

# Schwanger?

Wissenswertes und Unterstützungsangebote





# **Schwanger?**

Wissenswertes und Unterstützungsangebote

## Impressum

Medieninhaber, Verleger und Herausgeber:  
Bundeskanzleramt, Ballhausplatz 2, 1010 Wien  
Gesamtumsetzung: Bundeskanzleramt  
Gestaltung: BKA Design & Grafik  
Fotonachweise: iStock, Andreas Wenzel (Vorwort)  
Druck: Gerin Druck GmbH

### Copyright und Haftung:

Auszugsweiser Abdruck ist nur mit Quellenangabe gestattet, alle sonstigen Rechte sind ohne schriftliche Zustimmung des Medieninhabers unzulässig.  
Es wird darauf verwiesen, dass alle Angaben in dieser Publikation trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr erfolgen und eine Haftung des Bundeskanzleramtes und der Autorin/des Autors ausgeschlossen ist. Rechtsausführungen stellen die unverbindliche Meinung der Autorin/des Autors dar und können der Rechtsprechung der unabhängigen Gerichte keinesfalls vorgreifen.

Rückmeldungen: Ihre Überlegungen zu vorliegender Publikation übermitteln Sie bitte an [familienservice@bka.gv.at](mailto:familienservice@bka.gv.at)

Wien, 2026

Stand: Juni 2025, überarbeitetes Vorwort Jänner 2026

## Österreich unterstützt Familien.

Ich gratuliere Ihnen sehr herzlich zum Familienzuwachs!

Wo Menschen füreinander sorgen, wollen wir als Staat so gut es geht unterstützen. In Österreich ist das seit vielen Jahren Realität. Kein anderes Land in Europa unterstützt Familien so stark wie wir. Als Familienministerin ist es mir ein Anliegen, Familien so gut es geht zu entlasten. Der Staat hat Familien nicht vorzuschreiben, wie sie zu leben haben. Wir möchten den Eltern echte Wahlfreiheit ermöglichen. Weil Eltern wissen am besten, was für ihre Kinder gut ist. Sie sollen bei uns die Freiheit haben, die für ihre Situation passenden Optionen zu wählen.



Ein Kind zu erwarten ist etwas ganz Besonderes. Es ist eine Zeit der Freude, aber auch einiger Fragen. Als Familienministerin ist es mir wichtig, dass Sie umfassend unterstützt werden, um die für Sie richtigen Entscheidungen treffen zu können. In dieser Broschüre haben unsere Expertinnen und Experten für Sie die wichtigsten Informationen zusammengefasst: Welche finanziellen Unterstützungen gibt es? Was ist in der Arbeit zu beachten? Welche Regelungen gelten rund um Karenz und Pension? Wie weiß ich, ob es meinem Baby gut geht? Welche Möglichkeiten der Beratung gibt es?

Alles Gute Ihnen und Ihrer Familie

A handwritten signature in blue ink that reads "Claudia Bauer". The script is elegant and cursive, with the first letters of the first and last names being capitalized and prominent.

Claudia Bauer

Bundesministerin für Europa, Integration und Familie

# Inhalt

<b>Ich bin schwanger, was jetzt?</b> .....	<b>6</b>
<b>Wichtige Termine rund um die Schwangerschaft</b> .....	<b>8</b>
<b>Rahmenbedingungen und Leistungen für Schwangere und Eltern</b> .....	<b>10</b>
Wie weiß ich, ob es meinem Baby gut geht? .....	11
Eltern-Kind-Pass .....	11
Woher bekomme ich finanzielle Unterstützung? .....	12
Familienbeihilfe und Kinderabsetzbetrag .....	12
Kinderbetreuungsgeld .....	14
Leistungen der Länder .....	18
Familienreferate der Bundesländer .....	18
Kinderbetreuung .....	19
Was ist mit meinem Job? .....	20
Mutterschutz .....	20
Familienzeit zu dritt: Papamonat .....	21
Karenz .....	22
Elternteilzeit .....	22
Wie sieht es mit meiner Pension aus? .....	23
Kindererziehungszeiten .....	23
Pensionssplitting .....	24

**Keine Schwangerschaft ohne Sorgen .....25**

Wer hilft mir, wenn die erste Zeit mit dem Kind für mich zu schwierig wird? .....27

Frühe Hilfen .....27

Ich will das Kind nicht behalten, welche Wege gibt es? .....27

Anonyme Geburt und Babyklappe .....28

Adoption .....29

Schwangerschaftsabbruch .....29

Bin ich zu jung für ein Baby? .....30

**Bildung, Beratung und Begleitung .....31**

Familienberatung/Schwangerenberatung .....32

Elternberatung im Rahmen des Eltern-Kind-Passes .....33

Frauen- und Mädchenberatung .....34

Kinder- und Jugendhilfe .....34

Frauengesundheitszentren .....35

Frauenhelpline .....35

Elternbildung .....35

ElternTIPPs .....36

Ich bin  
schwanger,  
was jetzt?



Vom positiven Schwangerschaftstest bis zu einem routinierten Umgang mit einem Baby liegen viele Emotionen, Sorgen und manchmal auch Zweifel. Neben vielen Glücksmomenten findet man sich immer wieder in neuen und erstmalig wahrgenommenen Lebenssituationen, in denen man sich unsicher fühlt. Das ist ganz normal.

Es ist auch ganz normal, dass in dieser sensiblen Phase unzählige Fragen rund um die Schwangerschaft und die Zeit danach auftauchen. Bin ich schon bereit für ein Baby? Passt das jetzt in meine Lebensplanung? Wie werde ich das alles schaffen? Muss ich das alleine schaffen – wer kann mir helfen?

Da sich viele Eltern und Familien, wenn auch in unterschiedlichsten Lebenssituationen, oft die gleichen Fragen stellen, wurde in dieser Broschüre Wissenswertes zu den Themen Schwangerschaft, Geburt, Elternschaft und Erziehung zusammengefasst. Auf den folgenden Seiten finden Sie umfangreiche Informationen zu den Unterstützungsleistungen des Bundes von Familienbeihilfe und Kinderbetreuungsgeld, den rechtlichen Rahmenbedingungen wie Mutterschutz oder Karenz bis hin zur Anrechnung der Kindererziehungszeit für die Pension. Darüber hinaus soll das Augenmerk auf die sehr herausfordernde Lebenssituation der ungeplanten Schwangerschaft gelegt werden, welche oftmals noch zusätzliche Sorgen und Empfindungen auslöst.

