



WEGWEISER

FÜR SCHWANGERE, WERDENDE VÄTER UND
ELTERN MIT SÄUGLINGEN

Diese Broschüre ist als Informations- und Orientierungshilfe für Schwangere, Eltern mit Säuglingen und alle, die sich für diese Thematik interessieren, gedacht.

Wir wollen einen Überblick über vorhandene Angebote vor und nach der Geburt vermitteln.

Das Verzeichnis erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit – wir sind dankbar für Hinweise und Anregungen.

Für Auskünfte steht Ihnen zur Verfügung:

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen
Landratsamt Erlangen-Höchstadt
Staatliches Gesundheitsamt
Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 803-2200
E-Mail: schwangerschaftsberatung@erlangen-hoechstadt.de

Sie können sich auch direkt an die zuständigen Beraterinnen wenden:

Hahm Gertrud, Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Telefon: 09131 803-2323
E-Mail: gertrud.hahm@erlangen-hoechstadt.de

Schiller Katja, BA Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Telefon: 09131 803-2324
E-Mail: katja.schiller@erlangen-hoechstadt.de

Hanke Simone, Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Telefon: 09131 803-2321
E-Mail: simone.hanke@erlangen-hoechstadt.de

Kröner Gabriele, Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Telefon: 09131 803-2322 und
Telefon: 09193 20-220 (Außenstelle Höchstadt)
E-Mail: gabriele.kroener@erlangen-hoechstadt.de

Inhaltsverzeichnis

Angebote vor der Geburt

Schwangerenberatung

Schwangerenberatung für den Landkreis Erlangen-Höchstadt und die Stadt Erlangen.....	6
Wichtige Telefonnummern und Adressen.....	7
Angebote von Hebammen in der Stadt.....	8
Angebote von Hebammen im Landkreis.....	11
Angebote von Hebammen außerhalb des Landkreises.....	13
Stillberatung in der Schwangerschaft.....	14

Zusätzliche Angebote

Pränatale Diagnostik.....	15
Säuglingspflegekurse in der Stadt und im Landkreis.....	16
Informationen zu Stoffwindeln.....	16
Geburt in der Klinik.....	17
Geburt in Geburtshäusern.....	17

Angebote nach der Geburt

Telefonische Information und Beratung für Mütter mit Säuglingen – Stillberatung.....	18
Säuglings- und Stillgruppen direkt nach der Geburt.....	18
Babymassage in der Stadt und im Landkreis.....	19
Babymassage außerhalb des Landkreises.....	22
Rückbildungskurse von Hebammen in der Stadt und im Landkreis.....	22
Selbsthilfeangebote.....	22
Angebote für alleinerziehende Mütter und Väter.....	22
Angebote für Familien.....	22
Treffpunkte Selbsthilfegruppen für alleinerziehende Mütter und Väter.....	23
Ernährungsberatung.....	23
Familienpflege Haushaltshilfe.....	24
PEKiP-Kurse (Prager Eltern-Kind-Programm).....	25
Wasserspaß Wassergewöhnung für Säuglinge Mutter-Babyschwimmen.....	26
Tragehilfen.....	26
Entwicklungsdiagnostik Frühförderung.....	27
Eltern-Kind-Gruppen.....	28
Mehrsprachige Spielgruppen für Eltern und Kinder.....	30
Bewegungsförderung Kinderturnen.....	30
Erziehungsberatung (Ehe- und Familienberatung).....	31
Familienpatenschaften.....	31
KoKi – Netzwerk Frühe Kindheit.....	32
Vaterschaftsanerkennung und Sorgerechtsregelung.....	32

Mütterkuren Mutter-Kind-Kuren Vater-Kind-Kuren Kuren für pflegende Angehörige	32
Kinderkrippen und Kindertagespflege Tagesmütter	33
Babysitterdienste	34

Finanzielle Hilfen | Rechtliche Informationen

Leistungen Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“	35
Elterngeld Landeserziehungsgeld Betreuungsgeld.....	35
Kindergeld	35
Schuldnerberatung.....	35
Chancengleichheit und Vielfalt, Gleichstellungsstelle, Frauenbeauftragte	35
Mutter- und Kündigungsschutz während der Schwangerschaft und nach der Geburt.....	36
Jobcenter Stadt Erlangen.....	36
Jobcenter Landkreis Erlangen-Höchstadt	36
Kostenlose Broschüren	36
Broschüren der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).....	37
Weitere Broschüren.....	37

Impressum.....	39
-----------------------	-----------

Angebote vor der Geburt

Jede Frau und jeder Mann hat einen Rechtsanspruch auf Beratung in Fragen der Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung sowie in allen, die Schwangerschaft betreffenden, sozialen medizinischen und psychologischen Fragen. In der Beratung können zum Beispiel folgende Bereiche besprochen werden:

- Fragen zur Vorsorge während der Schwangerschaft und zur Entbindung
- Fragen zum Kindschaftsrecht
- Fragen aus dem arbeitsrechtlichen Bereich (Schutzfristen etc.)
- Fragen zu möglichen familienentlastenden Hilfen (Kinderbetreuung)
- Fragen zu Einrichtungen für Mutter und Kind
- Fragen zu Ehe, Familie, und Partnerschaft, einschließlich Sexualberatung
- Fragen zur Pränatalen Diagnostik
- Vermittlung von finanziellen Hilfen (Stiftungsleistungen, Elterngeld etc.)
- Information und Begleitung bei vertraulicher Geburt

Das Beratungsangebot beinhaltet auch die Schwangerschaftskonfliktberatung, mit der Klärung von Fragen zum Schwangerschaftsabbruch und Ausstellung eines entsprechenden Beratungsnachweises sowie die Nachsorge nach einem Schwangerschaftsabbruch oder nach einer Schwangerschaft.

Schwangerenberatung für den Landkreis Erlangen-Höchstadt und die Stadt Erlangen

Landratsamt Erlangen-Höchstadt Staatliches Gesundheitsamt Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 803-2200
Telefon: 09131 803-2323 (Frau Hahm)
Telefon: 09131 803-2324 (Frau Schiller)
Telefon: 09131 803-2321 (Frau Hanke)

Außenstelle:
Schloßberg 10, 91315 Höchstadt a. d. Aisch
Telefon: 09193 20-2205 (Frau Kröner)
sozialer.beratungsdienst@erlangen-hoechstadt.de
schwangerschaftsberatung@erlangen-hoechstadt.de
www.erlangen-hoechstadt.de

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen der Stadt Erlangen

Karl-Zucker-Straße 10, 91052 Erlangen, 3. Stock
Telefon: 09131 86-2295
schwangerenberatung@stadt.erlangen.de
www.integrierte-beratungsstelle.de/
[schwangerschaftsberatung](http://www.erlangen.de)
www.erlangen.de

Wichtige Telefonnummern und Adressen

Anonyme Beratung, anonyme Hilfe, anonyme Geburt (kostenlos).....	0800 0066737
Schwanger? Und keiner darf es erfahren?	0800 4040020
Wir helfen anonym und sicher www.geburt-vertraulich.de	
Feuerwehr	112
Frauenhaus Erlangen	09131 25872
Giftnotruf Nürnberg	0911 3982451
Giftnotruf München.....	089 19240
Universitätskinderklinikum Erlangen	09131 85-33118
Loschgstraße 15, 91054 Erlangen	09131 85-33119
Klinikum Fürth	0911 75800
Jakob-Henle-Straße 1, 90766 Fürth	
Cnopf'sche Kinderklinik.....	0911 334001
St. Johannis-Mühlgasse 19, 90419 Nürnberg	0911 334002
Krankentransport und Rettungsleitstelle	112
Krisendienst (Zentrale Rufnummer für Mittelfranken)	0911 424855-0
Hilfe für Menschen in seelischen Notlagen	
Mo. bis Do.	18:00 Uhr bis 24:00 Uhr
Fr.	16:00 Uhr bis 24:00 Uhr
Sa., So., feiertags	10:00 Uhr bis 24:00 Uhr
Notruf für vergewaltigte Mädchen und Frauen Erlangen.....	09131 209720
Telefonseelsorge	0800 1110111
	0800 1110222
Telefonseelsorge Erlangen.....	09131 979830
Katholischer Kirchplatz 2, 91054 Erlangen	

Angebote vor der Geburt

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, sich auf die Geburt eines Kindes vorzubereiten. Neben der persönlichen Beratung und Information durch Schwangerenberatungsstellen, können Kurse der Hebammen zur Geburtsvorbereitung besucht werden.

