

:: deutsch الماني ::

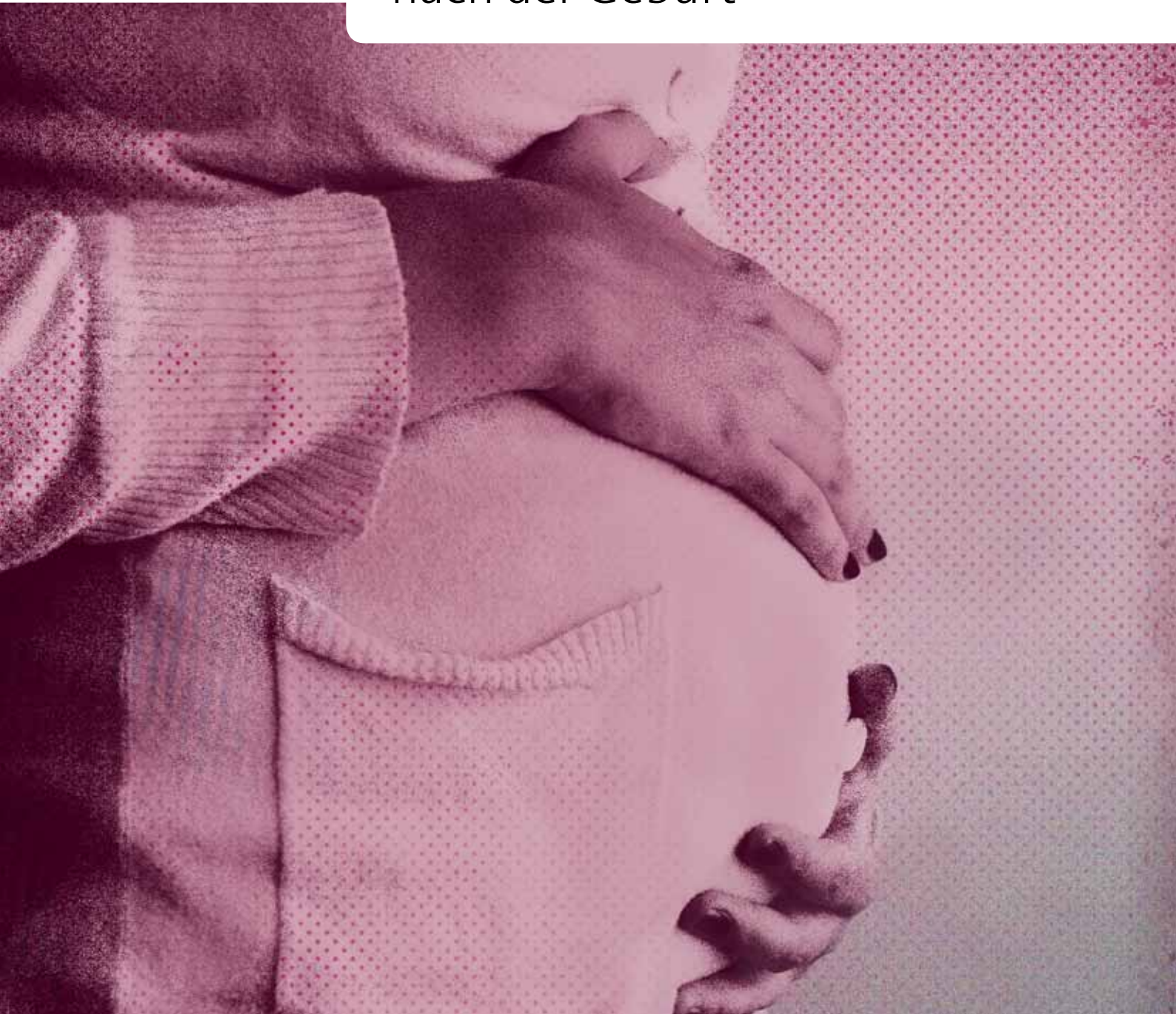
## Checkliste für schwängere Migrantinnen

für die Zeit vor,  
während und  
nach der Geburt

:: arabisch العربية ::