Sollten darüber hinaus Fragen auftauchen, können Sie sich auch gerne an das Familienservice des Bundeskanzleramtes wenden: **0800 240 262** (gebührenfrei) von Montag bis Donnerstag 9:00 bis 15:00 Uhr oder per E-Mail an [familienservice@bka.gv.at](mailto:familienservice@bka.gv.at)

Weitere Informationen finden Sie am Familienportal des Bundeskanzleramtes und bei den österreichweiten Familienberatungsstellen  
[www.familienportal.gv.at](http://www.familienportal.gv.at)  
[www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at)

# Wichtige Termine rund um die Schwangerschaft

## 12 Wochen vor der Geburt

- Väter: Papamonat bei Arbeitgeberin/beim Arbeitgeber vorankündigen

## 4 Wochen vor Beginn der Schutzfrist

- Arbeitgeberin/Arbeitgeber auf Beginn der Schutzfrist aufmerksam machen



## Feststellung Schwangerschaft

- Eltern-Kind-Pass erhalten
- Schwangerschaft und voraussichtlichen Geburtstermin der Arbeitgeberin/dem Arbeitgeber mitteilen
- Anmeldung im Krankenhaus

## 8 Wochen vor Geburt

- Beantragung Wochengeld beim zuständigen Krankensversicherungsträger
- Beginn der Schutzfrist

- Während der Schwangerschaft sind 5 Eltern-Kind-Pass Untersuchungen vorgesehen.



## Geburt des Kindes

- Anzeige der Geburt (Krankenhaus), Geburtsurkunde (Standesamt)
- Familienbeihilfe wird grundsätzlich automatisch ausgezahlt
- Meldung Sozialversicherung erfolgt grundsätzlich automatisch
- Wohnsitzmeldung (Gemeindeamt/Magistrat)
- Antrag Kinderbetreuungsgeld einbringen (beim zuständigen Krankenversicherungsträger)
- bei unverheirateten Paaren ggf. Vaterschaftsanerkennung (Standesamt)
- Staatsbürgerschaftsanerkennung für Kind beantragen (Standesamt)
- 1. Eltern-Kind-Pass-Untersuchung des Kindes

### Innerhalb Schutzfrist für die Mutter bzw. 8 Wochen ab Geburt für den Vater

- Karenz bei Arbeitgeberin/  
Arbeitgeber bekanntgeben

### 15. Lebensmonat des Kindes

- 4 weitere Eltern-Kind-Pass-Untersuchungen des Kindes bis zur Vollendung des 15. Lebensmonats (Nachweis für Kinderbetreuungsgeld)

1

Als weitere Unterstützung finden Sie unter anderem eine personalisierte **Checkliste** zu diesen Themen im Digitalen Babypoint (Anmeldung mit ID Austria).

# Rahmen- bedingungen und Leistungen für Schwangere und Eltern



Worauf kann ich mich verlassen? Woher bekomme ich finanzielle Unterstützungen? Bekomme ich auch Geld, wenn ich nicht gearbeitet habe? Verliere ich meinen Job? Wie schaffe ich die Vereinbarkeit von Familie und Beruf, wenn ich wieder arbeite? Wer kann mir helfen? Kein Grund zur Sorge – Österreich ist ein Staat mit zahlreichen Familienleistungen, die Schwangere und Familien unterstützen und auch die Vereinbarkeit von Familie und Beruf erleichtern sollen. Darüber hinaus bieten arbeits- und pensionsrechtliche Rahmenbedingungen einen zuverlässigen Schutz.

## Wie weiß ich, ob es meinem Baby gut geht?

### Eltern-Kind-Pass

Der Eltern-Kind-Pass beinhaltet verschiedene medizinische Untersuchungen während der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren Ihres Kindes. Diese regelmäßigen Untersuchungen zeigen, ob mit Ihrem Baby alles in Ordnung ist. Die Untersuchungsergebnisse werden dabei im Eltern-Kind-Pass dokumentiert.



Auch wenn Sie nicht versichert sind, haben Sie Anspruch auf den Eltern-Kind-Pass. Sie müssen sich jedoch vor der Inanspruchnahme einer Untersuchung von der **Österreichischen Gesundheitskasse einen Anspruchsbeleg** ausstellen lassen.



Der Nachweis der **Eltern-Kind-Pass-Untersuchungen** ist erforderlich um das Kinderbetreuungsgeld in voller Höhe zu erhalten.

Um gesundheitliche Risiken für Ihr Kind zu erkennen, können ergänzend zu den regulären Eltern-Kind-Pass-Untersuchungen spezielle medizinische Untersuchungen durchgeführt werden, um allenfalls eine frühzeitige Behandlung zu ermöglichen. Ob Sie diese spezifischen Testungen zusätzlich zu den standardmäßigen Eltern-Kind-Pass Untersuchungen vornehmen lassen möchten, können Sie frei entscheiden. Dafür sollten Sie Ihre individuelle Lebenssituation heranziehen und die möglichen Risiken und Belastungen, die mit einer entsprechenden Diagnose einhergehen können, sorgfältig und in aller Ruhe abwägen. Lassen Sie sich dazu eingehend ärztlich beraten.

Im Rahmen des Eltern-Kind-Passes gibt es zwischen der 18. und 22. Schwangerschaftswoche die Möglichkeit einer kostenlosen Hebammenberatung. Dies ist ein zusätzliches Angebot zu den ärztlichen Vorsorgeuntersuchungen. Dabei können Sie alles besprechen, was Ihnen wichtig ist: die Wahl des Geburtsortes, Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft, gesundheitsförderndes und präventives Verhalten.



Eine Liste der Kontaktpersonen finden Sie auf der Website [www.hebammen.at](http://www.hebammen.at)

## Woher bekomme ich finanzielle Unterstützung?

In Österreich stehen vielfältige Familienleistungen zur Verfügung, die Familien mit Kindern unterstützen.



### Familienbeihilfe und Kinderabsetzbetrag

Grundsätzlich haben Eltern unabhängig von der Höhe ihres Einkommens Anspruch auf Familienbeihilfe für ihre Kinder bis zu deren Volljährigkeit bzw. für

volljährige Kinder in Berufsausbildung bis zur Vollendung des 24. Lebensjahres, wenn sich der Mittelpunkt der Lebensinteressen in Österreich befindet und sich das Kind ständig in Österreich aufhält.