In einem Geburtsvorbereitungskurs erhalten Sie Informationen zu normalen und schwierigen Schwangerschaftsverläufen und erlernen Atem- und Entspannungstechniken. Weitere Schwerpunkte sind das Wochenbett, das Stillen und der Umgang mit dem Neugeborenen. In der Regel nimmt der Partner einige Male am Kursgeschehen mit teil, bei Bedarf werden aber auch Paarkurse angeboten.

Wer nicht an einem Kurs teilnehmen möchte oder zusätzliche Beratung wünscht, kann sich auch im Einzelgespräch an einen Frauenarzt, eine Frauenärztin oder an eine Hebamme wenden, die Beratung, Vorsorge und Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden (vorzeitige Wehen, Beckenendlage etc.) anbieten.

Angebote von Hebammen in der Stadt

Elke Altnöder
Lange Zeile 44a
90419 Nürnberg

Wochenbettbetreuung, Stillberatung (Erlangen-Zentrum bis Großgründlach, Tennenlohe, Eltersdorf)
Telefon: 0911 3008107

Andrea Amtmann
Im Heuschlag 21
91054 Erlangen

Wochenbettbetreuung
Telefon: 09131 59819

Hebammenpraxis „Unterm Storchennest“

Brauhofgasse 5
91056 Erlangen-Frauenaurach

Schwangerenvorsorge, Geburtsvorbereitung, Kurse für Frauen ab dem 2. Kind, Paarkurse, Crashkurse, Akupunktur, Wochenbettbetreuung, Babymassage, Rückbildung mit und ohne Kind
info@unterm-storchennest.de
www.unterm-storchennest.de

Michaela Abel
Anja Bergler
Verena Gröschell
Kerstin Höpfner

Telefon: 09131 990968
Telefon: 09131 992288
Mobil: 0151 67533452
Telefon: 09135 722393

Hebammenteam

Anja Grimm
Atzelsberger Steige 14
91054 Erlangen

Schwangerenvorsorge, Geburtsvorbereitung, Yoga für Schwangere und Yoga-Rückbildung, Wochenbettbetreuung, Beratung bei Schwangerschaftsbeschwerden, Risikobegleitung, Stillberatung
Telefon: 09131 9078532
hebi-anja-grimm@gmx.de
www.hebammeerlangen.de

Christine Koch
Rheinstraße 14
91052 Erlangen

Wochenendpaarkurse, Wochenbettbetreuung,
Rückbildung, Yoga vor und nach der Geburt,
Akupunktur, Babymassage
Telefon: 09131 16504
chrskch@ymail.com
www.chriskocherlangen.de

Eva Liszka-Peplinski
Joseph-Will-Straße 30
91056 Erlangen

Schwangerenvorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochenbett-
betreuung, Rückbildung, Beratung bei Schwangerschafts-
beschwerden, Fußreflexzonenmassage, Stillberatung
Telefon: 09131 65584
liszka-peplinski@web.de

Ricarda Luschtinetz
Westerwaldweg 43
91056 Erlangen

Familienhebamme

Schwangerenvorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochenbett-
betreuung, Rückbildungsgymnastik, Babymassage,
Homöopathie
Telefon: 09131 9079829
www.entbindungstermin.de

Carmen Merkel-Welsner
Österreicher Straße 55
91052 Erlangen

Familienhebamme

Beratung und Hilfe, Betreuung nach ambulanter Geburt,
Hausbesuche, Wochenbettbetreuung
Telefon: 09131 32842

Kathrin Nägel
Amselfeld 23
91056 Erlangen

Schwangerenvorsorge, Wochenbettbetreuung,
Babymassage
Mobil: 0170 2428690

Hebammenpraxis „Am Regnitzgrund“

Niniane Fischer
Pappelgasse 26
91056 Erlangen

Schwangerschaftsbetreuung, Geburtsvorbereitung für
Erstgebärende, Geburtsvorbereitung für Mehrgebärende,
Geburtsvorbereitung für Mehrlingsgebärende, Wochen-
bettbetreuung, Rückbildung, Babymassage,
Trageberatung, Kinesiotaping,
Beikosteneinführung
Telefon: 09131 9071131
kontakt@hebammenpraxis-a-regnitzgrund.de
www.hebammenpraxis-am-regnitzgrund.de

Elisabeth Örnek
Michael-Vogel-Straße 28
91052 Erlangen

Schwangerenvorsorge, Geburtsvorbereitung,
Geburten im Geburtshaus, Wochenbettbetreuung,
Rückbildung, Babymassage
Telefon: 09131 302242
www.myway.de/oernek

Angebote vor der Geburt

Maike Rieckmann-Meyn
Röthelheimpark
91052 Erlangen

Schwangerenvorsorge, Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden, Wochenbettbetreuung, Schwangerenyoga, Rückbildungskurse Midwife Care in Englisch
Telefon: 09131 9201714
hebamme.maike@franken-online.de

Karolin Rosman

Schwangerenvorsorge, Wochenbettbetreuung
Mobil: 0176 83228243
karolinrosman@gmx.de

Nadja Trummer-Potschadtke

Wochenbettbetreuung
Telefon: 09131 791519

Parisa Zarrinozv
Erlangen-Zentrum

Schwangerenberatung, Wochenbettbetreuung
Telefon: 09131 8142664
Mobil: 0176 70713252 (nur SMS)
hebamme.paris@gmail.com

Hebammen der
Universitäts-Frauenklinik
Universitätsstraße 21–23
91054 Erlangen

Hebammensprechstunde, Akupunktur bei Beschwerden während der Schwangerschaft und Geburt, Wochenbettbetreuung
Telefon: 09131 85-34900
Ambulanz:
Terminvergabe: Mo. bis Fr. 08:30 Uhr bis 11:00 Uhr
Telefon: 09131 85-34915

SchwangerenCafé

Jeden Freitag von 09:30 Uhr bis 12:00 Uhr
(außer in den Schulferien)
Isarstraße 12, 91052 Erlangen
Familienpädagogische Einrichtung
Mutter-Kind-Treff, 1. Stock

Hebammenzentrale

In drei Schritten gelangt Frau zur kostenlosen Hebammensuche

1. Formular ausfüllen
2. Die Hebammenzentrale sucht Frau
3. Die Hebamme meldet sich

Mobil: 0179 4164852
info@hebammenzentrale@erlangen.de
www.hebammenzentrale-erlangen.de

Angebote von Hebammen im Landkreis

Adelsdorf

Lisa List
Läusbergring 11
91325 Adelsdorf

Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden,
Nachsorge, Wochenbettbetreuung, Stillberatung,
Babypflege, Hausbesuche nach ambulanter Geburt
und Fußreflexzonenmassage
Mobil: 0152 22663942
hebammelisa@web.de

Simone Stritzke
Frankenring 92
91325 Adelsdorf

Vorgespräch, Beratung für Schwangere,
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung
Telefon: 09195 6222

Aurachtal

Birgit Flieger
Reichenfelder Straße 5
91086 Aurachtal

Schwangerenvorsorge, Wochenbettbetreuung,
Rückbildung und Rückbildung mit Kind,
Beckenbodenkurs, Babymassage
Telefon: 09132 8361984
Mobil: 0173 7197223
birgit.flieger@web.de
www.hebamme-web.de

Baiersdorf und Umland

Susanne Haas
Lindenstraße 13 a
91083 Baiersdorf

Familienhebamme
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung,
Rückbildung
Telefon: 09133 604373

Angelika Wechsler
Honingsger Straße 23a
91094 Langensendelbach

Wochenbettbetreuung
Telefon: 09133 789533

Eckental

Christa-Elisabeth Allewelt-Kreiß
Hans-Sachs-Straße 37
90542 Eckental-Forth

Schwangerenvorsorge, Wochenbettbetreuung,
Betreuung bei Schwangerschaftsbeschwerden,
Stillberatung
Telefon: 09126 290853

Großenseebach

Antje Himself
Wiesenstraße 50
91091 Großenseebach

Schwangerenvorsorge, Wochenbettbetreuung,
Rückbildung
Telefon: 09135 727519
Mobil: 0160 1500415

Angebote vor der Geburt

Hemhofen

Kerstin David
Amselstraße 5
91334 Hemhofen

Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung,
Rückbildung, Akupunktur, Betreuung bei Schwanger-
schaftsbeschwerden, Babymassage, Babyshiatsu
Telefon: 09195 4176
kerstin.david@t-online.de
www.hebamme-david.de

Heroldsberg

Hebammen „Berg und Tal“
Heroldsberg-Eckental GbR
Sportplatzweg 6a
90562 Heroldsberg
Julia Biegler
Claudia Frank
Sarah Fimpel
Daisy Stix
Anne Schwick

