatzleistung)
Wo: Amt für Familie und Soziales, Schwannseestr. 17, 99423 Weimar, Tel.: 03643 762–983/887/884
Landratsamt Weimarer Land, Bahnhofstr. 28, 99510 Apolda, Tel.: 03644 5400
Wann: ab Geburt des Kindes bis zur Vollendung des 12. bzw. 14. Lebensmonats (Partnermonate bzw. für Alleinerziehende)
Wird in den ersten zwei Lebensmonaten mit Mutterschaftsgeld verrechnet.
Erforderliche Unterlagen:
 - schriftlicher Antrag (www.elterngeld.net / www.bmfsfj.de);
 - Antragsformulare erhalten Sie auch in der Geburtsklinik oder beim Jugendamt
 - Geburtsbescheinigung, vorgeburtliche Einkommensnachweise, original Mutterschaftsgeldbescheid der Krankenkasse
 - Zahlung nur rückwirkend für die letzten 3 Lebensmonate vor der Antragstellung.
 - Für Kinder ab dem vollendeten 1. Lebensjahr besteht auch Anspruch auf Thüringer Erziehungsgeld sowie Betreuungsgeld (www.thueringen.de/th3/tlwwa/antraege)
- Elternzeit beantragen** (max. 3 Jahre)
Wo: Arbeitgeber
Wann: spätestens 7 Wochen vor geplantem Beginn
Erforderliche Unterlagen:
 - Antrag mit zeitlichen Angaben
- Kinderzuschlag beantragen** (einkommensabhängig)
Wo: siehe Kindergeld
Wer: für Eltern mit geringem Einkommen ohne Anspruch auf ALG II



Zahnarztpraxis Dr. Nicole Nehring

Tätigkeitsschwerpunkt:
Kinder- und Jugendzahnheilkunde

Gesunde Kinderzähne von Anfang an

Unsere Leistungen:

- Schwangerenberatung
- Vorsorgeberatung ab dem 1. Milchzahn
- Zahnputzschule
- Prophylaxe
- Fissurenversiegelung
- Füllungstherapie & Wurzelbehandlung am Milchzahn
- Behandlung unter Vollnarkose
- Milchzahnkronen, Kinderprothesen, Lückenplatzhalter



Ihre Kinderzahnärztin in Weimar



Erfurter Straße 54, 99423 Weimar
Telefon: 03643/ 850088
Internet: www.praxis-nehring.de
Email: praxis.nehring@web.de

Gesunde Kinderzähne

Bevor Ihr Kind auf die Welt kommt, legen Sie als Eltern den Grundstein für gesunde Kinderzähne. Schon vor und während der Schwangerschaft ist es empfehlenswert, zweimal jährlich zur zahnärztlichen Kontrolle und zur professionellen Zahnreinigung zu gehen. Dies gilt auch für den werdenden Vater. Sollten während der Schwangerschaft Behandlungen notwendig sein, ist dies auch unter Lokalanästhesie möglich.

Sobald der erste Zahn bei Ihrem Kind durchgebrochen ist, können Kariesbakterien auf das Kind übertragen werden. Dies geschieht durch Speichelkontakt mit engen Bezugspersonen. Diese Übertragung kann vermieden bzw. verzögert werden, wenn Sie als Eltern eine gute Zahn- und Mundhygiene ausüben. Ebenfalls sollten Sie nicht den Löffel oder Schnuller ablecken.

Ab dem 1. Milchzahn werden die Zähne mit einer erbsengroßen Menge fluoridhaltiger Zahnpasta gereinigt. Bei der Ernährung sollten Sie besonders auf die Getränke achten. Durch häufiges Trinken zuckerhaltiger Getränke oder Obstsaft aus einer Nuckelflasche erkranken die Milchzähne besonders schnell an Karies.

Die erste Vorstellung beim Zahnarzt findet zwischen dem 6. und dem 12. Lebensmonat statt und weitere Kontrollen dann zweimal jährlich.



Schwangerschaft

Hülle geben – Hülle bekommen

Begleitung durch die heilsamen Kräfte des Atems,
der Stimme, des Gespräches,
des Sprechens und Schreibens von Poesie

Atem-Stimm-Schule – therapeutische Sprachgestaltung
Poesiewerkstatt

Gisela Kurnatowski
03643-211250
Alte Bahnhofstr. 7b, 99427 Weimar
g.kurnatowski@freenet.de



Mutterpass

Für Laien verständlich.

