



**Hamileliğinizde sizin için önemli olanlar.  
Annelik Koruması – kısa ve öz.**

**Schwanger – was jetzt für Sie wichtig ist.  
Mutterschutz kompakt.**

## Hamileliğinizde sizin için önemli olanlar.

### Annelik Koruması – kısa ve öz.

---

Hamilelik hayat içinde doğal bir aşamadır. Hamilelik, doğum sonrası ve emzirme dönemlerinde anne ve bebeğin örn. aşırı uzun çalışma süreleri, tehlikeli madde veya patojen gibi zararlı etkenler ve ayrıca işten çıkarılma gibi dezavantajlara karşı özel korumaya ihtiyaçları vardır. Bu özel korumanın yasal dayanağı, Annelik Koruma Yasasıdır (*Mutterschutzgesetz (MuSchG)*).

---

## Schwanger – was jetzt für Sie wichtig ist.

### Mutterschutz kompakt.

---

Schwangerschaft ist eine ganz natürliche Lebensphase. Mutter und Kind bedürfen während der Schwangerschaft, nach der Entbindung und in der Stillzeit eines besonderen Schutzes vor schädlichen Einwirkungen wie z. B. überlangen Arbeitszeiten, Gefahrstoffen und Krankheitserregern, aber auch vor Benachteiligungen wie einer Kündigung. Rechtliche Grundlage für diesen besonderen Schutz ist das Mutterschutzgesetz (MuSchG).

---

## Soru üzerine soru.

Birdenbire her şey farklı.

Hamilelikle birlikte bir kadının hayatında pek çok şey değişir. Sadece özel hayatta değil, aynı zamanda örn. meslek, eğitim veya üniversite hayatında da bu böyledir. Her zaman "güvende" olmanız için, annelik koruması ile ilgili en önemli soruları kısa ve öz olarak cevaplıyoruz. Daha fazla bilgi için şu internet adresine bakabilirsiniz: [www.mutterschutz.nrw](http://www.mutterschutz.nrw)

## Annelik Koruma Yasası benim için geçerli midir?

Annelik Koruma Yasası şunlar için geçerlidir:

- istihdam ilişkisinde bulunan tüm kadınlar (mini job olarak adlandırılan sigortadan muaf cüzi çalışmalar da buna dahildir)
- kadın öğrenciler (zorunlu eğitim etkinlikleri veya bir zorunlu staj çerçevesinde)
- şirket içi eğitim ve gönüllü stajlarda bulunan kadınlar
- Gençlik Gönüllü Hizmeti veya Federal Gönüllü Hizmeti'nde bulunan kadınlar
- yardım görevlisi olarak çalışan kadınlar
- bir engelli atölyesinde istihdam edilen kadınlar
- Ev İşçiliği Yasası (*Heimarbeitsgesetz*) altında evde çalışanlar veya bunlara denk kabul edilen kadınlar ve
- diğer çalışan ilişkisine benzer kişiler (ekonomik olarak bağımlı)
- belirli şartlar altında kadın papaz yardımcıları, ruhani bir cemaat veya benzeri birliklerin üyeleri de bunlara dahildir

## Hamileyim, işverenimi bilgilendirmek zorunda mıyım?

Hamile bir kadın olarak yaşam ve sağlığınızı tehdit eden tehlikelere karşı sizi ve çocuğunuzu yeterince koruyan annelik korumasına uygun istihdam koşulları hakkınızdır. İşvereninizin bunu sağlayabilmesi ve gerekli bakım görevini yerine getirebilmesi için onu en kısa sürede bilgilendirmeniz gerekir. Ancak, sizin üzerinizde bir bilgilendirme yükümlülüğü yoktur.

## Fragen über Fragen.

Plötzlich ist alles anders.

Mit einer Schwangerschaft ändert sich vieles im Leben einer Frau. Nicht nur privat, sondern z. B. auch im Berufsleben, in der Ausbildung oder im Studium. Damit Sie immer auf der „sicheren Seite“ sind, beantworten wir Ihnen die wichtigsten Fragen zum Thema Mutterschutz kurz und kompakt. Viele weitere Informationen finden Sie zusätzlich unter: [www.mutterschutz.nrw](http://www.mutterschutz.nrw)