## قائمة فحص للمهاجرات الحوامل

لفترة ما قبل الولادة  
وأثناءها وبعدها



# Checkliste für schwangere Migrantinnen

für die Zeit vor, während und nach der Geburt

Wir möchten, dass Sie und Ihr Baby einen guten Start haben. Das Gesundheitssystem in Deutschland funktioniert vermutlich nicht genau so, wie Sie es aus Ihrem Herkunftsland kennen. Die Checkliste soll Ihnen helfen, wichtige Fragen zur Schwangerschaftsvorsorge, zur Geburt und für die erste Zeit danach rechtzeitig zu klären. So können Sie sich in aller Ruhe vorbereiten und das Wichtigste für die Geburt Ihres Babys organisieren. Wenn Sie Hilfe benötigen, zögern Sie nicht, Ihre Ansprechpersonen in Ihrer Unterkunft oder bei Beratungsstellen zu fragen.

## قائمة فحص للمهاجرات الحوامل لفترة ما قبل الولادة وأثناءها وبعدها

نود أن تحظي أنتِ وطفلك ببداية موفقة. وعلى الأرجح فإن النظام الصحي المتبع في ألمانيا لا يسري على النحو الذي اعتدت عليه في بلدك الأم. من المفترض أن تساعدك قائمة الفحص في توضيح الأسئلة المهمة بشأن رعاية ما قبل الولادة وعند الوضع وفي الفترة الأولى بعد الوضع. بحيث يمكنك التحضير بكل هدوء وتنظيم الأغراض الهامة لولادة طفلك. وإذا احتجت إلى مساعدة، فلا تتردي في طلبها من مسؤولي الاتصال في مكان إقامتك أو لدى مكاتب المشورة.



## Wie bekommen Sie medizinische Versorgung auch ohne Krankenversicherung?

Kosten für Arztbesuche und medizinische Versorgung übernimmt normalerweise Ihre Krankenversicherung.

### Sie haben keine Krankenversicherung?

Wenn Sie keine Krankenversicherung haben, helfen Ihnen Organisationen wie MediNetz, ein Anonymer Krankenschein und andere. Fragen Sie Ihre Ansprechpersonen, welche Organisation Sie bei Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett begleiten kann.

### Sie sind bereits krankenversichert?

Wenn Sie bereits krankenversichert sind, tragen Sie bitte hier den Namen Ihrer Krankenkasse ein.

Name der Krankenkasse

---



---

## كيف تحصلين على الرعاية الطبية حتى بدون تأمين صحي؟

غالبًا ما يغطي تأمينك الصحي تكاليف زيارات الطبيب والرعاية الطبية.

### ليس لديك تأمين صحي؟

إن لم يكن لديك تأمين صحي، فيمكن لمؤسسات، مثل MediNetz أو Anonymer Krankenschein، أو غيرها، أن تقدم لك المساعدة. توجهي بالسؤال إلى مسؤولي التواصل في منطقتك، لمعرفة المؤسسات التي بمقدورها تقديم الدعم لك في أثناء الحمل وعند الوضع وفي فترة النفاس.

### هل لديك تأمين صحي بالفعل؟

إذا كان لديك تأمين صحي بالفعل، فيرجي ذكر اسم صندوق التأمين الصحي هنا.

اسم صندوق التأمين الصحي

---



---



## Warum sollten Sie sich medizinisch von einer Frauenärzt\*in oder einer Hebamme untersuchen lassen?

Sie vermuten, dass Sie schwanger sind? Oder Sie wissen bereits, dass Sie schwanger sind? Dann sollten Sie eine Frauenärzt\*in oder eine Hebamme aufsuchen. Diese können feststellen, wie lange Sie schon schwanger sind. Das ist wichtig für die Vorsorgeuntersuchungen. Die Vorsorgeuntersuchungen erhalten Sie ebenfalls von einer Frauenärzt\*in oder einer Hebamme.