Wenn beide Elternteile im gemeinsamen Haushalt mit dem Kind wohnen, erhält grundsätzlich die Mutter die Familienbeihilfe und den Kinderabsetzbetrag. Lebt das Kind weder bei der Mutter noch beim Vater, erhält derjenige Elternteil die Familienbeihilfe, der überwiegend die Unterhaltskosten für das Kind trägt.

Personen ohne österreichische Staatsbürgerschaft benötigen zusätzlich einen rechtmäßigen Aufenthalt in Österreich (NAG-Karte bzw. EU-Anmeldebescheinigung) bzw. müssen bestimmte asylrechtliche Voraussetzungen erfüllen. In grenzüberschreitenden Fällen innerhalb der EU / des EWR und der Schweiz bestehen europarechtliche Sonderregelungen für den Bezug von Familienleistungen.

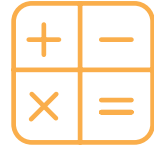
## Muss ich einen Antrag auf Familienbeihilfe stellen?

Bei Geburten im Inland ist es grundsätzlich nicht erforderlich, für das neugeborene Kind einen Antrag auf Familienbeihilfe zu stellen. Das Finanzamt wird von sich aus tätig. Wenn alle Anspruchs- und Auszahlungsvoraussetzungen vorliegen, wird die Familienbeihilfe anlässlich der Geburt automationsunterstützt ausgezahlt und Sie erhalten eine diesbezügliche Mitteilung.

Die Familienbeihilfe ist nach Alter und Anzahl der Kinder unterschiedlich hoch und wird monatlich ausgezahlt.

Höhe der Familienbeihilfe pro Monat (Werte 2025)	Betrag
ab Geburt	€ 138,40
ab 3 Jahren	€ 148,00
ab 10 Jahren	€ 171,80
ab 19 Jahren	€ 200,40

Gemeinsam mit der Familienbeihilfe wird der Kinderabsetzbetrag in Höhe von **70,90 Euro pro Kind** und Monat überwiesen. Für Mehrkindfamilien gebührt eine Geschwisterstaffel, welche nach Anzahl der Kinder zwischen **monatlich 8,60 Euro** (2 Kinder) und **63,10 Euro** (7 Kinder und mehr) pro Kind beträgt (Werte 2025).



Für Kinder mit erheblicher Behinderung gebührt zusätzlich zur Familienbeihilfe eine erhöhte Familienbeihilfe in der Höhe von **189,20 Euro pro Monat** (Wert 2025). Die erhöhte Familienbeihilfe ist gesondert zu beantragen.



Ein Schulstartgeld von **121,40 Euro** (Wert 2025) wird für jedes Kind im Alter zwischen 6 und 15 Jahren gemeinsam mit der Familienbeihilfe zusätzlich für den Monat August ausgezahlt.

## Was ist das Kinderbetreuungsgeld und wann bekomme ich es?

Der Anspruch auf Kinderbetreuungsgeld besteht grundsätzlich ab Geburt eines Kindes. Im Falle eines Anspruchs auf Wochengeld, Sonderwochengeld oder eine wochengeldähnliche Leistung ruht der Anspruch auf Kinderbetreuungsgeld für beide Eltern bis zum Ende des Anspruchs auf Wochengeld, Sonderwochengeld oder eine wochengeldähnliche Leistung in der Höhe dieser Leistung. Besteht Anspruch auf Betriebshilfe, so ruht das Kinderbetreuungsgeld für beide Elternteile in Höhe des Wochengeldes für Selbstständige.



Ausnahme: Ist das (Sonder-) Wochengeld nach der Geburt geringer als das von Ihnen gewählte Kinderbetreuungsgeld, erhalten Sie die Differenz ausbezahlt.

Das Kinderbetreuungsgeld ist eine Geldleistung und unabhängig von arbeitsrechtlichen Ansprüchen wie z. B. Karenz. Das Kinderbetreuungsgeld bekommen Sie so lange, wie es Ihrer gewählten Variante entspricht. Die Dauer des Bezuges hängt nicht von der Dauer der Karenz ab.

Anspruch auf Kinderbetreuungsgeld besteht unter folgenden Voraussetzungen nach Antragstellung beim zuständigen Krankenversicherungsträger und nur für das jüngste Kind.

#### **Voraussetzungen:**

- Anspruch und Bezug der **Familienbeihilfe** für das Kind
- **Lebensmittelpunkt** von antragstellendem Elternteil und Kind in **Österreich**
- der beziehende Elternteil und das Kind haben einen dauerhaften (mindestens 91-tägigen) **gemeinsamen Haushalt und dieselbe Hauptwohnsitzmeldung**
- Durchführung der ersten zehn **Eltern-Kind-Pass-Untersuchungen**
- Einhaltung der **Zuverdienstgrenze**
- Personen ohne österreichische Staatsbürgerschaft müssen rechtmäßig in Österreich niedergelassen sein bzw. bestimmte asylrechtliche Voraussetzungen erfüllen

Wird während des Bezuges ein weiteres Kind geboren, so endet der Bezug spätestens mit der Geburt des jüngeren Kindes.

#### **Muss ich vor der Schwangerschaft bzw. Geburt gearbeitet haben, damit ich Kinderbetreuungsgeld bekomme?**

Das Kinderbetreuungsgeld als Konto (Pauschalssystem) erhalten Sie auch dann, wenn Sie vor der Geburt Ihres Kindes nicht erwerbstätig waren.

Bei der Antragstellung kann sich ein Elternteil zwischen zwei Kinderbetreuungsgeldsystemen entscheiden, diese Wahl ist auch für den anderen Elternteil bindend und kann nach der Beantragung grundsätzlich nicht mehr geändert werden. Folgende Systeme stehen zur Auswahl:

### **Kinderbetreuungsgeld-Konto**

- Bezugsdauer kann innerhalb eines Rahmens individuell gewählt werden
- Bei Bezug durch einen Elternteil: 365–851 Tage (das sind etwa 12 bis 28 Monate) ab der Geburt, bei Bezug durch beide Elternteile: 456–1.063 Tage (das sind etwa 15 bis 35 Monate) ab der Geburt
- Bei Bezug durch beide Elternteile sind dem zweiten Elternteil 20% der gesamten Anspruchsdauer pro Kind vorbehalten und können nicht übertragen werden (in der kürzesten Variante sind dies 91 Tage).
- Höhe der Leistung beträgt zwischen 17,65 Euro und 41,14 Euro pro Tag (Werte 2025)
- Je länger die Bezugsdauer, desto geringer der Tagesbetrag

### **Einkommensabhängiges Kinderbetreuungsgeld**

- Erwerbstätigkeit in den letzten 182 Tagen vor der Geburt wird vorausgesetzt
- Kann maximal 365 Tage (426 Tage bei Bezug durch beide Elternteile) ab der Geburt bezogen werden
- 80% vom (fiktiven) Wochenlohn, maximal etwa 2.400 Euro (Wert 2025) monatlich; zusätzlich erfolgt die Günstigkeitsrechnung anhand des Steuerbescheides aus dem Kalenderjahr vor der Geburt



### **Partnerschaftsbonus:**

Wenn die Kinderbetreuung partnerschaftlich aufgeteilt wird, gibt es zusätzliche Unterstützung. Wenn die Aufteilung des Kinderbetreuungsgeldes von zumindest 50:50 bis zu 60:40 erfolgt, wird pro Elternteil ein **Partnerschaftsbonus** in der Höhe von **500 Euro** ausbezahlt.



