

---

## Inhaltsverzeichnis

<b>für Frauen</b>	<b>2</b>
Frauenrechte/Gleichstellung	2
TV Tipps Mediathek	3
Angebote für Frauen - in Bad Kreuznach	3
in Kirn	5
Hilfe bei Gewalt gegen Frauen	5
Frauen Gesundheit	7
Rechte bei Schwangerschaft	8
Schwangerschaft und Geburt	9

## für Frauen

### Frauenrechte/Gleichstellung

#### **Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland - Artikel 3**

- (1) Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.
- (2) **Männer und Frauen sind gleichberechtigt.** Der Staat setzt der Gleichberechtigung von Frauen und Männern um und sorgt dafür, dass bestehende Nachteile beseitigt werden.
- (3) Niemand darf wegen seines Geschlechtes oder seiner Abstammung oder seiner Rasse oder seiner Sprache oder seiner Heimat und Herkunft oder seines Glaubens oder seiner religiösen oder politischen Anschauungen benachteiligt oder bevorzugt werden. Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.

#### **Landesverfassung Rheinland-Pfalz (Verf RP) Artikel 17 Abs. 3**

##### **§ 2 Abs. 6 Gemeindeordnung (GemO)**

##### **§ 2 Abs. 9 Landkreisordnung (LKO)**

- (9) Die Verwirklichung des Verfassungsauftrags der Gleichberechtigung von Frau und Mann ist auch eine Aufgabe der Landkreise. Durch die Einrichtung von Gleichstellungsstellen wird sichergestellt, dass die Verwirklichung dieses Auftrags bei der Aufgabenwahrnehmung erfolgt. Die Gleichstellungsstellen der Landkreise sind hauptamtlich zu besetzen.

---

### **Gleichstellung**

Beruf und Familie sind nicht immer gut vereinbar. Es gibt Nachteile in Bezahlung und Gesellschaft. Und in Deutschland wird jede vierte Frau im Laufe ihres Lebens Opfer von Gewalt. Deshalb ist Gleichstellung ein wichtiges Thema.

Die **Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises** ist Ansprechpartnerin für Frauen und Mädchen im Landkreis. Sie berät besonders bei folgenden Problemen oder Fragen:

- wenn sich Mädchen oder Frauen in der Partnerschaft und Familie benachteiligt fühlen
- wenn Frauen sich am Arbeitsplatz oder im öffentlichen Leben benachteiligt fühlen
- wenn sie zu verschiedenen Fragen ihrer sozialen und beruflichen Situation Aufklärung benötigen und etwas zu entsprechenden Angeboten im Landkreis erfahren möchten
- wenn sie Hilfe, Rat oder Unterstützung in besonderen Lebenssituationen benötigen. Zum Beispiel bei Fragen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf, in Not- und Gewaltsituationen, bei Berufsrückkehr, Familiengründung oder Kündigung
- wenn sie Kontakte mit Netzwerken, Frauengruppen, Frauenverbänden oder Beratungseinrichtungen aufnehmen wollen oder Familienangebote suchen.

**Kontaktieren Sie die [Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Bad Kreuznach](#)**

Wenden Sie sich mit Ihrer Frage oder Ihrem Problem an die Gleichstellungsbeauftragte. Sie unterstützen Sie.

Kommen Sie auf sie zu. Jederzeit können Sie eine E-Mail an sie schreiben und darin die Situation beschreiben, in der Sie sich ungleich behandelt fühlen. Oder wie Ihnen Ungerechtigkeit widerfahren ist. Gerne können Sie auch in einem vertraulichen Gespräch die Problematik schildern. Gemeinsam suchen Sie dann nach Lösungswegen.

[@gleichstellung@kreis-badkreuznach.de](mailto:@gleichstellung@kreis-badkreuznach.de)

 [Terminvereinbarung über ein Cloud-Formular](#)

 [Gleichstellung im Landkreis bad Kreuznach](#)

---

## **Arbeit und Lohn**

Frauen verdienen in Deutschland durchschnittlich weniger als Männer. Einerseits arbeiten sie in Bereichen, die schlechter bezahlt werden. Das ist beispielsweise im sozialen Bereich der Fall. Aber Frauen verdienen oft auch für die gleiche Tätigkeit weniger als ihre männlichen Kollegen. Die Politik diskutiert seit Jahren verschiedene Vorschläge, um mehr Lohngerechtigkeit zu erreichen. Bisher hat sich hier aber nicht viel geändert.