Zu Beginn der Schwangerschaft bekommen Sie von der Frauenärzt\*in oder der Hebamme einen Mutterpass. Diese tragen alle wichtigen Informationen aus den Untersuchungen und den errechneten Entbindungstermin in den Mutterpass ein. **Darum sollten Sie den Mutterpass immer bei sich haben.**

- Ich habe einen Termin für die Vorsorgeuntersuchung bei einer Frauenärzt\*in oder einer Hebamme am:

.....

Name / Adresse / Telefonnummer  
der Frauenärzt\*in / der Hebamme

.....

.....

.....

.....

- Ich habe den Mutterpass bekommen.

## لماذا يتعين عليك الخضوع للفحص الطبي بواسطة طبيب (طبيبة) نساء أو قابلة؟

هل تظنين أنك حامل؟ أم أنت متأكدة أنك حامل؟ إذن يتعين عليك استشارة طبيب (طبيبة) نساء أو قابلة. وهؤلاء بإمكانهم أن يحددوا لك منذ متى وأنت حامل. وهذه نقطة مهمة للفحوصات الطبية. كذلك ستحصلين على الفحوصات الوقائية من طبيب (طبيبة) النساء أو القابلة.

في بداية الحمل سوف تحصلين من طبيب (طبيبة) النساء أو القابلة على دفتر الأمومة. وسوف يدونون في دفتر الأمومة جميع المعلومات المهمة المُستخدمة من الفحوصات وكذلك تاريخ الوضع المحسوب. **لذا يجب أن يتواجد دفتر الأمومة دائماً معك.**

- لدي موعد لإجراء الفحوصات الوقائية لدى طبيب (طبيبة) النساء أو القابلة بتاريخ:

.....

الاسم / العنوان / رقم الهاتف  
طبيب (طبيبة) النساء/القابلة

.....

.....

.....

- حصلت على دفتر الأمومة.

## Welche weiteren Unterstützungsmöglichkeiten bietet Ihre Hebamme?

Jede Frau kann die Hilfe einer Hebamme in Anspruch nehmen.

Die Hebamme ist eine Fachfrau für alle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Kinderpflege. Sie begleitet, berät und unterstützt Sie – vor, während und nach der Geburt.

### Vor der Geburt:

Eine Hebamme können Sie ansprechen, wenn Sie Fragen zu Ihrer Schwangerschaft haben. Die Hebamme führt Vorsorgeuntersuchungen durch, bereitet Sie im Geburtsvorbereitungskurs auf die Geburt nach deutschen Gebräuchen vor und hilft Ihnen dabei, den richtigen Ort für die Geburt zu wählen.

### Während der Geburt:

Hebammen sind während der Geburt bei Ihnen. Nach der Geburt können Sie einige Zeit im Krankenhaus bleiben. Hier helfen Ihnen Hebammen beim Stillen, bei der Säuglingspflege und weiteren Fragen.

### Nach der Geburt:

Hebammen kommen nach der Geburt zu Ihnen nach Hause und beantworten Fragen zur Säuglingspflege, zum Stillen und zur Ernährung des Kindes. Einige Hebammen bieten Rückbildungskurse für Mütter an.



## ما خيارات الدعم الأخرى التي تقدمها القابلة؟

يمكن لأي امرأة أن تستعين بالقابلة.

القابلة متخصصة في الإجابة عن جميع الأسئلة المتعلقة بالحمل والولادة ورعاية الأطفال. وسترافقك وتنصحك وتدعمك – في فترة ما قبل الولادة وأثناءها وبعدها.

### قبل الولادة:

يمكنك التواصل مع إحدى القابلات، إذا كانت عندك أي استفسارات بشأن حملك. تُجري القابلة فحوصات وقائية، ومن خلال دورة تحضير للولادة تتولى تهيئتك للولادة وفقًا للممارسات الألمانية، كما تساعدك في اختيار المكان المناسب للولادة.

### أثناء الولادة:

سنتكون القابلة بجوارك أثناء الولادة. إذ بعد الولادة بإمكانك البقاء في المستشفى بعض الوقت. وهنا تساعدك القابلة في أمور الرضاعة ورعاية المولود وغيرها من الأمور.

