

Organisatorische Infos und Hinweise für werdende Mütter und junge Familien in Leipzig.





Allgemeine Physio- und Ergotherapie

Fachpraxis für die Behandlung neurologischer und psychomotorischer Störungen nach dem BOBATH-Konzept

Behandlung von Interaktions- und Beziehungsstörungen vom Säuglings- bis Jugendalter

Manuelle Therapie für Kinder (bei Stillproblemen, Hüftdysplasie, KISS-KIDD, Konzentrationsproblemen)

Osteopatische Behandlung für Schwangere und Kinder

Babyschwimmen

### Unsere Öffnungszeiten:

und nach Vereinbarung

Außerhalb dieser Zeiten stehen Ihnen unser Anrufbeantworter und Faxgerät zur Verfügung.

Telefon: 0341 48 07 55 4 Fax: 0341 47 83 77 7

praxis@bobath-therapie-leipzig.de www.bobath-therapie-leipzig.de

Lützner Straße 214, 04179 Leipzig



### 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 wie steht es eigentlich mit dem Mutterschutz?

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:

© by infomedia-werbung karin hennig • www.storcheninfo.de • info@storcheninfo.de



### Seit über 190 Jahren im Dienste der Gesundheit.



HOMÖOPATHIE wird bei uns groß geschrieben.



Sylvio Mahla e. K.
Kurze Straße 6 • 04683 Naunhof
E-Mail: info@c30.de
Web: www.engel-apotheke-naundorf.de

kostenloses Servicetelefon: 0800 1133399

### Checkliste

wichtiger Behördengänge und Formalitäten

### Geburtsurkunde ausstellen lassen

**Wo:** Standesamt, Stadthaus, Burgplatz 1, 04109 Leipzig, Tel.: 0341123-4146, E-Mail: standesamt@leipzig.de [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 und gemeinsame Sorgerechtserklärung (falls schon vorhanden)
- Stammbuch

### ■ Vaterschaftsanerkennung dokumentieren (falls Mutter alleinerziehend)

**Wo:** Standesamt (siehe Geburtsurkunde), Amt für Jugend, Familie und Bildung, Naumburger Str. 26, 04229 Leipzig, Tel.: 0341 123-0, E-Mail: ja-51-20@leipzig.de (Vaterschaft und Erklärung zum Sorgerecht)

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:** Bürgeramt (Bürgerämter befinden sich an 15 Standorten im Stadtgebiet Leipzig), www.leipzig.de, Bürgertelefon: 0341 123-0

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

Weitere Informationen und Hilfe erhalten Sie auch im Familieninfobüro im Stadthaus, Burgplatz 1, 04109 Leipzig, Tel.: 0341 123-2598, E-Mail: fib@leipzig.de, Web: www.leipzig.de/fib



Helios Klinik Schkeuditz

## Kreißsaalbesichtigung

An jedem Donnerstag, 18:00 Uhr (außer an Feiertagen)

- √ Familiäre Atmosphäre
- ✓ Betreuung durch Hebammen vor, während und nach der Geburt
- 4D Ultraschall
- √ Viele Möglichkeiten der schmerzarmen Geburt
- √ freie Wahl der Gebärposition
- ✓ Wassergeburt
- ✓ Akupunktur
- ✓ Taping
- ✓ Hypnobirthina
- √ Elternzimmer, Rooming-In
- √ Hebammensprechstunde, Elternschule

Wir sind für Sie und Ihr Baby da!







Leipziger Str. 45, 04435 Schkeuditz, T (034204) 80-8560 www.helios-gesundheit.de/schkeuditz/geburtshilfe





www.helios-gesundheit.de

### Checkliste

wichtiger Behördengänge und Formalitäten

Kindergeld beantragen

Wo: Familienkasse Sachsen, Georg-Schumann-Str. 150, 04159 Leipzig Post: Familienkasse Sachsen, 09092 Chemnitz.

