قائمة المراجعة: أمور تنظيمية أثناء الحمل

نظرة على النقاط المهمة

نصائح

للوالدين غير المتزوجين:
اقرأ أيضًا قائمة المراجعة لحضانة الطفل والنفقة

للأسرات المثلية:
للاستفسار عن المسائل القانونية حول تأسيس الأسرة، يمكنكم الاستعلام لدى جمعية المثليين والمثليات في ألمانيا (LSVD) ولدى بوابة المثلية.

مَنْ ومتى؟	ماذا؟	أين؟ إلى مَنْ أتوجّه؟	المزيد من المعلومات
○ **الحامل** بعد ثبوت الحَمل	موعد لإجراء أول **فحص وقائي**	• طبيبة أو طبيب أمراض النساء • القابِلة	يجري في هذا الموعد أيضًا استصدار دفتر متابعات فترة الحمل الخاص بك.
○ **الحامل / الآباء المستقبليون ذوو الدخل المنخفض** بعد ثبوت الحَمل	تقديم طلب الحصول على **دعم مالي**	مراكز استشارات الحمل التي يمكنها تقديم الطلب لدى المؤسسة الاتحادية للأم والطفل (Bundesstiftung Mutter und Kind) ومعرفة الخيارات الأخرى للدعم المالي للنساء الحوامل	المؤسسة الاتحادية للأم والطفل (Bundesstiftung Mutter und Kind) للطلب أو للتنزيل: كتيب "المساعدة والدعم أثناء الحمل – المؤسسة الاتحادية للأم والطفل (Bundesstiftung Mutter und Kind)" يمكنك الاطلاع على مراكز الاستشارات القريبة منك على الموقع familienplanung.de
○ **الحامل / الآباء المستقبليون** أسابيع الحمل الأولى	**البحث عن قابلة** لتقديم الرعاية أثناء الحمل وبعد الولادة، وقابلة مستقلة أيضًا حسب الرغبة	العناوين متوفرة لدى: • مراكز استشارات الحمل • مستشفيات ومراكز الولادة • طبيبة أو طبيب أمراض النساء	عناوين القابلات في جميع أنحاء ألمانيا متاحة أيضًا في قائمة القابلات التابعة للتأمين الصحي القانوني: قائمة القابلات التابعات للتأمين الصحي القانوني ولدى جمعية القابلات في ألمانيا
○ **الحامل** أسابيع الحمل الأولى	**يقدم صاحب العمل أو شركة التدريب المهني أو الجامعة أو المدرسة معلومات** حول قانون حماية الأمومة والحماية ضد الفصل من العمل **تنويه** أنتِ غير ملزمة بإبلاغ جهة العمل أو شركة التدريب المهني أو الجامعة أو المدرسة بشأن حملك. ولكنه قد يكون مفيدًا بحيث يمكنك حماية نفسك من الأضرار أو المخاطر الصحية.	• جهة العمل • شركة التدريب المهني • الجامعة • المدرسة	للطلب أو للتنزيل: كتيب "إرشادات لحماية الأمومة" تتوفر المزيد من المعلومات حول "حماية الأمومة" على الموقع familienportal.de

مَنْ ومتى؟	ماذا؟	أين؟ إلى مَنْ أتوجّه؟	المزيد من المعلومات
◯ **الحامل** في أسرع وقت ممكن أثناء الحمل	تقديم طلب الحصول على **إعانة الأمومة**	• التأمين الصحي للمرأة الحامل بشرط أن تكون عضوًا في إحدى شركات التأمين الصحي القانوني • الهيئة الاتحادية للضمان الاجتماعي، بشرط أن يكون لدى المرأة الحامل تأمين خاص أو عائلي	مطلوب شهادة طبية توضح موعد الولادة المتوقع. تتوفر المزيد من المعلومات حول "إعانة الأمومة" على familienportal.de
◯ **الحامل** في حال تطبيق الحظر من العمل، على سبيل المثال في المهن الطبية	تقديم طلب الحصول على **أجر حماية الأمومة**	جهة العمل	مطلوب شهادة طبية. تؤكد هذه الشهادة الطبية رسميًا حظر العمل ومدة الحظر وما إذا كان يغطي جميع الأنشطة أم بعضها فقط.
◯ **الحامل / الآباء المستقبليون** أسابيع الحمل الأولى	**اختيار مكان الميلاد / التسجيل** في حال الرغبة في الولادة في مركز ولادة أو مع قابلة ترافق الولادة (قابلة مستقلة)، يتعين عليكِ التسجيل مبكرًا. كما يمكن التسجيل في المستشفى أيضًا في وقت لاحق ولكنه ليس إلزاميًا.	• المستشفى أو مركز الولادة • القابِلة	تقدم العديد من المستشفيات ومراكز الولادة جولات في غرف الولادة وفعاليات إعلامية.
◯ **الحامل / الآباء المستقبليون** حتى الأسبوع العشرين من أسابيع الحمل	التسجيل لحضور **دورة التجهيز للولادة**	• عيادات القبالة قائمة القابلات التابعة للتأمين الصحي القانوني • مستشفى أو مركز الولادة • طبيبة أو طبيب أمراض النساء • مراكز استشارات الحمل	• بالإضافة إلى دورات التجهيز للولادة للأمهات، هناك أيضًا دورات للزوجين ودورات للآباء. • وتنعقد أيضًا دورات تدريبية في رعاية الأطفال الرضع.
◯ **الحامل / الآباء المستقبليون** في موعد لا يتجاوز 7 أسابيع قبل موعد الولادة المتوقع	حساب استحقاق إعانة الوالدين (Elterngeld) (إعانة الوالدين الأساسية، إعانة الوالدين الإضافية، علاوة الشراكة)	على سبيل المثال أونلاين من خلال حاسبة إعانات الوالدين	من المفيد حساب الخيارات قبل الولادة لدي التخطيط لإجازة الأُبوة/الأمومة. كما يمكن أيضًا تجهيز الطلبات والنماذج الآن.
◯ **الأب** أو أي شخص آخر لديه الحق في الحصول على إجازة الأبوة إذا كان يريد الذهاب في إجازة أبوة مباشرة بعد الولادة في موعد لا يتجاوز 7 أسابيع قبل موعد الولادة المتوقع **تنويه** تبدأ الحماية ضد الفصل قبل 8 أسابيع على الأقل من إجازة الأبوة	التسجيل للحصول على **إجازة الأبوة** **ملاحظات** من خلال التسجيل للحصول على إجازة الأبوة، يجب عليك أن تحدّد الفترات الزمنية التي تريد أن تأخذ فيها إجازة أبوة حتى عيد الميلاد الثاني للطفل. يمكنك معرفة مَنْ يحق له الحصول على إجازة الأبوة عبر الموقع الإلكتروني familienportal.de	جهة عمل الأب أو الشخص الذي يحق له الحصول على إجازة الأبوة	إخطار كتابي؛ يمكنك الحصول على نموذج من هنا. • إرسال عن طريق البريد المسجل • إذا كنت ترغب في العمل بدوام جزئي أثناء إجازة الأبوة، فمن الأفضل التقدم بطلب للحصول على ذلك مباشرة • تتوفر المزيد من المعلومات حول "إجازة الأبوة" على familienportal.de