### بعد الولادة:

بعد الولادة تحضر إليك القابلة في المنزل لتجيب عن الأسئلة المتعلقة برعاية المولود، والرضاعة، وتغذية الطفل. وبعض القابلات تقدم للأمهات دورات لاستعادة قوام البدن.





**Die meisten Leistungen von Hebammen werden durch die Krankenkassen bezahlt. Ihre Krankenkasse kann Ihnen sagen, welche Kosten sie bezahlt und welche nicht.**

Die Schwangerschaftsberatungsstellen unterstützen Sie dabei, eine Hebamme zu finden.  
Oder Sie informieren sich selbst im Internet unter:  
→ [www.hebammenverband.de](http://www.hebammenverband.de)

Ich habe einen Termin mit einer Hebamme am

.....

Name / Telefonnummer meiner Hebamme

.....

.....

.....

.....

.....



تتحمل صناديق التأمين الصحي معظم الخدمات التي تقدمها القابلة. وبمقدور صندوق التأمين الصحي أن يخبرك بالتكاليف التي يتحملها والتكاليف التي لا يتحملها.

سوف تساعدك مكاتب مشورة الحمل في العثور على قابلة. كما يمكنك أن تستعلمي بنفسك في الإنترنت تحت هذا الرابط:  
[www.hebammenverband.de](http://www.hebammenverband.de) →

لدي موعد مع القابلة بتاريخ

.....

الاسم / رقم هاتف القابلة

.....

.....

.....

.....

.....

## Was erfahren Sie bei einer Schwangerschaftsberatung?

Eine Schwangerschaftsberater\*in gibt Ihnen Informationen zur Schwangerschaft, zu finanziellen Unterstützungen und zu medizinischen Dingen, zum Beispiel:

- :: Informationen über Gelder, die Sie aufgrund der Schwangerschaft beantragen können (z. B. Sozialamt, Jobcenter, Bundesstiftung Mutter und Kind)
- :: Hebammensuche
- :: Suche nach einer Frauenärzt\*in
- :: Klärung von Fragen zu Ihrer Schwangerschaft

**Vereinbaren Sie möglichst frühzeitig einen Termin für die Beratung. Bitte sagen Sie bei der Terminvergabe Bescheid, wenn Sie eine Dolmetscher\*in benötigen.**

Schwangerschaftsberatungsstellen in Ihrer Nähe finden Sie unter:

→ [www.familienplanung.de/beratung/](http://www.familienplanung.de/beratung/)

Ich habe einen Termin bei der Schwangerschaftsberatung am

Name / Adresse / Telefonnummer der Schwangerschaftsberatung

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## ما هي المعلومات التي يقدمها مكتب مشورة الحمل؟

يقدم لك استشاري/استشارية الحمل معلومات بشأن الحمل، والدعم المالي، والأمور الطبية، على سبيل المثال:

- :: معلومات عن الأموال التي يمكنك تقديم طلب للحصول عليها بمقتضى الحمل (مثل مكتب الخدمة الاجتماعية، أو مركز التوظيف، أو المؤسسة الاتحادية للأم والطفل)
- :: البحث عن قابلة
- :: البحث عن طبيب (طبيبة) نساء
- :: توضيح الأمور المتعلقة بالحمل

**حاولي ترتيب موعد في أقرب وقت ممكن للمشورة. ويُرجى عند تحديد**

**الموعد إبلاغنا إذا كنت بحاجة إلى مترجم (مترجم).**

يمكنك العثور على مكاتب مشورة الحمل القريبة منك تحت هذا الرابط:

[www.familienplanung.de/beratung/](http://www.familienplanung.de/beratung/) →

لدي موعد لدى مكتب مشورة الحمل بتاريخ

الاسم / العنوان / رقم هاتف مكتب مشورة الحمل

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Wer kann Ihre älteren Kinder betreuen?

