Checkliste Schwangerschaft

Aufgaben nach Trimester und nach der Geburt. Medizinische Fragen mit Ärztin, Arzt oder Hebamme klären.

Erstes Trimester (bis 12. Woche)

- [ ] Termin bei Frauenärztin oder Frauenarzt, Mutterpass
- [ ] Hebamme suchen (für Vorsorge und Wochenbett)
- [ ] Vorsorgetermine im Kalender eintragen
- [ ] Krankenkasse über Leistungen in der Schwangerschaft informieren lassen
- [ ] Arbeitgeber informieren, sobald Sie möchten (Mutterschutz gilt ab Kenntnis)
- [ ] Ernährung und Medikamente mit der Ärztin oder dem Arzt besprechen

Zweites Trimester (13. bis 27. Woche)

- [ ] Geburtsklinik oder Geburtshaus auswählen und anmelden
- [ ] Geburtsvorbereitungskurs buchen
- [ ] Elternzeit und Aufteilung der Elterngeldmonate planen
- [ ] Kita-Platz suchen und anmelden
- [ ] Erstausstattung planen und besorgen
- [ ] Kinderarztpraxis suchen
- [ ] Bei Bedarf: Vaterschaftsanerkennung und Sorgeerklärung (nicht verheiratete Eltern)

Drittes Trimester (ab 28. Woche)

- [ ] Elternzeit beim Arbeitgeber anmelden (spätestens sieben Wochen vor Beginn, in Textform)
- [ ] Mutterschaftsgeld bei der Krankenkasse beantragen
- [ ] Kliniktasche packen
- [ ] Babyschale ins Auto einbauen
- [ ] Unterlagen für das Standesamt bereitlegen
- [ ] Schlafplatz und Wickelplatz einrichten
- [ ] Hilfe für die ersten Wochen organisieren
- [ ] Ab 6 Wochen vor dem Termin: Mutterschutz

Nach der Geburt

- [ ] Geburtsurkunden vom Standesamt abholen (die Klinik meldet die Geburt)
- [ ] Kindergeld bei der Familienkasse beantragen
- [ ] Elterngeld beantragen (höchstens 3 Lebensmonate rückwirkend)
- [ ] Baby bei der Krankenkasse anmelden
- [ ] U2 und U3 beim Kinderarzt
- [ ] Wochenbettbetreuung durch die Hebamme
- [ ] Arbeitgeber über die Geburt informieren
- [ ] Mutterschutz endet in der Regel 8 Wochen nach der Geburt

Gut zu wissen

Mutterschutz: 6 Wochen vor dem errechneten Termin bis 8 Wochen nach der Geburt (bei Früh- und Mehrlingsgeburten 12 Wochen).

Elternzeit: spätestens 7 Wochen vor Beginn in Textform beim Arbeitgeber verlangen (§ 16 BEEG).

Elterngeld höchstens 3 Lebensmonate rückwirkend, Kindergeld bis zu 6 Monate rückwirkend (Familienportal).

Quellen: Familienportal · § 16 BEEG · Familienportal · Familienportal · Familienportal · Ausführlich mit Links: checklisten.de/schwangerschaft/