

BAHN FREI FÜR KINDER

WEGWEISER

RUND UM DIE GEBURT



**VERSICHERUNGSANSTALT
FÜR EISENBAHNEN & BERGBAU**

Wegweiser rund um die Geburt

Liebe werdende Mütter und Väter,

Schwangerschaft und Geburt sind bedeutsame Umbruchphasen im Leben von Frauen und Männern – mit vielen Entwicklungschancen.

Es ist aber auch eine Zeit, in der Begleitung durch andere und gesellschaftliche Rücken- deckung selbstverständlich sein sollten. Denn Kinder sind für uns alle wichtig!

Rechtzeitige Unterstützung und Hilfe kann das weitere Zusammenleben von Eltern und Kindern sowie ihre Gesundheit lebenslang beeinflussen. Umso wichtiger ist es sich umfassend zu informieren.

Oft mischen sich zu den Gefühlen der Freude, gerade wenn es sich um das erste Kind handelt, auch Zukunftsangst oder Unsicherheit und Zweifel darüber, ob Sie in der neuen Lebenssituation allen Herausforderungen und Belastungen gewachsen sind.

Da ist es gut zu wissen, welche Beratungsangebote es gibt und wo Sie Hilfe erhalten können.

Wir wollen Sie mit diesem Folder ermuntern, die bestehenden zahlreichen Möglichkeiten in Anspruch zu nehmen. Dafür haben wir Adressen von wichtigen Ansprechstellen, die vor und nach der Geburt Ihres Kindes von Bedeutung sind, zusammengestellt.

Darüber hinaus möchten wir Sie über den **Geburts100er** informieren. Dieser ist eine neue, freiwillige Leistung der Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau (VAEB) mit dem Sie wichtige Hebammenleistungen, wie

- **Geburtsvorbereitung**
- **Hebammenbeistand vor und nach der Geburt**
- **Rückbildungsgymnastik**

vergünstigt in Anspruch nehmen.

Egal, ob Sie Fragen zu Leistungen während der Schwangerschaft und über die Geburt hinaus haben, hier finden Sie was Sie brauchen.

**Ihre Versicherungsanstalt
für Eisenbahnen und Bergbau**

**Ihre Versicherung begleitet Sie
ein Leben lang.**

**Was die Zukunft
bringt weiß keiner,
wir wissen nur,
dass die Kinder
die Zukunft sind.**



allgemeine Ansprechstellen

Bundesministerium für Familien und Jugend (BMFJ)

Unter www.bmfj.gv.at finden Sie Informationen rund um die Familie.

Es gibt österreichweit über **390 geförderte Familien- und Partnerberatungsstellen**.

Dort können Sie sich **kostenlos** zu folgenden Themen beraten lassen:

- Familienplanung
- Empfängnisregelung
- Wirtschaftlich und sozial Relevantes für werdende Mütter
- AlleinerzieherInnen
- Ungewollte Schwangerschaft
- Rechtliche und soziale Familienfragen
- Sexualität und Partnerschaft
- Psychische Probleme
- Generationskonflikte

Familienservice – Informationen rund um die Familie

Für weitere Fragen steht Ihnen das Familienservice des BMFJ zur Verfügung.

Das Familienservice bietet Ihnen auch Beratung zum Thema Beihilfen und gibt genaue Anleitungen zu den Amtswegen rund um die Geburt. **Wohin zuerst – was muss ich tun?**

Sie erreichen die BeraterInnen **kostenlos** unter der

Tel: 0800/240 262
www.familienberatung.gv.at

Auf www.help.gv.at finden Sie unter „Geburt“ alle nützlichen Informationen unter anderem zu Mutterschutz, Wochengeld, Mutter-Kind-Pass, Namensrecht, Spitälern, Geburtsurkunde, Beihilfen und Förderungen, Kindsunterhalt und Amtswegen rund um die Geburt.

allgemeine Ansprechstellen

Elternbildung

Die Website ist eine Informationsplattform des BMFJ und bietet Tipps und Wissenswertes zum Thema Elternbildung. Darüber hinaus gibt es Informationen über österreichweite Veranstaltungen, ExpertInnenchats, Diskussionsforen und Literaturtipps.

www.eltern-bildung.at

Rat auf Draht – Rat und Hilfe in Erziehungsfragen

Ergänzend zum bestehenden Angebot der Eltern und Familienberatung gibt es für Eltern Unterstützung in Erziehungsfragen durch FamilienberaterInnen.

