

Informationen zum Präventionsangebot

„Willkommen von Anfang an – Gesunde Kinder in Kassel“

**0561 787 1958**

**Gesundheitsamt Region Kassel**  
**Kinder und Jugendgesundheit/Allgemeine Prävention**  
Wilhelmshöher Allee 19-21  
34117 Kassel

**Ansprechpartnerinnen**

Gabriele Haase oder Regine Bresler  
Telefon: 0561 787 1958 oder 787 1941  
E-Mail: [gabriele.haase@kassel.de](mailto:gabriele.haase@kassel.de)  
[regine.bresler@kassel.de](mailto:regine.bresler@kassel.de)  
Telefax: 0561 787 1914  
Internet: [www.gesundheitsamt.kassel.de](http://www.gesundheitsamt.kassel.de)



**Kurz und knapp:  
Eine Navigationshilfe für**





Liebe Eltern im Stadtgebiet Kassel,

diese Broschüre des Präventionsangebotes „Willkommen von Anfang an – Gesunde Kinder in Kassel“ des Gesundheitsamtes Region Kassel ist eine Navigationshilfe durch die Zeit von Schwangerschaft und Geburt. Sie ist auf Anregung von Eltern entstanden und soll Sie in den nächsten Schwangerschaftswochen und nach der Geburt begleiten.

Die Broschüre enthält in Kürze die wichtigsten Informationen, Adressen und Telefonnummern rund um das Thema Geburt. Für alle, die mehr wissen wollen, verweist Sie auf die entsprechenden Stellen im Informationsordner für (werdende) Eltern. Dort finden Sie dann alle Hintergründe und Details. Den Ordner erhalten Sie von Ihrem/r Frauenarzt/-ärztin oder Ihrer betreuenden Hebamme. Sie können ihn auch direkt im

[Gesundheitsamt Region Kassel](#)

[Wilhelmshöher Allee 19-21](#)

[34117 Kassel, 2. Stock, Zimmer 2.13](#) abholen.

Etwa 8 bis 12 Wochen nach der Geburt bieten wir Ihnen einen Begrüßungsbesuch einer Mitarbeiterin des Angebots „Willkommen von Anfang an – Gesunde Kinder in Kassel“ an. Mit Ihr können Sie individuelle aber auch alltägliche Fragen klären, erhalten weitere Informationen und ein Begrüßungsgeschenk.

Wir wünschen Ihnen für die kommende Zeit alles Gute und viel Spaß bei der Lektüre.

Herzliche Grüße vom Team

„Willkommen von Anfang an“





Inhalt	Seite
Vorwort	5
Navigationshilfe für die Schwangerschaft	
1. bis 12. Schwangerschaftswoche	6
13. bis 27. Schwangerschaftswoche	8
28. Schwangerschaftswoche bis zur Geburt	10
Navigationshilfe für die Zeit nach der Geburt	
Gesundheit von Mutter und Kind	12
Erste Anmeldungen und Anträge	14
Finanzen	16

