

HAMİLEYİM!

FEDERAL ANNE VE ÇOCUK VAKFI'NIN YARDIMLARI

BİRÇOK SORUM VAR. BANA KİM DESTEK OLABİLİR?

Gebelik Danışmanlık
Merkezi'nin günlük iş akışı: Bir
danışman işi hakkında konuşuyor.

DANIŞMANLIK MERKEZİNİN GÖREVİ NEDİR?

Kadınlar ve çiftler, Gebelik
Danışmanlık Merkezi ile ilgili
tecrübeleri hakkında bilgi veriyor.

NEREDE BİR DANIŞMANLIK MERKEZİ BULABİLİRİM?

Almanya genelinde 1.600'den
fazla Gebelik Danışmanlık
Merkezi'nden birine giderken size
yol gösterecektir.

DİĞER SAĞLANAN DESTEK HİZMETLERİ NELERDİR?

Ebelerin ve aile ebelerinin
çalışmaları ile ilgili deneyim raporu
ve bilgiler.



Destekleyen:



Federal Aile, Yaşlılar,
Kadın ve Gençlik
Bakanlığı





Sevgili okurlar,

Hamileliği umut dolu zaman olarak yaşamak ne yazık ki her kadının yaşayabileceği bir durum değil. Doğmamış bir canın hayata başlangıcı genelde finansal konulardan dolayı sıkıntılara sebep oluyor. Federal Anne ve Çocuk Vakfı, özellikle acil durumlarda bürokratik zorluk olmadan ve hedefe yönelik destek vermek için yerel Gebelik Danışma Merkez'leri üzerinden anne adaylarına - ve onlara eşlik eden baba adaylarına - 30 yılı aşkın süredir ek maddi destek sağlamaktadır.

Hamilelik esnasında iyileştirilmiş şartlar bana göre modern bir aile politikası için şarttır. Aynı şekilde 1 Ocak 2015 tarihinden itibaren yürürlüğe giren yeni Çocuk Bakım Parası Plus ve çocuk bakımının daha da büyütülmesi ve kalitelenmesi de gereklidir.

Mümkün olduğunca bütün anne adaylarının hamileliklerini rahat ve umut dolu geçirmelerini istiyorum!

Manuela Schwesig,
Federal Aile, Yaşlılar, Kadın ve Gençlik
Başkanı

„MESLEKİ EĞİTİM ESNASINDA ÇOCUK SAHİBİ OLMAK MI?“

• Nora, 19 yaşında

Perakende satış alanında mesleki eğitim alıyorum ve beş aylık hamileyim. Hamileliğimi öğrendiğimde çok zorlanmıştım. Ben ve erkek arkadaşım, ikimiz de meslek eğitiminin tam ortasında iken, 19 yaşında anne baba mı olacaktık? Bu durumun üstesinden nasıl geleceğimizi bilmiyordum. Sonra doktorum bana bir Gebelik Danışmanlık Merkezi'ne başvurmamı önermişti. Orada danışmanım ile birçok görüşme yaptık ve erkek arkadaşım da benimle birlikte birkaç görüşmeye katıldı. Artık hamileliğimden dolayı meslek eğitim yerini kaybetmeyeceğimi ve meslek eğitimini yarı zamanlı olarak da tamamlayabileceğimi öğrendim. Aynı zamanda maddi yardım alıyoruz ve bir önceki evimiz çocuk için hiç uygun olmadığından dolayı yeni bir ev arayışımıza da destek verildi. Yani her ikisi de mümkün: Hem meslek eğitimi hem de çocuk.



„BİR ÇOCUĞU TEK BAŞIMA BÜYÜTMİYİ BAŞARABİLİR MİYİM?“

• Anna, 26 yaşında



Erkek arkadaşımın baştan beri çocuk istemediği belliydi. Hamile kaldığımda ilişkimiz sona erdi. Bir başıma ortada kaldım ve artık ne yapacağımı bilmiyordum çünkü ben aslında hep bir çocuğum olsun istedim. Sonra bir Gebelik Danışmanlık Merkezi'ne başvurdum. Merkezdeki danışman beni içtenlikle ve sabırla dinledi ve yanımda olduğunu ve görüşmelerimizi üçüncü şahıslara aktarmayacağını ilettiler. Bu güzel bir duygu! Aynı zamanda her şey ile tek başıma ilgilenmek zorunda kalırsam zor olabileceğini de açıkça söyledi ve benzer durumda olan kadınları destekleyen diğer kuruluşların iletişim detaylarını verdi. Zamanında danışmanlık merkezine gittiğim için çok

mutluyum. Böylece Federal Anne ve Çocuk Vakfı'nın yardımı için talepte bulunabildim. Maddi destek ve danışmanlık endişelerimin bir kısmını hafifletti ve bebeğim ile başlangıcımı kolaylaştırdı.

„BİR ÇOCUK DAHA - BİLEMİYORUM ...“

- Sabine, 41 yaşında



desteklerden yararlanabileceğimizi anlattı. Desteğe ihtiyacımız olduğunda artık kime danışacağımızı biliyoruz.

