

**Informationen für Schwangere, Eltern & Familien  
im Landkreis Hameln-Pyrmont**  
*- Von Anfang an gut informiert -*

*Liebe Eltern, liebe Familien,*

herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Kindes!  
Mit der Ankunft Ihres Babys beginnt ein ganz besonderer Lebensabschnitt, voller Freude und neuer Erfahrungen, aber sicherlich auch mit vielen Fragen und Herausforderungen.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie auf diesem Weg begleiten und Ihnen Orientierung im ersten Lebensjahr Ihres Kindes geben. Sie finden hier wichtige Informationen, praktische Hinweise und hilfreiche Angebote rund um die erste Zeit als Familie.

Die Broschüre führt Sie Schritt für Schritt durch zentrale Themen: Von den ersten bürokratischen Schritten nach der Geburt über wertvolle Inhalte zu Säuglingen bis hin zu Unterstützungsangeboten vor Ort und der Kinderbetreuung.

Damit Sie stets auf dem neuesten Stand sind, finden Sie alle aktuellen Adressen, Angebote und Online-Formulare bequem über die in der Broschüre enthaltenen QR-Codes. So haben Sie jederzeit Zugriff auf verlässliche und aktuelle Informationen.

Alles Gute für Sie und Ihre Familie

*Ihre Frühe Hilfen  
im Landkreis Hameln-Pyrmont*

## Inhaltsverzeichnis

Erste Schritte und Orientierung im ersten Lebensjahr .....	3
Wichtige Schritte nach der Geburt .....	4
Gesundheit und Vorsorge .....	6
Unterstützung und frühe Elternzeit .....	9
Kinderbetreuung .....	12
Finanzielle Hilfen und Förderungen .....	14
Wohnen, Mobilität und Sicherheit .....	16
Freizeit und Begegnung .....	18
Berufstätigkeit mit Baby .....	20
Checkliste: Das Wichtigste nach der Geburt Ihres Babys .....	22
Notfallnummern .....	24

## Erste Schritte und Orientierung im ersten Lebensjahr

### Tipps für die ersten Wochen:

- **Ruhig angehen lassen:** Nehmen Sie sich Zeit, die neue Lebenssituation als Familie kennenzulernen.
- **Tagebuch:** Führen Sie eine kleine Übersicht über Arztbesuche, Impfungen und wichtige Termine.
- **Früh informieren:** Viele Leistungen, Anträge und Kurse können online über die in der Broschüre bereitgestellten QR-Codes oder Links abgerufen werden, so sind Sie immer auf dem neuesten Stand.
- **Netzwerke nutzen:** Familienkinderservicebüros oder Eltern-Kind-Gruppen bieten Austausch, Unterstützung und wertvolle Tipps.
- **Checklisten:** Nutzen Sie die digitalen Checklisten im letzten Kapitel der Broschüre für Behördengänge, Erstausrüstung und Vorsorgeuntersuchungen, um nichts zu vergessen.

### Hinweis:

Alle Inhalte dieser Broschüre sind bewusst zeitlos gestaltet. Für aktuelle Adressen, Angebote und Formulare scannen Sie bitte die QR-Codes auf den folgenden Seiten oder besuchen Sie die empfohlenen Online-Portale.



## Wichtige Schritte nach der Geburt

### Behördengänge und Formalitäten: Was ist jetzt wichtig?

Nach der Geburt gibt es einige wichtige Schritte, die Sie erledigen sollten. Viele davon können online vorbereitet oder digital erledigt werden. Nutzen Sie die QR-Codes, um direkt zu offiziellen Formularen und aktuellen Informationen zu gelangen.

#### 1. Anmeldung beim Standesamt

- Ihr Kind muss nach der Geburt innerhalb von einer Woche beim Standesamt angemeldet werden.
- Dort erhalten Sie die Geburtsurkunde, die für viele weitere Schritte benötigt wird.
- Über die QR-Codes gelangen Sie direkt zum jeweiligen Standesamt-Portal der einzelnen Städte und Gemeinden. Wählen Sie bitte Ihren Wohnsitz aus:



Aerzen



Bad Münde



Bad Pyrmont



Coppenbrügge



Hessisch Oldendorf



Hameln



Emmerthal



Salzhemmendorf

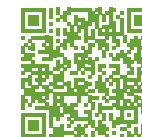
#### 2. Kindergeld beantragen

- Kindergeld kann für jedes Kind beantragt werden, sobald die Geburtsurkunde vorliegt.
- Der Antrag kann online eingereicht werden und wird automatisch an die zuständige Familienkasse weitergeleitet.