# Navigationshilfe für die Schwangerschaft



Wann?	Was?	Wo?	Was mitbringen?	Erledigt
<b>1. bis 12. Schwangerschaftswoche</b>	<b>Gynäkologische Praxis suchen und Termin vereinbaren</b>	Frauenärzte/-ärztinnen <u>Kapitel <b>Gesundheit</b>: Seiten 5-6</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankenversicherungskarte</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
	<b>Monatliche Vorsorgetermine wahrnehmen</b> Die Gesundheit der Mutter und die Entwicklung des Kindes stehen an erster Stelle! Jede Schwangere hat einen gesetzlichen Anspruch auf ausreichende medizinische Untersuchung und Beratung. Die Kosten übernehmen die Krankenkassen.	Frauenärzte/-ärztinnen und im Schwangerenvorsorgeplan  <u>Kapitel <b>Gesundheit</b>: Seite 3</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mutterpass, diesen erhalten Sie beim Frauenarzt/-ärztin</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
	<b>Hebamme suchen und kontaktieren</b> Es besteht ein gesetzlicher Anspruch auf diese krankenkassenfinanzierte Leistung. Sie dient zur: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwangerenvorsorge</li> <li>• Geburtsvorbereitung</li> <li>• Geburtshilfe</li> <li>• Wochenbettbetreuung</li> </ul>	Hebammen und Hebammenpraxen  <u>Kapitel <b>Gesundheit</b>: Seite 7-14</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mutterpass</li> <li>• Krankenversichertenkarte</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
	<b>Zu einem Geburtsvorbereitungskurs anmelden</b> Im Kurs werden Atem- und Entspannungstechniken erlernt und Informationen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett gegeben. Außerdem können Sie dort andere Schwangere kennenlernen. Die Kursgebühren übernehmen die Krankenkassen.	Hebammen/-praxen und Geburtskliniken oder -häuser  <u>Kapitel <b>Gesundheit</b>: Seiten 9-16</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mutterpass</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
	<b>Arbeitgeber informieren (Mutterschutzgesetz)</b> „Eine schwangere Frau soll ihrem Arbeitgeber ihre Schwangerschaft und den voraussichtlichen Tag der Entbindung mitteilen, sobald sie weiß, dass sie schwanger ist“ (§15 Absatz 1 MuSchG).	Arbeitgeber/-in  <u>Kapitel <b>Finanzielles</b>: Seite 95</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopie des Mutterpasses</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

## Wann?

13. bis 27. Schwangerschaftswoche

## Was?

### Zahnarzttermin

Ein Zahnarztbesuch ist während der Schwangerschaft wichtig, um Zahnschäden zu verhindern.

### Leistungen vom Jobcenter

Mehrbedarf für Schwangere/ Erstausrüstungshilfe

Bezieherinnen von Arbeitslosengeld II können folgende einmalige Leistungen beantragen:

- Zuschuss zur Schwangerschaftsbekleidung
- Zuschuss zur Babyerstausrüstung

### Bundesstiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“

- hilft in Notlagen
- bietet unbürokratisch ergänzende finanzielle Hilfe

### Geburtseinrichtung suchen und sich zur Geburt anmelden

In vielen Geburtskliniken finden regelmäßige Informationsabende für werdende Eltern statt.

Bei einer Hausgeburt muss frühzeitig nach einer Hebamme gesucht werden, welche die Geburt begleitet.

## Wo?

Zahnärzte/-ärztinnen

Broschüren, Flyer, Infoblätter

Kapitel **Verschiedenes**: ab Seite 111

Jobcenter:

Agentur für Arbeit  
Lewinskistraße 4  
34127 Kassel

Rathaus Stadt Kassel  
Obere Königsstr. 8  
34117 Kassel

Schwangerenberatungsstellen

Kapitel **Beratung**: Seite 75-76

Geburtseinrichtungen

Kapitel **Gesundheit**: Seiten 14-16

Hebammen

Kapitel **Gesundheit**: Seite 7-14

## Was mitbringen?

- Krankversichertenkarte

- ausgefülltes Antragsformular

- Personalausweis

- Einkommens- und Vermögensnachweise und Kontoauszüge

- Mietvertrag

- Einkommens- und Vermögensnachweise und Kontoauszüge

- Unterlagen des Jobcenters

- Mutterpass

- Krankenversichertenkarte

## Erledigt

## Wann?

# 28. Schwangerschaftswoche bis zur Geburt

## Was?

### Kinderärztliche Praxis suchen

Die erste Vorsorgeuntersuchung (U1) und meist auch noch die zweite (U2) werden in der Geburtseinrichtung durchgeführt.

Die darauffolgenden Vorsorgeuntersuchungen finden in einer kinderärztlichen Praxis statt.

### Mutterschaftsgeld

Die Krankenkassen bietet als Lohnersatzzahlung das Mutterschaftsgeld für den Zeitraum der Schutzfristen an. Vom Arbeitgeber wird ein Zuschuss zum Mutterschaftsgeld gezahlt.

### Elternzeit (Vater und Mutter)

Wenn die Elternzeit des Vaters direkt nach der Geburt beginnen soll, muss diese bereits **7 Wochen** vor dem errechneten Geburtstermin schriftlich beantragt werden.