Im Laufe Ihrer Schwangerschaft kann es vorkommen, dass Sie aus gesundheitlichen Gründen kurzfristig und ungeplant auch für längere Zeit ins Krankenhaus müssen. Darum ist es wichtig, dass Sie die Betreuung Ihrer älteren Kinder absichern. Dafür gibt es verschiedene Möglichkeiten: Andere Personen (z. B. Familienmitglieder oder Bekannte) passen an Ihrem Wohnort auf Ihre Kinder auf. Oder Ihre Kinder wohnen für die Zeit Ihres Krankenhausaufenthaltes in Einrichtungen der Jugendhilfe und ziehen wieder zu Ihnen, wenn Sie aus dem Krankenhaus zurückkommen.

- Ich habe eine Person, die auf meine älteren Kinder aufpasst, wenn ich im Krankenhaus bin.

Name / Telefonnummer

.....

.....

- Mein/e Kind/er gehen für eine kurze Zeit in eine Einrichtung der Jugendhilfe. Das Jugendamt informiert Sie, welche Möglichkeiten es in Ihrer Stadt dafür gibt.

Name / Adresse / Telefonnummer der Einrichtung

.....

.....

.....

.....

.....

## مَن يستطيع أن يعتني بأطفالك الأكبر سنًا؟

في فترة الحمل قد تضطرين لدواعي صحية للذهاب إلى المستشفى والبقاء لفترة طويلة دون سابق إنذار القصير وبدون حساب. من المهم في تلك الحالة أن تضمني توافر رعاية لأطفالك الأكبر سنًا. في هذا الصدد تتوافر إمكانيات متنوعة: أن يشرف آخرون على أطفالك في المنزل (كأفراد الأسرة أو المعارف). أو أن يملك أطفالك طوال إقامتك في المستشفى في مرافق مساعدة الشباب، ثم يعودون إليك عندما ترجعين من المستشفى.

- لدي شخص سيعتني بأطفالي الأكبر سنًا حين أكون في المستشفى.

الاسم / رقم الهاتف

.....

.....

- سيذهب طفلي (أطفالي) إلى أحد مرافق مساعدة الشباب لفترة قصيرة. سوف يخبرك مكتب رعاية الشباب بالإمكانيات المتوفرة في مدينتك لهذا الغرض.

الاسم / العنوان / رقم هاتف المكتب

.....

.....

.....

.....

.....



## Wo werden Sie Ihr Kind bekommen?

Es ist wichtig, dass Sie sich rechtzeitig in einem Krankenhaus für die Geburt anmelden. Dort können Sie Ihr Kind bekommen. Hebammen sowie die zuständigen Ärzt\*innen stehen Ihnen bei und können Sie und Ihr Baby bei Schwierigkeiten während der Geburt medizinisch unterstützen.

- Ich habe mich bei einem Krankenhaus für die Geburt angemeldet.

Name / Adresse / Telefonnummer des Krankenhauses

.....

.....

.....

.....

.....

## أين ستضعين مولودك؟

من الأهمية بمكان أن تسجلي في الوقت المناسب في إحدى مستشفيات الولادة. حيث يمكنك أن تنجبي مولودك. وفيها يتوافر قابلات وأطباء مختصين من أجلك ويمكنهم تقديم المساعدة الطبية لك ولمولودك في حالة وجود صعوبات أثناء الولادة.

- لقد سجلتُ في إحدى مستشفيات الولادة.

الاسم / العنوان / رقم هاتف المستشفى

.....

.....

.....

.....

.....



## Was brauchen Sie im Krankenhaus?

### Kleidung

- bequeme, längere T-Shirts  
(zum Wechseln während der Wehen)
- Bademantel bzw. Strick- oder Sweatshirtjacke
- warme Socken
- Hausschuhe

### Hygieneartikel

- Stilleinlagen
- Unterwäsche aus Baumwolle
- besonders saugfähige Binden (keine Tampons!)
- Handtücher, Waschlappen
- Haargummis oder Haarband
- Körperpflege / Kosmetik  
(z.B. Zahnbürste, Shampoo etc.)

### Sonstiges

- .....
- .....
- .....