## Gilt das Mutterschutzgesetz für mich?

Das Mutterschutzgesetz gilt für

- alle Frauen, die in einem Beschäftigungsverhältnis stehen (auch geringfügig Beschäftigte)
- Schülerinnen und Studentinnen (für verpflichtend vorgegebene Ausbildungsveranstaltungen oder im Rahmen eines verpflichtenden Praktikums)
- Frauen in betrieblicher Ausbildung und in freiwilligen Praktika
- Frauen im Jugendfreiwilligendienst oder im Bundesfreiwilligendienst
- Entwicklungshelferinnen
- Frauen mit Behinderung, die in einer Werkstatt für behinderte Menschen beschäftigt sind
- Heimarbeiterinnen (bzw. ihnen Gleichgestellte) nach dem Heimarbeitsgesetz und
- andere arbeitnehmerähnliche Personen (wirtschaftlich unselbständig)
- unter bestimmten Voraussetzungen auch Diakonissen, Mitglieder einer geistigen Genossenschaft oder einer ähnlichen Gemeinschaft

## Ich bin schwanger, muss ich meine Arbeitgeberin bzw. meinen Arbeitgeber informieren?

Als Schwangere haben Sie ein Anrecht auf mutterschutzgerechte Beschäftigungsbedingungen, die Sie und Ihr Kind vor Gefahren für Leben und Gesundheit ausreichend schützen. Damit Ihre Arbeitgeberin oder Ihr Arbeitgeber dies gewährleisten und der entsprechenden Fürsorgepflicht nachkommen kann, sollte er oder sie so früh wie möglich von Ihnen in Kenntnis gesetzt werden. Eine Informationspflicht Ihrerseits gibt es jedoch nicht.

## İşyerinde nasıl korunurum?

Hamilelik sırasında, doğumdan sonra ve emzirme döneminde hakkınız olan çeşitli koruyucu önlemler şunlardır:

### İşten çıkarılmaya karşı koruma:

- Gebelik sırasında ve genellikle doğumdan veya (gebeliğin 12. haftasından sonra yaşanan) bir düşük sonrasında işten çıkarılmanız yasaktır.
- İşten çıkarılma yasağı için istisnalar sadece özel durumlarda ve talep üzere yetkili bölge hükümeti tarafından verilebilir.

### Koruma süreleri:

- Hamile kadınların hesaplanan doğum tarihinden en geç altı hafta öncesinden itibaren çalıştırılmasına izin verilmez.
- Bu kadınları çalıştırma yasağı doğumdan sonraki sekiz haftalık sürenin sonuna kadar da geçerlidir. Çoklu doğum, erken doğum veya (talep üzere) çocuğun doktor tarafından belirlenen bir sakatlığı durumunda süre on iki haftaya uzatılır.
- Doğumdan sonraki koruma süresi, erken doğum dolayısıyla kullanılamayan süre kadar uzatılır.

### Tehlikeli çalışma koşulları ve kabul edilemez faaliyetler:

- Her faaliyetin hamile veya emziren kadın veya çocuğu açısından olası riskleri işveren tarafından kontrol edilmesi şarttır.
- Bu genel risk değerlendirmesine dayanarak sizin için gerekli olan özel koruyucu önlemler belirlenmeli ve uygulanmalıdır: Ya işyerinin yeniden düzenlenmesi ya da değiştirilmesi. Ancak bu önlemler yeterli gelmezse: Muafiyet. Annelik Koruma Yasası uyarınca kabul edilebilir olduğu sürece, işveren mesleki faaliyetlerinizi sürdürmenizi sağlamalıdır. Çalışma koşullarınızın daha fazla uyarlanması hakkında size bir görüşme teklif edilmelidir.

## Wie bin ich am Arbeitsplatz geschützt?

In der Schwangerschaft, nach der Entbindung und während der Stillzeit haben Sie ein Anrecht auf verschiedene Schutzmaßnahmen, u. a.:

### Kündigungsschutz:

- Eine Kündigung ist während der Schwangerschaft sowie i. d. R. bis vier Monate nach der Entbindung oder nach einer Fehlgeburt (nach der 12. Schwangerschaftswoche) unzulässig.
- Ausnahmen vom Kündigungsverbot können nur in besonderen Fällen auf Antrag bei der zuständigen Bezirksregierung bewilligt werden.

### Schutzfristen:

- Schwangere dürfen sechs Wochen vor dem errechneten Entbindungstermin nicht mehr beschäftigt werden.
- Ein Beschäftigungsverbot gilt außerdem für Frauen bis zum Ablauf von acht Wochen nach der Geburt. Im Falle einer Mehrlingsgeburt, einer Frühgeburt oder (auf Antrag) bei einer ärztlich festgestellten Behinderung des Kindes verlängert sich die Frist auf zwölf Wochen.
- Die jeweilige Schutzfrist nach der Entbindung verlängert sich um die durch eine vorzeitige Geburt nicht in Anspruch genommene Zeit.