Tel: 147 rund um die Uhr, zum 0-Tarif

Bundesministerium für Bildung und Frauen – Frauensektion

Die MitarbeiterInnen der Frauenservicestelle und des speziellen Frauenservices für MigrantInnen informieren kostenlos zu frauenspezifischen Anliegen.

Frauenservicestelle:

Tel: 0800/20 20 11

Frauenhelpline gegen Gewalt:

Tel: 0800/222 555

www.frauenratgeberin.at

Minoritenplatz 5, 1014 Wien
www.bmbf.gv.at/frauen

Arbeiterkammer (AK)

Die AK informiert Sie in jedem Bundesland über rechtliche Belange, wie Beihilfen und Förderungen, Mutterschutz- und Karenzregelung, Wiedereinstieg.

Tel: (01) 501 65

www.arbeiterkammer.at

Ansprechstellen in den Bundesländern

In den Ämtern der Landesregierung in der Abteilung Familie erhalten Sie Informationen zu den Themen rund um die Geburt und Familien- und Erziehungsfragen.

Sie erhalten Informationen über geförderte Familienberatungsstellen. Die Expertinnen und Experten stehen Ihnen in sozialarbeiterischer, psychologischer, gynäkologischer und juristischer Hinsicht zur Verfügung.

Sie erhalten auch Auskunft über Krankenanstalten und Geburtskliniken.

Amt der Burgenländischen Landesregierung

Europaplatz 1, 7000 Eisenstadt
Tel: 057 600-0
www.bgld.gv.at

Amt der Kärntner Landesregierung

Arnulfplatz 1, 9020 Klagenfurt
Tel: 050 536
www.ktn.gv.at

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung

Landhausplatz 1, 3109 St. Pölten
Tel: (02742) 9005-0
www.noel.gv.at

Amt der Oberösterreichischen Landesregierung

Bahnhofplatz 1, 4021 Linz
Tel: (070) 77 20-0
www.land-oberoesterreich.gv.at

Amt der Salzburger Landesregierung

Gstättengasse 10, 5020 Salzburg
Tel: (0662) 80 42-2887
www.salzburg.gv.at

Amt der Steiermärkischen Landesregierung

8010 Graz-Burg
Tel: (0316) 877-0
www.steiermark.at

Amt der Tiroler Landesregierung

Eduard-Wallnöfer-Platz 3,
6020 Innsbruck
Tel: (0512) 508
www.tirol.gv.at

Amt der Vorarlberger Landesregierung

Römerstraße 15, 6901 Bregenz
Tel: (05574) 511-0
www.vorarlberg.at/

Magistrat der Stadt Wien

Rathaus, 1082 Wien
Tel: (01) 4000
www.wien.gv.at

**WAS die Zukunft bringt weiß keiner,
wir wissen nur,
dass die Kinder die Zukunft sind.**

Gesundheitsversorgung

Ärztammer Österreich

Informieren Sie sich bei der Ärztekammer in Österreich über FrauenärztInnen, KinderärztInnen, Kinderchirurgen in Ihrer Nähe!

Tel: (01) 514 06-0

eMail: post@aerztekammer.at

www.aerztekammer.at

Kinder- und Jugendheilkunde

Die Internetplattform der Österreichischen Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde informiert Sie über das Betreuungsangebot der KinderärztInnen sowie über Kinderspitäler und Ambulanzen.

www.docs4you.at

WICHTIG:

Im Mutter-Kind-Pass finden Sie Informationen und Adressen für die Zeit der Schwangerschaft und der ersten Jahre mit Ihrem Kind. Die erste Mutter-Kind-Pass-Untersuchung sollte noch vor der 16. Schwangerschaftswoche erfolgen!