Üçüncü kez hamile olduğumu öğrendiğimde şoke olmuştum. Çalışmaya henüz yeni başlamıştım ve iki çocuğumuzla gündüzleri anaokulunda ve okulda ilgilenildiği için memnundum. Üçüncü çocuk bizi maddi açıdan bile oldukça zorlayacak gibi gözüküyor. Ayrıca yaşımdan dolayı olası komplikasyonlardan dolayı da endişeliyim. Kadın doktorum bunu hemen fark etti ve bir Gebelik Danışmanlık Merkezi ile iletişim kurmamı sağladı. Danışmanım benim için, beni korku ve endişelerim ile ciddiye alan ve bana somut olanaklar ve yollar gösteren çok değerli sorumlu kişi haline geldi. Örneğin bana hesaplama örnekleri gösterip, hangi maddi

„EBE BİZE NASIL DESTEK OLABİLİR?“

- Senna, 31 yaşında ve Vlado, 29 yaşında



korkularımız hakkındaki yoğun görüşmelerimizde kendimize çok fazla baskı uygulamamız gerektiğini fark ettik. Birlikte yapılması gerekenlerle ilgili bir kontrol listesi de oluşturduk. Ayrıca bize resmi kuruluşlar ile yazışmalarda ve maddi desteğe başvuru konusunda da yardımcı oldu ve randevulara eşlik etti. Bu bize gerçekten büyük bir yardım oldu ve üzerimizdeki yükü azalttı. Bizi oğlumuzun doğumundan sonra da halen düzenli olarak ziyaret ediyor ve değerli önerilerde bulunuyor.

Hamile kaldığımı öğrendiğimde üç aylık hamileymişim ve öğrendiğim döneme yakın bir tarihte eşim de işini kaybetti. Bu bana fazla gelmişti. Hamilelik ve çocuk ile bunu nasıl kaldıracağımız konusunda bir çıkış noktası bulamamıştım çünkü bir tarafta Almanya'da yaşayalı uzun zaman olmamıştı ve diğer tarafta Almanya'da doğumun ve bir çocukla yaşamın nasıl olacağı hakkında da bilgimiz yoktu. Bütün bu stresten dolayı kronik hastalığım kötüleşti. Bir tanıdık vasıtası ile aile ebesi tarafından destek alabilme ihtimali hakkında bilgi almıştım. Artık bizi hamileliğimin beşinci ayından itibaren ziyaret ediyor. Endişe ve

FEDERAL VAKIF „ANNE VE ÇOCUK – DOĞMAMIŞ HAYATI KORUMA“

HANGİ DURUMLARDA YARDIMCI OLMAKTADIR?

- Hamilelik ve doğum aynı zamanda çocuğun bakımı ve yetiştirilmesinden oluşan harcamaları karşılamak için yeterli maddi imkanınız yok ise,
- Almanya'da ikamet ediyorsanız,
- hamile olduğunuza dair raporunuz var ise,
- diğer ödenekler harcamalarınızı ödemek için yeterli değil ise veya zamanında gelmiyor ise, maddi yardım alabilirsiniz.

Durum tespiti için Gebelik Danışmanlık Merkezi gelir durumunuzu inceliyor. Karar, eyaletlerdeki merkezi kuruluşların yükümlülüğündedir. Mülteciler de vakfın hizmetlerinden yararlanabilir.

NASIL YARDIMCI OLMAKTADIR?

- Maddi yardım, örneğin çocuğun ilk ihtiyaçları, ev idaresi, oturlan ev, mobilyalar ve de çocuğun bakımı için ödenmektedir.
- Bu maddi yardım, işsizlik parası II, sosyal yardım parası ve diğer sosyal hizmetlere ilaveten gelir olarak hesaplanmamaktadır.
- Yardımın miktarı ve süresi özel durumunuza bağlıdır.
- Federal Vakıf'ın maddi yardımı üzerinde hiçbir yasal hak yoktur.

NEREDEN BAŞVURABİLİRİM?

Maddi yardım başvurusu ülke çapında 1.200 Gebelik Danışmanlık Merkezi'nden birinde yapılabilir. Yardım başvurusunun hamilelik esnasında yapılması gerekmektedir. Danışmanlar size başvuru formlarını doldurmak ve gerekli belgeleri tamamlamakta yardımcı olacaklar. Ayrıca maddi ve bireysel destek hizmetleri ile ilgili her türlü sorularınıza sözlü ve uygulamalı olarak yardımcı olacaklar.

Maddi yardım başvurusunda bulunabileceğiniz size yakın Gebelik Danışmanlık Merkezi'ni nasıl bulabileceğiniz ile ilgili arama motoru ve bilgileri aşağıdaki linklerde bulabilirsiniz:

www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de/beratungsangebote.html

Bunun dışında bu linklerde hamilelik ve doğum ile ilgili önemli konular hakkında detaylı bilgi ve birçok yabancı dilde broşür bulabilirsiniz.