E-Mail: familienkasse-sachsen@arbeitsagentur.de

Tel.: 0800 4555530 und www.arbeitsagentur.de (Online-Formulardienst)

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 Jugend, Familie und Bildung, Rathaus Wahren, Georg-Schumann-Str.

357, 04159 Leipzig, Tel.: 0341 123-0 / 0341 123-3576 / 0341 123-3577, E-Mail:

elterngeld@leipzig.de, Web: www.leipzig.de/elternsein

**Wann:** ab Geburt des Kindes bis zur Vollendung des 12. bzw. 14. Lebensmonats (Partnermonate bzw. für Alleinerziehende)

Neben dem Basiselterngeld können Mütter und Väter auch das Elterngeld Plus wählen bzw. kombinieren. Damit wurde das bestehende Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetzt (BEEG) reformiert.

### Erforderliche Unterlagen:

- · schriftlicher Antrag (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
- im Anschluss an das Elterngeld kann Landeserziehungsgeld gewährt werden
- Elternzeit beantragen (max. bis zum dritten Lebensiahr)

Nach Einführung des Elterngeld Plus können ab 2015 24 Monate auf den Zeitraum zwischen dem 3. und 8. Lebensiahr des Kindes übertragen werden.

Wo: Arbeitgeber

Wann: spätestens 7 Wochen vor geplantem Beginn bis zum 3. Geburtstag, danach 13 Wochen

### Erforderliche Unterlagen:

· Antrag mit zeitlichen Angaben

Kinderzuschlag beantragen (einkommensabhängig)

Wo: siehe Kindergeld

Wer: für Eltern mit geringem Einkommen ohne Anspruch auf ALG II





## So einfach geht einkaufen.

Bei uns kaufst du lose Lebensmittel, Drogerieartikel und vieles mehr in beliebiger Menge verpackungsfrei, ökologisch und nachhaltig ein. Besuche uns von Montag - Freitag 9-19 Uhr oder am Samstag 9-16 Uhr!

Einfach Unverpackt Südvorstadt Kochstraße 6, 04275 Leipzig Haltestelle "Südplatz" Tel: 034130 823523

Einfach Unverpackt Schleußig Könneritzstraße 95, 04229 Leipzig

Haltestelle "Rödelstraße" Tel.: 0341 49 26 13 88

www.einfach-unverpackt.de | hallo@einfach-unverpackt.de | Folge uns auf:



www.gipsabdruck-leipzig.de



## Gesunde Ernährung

Freuen Sie sich! Die Schwangerschaft ist eine gute Zeit, um sich bewusst mit gesunder Ernährung zu beschäftigen - vermutlich wird Sie Ihr Körper sogar mit deutlichen Signalen unterstützen – manches lehnt er ab, weil er es nicht braucht, anderes will er dringend haben. Dabei gilt: Essen für zwei brauchen Sie nicht, aber gönnen Sie sich bewusst das, worauf Sie Lust haben und was Ihnen schmeckt. Nicht viel mehr, sondern viel wertvoller essen – das ist ietzt die Grundregel. Sorgen Sie in iedem Fall für reichlich frisches Gemüse und Obst sowie für eine vielseitige, ausgewogene und frische Lebensmittelwahl. Dies wirkt sich sehr positiv auf die Gesundheit von Mutter und Kind aus. Entdecken Sie ein "Wohlfühlprogramm" für neun Monate voller Energie sowie viele praktische Tipps, mit denen Sie ihren Alltag entspannt gestalten können.

Wenn Sie darüber nachdenken, was für Sie und Ihr ungeborenes Baby ietzt die besten Lebensmittel sind, so kann eine qualifizierte Ernährungsberatung dabei helfen, die richtige Wahl zu treffen, insbesondere auch zur Vermeidung von Lebensmittelinfektionen, zur Allergieprävention sowie zur Linderung gängiger Schwangerschaftsbeschwerden (Heißhunger, Übelkeit, Erbrechen, Verstopfung ...). Sollte im Verlauf der Schwangerschaft ein Schwangerschaftsdiabetes festgestellt werden, lassen sich durch eine Ernährungsumstellung sowie mehr Bewegung oft bereits günstige Blutzuckerwerte realisieren, so dass dann i. d. R. keine weitere Therapie nötig ist.