## ماذا تحتاجين في المستشفى؟

### الملابس

- قمصان مريحة وطويلة  
(للتغيير أثناء المخاض)
- رداء الحمام أو سترة
- جوارب تدفئة
- حذاء منزلي

### مستلزمات النظافة الشخصية

- بطانة الثدي
- ملابس داخلية قطنية
- فوط صحية ماصة جيدًا (وليس سدادات قطنية)
- فوط، مناشف تجفيف
- رابطات شعر أو شرائط شعر
- وسائل النظافة الشخصية/مستحضرات التجميل  
(مثل: فرشاة أسنان، شامبو، إلخ)

### مستلزمات أخرى

- .....
- .....
- .....





### Für das Baby

In den meisten Krankenhäusern sind Kleidung und Windeln für das Baby vorhanden. Neue Babykleidung sollten Sie am besten vorher waschen.

Für Ihr Baby brauchen Sie Folgendes:

- Bodys (Gr. 56 bis 62)
- Windeln
- Strampler
- Jacke, Mütze
- Babydecke
- für den Weg mit dem Auto: Autobabyschale mit Ausstattung für Neugeborene
- für den Weg zu Fuß: Kinderwagen oder Tragetuch

### Sonstiges

- .....
- .....

### Wichtige Dokumente

- Ihren Ausweis / Pass / Ausweisersatzpapiere
- Ihren Mutterpass
- Ihre Heiratsurkunde oder Geburtsurkunde, wenn Sie ledig sind
- wenn vorhanden: Ihre Krankenkassenkarte
- wenn vorhanden: Vaterschaftsanerkennungsurkunde
- wenn vorhanden: Sorgerechtsklärung

### Sonstiges

- .....
- .....



### مستلزمات للمولود

معظم المستشفيات لديها ملابس وحفاضات للأطفال. يجب غسل ملابس الأطفال الجديدة أولاً.

ستحتاجين هذه المستلزمات لطفلك:

- سترة للرضيع (مقاس 56 حتى 62)
- حفاضات
- سلوبيت
- جاكيت، قبعة
- بطانية طفل
- مستلزمات أثناء التنقل بالسيارة: مقعد سيارة للأطفال مع تجهيزة لحديثي الولادة
- مستلزمات عند التنقل سيرًا على الأقدام: عربة أطفال أو وشاح حمل أطفال

### مستلزمات أخرى

- .....
- .....

### المستندات المهمة

- بطاقة هويتك / جواز السفر / أوراق هوية بديلة
- دفتر الأمومة الخاص بك
- وثيقة زواجك أو شهادة ميلادك، إذا كنت عزباء
- إن وجد: بطاقة صندوق تأمين صحي باسمك
- إن وجد: وثيقة الاعتراف بالأبوة
- إن وجد: بيان حق حضانة الطفل

### مستلزمات أخرى

- .....
- .....

08

## Was brauchen Sie zu Hause / in der Gemeinschaftsunterkunft?

- Babybett
- Wickelauflage
- Babybadewanne
- Kinderwagen
- Fläschchen, wenn Stillen nicht möglich ist
- Wasserkocher

### Sonstiges

- .....
- .....
- .....



08

## ماذا تحتاجين في البيت أو في السكن المشترك؟

- سرير للطفل
- فرشاة لتغيير حفاضة الطفل
- بانينو للطفل
- عربة أطفال
- قنينات رضاعة، إذا كانت الرضاعة الطبيعية غير ممكنة
- غلاية ماء

### مستلزمات أخرى

- .....
- .....
- .....

## Wen informieren Sie, wenn die Geburt beginnt?

Wenn die Geburt beginnt (z.B. wenn Ihre Wehen einsetzen oder Ihre Fruchtblase springt), ist es zu empfehlen, dass Sie mit jemandem darüber sprechen. Diese Person kann Ihnen dann helfen, zum Beispiel die Fahrt ins Krankenhaus zu organisieren oder die Betreuung Ihrer älteren Kinder in die Wege zu leiten.

Ich habe eine Ansprechperson.

Name / Telefonnummer

.....

.....

**Im Notfall wählen Sie die Notrufnummer für einen Krankenwagen**

### Notruf: 112

**Was sollten Sie bei einem Notruf mitteilen?**

Damit Sie bei einem Notruf gut versorgt werden können, benötigen die Mitarbeitenden der Notrufzentrale einige Informationen von Ihnen.

