

ELTERNSCHAFT & SELBSTSTÄNDIGKEIT

Ein Guide für *selbstständige*
Fotograf:innen

FEMALE PHOTOCLUB x FREELENS

1. Auflage: 28. September 2022

Der Guide von **FREELENS** und dem
FEMALE PHOTOCLUB versteht sich als erste
Handreichung für alle, die sich mit dem Thema
Elternschaft und Selbstständigkeit
beschäftigen wollen.

Die rechtlichen Ausführungen erfolgen nach
bestem Wissen und Gewissen auf der Grundlage
öffentlich zugänglicher Informationsquellen.
Eine Rechtsberatung wird hierdurch nicht ersetzt.

I. Einführung	6
Viele Wege führen nach Rom	7
Mach es in deinem Tempo!	7
Es braucht ein Dorf	8
Gute Vorbereitung ist alles!	9
Gemeinsam stärker als allein	9
II. Zeitstrahl	10
III. Wissenswertes – das Wichtigste rund um Elternschaft und Selbstständigkeit	12
Was tun bei Kinderwunsch?	13
Wenn es mit dem Kinderwunsch länger dauert	15
1. In freudiger Erwartung – und jetzt?	
Das gilt es mit Beginn der Schwangerschaft zu klären	16
Hebamme gewünscht?	17
Plane deine Projekte – der Faktor Schwangerschaft	18
Arbeitsunfähigkeit in der Schwangerschaft	18
Tipp: Bonusprogramme und Co.	19
So sagst du es den Kund:innen	19
Schicksalsschlag Fehlgeburt – nicht so selten wie man glaubt	20
2. Jetzt wird's ernst – darum solltest du dich in der zweiten Schwangerschaftshälfte kümmern	22
Zeit für Klartext: Wie wollt ihr Elternschaft gestalten?	23
Kinderärztliche Praxis, Geburtsvorbereitungskurs und Vaterschaftsanerkennung	25
Stressfaktoren minimieren!	26
3. Elterngeld – das musst du wissen	28
Die wichtigsten Infos zum Elterngeld im Überblick	30
Ist Elternzeit = Elterngeld?	31
Wann beginnt das Elterngeld?	33
Basiselterngeld vs. ElterngeldPlus vs. Partnerschaftsbonus	33
Wie lange kann ich Elterngeld beziehen?	35

Kann ich das Elterngeld pausieren?	35
Wie hoch ist das Elterngeld?	36
Darf ich während des Elterngeldbezuges arbeiten?	37
Beispiel: Wie wird Einkommen auf das Elterngeld angerechnet?	38
Elterngeld und Arbeitslosengeld	38
Basiselterngeld und ElterngeldPlus kombinieren	40
Elterngeld und Einkommen – Rückzahlungen vermeiden	40
Beispiel: Elterngeldbezug optimieren – so hoch darf dein Einkommen sein	41
Hier findest du Hilfe zum Elterngeld	43
Elterngeld und Rentenversicherung	43
4. Kurz vor der Ziellinie – deine Themen sechs bis acht Wochen vor der Geburt	44
Mutterschaftsgeld bei der Krankenkasse beantragen	45
Mutterschaftsgeld an die KSK melden	46
Spare Geld, pausiere deine Mitgliedschaften	47
5. Ab jetzt mit Verstärkung – euer Fahrplan nach der Geburt	48
Geburtsstermin mitteilen, Mutterschaftsgeld nach der Geburt beantragen	49
Geburtsurkunde beantragen	50
Wochenbettdepressionen – nichts, wofür du dich schämen musst	51
Die Frage nach der Versicherung des Kindes	52
Elterngeldantrag absenden – stell dich auf Wartezeit ein	53
Wie bin ich während des Elterngeldbezuges versichert?	54
Rückbildung: Immer wichtig, für Fotografinnen besonders	55
Kita-Platz oder Tagesmutter?	56
Wiedereinstieg mit Baby: Meldungen bei Kund:innen und KSK	57
Wie verändert sich das Arbeiten mit Kind?	58
Früh wieder einsteigen und stillen ist möglich!	59
Überlege, was du willst und kommuniziere transparent an Kund:innen	60
Kind krank – was nun?	62
Tricks & Kniffe für das Arbeiten mit Baby & Kita-Kind	64
6. Zusammen seid ihr stärker!	68
Wie können Nicht-Selbstständige Partner:innen unterstützen?	69
Babysitter oder Au-Pair – so findet ihr Hilfe	70
Impressum	75