#### 3. Elterngeld / ElterngeldPlus

- Anspruch auf Elterngeld besteht für Eltern, die nach der Geburt zu Hause bleiben, um sich um ihr Kind zu kümmern.
- ElterngeldPlus ermöglicht flexiblere Bezugszeiten, wenn beide Elternteile arbeiten möchten.
- Formulare und aktuelle Berechnungsbeispiele finden Sie online.
- Neuregelung Elterngeld • Elterngeld online beantragen



#### 4. Vaterschaftsanerkennung & Sorgerecht

- Wenn die Eltern nicht verheiratet sind, sollte die Vaterschaft offiziell anerkannt werden.
- Gleichzeitig können Sie das gemeinsame Sorgerecht beantragen.



#### 5. Unterhaltsvorschuss

- Unterhaltsvorschuss kann beantragt werden, wenn die Eltern getrennt leben und ein Elternteil keinen oder unregelmäßigen Unterhalt zahlt.
- Anspruch besteht für Kinder bis zum 18. Lebensjahr, die bei einem alleinerziehenden Elternteil leben.
- Der Antrag kann bei der zuständigen Unterhaltsvorschussstelle online oder persönlich gestellt werden.



## Gesundheit und Vorsorge

### Gesund bleiben im ersten Lebensjahr

Das erste Lebensjahr Ihres Babys ist geprägt von wichtigen gesundheitlichen Entwicklungsschritten. Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen, Impfungen und eine gute medizinische Begleitung helfen dabei, die Gesundheit Ihres Kindes optimal zu unterstützen. Die folgenden Informationen geben Ihnen eine klare Orientierung – alle weiterführenden Details und aktuellen Angebote finden Sie über die beigefügten QR-Codes oder Links.

#### U1–U6: Die wichtigsten Vorsorgeuntersuchungen

Die U-Untersuchungen begleiten Ihr Kind vom ersten Lebenstag. In jeder Untersuchung werden wichtige Entwicklungsschritte wie Wachstum, Sinne, Motorik und allgemeine Gesundheit überprüft.

- U1 – direkt nach der Geburt
- U2 – 3. bis 10. Lebenstag
- U3 – 4. bis 5. Lebenswoche
- U4 – 3. bis 4. Lebensmonat
- U5 – 6. bis 7. Lebensmonat
- U6 – 10. bis 12. Lebensmonat

Aktuelle Informationen und Details zu allen U-Untersuchungen:



### Impfungen im 1. Lebensjahr

Impfungen können Ihr Kind vor schweren, zum Teil lebensbedrohlichen Erkrankungen schützen.

Von der Ständigen Impfkommission (STIKO) empfohlene Impfungen im ersten Lebensjahr sind u. a.:

- Rotaviren
- Diphtherie, Tetanus, Keuchhusten
- Hib
- Hepatitis B
- Pneumokokken
- Polio
- Masern-Mumps-Röteln (gegen Ende des Jahres)

Einen aktuellen Impfplan in 10 Sprachen finden Sie unter:



Der Impfplan wird regelmäßig aktualisiert und basiert auf wissenschaftlichen Empfehlungen des Robert-Koch-Institutes.

#### Hebammen, Kinderärzte & Notdienste

Eine gute Versorgung beginnt mit der Wahl der richtigen Hebamme und Kinderärztin bzw. des Kinderarztes. Da sich Praxen und Verfügbarkeiten regelmäßig ändern, finden Sie aktuelle AnsprechpartnerInnen über die Online-Verzeichnisse.

Hebammen finden Sie auf der Homepage der Gesundheitsregion Hameln-Pyrmont:



Kinderarztpraxen finden Sie auf unserer GIS-Karte unter:



### Erste Hilfe am Kind

Ein Erste-Hilfe-Kurs speziell für Säuglinge und Kleinkinder gibt Ihnen Sicherheit im Alltag. Viele Institutionen bieten regelmäßig Kurse an, vor Ort oder online.

#### Hinweis:

Auch die Gesundheit der Mutter nach der Geburt ist entscheidend. Vergessen Sie sich selbst nicht! Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse und Ihrem Gynäkologen über kostenlose Rückbildungskurse und weitere Unterstützung.