:: Mein Name ist

.....

:: Ich befinde mich gerade in

(Ort eintragen)

:: Ich bin schwanger. Ich habe Wehen.  
Ich muss zur Geburt ins Krankenhaus.

:: Ich brauche einen Krankenwagen.

:: Ich bin angemeldet in

(Name des Krankenhauses eintragen)

## بمن ستتصلين عندما تراودك آلام المخاض؟

عندما يبدأ مخاض الولادة (مثل ظهور التقلصات أو انفجار الكيس السلوي)، فمن المستحسن بأن تبليغي شخصاً ما بهذا الأمر. على أن يكون بمقدوره مساعدتك مثلاً في تدبير أمر انتقالك إلى المستشفى، أو الترتيب لرعاية أطفالك الأكبر سناً.

لدي شخص سأتصل به.

الاسم / رقم الهاتف

.....

.....

**في حالة الطوارئ اتصلي برقم الطوارئ المخصص لسيارة الإسعاف**

### رقم الطوارئ: 112

**ما المعلومات التي ستدلين بها في حالة إجراء اتصال بخدمة الطوارئ؟**

لكي يتسنى لموظفي مركز الطوارئ أن يعتنوا بك جيداً، فإنهم بحاجة إلى بعض المعلومات منك.

:: اسمي

.....

أنا موجودة الآن في

.....

(اذكري المكان)

:: أنا حامل. وتراودني آلام المخاض.  
يجب نقلي إلى المستشفى للولادة.

:: أحتاج إلى سيارة إسعاف.

:: أنا مسجلة في

.....

(اذكري اسم المستشفى)

## Welche Informationen brauchen die Mitarbeitenden im Entbindungs-Krankenhaus?

Damit Sie im Krankenhaus gut versorgt werden können, brauchen die Mitarbeiter\*innen im Krankenhaus einige Informationen von Ihnen. So wissen dann auch die Ärzt\*innen und Hebammen dort, worauf sie bei der Begleitung der Geburt Ihres Babys achten müssen.

Ich spreche folgende Sprachen:

.....

.....

Dolmetscher\*in für Aufnahme, Aufenthalt und Entlassungsgespräch

Name/Telefonnummer

.....

.....



## ما المعلومات التي سيحتاجها العاملون في مستشفى الولادة؟

لكي يتسنى للعاملين في المستشفى أن يعتنوا بك جيداً، فإنهم بحاجة إلى بعض المعلومات منك. وبهذه الطريقة سيعرف الأطباء والقابلات الأمور التي يجب مراعاتها عند مصاحبتك في ولادة طفلك.

أتحدث اللغات التالية:

.....

.....

مترجم (مترجمة) للاستقبال، والإقامة وإجراءات الخروج من المستشفى

الاسم / رقم الهاتف

.....

.....





Ich nehme folgende Medikamente:

.....  
.....

Ich habe folgende Vorerkrankungen / Allergien:

.....  
.....

**Meine Adresse**

Name/Adresse/Telefonnummer (Ansprechperson)

.....  
.....  
.....  
.....

**Wie komme ich nach der Entlassung wieder zurück in die Gemeinschaftsunterkunft?**

- Ich werde abgeholt
- Ich gehe allein
- mit dem Auto
- mit einem Krankentransport

**Sonstiges**

.....



أتعاطى الأدوية التالية:

.....  
.....

أعاني مما يلي من الأمراض السابقة / الحساسيات:

.....  
.....

**عنواني**

الاسم/العنوان/رقم الهاتف (جهة الاتصال)

.....  
.....  
.....  
.....

**كيف يتسنى لي العودة إلى السكن المشترك بعد الخروج من المستشفى؟**

- أحدهم سوف يأتي لإحضاري
- سأذهب بمفردي
- سأستقل السيارة
- بواسطة سيارة نقل المرضى

**مستلزمات أخرى**

.....