Falls die Elternzeit direkt nach der Mutterschutzfrist beginnen soll, müssen Sie diese bis **7 Tage** nach der Geburt schriftlich beantragen.

### Vaterschaftsanerkennung beurkunden lassen

Die Anerkennung ist notwendig bei Eltern, die nicht miteinander verheiratet sind. Die Mutter des Kindes muss der Vaterschaftsanerkennung zustimmen. Eine Beratung vor der Geburt ist zu empfehlen.

### Sorgerechtserklärung

Nicht verheiratete Eltern können, eine öffentliche Sorgerechtserklärung abgeben, wenn sie das gemeinsame Sorgerecht für ihr Kind haben möchten. Die Vaterschaft für das Kind muss vorher anerkannt worden sein. Vaterschaftsanerkennung und Sorgerechtserklärung können zusammen beurkundet werden.

## Wo?

Kinder- und Jugendärzte/ -innen

Kapitel **Gesundheit**: Seiten 21-23

- Krankenkasse
- Arbeitgeber
- Mutterschaftsstelle des Bundesversicherungsamtes (für Erwerbstätige)
- Jobcenter (für Arbeitslose)

Kapitel **Finanzielles**: Seite 95

Arbeitgeber/ -in

Kapitel **Finanzielles**: Seite 96-97

Jugendamt Stadt Kassel  
Vormundschaften, Beistandschaften,  
Unterhaltsvorschuss  
Scheidemannplatz 1  
34117 Kassel

Kapitel **Beratung**: Seite 73-74

## Was mitbringen?

- Krankenversichertenkarte des Kindes
- gelbes Vorsorgeheft (U-Heft)
- Impfausweis

- ärztliches Attest über den Entbindungstermin, das frühestens 7 Wochen vor dem errechneten Tag der Geburt ausgestellt sein darf
- Antrag der Krankenkasse bzw. Mutterschaftsstelle

- formloser schriftlicher Antrag
- ärztliche Bescheinigung über den errechneten Entbindungstermin

- gültige Ausweisdokumente der Eltern
- vor der Geburt: Mutterpass
- nach der Geburt: Geburtsurkunde oder Geburtsanzeige

- gültige Ausweisdokumente der Eltern
- vor der Geburt: Mutterpass
- nach der Geburt: Geburtsurkunde oder Geburtsanzeige)
- Vaterschaftsanerkennung

## Erledigt

# Navigationshilfe für die Zeit nach der Geburt



Wann?	Was?	Wo?	Was mitbringen?	Erledigt
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>Gesundheit von Mutter und Kind</b></p>	<p><b>Wochenbettbetreuung der Hebamme beginnt</b>                      Informieren Sie Ihre Hebamme, die sie in der Schwangerschaft kontaktiert haben, über die Geburt. Vereinbaren Sie einen Termin.</p> <p>Die Wochenbettbetreuung ist eine Krankenkassenleistung.</p>	<p>Hebammen</p> <p><u>Kapitel <b>Gesundheit</b>: S. 7-8</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankenversichertenkarte</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
	<p><b>Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen</b></p> <p>U-Untersuchungen sind ein wichtiger Baustein zur gesunden Entwicklung ihrer Kinder.                      U1 und U2 finden meistens im Krankenhaus statt.                      Ab der U3 finden die Untersuchungen in einer kinderärztlichen Praxis statt.</p>	<p>Kinder- und Jugendärzte/ -innen</p> <p><u>Kapitel <b>Gesundheit</b>: Seiten 21-23</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankenversichertenkarte des Kindes</li> <li>• gelbes Vorsorgeheft (U-Heft)</li> <li>• Impfausweis</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
	<p><b>Nachsorgetermin beim Frauenarzt/ in wahrnehmen</b></p> <p>Sie sollten einen Nachsorgetermin 6 Wochen nach der Entbindung wahrnehmen. Es wird eine Abschlussuntersuchung und-gespräch mit Beratung über Verhütungsmaßnahmen geführt .</p>	<p>Frauenärzte</p> <p><u>Kapitel <b>Gesundheit</b>: Seite 4</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankenversichertenkarte der Mutter</li> <li>• Mutterpass</li> <li>• gelbes Vorsorgeheft (U-Heft)</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
	<p><b>Rückbildungskurs</b></p> <p>Es ist wichtig, die Beckenboden- und Bauchmuskulatur nach der Geburt zu stärken.                      Die Kursgebühren übernehmen die Krankenkassen.</p>	<p>Hebammenpraxen und Elternschulen</p> <p><u>Kapitel <b>Gesundheit</b>: Seiten 9-16</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankenversichertenkarte der Mutter</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