## Unterstützung und frühe Elternzeit

### Gut begleitet von Anfang an

Mit einem Baby beginnt für Eltern und Familien ein neuer Lebensabschnitt. Dieser ist wunderschön, aber manchmal auch herausfordernd. Sie müssen diese Herausforderungen nicht allein bewältigen. Viele Unterstützungsangebote stehen Familien in den ersten Monaten zur Seite, sowohl vor Ort als auch digital. Die folgenden Bereiche geben Ihnen einen Überblick.

#### Familien- und Kinderservicebüros

Familien- und Kinderservicebüros sind zentrale Anlaufstellen der Städte und Gemeinden für alle Fragen rund um das Leben mit Baby und Kleinkind.



#### Frühe Hilfen & Fachkräfte der Frühen Hilfen

Die Frühen Hilfen sind ein bundesweites Unterstützungsnetzwerk für werdende Eltern und Familien mit Kindern von 0–3 Jahren.

Fachkräfte der Frühen Hilfen (z. B. Familienhebammen, Familien-/ Gesundheits-/ und Kinderkrankenpflegerinnen bzw. -pfleger)

- begleiten Familien in belastenden Situationen
- unterstützen im Alltag mit Baby
- bieten aufsuchende Hilfen direkt zuhause an
- helfen beim Aufbau einer stabilen Eltern-Kind-Bindung

Die Angebote sind freiwillig, kostenfrei und vertraulich.



### Angebote: Babylotsen und Café Kinderwagen

Manchmal braucht es nur ein kleines Gespräch oder eine kurze Orientierung. Dafür gibt es Angebote wie:

- **Babylotsen**

Im Landkreis Hameln-Pyrmont im Sana-Klinikum in Hameln: kostenfreie Unterstützung in der Schwangerschaft und direkt nach der Geburt



- **Café Kinderwagen**

offene und kostenfreie Treffen für Eltern mit Babys, begleitet von Fachkräften Frühe Hilfen (Familienhebammen und Familien-/ Gesundheits-/ und Kinderkrankenpflegerinnen bzw. -pfleger)



Diese Angebote sind gut geeignet, um Fragen zu stellen oder unkompliziert schnell Hilfe zu finden.

### Angebote für Alleinerziehende

Alleinerziehende meistern täglich eine große Aufgabe. Spezielle Angebote unterstützen dabei, Entlastung und Austausch zu finden:

- Beratungsangebote speziell für Ein-Eltern-Familien
- Treffpunkte & Gruppen für Alleinerziehende
- Unterstützung bei Erziehung, Vereinbarkeit und Alltagsorganisation
- Hinweise zu finanziellen Hilfen und rechtlichen Fragen
- Unterstützung über das Projekt Geste:



### Unterstützung in besonderen, belastenden Lebenssituationen

Manche Lebensphasen stellen besondere Herausforderungen dar und können sehr belastend sein. In diesen Situationen ist es wichtig, nicht allein zu bleiben. Passende Angebote bieten Unterstützung, Orientierung und Entlastung, z. B.

- Beratung und Begleitung nach einer traumatisierenden Geburt (Emotionelle erste Hilfe)



- Trennungs- und Scheidungsberatung in emotional herausfordernden Zeiten

- Suchtberatung für Betroffene und Angehörige



## Kinderbetreuung

### Raum zum Wachsen und Entdecken

Eine verlässliche Betreuung und eine liebevolle, anregende Umgebung sind wichtige Grundlagen für die Entwicklung Ihres Kindes. Ob in den ersten Monaten zu Hause oder später in der Kindertagesbetreuung. Jedes Kind entwickelt sich in seinem eigenen Tempo und profitiert von sicheren Bindungen, altersgerechter Förderung und offenen, unterstützenden Angeboten.

### Kindertagespflege, Krippe, Kita

Ob in der Kindertagespflege, in einer Krippe oder in der Kita, alle Angebote schaffen für Ihr Kind eine verlässliche Umgebung mit festen Bezugspersonen und abwechslungsreichen, spielerischen Lernanreizen.

Über den QR-Code gelangen Sie direkt zu unserer GIS-Karte, in der Sie die Kindertageseinrichtungen in Ihrer Nähe finden:



Individuelle Beratung und weitere Informationen, zum Beispiel zu freien Plätzen in der Kindertagespflege, erhalten Sie in den Familien- und Kinderservicebüros Ihrer Kommune (siehe unter *Unterstützung & frühe Elternzeit*).