Allergien: Die Ursachen für die Entwicklung und Zunahme von allergischen Erkrankungen sind nach wie vor weitgehend ungeklärt. Da ursächliche Therapieansätze beschränkt sind, kommt der Prävention viel Bedeutung zu.

Hat Ihr Kind ein erhöhtes Allergierisiko, können Sie über die passende Ernährung dazu beitragen, dieses Risiko zu senken. Dabei müssen Sie potentielle Nahrungsmittelallergene nicht vermeiden. Muttermilch enthält überwiegend körpereigenes und deshalb allergenarmes Eiweiß, daher treten allergische Reaktionen deutlich seltener auf. Ausschließliches Stillen in den ersten 4 Monaten schützt Babys mit erhöhtem Risiko bestmöglich vor Allergien.

Mit der Einführung der Beikost muss man nicht zwingend auf fertige Babybreie aus dem Supermarkt zurückgreifen, auch wenn das hin und wieder bequem ist. Wollen Sie auf Aromen und Zusatzstoffe verzichten und Ihr Kind von klein auf an eine frische Kost gewöhnen, greifen Sie am besten selbst zum Pürierstab.

Eine qualifizierte Ernährungsberatung kann Antworten auf die vielen Fragen der Energiezufuhr und Gewichtsentwicklung in Schwangerschaft und Stillzeit, zur Sicherstellung der Nährstoffversorgung und ausgewogenen Lebensmittelauswahl ebenso wie zum Umgang mit Allergien und Unverträglichkeiten geben. Dabei geht es nicht nur um theoretische Mengen, sondern um alltagstaugliche Anleitung und Empfehlungen zur genussvollen Zusammenstellung der Mahlzeiten. www.geniessenerlaubt.de



### geließt und geborgen

Madlen Lay - Familienbegleitung

Die ersten Jahre mit einem Kind sind die Jahre, die ein Kind am stärksten prägen. Mit meiner Familienbegleitung habe ich es mir zur

Aufgabe gemacht, Familien in diesen ersten Jahren ein Stück auf ihrem Weg zu begleiten, denn eure Fragen sind meine Herzensthemen.

In meinen Kursen steht die Bindung und Beziehung zwischen Eltern und Kindern im Vordergrund und die Entwicklung der Kinder zu selbstbewussten, selbstständigen und glücklichen Menschen.

Ich biete einen Ort für all die aufkommenden Fragen in den ersten drei Lebensjahren und stehe euch mit fachlich fundiertem Wissen zur Seite. Umrahmt wird das alles von Sing- und Bewegungsspielen, Massagen und Elementen aus dem Kinderyoga, sowie verschiedenen Spiel- und Sinnesanrequngen.



Web: www.geliebt-und-geborgende

## Eine gute Bindung

ein Schutzfaktor für das ganze Leben

Für die Entwicklung eines Kindes sind die ersten drei Lebensjahre von grundlegender Bedeutung. In dieser Zeit wird das Fundament für das ganze spätere Leben angelegt. Aufbauend auf eine sichere Bindung kann eine gesunde motorische, kognitive, soziale und emotionale Entwicklung eines Kindes gelingen.

Mit der emotionalen Wärme, Liebe, Feinfühligkeit und Aufmerksamkeit, die Eltern ihren Neugeborenen, ihren Kleinkindern, Schulkindern und Jugendlichen entgegenbringen, schenken sie ihnen einen wichtigen Schutzfaktor.

