



hamboorg.city

Ciąża i ochrona macierzyństwa — Twoje prawa jako przyszła matka

Ochrona macierzyństwa, zasiłek macierzyński, badania profilaktyczne i położna: co przysługuje Ci w Niemczech jako kobieta w ciąży. Stan: marzec 2026.

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

Ciąża i ochrona macierzyństwa — Twoje prawa jako przyszła matka

> Stan: marzec 2026. Wszystkie informacje bez gwarancji.

Ochrona macierzyństwa

Ustawa o ochronie macierzyństwa (MuSchG) chroni pracowniczki w ciąży:

Okresy ochronne:

- **6 tygodni przed** spodziewaną datą porodu: **nie możesz** pracować (na życzenie możesz pracować dobrowolnie)
- **8 tygodni po** porodzie: **nie możesz** pracować (bezwzględny okres ochronny)
- W przypadku porodu przedwczesnego lub bliźniąt: **12 tygodni** po porodzie

Ochrona przed zwolnieniem:

- Od rozpoczęcia ciąży do **4 miesięcy po porodzie** pracodawca **nie może Cię zwolnić**
- Dotyczy również okresu urlopu rodzicielskiego

Zasiłek macierzyński

Kto go otrzymuje?

- Pracowniczki ubezpieczone w publicznej kasie chorych

Ile wynosi?

- **Kasa chorych:** 13 €/dzień (maks.)
- **Dopłata pracodawcy:** różnica do średniego wynagrodzenia netto
- **Wynik:** Otrzymujesz **pełne wynagrodzenie netto** w okresie ochronnym!

Gdzie złożyć wniosek?

- **Kasa chorych:** Wniosek o zasiłek macierzyński + zaświadczenie lekarskie o przewidywanej dacie porodu
- **Pracodawca:** Sam się informuje i automatycznie wypłaca dopłatę

Badania profilaktyczne w ciąży

Ubezpieczenie zdrowotne pokrywa:

- **Regularne badania profilaktyczne** (ok. co 4 tygodnie, później co 2 tygodnie)
- **3 badania ultrasonograficzne** (dodatkowe badania jako usługi płatne: 30-100 €)
- **Badania krwi, pomiar ciśnienia, badanie moczu**
- **Opieka położnej** — całkowicie bezpłatna!

Znalezienie położnej

Położna towarzyszy Ci przed, w trakcie i po porodzie:

- Koszty pokrywane przez ubezpieczenie zdrowotne
- **Szukaj jak najwcześniej!** (najlepiej od 8. tygodnia ciąży)
- Portale wyszukiwarki: ammely.de (GKV-Spitzenverband), hebammensuche.de

Poród w szpitalu

- **Wizytę w sali porodowej** wykorzystaj wcześniej (bezpłatnie)
- Koszty szpitala: całkowicie pokrywane przez ubezpieczenie zdrowotne
- **Akt urodzenia** - złóż wniosek w urzędzie stanu cywilnego w ciągu 1 tygodnia

Po porodzie — do załatwienia natychmiast:

1. **Akt urodzenia** w urzędzie stanu cywilnego (w ciągu 1 tygodnia)
2. Wniosek o **zasilek rodzinny** (259 €/miesiąc, wstecznie maks. 6 miesięcy)
3. Wniosek o **zasilek rodzicielski** (w ciągu 3 miesięcy)
4. **Ubezpieczenie zdrowotne** dla dziecka (ubezpieczenie rodzinne GKV: bezpłatne)
5. Zarejestruj dziecko w **urzędzie meldunkowym**

Porady dla matek zagranicznych

- Położne często mówią tylko po niemiecku — ale są **położne mówiące językami ojczystymi** (zapytaj w poradniach)
- **Poradnictwo w ciąży** jest bezpłatne i poufne (pro familia, AWO, Caritas, Diakonie)
- Ciężarne kobiety często otrzymują **szybciej tytuł pobytu** — powiadom urząd ds. cudzoziemców