Viele Arbeiten von Frauen werden nicht als Arbeit wahrgenommen. Sie machen den Haushalt. Sie erziehen die Kinder. Oder sie pflegen kranke oder alte Familienmitglieder. Diese Arbeiten sind unbezahlt. Aber sie sind trotzdem Arbeit. Das wird oft nicht anerkannt. In Deutschland denken viele Menschen immer noch, dass der Mann das Geld verdient. Und er muss daher im Haushalt nicht mitarbeiten. Aber immer mehr Frauen arbeiten auch. Sie möchten gut bezahlte Arbeit in Deutschland finden? Dann sollten Sie als erstes Deutsch lernen. Das BAMF bietet Kurse speziell für Eltern und Frauen an. Hier erhalten Sie auch Informationen zum Thema Kinderbetreuung und Schulsystem. Informieren Sie sich an Ihrem Wohnort bei Migrationsberatungsstellen, Ausländerbehörde, Arbeitsagentur, Jobcenter oder direkt bei den Schulen, die Integrationskurse anbieten.

### **TV Tipps Mediathek**

Das sind interessanten Reportagen. Sie finden sie in der Mediathek des jeweiligen Senders. Sie zeigen verschiedene Probleme von Frauen. Und wie die Rechte der Frau sich entwickelt haben.

#### **ARTE:**

[Ist Geld Männersache?](#)

[Traumberuf Sekretärin?](#)

#### **ZDF:**

[Panorama: Treadwives auf Social-Media: Junge Frauen zurück in alte Rollenmuster?](#)

#### **WDR:**

[Frau-TV: Midlife-Magic, 3 Teile](#)

### **Angebote für Frauen - in Bad Kreuznach**

---

## **Empowerment für Frauen**

Frauen finden hier eine kostenlose Beratung wenn sie sich beruflich entwickeln wollen. Zum Beispiel wenn sie im Beruf nach einer Pause wieder einsteigen wollen. Oder wenn sie Fragen zu ihrer Karriere haben. Oder wenn sie sich umorientieren wollen. Oder in ähnlichen Situationen.

 jeden 2. Dienstag 10:00-13:00 Uhr

**Anmeldung unbedingt erforderlich!**

 [Lotte-Lemke-Seniorenzentrum der AWO, Bezirksverband Rheinland e.V.,](#)

**Rose Hmaidouch**

 [+49 \(0\) 1708923394](tel:+49(0)1708923394)

[@rose.hmaidouch@mki-ev.de](mailto:rose.hmaidouch@mki-ev.de)

**Uta Galle-Hahn**

 [+49 \(0\) 1631351429](tel:+49(0)1631351429)

[@uta.galle-hahn@mki-ev.de](mailto:uta.galle-hahn@mki-ev.de)

---

## **MIA - Migrantinnen einfach stark im Alltag**

**- ein Kurs von Frauen für Frauen**

MiA ist ein Kursangebot von Frauen für Frauen. Die MiA-Kurse finden meistens im Klassenzimmer statt. Dort sprechen Sie über Themen, die für Sie wichtig sind. Dabei können Sie Ihr Deutsch verbessern. An manchen Tagen gehen Sie gemeinsam nach draußen, zum Beispiel um die Stadt kennen zu lernen. Oft gibt es in MiA-Kursen auch noch andere Angebote, zum Beispiel nähen, singen oder malen Sie zusammen. MiA ist ein Kursangebot, in dem Frauen sich gegenseitig stärken. Sie machen sich Mut. Sie lernen dazu und erfahren viel Neues.

 [KUNZ Institut - Bad Kreuznach - Salinenstraße](#)

 [+49 \(0\) 67140775](tel:+49(0)67140775) oder  [+49 \(0\) 6712004377](tel:+49(0)6712004377)

[@info@aktiv-rlp.de](mailto:info@aktiv-rlp.de)

 <http://www.aktiv-rlp.de/MiA/>

---

Weitere Angebote im **Quartierzentrum Pariser Viertel** finden Sie [Quatierszentrum im Pariser Viertel](#).

---

## **Café Bunt**

Der Tagesaufenthalt und Frauentreff ist eine Kontakt- und Anlaufstelle für Frauen. Hier können Sie sich ausruhen, Kaffee trinken, Mittag essen, Zeitung lesen, spielen, duschen, Wäsche waschen ... Es werden keine Forderungen an Sie gestellt, wenn sie in Ruhe gelassen werden möchten. Alle Angebote basieren auf Freiwilligkeit.