"Kinder mit einer sicheren Bindung können sich besser in die Gefühle anderer Menschen hineinversetzen, haben eine bessere Sprachentwicklung, sind kreativer, haben mehr Freunde und finden rascher Lösungsmöglichkeiten in schwierigen Situationen." Prof. KH Brisch

Es ist nicht immer leicht und einfach, gute und bindungsorientierte Eltern zu sein. Zu den zahlreichen Herausforderungen gehören eine Reihe von Fragen, die sich im Laufe der ersten Jahre stellen.

Ab wann wird mein Baby, wissen wer "ICH" bin, soll es in eine Tageskrippe gehen oder bleibe ich mit meinem/unserem Kind zu Hause. Wie gehe ich mit Schreiattacken, Wutanfällen oder Frustration meines Kindes um? Wie reagiere ich auf mein Kind, wenn ich an meine Belastungsgrenze gerate? Auch für die Geschwisterkinder beginnt eine spannende Zeit, wenn ein neues Baby in die Familie hinzukommt. Ein wichtiges und einschneidendes Ereignis, welches für die ganze Familie viel Neues bedeutet.

Die Bindungsentwicklung zwischen dem Kind und seinen Eltern oder primären Bezugspersonen verläuft nicht in allen Beziehungen immer nach Wunsch und bestmöglich. Sie ist vielfältig durch Einflüsse störbar. Es gibt Lebensereignisse und Traumata, die diese Beziehungsentstehung beeinflussen. Entsprechend dem Alter des Säuglings/Kindes/Jugendlichen gibt es Anzeichen oder Verhaltensweisen, die einen ungünstigen Bindungstyp zur Ursache haben können. Es gibt (im Säuglingsalter) Anzeichen - z.B. Wachstumsverzögerungen, Essstörungen, Schreistörungen, Schlafstörungen, die ungünstige Bindungsbeziehungen anzeigen können. Ebenso können im Kleinkindalter und Schulalter Verhaltensweisen wie gesteigerte Wutanfälle, übersteigertes Bindungsverhalten, Trennungsprobleme oder Aggression Zeichen eines ungünstigen Bindungsstiles sein.

Die gute Nachricht ist, dass die Bindung zwischen den Eltern und dem Kind nicht nur ungünstigen Beeinflussungen unterliegt, sondern eine Korrektur der nicht erwünschten Verhaltensweisen durch positive Veränderungen ebenso zu jederzeit möglich ist. Eine fachliche Beratung bringt Unterstützung, ebenso Entlastung und kann das Wachsen einer gesunden Eltern-Kind Bindung und eines liebevollen Familienklimas fördern. Juliane Springer, staatl. anerk. Logopädin, Bindungsberaterin – B.B.T.





### Checkliste Klinikkoffer

Was muss dort alles rein?

Der Klinikkoffer 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
- O bei ledigen Müttern: die eigene Geburtsurkunde
- 10 € Bearbeitungsgebühr für das Standesamt (1 Geburtsurkunde)

### Für den Kreißsaal:

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

### Für die Wochenstation:

- 2 begueme Nachthemden oder Schlafanzüge, T-Shirts und Leggins
- 2 Still-BHs oder Bustiers, Badelatschen, persönliche Hygieneartikel, Handtücher
- eventl. ca. 5 Slips (Stilleinlagen und Einmalslips sind normalerweise auf Station vorhanden
- O Babysachen für die Klinikentlassung je nach Jahreszeit, Body, Pullover, Strampler, Söckchen und Ausfahrgarnitur in Größe 56
- o 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







BabyBauchTöne - Pränatales Singen für dich und mich für werdende Mamas ab der 25. Schwangerschaftswoche

#### Was euch erwartet:

- Freude bringendes Singen und Tönen
- Tiefenatmung und Entspannung zur Unterstützung einer sanften Geburt
- o Erlernen von Wiegen- und Entspannungsliedern fürs Baby