Krankenanstalten

Über die Internetseite der Gesundheit Österreich GmbH/Geschäftsbereich ÖBIG erfahren Sie welche Spitäler Ihnen zur Verfügung stehen und erhalten Informationen zum Thema Geburt.

www.spitalskompass.at



Frauengesundheitszentren

In den Frauengesundheitszentren erhalten Sie teilweise kostenlose Beratung und Information zu den Themen rund um die Geburt wie Empfängnisverhütung, Familienplanung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Schwangerschaftsabbruch, Sexualberatung und vorgeburtliche Untersuchungen. Sie erhalten auch Informationen zu weiteren Fragen der Frauengesundheit und werden bei Bedarf weitervermittelt.

FGZ Kärnten

Völkendorferstr. 23, 9500 Villach
Tel: (04242) 530 55
www.fgz-kaernten.at

FGZ Linz

Kaplanhofstr. 1, 4020 Linz
Tel: (0732) 774 460
www.fgz-linz.at

FGZ Wels

Kaiser-Franz-Josef Platz 52/1,
4600 Wels
Tel: (07242) 351 686-18
www.fgz.at

FGZ ISIS

Alpenstr.48 (Zentrum Herrnau)
5020 Salzburg
Tel: (0662) 442 255
www.fgz-isis.at

FGZ Graz

Joanneumring 3, 8010 Graz
Tel: (0316) 837 998
www.fgz.co.at

FGZ FEM

in der Semmelweis Frauenklinik
Bastiengasse 36-38, 1180 Wien
Tel: (01) 476 15-5771
www.fem.at

FGZ FEM Süd

im Kaiser Franz Josef Spital
Kundratstraße 3, 1100 Wien
Tel: (01) 601 91-5201
www.fem.at

Hier werden Leistungen in türkisch, serbisch, bosnisch und kroatisch angeboten.



Hebammeneinrichtungen

Schwangerschaft und Geburt gehören für viele Frauen zu den einschneidendsten und wichtigsten Lebensereignissen. Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten ein Kind auf die Welt zu bringen. Die Hebamme arbeitet mit Ihnen während der Schwangerschaft, der Geburt und in den Tagen und Wochen danach. Wenden Sie sich an eine Hebamme in Ihrer Nähe und lassen Sie sich beraten zu Schwangerschaft, Wochenbett, Geburtsvorbereitung, ambulante Geburten, sowie Stillberatung, Yoga für Schwangere.

Österreichisches Hebammengremium

Tel: (01) 71728 163
oehg@hebammen.at
www.hebammen.at

KINDER KOMMEN DURCH FRAUENKRAFT

Leitsatz des österreichischen Hebammengremiums

Landesgeschäftsstelle Burgenland

bgld@hebammen.at
www.burgenland.hebammen.at

Landesgeschäftsstelle Kärnten

kaerten@hebammen.at
www.kaernten.hebammen.at

Landesgeschäftsstelle Niederösterreich

noe@hebammen.at
www.niederoesterreich.hebammen.at

Landesgeschäftsstelle Oberösterreich

oberoesterreich@hebammen.at
www.oberoesterreich.hebammen.at

Landesgeschäftsstelle Salzburg

salzburg@hebammen.at
www.salzburg.hebammen.at

Landesgeschäftsstelle Steiermark

steiermark@hebammen.at
www.steiermark.hebammen.at

Landesgeschäftsstelle Tirol

tirol@hebammen.at
www.tirol.hebammen.at

Landesgeschäftsstelle Vorarlberg

vorarlberg@hebammen.at
www.vorarlberg.hebammen.at

Landesgeschäftsstelle Wien

wien@hebammen.at
www.wien.hebammen.at

Gesundheitsförderung und Prävention
von Mutter und Kind beginnt
schon während der Schwangerschaft.