### **Familienzeitbonus:**

Für erwerbstätige Väter, die sich unmittelbar nach der Geburt des Kindes ausschließlich der Familie widmen und ihre Erwerbstätigkeit unterbrechen (beispielsweise im Rahmen des „Papamonats“), ist zusätzlich ein **Familienzeitbonus** in Höhe von **54,87 Euro** täglich (insgesamt bis zu 1.700 Euro (Wert 2025)) vorgesehen.

### **Haben Sie noch weitere Fragen?**

Weiterführende Informationen erhalten Sie bei der Infoline Kinderbetreuungsgeld unter 0800 240 014 sowie auf der Website des Bundeskanzleramtes – Sektion Familie und Jugend unter [www.bundeskanzleramt.gv.at/kinderbetreuungsgeld](http://www.bundeskanzleramt.gv.at/kinderbetreuungsgeld) [www.bundeskanzleramt.gv.at/familienzeitbonus](http://www.bundeskanzleramt.gv.at/familienzeitbonus) sowie in der Broschüre „[Kinderbetreuungsgeld und Familienzeitbonus](#)“

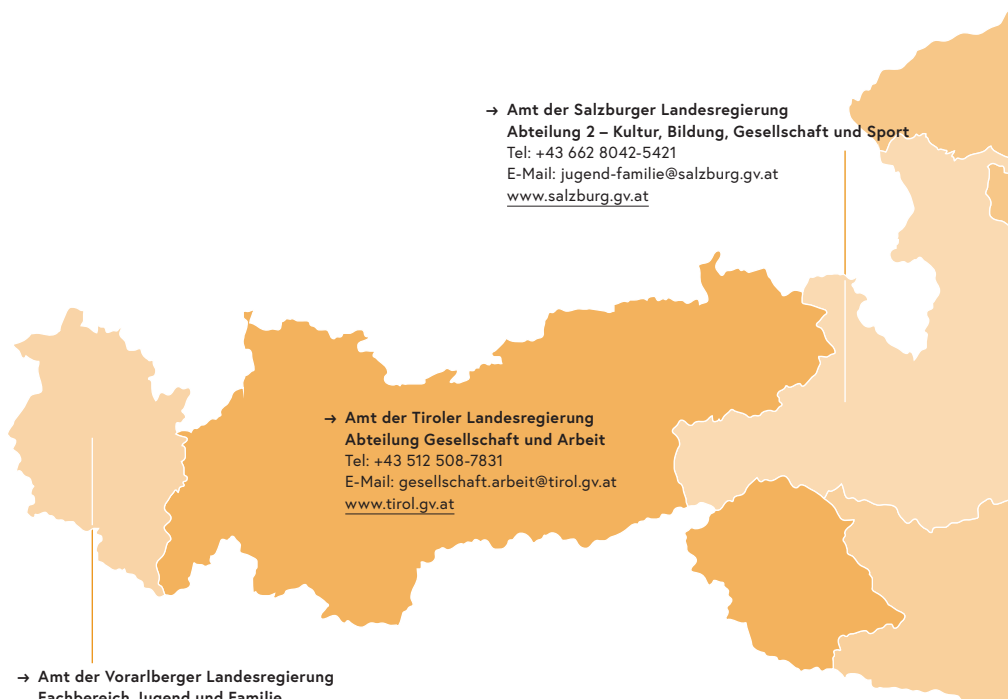
Familienportal des Bundeskanzleramtes: [www.familienportal.gv.at](http://www.familienportal.gv.at)

## Leistungen der Länder

Neben den Leistungen des Bundes kann jedes österreichische Bundesland im Bereich der Familienförderung eigene Landesgesetze erlassen und Beihilfen für Familien aus Landesmitteln finanzieren.

Sie haben daher unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf finanzielle Unterstützungen Ihres Bundeslandes, wie z. B. Förderungen über einen „Familienpass“. Die finanziellen Leistungen und die Anspruchsvoraussetzungen sind in jedem Bundesland unterschiedlich geregelt. Erkundigen Sie sich daher beim Familienreferat der Landesregierung Ihres Bundeslandes nach Ihren Ansprüchen.

## Familienreferate der Bundesländer



→ Amt der Salzburger Landesregierung  
Abteilung 2 – Kultur, Bildung, Gesellschaft und Sport  
Tel: +43 662 8042-5421  
E-Mail: [jugend-familie@salzburg.gv.at](mailto:jugend-familie@salzburg.gv.at)  
[www.salzburg.gv.at](http://www.salzburg.gv.at)

→ Amt der Tiroler Landesregierung  
Abteilung Gesellschaft und Arbeit  
Tel: +43 512 508-7831  
E-Mail: [gesellschaft.arbeit@tirol.gv.at](mailto:gesellschaft.arbeit@tirol.gv.at)  
[www.tirol.gv.at](http://www.tirol.gv.at)

→ Amt der Vorarlberger Landesregierung  
Fachbereich Jugend und Familie  
Tel: +43 5574 511-22175  
E-Mail: [jugend.familie@vorarlberg.at](mailto:jugend.familie@vorarlberg.at)  
[www.vorarlberg.at](http://www.vorarlberg.at)

## Wo finde ich nach der Karenz einen Kinderbetreuungsplatz?

Kinderbetreuung ist in Österreich weit ausgebaut. Auf den Websites des jeweiligen Bundeslandes findet man ausführliche Informationen über Kinderkrippen, Kindergärten, sowie Tageseltern und mögliche finanzielle Zuschüsse der Länder für die Betreuung.

