



Dein AOK PLUS Ämterlotse für eine entspannte Elternzeit

Wann?	Was?	Wo?	meine Notizen/erledigt
innerhalb der ersten Woche nach der Geburt	Geburtsurkunde beantragen	Standesamt am Geburtsort des Kindes	
nach der Geburt (sobald die Geburtsurkunde vorliegt)	Krankenversicherung des Kindes anmelden	AOK PLUS Filiale vor Ort: plus.aok.de/filialen Onlineportal: plus.meine.aok.de	
	Mutterschaftsgeld beantragen mit der Geburtsurkunde (Titel: „Zur Hilfe bei Schwangerschaft und Mutterschaft“)	AOK PLUS Filiale vor Ort: plus.aok.de/filialen Onlineportal: plus.meine.aok.de Bundesamt für soziale Sicherung: bundesamtsozialesicherung.de/de/mutterschaftsgeld/ueberblick	
nach der Geburt	Kindergeld beantragen	Standesamt, Jugendamt, Amtsgericht oder Notar	
	Kinderarzt suchen	Sachsen: asu.kvs-sachsen.de/arztsuche Thüringen: kv-thueringen.de/arztsuche	
	Kita bzw. Kindergartenplatz suchen	Regional unterschiedlich. Bitte im Internet oder im Kindergarten vor Ort informieren.	

Wann?	Was?	Wo?	meine Notizen/erledigt
nach der Geburt	Gesundheitskurse bei Partnern der AOK PLUS (z.B. Fitness nach der Schwangerschaft, Peking, Krabbel-Fit, Spiel- und Bewegungskurs)	AOK PLUS Filiale vor Ort: plus.aok.de/filialen Kurse suchen und buchen: plus.aok.de/kurse Onlineportal: plus.meine.aok.de	
nach der Geburt (bei getrennt lebenden Eltern) Im Falle, dass Sie kein Unterhalt vom anderen Elternteil erhalten	Unterhalt beantragen Unterhaltsvorschuss beantragen	zuständiges Jugendamt/Familiengericht zuständiges Jugendamt	
vor Ablauf der Mutterschutzfrist	Elternzeit beantragen Elterngeld beantragen	Arbeitgeber bzw. Agentur für Arbeit Informationen im Familienportal des Bundesministeriums Jugend familienportal.de	
mit der nächsten Einkommenssteuererklärung	Kinderfreibetrag	Finanzamt/Bürgerservice	

Weitere Anlaufstellen

- Informationen zu wirtschaftlichen Hilfen, Erstausrüstung etc. im Familienportal des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend familienportal.de
- Thüringer Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie tmasgf.de/soziales/familie/beratung-und-unterstuetzung
- Sächsische Staatskanzlei sachsen.de/familie-soziales-gesundheit.html
- Beratungsstellen: Sozialamt, Wohnungsamt, Bürgerbüro der Stadtverwaltung, Landratsamt, Schwangerschaftsberatung der AWO, Caritas, DRK

Unterstützung bei Fragen rund um Ihre Gesundheit und die Ihres Kindes wie zum Beispiel Kinderkrankheiten, Impfungen, Operationen und Diagnosen, aber auch Arzneimittelberatung in der Schwangerschaft und Stillzeit erhalten Sie von unserem Expertenteam. Das kostenfreie Baby-Telefon erreichen Sie unter 0800 2266550* an 365 Tagen im Jahr. Bitte halten Sie Ihre Versichertennummer bereit.

* deutschlandweit kostenfrei und das rund um die Uhr aus allen Netzen Änderungen und Irrtum vorbehalten. Stand: Juli 2023