Im Landkreis wird die Platzvergabe zentral über die jeweiligen Kommunen organisiert. Nähere Informationen finden Sie auf der nachfolgenden Seite.

### Platzvergabe der Kommunen

Aerzen



Hameln



Bad Münster



Hessisch Oldendorf



Bad Pyrmont



Salzhemmendorf



Coppenbrügge



Emmerthal



## Finanzielle Hilfen und Förderungen

### Unterstützung für Familien im ersten Lebensjahr

Die ersten Monate mit einem Baby bringen viele Veränderungen mit sich – auch finanziell. Um Familien zu entlasten, gibt es verschiedene staatliche Leistungen. Die folgenden Kurzinfos geben Ihnen einen Überblick über die wichtigsten Unterstützungsangebote. Über die QR-Codes gelangen Sie direkt zu den jeweils aktuellen und offiziellen Informationen.

#### Elterngeld

Elterngeld unterstützt Eltern, die im ersten Lebensjahr ihr Kind betreuen und deshalb weniger oder gar nicht arbeiten. Es gibt drei Varianten: Basiselterngeld, ElterngeldPlus, Partnerschaftsbonus.

- Höhe abhängig vom vorherigen Einkommen
- Flexible Aufteilung zwischen den Eltern
- Online-Rechner und Antragsunterlagen verfügbar

Genauere Infos finden Sie hier:



#### Kindergeld

Das Kindergeld wird monatlich für jedes Kind gezahlt und unterstützt Familien unabhängig vom Einkommen. Der Antrag kann digital gestellt werden.

- Auszahlung durch die Familienkasse
  - Gilt ab Geburt bis mindestens zum 18. Lebensjahr
  - Höhe und Anspruch online einsehbar
- Genauere Infos unter:



#### Kinderzuschlag (KiZ)

Der Kinderzuschlag richtet sich an Familien, deren Einkommen für sich selbst reicht, aber nicht oder nur knapp für das Kind. Er wird zusätzlich zum Kindergeld gezahlt.

- Entlastung für Familien mit kleinem Einkommen
- Höhe abhängig von Einkommen, Wohnkosten und Familiensituation
- Antragstellung online möglich
- Kombination mit Wohngeld oft sinnvoll



#### Wohngeld & Sozialleistungen

Wohngeld ist ein Zuschuss zu den Wohnkosten für Mieterinnen und Mieter sowie Eigentümer in besonderen Situationen. Ob Anspruch besteht, hängt von Einkommen, der Haushaltsgröße und den Mietkosten ab.

- Zuschuss, kein Darlehen
- Auch für Familien mit kleinem oder mittlerem Einkommen
- Ergänzend zu anderen Leistungen möglich
- Genauere Infos finden Sie unter:



#### Hinweis

Die Anspruchsvoraussetzungen und Beträge können sich ändern. Damit Sie immer auf dem neuesten Stand sind, verweisen wir auf die offiziellen Online-Seiten der zuständigen Ministerien und Behörden.



## Wohnen, Mobilität und Sicherheit

### Sicher und gut versorgt im Alltag

Mit einem Baby verändern sich der Tagesablauf, die Wege im Alltag und auch der Blick auf das eigene Zuhause. Die folgenden Hinweise unterstützen Sie dabei, Ihren Wohnraum sicher zu gestalten und mobil zu bleiben, egal ob zu Fuß, mit dem Auto oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

#### Ein sicheres Zuhause

Damit sich Ihr Baby in den ersten Monaten gut und geschützt entwickeln kann, lohnt sich ein Blick auf mögliche Gefahrenquellen im Haushalt. Viele Sicherheitsmaßnahmen sind einfach umzusetzen und bieten großen Schutz.

#### Tipps für ein sicheres Wohnumfeld

- **Schlafplatz:**  
Fester, flacher Schlafbereich ohne Kissen, Decken oder Nestchen. Bitte nutzen Sie einen Schlafsack.
- **Wickelbereich:**  
Immer eine Hand am Kind, um Stürze zu vermeiden.
- **Gefahrenstellen:**  
Steckdosen sichern, Kabel außer Reichweite halten.
- **Haustiere:**  
Langsam an das Baby gewöhnen, nie unbeaufsichtigt gemeinsam in einem Raum lassen.
- **Haushaltsmittel & Medikamente:**  
Grundsätzlich außer Reichweite lagern.