Geburtsvorbereitungskurse, Geburtsvorbereitungs-
wochenende, Geburtsvorbereitung für Mamas ab
dem 2. Kind, Rückbildungsgymnastik mit und ohne Baby,
Babymassagekurse, Akupunktursprechstunde,
Tapingsprechstunde, Step & Fit in der Schwangerschaft,
Schwangerenyoga, Wochenbettbetreuung,
Train my Mom, Rückbildung für Fortgeschrittene,
Still- und Ernährungsberatung, Trageberatung,
Bindungswshops, Hypnose unter der Geburt
Telefon: 0911 8009395
info@hebammenpraxis-heroldsberg.de
info@hebammen-heroldsberg.de
www.hebammenpraxis-heroldsberg.de

Herzogenaurach

Hebammenhaus
Steggasse 18
91074 Herzogenaurach
Sandra Adamczewski
Mobil: 0157 52290206
Ana Frötsch
Mobil: 0176 70009758
Martina Soyka
Mobil: 0174 3757939
Conny Winkelmann
Mobil: 0152 03004704

Geburtsvorbereitung, Crash-Kurse, Hilfe bei Beschwerden,
Wochenbettbetreuung, Rückbildung mit und ohne Kind,
Fit fürs Baby, Fußreflexzonenmassage, Hypnose,
Aromamassage, Taping, Akupunktur, Moxa-Therapie,
Effektive manuelle Hilfe, Ernährungsberatung, Stillberatung
Offene Sprechstunde jeden Donnerstag,
10:00 Uhr bis 12:00 Uhr
(nicht an Feiertagen und in den Ferien)
www.herzohebammenhaus.de

Lisa Holup
Dr.-Dassler-Straße 67
91074 Herzogenaurach

Wassergymnastik
Telefon: 09132 60534

Tanja Roos
Wiesenstraße 5c
91074 Herzogenaurach-
Hammerbach

Vorsorgeuntersuchung, Wochenbettbetreuung,
Schreibbaby-Sprechstunde, Stillberatung, Akupunktur
Telefon: 09132 733188
Mobil: 0173 3570095

Höchstadt a. d. Aisch

Tatjana Kaffanke
Bechhofener Weg 37a
91315 Höchstadt a. d. Aisch

Schwangerenvorsorge, Geburtsvorbereitung, Geburtshilfe am Klinikum Neustadt a. d. Aisch, Wochenbettbetreuung, Rückbildung, Akupunktur, Fußreflexzonenmassage, Babymassage
Mobil: 0173 5903000
t.kaffanke@yahoo.com
www.schwanger-in-erh.de

Margit Höppner-Burgheim
Breitenwasen 33
91475 Lonnerstadt

Familienhebamme
Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden, Stillberatung, Beikostberatung, Wochenbettbetreuung
Telefon: 09193 1772
www.hebamme-hoechstadt.de

Marloffstein

Irene Gaßner
Adlitz 43
91080 Marloffstein

Schwangerenvorsorge, Wochenbettbetreuung, Schwangerschaftsbetreuung
Mobil: 0176 32582851
irene.gassner@gmx.net

Weisendorf

Hebammenpraxis
„In guten Händen sein“
Ariane Arth-Lauger
Neue Bergstraße 8
91085 Weisendorf
zusätzliche Angebote in der Praxis
Ute Reiner
Diplom-Sozialpädagogin

SAFE-Mentorin, Beratung für Schwangere, Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung, Stillberatung, Babymassage, Rückbildung, PEKiP
Telefon: 09135 736007
lauger-arth@gmx.de

PEKiP
Telefon: 09131 771862

Angebote von Hebammen außerhalb des Landkreises

Igensdorf

Carmen Zirzow
Am Kindergarten 5
91338 Igensdorf

Geburtsvorbereitung, Schwangerenvorsorge, Wochenbettbetreuung, Rückbildung, Akupunktur, Babymassage
Telefon: 09192 996938

Lauf a. d. Pegnitz

Zentrum für Geburtshilfe
Hebammenpraxis und Geburtshaus
Nürnberger Straße 18
91207 Lauf a. d. Pegnitz
Ina Russner

Schwangerenvorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung, Rückbildung, Geburten
Telefon: 09123 83253 | Fax: 09123 99394
Mobil: 0171 6212481
ina@hebamme.info

Angebote vor der Geburt

Neunkirchen am Brand

Katharina Pleyer
Fröschau 2
91077 Neunkirchen am Brand

Schwangerenvorsorge, Hilfe bei Beschwerden, Geburtshilfe im Geburtshaus Erlangen, Akupunktur, Wochenbettbetreuung, Stillberatung
Mobil: 0157 35726737

Neustadt a. d. Aisch

Gabriele Renkl
Paracelsusstraße 39c
91413 Neustadt a. d. Aisch

Betreuung bei Kinderwunsch, Betreuung in Schwangerschaft und Geburt im Geburtshaus oder Hausgeburt, Wochenbettbetreuung, Beratung bei Erziehungsproblemen
Telefon: 09161 1469 | Fax: 09161 61048
Mobil: 0171 5877848
info@geburtshaus-regenbogen.de

Stillberatung in der Schwangerschaft

Um Müttern einen guten Stillbeginn nach der Geburt zu ermöglichen, ist es von Vorteil, sich schon während der Schwangerschaft über das Stillen zu informieren. Fast alle Frauen sind körperlich in der Lage, ihre Kinder zu stillen, wobei das Gelingen in hohem Maße von der praktischen Unterstützung und einer stillfreudigen Umgebung abhängig ist. Von Vorteil ist, sich bereits in der Schwangerschaft um eine geeignete Hebammenhilfe (Wochenbettbetreuung) zu kümmern und Telefonnummern der Stillberatung im Landkreis und in der Stadt bereitzuhalten.

Telefonische Information zur Stillvorbereitung während der Schwangerschaft

Staatliches Gesundheitsamt
Erlangen, Schwangerenberatung

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Gertrud Hahm
Telefon: 09131 803-2323
gertrud.hahm@erlangen-hoechstadt.de

Stillberatung im Landkreis und in der Stadt

Alle niedergelassenen Hebammen sowie

Gabi Andres

Still- und Laktationsberaterin IBCLC
Fach-Familienkinderkrankenschwester
Heilpraktikerin

Telefon: 09135 729459
gabiandres@icloud.com

Gabriele Sonntag

Still- und Laktationsberaterin IBCLC
(schwerpunktmäßig für Frühgeborene)
Kinderkrankenschwester

Am Veilchenberg 22, 91080 Spardorf
Telefon: 09131 205481
gy.sonntag@web.de

Stillinfoabend:

Stillen von Anfang an...

Eine Veranstaltung für werdende Mütter und Väter. Es werden alle Themen rund um das Stillen behandelt, z. B. die Vorteile des Stillens, Anlegetechnik, Anlegeposition und mehr...

Jeden 1. Mittwoch im Monat
von 18:00 Uhr bis ca. 20:00 Uhr
Treffpunkt: Neue Geburtshilfe, Seminarraum GH1,
1. Etage, neben dem Speisesaal
Universitätsstraße 21–23, 91054 Erlangen
Anmeldung erforderlich unter
Telefon: 09131 85-33022 (AB)
www.perinatalzentrum.uk-erlangen.de/
Informationen für Schwangere | Veranstaltungen und
Kurse | Stillinfoabend und Stillberatung

Zusätzliche Angebote

Pränatale Diagnostik

In der Regel wird pränatale Diagnostik vom behandelnden Frauenarzt oder der Frauenärztin veranlasst.

Psychosoziale Beratung für Frauen
und Paare bei pränataler Diagnostik

Schwangerenberatungsstelle,
Staatliches Gesundheitsamt Erlangen
Telefon: 09131 803-2323

Universitäts-Frauenklinik
Pränataldiagnostik
Dr. med. Faschingbauer, OA PD
Perinatalmedizin, Geburtshilfe

Universitätsstraße 21–23, 91054 Erlangen
Anmeldung unter Telefon: 09131 85-33542
Mo. bis Fr. 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Fax: 09131 85-33492

Humangenetisches Institut
der Universität Erlangen-Nürnberg

Schwabachanlage 10, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 85-22319
Fax: 09131 85-23232
Beratung.HU@uk-erlangen.de

Über viele der medizinischen Untersuchungsmethoden und deren Aussagekraft bestehen häufig Unsicherheit und wenig Wissen. Oft ist nicht klar, wie es nach einem möglichen Befund weitergehen kann. Viele Schwangere wünschen sich hier zusätzlich Information und psychosoziale Beratung.

Wir informieren

- über Entscheidungswege und Hilfsmöglichkeiten
- wenn Sie überlegen, ob Sie vorgeburtliche Untersuchungen in Anspruch nehmen sollen
- wenn nach Untersuchungen Fragen auftauchen.