Gemeinsam musizieren - von Anfang an! Das musikalische Eltern-Kind-Konzept von der Geburt bis zum fünften Lebensjahr

> Musikgarten für Babys (4-18 Monate) Musikgarten Phase I (1 ½ bis 3 Jahre) Musikgarten Phase II (3-5 Jahre)

### Was euch erwartet:

eine bunte Mischung aus Liedern, Fingerspielen, Kniereitern, Sprechversen, Kreisspielen und Tänzen unter Einsatz verschiedener Instrumente

Weitere Informationen unter: www.facebook.com/Mami.Baby.Musik
Anmeldung per E-Mail an: musik@jasmin-weigmann.de

# Moderne Stoffwindeln sind in!

Wussten Sie schon: Pampers sind out, moderne Stoffwindeln sind in. Denn Stoffwindeln sind das Beste für Ihr Kind.

Handelsübliche Wegwerfwindeln beinhalten umstrittene, mineralölhaltige Stoffe, sogenannte Paraffine, die die Regenerationsfähigkeit und den Säureschutzmantel der Haut beeinträchtigen. Stoffwindeln werden aus natürlichen Materialien wie Baumwolle oder Hanf hergestellt und sind damit perfekt für Babys sanfte Haut. Im Vergleich zu Wegwerfwindeln lösen Stoffwindeln wesentlich seltener allergische Reaktionen aus, und Babys leiden praktisch nie an einem wunden Po.

### Stoffwindeln vermeiden Müll und schonen die Ressourcen.

4500 Windeln benötigt ein Kind im Durchschnitt bis es trocken wird. Das entspricht etwa 1000 Kilo Müll, Sondermüll der nicht recycelt werden kann und mindestens 500 Jahre braucht, bis er zersetzt ist. Hingegen werden Stoffwindeln immer wieder verwendet und schonen damit die Umwelt. Stoffwindeln produzieren nicht nur so gut wie keinen Müll, sie schonen auch die natürlichen Ressourcen. Die notwendigen Rohstoffe für Stoffwindeln sind schwindend gering im Vergleich zu der Herstellung von Wegwerfwindeln. Holz, Erdöl und extrem viel Wasser wird verbraucht, und all das für ein Produkt, das nur einmal für ein paar Stunden getragen wird.

### Stoffwindeln unterstützen beim Trockenwerden.

Tatsache ist, dass seit der Einführung von Wegwerfwindeln in den 1960er Jahren, Kinder immer später trocken werden. Das liegt vor allem daran, dass die Wegwerfwindeln sich über einen sehr langen Zeitraum trocken anfühlen. Viele Kleinkinder merken überhaupt nicht, wenn sie in die Hose gemacht haben. Stoffwindelkinder spüren, wenn die Windel nass wird und entwickeln ein Gefühl für die eigenen Ausscheidungen. Sie beginnen zeitiger Signale zu geben, wenn es untenherum unangenehm wird.

### Stoffwindeln sind einfach, praktisch und total süß.

Die Stoffwindel aus super saugfähigem Material nimmt die Flüssigkeit auf, und eine dünne, auslaufsichere aber atmungsaktive Überhose sorgt dafür, dass die Kleidung trocken bleibt. Die Überhosen sind bunt und total süß, es ist für jeden Geschmack etwas dabei www.chemnitzer-windelservice.de

## Deutsche Bank Finanzberatung





Selbstständige Finanzberater für die Deutsche Bank

### Finanzagentur Schkeuditz Katharina Stadie

Ihre Finanzberatung vor Ort

Rathausplatz IA | 04435 Schkeuditz | Tel. 034204 / 484988 | Mobil 0173 / 6798405

### Das größte Geschenk ist eine abgesicherte Zukunft!

Ihre Deutsche Bank - Agentur in Schkeuditz

Ihre Partner für:

- Juniorkonten
- ☑ Kindersparbücher
- ☑ Junior-Invest-Sparen
- ☑ Kinder-Unfallversicherungen
- Enkelsparen