Hebammeneinrichtungen

WO KINDER SIND, DORT IST EIN GOLDENES ZEITALTER

Novalis

Hebammenarbeit

In der Schwangerschaft:

Untersuchungen, Information, Hausbesuche, Geburtsvorbereitung

Bei der Geburt:

Begleitung und Betreuung bei der Geburt im Krankenhaus, Entbindungsheim oder zuhause

Nach der Geburt:

Hausbesuche, Untersuchungen, Hilfe beim Stillen, Rückbildungsgymnastik und Babypflege

Hebammenzentrum Graz

Südtirolerplatz 7/1

8020 Graz

Tel: (0316) 7186 86

www.hebammenzentrum-graz.at

Hebammenzentrum – Verein freier Hebammen

Lazarettgasse 8/1B/1

1090 Wien

Tel: (01) 408 80 22

www.hebammenzentrum.at



Gruppen und soziale Einrichtungen

Family Business

ist eine österreichweite Initiative zur Vernetzung und Vermittlung von Kinderbetreuungsangeboten. Auf der Internetseite finden Sie Informationen zu Kinderbetreuungsangeboten aller Art: Eltern-Kind-Zentren, Ferienbetreuung, Hort, Kindergarten, Kindergruppen, Krankenpflege, Nachmittagsbetreuung, Oma/Opa Vermittlung, Tagesbetreuung 0-3 Jahre und Tagesmütter.

www.kinderbetreuung.at
info@kinderbetreuung.at

Telefonseelsorge

Die Telefonseelsorge ist in ganz Österreich – 24 Stunden am Tag, auch an Sonn- und Feiertagen – für Sie gebührenfrei erreichbar.

Notrufnummer 142
www.telefonseelsorge.at

WICHTIGE NOTFALLNUMMERN:

Rettung: 144

Feuerwehr: 122

Polizei: 133

Vergiftungszentrale: (01) 406 43 43

Caritas

Die Angebote der Caritas für Familien sind vielfältig und reichen von Kindergärten bis zu FamilienhelferInnen, die Familien zu Hause in Krisensituationen beistehen und schwierige Zeiten überbrücken helfen. In Familien- und Schwangerenberatungsstellen erhalten Sie Beratung für viele Nöte. Wenden Sie sich an die Bundesgeschäftsstelle um Informationen über Angebote in Ihrer Nähe zu bekommen.

Albrechtskreithgasse 19-21
1160 Wien
Tel: (01) 488 31-0
www.caritas.at

Lebenshilfe

Die Lebenshilfe bietet Frühförderung für Familien mit behinderten Kleinkindern, sonderpädagogische und integrative Kindergärten. Wenden Sie sich an die Bundesgeschäftsstelle um Informationen in Ihrer Nähe zu erhalten.

Förstergasse 6
1020 Wien
Tel: (01) 812 26 42
www.lebenshilfe.at

soziale Einrichtungen

Hilfswerk

Das Hilfswerk bietet Ihnen Unterstützung bei der Suche nach Kinderbetreuung, zum Thema Lernen, Jugend und Familie sowie Infos bei rechtlichen und finanziellen Fragen. Wenden Sie sich an die Bundesgeschäftsstelle um Informationen in Ihrer Nähe zu erhalten.

Apollogasse 4/5
1070 Wien
Tel: (01) 404 42-0
www.hilfswerk.at

Volkshilfe

Die Dienstleistungsangebote der Volkshilfe orientieren sich an den Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen unterschiedlicher sozialer, kultureller und ethnischer Herkunft sowie der erwerbstätigen und nicht erwerbstätigen Eltern durch Ganztages- und Ganzjahresbetreuung. Wenden Sie sich an die Bundesgeschäftsstelle um Informationen in Ihrer Nähe zu erhalten.

Auerspergstr. 4
1010 Wien
Tel: (01) 402 62 09-0
www.volkshilfe.at

Große schützen Kleine

In Österreich ereignen sich jährlich ca. 170.000 Kinderunfälle – informieren Sie sich über Unfallverhütung im Kindesalter bei der Initiative **Große schützen Kleine**.