## Was müssen Sie nach der Geburt erledigen?

Nach der Geburt gibt es einiges mit deutschen Behörden zu klären, damit Sie und Ihr Kind gut in das gemeinsame Leben in Deutschland starten können. Die Schwangerschaftsberatung berät Sie dazu, was Sie erledigen müssen, und hilft Ihnen dabei.

- :: Standesamt  
(z.B. Beantragung Geburtsurkunde)
- :: Ausländerbehörde, Migrationsamt  
(z.B. Klärung des Aufenthalts des Babys)
- :: Sozialamt, Jobcenter  
(z.B. Beantragung Gelder für das Baby)
- :: Jugendamt  
(z.B. Beantragung Vaterschaftsanerkennung)
- :: Familienkasse  
(z.B. Beantragung Kindergeld)
- :: Elterngeldstelle  
(z.B. Beantragung Elterngeld)
- :: Krankenkasse  
(z.B. Beantragung Versicherung des Babys)
- :: Gesundheitsamt, Kinderarzt  
(z.B. Gesundheitsuntersuchung des Babys)

### Sonstiges

.....

## ما الواجب فعله بعد الولادة؟

بعد الولادة، هناك بعض الأمور التي يجب توضيحها مع السلطات الألمانية، حتى تتمكني أنت وطفلك من أن تبدأ بداية موفقة معاً في ألمانيا. سوف يُسدي مكتب مشورة الحمل نصائحه إليك بما يجب عليك فعله، وسوف يساعدك في ذلك.

- :: مكتب الأحوال الشخصية  
(طلب الحصول على شهادة الميلاد مثلاً)
- :: هيئة شؤون الأجانب، مكتب الهجرة  
(توضيح إقامة الطفل مثلاً)
- :: مكتب الخدمة الاجتماعية، مركز التوظيف  
(المطالبة بإعانات الطفل مثلاً)
- :: مكتب رعاية الشباب  
(طلب الحصول على وثيقة الاعتراف بالأبوة مثلاً)
- :: صندوق رعاية الأسرة  
(طلب الحصول على إعانة الطفل مثلاً)
- :: مصلحة إعانة الوالدين  
(طلب الحصول على إعانة الوالدين مثلاً)
- :: صندوق التأمين الصحي  
(طلب الحصول على تأمين للطفل مثلاً)
- :: مكتب الصحة، طبيب الأطفال  
(فحص طبي للطفل مثلاً)

### مستلزمات أخرى

.....



Eigene Notizen

ملاحظات خاصة

Area with horizontal dotted lines for taking notes in German.

Area with horizontal dotted lines for taking notes in Arabic.





Fachdialognetz  
für schwangere, geflüchtete Frauen

---

Die Checkliste ist im Rahmen der Arbeit des Modellprojekts „Fachdialognetz für schwangere, geflüchtete Frauen“ entwickelt worden. Sie dient schwangeren Frauen zur Orientierung für die Zeit vor, während und nach der Geburt. Sie dient auch Fachkräften und Ehrenamtlichen, die schwangere Migrantinnen und ihre Familien betreuen, indem die Kommunikation erleichtert wird.

Das Fachdialognetz für schwangere, geflüchtete Frauen ist ein Modellprojekt des pro familia Bundesverbandes. Es dient der professionellen Vernetzung, dem Austausch und der gegenseitigen Unterstützung von multidisziplinären Fachkräften, ehrenamtlichen Initiativen und Migrantenorganisationen – zum Beispiel aus dem Gesundheitswesen, der Geburtshilfe, der psychosozialen Beratung sowie aus Migrationsdiensten oder der Jugendhilfe. Ziel ist es, Fachkompetenz zur Wahrung und Wahrnehmung der sexuellen und reproduktiven Gesundheit und Rechte im Dialog weiterzuentwickeln.

[www.fachdialognetz.de](http://www.fachdialognetz.de)

#### Impressum

Herausgeber:  
pro familia Bundesverband  
Mainzer Landstraße 250–254  
60326 Frankfurt am Main

[fachdialognetz@profamilia.de](mailto:fachdialognetz@profamilia.de)  
[www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

Kommunikation und Gestaltung:  
MedienMélange: Kommunikation!

Stand: Feb. 2019

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