### Mobil mit Kinderwagen, Buggy & Trage

Im Ort, im Park oder unterwegs zu Terminen: Sicherheit steht an erster Stelle.

#### Wichtige Hinweise

- **Kinderwagen:** Auf funktionierende Bremsen, stabile Liegefläche und sichere Gurtsysteme achten.
- **Tragehilfen:** Nur geprüfte Tragen nutzen; korrekter Sitz schützt Rücken und Atemwege.
- **Wetter:** Sonnenschutz im Sommer, Wetterschutz im Winter, aber Überhitzung vermeiden.
- **ÖPNV:** Barrierefreie Linien, erhöhte Einstiege und geeignete Stellflächen nutzen.

#### Sicher im Auto unterwegs

Im Auto gilt: Sicherheit beginnt bei der richtigen Ausstattung und endet beim korrekten Anschnallen.

#### Tipps für sichere Fahrten

- Babyschale nur rückwärtsgerichtet nutzen.
- Auf die korrekte Gurtführung achten.
- Keine dicken Jacken unter den Güten, Rutschgefahr!
- Babyschale niemals auf dem Beifahrersitz mit aktivem Beifahrerairbag verwenden.
- Regelmäßig prüfen, ob der Sitz noch alters- und gewichtsgerecht ist.

#### Spielplätze & familienfreundliche Orte

Spaziergänge, frische Luft und kleine Ausflüge tun Eltern und Baby gut. Im Landkreis Hameln-Pyrmont gibt es eine große Auswahl an Spielplätzen und Treffpunkten für Familien. Alle Spielplätze finden Sie über den QR-Code.



## Freizeit und Begegnung

### Gemeinsam unterwegs: Begegnungen und Auszeiten im Alltag

Im ersten Lebensjahr tut es gut, gelegentlich das Haus zu verlassen, andere Eltern kennenzulernen und kleine Auszeiten zu genießen. Zahlreiche Angebote im Landkreis erleichtern den Austausch, fördern die Bindung zum Kind und bringen Abwechslung in den Familienalltag.

#### Eltern-Kind-Gruppen

Eltern-Kind-Gruppen, wie das „Café Kinderwagen“, bieten einen geschützten Raum, in dem Sie andere Eltern treffen, Erfahrungen austauschen und Fragen rund um den Alltag mit Baby stellen können. Gleichzeitig genießen die Kleinsten erste soziale Kontakte und spielerische Anregungen.

Die Café Kinderwagen sind kostenlos und werden von geschulten Fachkräften Früher Hilfen begleitet. Sie unterstützen beim Ankommen im neuen Familienalltag, geben Sicherheit und bieten wertvolle Tipps zu Entwicklung, Ernährung oder Schlaf. Ganz nebenbei entstehen neue Kontakte, die gerade in den ersten Monaten besonders wohltuend sein können.

#### Ausflüge, Spaziergänge, Familien-Freizeitangebote

Bewegung an der frischen Luft ist gut für die ganze Familie. Das Weserbergland bietet eine Vielzahl an Wegen und Orten, die kinderwagenfreundlich und ideal für kleine Auszeiten oder Treffen mit anderen Familien und Freunden sind.

Die schöne Umgebung bietet viele Möglichkeiten, mit Ihrem Baby frische Luft zu genießen und die Natur zu entdecken. Spaziergänge in Waldgebieten, an der Weser oder über weitläufige Grünflächen tun gut und schaffen kleine Auszeiten im Familienalltag.

Insbesondere im Wald können Sie die Ruhe genießen oder dem Zwitschern der Vögel lauschen. Die besondere Atmosphäre des Waldes wirkt beruhigend auf Eltern und Kind und bietet so eine kleine Pause vom Alltag.

An der Weser laden die Promenade, die Uferwege und kleine Rastplätze zum Bewegen und Verweilen ein. Das Rauschen des Wassers, vorbeiziehende Boote und weite Ausblicke machen Spaziergänge abwechslungsreich und entspannend.

#### Bibliotheken und Lesestart-Angebote

In jeder Kommune des Landkreises findet man Bibliotheken. Die genauen Orte finden Sie über folgenden QR-Code auf der GIS-Karte der Frühen Hilfen.



Bibliotheken sind wunderbare Orte für Familien. Sie sind ruhig, einladend und voller spannender Entdeckungen. Viele bieten bereits für die Kleinsten eine Auswahl an Stoff- und Pappbilderbüchern, sowie gemütliche Lesecken und erste Vorleseangebote an. Hier können Sie gemeinsam mit Ihrem Baby Bilder betrachten, Geschichten entdecken und eine entspannte Zeit verbringen.