Nachfolgend eine Auswahl von Fachbegriffen- und Kürzel mit Erläuterungen zum besseren Verständnis (gruppiert analog der Unterteilung im Mutterpass):

Allgemein

SS	Schwangerschaft
SSW	Schwangerschaftswoche
ET	errechneter Entbindungs-/Geburtstermin
o.b.	ohne Befund
V.a.	Verdacht auf
neg.	negativer Befund
pos.	positiver Befund

Serologische Untersuchung

Chlamydia trachomatis	durch Chlamydien verursachte Infektion
LSR	Blutuntersuchung z. Ausschluss v. Syphilis
Sonoanatomie	Ultraschalluntersuchungen

Anamnese und allgemeine Befunde

Hypertonie, Hypotonie	Hoher Blutdruck, niedriger Blutdruck
ZNS	Zentralnervensystem
Thrombusneigung	Neigung zu Bildung eines Blutpfropfens
Rhesus-Inkompatibilität	Unverträglichkeit der Rhesusfaktoren von Mutter und Kind

Diabetes mellitus	Zuckerkrankheit
Adipositas	Fettleibigkeit
Post partum	Störungen nach der Geburt
Sectio	Kaiserschnitt
Abusus	Missbrauch v. Alkohol, Nikotin, Drogen u.a.
Placenta praevia	Mutterkuchen versperrt Geburtsweg
Hydramnion	mehr Fruchtwasser als normal
Oligohydramnie	zu wenig Fruchtwasser
Plazentainsuffizienz	mangelnde Funktion des Mutterkuchens
Anämie	zu wenig rote Blutkörperchen (Eisenmangel)
Coombstest	Antikörper-Suchtest
Gestationsdiabetes	Schwangerschaftsdiabetes
Einstellungsanomalie	falsche Lage des Kindes

Information: www.dekoweit.de



Bei uns wird gestaltet...
FERIEN
ANGEBOT
KINDERGEBURTSTAG
+ WORKSHOP

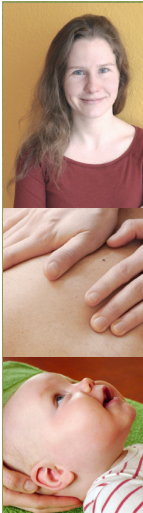
Hey Mama

Neues Leben. Neue Kleider.



Alles für die
Schwangerschaft
und Stillzeit

Pergamentergasse 38 99084 Erfurt Tel. 0361 75206180 info@heymama.de www.heymama.de



Praxis für Osteopathie und Naturheilverfahren

Brauhausgasse 17
99423 Weimar

☎ 0 36 43 - 25 34 23
☎ 0 176 - 26 280 233

✉ franziska-kneissl@weimar-heilpraktikerin.de
🏠 weimar-heilpraktikerin.de

Termine nach
Vereinbarung



Mutterpass

Für Laien unverständlich.

Gravidogramm

Fundusstand	Wachstumsstand der Gebärmutter
Kindslage (KL)	Lage in der Gebärmutter
SL	Schädellage
BEL	Beckenendlage
QL	Querlage
Varikosis	Neigung zu Krampfadern
RR systolisch/diastolisch	oberer/unterer Blutdruck
Hb(Ery)	Blutbild zur Feststellung der Eisenversorgung

Ultraschalluntersuchungen

Intrauteriner Sitz	
Plazentalok./Struktur	Sitz der Plazenta in der Gebärmutter
Konsiliaruntersuchung	Sitz und Struktur der Plazenta
	Untersuchung durch einen weiteren Arzt, zur
Biometrie:	Abklärung von Unklarheiten



Stillen

Gesundheit für Mutter und Kind

Stillen ist, nach wissenschaftlichen Erkenntnissen, die natürlichste, gesündeste und bequemste Vollversorgung des Säuglings mit den notwendigen Nährstoffen. Stillen fördert zugleich eine intensive Bindung zwischen Mutter und Kind.

Mit dem Stillen wird Ihr Baby optimal vor Krankheitserregern und späteren Allergien geschützt.

