



Bild: artworkphotography.de



Storcheninfo

Organisatorische Infos und Hinweise
für werdende Eltern und junge Familien
in Zwickau.

5. Auflage



Fotografin Romy Röder
Tel: 0174 / 67 20 801
romy.roeder@artworkphotography.de
www.artworkphotography.de



Liebevoller und professionelle Fotoshootings ganz entspannt Zuhause oder Outdoor

GUTSCHEIN

GRATIS Fotoposter 20 x 30 cm bei Buchung eines Fotoshooting Paket „Newborn“
und Vorlage der Storchentafel

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 Gewerbe, die Sie spezialisiert, kompetent und hilfsbereit bei Ihren Fragen, Problemen und Wünschen gern unterstützen.

Überreicht durch:

volksbank-zwickau.de

Jetzt Termin
vereinbaren:
0375 39110
oder online!

Geborgenheit geben.

Morgen
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wir unterstützen Sie und Ihr Kind auf dem Weg in die finanzielle Sicherheit. Sprechen Sie uns einfach an: 0375 3911-0.



BESTIMME DEINE
MIETE SELBST



MIET
KONFIGURATOR

Eine Innovation Deliner
GGZ
www.wohnung.de

Checkliste

wichtiger Behördengänge und Formalitäten

● Geburtsurkunde ausstellen lassen

Wo: Bürgeramt/Standesamt, Neuberinplatz 1a, Zwickau, Tel.: 0375 830 (Bürgertelefon)

(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 Sorgerechtsklärung (falls schon vorhanden)
- Stammbuch

● Vaterschaftsanerkennung dokumentieren (falls Mutter alleinerziehend)

Wo: Standesamt (siehe Geburtsurkunde) oder Jugendamt (Vaterschaft und Erklärung zum Sorgerecht), Werdauer Str. 62, 08056 Zwickau, Tel.: 0375 4402-23310

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: Bürgerservice im Rathaus, Hauptmarkt 1, Zwickau, Tel.: 0375 830, E-Mail: buergerservice@zwickau.de

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

● Begrüßungsgeld für Neugeborene in Zwickau

Persönliche Beantragung beim Bürgerservice, Hauptmarkt 1, Zwickau, 0375-830

Voraussetzungen: Hauptwohnsitz in Zwickau seit mind. 3 Monaten vor Geburt

Erforderliche Unterlagen: Antrag, Nachweis der Vorsorgeuntersuchungen U1 bis U7, Geburtsurkunde, Personalausweis
persönliche Antragstellung bis Ende 10. bzw. 27. Lebensmonat (2 Auszahlungen)



EINFÜHLSAME FASZIENBEHANDLUNG
FÜR SCHWANGERE

Weg von den Alltagsbeschwerden einer Schwangerschaft, hin zu Leichtigkeit und sich mal wieder so richtig entspannt fühlen!

Ich zeige dir auch, wie du in deinem Körper den besten Zustand erreichen kannst, den du brauchst, um dich in dieser spannenden Zeit locker, leicht und beweglich zu fühlen.

Melde dich gern' bei mir für ein kostenloses Beratungsgespräch. Ich freue mich auf dich!

KRISTIN MÜLLER | ERICH-MÜHSAM-STRASSE 65 | 08062 ZWICKAU | 0163 303 32 10



KURSE in CRIMMITSCHAU

✦ **Babymassage**

✦ **MamaWORKOUT mit Babybauch***

✦ **MamaWORKOUT mit Baby***

✦ **MamaWORKOUT outdoor***

*Die Kurse sind krankenkassenzertifiziert.