LKH-Univ.Klinikum Graz
Univ. Klinik für Kinderchirurgie
Auenbruggerplatz 49
8036 Graz
Tel: (0316) 385 137 64
www.grosse-schuetzen-kleine.at



Unterstützung hilft.

Klassische Leistungen Ihrer Sozialversicherung

Informationen über vorgesehene Leistungen aus dem Versicherungsfall der Mutterschaft: Ärztlicher Beistand, Hebammenbeistand (bei Hausgeburten, ambulanter Entbindung, vorzeitiger Entlassung), Beistand durch Dipl.Kinderkranken-, Säuglingsschwestern und Pflege in einer Krankenanstalt/Entbindungsheim, Heilbehelfe und Medikamente sowie Wochengeld.

Informieren Sie sich über die Leistungen bei den angeführten Ansprechpersonen sowie in ihren Gesundheits- und Betreuungszentren (GBZ).



VAEB **100**er Geburts

- für **Geburtsvorbereitung,**
- **Hebammenbetreuung und**
- **Rückbildungsgymnastik**

Der **Geburts100er** dient der Inanspruchnahme einer außervertraglichen Hebammenleistung von **freiberuflichen Hebammen** für **ALLE** bei der VAEB-Versicherten Frauen.

- Dieser kann für Leistungen einer Hebamme in Anspruch genommen werden, einlösbar im Zeitraum zwischen der 28. Schwangerschaftswoche und 3 Monate nach der Geburt.
- Er dient zur Abdeckung von 70% der von der Hebamme in Rechnung gestellten Kosten. Höchstens können 100 Euro abgerechnet werden.
- Leistungen, die mit dem **Geburts100er** verrechnet werden können, sind: Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare, Hebammenbetreuung vor oder nach der Geburt (für alle Versicherten) und Rückbildungsgymnastik.



Der sichere Weg

Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau

Hauptstelle Wien

Linke Wienzeile 48-52
1060 Wien

Geschäftsstelle Graz

Lessingstraße 20
8010 Graz

Tel: 050 23 50-0
www.vaeb.at

GBZ Villach

Bahnhofplatz 1
9500 Villach
Tel: 050 23 50-36600

GBZ Wien

Linke Wienzeile 48-52
1060 Wien
Tel: 050 23 50-36500

Außenstelle Eisenerz

Hammerplatz 1
8790 Eisenerz
Tel: 050 23 50-36450

Die Gesundheits- und Betreuungszentren (GBZ) der VAEB

GBZ Graz

Europaplatz 3
8020 Graz
Tel: 050 23 50-36400

GBZ Innsbruck

Südtiroler Platz 3
6020 Innsbruck
Tel: 050 23 50-36800

GBZ Linz

Bahnhofplatz 3
4020 Linz
Tel: 050 23 50-36900

GBZ Salzburg

Südtiroler Platz 1
5020 Salzburg
Tel: 050 23 50-36700

Wochengeld, Kinderbetreuungsgeld

Tel: 050 23 50-31701 oder 31702

Abrechnung von Vertragshebammen

Tel: 050 23 50-32509

Rückerstattung von Leistungen z.B: Hebammen, Wahlärzten etc.

Tel: 050 23 50-32601

Ob Frau alleine oder mit Mann
Ihre Versicherung begleitet Sie
und Ihr Kind ein Leben lang.



BAHN FREI FÜR KINDER

Ihr Institut für Gesundheitsförderung
und Prävention im Auftrag der

**Versicherungsanstalt
für Eisenbahnen und Bergbau**

weitere Informationen unter
www.vaeb.at

Die Ansprechstellen wurden ausgewählt und entsprechen dem Stand vom
1.10.2014. Die Vollständigkeit der Angaben ist nicht gewährleistet.

Impressum:

Medieninhaber und Herausgeber:
Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau
1060 Wien, Linke Wienzeile 48-52

2.2017



**VERSICHERUNGSANSTALT
FÜR EISENBAHNEN & BERGBAU**