

## Schwanger! Was ist jetzt zu tun?

Eine Schwangerschaft, ob geplant oder unverhofft, ist immer eine besondere Situation für alle Beteiligten. Manchmal sind aufkommende Fragen eine Herausforderung und organisatorische Notwendigkeiten wie auch Ängste und Konflikte können belastend sein. Dabei ist jeder Fall anders, jeder hat eigene Vorstellungen und Voraussetzungen. Die Experten von TALINGO EAP unterstützen Sie.

---

### Beratung

**Rufen Sie uns an, wenn Sie Fragen rund um das Thema Schwangerschaft haben, wie beispielsweise:**

- Welche Ärzte muss ich wann aufsuchen?
- Welche Beratungsstellen helfen mir weiter?
- Vereinbarung von Familie und Beruf:
  - Wo kann ich finanzielle Unterstützung beantragen?
  - Wann muss ich meinen Arbeitgeber informieren?
  - Ab wann muss ich einen Betreuungsplatz beantragen?
  - Wo kann ich diesen beantragen?
  - Ändert sich die Wohnsituation?
- U.v.m.

**... wenn Sie Fragen zum Umgang mit Ihrer Situation haben, wie beispielsweise:**

- Unterschiedliche Ansichten über den Kinderwunsch.
  - Passt ein Kind jetzt in die weitere (gemeinsame) Lebensplanung?
  - Wie gehe ich als Paar damit um? Welche Veränderungen kommen auf uns zu?
- Schwanger in der Ausbildung. Schwanger als Minderjährige. Was nun?
- Wie kann ich mit den körperlichen Veränderungen umgehen?
- Warum kommt es zu Stimmungsschwankungen? Vergeht das wieder?
- Wie komme ich mit besonderen Situationen klar? Während und nach der Schwangerschaft.
  - Z.Bsp.: Ängste, Für oder Dagegen bei Komplikationen, Notwendigkeit spezieller Diagnostik, Abort, Schwangerschaftsabbruch, Depressionen, andere psychische Belastungen

## Vermittlung und Recherche

**Rufen Sie uns an, wenn Sie eine Betreuung / Unterbringung oder Hilfe bei Behörden und Ämtern benötigen:**

- Wir suchen für Sie:
  - Kinderärzte,
  - eine Kinderbetreuung, eine Nanny, einen Krippen- oder Kitaplatz
- Wir helfen Ihnen darüber hinaus dabei:
  - eine Haushaltshilfe zu beantragen
  - eine Hebamme zu finden

## Rechtliche Erstberatung

**Rufen Sie uns an, wenn Sie eine juristische Ersteinschätzung benötigen:**

- Fragen zum Familienrecht
- Wie beantragen wir ein gemeinsames Sorgerecht?
- Meine Rechte als Alleinstehende/r
- Was tun bei ungeklärter Vaterschaft?
- Berechnung und Beantragung von Kindergeld oder Elterngeld
- U.v.m.

---

### Wichtige Internetadressen und Infos

[www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/gesetze/mutterschutzgesetz/73762](http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/gesetze/mutterschutzgesetz/73762)

[www.bmfsfj.de/bmfsfj/aktuelles/alle-meldungen/schwangerschaftskonfliktgesetz/81026](http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/aktuelles/alle-meldungen/schwangerschaftskonfliktgesetz/81026)

---

Stecken Sie gerade in einer herausfordernden Situation?  
Nutzen Sie unsere Beratung und den Rechercheservice zu allen privaten, beruflichen und psychologisch-gesundheitlichen Anliegen!

Sie suchen Lösungen?  
Wir unterstützen Sie dabei.

---

Mo.– Sa. 7 – 22 Uhr (Feiertage ausgenommen)

Tel. 0451 - 79 78 77