Siwa- MamaWORKOUT, Babymassage, Fenkid

Nicole Schleese
Waldstr. 51
08451 Crimmitschau

✉ nicole@siwa-wellness.de

01573 6158082



Checkliste

wichtiger Behördengänge und Formalitäten

Kindergeld beantragen

Wo: Agentur für Arbeit Zwickau, 08037 Zwickau, E-Mail: zwickau@arbeitsagentur.de
Tel.: 0800 4555530 und 0371 5672221, Familienkasse Sachsen,

E-Mail: Familienkasse-Sachsen@arbeitsagentur.de, Online-Antrag: familienkasse.de

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: Landratsamt Zwickau, Königswalder Str. 18, 08412 Werdau, Tel.: 0375 4402-0

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. Seit 09/21 gelten Neuregelungen für Bundeselterngeld und Elternzeit, die u. a. mehr Teilzeitmöglichkeiten, flexibleren Partnerschaftsbonus und weniger Bürokratie bieten. Infos unter: familienportal.de oder landkreis-zwickau.de

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 Lebensjahr)

Nach Einführung des Elterngeld Plus können 24 Monate auf den Zeitraum zwischen dem 3. und 8. Lebensjahr 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





5€ Gutschein
für den Laden
bei Vorlage
dieses Coupons

Trageberatung mit großem Trageladen.

- Einzel- und Paarberatung
- Zwillinge
- Schwangeren Bindeweisen nach FTZB
- lerne verschiedene Bindeweisen
- Tragen auf dem Rücken und vieles mehr

TRAGELIESSCHEN LÄDCHEN
HAUPTSTRASSE 61C
08412 STEINPLEIS

WWW.TRAGELIESSCHEN.DE

  [trageliessen.laedchen](https://www.instagram.com/trageliessen.laedchen)

Außerdem findest du hier:

- moderne fair fashion Mode für dein Baby und Kleinkind von Kopf bis Fuß

- Wolle/Seide Bekleidung

- Wollfleece- und Wollwalkoveralls

- Bedarfsartikel fürs Schlafen, Wickeln, Stillen

- Baby- und Kleinkinderspielzeug

Geschenkideen zu Geburt, Geburtstag etc



Babys - vom Bauch ins Tuch

Neun Monate waren sie niemals alleine, geborgen im Bauch, hatten eine Begrenzung, Wärme und eine Geräuschkulisse.

Nach der Geburt ändert sich für unsere Babys die ganze Welt.

Sie müssen sich anpassen, und wir können ihnen und uns das Leben ein Stück weit leichter gestalten, wenn wir sie im Tragetuch oder in der Trage an uns binden.

Tragen wir unsere Babys, geben wir Ihnen eine Begrenzung, Körperwärme, Geborgenheit und Sicherheit.

Für uns selbst ist der Alltag auf einmal deutlich einfacher, und unsere Babys bekommen alles, was sie brauchen.

Denn unsere Babys sind noch auf Steinzeit programmiert und wissen nicht, dass sie sicher innerhalb von vier Wänden sind.

Beim Baby gehen die Alarmglocken sofort an, wenn es nicht mehr in der Nähe seiner Bezugspersonen ist und alleine liegen soll.

Durch das Tragen kann dein Baby entspannen und du auch.

In meinen Trageberatungen schauen wir uns genau an, welche Lösung zu dir, aber auch zu deinem Baby passt.

Du lernst das sichere Anlegen, bekommst viele Tipps und Tricks und verstehst, was genau du zu welcher Jahreszeit dir und deinem Baby anziehen kannst.

Aus diesem Grund macht ein Tragekauf vor der Geburt keinen Sinn, denn am Ende muss die Trage wie eine gute Jeans sitzen, und die findest du nur durch ausprobieren.

Du trägst bereits, aber du möchtest eine neue Bindeweise lernen, hast Rückenschmerzen, oder bist dir unsicher ob noch alles passt? Auch dann kannst du dich gerne zur Kurzberatung melden.

Eine Trageberatung ist ein wundervolles Geschenk zur Geburt.

Du kannst auch schon während der Schwangerschaft die Bindeweisen nach FTZB lernen, um Symphyseschmerzen zu verbessern und allgemein das Wohlbefinden zu steigern.