**Lesestart-Angebote** unterstützen Familien dabei, schon früh mit dem gemeinsamen Anschauen und Vorlesen zu beginnen. Durch einfache Geschichten, klare Bilder und wiederkehrende Rituale wird die Sprachentwicklung spielerisch gefördert. Viele Bibliotheken halten dafür kostenlose Lesestart-Sets bereit oder bieten kurze Vorleseaktionen für Babys und Kleinkinder an.

Frühes Vorlesen stärkt nicht nur die Sprachentwicklung, sondern auch die Bindung und macht von Anfang an Lust auf Bücher und Geschichten.



## Berufstätigkeit mit Baby

### Arbeiten mit Baby: Rechte, Modelle & Unterstützung

Die Rückkehr in den Beruf ist ein wichtiger Schritt für viele Familien. Ob früher oder später – entscheidend ist, was für Ihre persönliche Situation passt. Auf dieser Seite finden Sie eine kompakte Übersicht über Ihre Rechte, Möglichkeiten und hilfreiche Informationsquellen. Über die QR-Codes gelangen Sie zu stets aktuellen, offiziellen Stellen.

#### Mutterschutz

Er schützt Mütter vor und nach der Geburt und umfasst u. a.:

- sechs Wochen Schutzfrist vor der Geburt
- mindestens acht Wochen Schutzfrist nach der Geburt
- Kündigungsschutz während der gesamten Mutterschutzzeit
- Mutterschaftsleistungen als Lohnersatz



Mehr Informationen und aktuelle Regelungen finden Sie unter:

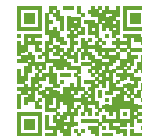
#### Elternzeit

Eltern können bis zu drei Jahre (bis die Kinder 10 Jahre alt sind) Elternzeit pro Kind in Anspruch nehmen – flexibel und aufteilbar.

Wichtig zu wissen:

- Antrag spätestens sieben Wochen vor Beginn der geplanten Elternzeit stellen
- Aufteilung zwischen beiden Elternteilen möglich
- Teilzeitarbeit in Elternzeit erlaubt (bis zu 32 Std./Woche, je nach Gesetzeslage)
- Besonderer Kündigungsschutz während der Elternzeit

Offizielle Informationen zur Elternzeit:



### Teilzeit, Wiedereinstieg & flexible Arbeitsmodelle

Viele Eltern beginnen nach der Elternzeit mit reduzierter Stundenzahl oder in einem angepassten Modell.

Mögliche Wege, je nach Möglichkeiten des Arbeitgebers, sind:

- Teilzeit nach Elternzeit
- Gleitzeit oder flexible Arbeitszeiten
- Mobile Arbeit / Homeoffice
- Stufenweiser Wiedereinstieg
- Weitere interne Unterstützungsangebote (wie Beratung oder BEM)

Der Arbeitgeber ist grundsätzlich verpflichtet zu prüfen, ob Ihr Teilzeitwunsch realisierbar ist. Trauen Sie sich, das Gespräch zu suchen!

### Arbeitslosengeld, Berufsberatung & Weiterbildung

Falls Sie nach der Geburt neu starten, sich beruflich umorientieren möchten oder Unterstützung beim Wiedereinstieg benötigen, hilft die Agentur für Arbeit.

Angebote können sein:

- Beratung zu beruflichen Perspektiven
- Umschulungen & Weiterbildungen
- Unterstützung bei Bewerbung & Wiedereinstieg
- Finanzierungsmöglichkeiten für Qualifizierungen

Informationen und Beratung:



#### Hinweis

Alle arbeitsrechtlichen Regelungen können sich im Laufe der Zeit ändern. Die QR-Codes führen Sie zu offiziellen und stets aktualisierten Informationsquellen der Bundesregierung.



## Checkliste: Das Wichtigste nach der Geburt Ihres Babys

Diese Checkliste hilft Ihnen, in den ersten Wochen und Monaten den Überblick zu behalten. Nicht alles muss sofort erledigt werden, gehen Sie Schritt für Schritt vor.