Eine Übersicht zum Thema Kinderbetreuung finden Sie hier:

[www.oesterreich.gv.at/de/themen/familie\\_und\\_partnerschaft/familie-und-kinderfuersorge/kinderbetreuung](http://www.oesterreich.gv.at/de/themen/familie_und_partnerschaft/familie-und-kinderfuersorge/kinderbetreuung)



## Was ist mit meinem Job? Was muss ich meiner Arbeitgeberin/meinem Arbeitgeber sagen?

### Mutterschutz

Damit Sie auch rechtlich geschützt sind, sollten Sie Ihre Arbeitgeberin/Ihren Arbeitgeber zeitnah über Ihre Schwangerschaft und den voraussichtlichen Geburtstermin informieren. Denn nur so können die Mutterschutzbestimmungen eingehalten werden. Es ist aber auch kein Entlassungsgrund, wenn Sie die Schwangerschaft nicht sofort bekannt geben. Die Arbeitgeberin/der Arbeitgeber kann bei Bedarf allerdings eine ärztliche Bescheinigung über das Bestehen der Schwangerschaft und den voraussichtlichen Termin der Entbindung verlangen.



Ab dem Beginn der achten Woche vor dem voraussichtlichen Geburtstermin bis acht Wochen nach der Geburt (bzw. zwölf Wochen bei Kaiserschnitt, Früh- und/oder Mehrlingsgeburt) genießen Sie als Schwangere Mutterschutz, das heißt, dass Sie in diesen Zeiträumen nicht beschäftigt werden dürfen. Das bedeutet nicht, dass Sie Ihren Arbeitsplatz verlieren, sondern nur, dass Sie in diesem Zeitraum nicht arbeiten dürfen. Die Arbeitgeberin/der Arbeitgeber muss sich an diese Bestimmungen (sog. Beschäftigungsverbot) halten. Spätestens vier Wochen vor Beginn des Mutterschutzes müssen Sie die Arbeitgeberin/den Arbeitgeber nochmals informieren.

Unter gewissen Voraussetzungen kann es erforderlich sein, dass Sie auch schon vorzeitig in Mutterschutz gehen und bereits früher von der Arbeit freigestellt werden, insbesondere wenn gesundheitsgefährdende Umstände für Mutter und/oder Kind vorliegen.

Weiterführende Details zum Mutterschutz finden Sie direkt auf der Website des Arbeitsinspektorates unter [www.arbeitsinspektion.gv.at](http://www.arbeitsinspektion.gv.at)

Wenn Sie selbstständig erwerbstätig sind, müssen Sie spätestens am Beginn des dritten Monats vor der voraussichtlichen Entbindung dem zuständigen Krankenversicherungsträger eine ärztliche Bestätigung über den voraussichtlichen Geburtstermin übermitteln.

In der Zeit des Mutterschutzes besteht grundsätzlich für unselbstständig erwerbstätige Mütter ein Anspruch auf Wochengeld. Das Wochengeld entspricht etwa dem Durchschnittsnettoeinkommen der letzten drei Kalendermonate vor Beginn des Beschäftigungsverbotes. Bei der Berechnung werden das Urlaubs- und Weihnachtsgeld berücksichtigt. Selbstständig Erwerbstätige haben in der Zeit einen Anspruch auf Betriebshilfe bzw. Wochengeld.

Schwangere Frauen in einem unbefristeten Arbeitsverhältnis dürfen grundsätzlich nicht gekündigt oder entlassen werden. Dieser Kündigungs- und Entlassungsschutz beginnt mit dem Eintritt der Schwangerschaft und endet vier Monate nach der Entbindung.

### **Familienzeit zu dritt: Papamonat**

Unselbstständige erwerbstätige Väter können sich in der Zeit ab der Geburt des Babys bis zum Ende des Beschäftigungsverbotes (d. h. Mutterschutz) der Mutter Zeit für die Familie nehmen und sich für insgesamt einen Monat freistellen lassen.



Darauf haben diese Väter einen Rechtsanspruch. Wichtig ist, dass die Arbeitgeberin/der Arbeitgeber rechtzeitig, jedenfalls spätestens drei Monate vor dem errechneten Geburtstermin, von dem Vorhaben informiert wird. Mit dieser Vorankündigung besteht sodann ein Kündigungs- und Entlassungsschutz. Während des Papamonats erhalten Väter keinen Lohn/kein Gehalt von der Arbeitgeberin/dem Arbeitgeber. Sie können aber den Familienzeitbonus beantragen.

## Wann muss ich nach der Geburt wieder arbeiten gehen?

Nach Ende des Mutterschutzes haben Eltern gemeinsam Anspruch auf eine Karenzzeit längstens bis zum zweiten Geburtstag ihres Kindes. Nimmt aber nur ein Elternteil Elternkarenz in Anspruch, kann für Geburten ab 1. November 2023 die Karenz längstens bis zum Ablauf des 22. Lebensmonats des Kindes dauern (Eine Ausnahme besteht etwa bei Alleinerziehenden).

### Karenz

Die Karenz beginnt grundsätzlich nach Ende der Mutterschutzfrist oder im Anschluss an die Karenz des anderen Elternteils.



Die Karenz kann höchstens zweimal zwischen den Eltern geteilt werden. Ein Teil muss mindestens zwei Monate dauern. Die Eltern können nicht gleichzeitig in Karenz gehen (Ausnahme: anlässlich des ersten Wechsels kann sich ein Monat überschneiden). Beide Eltern haben die Möglichkeit, drei Monate ihrer Karenz bis zum siebenten Geburtstag des Kindes oder bis zu einem späteren Schuleintritt aufzuschieben.

In der Zeit der Karenz bis zum Ablauf von vier Wochen nach Beendigung der Karenz bzw. eines Karenzteils besteht ein Kündigungs- und Entlassungsschutz. Der Kündigungs- und Entlassungsschutz beginnt bei einem späteren Antritt der Karenz frühestens vier Monate vor deren Beginn.

### Sie möchten mehr Zeit mit Ihrem Kind verbringen? Die Lösung: Elternteilzeit

Grundsätzlich haben Sie längstens bis zum achten Geburtstag Ihres Kindes die Möglichkeit, Teilzeit zu arbeiten, wobei das Ausmaß insgesamt maximal sieben Jahre unter Einrechnung des Mutterschutzes nach der Geburt und der Karenzzeit beträgt. Der Anspruch auf Elternteilzeit ist abhängig von der Größe des Betriebes, in dem Sie arbeiten und der Dauer Ihrer



Betriebszugehörigkeit. Sie können Ihre bisherigen Arbeitsstunden verringern bzw. die Lage Ihrer Arbeitszeiten auch verschieben.