### Arbeitsbedingte Gefährdungen und unzulässige Tätigkeiten:

- Jede Tätigkeit muss von der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber frühzeitig auf mögliche Gefährdungen für eine schwangere oder stillende Frau oder ihr Kind überprüft werden.
- Auf Grundlage dieser allgemeinen Gefährdungsbeurteilung müssen die für Sie konkret erforderlichen Schutzmaßnahmen festgelegt und durchgeführt werden: Umgestaltung oder Wechsel des Arbeitsplatzes. Nur wenn diese Maßnahmen nicht ausreichen: Freistellung. Soweit es nach dem Mutterschutzgesetz verantwortlich ist, muss die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber Ihnen die Fortführung Ihrer beruflichen Tätigkeiten ermöglichen. Ihnen ist ein Gespräch über weitere Anpassungen Ihrer Arbeitsbedingungen anzubieten.

- Sizin veya çocuğunuzun tehlikeli maddelerin (örn. kanserojen, teratojen), biyo malzemelerin (örn. kızamıkçık virüsü, toksoplazma) veya fiziksel etkenlerin (örn. gürültü, nem, ısı) neden olduğu kabul edilemez tehlikelere maruz kalınan faaliyetlerin yasaklanması
- Bant işi ve belirli akort işleri veya süreye dayalı çalışmaların yasaklanması
- Örn. 5. hamilelik ayından sonra günde 4 saatten fazla sürekli hareketsiz ayakta durmak veya düzenli olarak 5 kg'dan fazla veya ara sıra 10 kg'dan fazla ağır yüklerin kaldırılması ve taşınmasının yasaklanması.

### Tıbbi istihdam yasağı

Tedavi eden doktor genel olarak sizin veya çocuğunuzun sağlığı bakımından kabul edilebilir çalışmanın etkilerini değerlendirir ve gerekirse kısmi veya kapsamlı bir çalıştırma yasağını raporlayabilir ("Tıbbi İstihdam Yasağı" (*Ärztliches Beschäftigungsverbot*) [www.mutterschutz.nrw](http://www.mutterschutz.nrw)).

### Çalışma saatleri:

- Kısa molalar alma hakkı ve yatma, oturma ve dinlenme için imkan
- Hamilelik sırasında muayeneler için izin
- Doğum sonrası ilk 12 ay boyunca emzirme süreleri için izin
- Geceleri 20.00 - 06.00 saatleri arasında çalışma yasağı. İlgili bölge hükümetinden istisnalar talep edilebilir.
- En az 11 saat dinlenme süresi
- 8,5 saat/gün veya 90 saat/iki haftadan fazla çalışma yasağı
- Pazar günleri ve resmi tatillerde çalışma yasağı Ancak, çalışma isteğinizi açıkça beyan etmeniz ve bu işlerin iş günlerinde gerçekleştirilememesi şartıyla Çalışma Saatleri Yasası'nda (*Arbeitszeitgesetz*) listelenen bazı sektör veya faaliyetler için çalışma izni verilir.

- Verbot von Tätigkeiten, bei denen Sie oder Ihr Kind unverantwortbaren Gefährdungen durch Gefahrstoffe (z. B. krebserzeugende, fruchtschädigende), Biostoffe (z. B. Rötelnvirus, Toxoplasma) oder physikalische Einwirkungen (z. B. Lärm, Nässe, Hitze) ausgesetzt sind
- Verbot von Fließarbeit und bestimmter Arten von Akkordarbeit oder getakteter Arbeit
- Verbot körperlicher Belastungen, wie z. B. ständiges bewegungsarmes Stehen von mehr als 4 Std./Tag nach dem 5. Schwangerschaftsmonat oder Heben und Tragen schwerer Lasten, regelmäßig von mehr als 5 kg bzw. gelegentlich von mehr als 10 kg.

### Ärztliches Beschäftigungsverbot

Die behandelnde Ärztin bzw. der behandelnde Arzt beurteilt die möglichen Auswirkungen einer grundsätzlich zulässigen Beschäftigung auf Ihre Gesundheit oder die Ihres Kindes und kann ggf. ein teilweises oder umfassendes Beschäftigungsverbot bescheinigen („Ärztliches Beschäftigungsverbot“ auf [www.mutterschutz.nrw](http://www.mutterschutz.nrw)).

### Arbeitszeit:

- Anrecht auf kurze Arbeitsunterbrechungen sowie auf eine Gelegenheit zum Hinlegen, Hinsetzen und Ausruhen
- Freistellung für Vorsorgeuntersuchungen während der Schwangerschaft
- Freistellung für Stillzeiten während der ersten 12 Monate nach der Geburt
- Verbot von Nachtarbeit zwischen 20:00 Uhr und 06:00 Uhr Ausnahmen können bei der zuständigen Bezirksregierung beantragt werden.
- Gewährung einer mindestens 11-stündigen Ruhezeit
- Verbot von Mehrarbeit über 8,5 Std./Tag bzw. 90 Std./Doppelwoche
- Verbot von Sonn- und Feiertagsarbeit Eine Beschäftigung ist jedoch für bestimmte im Arbeitszeitgesetz aufgeführte Branchen bzw. Tätigkeiten erlaubt, sofern Sie sich dazu ausdrücklich bereit erklären und diese Arbeiten nicht an Werktagen ausgeführt werden können.