„BİZ HERKESE YARDIMCI OLABİLİRİZ“

- Monika, 45 yaşında, Gebelik Danışmanlık Merkezi'nde danışman

Bize herkes gelebilir: 14 yaşındaki öğrenciden tekrar hamile olabileceklerine ihtimal vermeyen menopoz döneminde olan kadına kadar... Baba adayları da bizde hoş karşılanır. Hamilelik ile ilgili genel soruların yanı sıra maddi yönden endişelenen ve bir çocuğun aslında „pahalı“ olabileceğini düşündüğü için gelenler de var. Bu durumda danışmanlarımız sizi yasal hakkınız hakkında bilgilendiriyor, mevcut olan destek seçeneklerini gösteriyor ve yardım talebi olanlar ile birlikte Federal Anne ve Çocuk Vakfı'na maddi destek için başvuru formunu dolduruyor. Hamilelik esnasında kadınlar kötü bir ayrılık yaşamış veya psikolojik sorunları var ise, psikolojik uzman ekiplerimiz destek olabiliyor. Ayrıca Anne-Çocuk-Kurumları gibi diğer kurumların iletişim detaylarını iletıyoruz.

Bizim için kadınların danışmanlık esnasında kendilerini rahat hissetmeleri çok önemlidir. Akıllarında olan her şeyi huzur ve tabular olmadan bize söyleyebilirler. Almancaya çok az hâkim olan kadınlara da destek olabilmek için ihtiyaç doğrultusunda görüşmeye tercüman dâhil edebiliyoruz. Her şey elbette gizlilik çerçevesi içerisinde ilerleyecektir çünkü her danışman sır saklama yükümlülüğüne tabidir.

Danışman olarak, destek için gelenleri belli bir noktaya yönlendirmemeye çalışıyorum. Danışmanlık, kadınların kendi durumları ile dürüstçe yüzleşmesi için imkan sağlıyor ve kadınlara kararları esnasında destek oluyor.

Ebe bana nasıl destek olabilir?

Ebeler çocuğun on ikinci yaşam haftasına kadar hamilelere, doğuranlara, annelere ve ailelere eşlik eder. Destek hem danışmanlık hem de tıbbi faaliyetleri kapsar. Bu hizmetlerin masraflarını yasal sağlık sigortası üstlenir. Daha henüz hamilelik sırasında bir ebe ile iletişime geçilmesi önerilir.

Anne (adayları) ve aileler sıkıntılı yaşam durumlarında (örneğin hastalık, ilişkideki anlaşmazlıklar, şiddet deneyimi, aşırı yük) - genelde çocuğun on ikinci yaşam haftasına kadar - bir **aile ebesinden** destek talep edebilirler.

Buradan size yakın olan uygun bir ebe veya aile ebesi bulabilirsiniz:

- www.hebammenverband.de/verband/landesverbaende
- www.bfhd.de/hebammensuche
- www.hebammensuche.de

ÖNERİ: Ayrıca jinekoloğunuza veya arkadaş ve tanıdık çevrenize tavsiye edebilecekleri ebe var mı diye sorabilirsiniz.

DANIŞMANLIK HAKKINIZ

Her kadın ve her erkek hamilelik, doğum ve aile planlaması ile ilgili tüm soruları için danışmanlık alma hakkına sahiptir (Gebelik Çatışma Hukuku, madde 2). Bunun için Almanya genelindeki 1.600'den fazla Gebelik Danışmanlık Merkezi'ne başvurabilirsiniz. Danışmanlık genellikle ücretsiz olur ve talep doğrultusunda anonim gerçekleşir.

Size en yakın Gebelik Danışmanlık Merkezi'ni aşağıdaki linkler üzerinden bulabilirsiniz:

- www.familienplanung.de
- www.dajeb.de
- >> Beratungsführer online

Danışmanlar size pratik destek alabilmeniz için yardımcı olmaktadır ve hamilelik sırasında veya doğum sonrasında hakkınız olan:

- ve iş yerinde özel haklar da dahil olmak üzere **aile destekleyici hizmetler ve yardımlar** hakkında bilgi verir,
- **konut, iş veya mesleki eğitim yeri** arayışınızda veya bir çocuk bakım yeri bulmanızda yardımcı olur,
- engelliler ve aileleri için destek olanakları sağlar.

Özellikle kürtaj yaptırmayı düşündüğünüzde ve hamilelik „sizi aşar ise“ danışmanlar size destek olurlar.

Finansal sıkıntı durumları söz konusu olduğunda Federal Anne ve Çocuk Vakfı'na ait 1.200'den fazla Gebelik Danışmanlık Merkezi'nden birine maddi destek için başvurabilirsiniz. Danışmanlar size bu konuda destek olacaklar.

Kanuni sağlık sigortalarının hamilelik ve annelik hizmetleri şunları kapsıyor:

- Tedbir amaçlı muayene
- Doktorlar ve ebeler tarafından bakım
- Ebe yardımı
- İlaç, bandaj ve yardımcı malzeme
- Yatılı doğum
- Evde bakım
- Ev yardımı
- Annelik parası