📅 Montag bis Freitag von 9:00 Uhr bis 17:00 Uhr

📍 [Café bunt - Doppelt](#)

☎ [+49 \(0\) 6718340060](tel:+49(0)6718340060)

24h ☎ [+49 \(0\) +49 \(0\) 386813](tel:+49(0)49(0)386813)

## in Kirn

### Girls Walking & Talking“ in Kirn

Unabhängig von Ihrem Alter oder Ihrem Hintergrund oder Ihrer Herkunft sind Sie als Frau willkommen. Sie sind gut zu Fuß? Wir gehen etwa eine Stunde spazieren.

Wir treffen uns Jeden 1. Dienstag im Monat um 18:00 Uhr los am Treffpunkt am Bahnhof in Kirn.

Sie finden neuen Kontakt. Entdecken Sie Gemeinsamkeiten. Unverbindlich und in entspannter Atmosphäre. Wunderbare Begegnungen wirken Ihrer Einsamkeit entgegen. Auch bei jungen Menschen.

Dr. Katharina Dahm und Johanna Körper und Anke Altmayer organisieren den monatlichen Spaziergang im Landkreis Bad Kreuznach.

Mehr information finden Sie hier:

<https://www.komoot.com/de-de/tour/2103930731?shar...>

## Hilfe bei Gewalt gegen Frauen

### Häusliche Gewalt

Ihre Familie und auch Bekannte sollten Sie unterstützen und beschützen. Das ist aber nicht immer der Fall. Manchmal tun Ihnen diese Menschen auch weh. Sie können Ihnen Gewalt antun. Diese Gewalt kann unterschiedliche Formen haben. Sie kann sexuell sein. Oder körperlich, wie zum Beispiel Schläge oder Tritte. Sie kann aber auch psychisch sein. Wenn jemand, den Sie kennen, Ihnen Gewalt antut, dann heißt das „häusliche Gewalt“.

Häusliche Gewalt findet meist in der Wohnung statt, kann aber auch an anderen Orten passieren. Viele denken bei häuslicher Gewalt an physische Gewalt, also sexuelle Misshandlungen oder Schläge. Aber häusliche Gewalt hat noch weitere Formen: Wenn Sie beleidigt, beschimpft, bedroht oder kontrolliert werden, ist das ebenfalls häusliche Gewalt. Auch Stalking, also wenn Sie verfolgt und beobachtet werden, kann eine Form von häuslicher Gewalt sein.

**Jede Form von Gewalt ist in Deutschland strafbar. Das bedeutet, dass die Polizei sich einschalten muss, wenn sie von Ihnen, Zeugen oder Zeuginnen davon erfährt.**

Wenn Sie Opfer von häuslicher Gewalt sind, sind Sie nicht allein. Studien zeigen, dass jede vierte Frau in Deutschland häusliche Gewalt erlebt. Für viele Opfer von häuslicher Gewalt ist es schwierig, sich mit ihren Erfahrungen an die Polizei oder eine Beratungsstelle zu wenden. Sie schämen sich und hoffen, dass sich die Situation ändert und die gewalttätige Person sich beruhigt und nicht weiter gewalttätig ist. Meistens ist es aber so, dass die Schwere der Gewalt eher zunimmt und die Abstände zwischen den einzelnen Gewaltausbrüchen kürzer werden.

Es gibt in Deutschland zahlreiche Anlaufstellen für Opfer von häuslicher Gewalt. Scheuen Sie sich nicht, Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Sie können sich deutschlandweit an das [Hilfetelefon](#) für Gewalt gegen Frauen wenden.

In Bad Kreuznach wenden Sie sich an das Frauenhaus:  [+49 \(0\) 67144877 Frauen helfen Frauen](tel:+49067144877)

 Mehr Informationen finden Sie auch auf der Seite [Gemeinsam gegen Gewalt an Frauen](#)

---

## **Onlinehilfe Sibel - Hilfe bei Zwangsverheiratung und Verschleppung**

 <https://beratung.papatya.org/>

---

**[Das Stopp-Kärtchen](#) des regionalen Runden Tisches gegen Gewalt enthält ebenso wichtige Informationen**

---

## **FGM - weibliche Genitalverstümmelung**

In Deutschland ist die weibliche Genitalverstümmelung (FGM) verboten. Seit September 2013 wird FGM mit Freiheitsstrafe bestraft. Die Eltern dürfen auch nicht ausreisen, um ihre Tochter im Ausland beschneiden zu lassen. Das wird ebenfalls nach deutschem Strafrecht verfolgt. Mädchen und junge Frauen können Asyl beantragen, wenn ihnen droht, beschnitten zu werden.

