



# CHECKLISTE

SCHWANGERSCHAFT, GEBURT  
UND DIE ERSTE ZEIT MIT BABY

Liebe (werdende) Mütter und Väter,

wenn man das erste Mal ein Kind erwartet, gehen einem viele Fragen durch den Kopf. Das weiß ich auch aus eigener Erfahrung. Auch wenn es nicht die erste Schwangerschaft ist, kann sie uns dennoch manchmal vor ganz neue Herausforderungen stellen.

Diese Checkliste gibt Ihnen Orientierung und einen Überblick über die wichtigsten Dinge, an die Sie denken sollten.

Sehr viel davon lässt sich bereits vor der Geburt erledigen. Umso unbeschwerter und sicherer können Sie den Beginn Ihrer Zeit als Eltern genießen und sich ganz Ihrem Kind widmen. Das Eltern-Sein ist eine der schönsten Erfahrungen und zugleich bedeutet es eine große Veränderung. Bei Fragen ist das „Rund um Familie“-Team für Sie da und berät Sie gerne zu Angeboten im Landkreis Nordwestmecklenburg.

Alles Gute für den Start ins Familienleben wünscht Ihnen

Tino Schomann  
Landrat



# CHECKLISTE VOR DER GEBURT



Was?	WANN?	Wo?	UNTERLAGEN
<p><b>Mitteilung über die Schwangerschaft</b></p>	<p><b>Frühschwangerschaft</b> keine gesetzl. Pflicht, aber sinnvoll, damit der Arbeitgeber das Mutterschutzgesetz umsetzen kann</p>	<p><b>Arbeitgeber, Jobcenter, Bundesagentur für Arbeit, Soziale Sicherung</b> Schwangerschafts-Mehrbedarf sowie einmalige Leistungen für Schwangerschaft und Geburt beantragen bei Bezug von ALG 2 oder Sozialhilfe</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bescheinigung über die Schwangerschaft vom Frauenarzt</li> <li>• Kopie Mutterpass</li> </ul>
<p><b>Leistungen von der Bundesstiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“</b></p>	<p><b>bei Bedarf</b> finanzielle Hilfen auf unbürokratischem Weg für Frauen in finanzieller Notlage</p>	<p><b>Schwangerschaftsberatungsstellen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• telefonisch erfragen</li> </ul>
<p><b>Hebamme suchen, Geburtsvorbereitungskurs und Geburtsklinik anmelden</b></p>	<p><b>individuell, so früh wie möglich</b></p>	<p><b>Schwangerschaftsberatungsstellen, Geburtskliniken, Internet, Familienzeitschrift Rüberpost</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mutterpass</li> <li>• Krankenkassenkarte der Mutter</li> </ul>
<p><b>Mutterschaftsgeld vor Geburt beantragen</b></p>	<p><b>frühestens 7 Wochen vor dem berechneten Entbindungstermin</b></p>	<p><b>Krankenkasse, Arbeitgeber</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ärztliche Bescheinigung über den voraussichtlichen Entbindungstermin</li> <li>• Antragsformular der Krankenkasse der Mutter</li> </ul>
<p><b>Elternzeit planen und ggf. anmelden</b></p>	<p><b>spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit diese anmelden</b></p>	<p><b>Arbeitgeber</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schriftliche Benachrichtigung über die geplante Dauer der Elternzeit</li> </ul>
<p><b>Vaterschaftsanerkennung Für unverheiratete Paare</b></p>	<p><b>am besten vor der Geburt, so kann der Vater direkt nach der Geburt in die Geburtsurkunde eingetragen werden</b></p>	<p><b>Jugendamt</b> kostenlos, mit Terminvereinbarung</p> <p><b>Standesamt, Notar</b> mit Gebühr</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalausweise und Geburtsurkunden beider Eltern</li> <li>• Mutterpass, nach der Geburt die Geburtsurkunde des Kindes</li> </ul>
<p><b>Gemeinsames Sorgerecht Für unverheiratete Paare</b></p>	<p><b>es gibt keine Frist, kann auch nach der Geburt beurkundet werden</b></p>	<p><b>Jugendamt</b> kostenlos, mit Terminvereinbarung</p> <p><b>Standesamt, Notar</b> mit Gebühr</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalausweise und Geburtsurkunden beider Eltern</li> <li>• Mutterpass; bzw. nach der Geburt die Geburtsurkunde des Kindes</li> <li>• Vaterschaftsanerkennung</li> </ul>
<p><b>Frühe Hilfen</b></p>	<p><b>ab der Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr des Kindes</b></p>	<p><b>www.elternsein.info</b> Frühe Hilfen umfassen praktische Hilfen, Beratung, Vermittlung und Begleitung</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ohne Antrag, freiwillig, kostenfrei</li> </ul>