Auch Mütter profitieren vom Stillen gesundheitlich. Nichtstillen dagegen erhöht das Krankheitsrisiko für Beide. Experten wissen, dass bei sachkundiger Beratung/Anleitung das Stillen, bis auf wenige Ausnahmen, bei allen Mutter-Kind-Paaren gelingen kann.

Lassen Sie sich beraten!

Vorsorge – Geburt – Nachsorge

Staatlich examinierte Hebamme

BETTINA CHRIST

Am Teichdamme 44 · 99428 Weimar
Telefon 0 36 43 · 77 39 64
Handy 01 62 · 7 54 00 08
www.christ-kinder.de



*Hebamme
Maren Wolf*

Dorfstraße 48
99438 Vollersroda
Tel.: 0162 - 4 16 46 74
www.hebamme.de.hm



Nicole Sroka
HEBAMME

Nicole.Sroka@hebamme-apolda.de

- GEBURTSVORBEREITUNG
- WOCHENBETTBETREUUNG
- RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

0177 - 7886213
03644 - 517583

<http://www.hebamme-apolda.de>



Hebammenbetreuung

In der Schwangerschaft:

- Schwangerenvorsorge, von Anfang an, mit Ausstellen des Mutterpasses.
- Vorgespräch, über Fragen der Schwangerschaft und Geburt bei geplanter Hausgeburt 1-mal oder bei geplanter Geburtshausgeburt 2-mal
- Hilfeleistung bei Beschwerden und Wehen
- Hilfeleistung bei festgestelltem intrauterinem Kindstod oder nicht intakter früher Schwangerschaft
- Geburtsvorbereitungskurs, 14 Stunden à 60 Minuten, mit Partner oder ohne Partner

Unter der Geburt:

- Hebammenbetreuung vom Beginn der Wehen bis mindestens drei Stunden nach der Geburt (egal ob in der Klinik, zu Hause, oder im Geburtshaus)
- Hilfe bei einer Fehlgeburt, egal ob in der Klinik oder zu Hause.
- Begleitung bei intrauterinem Tod des Kindes

Im Wochenbett:

- Hebammenhilfe im Wochenbett bis zu einem Zeitraum von acht Wochen nach der Geburt (bei Bedarf auch länger mit Ärztlichem Attest (z.B. bei Frühgeburt)
- Wochenbettbetreuung nach Adoption eines Kindes (Kostenübernahme mit Krankenkasse abklären)
- Wochenbettbetreuung nach Fehlgeburt
- Wochenbettbetreuung nach intrauterinem Tod des Kindes
- telefonische Beratung
- Rückbildungskurse (der Kurs sollte bis zum neunten Monat nach der Geburt abgeschlossen sein, 10 Stunden à 60 Minuten, mit oder ohne Baby, günstig 6-10 Wochen nach der Geburt beginnen)
- Babymassagekurse
- Babyschwimmkurse

In der Stillzeit:

- Beratung und Unterstützung bei Stillproblemen und Schwierigkeiten bis zum Ende der Stillzeit
- telefonische Beratung

Hebamme finden:

www.hebammensuche.de, www.hebammenverband.de



Kleiner Räuber

Magdala

An- und Verkauf
von Baby- & Kindersachen

ab Größe 44 bis 176

Annahme-Verkauf-Verleih

- Stubenwagen
- Auto- und Fahrradsitze
- Baby- und Kleinkinderspielzeug und vieles mehr ...

... ständige Annahme!

www.kleinerraeuber.de

Richard-Wagner-Str. 2
99441 Magdala
Telefon: 0162 - 64 75 360

10% Rabatt
ab 50 € Einkaufswert*

*einmalig beim 1. Einkauf
& Vorlage des Coupons

Baby-Erstaustattung

Storcheninfo empfiehlt

Bekleidung

- 4-6 Bodys (Größe 56 - 62)
- 4-6 Oberteile – Hemdchen, Jäckchen Gr. 56 - 62
- 4 Strampler Gr. 56 – 62
- 1 Mützchen
- 2-3 Paar Söckchen Gr. 13/14 und 15/16
- 3-4 Schlafanzüge Gr.56 – 62
- 1 Jacke, Mütze, Fäustlinge und Schühchen (je nach Jahreszeit)