Viele Mädchen sterben während der Verstümmelung oder an ihren Folgen. Es gibt viele und gefährliche Nachwirkungen der Verstümmelung:

- Inkontinenz,
- Schmerzen,

- schwere Blutungen,
- Komplikationen beim Geschlechtsverkehr und bei Geburten,
- Unfruchtbarkeit,
- Gefahr von HIV- und Hepatitis-Infektion,
- Blutvergiftung und Tetanus,
- Schockzustände,
- psychische Traumata,
- Depressionen.
- Auch sexuelle Befriedigung ist nach einer FGM meist nicht mehr möglich.

Wenn Sie von Genitalverstümmelung betroffen oder bedroht sind, wenden Sie sich an das Hilfetelefon unter der  [+49 \(0\) 8000116016](tel:+49(0)8000116016) . Die Mitarbeiterinnen des Hilfetelefons sind Tag und Nacht und in verschiedenen Sprachen für Sie da.

In Deutschland gibt es die Möglichkeit, die Klitoris zu rekonstruieren. Diese rekonstruktive Operation kann von plastischen Chirurgen durchgeführt werden. Fragen Sie einen Frauenarzt um Rat. In Berlin wurde ein [„Zentrum für Opfer von Genitalverstümmelung“](#) gegründet. Hier werden nicht nur die körperlichen, sondern auch die psychischen Folgen kostenfrei und anonym behandelt. Sie brauchen dafür keine Krankenversicherung.

### **Barkwendé e.V.**

Verein zur Bekämpfung von Zwangsheirat und weiblicher Genitalverstümmelung in Afrika e.V.

 [+49 \(0\) 16099225314](tel:+49(0)16099225314)

[@mail@barkwende.de](mailto:@mail@barkwende.de)

---

## **Frauen Gesundheit**

### **Frauen und Gesundheit**

Ihr Körper ist anders als der Körper eines Mannes. Sie haben andere Bedürfnisse als ein Mann. Sie haben andere Hormone und andere Symptome bei einer Krankheit. Sie haben andere psychische Bedürfnisse und Belastungen. Das alles wird jetzt neu erforscht. Es gibt neue Studien zu den Problemen im Klimakterium. Oder bei Herzinfarkt.

Informationen finden Sie zum Beispiel auf Seiten für Gesundheit und bei Krankenkassen.

---

### **Healthy-Magazin für Frauen der Novitas BKK**

Experten stehen Ihnen zur Seite mit Tipps und Ratschlägen. Zum Beispiel für ein gesundes Familienleben, mentale Stärke oder Beziehungsfragen. Hier wird Ihnen geholfen, um Ihre

Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu fördern.

<https://mission-frauengesundheit.novitas-bkk.de/>

---

### **Bundes Institut für öffentliche Gesundheit**

<https://www.frauengesundheitsportal.de/>

---

### **Bundes Ministerium für Gesundheit**

Jeder Mensch hat eine eigene Gesundheit. Der Körper einer Frau hat ein anderes gesundheitliches Bedürfnis als der Körper eines Mannes. Es gibt Erkrankungen, die nur Frauen oder Männer betreffen. Bei einer Frau wirkt ein Medikament anders als bei einem Mann. Sie als Frau haben geschlechtlich spezifische Lebensphasen wie z.B. Schwangerschaft und Wechseljahren.

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/servi...>

---

### **breastcare App - App für mehr Brustkrebs-Früherkennung**

<https://integreat.app/badkreuznach/de/gesundheits-...utschlands-mehrsprachige-app-für-mehr-brustkrebs-...>

## **Rechte bei Schwangerschaft**

### **Schwangerschaftsabbruch**

**In Deutschland haben Sie das Recht**, unter bestimmten Voraussetzungen Ihre Schwangerschaft abbrechen. Ein Schwangerschaftsabbruch kann nur in den ersten zwölf Wochen der Schwangerschaft, nach einer Beratung (Schwangerschaftskonfliktberatung) und in Begleitung eines Arztes vorgenommen werden. Nach den ersten zwölf Wochen ist ein Abbruch nur in Ausnahmefällen möglich.