Wir beraten, wenn Sie

- eine unabhängige Gesprächspartnerin suchen
- nicht wissen, wie Sie mit der Diagnose umgehen sollen
- zweifeln, ob Sie die Verantwortung für dieses Kind tragen können

Angebote vor der Geburt

- eine Entscheidung treffen müssen
- Kontakt und Austausch mit Betroffenen wünschen.

Bereits vor einer geplanten Schwangerschaft kann eine genetische Beratung sinnvoll sein, wenn eine Erbkrankheit in der Familie bekannt ist, wenn bereits ein Kind mit einer Behinderung oder Krankheit, wie Chromosomenkrankheit, einer erblich bedingten Stoffwechselstörung oder „offenem Rücken“ geboren wurde.

Bestehen bei schon eingetretener Schwangerschaft gewisse Befürchtungen für eine mögliche Schädigung des Kindes, z. B. aufgrund von Medikamenteneinnahme, Strahlenbelastung, Alter der Schwangeren, elterlichem Risiko oder den bereits oben angeführten Gründen, dann empfiehlt sich ebenfalls eine ärztliche bzw. humangenetische Beratung. Bereits vor der Geburt eines Kindes können verschiedene (nicht alle) gesundheitliche Beeinträchtigungen festgestellt und gegebenenfalls auch therapiert werden.

Die Methoden der pränatalen Diagnostik sind u. a. Ultraschall, Fruchtwasseruntersuchung (Amniozentese), Chorionzottengewebeentnahme (Chorionbiopsie).

Wir begleiten Sie,

- in dieser Lebenssituation, unabhängig davon, wie die Schwangerschaft weiter verläuft.

Sollte aufgrund der vorgeburtlichen Untersuchung tatsächlich eine gesundheitliche Beeinträchtigung des Kindes festgestellt worden sein, können Sie sich zur Vorbereitung auf ein Leben mit einem kranken oder behinderten Kind Beratung und Begleitung holen, z. B. bei einer Selbsthilfegruppe, nachzufragen bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen in Nürnberg, oder bei der:

Behindertenseelsorge in der
Erzdiözese Bamberg

Bachfeldstraße 9, 91058 Erlangen
Telefon: 09131 64372
behindertenseelsorge.erlangen@t-online.de

Säuglingspflegekurse in der Stadt und im Landkreis

Bayerisches Rotes Kreuz
Bildungszentrum
Henri-Dunant-Straße 4,
91058 Erlangen
Telefon: 09131 1200301
www.brk-erlangen.de

Eltern erwarten ihr erstes Kind
Wochenendkurse (mehrmals pro Jahr)
Anmeldung und Information bei Frau Frank
Telefon: 09131 601137
hansm.frank@arcor.de

Informationen zu Stoffwindeln

Babystübchen –
der Erlanger Trageladen

Martina Frisch
Obere Karlstraße 9, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 9296580, Mobil: 0179 9753699
info@babyladen-erlangen.de
www.babyladen-erlangen.de

Geburt in der Klinik

Universitäts-Perinatalzentrum
Frauenklinik Erlangen
Universitätsstraße 21–23
91054 Erlangen

Schwangerenambulanz
Telefon: 09131 85-34915
Termine nach telefonischer Vereinbarung
Mo. bis Fr. 09:30 Uhr bis 15:00 Uhr
Informationsabend jeden Dienstag ab 18:00 Uhr
mit anschließender Kreißsaalführung
(ausgenommen Feiertage)
Kreißsaal, Telefon: 09131 85-34900

Geburt in Geburtshäusern

Geburtshaus Bamberg

Annett Gutschwager
Telefon: 0951 303637
info@geburtshaus-bamberg.de

Geburtshaus Erlangen

Langfeldstraße 27
91058 Erlangen
Telefon: 09131 9350180
www.geburtshauserlangen.de

Geburtshaus Lauf a. d. Pegnitz

Ina Rußner
Mobil: 0171 6212481
Veronika Bräunig-Lembcke
Mobil: 0174 9924367
Nürnberger Straße 18, 91207 Lauf a. d. Pegnitz
www.geburtshaus-lauf.de

Geburtshaus Regenbogen
Neustadt a. d. Aisch

Gabriele Renkl
Telefon: 09161 1469
Mobil: 0171 5877848
info@geburtshaus-regenbogen.de

Geburtshaus Nürnberg
„Das weisse Haus“

Innerer Kleinreuther Weg 23
90408 Nürnberg
Telefon: 0911 37757043
buero@weisses-haus-nuernberg.de
www.weisses-haus-nuernberg.de

Angebote nach der Geburt

Telefonische Information und Beratung für Mütter mit Säuglingen – Stillberatung

Stillcafe der Universitäts-Frauenklinik
Stillgruppe

Stillberatung
Frauenklinik: Telefon: 09131 85-33022
Kinderklinik: Telefon: 09131 85-36080
(Mo. und Fr. 10:30 Uhr bis 14:30 Uhr,
Mi. 13:30 Uhr bis 17:30 Uhr)

Stillberatung in der Stadt
und im Landkreis
Gabi Andres

Fach-Familien-Kinderkrankenschwester,
Heilpraktikerin, Still- und Laktationsberatung IBCLC
Individuelle Beratung und Hausbesuche,
Ernährungsberatung (Praxis in Herzogenaurach)
Telefon: 09135 729459
gabiandres@icloud.com

Staatliches Gesundheitsamt,
Schwangerenberatung
Frau Hahm

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 803-2323 und 09131 803-2200
gertrud.hahm@erlangen-hoechstadt.de

Kinderschutzbund
Gabi Andres

Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
Telefon: 09135 729459

Wilma Bröker, AFS-Stillberaterin

Mobil: 0176 83734313

Alle niedergelassenen Hebammen und Stillberaterinnen der IBCLC (siehe Seite 17).

Säuglings- und Stillgruppen direkt nach der Geburt

Bürgertreff/Scheune
Gabi Andres

Odenwaldallee 2, 91056 Erlangen-Büchenbach
Telefon: 09135 729459
gabiandres@icloud.com

Gisela Höfer

Telefon: 09131 993135
gisela.hoefer.er@web.de

Adelsdorf

Nina Vesper

Baby- und Stillgruppe für Säuglinge bis zu einem Jahr
Eltern-Kind-Verein
jeden Donnerstag, 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Am Uttsberg 8, 91325 Adelsdorf
Mobil: 0170 7796583
www.elternkindvereinadelsdorf.de

Erlangen

Die „Babywerkstatt“

Der offene Säuglingstreff
von Geburt bis zum 1. Lebensjahr
in den Räumen der
Frühförderung Kinderhilfe

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat,
09:30 Uhr bis 11:00 Uhr

Hofmannstraße 67, 91052 Erlangen

Gruppenleitung:

Frühförderung Kinderhilfe Erlangen,
Telefon: 09131 208954

Schwangerenberatungsstelle im
Staatlichen Gesundheitsamt
Frau Hahm, Telefon: 09131 803-2323

Herzogenaurach

Die „Babywerkstatt“

im Generationen.Zentrum

In der Regel zweimal monatlich freitags,
09:30 Uhr bis 11:00 Uhr

Erlanger Straße 16, 91074 Herzogenaurach

Mobil: 0176 41112921

Gruppenleitung:

Frau Doris Hanke
gfb.hanke@gmx.de

Höchstadt a. d. Aisch

Die „Babywerkstatt“

Der offene Säuglingstreff
im 1. Lebensjahr
in der Kulturfabrik Fortuna

Zwei Donnerstage im Monat,
09:30 Uhr bis 11:00 Uhr

1. Stock (Partyraum)

Bahnhofstraße 9, 91315 Höchstadt a. d. Aisch

Frau Sindy Brantz, Familienkinderkrankenschwester

Mobil: 0151 59442602

sindy.brantz@gmx.de

Die „Kleinkindwerkstatt“

Folgekurs der „Babywerkstatt“
in der Kulturfabrik Fortuna
ein offener Treff für Eltern
mit Kleinkindern

Jeden 1. und 3. Montag im Monat,
09:00 Uhr bis 10:30 Uhr

1. Stock (Partyraum)

Bahnhofstraße 9, 91315 Höchstadt a. d. Aisch

Frau Kosima Wellein, Erzieherin

kosima.wellein@gmail.com

Babymassage in der Stadt und im Landkreis

Aurachtal

Birgit Flieger

Reichenfelder Straße 5, 91086 Aurachtal

Telefon: 09132 8361984, Mobil: 0173 7197223

birgit.flieger@web.de

www.hebamme-web.de

Angebote nach der Geburt

Baiersdorf

Stephanie Schatz
: An den Eichen 10, 91083 Baiersdorf
Mobil: 0171 5272233

Erlangen

Christine Koch
: Rheinstraße 14, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 16504
chrskch@ymail.com
www.chriskoherlangen.de