Sprich mich gerne an unter:

info@trageliessen.de

oder telefonisch: 01778296292

Elise Zahn - Trageliessen



Kinderosteopathie

Die im Wachstum befindlichen Muskeln, Gewebe und Knochen von Säuglingen und Jugendlichen unterliegen ständiger Veränderung. Das kann gerade bei Kleinkindern zu Blähungen, Bauchschmerzen und anhaltender Unruhe ("Schreibaby") führen. Hier bietet die Kinderosteopathie spezielle Ansätze zur Linderung. Auch Konzentrationsstörungen oder Wachstumsstörungen bei Heranwachsenden kann so effektiv entgegengewirkt werden.

Naturheilverfahren

- Ohrakupunktur
- Bioresonanz
- Neuraltherapie
- Kinesio-Tape
- Darmsanierung und Entgiftung
- Vitamin B-Aufbaukur



Osteopathie in der Schwangerschaft

Ein kleiner Mensch wächst im Mutterleib heran und die werdende Mutter möchte ihm Liebe, Nahrung und Raum zum Wachsen geben. Die Schwangerschaft ist mit Veränderungen verbunden, die alle Körpersysteme betreffen. Osteopathie hilft der werdenden Mama dabei, die Schwangerschaft so angenehm wie möglich zu gestalten. Mit speziellen Techniken, die besonders sanft und auf die Mutter und die Entwicklung ihres Ungeborenen angepasst sind, lässt sich das körperliche und mentale Wohlbefinden verbessern.



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 Knochen-schichten und Bindege-websplatten. Diese wachsen in den Kinder- und Jugendjahren zusammen. Während der Geburt wirken im mütterlichen Becken, aber auch beim Einsatz von Zange oder Sauglocke große Kräfte auf den Kopf. Starke Verschiebungen 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.



Bild: Alexandr Vasilyev - Adobe Stock

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.

Katrin Meier



Marken-Second-Hand

IN ZWICKAU-OBERPLANITZ



**Wir kaufen und verkaufen
allerschönste getragene Kindermode**

zeitgemäße getragene (mängelfrei) und neuwertige Marken-Kleidung
bis Größe 152 · neuwertige Schuhe · gepflegte Kinderwagen
sowie Zubehör · Baby-Ausstattung · Holz-Spielzeug und Spiele

huniundbumba.de

Adresse Emil-Rosenow-Straße 28 · 08064 Zwickau
WEB shop@huniundbumba.de · TEL 0375 677 94 94 5

Baby-Erstausrüstung

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
- 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: Wiegesprachstunden in Apotheken von Hebammen

Für Unterwegs

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

Sicherheit für später

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




LEISTUNGEN:

- Schwangeren- und Mama-Baby-Sport
- Kindertanz ab 3 Jahre
- Kinderballett ab 4 Jahre

DanceFit Zwickau e.V. · Tanzschule in Zwickau · Sarah Merkel
 Robert-Blum-Straße 40 · 08056 Zwickau
 Telefon: 0179 5038795 · www.dancefit-zwickau.de



 Deutsche Vermögensberatung

Kinder perfekt absichern & mit Vermögensaufbau starten

Jetzt kostenlosen Beratungstermin und Startguthaben sichern.

Regionaldirektion
Doreen Reischl
 Innere Schneeberger Str. 11
 08056 Zwickau
 0375 210629
 www.dvag.de/Doreen.Reischl

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 Kreißsaal:

- 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/loder 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, Handtücher
- eventl. ca. 5 Slips (Stilleinlagen und Einmal slips sind normalerweise auf Station vorhanden)
- Babysachen für die Klinikentlassung je nach Jahreszeit, Body, Pullover, Strampler, Söckchen 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

Stillen

Für das Glück von Mutter und Kind

Herzlichen Glückwunsch allen Schwangeren und allen Müttern, die ihr Kleines bereits im Arm halten! Eine großartige, aber auch herausfordernde Aufgabe liegt vor Ihnen: ein Kind ins Leben zu begleiten.