**Wichtig zu wissen!** Befindet sich ein Elternteil gerade in Karenz, hat der andere Elternteil in dieser Zeit keinen Anspruch auf Elternteilzeit. Beide Elternteile können gleichzeitig in Elternteilzeit gehen, wenn keiner der beiden in Karenz ist.

Während der Elternteilzeit genießen Sie einen Kündigungs- und Entlassungsschutz. Dieser beginnt, sobald Sie den Wunsch nach Elternteilzeit bekannt geben, frühestens aber vier Monate vor dem beabsichtigten Antritt der Teilzeitbeschäftigung. Der Kündigungs- und Entlassungsschutz endet vier Wochen nach dem Ende der Elternteilzeit, spätestens aber vier Wochen nach dem 4. Geburtstag des Kindes.

Weitere Informationen zum Thema Karenz und Elternteilzeit finden Sie auf der Website des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz unter [www.sozialministerium.gv.at](http://www.sozialministerium.gv.at)

## Wie sieht es mit meiner Pension aus?



Viele Mütter und Väter schränken ihre berufliche Tätigkeit ein, um sich mehr der Betreuung und Erziehung ihrer Kinder zu widmen. Deshalb ist es so wichtig, dass Kindererziehungszeiten bei der Pensionsberechnung berücksichtigt werden.

### Kindererziehungszeiten

Seit 1. Jänner 2005 können Mütter Beitragszeiten in der Pensionsversicherung nicht mehr allein über Pensionsversicherungsbeiträge aus einer Berufstätigkeit erwerben, sondern auch über Kindererziehungszeiten. Väter bekommen solche Beitragszeiten aus der Kindererziehung dann angerechnet, wenn sie

glaubhaft machen können, dass sie ihre Kinder überwiegend selbst betreut haben, z.B. als Alleinerzieher oder als Hausmann in einer Partnerschaft mit einer berufstätigen Mutter.

1

Pro Kind können maximal vier Beitragsjahre in der Pensionsversicherung erworben werden (bei einer Mehrlingsgeburt fünf Jahre). Sich überlappende Zeiten werden nur einmal angerechnet.

## Pensionssplitting

Unter Pensionssplitting ist die Übertragung von Teilgutschriften bei Kindererziehung zu verstehen. Der Elternteil, der sich nicht überwiegend der Kindererziehung widmet und erwerbstätig ist, kann für die ersten sieben Jahre nach Geburt des Kindes bis zu 50% seiner Teilgutschrift auf das Pensionskonto des Elternteiles, der sich der Kindererziehung widmet, übertragen lassen. Es können **maximal 14 Kalenderjahre** übertragen werden.



Der Antrag ist schriftlich beim leistungszuständigen Versicherungsträger (das ist jener Träger, bei dem der erwerbstätige Elternteil pensionsversichert ist) bis zur Vollendung des 10. Lebensjahres des Kindes einzubringen.

Weitere Informationen erhalten Sie unter  
[www.pensionsversicherung.at](http://www.pensionsversicherung.at)

# Keine Schwangerschaft ohne Sorgen



Jede Schwangerschaft ist neben der Vorfreude auch mit Sorgen, offenen Fragen, Zweifeln und unausgesprochenen Erwartungen verbunden. Der Zeitpunkt der Schwangerschaft (z. B. als Jugendliche oder eine späte Elternschaft) oder andere belastende Lebenssituationen können darüber hinaus das Gefühl aufkommen lassen, nicht mehr weiter zu wissen. Sie sind nicht alleine! Beratungsstellen und zahlreiche Hilfsangebote bieten in dieser herausfordernden Lebensphase Unterstützung.

Für viele Schwangere stellen sich gleichzeitig neben großer Freude auch unzählige Fragen, für die es im Moment vielleicht noch keine Antworten gibt.



Belastende Lebensumstände sowie die Sorge um finanzielle und familiäre Sicherheit prägen diese frühe Phase einer Schwangerschaft. Deshalb ist es wichtig, die unterschiedlichen Möglichkeiten für den weiteren Lebensweg umfänglich abzuwägen und alle Faktoren für oder gegen ein Leben mit Kind zu berücksichtigen. Paare und alleinstehende Elternteile sind dabei nicht auf sich alleine gestellt. Durch den Austausch über Sorgen und Probleme mit der eigenen Familie, im Freundeskreis und auch in Beratungsgesprächen können sich die Perspektiven ändern und mögliche Lösungsansätze gefunden werden.

So individuell wie das Leben selbst und die Familiensituation, in die ein Kind hineingeboren wird, sind auch die Entscheidungen, die in dieser frühen Phase getroffen werden.



Eine Reihe von spezialisierten Beratungsstellen in ganz Österreich hilft Ihnen bei allen Problemen, die rund um eine ungeplante Schwangerschaft auftauchen können.

[www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at)

## Wer hilft mir, wenn die erste Zeit mit dem Kind für mich zu schwierig wird?

Neben kostenloser, persönlicher Beratung und Begleitung gibt es auch vielfältige Hilfsangebote, die Sie zuhause bei der Pflege und Erziehung Ihres Kindes unterstützen und entlasten.

### Frühe Hilfen

Frühe Hilfen bieten kostenlose Begleitung für Schwangere und Eltern in belasteten Lebenssituationen, während der Schwangerschaft, nach der Geburt und in den ersten Lebensjahren des Kindes: von persönlicher Beratung über Begleitung bei Behördenwegen bis hin zur Anleitung und Unterstützung bei der Pflege, Versorgung und Erziehung Ihres Kindes. Sie können sich entweder selbst an ein Netzwerk wenden oder eine Fachkraft der Gesundheitsvorsorge (z. B. in der Geburtsklinik) um Vermittlung bitten.



[www.fruehehilfen.at](http://www.fruehehilfen.at)

Dort finden Sie ein Netzwerk „Frühe Hilfen“ in Ihrer Nähe, sowie Informationen zu Familienthemen in verschiedenen Sprachen. Informationen zu weiteren Beratungsstellen und Unterstützungsangeboten finden Sie im nachfolgenden Kapitel.

