



Lieber {name},

in der Schwangerschaft sind Männer gefordert wie selten zuvor. Sie sollen mitfühlen, ihre Frau unterstützen, Sicherheit und Geborgenheit gewährleisten und dafür sorgen, dass immer das richtige Futter im Kühlschrank ist. Dabei müssen Sie auch noch die Launen der Schwangeren aushalten. Wenn es bei Ihnen immer ganz harmonisch zugeht, sind Sie die Ausnahme. Über diesen Artikel dürfen Sie aber trotzdem schmunzeln.

#### Wenn Schwangere zicken

Merkwürdige Essgelüste, gelegentliche Übelkeit und jede Menge Stimmungsschwankungen in der Schwangerschaft können die Beziehung des Paares auf eine harte Probe stellen. Was tun, wenn die Schwangere zickt?

[Drei werdende Väter berichten von ihren Erfahrungen.](#)

#### Elterngeld und Elternzeit



Wer beruflich kürzer treten möchte, um für sein Kind zu sorgen, kann in Elternzeit zu gehen. Das Elterngeld gleicht allerdings nur einen Teil des Verdienstausfalls aus, höchstens 67%.

[Infos zur Elternzeit](#)

#### Eine Wiege selber bauen



Eine Wiege selber zu bauen ist für werdende Väter mit etwas handwerklichem Geschick kein Problem. Schwierig sind nur die Formen von Kopf- und Fußteil.

[Bauanleitung Wiege](#)

#### Jetzt hat Papa Zeit für mich!



Väter werden in den Medien gerne als Familienflüchtlinge dargestellt. Und Familienministerinnen unterstellen ihnen schon gerne mal die Angst vor dem feuchten Tuch. Denn schließlich würden Frauen die meiste Arbeit machen. Völliger Quatsch, so die neuere Forschung. Väter und Mütter arbeiten gleich viel. Nur anders.

[Papa's Jobs im Haushalt](#)

Die Redaktion von väterzeit.de wünscht Ihnen eine gute Woche. Den nächsten Newsletter erhalten Sie am kommenden Montag mit folgenden Themen:

**Wenn es Probleme in der Partnerschaft gibt: Ein Zwiesgespräch hilft**

**Geburtsbericht: Die Nacht, als Nora zu uns kam**

**Wenn das Kind vor der Geburt stirbt – Tod im Mutterleib**

**Immer mehr Väter bleiben zuhause: Erfolgsmodell väterzeit**

Dieser Newsletter ist in Ihrem Spamfilter hängen geblieben? Fügen Sie die Adresse [info@vaeterzeit.de](mailto:info@vaeterzeit.de) Ihrem Adressbuch hinzu, um dies künftig zu verhindern.

Schwangerschaftsbrief abmelden?

Wenn Sie zukünftig unseren Schwangerschaftsbrief nicht mehr erhalten möchten, klicken Sie auf diesen Link: [Schwangerschaftsbrief abbestellen](#)

Impressum

Herausgeberin/Inhaberin: Barbara Hirt

Verlagsanschrift: kidsgo Verlag, Maschmühlenweg 105, 37081 Göttingen

Verantwortlich für die redaktionellen Inhalte gemäß § 6 MDSIV: Karsten Knigge