## Annelik Hizmetleri

Herhangi bir mali dezavantajınızı önlemek için Annelik Koruma Yasası aşağıdaki hizmetleri düzenlemektedir:

- Anne Koruma Süreleri içinde “Annelik Parası” (*Mutterschaftsgeld*) (Sağlık Sigortası/Federal Sigorta Dairesi şartına bağlı olarak)
- Anne Koruma Süreleri içinde “Annelik Parası”na işveren katkısı
- “Annelik Koruması Ücreti” (*Mutterschutzlohn*): Annelik koruma dönemleri dışındaki çalışma yasakları durumunda ücret ödemesinin devam etmesi

## Annelik koruması hakkında daha fazla bilgi için nereye başvurabilirim?

Bölge hükümetlerinin Sağlık ve Güvenlik İdaresi/İş Sağlığı ve Güvenliği Departmanlarının annelik koruması ile ilgili daha fazla bilgi ve en önemli iletişim bilgileri için bkz.:  
[www.mutterschutz.nrw](http://www.mutterschutz.nrw)

## Her hangi bir sorunuz mu var veya endişe veya belirsizlik içerisinde misiniz?

Tüm sevincinize rağmen bir hamilelik birçok karışıklığa sebep olabilir. Hamilelik konusunda ilgili soru, endişe veya korkularınızla ilgili bilgilere Federal Aile İşleri Bakanlığının şu internet sayfasından [www.schwanger-und-viele-fragen.de/tr](http://www.schwanger-und-viele-fragen.de/tr) ve ayrıca +49 800 40 40 020 numaralı ücretsiz ve (istek üzerine) anonim “Zor durumdaki hamileler” yardım hattından (24 saat) ulaşabilirsiniz.

## Mutterschaftsleistungen

Damit Ihnen kein finanzieller Nachteil entsteht, regelt das Mutterschutzgesetz folgende Leistungen:

- „Mutterschaftsgeld“ während der Mutterschutzfristen (gesetzl. Krankenkasse/Bundesversicherungsamt)
- Arbeitgeberzuschuss zum „Mutterschaftsgeld“ während der Mutterschutzfristen
- „Mutterschutzlohn“: Fortzahlung Arbeitsentgelt bei Beschäftigungsverboten außerhalb der Mutterschutzfristen

## An wen kann ich mich wenden, wenn ich mehr zum Mutterschutz wissen will?

Weitere Informationen zum Thema Mutterschutz sowie die für Sie wichtigsten Kontakte der Arbeitschutzverwaltung/Arbeitsschutzdezernate der Bezirksregierungen finden Sie unter:  
[www.mutterschutz.nrw](http://www.mutterschutz.nrw)

## Sorgen, Fragen oder Verunsicherung?

Bei aller Freude kann eine Schwangerschaft vieles durcheinander werfen. Bei Fragen, Zweifeln oder Ängsten rund um das Thema Schwangerschaft finden Sie Hilfe auf der Seite [www.schwanger-und-viele-fragen.de](http://www.schwanger-und-viele-fragen.de) sowie bei dem kostenlosen und (auf Wunsch) anonymen Hilfefon „Schwangere in Not“ (24h erreichbar) +49 800 40 40 020 des Bundesfamilienministeriums.



**Yayımlayan**

Kuzey Ren-Vestfalya  
Eyaleti Çalışma, Sağlık ve  
Sosyal İşler Bakanlığı  
Fürstenwall 25  
40219 Düsseldorf  
Faks 0211 855-3211  
info@mags.nrw.de  
www.mags.nrw

**Tasarım** MediaCompany –  
Agentur für Kommunikation GmbH  
**Baskı** Dahili baskı MAGS

© MAGS, Aralık 2018,  
2. gözden geçirilmiş baskı

Bu yayın şu internet adresinden sipariş  
edilebilir veya indirilebilir:  
www.mags.nrw/broschuerenservice

**Herausgeber**

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen  
Fürstenwall 25  
40219 Düsseldorf  
Fax 0211 855-3211  
info@mags.nrw.de  
www.mags.nrw

**Gestaltung** MediaCompany –  
Agentur für Kommunikation GmbH  
**Druck** Hausdruck MAGS

© MAGS, Dezember 2018,  
2. überarbeitete Auflage

Diese Publikation kann bestellt oder  
heruntergeladen werden:  
www.mags.nrw/broschuerenservice