

Inhalt

Meine Website besuchen und Bücher kostenlos erhalten	6
Einleitung	7
1.1 Vor der Empfängnis- allgemein	8
1.2 Vor der Empfängnis - DON'Ts	9
1.3 Impfungen	10
1.4 Eisprung – Nachweismethoden und der Eisprung...	11
2.1 Schwangerschaftssymptome	13
2.2 Schwangerschaft – Medizinische Untersuchung.....	15
2.3 Schwangerschaft und Vegetarismus	16
2.4 Schwangerschaft – DON'Ts.....	17
2.5 Schwangerschaft – Nährstoffe.....	18
2.6 Schwangerschaft – Katzen, etc.	19
3.1 Schwangerschaft vs. Beruf.....	20
3.2 Arbeitsschutzsysteme	23
4.1 Schwangerschaft – Allgemeine Formalitäten	25
4.2 Formalitäten – Vor der Geburt	26
4.3 Formalitäten – Ihr Herkunftsland.....	29

4.4	Formalitäten – Vaterschaft.....	30
4.5	Dokumente – Kindergeld.....	32
4.6	Der Kinderzuschlag	34
4.7	Dokumente –Mutterschaftsgeld.....	36
4.8	Dokumente – der Mutterpass	37
4.9	Dokumente – Vaterschaft.....	38
4.10	Dokumente – Elterngeld	39
4.11	Elterngeld Plus – Grundlagen.....	41
4.12	Elternzeit – Grundlagen	42
5.1	Das erste Trimester.....	44
5.2	Das zweite Trimester	45
5.3	Das dritte Trimester.....	46
6.1	Geburt – Vorbereitung.....	47
7.1	Dokumente – deutsche Geburtsurkunde	50
7.2	Formalitäten – Nach der Geburt	54
7.3	Nach der Geburt – Arbeit	56
8.1	Die nächste Schwangerschaft.....	57
	Über den Autor.....	58

Hat Ihnen mein Buch gefallen?.....	59
Sehen Sie sich meine anderen Bücher an!.....	60
Besuche beim Frauenarzt.....	62
Meine Ovulationstage	70
Meine wichtigen Daten	72
Meine Notizen.....	74