Niniane Fischer
: Pappelgasse 26, 91056 Erlangen
Telefon: 09131 9071131
www.hebammenpraxis-am-regnitzgrund.de

Gisela Höfer
: Straßberg 29, 91056 Erlangen-Büchenbach
Telefon: 09131 993135
gisela.hoefer.er@web.de
www.hebamme-giselahoefer.de

Kathrin Nägel
: Amselfeld 23, 91056 Erlangen
Mobil: 0170 2428690

Monika Bock
: Michael-Vogel-Straße 28, 91052 Erlangen
Telefon: 0911 8101060

Mütter- und Familientreff
Erlangen e. V.
: Drausnickstraße 82, 91052 Erlangen
Telefon | Fax: 09131 26568
www.muetterzentrumerlangen.de

Frauenaurach

Hebammenpraxis
„Unterm Storchennest“
: Brauhofgasse 10, 91056 Erlangen-Frauenaurach
Telefon: 09131 992288
www.unterm-storchennest.de

Erlangen-Höchstadt + Neustadt a. d. Aisch

Annett Kunath-Zeh
: auf Anfrage; 91315 Höchstadt a. d. Aisch
Mobil: 0162 9102293
info@project-dance.de

Erlangen-Höchstadt

Tatjana Kaffanke
: Bechhofener Weg 37a, 91315 Höchstadt a. d. Aisch
Mobil: 0173 5903000
www.hebamme-erlangen.de

Sophia Kern

Blumenstraße 22, 91456 Diespeck
Mobil: 0172 8402912
www.hebamme-sophia.de

Hemhofen

Kerstin David

Amselstraße 5, 91334 Hemhofen
Telefon: 09195 4176
kerstin.david@t-online.de
www.hebamme-david.de

Heroldsberg

Hebammen „Berg + Tal“

Julia Biegler
Sarah Fimpel
Claudia Frank
Anne Schwick
Daisy Stix

Sportplatzweg 6a, 90562 Heroldsberg
Telefon: 0911 8009395
info@hebammenpraxis-heroldsberg.de
www.hebammenpraxis-heroldsberg.de

Herzogenaurach

Ellen Hartmann

Hans-Herold-Straße 26, 91074 Herzogenaurach
Telefon: 09132 796714
www.ihre.hebamme.de.vu

Uttenreuth und Erlangen

Sharon Blessing

Leipziger Straße 18, 91080 Uttenreuth
Telefon: 09131 8142884
info@kinder-massage.com
www.kinder-massage.com
Kinder- und Babymassage, mobile Babymassage,
Baby-Fitness (Handling, funktionelle Säuglingsgymnastik
und Spiele für die Sinne),
Albaby® Dance
(Kurse zu Hause bei Mama und Papa)
Zielgruppe: Babys im Alter von 4 bis 13 Monaten

Weisendorf

Hebammenpraxis
„In guten Händen sein“
Ariane Arth-Lauger

Neue Bergstraße 8, 91085 Weisendorf
Telefon: 09135 736007
lauger-arth@gmx.de

Angebote nach der Geburt

Babymassage außerhalb des Landkreises

Fürth

Sylvia Galster
Kinderkrankenschwester

Vacher Straße 133, 90766 Fürth
Telefon: 0911 8015766, Mobil: 0170 8632032

Rückbildungskurse von Hebammen in der Stadt und im Landkreis

Empfehlenswert ist der Beginn der Rückbildungsgymnastik erst ca. ab der 8. Woche nach der Entbindung. Entsprechend ist die rechtzeitige Anmeldung für die Kurse erforderlich. Bis zu diesem Zeitpunkt ist Wochenbettgymnastik sinnvoll. Hebammen können direkt mit den Krankenkassen abrechnen. Erkundigen Sie sich in jedem Fall vorher bei Ihrer Krankenkasse.

- siehe Angebote von Hebammen in Erlangen ([Seite 8](#))
- siehe Angebote von Hebammen im Landkreis ([Seite 11](#))

Selbsthilfeangebote

Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfegruppen
Kiss Nürnberg

Am Plärrer 15, 90443 Nürnberg
Telefon: 0911 2349449.

Angebote für alleinerziehende Mütter und Väter

Grünes S.O.f A. e. V.
Zentrum für Alleinerziehende

Luitpoldstraße 15, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 208914
gruenessofa@yahoo.de
www.alleinerziehendenzentrum.de

Angebote für Familien

Erlangen

Mütter- und Familientreff
Erlangen e. V.

Drausnickstraße 82, 91052 Erlangen
Telefon:/Fax: 09131 26568
www.muetterzentrum.erlangen.de

Bildung Evangelisch
Frau Abeßer

Hindenburgstraße 46a, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 20013
bildung.evangelisch-er@elkb.de
www.bildungevangelisch.de

Heroldsberg

Familientreff für Jung und Alt

jeden 2. und 4. Mittwoch, 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr
(außer Schulferien)

Seniorenzentrum „Phönix“ Haus Gründlach
Untergeschoss

Sportplatzweg 6e, 90562 Heroldsberg

Kontakt: Markt Heroldsberg, Telefon: 0911 51857-0

Leitung: Diplom-Pädagogin Martina Chalupka
familientreff@heroldsberg.de

Treffpunkte | Selbsthilfegruppen für alleinerziehende Mütter und Väter

Diakonisches Werk Erlangen

Frau Heck

Raumerstraße 9, 91054 Erlangen

Telefon: 09131 6301-0

alleinerziehend@diakonie-erlangen.de

www.diakonie-erlangen.de

Caritasverband Erlangen e. V., Allgemeine Soziale Beratung

Frau Zepfer

Mozartstraße 29, 91052 Erlangen

Telefon: 09131 8856-0

info@caritas-erlangen.de

www.caritas-erlangen.de

Außenstelle Herzogenaurach

Herr Naser

Langenzenner Straße 3, 91074 Herzogenaurach

Telefon: 0157 85123929

sobe.hzg@caritas-erlangen.de

Außenstelle Höchstadt

Frau Welker

Steinwegstraße 2, 91315 Höchstadt a. d. Aisch

Telefon: 09193 5012620

sobe.hoech@caritas-erlangen.de

Ernährungsberatung

Ernährungsberatung
für Mütter und Säuglinge

Gabi Andres

Telefon: 09135 729459

gabiandres@icloud.com

Ernährungsfachschwester, Heilpraktikerin

Seminare zur Einführung von Beikost

(aktuelle Termine auf Anfrage)

Angebote nach der Geburt

Familienpflege | Haushaltshilfe

Falls Sie wegen Krankheit oder Geburt eines Kindes ins Krankenhaus (stationärer Aufenthalt) müssen und zu Hause Kinder zu betreuen haben, können Sie von Ihrer Krankenkasse Leistungen für die Weiterführung des Haushaltes in Anspruch nehmen, ebenso bei einer ärztlich gestellten Diagnose, die Bettlägerigkeit bedingt. Bei Mehrlingsgeburten ist die Meinung des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK) maßgeblich, auch hier muss der Gesundheitszustand der Mutter entsprechend sein.

Bei stationärer Behandlung wird die Familienpflege zweifelsfrei übernommen. Es empfiehlt sich in jedem Fall, vorher mit der jeweiligen Krankenkasse die Kostenregelung abzuklären.

Leistungen

- Wenn der Ehemann zu Hause bleibt, kann er den Verdienstausschlag geltend machen, ebenso Verwandte.
- Verwandte bis zum 2. Grad, die nicht erwerbstätig sind, können keine Leistungen bekommen; hier erwarten die Krankenkassen, dass die Leistungen kostenlos erbracht werden.
- Bei nicht verwandten Personen kann vereinbart werden, was man für die Betreuung des Kindes und die Weiterführung des Haushaltes bezahlen möchte und die Krankenkasse beteiligt sich an den Kosten.
- Wenn man Familienpflegedienste (z. B. Caritas, Mütterdienst etc.) in Anspruch nehmen möchte, rechnen diese direkt mit der Krankenkasse ab. Es empfiehlt sich, sich dort rechtzeitig anzumelden, wenn Zeitpunkt und Dauer des Krankenhausaufenthaltes abzusehen sind.

Caritas

Mozartstraße 29, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 8856-0
info@caritas-erlangen.de
www.caritas-erlangen.de

Zentrale Diakoniestation

Herr Wolf

Daimlerstraße 44, 91058 Erlangen
Telefon: 09131 6301-225, Fax: 09131 6301-219
familienpflege@diakonie-erlangen.de

Maschinen- und Betriebshilfering Regnitz-Franken e. V.