# CHECKLISTE NACH DER GEBURT

Was?	WANN?	Wo?	UNTERLAGEN	ERLEDIGT
<p><b>Geburtsurkunde</b></p>	<p><b>Antrag muss möglichst bis sieben Tage nach der Geburt erfolgen</b></p>	<p><b>Standesamt des Geburtsortes des Kindes</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalausweise und Geburtsurkunden beider Eltern</li> <li>• Heiratsurkunde Unverheiratete Paare:</li> <li>• Vaterschaftsanerkennung, falls vorhanden</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Familienkrankenversicherung des Kindes</b></p>	<p><b>so schnell wie möglich</b></p>	<p><b>Krankenkasse der Mutter oder des Vaters</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geburtsbescheinigung des Kindes mit Zweck Krankenkasse</li> <li>• ggf. Vaterschaftsanerkennung</li> <li>• ausgefülltes Formular der Krankenkasse</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Mutterschaftsgeld nach der Geburt beantragen</b></p>	<p><b>nach der Geburt</b></p>	<p><b>Krankenkasse, Arbeitgeber</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antragsformular der Krankenkasse der Mutter</li> <li>• Geburtsbescheinigung des Kindes mit Zweck Krankenkasse</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Kindergeld beantragen (und ggf. Kinderzuschlag)</b></p>	<p><b>zeitnah nach Erhalt der Geburtsurkunde</b> Kindergeld wird maximal 6 Monate rückwirkend ausgezahlt, Kinderzuschlag ab Antragsmonat</p>	<p><b>Familienkasse der Agentur für Arbeit</b> Antrag unter: <a href="http://www.familienkasse.de">www.familienkasse.de</a></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geburtsbescheinigung des Kindes mit Zweck Kindergeld</li> <li>• Steuer-ID des Kindes</li> <li>• für Migranten/ausländische Eltern: ggf. Zusätzliche Dokumente erforderlich</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Elternzeit anmelden</b></p>	<p><b>spätestens 7 Wochen vor Beginn der Elternzeit diese anmelden</b></p>	<p><b>Arbeitgeber</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schriftliche Benachrichtigung über die geplante Dauer der Elternzeit</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Elterngeld</b></p>	<p><b>zeitnah nach Erhalt der Geburtsurkunde</b> wird maximal 3 Monate rückwirkend ausgezahlt</p>	<p><b>Elterngeldstellen M-V:</b> <a href="http://www.lagus.mv-regierung.de">www.lagus.mv-regierung.de</a></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefülltes Antragsformular</li> <li>• Geburtsbescheinigung des Kindes mit Zweck Elterngeld</li> <li>• für Migranten/ausländische Eltern: ggf. zusätzliche Dokumente erforderlich</li> <li>• Nachweis über Einkommen und Mutterschaftsgeld</li> <li>• ggf. Arbeitgeber-Bescheinigung</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Kinderfreibetrag</b></p>	<p><b>sobald Geburtsurkunde vorliegt</b></p>	<p><b>Finanzamt</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antrag auf Lohnsteuerermäßigung</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>U-Untersuchungen des Kindes</b></p>	<p><b>ab Geburt, Termine sind im gelben Kinderuntersuchungsheft aufgeführt</b></p>	<p><b>Kinderärztliche Praxis</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kinderuntersuchungsheft</li> <li>• Impfpass</li> <li>• Krankenversichertenkarte des Kindes</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Gynäkologische Nachuntersuchung der Mutter</b></p>	<p><b>6 Wochen nach der Geburt</b></p>	<p><b>Gynäkologische Praxis</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mutterpass</li> <li>• ggf. Geburtsbericht</li> <li>• Krankenversichertenkarte der Mutter</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Rückbildungsgymnastik</b></p>	<p><b>gewöhnlich 6-8 Wochen nach der Geburt</b></p>	<p><b>Hebamme</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• telefonisch erfragen</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

SPRECHEN SIE UNS GERNE AN, WENN SIE FRAGEN HABEN!



# IHRE „RUND UM FAMILIE“ – ANSPRECHPARTNERINNEN VOR ORT

## SCHWANGERSCHAFTSBERATUNGSSTELLEN

### Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e.V., Region Schwerin

Turnerweg 10  
23970 Wismar

**Tel.: 03841-22 43 20**

Mail: bs-wismar@  
caritas-im-norden.de

### Diakonie Nord Nord Ost in Mecklenburg gGmbH Psychologische Beratungsstelle

Dr.-Leber-Straße 56  
23966 Wismar

**Tel.: 03841-394 238 20**

Mail: skb@diakonie-nordnordost.de

### pro familia

Juri-Gagarin-Ring 55  
23966 Wismar

**Tel.: 03841-796 32 23**

Mail: wismar@profamilia.de

### Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband NWM e.V.

August-Bebel-Str. 18  
23936 Grevesmühlen

**Tel.: 03881-75 878 -37/-38**

Mail: skb@drk-nwm.de

Außenstelle in Gadebusch:  
Erich-Weinert-Str. 29  
19205 Gadebusch

### AWO

Jarmstorfer Str. 16 C  
19205 Gadebusch

**Tel.: 03886-212 89 74**

Mail:  
Schwangerschaftsberatung@  
awo-gadebusch.de

## FRÜHE HILFEN

### Regionale Ansprechpartnerin

Wismar, Bad Kleinen, Insel Poel  
Gisela Herrmann-Kanzler  
Turnerweg 10  
23970 Wismar

**Tel.: 03841-22432-11**

Mail: gisela.herrmannkanzler@  
caritas-im-norden.de

### Netzwerkkoordinatorin Frühe Hilfen

Jennifer Görig  
Rostocker Str. 76  
23970 Wismar

**Tel.: 03841-30 40 5303**

Mail: j.goerig@  
nordwestmecklenburg.de

### Regionale Ansprechpartnerin

im westl. Landkreis  
Anne Johannovsky  
Schweriner Straße 34B  
19217 Rehna

**Tel.: 0163-500 7471**

Mail: anne.johannovsky@  
jhz-rehna.de

### Ansprechpartnerin Familienhebamme/ Familien- Gesundheits- und Kinder- krankenpflegerin

Ramona Bremer  
Rostocker Str. 76  
23970 Wismar

**Tel.: 03841-30 40 5337**

Mail: r.bremer@  
nordwestmecklenburg.de