### Formalitäten & Anträge

- Geburt beim Standesamt anmelden
- Geburtsurkunde(n) beantragen
- Kindergeld beantragen
- Elterngeld beantragen
- Vaterschaftsanerkennung (z.B. bei unverheirateten Eltern)
- Sorgerechtsklärung (z.B. bei unverheirateten Eltern)
- Arbeitgeber über Geburt & Elternzeit informieren
- Krankenkasse über die Geburt informieren
- Baby bei der Krankenkasse anmelden

### Gesundheit & Vorsorge

- Kinderarzt / Kinderärztin auswählen
  - U-Untersuchungen planen und wahrnehmen
  - Impfungen nach Impfplan besprechen
  - Hebammen-Nachsorge nutzen
    - Vorsorgeangebote (z. B. Stillberatung)
    - Rückbildungskurs besuchen

### Betreuung & Frühförderung

- Informationen zu Kita oder Kindertagespflege (KTP) einholen
- Betreuungsbedarf klären
- Kind ggf. frühzeitig auf Wartelisten anmelden

### Unterstützung & Beratung

- Angebote für Familien kennenlernen
- Familien-, Eltern- o. Beratungsstellen nutzen
- Frühhilfe- o. Unterstützungsangebote prüfen
- Kontakte zu anderen Eltern knüpfen

### Finanzielle Hilfen & Absicherung

- Kindergeld erhalten
- Elterngeld bewilligt
- Prüfen: Kinderzuschlag
- Prüfen: Wohngeld
- Weitere finanzielle Unterstützungen prüfen
- Versicherungen überprüfen/anpassen (z. B. Haftpflicht)

### Wohnen, Mobilität & Sicherheit

- Sichere Schlafumgebung für das Baby schaffen
- Wohnung kindersicher machen
- Kindersitz fürs Auto organisieren
- Kinderwagen / Tragehilfe prüfen
- Rauchfreie Umgebung sicherstellen

### Alltag, Freizeit & Begegnung

- Eltern-Kind-Angebote entdecken
- Spiel- und Begegnungsangebote nutzen
- Zeit für Erholung und Familie einplanen












### Arbeiten & Familie

- Elternzeit planen und abstimmen
- Rückkehr in den Beruf vorbereiten
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf klären

**Hinweis:** Eine aktuelle, online ausfüllbare Checkliste finden Sie jederzeit hier unter "Dokumente":



## Notfallnummern

	<b>Polizei / Notruf</b> .....	<b>110</b>
	<b>Feuerwehr/Rettungsdienst</b> .....	<b>112</b>
	<b>Ärztlicher Notdienst</b> ..... Bundesweite einheitliche Notrufnummer für Notärzte außerhalb der Praxisöffnungszeiten	<b>116 117</b>
	<b>Sana Klinikum Hameln- Pyrmont Notaufnahme</b> .....	<b>05151/97-2232</b>
	<b>Sana Klinikum Hameln-Pyrmont Kinderklinik</b> .....	<b>05151/97-2318</b>
	<b>Giftnotrufnummer</b> ..... Informationen bereithalten: Wer? Womit? Wie viel? Wo?	<b>0551/19240</b>
	<b>Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen</b> ..... Gebührenfrei. Jeden Tag, rund um die Uhr.	<b>08000 116 016</b>
	<b>Frauenzentrum</b> /Anlaufstelle für das Frauenhaus Hameln	<b>05151/25299</b>
	<b>Kinder- und Jugendtelefon</b> ..... Die Nummer gegen Kummer. <a href="http://www.trau-dich.de">www.trau-dich.de</a>	<b>0800/1110333</b>
	<b>Sorgentelefon</b> Hameln-Pyrmont ..... Gebührenfrei & anonym. Auch am Wochenende und an Feiertagen 18-21 Uhr	<b>0800/1110444</b>
	<b>Elterntelefon</b> des Deutschen Kinderschutzbundes ..... Mo-Fr 9-11 Uhr, Di u. Do 17-19 Uhr	<b>0800/1110550</b>
	<b>Erstberatung u. Information Jugendamt Hameln-Pyrmont</b> Mo-Do 08.00-16.00 Uhr, Fr 08.00-13.00 Uhr	<b>05151/9033420</b> <b>05151/9033434</b>



So erreichen Sie uns:



Team Jugendhilfeplanung &  
Ressourcensteuerung  
Frühe Hilfen  
Süntelstraße 9, 31785 Hameln

Telefon: 05151 / 903-3454  
Telefax: 05151 / 903-63454  
fruehe-hilfen@hameln-pyrmont.de  
www.hameln-pyrmont.de

Stand: Mai 2026