## Ich will das Kind nicht behalten, welche Wege gibt es?

Die Entscheidung für oder gegen ein Kind wird niemals leichtfertig getroffen und die Konsequenzen der Entscheidung könnten nicht weitreichender sein. Diese Zeit ist geprägt von offenen Fragen, hypothetischen Überlegungen und tiefen



Empfindungen. Häufig beeinflussen äußere Rahmenbedingungen, wie die finanzielle oder berufliche Situation oder eine problematische Partnerschaft, die Entscheidung. Aber auch die eigenen Werte und die persönliche Haltung spielen eine wesentliche Rolle. Es empfiehlt sich oftmals, den Weg zur Expertin/zum Experten zu suchen, um Klarheit zu erlangen und neue Entscheidungsalternativen aufgezeigt zu bekommen. Spezialisierte Familienberatungsstellen unterstützen Sie österreichweit anonym und kostenlos bei Ihrer Entscheidungsfindung.

## **Anonyme Geburt und Babyklappe**

Wenn Sie Ihr Kind nicht behalten können, ist es möglich, die Schwangerschaftsvorsorgeuntersuchungen und ärztlichen Beistand bei der Geburt in den Geburtskliniken auch anonym in Anspruch zu nehmen. Eine Babyklappe bzw. ein Babynest bietet die Möglichkeit, Babys abzulegen, wenn für die Eltern ein Leben mit Kind nicht vorstellbar oder nicht möglich ist. Das Angebot ist völlig anonym und kostenlos. Beide Möglichkeiten ziehen keine strafrechtliche Verfolgung nach sich. Die meisten Krankenhäuser in Österreich bieten anonyme Geburten an, auch in vereinzelten Schwangerenberatungsstellen gibt es anonyme Untersuchungen und Beratungen durch Fachärztinnen/Fachärzte.



Jedes Kind hat das Bedürfnis, seine biologische Herkunft zu kennen. Sie können persönliche Informationen für Ihr Kind hinterlassen und überlegen – eventuell auch nach einer anonymen Beratung – ob eine Aufhebung der Anonymität und eine reguläre Adoption in Frage kommen.

Nach der Entbindung übernimmt die Kinder- und Jugendhilfe vorerst die Ob-  
sorge für das Baby. Damit ist das Kind zur Adoption freigegeben. Die Mutter hat nach der Geburt sechs Monate Zeit sich zu melden, falls sie die Freigabe zur Adoption wieder rückgängig machen will.

## Adoption

Falls Sie erwägen, Ihr Kind zur Adoption freizugeben, kann eine Adoptionsberatung Sie bei der Entscheidung unterstützen. Mit einer Adoption werden die Rechte und Pflichten, wie zum Beispiel die Pflege und Erziehung des Kindes oder die gesetzliche Vertretung auf Wahleltern übertragen. Die Kinder- und Jugendhilfe trifft dabei die Auswahl der Adoptiveltern und überprüft deren Eignung, damit Ihr Baby einen liebevollen Platz bekommt. Für weitere Informationen zum Ablauf, der Adoptionsform und umfassender Beratung rund um eine mögliche Adoption stehen Ihnen die Kinder- und Jugendhilfeträger in Ihrem Bundesland zur Verfügung.



Neben der Adoption gibt es die Möglichkeit, ein Kind in Pflege zu geben. Dabei beauftragt die Kinder- und Jugendhilfe geeignete Pflegeeltern mit der Pflege und Erziehung des Kindes.



Weiterführende Informationen zu dem Thema finden Sie unter [www.oesterreich.gv.at/de/themen/familie\\_und\\_partnerschaft/familie-und-kinderfuersorge/adoption](http://www.oesterreich.gv.at/de/themen/familie_und_partnerschaft/familie-und-kinderfuersorge/adoption)

## Schwangerschaftsabbruch

Der Schwangerschaftsabbruch ist nicht strafbar, wenn er mit Zustimmung der Schwangeren, nach einem entsprechenden Aufklärungsgespräch innerhalb der ersten zwölf Schwangerschaftswochen, von einer Ärztin/einem Arzt durchgeführt wird.

## Bin ich zu jung für ein Baby?

Eine freudvolle, gelingende Elternschaft ist nicht zwingend eine Frage des Alters der Mutter. Ungeplant schwanger zu werden bedeutet immer eine große Überraschung und eine weitreichende Veränderung der Lebensumstände, die Angst machen kann. Dies kann insbesondere dann der Fall sein, wenn die Eltern selbst noch sehr jung sind. Wenn sich in dieser Situation die Sorgen um die Zukunft überschlagen, braucht es ein soziales und familiäres Umfeld, welches Unterstützung bietet und Verständnis entgegenbringt. Für eine sachliche Abwägung der Lösungswege gibt es die Möglichkeit, Beratungsstellen gemeinsam als Eltern, mit der Familie oder auch alleine aufzusuchen. Umfangreiche Erfahrung in der Beratung von Jugendlichen, die ein Kind erwarten, garantiert einen sensiblen Umgang und umfassende Expertise in diesen Gesprächen.



Für eine Übersicht zu den Beratungsangeboten können Sie folgenden Link aufrufen: [www.eltern-bildung.at/wenn-kinder-eltern-werden](http://www.eltern-bildung.at/wenn-kinder-eltern-werden).

Sollten Sie in der Situation sein, dass Ihr Kind schwanger ist, können Sie ebenso von den Beratungsangeboten Gebrauch machen.

# Bildung, Beratung und Begleitung



Während der Schwangerschaft und in den ersten Monaten nach der Geburt – insbesondere, wenn es das erste Kind ist – entstehen oft Verunsicherung und Fragen. Die Inanspruchnahme von Bildung, Beratung oder Begleitung hilft Selbstsicherheit zu erlangen und Probleme zu lösen.

## Familienberatung/Schwangerenberatung

In Österreich gibt es rund 400 Familien- und Partnerberatungsstellen von unterschiedlichsten Trägerorganisationen, die aus Bundesmitteln gefördert werden. Die Beratung ist anonym, kostenlos und unabhängig von Alter und Geschlecht.



Die Beratungsstellen beantworten Fragen, helfen bei Problemen zu verschiedensten Themen und bieten qualitativ hochwertige Beratung für Ratsuchende:

- Familienplanung bzw. Empfängnisregelung
- Wirtschaftliche und soziale Belange, die werdende Mütter/Eltern betreffen
- Fragen, die alleinstehende Mütter/Väter haben
- Konflikte und Ängste durch eine ungewollte Schwangerschaft
- Rechtliche und soziale Fragen, die in der Familie auftreten können
- Fragen zu Sexualität und Partnerschaftsbeziehungen
- Erziehungsfragen
- Fragen zur partnerschaftlichen Kinderbetreuung und Kindererziehung
- Fragen zur Elternschaft
- Gleichberechtigung im Familienmanagement
- Psychische Schwierigkeiten
- Generationenkonflikte
- Leben mit Kindern mit Behinderung

[www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at)

Hier finden Sie die Kontaktdaten und Schwerpunkte der Familienberatungsstellen in Ihrer Nähe sowie Fachartikel zu unterschiedlichen familienrelevanten Themen.