Utensilien zum Wickeln und Schlafen

- Wickelkommode, Wickelauflage, Heizstrahler
- Windeleimer mit Deckel, Weckwerf- oder Stoffwindeln
- Stubenwagen, Babyfon, Wiege oder Babybett mit Bettlaken, Decke und Schlafsack

Pflege

- Badewanne mit Wannenständer, Badethermometer
- Waschlappen, 2 Kapuzenbadetücher
- Pflegeprodukte (Seife, Creme, Öl usw.)
- Baby-Nagelschere, Fieberthermometer

Mahlzeiten

- für stillende Mütter: 1 Milchflasche, 1 Sauger, eventl. Milchpumpe
- für nichtstillende Mütter:
 - 6 Milchflaschen mit Saugern
 - Teeflaschen mit Teesauger
 - Flaschenbürste und Saugerbürste
 - Babykostwärmer
 - mehrere Lätzchen
 - Beruhigungsschnuller
 - Sterilisator
 - Thermosflasche/-Box
 - spezielles Angebot: Wiegesprechstunden in Apotheken von Hebammen

Für Unterwegs

- Kombi-Kinderwagen und/oder Tragetuch/-Sack
- Decke oder Fußsack für Kinderwagen
- Babyautositz Größe 0+, Sonnenblende/-Schirm, Moskitonetz

Sicherheit für später

- Steckdosenschutz, Herdschutzgitter
- Tür- und Treppenschutzgitter, Kanten-/Eckenschutz

Zuschuss für Schwangerenvorsorge*

* 150 € für zusätzliche Ultraschall- oder Blutuntersuchungen.
Lassen Sie sich ausführlich von Ihrem Arzt beraten.

Ihre Ansprechpartner:
Nicole Koch, Tel. 03643 5578-2200
Julia Ziemke, Tel. 03643 5578-2204

**AOK
PLUS**

**Gesundheit in
besten Händen**

Checkliste Klinikkofter

Was muss dort alles rein?

Der Klinikkofter sollte auf Empfehlung der Hebammen und Ärzte bereits ab der 35. Schwangerschaftswoche vollständig gepackt sein.

Für den Amtsschimmel:

- Personalausweis und Mutterpass
- Versicherungskarte und Kliniküberweisung
- Familienstammbuch oder Heiratsurkunde
- bei ledigen Müttern: die eigene Geburtsurkunde
10 € Bearbeitungsgebühr für das Standesamt (1 Geburtsurkunde)

Für den Kreißaal:

- bequeme Schuhe, warme Socken, lockere Kleidung, T-Shirt für die Mutter
- auch bequeme Kleidung für den werdenden Vater einplanen je nach Geschmack Kaugummis, Pfefferminzbonbons und Traubenzucker zum lutschen mitnehmen
- CDs nach Lust und Laune
- Fotoapparat und/oder Videokamera für die ersten Bilder

Für die Wochenstation:

- 2 bequeme Nachthemden oder Schlafanzüge, T-Shirts und Leggings
- 2 Still-BHs oder Bustiers, Badelatschen, persönliche Hygieneartikel
- eventl. ca. 5 Slips (Stilleinlagen und Einmalhandslips sind normalerweise auf Station vorhanden)
- Babysachen für die Klinikentlassung je nach Jahreszeit, Body, Pullover, Strampler und Ausfahrgarnitur in Größe 56
- eventl. Babydecke oder Baby-Puck, Autokindersitz bzw. Babyschale fürs Auto

Größentabelle Babykleidung: (auch für Omas und Tanten ;-)

Körpergröße in cm	Alter in Monat(e)	Größe
45-50	1	50
51-56	2	56
57-62	3-4	62
63-68	5-7	68
69-74	8-11	74
75-80	11-15	80
81-86	16-22	86
87-92	21-25	92
93-98	26-30	98
99-104	31-36	104

Tagesmutter Heike

... liebevoll betreut
in Kapellendorf

Heike Banike
Werlitzgraben 3
99510 Kapellendorf
Tel.: 036425 52966
E-Mail: heikebanike@yahoo.de
Mehr Infos: www.kapellendorf.de

Ich bin zertifizierte Tagesmutter und bilde mich regelmäßig weiter.