مَنْ ومتى؟	ماذا؟	أين؟ إلى مَنْ أتوجّه؟	المزيد من المعلومات
◯ **الحامل / الآباء المستقبليون** في الثلث الأخير من فترة الحمل	البحث عن **عيادة طبيب أطفال**	عيادات أطباء الأطفال القريبة منك	تقوم مؤسسة الولادة بإجراء الفحوصات الأولية لطفلك U1 وU2. بدءًا من الفحص U3 تحتاج إلى عيادة طب الأطفال. تلك العيادات رائجة للغاية. لذا يُوصى بالبحث أثناء الحمل.
◯ **الحامل** في موعد لا يتجاوز 4 أسابيع قبل موعد الولادة المتوقع	الاستعدادات النهائية للولادة، احزمي **حقيبة المستشفى**		يمكنك معرفة المحتويات الضرورية لحقيبة المستشفى من قائمة مراجعة حقيبة المستشفى
◯ **المرأة الحامل أو الأم**، إذا أرادت الذهاب في إجازة أمومة مباشرة بعد فترة حماية الأمومة في موعد لا يتجاوز 7 أسابيع قبل نهاية فترة حماية الأمومة، أي بحد أقصى في الأسبوع الأول بعد الولادة	التسجيل للحصول على **إجازة الأمومة** **تنويه** من خلال التسجيل للحصول على إجازة الأمومة، يجب عليكِ تحديد الفترات الزمنية التي تريدين الحصول خلالها على إجازة الأمومة حتى عيد الميلاد الثاني للطفل. يمكنك معرفة مَنْ يحق له الحصول على إجازة الأمومة عبر الموقع الإلكتروني familienportal.de	جهة عمل المرأة الحامل	إعلان كتابي؛ يمكنك الحصول على نموذج من هنا. • إرسال عن طريق البريد المسجل • إذا كنت ترغبين في العمل بدوام جزئي أثناء إجازة الأمومة، فمن الأفضل التقدم بطلب للحصول على ذلك مباشرة • تتوفر المزيد من المعلومات حول "إجازة الأمومة" على familienportal.de
◯ **الحامل** في حال الضرورة، إذا كان لديكِ أعراض أو أمراض بسبب الحمل	تقديم طلب للحصول على **المساعدة المنزلية**	شركة التأمين الصحي	تتقدمين بطلب إلى شركة التأمين الصحي الخاصة بك قبل أن تبدأ المساعدة المنزلية في العمل. ستحصلين من طبيبتك/ طبيبك الخاص على شهادة تفيد بضرورة ومدى المساعدة المنزلية.
◯ **الوالدان**، اللذان يرغبان في الحصول على مكان لرعاية طفلهم بعد الولادة على أقصى تقدير، والأفضل قبل ذلك	تقديم طلب الحصول على **مكان لرعاية الطفل** **ملاحظة:** توجد في بعض الولايات / الأقاليم الاتحادية قوائم انتظار، لذا فمن المفيد التقديم مبكرًا	• مكتب رعاية الشباب (Jugendamt) • الجهات المانحة المستقلة (مثل جمعيات الرعاية والجهات المانحة الكنسية)	يمكن طلب الاستشارة لدى Jugendamt رابط الوثيقة: "كيف أجد مكانًا في الرعاية النهارية للأطفال؟" familienportal.de