**Sie sind unter 18 Jahre alt?** Sie wollen die Schwangerschaft abbrechen? Dann müssen Ihre Mutter oder Ihr Vater in der Regel zustimmen. Sie sind über 16 Jahre alt? Dann kann die Ärztin oder der Arzt entscheiden, dass Sie die Zustimmung Ihrer Eltern nicht mehr brauchen. Sie sind unter 16 Jahre alt? Dann brauchen Sie in der Regel die Zustimmung eines Elternteils. Sie können oder wollen Ihren Eltern nichts über die Schwangerschaft sagen? Dann wenden Sie sich an eine Beratungsstelle. Die Mitarbeitenden dort werden Ihnen helfen.

**Beratung in Bad Kreuznach** finden Sie beim [Diakonischen Werk Bad Kreuznach](#)

**Wenn Sie durch eine Vergewaltigung schwanger geworden sind**, können Sie bis zu zwölf Wochen nach der Empfängnis abtreiben lassen. In diesem Fall müssen Sie keine Beratungsstelle aufsuchen. Sie können sich aber kostenlos bei einer Beratungsstelle in Ihrer Nähe beraten lassen. Wenn Ihre körperliche oder psychische Gesundheit durch die Schwangerschaft gefährdet ist, können Sie auch zu einem späteren Zeitpunkt noch abtreiben. Die Gefährdung muss von einem Arzt oder einer Ärztin bescheinigt werden.

### **Wer bezahlt die Kosten für eine Abtreibung?**

Wenn Sie durch eine Vergewaltigung schwanger geworden sind oder Ihre Schwangerschaft Ihre Gesundheit gefährdet, übernimmt Ihre Krankenkasse oder das Sozialamt die Kosten für die Abtreibung. Wenn Sie Ihre Schwangerschaft aus anderen Gründen beenden möchten, müssen Sie einen Teil der Kosten selbst bezahlen. Ihre Krankenkasse bezahlt in diesem Fall nur die ärztliche Beratung und Betreuung sowie die Medikamente vor und nach dem Eingriff. Die Kosten für die eigentliche Abtreibung müssen Sie selbst bezahlen. Das sind in der Regel zwischen 200€ und 600€. Mehr zu den verschiedenen Möglichkeiten eines Schwangerschaftsabbruchs erfahren Sie in **vielen verschiedenen Sprachen auf [zanzu.de](http://zanzu.de)**.

**Sie bekommen Leistungen vom Staat?** Oder Sie verdienen nur wenig Geld? Dann können Sie die Übernahme der Kosten für die Abtreibung bei Ihrer Krankenkasse oder dem Sozialamt beantragen.

---

**Wenn Sie jemand zum Schwangerschaftsabbruch zwingen will** oder Sie Fragen zu einem möglichen Schwangerschaftsabbruch haben, wenden Sie sich an das Hilfeteléfono Schwangere in Not: ☎ [+49 \(0\) 8004040020](tel:+4908004040020)

---

## **Ein Kind zur Adoption freigeben**

### **Ich möchte das Kind nicht behalten, aber auch nicht abtreiben. Was kann ich tun?**

Wenn Sie Ihr Kind nicht behalten können oder wollen, können Sie Ihr Kind nach der Geburt zur Adoption freigeben. Das Jugendamt übernimmt dann zunächst die Fürsorge für Ihr Kind und kümmert sich um Ihr Kind. Wenn Sie sich dann endgültig dafür entscheiden, dass Sie Ihr Kind nicht selbst großziehen möchten, können Sie es zur Adoption freigeben. Das Jugendamt sucht dann eine fürsorgliche Familie, die Ihr Kind großziehen wird.