Bitte scannen und Termin vereinbaren!



www.db-finanzberatung.de/katharina.stadie.html

## Gutschein

für den ersten Sparplan im Leben

15€

\* Gutschein ausschließlich einlösbar in der DB-Agentur Schkeuditz

## Baby-Erstaustattung

Storcheninfo empfiehlt

### Bekleidung

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

### Utensilien zum Wickeln und Schlafen

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

### **Pflege**

- Badewanne mit Wannenständer oder Badeeimer, Badethermometer
- Waschlappen, 2 Kapuzenbadetücher
- Pflegeprodukte
- 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
  - · Thermosflaschel-Box
  - spezielles Angebot: Wiegesprechstunden in Apotheken von Hebammen

### Für Unterwegs

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

### Sicherheit für später

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





## Osteopathie und Kinder

Neugeborene, Säuglinge, Kinder und Jugendliche können mit Hilfe osteopathischer Behandlungen von Fehlfunktionen befreit werden, die sich auf die spätere körperliche Entwicklung negativ auswirken könnten.

### Mögliche Beschwerden bei Kindern:

- Allergien Asthma Aufmerksamkeitsdefizite
- · Bauchkrämpfe · Einnässen · Schrei- und Spuckkinder
- · Laufschwierigkeiten · Lernschwierigkeiten und Legasthenie
- · Augen- und Ohrenprobleme · Schlafstörungen
- Wachstumsstörungen verspätete oder auffällige Entwicklungen

Kindliche Schädel bestehen bei der Geburt aus mehreren weichen Knochenschichten und Bindegewebsplatten. Diese wachsen in den Kinder- und Jugendjahren zusammen. Während der Geburt wirken im mütterlichen Becken, aber auch beim Einsatz von Zange oder Saugglocke große Kräfte auf den Kopf. Starke Ver-



schiebungen der Knochensymmetrie können die Folge sein. Reichen die Selbstregulierungskräfte des Körpers zur Korrektur nicht aus, können sich Kopfasymmetrien; Druck- oder Zugwirkungen bilden, die Störungen an Schädelnähten und Nervenaustrittspunkten zur Folge haben.

Die Funktionen des Körpers werden von Nerven überwacht, die über wichtige Austrittspunkte am Schädel laufen. So können sich Fehlfunktionen über Nervenverbindungen, Muskel- oder Faszienanhaftungen am Schädel über den gesamten Körper verbreiten. Derartige Funktionsstörungen beeinträchtigen oft die normale körperliche und geistige Entwicklung. Fehlfunktionen können im kindlichen Körper auch nach Stürzen oder Traumen durch Gewebekompression oder Gewebezug entstehen. Lassen diese sich nicht spontan korrigieren, kann eine Therapie die Ursachen beseitigen. www.kathrinmeier.de

# Musikschule Leipzig "Johann Sebastian Bach" Es ist nie zu früh …

### Eltern-Kind-Gruppen

- Baby I: für Babys im Alter von 4–10 Monaten u. einen Erwachsenen
- Baby II: für Babys im Alter von 11-18 Monaten u. einen Erwachsenen

Das Großwerden mit Musik macht das Kindsein viel schöner! Wir geben Ihnen vielfältige Anregungen für rhythmische und melodische Spiele, Finger- und Handspiele, Bewegungs- und Tanzspiel, Verse/Lieder zum Berühren, Kitzeln und Lachen, Wiegen und Schaukeln, Schlafen und Träumen.