- Kinder sollen Kinder bleiben und im Spiel, Bildung und Förderung erleben
- respektvoller Umgang mit Ihrem Kind und seinen Bedürfnissen
- eine familiennahe Betreuung in einer kleinen Gruppe
- frisches Essen aus eigener Küche
- schöne, kindgerechte Räume mit angrenzendem Außenbereich
- Entgelt entspricht KiTa-Gebühr
- Betreuungszeiten sind flexibel

Wir läuten Gesundheit für Mutter und Kind ein mit Produkten aus Ihrer Apotheke

- Milchpumpen zum Verleih und Stillprodukte von MEDELA
- Verleih von Babywaagen
- Original-Aromamischungen nach der Hebamme Ingeborg Stadelmann aus der Bahnhof-Apotheke Kempten
- Viele weitere Produkte zum Wohlfühlen für Mutter und Kind

Öffnungszeiten

Montag	8:00 Uhr - 18:30 Uhr
Dienstag	8:00 Uhr - 18:30 Uhr
Mittwoch	8:00 Uhr - 18:00 Uhr
Donnerstag	8:00 Uhr - 18:30 Uhr
Freitag	8:00 Uhr - 18:00 Uhr
Samstag	9:00 Uhr - 12:00 Uhr



Glocken-Apotheke
Apolda

am Viadukt

Tel.: 03644 56 21 30

Apothekerin Dr. Annett Fischer e. K.

Robert-Koch-Straße 4 • 99510 Apolda • www.glockenapotheke-apolda.de

Mutterschutz

Ihr gutes Recht

Das **Mutterschutzgesetz** gilt für alle Frauen, die in einem Arbeitsverhältnis stehen, ausgenommen Hausfrauen, Selbständige, Organmitglieder und Geschäftsführerinnen juristischer Personen oder Gesellschaften. Nachfolgend eine Auswahl wichtiger Mutterschutzfestlegungen. (Angaben ohne Gewähr, ausführlich im Mutterschutzgesetz MuSchG nachzulesen.)

Mitteilungspflicht werdender Mütter

Dem Arbeitgeber sind unverzüglich Schwangerschaft und der mutmaßliche Entbindungstermin mitzuteilen sowie das entsprechende Zeugnis eines Arztes oder einer Hebamme vorzulegen.

Schutzfristen/Beschäftigungsverbot

- 6 Wochen vor bis 8 Wochen nach der Geburt
- für Früh- und Mehrlingsgeburten Verlängerung auf 12 Wochen
- falls danach Gesundheitsgefährdung möglich, kann Arzt individuelle Schutzfrist festlegen

Kündigungsschutz

Zeitraum: von Beginn der Schwangerschaft bis 4 Monate nach der Entbindung

Elternzeit

Zeitraum: max. 3 Jahre, können sich die Eltern die Kinderbetreuung untereinander aufteilen
Antrag: siehe Seite 7

Arbeitszeiten für schwangere und stillende Mütter

- pro Tag nicht länger als 8,5 Stunden
- keine Nachtarbeit (von 20.00 bis 6.00 Uhr)
- keine Sonn- und Feiertagsarbeit

Stillzeiten während der Arbeitszeit

Zeiten: • 2x täglich 1/2 Stunde oder
• 1x täglich 1 Stunde

Mutterschaftsgeld für die Zeit der o.g. Schutzfristen

Wer zahlt: • Krankenkassen bzw. Bund: einen festgelegten Tagessatz
• Arbeitgeber: Aufstockung bis zum bisherigen Nettogehalt

Gesunde Lebensmittel für die ganze Familie



Die Erzeuger-Verbraucher-Gemeinschaft
bringt gesunde, ökologisch erzeugte Lebensmittel
aus der Region nach Weimar.



BIO-MARKT

Kirschberg

... unser Großer mit dem Vollsortiment

Eduard-Rosenthal-Straße 22A, Weimar
(Parkplätze hinterm Haus)



BIO-LADEN

Rosmarin

...klein aber fein

Herderplatz 3, Weimar



BIO-KISTE

Immersatt

... bequem zu Ihnen nach Hause

www.immersatt.de oder
03643-54 40 820

5,- €

Rabatt erhalten Sie mit diesem Coupon bei einem Einkauf von mindestens 25,- €.