Im Zusammenleben mit Kindern mit Behinderung stehen oft gesundheitliche Beeinträchtigungen, Frühförderangebote und medizinische Therapien im Vordergrund und der Blick auf die Beziehung zum Kind und seine Persönlichkeit gerät in den Hintergrund. Unabhängige Beratung unterstützt Sie dabei, Ihr Leben mit Ihrem Kind bestmöglich zu gestalten und Ansprüche wahren zu können.

Weitere Informationen für Ihr jeweiliges Bundesland zum Thema Leben mit Kindern mit Behinderung finden Sie hier:

[www.bundeskanzleramt.gv.at/service/publikationen-aus-dem-bundeskanzleramt/publikationen-zu-familie-und-jugend/broschueren-familie-jugend.html](http://www.bundeskanzleramt.gv.at/service/publikationen-aus-dem-bundeskanzleramt/publikationen-zu-familie-und-jugend/broschueren-familie-jugend.html)

## Elternberatung im Rahmen des Eltern-Kind-Passes

Etwa die Hälfte der österreichischen Familienberatungsstellen bietet kostenlose Elternberatung im Rahmen des Eltern-Kind-Passes an. Sowohl werdende Mütter als auch Väter können von dieser gemeinsamen Beratung profitieren und sich in den vom Bundeskanzleramt geförderten Familienberatungsstellen auf den neuen Familienalltag vorbereiten.

Die kompetenten Familienberaterinnen/Familienberater informieren umfassend über verschiedene Themen, beispielsweise zu finanziellen Leistungen rund um die Geburt, die partnerschaftliche Aufteilung der Elternzeit, verschiedene Karenzmodelle, Elternteilzeit oder den Wiedereinstieg in den Job, Pensions-splitting, Elternsein, Erziehung und Konfliktbewältigung.

Werdende Eltern können die Beratungen nutzen, um Fragen zu klären und Unterstützung zu erhalten.

Eine Übersicht der Angebote von Elternberatung finden Sie unter [www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at).

## Frauen- und Mädchenberatung

Die geförderten Frauenservicestellen und Frauen- und Mädchenberatungseinrichtungen bieten kostenlose und vertrauliche Beratungen zu folgenden Themen an:



- bei sozialen, psychischen, rechtlichen und ökonomischen Problemen,
- bei Bedrohung oder Betroffenheit von Gewalt,
- beim beruflichen Ein-, Auf- und Wiedereinstieg, welche alle Fragen zu frauenspezifischen Bildungs- und Qualifikationsmaßnahmen, insbesondere hinsichtlich neuer Technologien, Berufswahl, beruflicher Neuorientierung und Fort- und Weiterbildung umfassen.

Frauenservicestellen und Frauen- und Mädchenberatungsstellen finden Sie unter [www.bmfwf.gv.at/frauen-und-gleichstellung/services/frauenservice-beratung-und-gewaltschutzeinrichtungen/beratungseinrichtung.html](http://www.bmfwf.gv.at/frauen-und-gleichstellung/services/frauenservice-beratung-und-gewaltschutzeinrichtungen/beratungseinrichtung.html)

## Kinder- und Jugendhilfe

Aufgabe der Kinder- und Jugendhilfe ist es, Familien bei ihren Erziehungsaufgaben zu unterstützen, individuell oder als Gruppenangebote, um Erziehungsschwierigkeiten vorzubeugen, aber



auch das Wohl des Kindes zu schützen. Alleinerziehende werden auch bei der Durchsetzung von Unterhaltsansprüchen des Kindes und ggf. Feststellung der Vaterschaft unterstützt.

Die regionale Kinder- und Jugendhilfe finden Sie in jeder Bezirkshauptmannschaft bzw. jedem Magistrat.

## Frauengesundheitszentren

Frauengesundheitszentren bieten Informationen, persönliche Beratung und Kurse zu gesundheitlichen Themen speziell für Frauen. Zentren gibt es in Oberösterreich, Salzburg, Steiermark und Wien.



Die Adressen finden Sie unter [www.frauengesundheit.at](http://www.frauengesundheit.at)

## Frauenhelpline

Hilfestellung vor allem bei Beziehungs- und Lebenskrisen, sowie darüber hinaus bei familiärer Gewalt bietet die Frauenhelpline. Diese ist rund um die Uhr kostenlos und anonym erreichbar unter 0800 222 555

## Elternbildung

Hier erhalten Sie Informationen zur aktuellen Entwicklungsphase Ihres Kindes, entwickeln Ihren persönlichen Erziehungsstil, tauschen sich mit anderen Eltern aus und erkennen auftretende Probleme frühzeitig. Elternbildung findet in den unterschiedlichsten Formen statt: Eltern-Kind-Gruppen, die



Sie schon mit sehr kleinen Kindern gemeinsam besuchen können, Seminare, Workshops usw.

[www.eltern-bildung.at](http://www.eltern-bildung.at)

Hier finden Sie eine Übersicht zu Veranstaltungen in Ihrer Nähe, monatlich wechselnde Fachbeiträge zu Erziehungsthemen, News, Literaturtipps und können Broschüren zu Familienthemen bestellen.

## ElternTIPPs

Broschüren zu Entwicklungs- und Erziehungsfragen wie zum Beispiel Neugeborene, Babyalter, Kindergartenalter sowie zu Spezialthemen wie Patchworkfamilie, Alleinerziehende oder Kinder mit Behinderung.

Download unter  
[www.eltern-bildung.at/service/  
service/bestellservice/](http://www.eltern-bildung.at/service/service/bestellservice/)



## Weiterführende Links (QR-Codes)

Familienzeitbonus:



Kinderbetreuung:



Adoption:



Teenagerschwangerschaft:



Elternberatung im Rahmen  
des Eltern-Kind-Passes:



Digitaler Babypoint:



Familienberatung (inkl. Beratung zu  
ungeplanter Schwangerschaft):



Familienportal:



Broschüren Familie und Jugend:



Frauenservicestellen, Frauen- und  
Mädchenberatungsstellen:



Übersicht der Familienreferate in  
den Bundesländern:



