



hamboorg.city

## Mutterschutz και Δικαιώματα της Επιμέλειας Θηλασμού

Mutterschutz, Mutterschaftsgeld, προνατάλια περίθαλψη και μαία: Τα δικαιώματά σας ως έγκυος γυναίκα στη Γερμανία. Ενημέρωση: Μάρτιος 2026.

**Deutsche Begriffe:** Mutterschutz | Schwangerschaft | Mutterschaftsgeld | Hebamme | Vorsorgeuntersuchung

## Mutterschutz και Δικαιώματα της Επιμέλειας Θηλασμού

> Ενημέρωση: Μάρτιος 2026. Όλες οι πληροφορίες παρέχονται χωρίς εγγύηση.

### Mutterschutz

Ο **Νόμος Προστασίας της Μητρότητας (MuSchG)** προστατεύει τις εργαζόμενες έγκυες γυναίκες:

Περίοδοι προστασίας:

- **6 εβδομάδες πριν** από τον εκτιμώμενο ημερομηνία τοκετού: Δεν **επιτρέπεται** να εργάζεστε (προαιρετικά συνεχίστε εθελοντικά)
- **8 εβδομάδες μετά** τον τοκετό: Δεν **επιτρέπεται** να εργάζεστε (απόλυτη περίοδος προστασίας)
- Σε περίπτωση πρόωρου τοκετού ή πολλαπλής γέννας: **12 εβδομάδες** μετά τον τοκετό

Προστασία από απόλυση:

- Από την έναρξη της εγκυμοσύνης έως **4 μήνες μετά τον τοκετό**, ο εργοδότης σας **δεν μπορεί να σας απολύσει**
- Ισχύει και κατά τη διάρκεια της άδειας γονέων

## Mutterschaftsgeld

Ποιος το παίρνει;

- Εργαζόμενες γυναίκες με υποχρεωτική κοινωνική ασφάλιση

Πόσα χρήματα;

- **Ταμείο αρρώστειας:** Μέγιστο 13 €/ημέρα
- **Επίδομα εργοδότη:** Διαφορά από το μέσο καθαρό μισθό
- **Αποτέλεσμα:** Λαμβάνετε το **πλήρες καθαρό μισθό σας** κατά τη διάρκεια της περιόδου προστασίας!

Πού να υποβάλετε αίτηση;

- **Ταμείο αρρώστειας:** Αίτηση για Mutterschaftsgeld + ιατρικό πιστοποιητικό για την εκτιμώμενη ημερομηνία τοκετού
- **Εργοδότης:** Ενημερώνεται αυτόματα και καταβάλλει το επίδομα

## Προνατάλια περίθαλψη

Το ταμείο αρρώστειας καλύπτει:

- **Τακτικές προληπτικές εξετάσεις** (περίπου κάθε 4 εβδομάδες, αργότερα κάθε 2 εβδομάδες)
- **3 υπερηχογραφήματα** (πρόσθετες εξετάσεις ως υπηρεσία IGeL: 30-100 €)
- **Εξετάσεις αίματος, μέτρηση αρτηριακής πίεσης, εξέταση ούρων**
- **Υπηρεσίες μαιάς** — εντελώς δωρεάν!

## Εύρεση μαιάς

Μια **μαιά** σας συνοδεύει πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τον τοκετό:

- Το ταμείο αρρώστειας καλύπτει τα έξοδα
- **Ψάξτε νωρίς!** (κατά προτίμηση από την 8η εβδομάδα εγκυμοσύνης)
- Πύλες αναζήτησης: ammely.de (GKV-Spitzenverband), hebammensuche.de

## Γέννηση στο νοσοκομείο

- **Περιήγηση στο θάλαμο γέννησης** εκ των προτέρων (δωρεάν)
- Έξοδα νοσοκομείου: καλύπτονται πλήρως από το ταμείο αρρώστειας
- **Πιστοποιητικό γέννησης** να υποβληθεί στο γραφείο δημοτολογίου εντός 1 εβδομάδας

## Μετά τον τοκετό — Άμεσες ενέργειες:

1.  **Πιστοποιητικό γέννησης** στο γραφείο δημοτολογίου (εντός 1 εβδομάδας)
2.  Υποβολή αίτησης για **Kindergeld** (259 €/μήνα, με αναδρομική ισχύ έως 6 μήνες)
3.  Υποβολή αίτησης για **Elterngeld** (εντός 3 μηνών)
4.  **Ασφάλιση υγείας** για το παιδί (Οικογενειακή ασφάλιση GKV: δωρεάν)
5.  Εγγραφή του παιδιού στο **Γραφείο Δημοτολογίου**

## Συμβουλές για μητέρες του εξωτερικού

- Οι μαίες συχνά μιλούν μόνο γερμανικά — αλλά υπάρχουν **μαίες που μιλούν την μητρική γλώσσα** (ρωτήστε στα κέντρα συμβουλών)
- Η **συμβουλευτική σχετικά με την εγκυμοσύνη** είναι δωρεάν και εμπιστευτική (pro familia, AWO, Caritas, Diakonie)
- Οι έγκυες γυναίκες συχνά λαμβάνουν **άδεια παραμονής γρηγορότερα** — ενημερώστε τη Δ/ση Αλλοδαπών