Ansprechpartnerin für Eltern-Kind-Kurse: Kristin Käbisch kristin.kaebisch@musikschule-leipzig.de

MUSIK & TANZ
GEMEINSCHAFT
BEGEISTERUNG
PROGRAMM

www.musikschule-leipzig.de

M U S I K
S C H U L E
L E I P Z I G



## Mutterschutz

Ihr gutes Recht

Das Mutterschutzgesetz (neue Fassung per 1. Januar 2018) gilt für alle Frauen, die in einem Arbeitsverhältnis stehen (neu auch für Schülerinnen und Studentinnen), ausgenommen Selbständige und Geschäftsführerinnen juristischer Personen bzw. Gesellschaften. Nachfolgend eine Auswahl wichtiger Festlegungen. Angaben ohne Gewähr, ausführlich im Mutterschutzgesetz MuSchG nachzulesen. Informationen auch in der Verordnung zum Schutze der Mütter am Arbeitsplatz MuSchArbV.

### Mitteilungspflicht werdender Mütter

Dem Arbeitgeber sollten unverzüglich die Schwangerschaft und der mutmaßliche Entbindungstermin mitgeteilt werden. Auf Anforderung ist 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, gilt ebenfalls für Mütter von Kindern mit Behinderungen

### Kündigungsschutz

Zeitraum: von Beginn der Schwangerschaft bis 4 Monate nach der Entbindung. Gilt ebenfalls bei Fehlgeburten nach der 12. Schwangerschaftswoche.

#### **Elternzeit**

siehe Checkliste Seite 7

### Arbeitszeiten für schwangere und stillende Mütter

- pro Tag nicht länger als 8,5 Stunden
- keine Nachtarbeit Ausnahme zwischen 20 und 22 Uhr mit Zustimmung aller Seiten (Schwangere, Arzt, zuständige Aufsichtsbehörde)
- Sonn- und Feiertagsarbeit ist unter den o. g. Bedingungen erlaubt. Die Schwangere darf nicht alleine am Arbeitsplatz sein.

### Stillzeiten während der Arbeitszeit

Zeiten:

- 2x täglich 1/2 Stunde
- •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

Siehe auch u.a.: www.bmfsfj.de; www.familien-wegweiser.de



FEE

## Elterngeld + Antragsservice

### Mehr Elterngeld für Sie und Ihren Partner!

Ich analysiere Ihre Situation und begleite Sie vom Antrag bis zum Ende Ihrer Elternzeit

#Elterngeld #Elterngeld Plus #Partnerschaftsbonus #Elternzeit, Teilzeit in Elternzeit #Kindergeld





0177-3459287 manja@elterngeldfee.de termin.elterngelfee.de



## Meine Termine

Datum	Uhrzeit	

### **Impressum**

Herausgeber: infomedia-werbung karin hennig

Mühlenweg 21, 07751 Jena Telefon: 03641 331444

In eigener Sache: Geschäftspartner und Mitarbeiter bundesweit willkommen.

#### Hinweise:

Alle Informationen (Stand März 2020) sind sorgfältig recherchiert, jedoch ohne Gewähr auf Vollständigkeit, Korrektheit und Aktualität. Sie sind nicht als Ersatz für weitergehende Beratungsleistungen anderer Institutionen und Einrichtungen gedacht. Die Inhalte dieser Broschüre sind ausschließlich zur privaten Nutzung bestimmt. Ein Nachdruck bedarf ausdrücklich der Genehmigung des Herausgebers.

Die Verteilung der Hefte ist kostenlos. Ein Weiterverkauf ist nicht gestattet. Für die in dieser Broschüre werbenden Ansprechpartner und deren ggf. redaktionellen Beiträge wird keine Verantwortung übernommen. Satz und Druck: www.zoommedia.de • Foto Blumen: © Floydine - Adobe Stock



### **WIR BIETEN EUCH**

- ⊘ Nähkurse für Kinder & Erwachsene
- handgefertigte Unikate
- ❷ Nähliteratur
- Kurzwaren

### RÄUBER & RABAUKEN

- Arthur-Hoffmann-Straße 69 04275 Leipzig
- Mo. Fr. 10 bis 18 Uhr Sa. 10 bis 14 Uhr
- 🔀 post@stoffladen-leipzig.de
  - 0341 248 440 18