## Wann?

## Was?

## Wo?

## Was mitbringen?

## Erledigt

# Erste Anmeldungen und Anträge

### Anmeldung der Geburt

Innerhalb einer Woche muss die Geburt beim Standesamt angezeigt werden.

Einige Kliniken übernehmen die Anzeige der Geburt.

Spätestens hier sollte der Name des Kindes feststehen.

Auch beim Arbeitgeber / der Arbeitgeberin bzw. beim Jobcenter muss die Geburt bekanntgegeben werden.

### Krankenversicherung für das Kind

Informieren Sie Ihre Krankenkasse über die Geburt des Kindes und lassen sich den Antrag zur Familienversicherung zusenden. Die Familienversicherung ist für das Kind kostenfrei.

### Kitaplatz suchen

Kümmern Sie sich frühzeitig um einen Betreuungsplatz für ihr Kind.

- Kindertagesstätte
- Krippe
- Tagesmutter

### Kinderreisepass

Bei Reisen ins Ausland müssen Kinder von Geburt an ein gültiges Reisedokument besitzen. Bei Bedarf können sie sich diesen Kinderreisepass ausstellen lassen.

Standesamt Stadt Kassel  
Obere Königsstraße 8  
34117 Kassel

Kapitel **Beratung**: Seite 70

Arbeitgeber/ -in oder Jobcenter

Krankenkassen

Kapitel **Gesundheit**: Seite 24

Weitere Informationen erhalten sie beim Begrüßungsbesuch des Präventionsangebotes „Willkommen von Anfang an“ oder per Begrüßungspaket.

Bürgerbüro Stadt Kassel  
Obere Königsstraße 8  
34117 Kassel

Kapitel **Beratung**: Seite 72

- Geburtsbescheinigung der Geburtseinrichtung
- Geburtsurkunden der Eltern (ggf. Kopei)
- Personalausweise der Eltern
- falls verheiratet: Heiratsurkunde der Eltern
- falls nicht verheiratet: Vaterschaftsanerkennung und gegebenenfalls Sorgerechtsklärung
- falls geschieden: Heiratsurkunde und Scheidungsurteil

Kopie der Geburtsurkunde

ausgefülltes Antragsformular der Krankenkasse

Geburtsurkunde (ggf. Kopie der Geburtsurkunde)

- Geburtsurkunde des Kindes
- Passbild des Kindes
- Personalausweise der Eltern und ggf. Einverständniserklärung des Elternteils, welcher bei der Antragstellung nicht dabei sein kann
- Sorgerechtsnachweis bei alleiniger Sorge eines Elternteils



## Wann?

## Was?

## Wo?

## Was mitbringen?

## Erledigt

# Finanzen

### Kindergeld beantragen

Ein Anspruch auf Kindergeld besteht ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres und bis zum 25. Lebensjahr für Kinder im Studium bzw. in einer Ausbildung.

### Elterngeld und ElterngeldPlus beantragen

Diese Leistungen unterstützen Eltern, die ihr Kind vorrangig selbst betreuen und nicht oder nicht voll erwerbsfähig sind.

ElterngeldPlus richtet sich vor allem an Eltern, die Elternzeit und Teilzeit miteinander kombinieren wollen.

### Kinderzuschlag

Ein Kinderzuschlag ist eine Ergänzung zum Kindergeld und richtet sich an Eltern mit geringem Einkommen.

### Wohngeld

Wohngeld kann beantragt werden, wenn das Einkommen nicht ausreicht, um selbst die Kosten für den Wohnraum zu tragen.

### Arbeitslosengeld II (ALG II)

ALG II kann beantragt werden, wenn der Lebensunterhalt durch die eigenen Einkünfte nicht gesichert ist.