Wenn niemand von Ihrer Schwangerschaft erfahren darf, gibt es trotzdem die Möglichkeit Ihr Kind zur Welt zu bringen. Sie sind dabei auch nicht alleine. Es gibt die Möglichkeit einer sogenannten „vertraulichen Geburt“. Bei einer „[vertraulichen Geburt](#)“ können Sie Ihr Kind sicher in einem Krankenhaus zur Welt bringen. Mit Ausnahme einer Beraterin wird niemand Ihren Namen erfahren. Die Beraterin darf mit niemandem über Sie sprechen. So bleiben Sie unerkannt. Nach 16 Jahren hat Ihr Kind unter Umständen das Recht, Ihren Namen zu erfahren. Abgesehen von Ihrem Kind hat aber niemand das Recht dazu. Die Kosten für die Beratung und die Geburt müssen Sie nicht selbst bezahlen. Wenn Sie eine „vertrauliche Geburt“ möchten, können Sie sich rund um die Uhr unter der Telefonnummer ☎ [+49 \(0\) +40 \(0\) 40020](tel:+4904040020) oder online an die Beratungsstelle **Beratung & Geburt vertraulich** wenden. Die Beratung ist kostenlos und anonym. Die Mitarbeiterinnen dort sprechen viele Sprachen. Alternativ können Sie sich auch an jede Klinik wenden. Die Mitarbeitenden dort wissen, was zu tun ist.

## **Schwangerschaft und Geburt**

Sie sind schwanger? Jetzt sind Sie in Deutschland besonders geschützt. Sie haben Anspruch auf eine Beratung. Sie bekommen Hilfe vom Arzt und Hilfe von anderen.

Lassen Sie sich regelmäßig von einem Arzt (Gynäkologen) untersuchen. Machen Sie einen Termin für die Untersuchung. Bringen Sie Ihre Krankenkassen-Karte mit. Oder Sie können die Bescheinigung von der Kreisverwaltung dem Arzt und der Apotheke zeigen.

Der Arzt führt Untersuchungen (Vorsorgeuntersuchungen) durch. Er hat Ihnen einen Mutterpass (Mutterpass) gegeben. Dieser bestätigt Ihnen, dass Sie schwanger sind. Er enthält wichtige Informationen über Ihren Gesundheitszustand und den Ihres Kindes. Sie haben immer den Mutterpass dabei, wenn etwas passiert.

Sie haben Asyl beantragt? Sie müssen die Geburt dem Sozialamt mitteilen. Das ist sehr wichtig.

**Eine Checkliste rund um die Geburt in vielen Sprachen finden Sie [hier](#).**

Hier finden Sie viele Informationen zu den [Themen Schwangerschaft und Geburt](#) und eine Auflistung der [Hebammen](#).

Frühe Hilfen (Frühe Hilfen) sind für Familien mit Kindern bis drei Jahre ab der Schwangerschaft. Frühe Hilfen (Frühe Hilfen) helfen Familien in schwierigen Zeiten. Unsere Familien-Hebammen (Familienhebammen) und Kinder-Krankenschwestern (Kinderkrankenschwester) unterstützen Sie gerne. Dieses Angebot ist kostenlos.

Das Elternbegleitbuch und weitere Informationen finden Sie [hier](#).

---

## **Schwangerschaftsberatung**

### **Diakonisches Werk - Schwangerschaft-Beratung**

- Hier werden Sie beraten. Vor, während und nach der Geburt
- Hier bekommen Sie Informationen über Ansprüche nach dem Gesetz. Sie haben nach dem Recht Anspruch auf Mutterschutz (Mutterschutz), Elterngeld (Elterngeld), Kindergeld (Kindergeld)
- Hier werden Ihnen finanzielle Hilfen vermittelt
- Sie werden beraten wenn Sie eine Fehlgeburt hatten. Oder wenn Sie ein Kind durch Totgeburt verloren haben.
- Schwangerschaftskonfliktberatung nach §219 StGB mit Beratungsscheinvergabe. Sie überlegen, ob Sie eine Schwangerschaft abbrechen möchten. Hier werden Sie begleitet und beraten.
- Sie möchten eine vertrauliche Geburt. Sie möchten Ihre Identität nicht mitteilen? Sie bekommen hier einen Herkunftsnachweises ausgestellt.

 [Kurhausstraße 8, 55543 Bad Kreuznach](#)

 [0671/842510](tel:0671/842510)

 [info.dw.nahe-glan@ekir.de](mailto:info.dw.nahe-glan@ekir.de)

 **Termine nach Vereinbarung**

---

## **pro familia- Beratungsstelle**

Sie erwarten ein Kind. Sie erhalten individuelle Informationen und praktische Hilfe. Wenn Sie Eltern werden, erleben Sie eine intensive Zeit voller Gefühle. Sie machen neue Erfahrungen und planen für die Zukunft. Sie schauen sich Ihre Situation und Perspektiven an. Hier gibt es Informationen, Beratung und Hilfe.