Ein Kind kommt mit einer großen Grundsehnsucht zu Welt - der Sehnsucht nach Liebe. Diese drückt sich in dem Grundbedürfnis nach Stillen und sicherer Bindung aus. Stillen fördert diese durch die intensive Hautnähe zwischen Mutter und Kind. Stillen ist gleichfalls die natürliche und gesunde Ernährung für ein Baby, weil Muttermilch immer frisch und keimfrei ist, sowie jederzeit in der richtigen Temperatur und Zusammensetzung zur Verfügung steht. Sie passt sich dem Alter des Kindes sowie der Jahreszeit bzw. der Außentemperatur an und variiert zudem mit der Tageszeit. Stillen gleicht ebenso jedes Mal einem festlichen Drei-Gänge-Menü: erst die durstlöschende Vorspeise, dann der Hauptgang und zum Schluss das Dessert mit viel Sahne. Muttermilch enthält unnachahmlich die spezifisch menschlichen Eiweiße, Zucker, Fette und Wasser im optimalen Verhältnis. Muttermilch ist damit nicht nur leicht verdaulich, sondern sie funktioniert quasi als körpereigene Nahrung, so dass es nicht schlimm ist, sollte einmal etwas in die „falsche Kehle“ rutschen. Muttermilch beinhaltet weiter, neben Vitaminen und Mineralstoffen, - auch Abwehrstoffe, und zwar genau gegenüber den Erregern, die Mutter und Kind umwehen. Beginnt das Kind zu krabbeln, steigt die Menge der Abwehrstoffe in der Muttermilch nochmals an. So schützt Stillen nicht nur unmittelbar vor Krankheiten, sondern beugt auch diversen Erkrankungen im späteren Leben vor, z. B. Allergien, Asthma und Herz-Kreislaufkrankungen. Auch Mütter profitieren gesundheitlich vom Stillen: Es verringert sich zum Beispiel ihr Brustkrebsrisiko.

Aber nicht nur das. Wenn das Stillen richtig klappt, ist es die bequemste und beglückendste Rund-um-Betreuung eines Babys. Für das Baby heißt jeder Schluck: „Ich werde geliebt. Ich bin wertvoll.“ Durch die ausgeschütteten Hormone schwimmt auch die Mama in Glück.

Bei sachkundiger Beratung und Anleitung kann das Stillen, bis auf wenige Ausnahmen, gelingen. Wie kann ich zum Stillglück gelangen? Was hilft mir dabei und was steht mir im Weg? Wie schaffe ich das, ohne mich zu überlasten? Wie sieht das nach Kaiserschnitt oder bei Zwillingen aus? Was ist, wenn ich Medikamente einnehmen muss? Ab wann ist Beikost ratsam? Wie lange sollte ich stillen? Wenn diese oder andere Fragen Sie bewegen, lassen Sie sich beraten und ermutigen.

Hanne Kerstin Götze, Stillberaterin (AFS)

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

natur
heil
weise

Praxis für Naturheilkunde

Doris Blum-Gündel

**Heilpraktikerin
zertifizierte Kinder-Heilpraktikerin**

Behandlung, Beratung, Vorträge:

Hilfe z.B. bei Milchschorf, Neurodermitis, Allergien, Ohrentzündung,
Atemwegsinfekt, chronischen Erkrankungen,
gesunder Ernährung im Alltag, AD(H)S, Yoga-Kurs für Kinder
natürlich schwanger werden und sein,
Wirbelbehandlung (KiSS),
Erste-Hilfe-Kurs für (Groß-)Eltern u.v.m.

*Sie haben Fragen oder wollen einen
Praxistermin/Hausbesuch vereinbaren?*

Tel. 0152 – 26 70 52 68

Ich freue mich auf unser Gespräch!

Schlossparkstraße 28, 08062 Zwickau

www.natur-heil-weise.de

www.kinderheilpraktiker-zwickau.de