Familienkasse Stadt Kassel  
Grüner Weg 46  
34117 Kassel

bei Tätigkeit im öffentlichen Dienst:  
Arbeitgeber/ -in

Kapitel **Finanzielles**: Seite 101

Hessisches Amt für Versorgung und Soziales  
Mündener Straße 4  
34123 Kassel

Kapitel **Finanzielles**: Seiten 98-99

Familienkasse Hessen  
Grüner Weg 46  
34117 Kassel

Kapitel **Finanzielles**: Seite 100

Sozialamt Stadt Kassel  
Wilhelmsstraße 6  
34117 Kassel

Jobcenter:  
Agentur für Arbeit  
Lewinskistraße 4  
34127 Kassel

Rathaus Stadt Kassel  
Obere Königsstr. 8  
34117 Kassel

- ausgefülltes Antragsformular
- Geburtsurkunde oder Geburtsbescheinigung

- ausgefülltes Antragsformular
- Geburtsurkunde oder Geburtsbescheinigung
- Einkommensnachweis
- Personalausweise der Eltern

- ausgefülltes Antragsformular

- ausgefülltes Antragsformular
- Einkommensnachweis
- Mietvertrag

- ausgefülltes Antragsformular
- Personalausweis
- Einkommens- und Vermögensnachweise und Kontoauszüge
- Mietvertrag
- Kopie der Bankkarte
- Kopie der Krankenversichertenkarte

**Wann?**

**Was?**

**Wo?**

**Was mitbringen?**

**Erledigt**

**Finanzen**

**Bildungs- und Teilhabepaket**

Diese Leistung unterstützt Kinder und Jugendliche, deren Eltern bestimmte Sozialleistungen beziehen oder ein geringes Einkommen haben.  
Kinder erhalten Zugang zu schulischen und außerschulischen Bildungsangeboten und können so am Leben in der Gemeinschaft teilhaben.

Sozialamt Stadt Kassel  
Bildung und Teilhabe, Ausbildungsförderung  
Holländische Straße 141  
34127 Kassel

- aktueller Einkommens- und Vermögensnachweis
- Nachweis über die Kosten, die übernommen werden sollen

**Haushaltshilfe (Mütternotdienst)**

Versicherte erhalten eine Haushaltshilfe, wenn wegen der Schwangerschaft oder Entbindung das Weiterführen des Haushalts nicht möglich ist und auch keine andere im Haushalt lebende Person den Haushalt weiterführen kann.

Krankenkassen  
Kapitel **Gesundheit**: Seite 54

- Antrag für die Krankenkasse
- ärztliches Attest oder Bescheinigung über die Notwendigkeit einer Haushaltshilfe

**Übernahme von Kinderbetreuungskosten**

Eltern, die wegen ihres Einkommens den Kostenbeitrag für einen Betreuungsplatz nicht oder nicht vollständig bezahlen können, können einen Antrag auf Übernahme, Befreiung oder Ermäßigung der Kosten stellen.

Jugendamt Stadt Kassel  
Wirtschaftliche Jugendhilfe -  
Kindertagesbetreuung  
Scheidemannplatz 1  
34117 Kassel

- Antrag auf Kostenübernahme
- Beitragsbestätigung der Kindertagesstätte
- Nachweis über die Erforderlichkeit der Kinderbetreuung
- Nachweis über Einkommen und Aufwendungen

**Unterhaltsvorschuss**

Alleinerziehende Elternteile können für ihr bei ihnen lebendes Kind Unterhaltsvorschuss beantragen, wenn es noch nicht 18 Jahre alt ist und es vom anderen Elternteil kein oder nicht ausreichend Unterhalt bekommt

Jugendamt Stadt Kassel  
Vormundschaften, Beistandschaften,  
Unterhaltsvorschuss  
Scheidemannplatz 1  
34117 Kassel

Kapitel **Beratung**: Seiten 73-74

- Personalausweis oder Reisepass, ggf. eine aktuelle Meldebescheinigung (nicht älter als 6 Monate)
- Geburtsurkunde des Kindes
- Einkommensnachweise, z. B. Kindergeld, Halbwaisenrente, Unterhaltszahlungen