Niederlindacher Straße 4, 91093 Heßdorf-Hannberg
Telefon: 09135 736669-0

Maschinen- und Betriebshilfering Bamberg e. V.

Nebingerhof 14, 96047 Bamberg
Telefon: 0951 967970
mr-bamberg@t-online.de

PEKiP-Kurse (Prager Eltern-Kind-Programm)

Das Prager Eltern-Kind-Programm wurde von dem Prager Psychologen Dr. Koch entwickelt. Es vermittelt ganzheitliche Bewegungs- und Spielanregungen für Mütter/Väter/Eltern mit Säuglingen ab der 6. Lebenswoche bis zum 1. Lebensjahr. Ausgehend von der enormen motorischen Entwicklung im 1. Lebensjahr, werden die jeweils nächsten Entwicklungsschritte über die Bewegung spielerisch angeregt sowie über Spielanregungen die Sinneswahrnehmungsfähigkeit des Kindes gefördert. Nach Koch geht es darum: „Die Kinder in ihrer Gesamtheit zu entfalten, ihre Gefühle, ihre Verhaltensweisen, das Sammeln von Lebenserfahrungen“.

Das gruppenpädagogische Modell fördert die Eltern-Kind-Beziehung, es unterstützt das Kind auf der Grundlage der eigenen Kompetenzen in seiner Entwicklung, es ermöglicht den Erfahrungsaustausch der Eltern untereinander sowie dem Kind bereits frühzeitig Kontakte mit Gleichaltrigen.

Volkshochschule

Friedrichstraße 19–21, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 86-2668
vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de
www.vhs.erlangen.de

Erlangen (alle Angebote) Forchheim (nur PEKiP)

Verena Leonhard-Singer
Siedlerstraße 6, 91056 Erlangen
Telefon: 09131 9333890
www.kurse-rundumskind.de
Musikalische Früherziehung (ab 1 ½ Jahren)
Strolchis Kreativkurs für Kleinkinder
PEKiP (6 Wochen bis 1 Jahr) – auch in Forchheim

Erlangen

Ulrike Hofstätter-Scholl
Hausäckerweg 21, 91056 Erlangen
Telefon: 09131 430083
ulischoll@web.de
Kinderschutzbund
Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 209100
PEKiP- und Musikgartenkurs
www.kinderschutzbund-erlangen.de

Heroldsberg

Tanja Festor
Kohlengasse 48, 90562 Heroldsberg
Telefon: 0911 5692345
pekip-festor@web.de

Angebote nach der Geburt

Weisendorf

Ute Reiner, Diplom-Sozialpädagogin
PEKiP-Gruppenleiterin in der Hebammenpraxis
von Frau Arth-Lauger
Neue Bergstraße 8, 91085 Weisendorf
Telefon: 09131 771862
diereiners@t-online.de

Wasserspaß | Wassergewöhnung für Säuglinge | Mutter-Babyschwimmen

Wasserschule & Company

Daniela Reichel
Weidenweg 11, 91058 Erlangen
Telefon: 09133 864 | Fax: 09133 866
info@wasserschule.de
www.wasserschule.de

Tragehilfen

Erlangen

Babystübchen
Der Erlanger Trageladen
Martina Frisch

Obere Karlstraße 9, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 9296580
Mobil: 0179 9753699
info@baby-stuebchen.de
www.baby-stuebchen.de
Zertifizierte Trageberatung (Tragehilfen, Tragezubehör,
Tragebekleidung), auch schon in der Schwangerschaft,
Stoffwindelberatung, moderne waschbare Wickelsysteme,
Wickelzubehör-Naturtextilien, Frühchenkleidung,
Stillwäsche, Spielzeug, Geschenkideen, Baby-Geschenk-
korb

Fürth

Fachladen für Tragehilfen
(bis 5 Jahre)
Sylvia Galster

Gustavstraße 56, 90762 Fürth
Mobil: 0170 8632032
www.wundervoller-start.de

Entwicklungsdiagnostik | Frühförderung

Haben Sie ein behindertes Kind oder besteht der Verdacht einer Behinderung bei Ihrem Kind, liegen Entwicklungsstörungen oder -verzögerungen vor, können Sie folgende Stellen in Anspruch nehmen:

Neuropädiatrische Abteilung der
Universitätskinderklinik Erlangen

Loschgestraße 15, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 85-33753

Frühförderung Kinderhilfe e. V.

Hofmannstraße 67, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 208954
info@fruehfoerderung-erlangen.de
www.fruehfoerderung-erlangen.de

Frühförderung und Beratung
der Lebenshilfe e. V. Erlangen
Hauptstelle
Außenstelle West
Außenstelle Ost

Telefon: 09131 5066930 (auch Außenstellen)
fruehfoerderung@lebenshilfe-erlangen.de
Artilleriestraße 5, 91052 Erlangen
Rudeltplatz 4, 91056 Erlangen
Eschenauer Hauptstraße 18, 90542 Eckental-Eschenau
Telefon: 09126 2749999

Frühförderung der
Lebenshilfe Herzogenaurach
Zuständigkeit:
Landkreis Erlangen-Höchstadt (West)

Interdisziplinäre Frühförder- und Beratungsstelle (IFS)
Einsteinstraße 26, 91074 Herzogenaurach
Telefon: 09132 781020
Außenstelle:
Am Vogelseck 1, 91315 Höchstadt a. d. Aisch
ifs@lebenshilfe-herzogenaurach.de
www.lebenshilfe.herzogenaurach.de

Spezielle Angebote

Schreibbaby-Sprechstunde der
Lebenshilfe Erlangen e. V.

Frau B. Friedmann-Rittmeier
Telefon: 09131 5066930
fruehfoerderung@lebenshilfe-erlangen.de

Schreibbaby-Sprechstunde der
Lebenshilfe Herzogenaurach e. V.

Frau Mielke-Ebendt, Frau Geyer
Telefon: 09132 781020
ifs@lebenshilfe-herzogenaurach.de

Angebote nach der Geburt

Eltern-Kind-Gruppen

Adelsdorf

Eltern-Kind-Verein Adelsdorf e. V.
Am Uttsberg 8
91325 Adelsdorf-Aisch

Verschiedene Gruppen
Ansprechpartnerin: Nina Vesper
Mobil: 0170 7796583
www.elternkindvereinadelsdorf.de

Betreute Spielgruppe
Di. und Fr. 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Ansprechpartnerin: Claudia Seibold
Telefon: 09195 5709

Erlangen

Mütter- und Familientreff
Erlangen e. V.
Drausnickstraße 82
91052 Erlangen

Offene und geschlossene Spielgruppen
(auch in englisch)
Telefon: 09131 26568
www.muetterzentrum.erlangen.de

Kath. Erwachsenenbildung
Erlangen

Infos unter: Telefon: 09131 26176
keb-erlangen@t-online.de
www.keb-erlangen.de

Stadt Erlangen
Amt für Sozio-Kultur
Abteilung Kinder- und Jugendkultur
Stintzingstraße 46
91052 Erlangen

Eltern-Kind-Gruppen
Mehrsprachige Eltern-Kind-Gruppen
Betreute Spielgruppen für Kinder ab 2 Jahren
Telefon: 09131 862859
eltern-kind-gruppen@stadt.erlangen.de
www.erlangen.de/eltern-kind-gruppen

Herzogenaurach

Gemeindezentrum St. Otto
Theodor-Heuss-Straße 1
91074 Herzogenaurach

Ansprechpartnerin: Dagmar Lippert
dm191@web.de

Gemeindezentrum Ev. Kirche
Geschwister-Beck-Saal
Von-Seckendorff-Straße 3
91074 Herzogenaurach

Ansprechpartnerin: Marlin Kömm
eltern-kind-herzo@gmx.de

Gemeindezentrum Martin-Luther-Haus
Martin-Luther-Platz 2
91074 Herzogenaurach

Ansprechpartnerin: Marlin Kömm
eltern-kind-herzo@gmx.de

Generationen.Zentrum
Erlanger Straße 16
91074 Herzogenaurach

Ansprechpartnerin: Bea Wirth
Telefon: 09132 734174
bea.wirth@herzogenaurach.de

Höchstadt a. d. Aisch

Eltern-Kind-Verein Rumpelstilzchen

Offener Krabbel- und Spieltreff
für Eltern mit Kindern bis ca. 4 Jahren
jeden Mittwoch 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr
(außer in den Ferien)

BabyTreff
für Eltern mit Kindern bis ca. 1 Jahr
(Termin auf Anfrage)

Feste Kleinkindergruppen
für Kinder von ca. 1 ½ bis 3 Jahren
Mo., Di., Do., Fr. 08:15 Uhr bis 11:45 Uhr
(Betreuung durch zwei Erzieherinnen)
in den Räumlichkeiten des Rumpelstilzchens

Ansprechpartnerin: Alexandra Rauh
Mobil: 0178 8096011
info@rumpelstilzchen-hoechstadt.de

Lonnerstadt

Ev.-Luth. Pfarramt
Marktplatz 13
91475 Lonnerstadt

Di. und Fr. 08:30 Uhr bis 12:00 Uhr,
Do. 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr
Telefon: 09193 5179 | Fax 09193 696011
pfarramt.lonnerstadt@elkb.de
jeden Donnerstag 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr
Ansprechpartnerin: Cathrin Teufel
Telefon: 09193 5071132

Mühlhausen

Ev.-Luth. Kirchengemeinde
Hauptstraße 6
96172 Mühlhausen

Telefon | Fax 09548 206
pfarramt.muehlhausen@elkb.de
Jeden Montag 09:30 Uhr bis 11:00 Uhr
Ansprechpartnerin: Manuela Seubert
Telefon: 09548 981369

Im Landkreis in den jeweiligen Kirchengemeinden nachfragen.