### Finanzielle Unterstützung und gesetzliche Ansprüche:

- Sie erhalten Antworten auf sozialrechtliche Fragen
- Sie bekommen Hilfe bei Rechtsansprüchen wie Mutterschutz, Elternzeit, Eltern- und Kindergeld, Unterhalt, Arbeitslosengeld II, Sorge- und Umgangsrecht
- Sie werden unterstützt bei der Durchsetzung von Rechtsansprüchen bei Ämtern und Behörden
- Hier können Sie einen Antrag stellen für die Stiftungen "Mutter und Kind" oder "Familie in Not"

### Gesundheit und Geburt:

- Fragen zur Schwangerschaft
- Geburtsvorbereitungskurse, Geburtskliniken und Hebammen
- pränataldiagnostische Untersuchungen

### Veränderte Lebenssituation:

- Wie gestaltet sich die neue Lebenssituation mit Kind?
- Wie komme ich allein erziehend klar?
- Partnerschaft und Sexualität

### Glücklose Schwangerschaft:

- Begleitung nach Fehl-, Früh- oder Totgeburt

**Weitere Informationen finden Sie [hier](#) auf unserer Homepage**

---

## **Entbindung und Nachsorge**

Sie werden von dem Arzt an eine Entbindungsklinik vermittelt. Er berät Sie bei der Suche nach einer Hebamme für die Nachsorge. Bei der Suche nach einer Hebamme kann auch das Team der Frühen Hilfen unterstützen. Die Geburtsbescheinigung wird von der Geburtsklinik ausgestellt.

### **Vertrauliche Geburt**

Es gibt schwangere Frauen, die ihre Schwangerschaft und Mutterschaft geheim halten wollen. Für sie gibt es das Angebot einer vertraulichen Geburt. Voraussetzung dafür ist eine intensive psychosoziale Beratung im Vorfeld.

Es gibt seit 2014 das geltende Gesetz zum Ausbau der Hilfen für Schwangere und zur Regelung der vertraulichen Geburt. Es ermöglicht eine geschützte und medizinisch betreute Entbindung. Sie findet entweder in einer Klinik oder bei einer Hebamme statt. Das Gesetz garantiert Müttern

außerdem für 16 Jahre Anonymität.

## **Hilfetelefon "Schwangere in Not"**

Es gibt Frauen, die ihre Schwangerschaft verdrängen oder verheimlichen. Für sie gibt es dieses Hilfetelefon.

 [0800/4040020](tel:08004040020)

Die Beratung ist kostenfrei und 24 Stunden erreichbar. Auch ist eine fremdsprachige Beratung möglich.

Weitere Informationen und anonyme Beratung gibt es auch online unter <https://www.hilfetelefon-schwangere.de/>

---

## **Erstausstattung**

Sie sind Hilfsbedürftig oder suchen Asyl und sind schwanger. Unter bestimmten Voraussetzungen steht Ihnen ein höheres Taschengeld zu, damit Sie den Mehrbedarf leisten können. Außerdem können sie Kleidung für die Schwangerschaft und die Erstausstattung für ihr Kind bekommen.

---

## **Meldung an das Standesamt**

Sie müssen Ihr neugeborenes Kind dem Standesamt melden. Wenn Sie asylsuchend sind müssen Sie es auch der Ausländerbehörde und dem Sozialamt melden. Die Klinik übernimmt die Meldung der Geburt beim Standesamt. Dem Standesamt zeigen die Eltern ihren Ausweis und die Geburtsbescheinigung der Klinik. Wenn Sie verheiratet sind zeigen Sie auch die Heiratsurkunde. Dann bekommen die Eltern die Geburtsurkunde für ihr Kind.

---

## **Bildgestützte Unterstützung bei Gesundheitsthemen**

Das [Webportal ZANZU](#) der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung gibt es in verschiedenen Sprachen. Zum Beispiel in Arabisch, Farsi, Türkisch, Rumänisch, Russisch, Englisch.

Es ist eine direkte Übersetzungshilfe mit Bildern. Die Informationen werden zum Teil in Muttersprache angeboten. Es zeigt Wege durch das deutsche Gesundheitssystem. Auf diesem Webportal können Sie die Informationen lesen und anhören.

Sie finden Informationen zu Gesundheit, Verhütung, Körperwissen, Schwangerschaft und Geburt und Rechte und Gesetze in Deutschland.