

## **Checkliste Vorbereitung Geburt**

### **Geburtsspital / Geburtshaus**

Wo möchte ich mein Kind gebären? Infoabend für werdende Eltern besuchen.  
Öffentliche Spitäler der Stadt Zürich: Universitätsspital, Triemli, Zollikerberg, Spital Limmattal  
Speziell Stadtpital Triemli: Hebammen geleitete Geburt oder Beleghebamme  
Privatspitäler: Bethanien, Hirslanden, Klinik im Park  
Geburtshäuser: Geburtshaus Zollikerberg, Geburtshaus Delphys.

Broschüre: «Wie bringen Sie Ihr Kind zur Welt» (auf unserer Homepage) lesen.

### **Geburtsvorbereitungskurs**

Im Geburtsspital oder durch Hebamme vermittelt.  
Kurse in verschiedenen Sprachen finden Sie unter: [www.mamamundo.ch](http://www.mamamundo.ch)

### **Hebamme**

Hebamme für die ambulante Betreuung im Wochenbett organisieren:  
[www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch)  
[www.hebammensuche.ch](http://www.hebammensuche.ch)  
[www.familystart.ch](http://www.familystart.ch)  
Hebammenpraxis Nordstrasse

### **Doula**

Eventuell kommt für Sie eine Doula-Geburtsbegleitung in Frage. Hier wird die gebärende Frau zusätzlich zur Hebamme von einer ihr vertrauten, geburtserfahrenen Frau begleitet.  
Infos: [www.doula.ch](http://www.doula.ch)

### **Kinderarzt / Kinderärztin**

Kinderarzt/Kinderärztin nahe Wohnort suchen.  
Falls Sie ihr Kind gerne von einem Kinderarzt in der mediX Gruppenpraxis betreuen lassen möchten, erkundigen Sie sich bitte bei uns am Empfang, wie die aktuellen Aufnahmebedingungen lauten.  
Grundsätzlich werden Neugeborene aus dem Quartier Wipkingen oder wenn bereits ältere Geschwister von einem unserer Kinderärzte betreut werden, immer aufgenommen.

### **Krankenkasse Kind**

Das Kind für die obligatorische Krankenkasse anmelden (Grundversicherung)  
Bei Bedarf eine Zusatzversicherung für das Kind anmelden (vorgeburtlich bei einigen Krankenkassen möglich. Vorteil: kein Gesundheitscheck/ keine Ausschlüsse)

### **Vaterschaftsanerkennung**

Wenn Sie nicht verheiratet sind, haben Sie die Möglichkeit, die Vaterschaft beim Zivilstandsamt anerkennen zu lassen. In diesem Rahmen können Sie auch das gemeinsame Sorgerecht für Ihr Kind festlegen.

### **Arbeitsunfähigkeit in der Schwangerschaft**

In der Schweiz besteht grundsätzlich eine Arbeitsfähigkeit bis zum Geburtstermin. Sie dürfen in der Schwangerschaft bei Unwohlsein jederzeit den Arbeitsplatz verlassen, der Arbeitgeber ist dann jedoch nicht verpflichtet, die fehlende Arbeitszeit zu finanzieren. Ein Arbeitsunfähigkeitszeugnis können wir Ihnen nur im Falle von Krankheit oder Schwangerschaftskomplikationen ausstellen.