Angebote nach der Geburt

Mehrsprachige Spielgruppen für Eltern und Kinder

Mütterzentrum
(englisch und französisch)

Drausnickstraße 82, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 26568
info@muetterzentrum-erlangen.de
www.muetterzentrum-erlangen.de

Bewegungsförderung | Kinderturnen

Turnerbund Erlangen

Spardorfer Straße 79, 91054 Erlangen,
Telefon: 09131 24500
info@tb-erlangen.de
www.turnerbund.de

Eltern-Kind-Spielstunde

(Alter des Kindes: 1 ½ bis 3 Jahre):
Mo. und Mi. 09:30 Uhr bis 10:30 Uhr

Tummelstunde mit Elternbegleitung

(Alter des Kindes: 2 bis 4 Jahre):
Di. 15:15 Uhr bis 16:15 Uhr,
Mi. und Fr. 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr

Weitere Infos unter: Telefon: 09131 24500
www.turnerbund.de (Sportprogramm > For Kids)

Turnerschaft Herzogenaurach

Adalbert-Stifter-Straße 50, 91074 Herzogenaurach
Telefon: 09132 1054, Fax: 09132 732664
info@tsherzogenaurach.de
www.tsherzogenaurach.de

Mutter-Kind-Turnen (Alter des Kindes: ab 1 Jahr):
jeden Freitag 09:30 Uhr bis 10:30 Uhr

Baby-/Mamapilates:
jeden Donnerstag 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Baby-Mama-Kurs
A4PluskursStudio

Sabine Gerner
Kieferndorfer Weg 80, 91315 Höchstadt a. d. Aisch
telefonische Anmeldung erforderlich
Mobil: 0176 63197662
a4pluskursstudio@online.de
jeden Dienstag 09:45 Uhr bis 10:45 Uhr

Erziehungsberatung (Ehe- und Familienberatung)

Jugend- und Familienberatung
der Stadt Erlangen

Karl-Zucker-Straße 10, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 86-2295
familienberatung@stadt.erlangen.de

Erziehungs-, Jugend- und
Familienberatungsstelle des
Caritasverbandes für den
Landkreis Erlangen-Höchstadt e. V.

Anna-Herrmann-Straße 3, 91074 Herzogenaurach
Telefon: 09132 8088 (Anmeldung nur telefonisch)
eb@caritas-erlangen.de
www.caritas-erlangen.de

Psychologische Beratung bei
Ehe-, Partnerschafts-, Familien-
und Lebensfragen
Träger: Erzbistum Bamberg

Mozartstraße 29, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 29302
efl.erlangen@erzbistum-bamberg.de
www.psychologische-beratung.erzbistum-bamberg.de

Offene Tür
Erzbischöfliches Ordinariat Bamberg

Kath. Kirchenplatz 2, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 25046
kontakt@offene-tuer-erlangen.de
www.offene-tuer-erlangen.de

Familienpatenschaften

Ein Angebot für Familien in Erlangen

Eine Kooperation des Kinderschutzbundes Kreisverband Erlangen und des Erlanger Bündnis für Familie
Kordinatorin Katrin Link (Pädagogin)
Mobil 0179 4156542
familienpaten-erlangen@web.de

Ein Angebot für Familien
im Landkreis Erlangen-Höchstadt

Kinderschutzbund
Koordination
Maria Ruhfaß
Mobil: 01520 1941934
Susanne Haas
Mo. bis Do. 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Telefon: 09131 803-1464
familienpaten-erh@web.de
www.kinderschutzbund-erlangen.de

Angebote nach der Geburt

KoKi – Netzwerk Frühe Kindheit

Koordinationsstelle Frühe Hilfen
KoKi-Netzwerk frühe Kindheit,
zuständig für die Stadt Erlangen

Werner-von-Siemens-Straße 61, 91052 Erlangen,
EG rechts
telefonische Terminvereinbarung unter
Telefon: 09131 86-1701, Doris Blacha
Telefon: 09131 86-1868, Melanie Hofstetter
Diplom-Sozialpädagoginnen (FH)
Telefon: 09131 86-1779, Jutta Popp
Diplom-Sozialpädagogin (FH)

Koordinationsstelle Frühe Hilfen
KoKi-Netzwerk frühe Kindheit,
zuständig für den
Landkreis Erlangen-Höchstadt

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen,
Ebene 3, Raum 3.38
Julia Genz, Sozialpädagogin (B.A.)
Telefon: 09131 803-2610, Fax: 09131 803-491486
julia.genz@erlangen-hoechstadt.de
Kirsten Jag, Kindheitspädagogin (B.A.)
Telefon: 09131 803-2610, Fax: 09131 803-491467
kirsten.jag@erlangen-hoechstadt.de
Jennifer Kneisl, Sozialpädagogin (B.A.)
Telefon: 09131 803-1466, Fax: 09131 803-491466
jennifer.kneisl@erlangen-hoechstadt.de

Vaterschaftsanerkennung und Sorgerechtsregelung

Landratsamt Erlangen-Höchstadt,
Amt für Kinder, Jugend und Familie

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 803-1500
sachgebiet23@erlangen-hoechstadt.de
www.erlangen-hoechstadt.de

Jugendamt der Stadt Erlangen

Rathausplatz 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 86-2844
www.erlangen.de

Mütterkuren | Mutter-Kind-Kuren | Vater-Kind-Kuren | Kuren für pflegende Angehörige

Auch der „ganz normale“ Alltag in der Familie mit den vielfältigen und oft widersprüchlichen Anforderungen und Bedürfnissen der Einzelnen kann dazu führen, dass Mütter oder Väter zermüdet, körperlich und psychisch erschöpft sind, dass sie ihre Kraftreserven dringend wieder auffüllen müssen. In vielen Fällen ist dann eine Mütterkur oder Mutter-Kind-Kur | Vater-Kind-Kur genau das Richtige, da sie einen Ausweg aus solchen Überlastungssituationen bietet. In den Kliniken stehen neben der Mutter oder dem Vater außerdem die kurbedürftigen Kinder gleichberechtigt im Mittelpunkt der

Kurmaßnahme. Auch Frauen, deren Kinder bereits erwachsen sind und die Angehörige pflegen, können eine Kurmaßnahme durchführen, denn die Belastungen durch die familiäre Sorgearbeit und die Pflegesituation sind enorm und können zu Erkrankungen führen.

Ziel der Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen ist es, auf der Grundlage eines ganzheitlichen gesundheitsmedizinischen Angebotes die Gesundheit wieder herzustellen und Kraft zu schöpfen.

Finanzierung | Leistungsumfang

Mütterkuren bzw. Mutter-Kind-Kuren sind eine Pflichtleistung der Krankenkassen. Das Gesetz stellt den Krankenkassen jedoch frei, in welchem Umfang sie leisten, ob sie eine Maßnahme voll oder nur zum Teil finanzieren. Deshalb ist es wichtig, dies vorher bei den Wohlfahrtsverbänden des Müttergenesungswerkes oder ihrer Krankenkasse abzuklären.

Grundsätzlich muss jedoch bei jeder Kurmaßnahme selbst eine Zuzahlung (pro Tag) geleistet werden, Kinder sind von der Zuzahlung befreit. Bei Unterschreiten bestimmter Einkommensgrenzen können Versicherte von der Zuzahlung ganz oder teilweise befreit werden.

Ebenso ist eine Eigenbeteiligung bei den Fahrtkosten erforderlich. Auch hier besteht die Möglichkeit der Befreiung.

Kurdauer

Die Kurdauer ist per Gesetz auf drei Wochen begrenzt. In medizinisch begründeten Fällen besteht die Möglichkeit der Verlängerung auf vier und mehr Wochen.

FrauenWerk Stein e. V.
Ev. Müttergenesung
Landesgeschäftsstelle

Deutenbacher Straße 1, 90547 Stein
Telefon: 0911 6806-120 | Fax: 0911 6806-177
reinholdt@frauenwerk-stein.de
www.frauenwerk-stein.de

Erkundigen Sie sich auch bei Ihrer zuständigen Krankenkasse.

Kinderkrippen und Kindertagespflege | Tagesmütter

Jugendamt der Stadt Erlangen

Rathausplatz 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 86-2716
kindertagesstaetten@stadt.erlangen.de
www.erlangen.de/Kinderbetreuung
(Verzeichnis aller Kindertagesstätten in Erlangen)

Angebote nach der Geburt

Jugendamt der Stadt Erlangen

Fachdienst Kindertagespflege
Michael-Vogel-Straße 1d, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 86-1214
kindertagespflege@stadt.erlangen.de
www.erlangen.de/Kinderbetreuung
(Vermittlung von Betreuungsplätzen bei qualifizierten
Tagesmüttern für Kinder von 0 bis 3 Jahren)

Landratsamt Erlangen-Höchstadt,
Amt für Kinder, Jugend und Familie

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 803-1500
jugendamt@erlangen-hoechstadt.de
www.erlangen-hoechstadt.de

Babysitterdienste

Deutscher Kinderschutzbund
Erlangen

Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 209100 | Fax: 09131 408733
DKSBErlangen@web.de
www.kinderschutzbund-erlangen.de

Erziehungs-, Jugend- und
Familienberatungsstelle des
Caritasverbandes für den
Landkreis Erlangen-Höchstadt

Anna-Herrmann-Straße 3, 91074 Herzogenaurach
Telefon: 09132 8088
(Anmeldung nur telefonisch)
eb@caritas-erlangen.de
www.caritas-erlangen.de

Caritas

Mozartstraße 29, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 88560
info@caritas-erlangen.de
www.caritas-erlangen.de

Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind

Finanzielle Hilfe für Schwangere in einer Notlage, muss vor der Geburt beantragt werden. Zu beantragen bei den Staatlich anerkannten Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen und den Katholischen Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen.

Zuständig für die Beantragung von Elterngeld | Familiengeld

Zentrum Bayern
Familie und Soziales (ZBFS)
Region Mittelfranken

Bärenschanzstraße 8 c, 90429 Nürnberg
Telefon: 0911 928-0 | Fax: 0911 928-1901
(Vermittlung Mo. bis Fr. 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr)
poststelle.mfr@zbfbs.bayern.de
www.zbfbs.bayern.de
Telefon: 0911 928-2444 (Geburt 1. bis 10. des Monats)
Telefon: 0911 928-2469 (Geburt 11. bis 20. des Monats)
Telefon: 0911 928-2483 (Geburt 21. bis 31. des Monats)

Außensprechtage in
Neustadt a. d. Aisch
(einmal im Monat nachmittags)

Stadtverwaltung Neustadt a. d. Aisch
Würzburger Straße 33, 91413 Neustadt a. d. Aisch
EG, Zi.Nr. 07, Telefon: 09161 6660

Zuständig für die Beantragung von Kindergeld

Familienkasse Bayern-Nord, Nürnberg

Solgerstraße 1, 90429 Nürnberg
Telefon: 0800 4555530 (kostenfrei) | Fax: 0911 529-3997
Familienkasse-Bayern-Nord@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Schuldnerberatung

Caritasverband für die
Stadt Erlangen und den
Landkreis Erlangen-Höchstadt e. V.

Mozartstraße 29, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 8856-0
info@caritas-erlangen.de
www.caritas-erlangen.de

Büro für Chancengleichheit und Vielfalt, Gleichstellungsstelle, Gleichstellungsbeauftragte

Stadt Erlangen

Rathausplatz 1, 91052 Erlangen
Frau Nießen-Straube, Frau Pöllmann-Heller
Telefon: 09131 86-2986 bzw. -1523
gleichstellungsstelle@stadt.erlangen.de
www.erlangen.de/Gleichstellungsstelle

Landkreis Erlangen-Höchstadt

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen,
Frau Wolter
Telefon: 09131 803-1321
gleichstellung@erlangen-hoechstadt.de

Zuständig bei Fragen zum Mutter- und Kündigungsschutz während der Schwangerschaft und nach der Geburt

Regierung von Mittelfranken
Gewerbeaufsichtsamt

Roonstraße 20, 90429 Nürnberg
Telefon: 0911 9280 | Fax: 0911 9282999
gewerbeaufsichtsamt@reg-mfr.bayern.de
www.gaa-n.bayern.de

Jobcenter Stadt Erlangen
Soziales, Arbeit und Wohnen

Rathausplatz 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 86-2444
www.erlangen.de

Zuständig für Stadtgebiet Erlangen

- Beantragung von Grundsicherung
- Leistungen nach SGB II
- Einmalige Leistungen bei Schwangerschaft und Geburt

Jobcenter Erlangen-Höchstadt

Schloßberg 10, 91315 Höchstadt a. d. Aisch
Telefon: 09131 7111-09 Hotline

Zuständig für Gremsdorf, Adelsdorf, Mühlhausen,
Vestenbergsreuth, Lonnerstadt, Wachenroth,
Weisendorf, Höchstadt a. d. Aisch

Karl-Zucker-Straße 12, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 711-109 Hotline

Zuständig für Kalchreuth, Heroldsberg, Eckental, Möhren-
dorf, Aurachtal, Oberreichenbach, Baiersdorf, Buckenhof,
Marloffstein, Spardorf, Uttenreuth, Bubenreuth, Großen-
seebach, Heßdorf, Hemhofen, Röttenbach, Herzogen-
aurach

- Beantragung von Grundsicherung
- Leistungen nach SGB II
- Einmalige Leistungen bei Schwangerschaft und Geburt

Beratungstermine bitte telefonisch vereinbaren.

Kostenlose Broschüren

Alleinerziehend
Tipps und Informationen

Verband alleinerziehende Mütter und Väter,
Bundesverband e. V.
Hasenheide 7, 10967 Berlin
Telefon: 030 6959786
www.vamv.de

Finanzielle Hilfen | Rechtliche Informationen

Beratungsführer für Kindergärten
im Landkreis Erlangen-Höchstadt

Landratsamt Erlangen-Höchstadt
Amt für Kinder, Jugend und Familie
Kindergartenaufsicht
Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 803-1455

Ernährungsratgeber
Stillen und Babys erste Beikost

Landratsamt Erlangen-Höchstadt
Staatliches Gesundheitsamt (Frau Hahm)
Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 7144-2323
gertrud.hahm@erlangen-hoechstadt.de

Elterngeld – Erziehungszeit

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Glinkastraße 24, 10117 Berlin
Telefon: 03018 555-0
www.bmfsfj.de

Mutterschutzgesetz

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Glinkastraße 24, 10117 Berlin
Telefon: 03018 555-0
www.bmfsfj.de

Staatliche Hilfen für Familien
Wann – wo – wie?

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Glinkastraße 24, 10117 Berlin
Telefon: 03018 555-0
www.bmfsfj.de

Broschüren der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Informationen, Tipps und Orientierungshilfen rund um Verhütung, Schwangerschaft und Geburt – www.bzga.de

Weitere Broschüren

Mit Kindern erfolgreich studieren

Familienservice der Friedrich-Alexander-Universität
Bismarckstraße 6, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 85-23231 | Fax: 09131 85-24731
familienservice@fau.de
www.familienservice.fau.de

Juli 2021

Diese Informationen sind als Broschüre kostenlos erhältlich bei der Staatlich anerkannten Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen des Landratsamtes Erlangen-Höchstadt, Staatliches Gesundheitsamt. Sie erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und wird gegebenenfalls aktualisiert und erweitert. Weitere Adressen und Hilfsangebote erfahren Sie auch bei den angegebenen Beratungsstellen und Institutionen.

Den Wegweiser für Schwangere, werdende Väter und Eltern mit Säuglingen finden Sie auch im Internet unter www.erlangen-hoechstadt.de/buergerservice/a-bis-z/schwangerenberatung/

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 803-2200 (Zentrale)
Telefon: 09131 803-2323 (Frau Hahm)

Landratsamt
Erlangen-Höchstadt
Staatliches Gesundheitsamt
Nägelsbachstraße 1
91052 Erlangen
Telefon: 09131 803-2200
Telefax: 09131 803-492200

gesundheitsamt@erlangen-hoechstadt.de
www.erlangen-hoechstadt.de