



KV-Statuswechsel.de

KOSTENLOSER FAHRPLAN

Mein Statuswechsel-Fahrplan

Teilzeit, Jobverlust, Elternzeit, Sabbatical, Jobwechsel: Was mit deiner privaten Krankenversicherung passiert, welche Frist läuft und was du jetzt tun kannst – mit Fristen-Matrix, Checklisten und Anwartschaft kurz erklärt.

Auf einen Blick

Die acht wichtigsten Punkte

- Als Angestellte/r bist du privat versichert, solange dein Jahresgehalt über der **Versicherungspflichtgrenze** liegt: 2026 **77.400 €**, 2027 laut Kabinettsbeschluss 84.150 € bzw. **80.550 €** für Privatversicherte (Entwurf, Bundesrat ausstehend).
- Sinkt dein Gehalt darunter – etwa durch Teilzeit –, wirst du **ab dem Tag der Änderung** versicherungspflichtig, nicht erst zum Jahresende.
- Eine **Befreiung** gibt es nur für bestimmte Gründe (§ 8 SGB V) – Antrag binnen **drei Monaten**, unwiderruflich. Ein sinkendes Gehalt allein ist kein Grund.
- Wirst du pflichtig, kannst du die PKV **binnen drei Monaten rückwirkend kündigen** (§ 205 Abs. 2 VVG) – oder als **Anwartschaft** behalten.
- Beim **Arbeitslosengeld** will die Arbeitsagentur den Befreiungsbescheid **binnen zwei Wochen** ab Leistungsbeginn. Sie übernimmt dann 2026 bis **27,13 €** (Kranken-) und **5,58 €** (Pflegeversicherung) pro Tag.
- Ab **55** bleibst du nach fünf Jahren ohne GKV meist versicherungsfrei (§ 6 Abs. 3a SGB V) – der Weg zurück in die GKV ist dann versperrt.
- Die **kleine Anwartschaft** kostet bei DKV und HUK-COBURG 5 % des Beitrags, die große laut Allianz im Mittel 30 bis 45 %.
- Fällt der Grund für die Anwartschaft weg, meldest du das meist **binnen zwei Monaten** – dann kommst du ohne Gesundheitsprüfung zurück.

Inhalt

1. Die Fristen-Matrix: Ereignis, Paragraf, Frist
2. Die Zahlen 2026/2027
3. Checkliste Teilzeit und sinkendes Gehalt
4. Checkliste Jobverlust
5. Checkliste Elternzeit und Pflegezeit
6. Checkliste Sabbatical und Auslandsaufenthalt
7. Checkliste Jobwechsel und Anstellung nach Selbstständigkeit
8. Anwartschaft kurz erklärt
9. Unterlagen für Kasse, Arbeitsagentur und Versicherer
10. Meine Fristen zum Eintragen

So nutzt du diesen Fahrplan

Such dir in Kapitel 1 dein Ereignis, trag dein Datum in Kapitel 10 ein und arbeite dann die passende Checkliste ab. Alle Zahlen haben den Stand 10.10.2026. Verbindlich entscheiden deine Krankenkasse, die Arbeitsagentur bzw. das Jobcenter und dein Versicherer. Dieser Fahrplan stammt von KV-Statuswechsel.de, einem kostenlosen Informations- und Rechnerportal – kein Versicherungsmakler, keine Krankenkasse, keine Arbeitsagentur, kein Jobcenter.

1. Die Fristen-Matrix

Jeder Statuswechsel hat eine Frist. Diese Tabelle zeigt, welche – und wo sie steht.

Ereignis	Was passiert	Frist	Grundlage
Teilzeit / Gehalt unter der Grenze	Versicherungspflicht ab dem Tag der Änderung	Befreiung (nur bestimmte Fälle) und rückwirkende Kündigung: 3 Monate	§ 6 Abs. 1 Nr. 1, § 8 Abs. 2 SGB V; § 205 Abs. 2 VVG
Grenze steigt zum 1. Januar	Pflicht ab 01.01., wenn dein Gehalt nicht mitsteigt	Befreiung Nr. 1: 3 Monate („bis Ende März“)	§ 8 Abs. 1 Nr. 1 SGB V
Arbeitslosengeld I	Pflicht ab Leistungsbeginn; Befreiung nach 5 Jahren ohne GKV	Bescheid an die Arbeitsagentur: 2 Wochen; Antrag: 3 Monate	§ 5 Abs. 1 Nr. 2, § 8 Abs. 1 Nr. 1a SGB V; BA-Merkblatt SV 1
Sperrzeit	Erster Monat ohne Beitragsübernahme	ab dem 2. Monat Pflicht bzw. Übernahme	§ 232a SGB V; BA-Merkblatt SV 1
Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld)	zuletzt privat → bleibt privat, Zuschuss vom Jobcenter	Rückkehr aus dem Basistarif: 3 Monate nach Ende der Hilfebedürftigkeit	§ 5 Abs. 5a SGB V; § 26 SGB II; § 204 Abs. 2 VVG
Elternzeit mit Teilzeit	Pflicht, wenn unter der Grenze	Befreiung Nr. 2: 3 Monate, nur für die Elternzeit	§ 8 Abs. 1 Nr. 2 SGB V; § 15 Abs. 4 BEEG
Pflegezeit mit Teilzeit	Pflicht, wenn unter der Grenze	Befreiung Nr. 2a: 3 Monate	§ 8 Abs. 1 Nr. 2a SGB V
Unbezahlter Urlaub	Beschäftigung gilt 1 Monat fort, danach kein Zuschuss	1 Monat	§ 7 Abs. 3 SGB IV
GKV-Pflicht endet	automatisch freiwillig weiter	Austritt: 2 Wochen nach Hinweis der Kasse	§ 188 Abs. 4 SGB V

Ereignis	Was passiert	Frist	Grundlage
Anwartschaftsgrund entfällt	PKV lebt ohne Gesundheitsprüfung wieder auf	meist 2 Monate (tarifabhängig)	Versicherer-Bedingungen

Rechenbeispiele

Stichtag	Antrag/Kündigung spätestens
Teilzeit unter der Grenze ab So, 01.11.2026	Mo, 01.02.2027
Arbeitslosengeld ab Di, 01.12.2026 – Bescheid an die Arbeitsagentur	Mo, 14.12.2026
Arbeitslosengeld ab Di, 01.12.2026 – Befreiungsantrag	Mo, 01.03.2027
Grenze steigt, Pflicht ab Fr, 01.01.2027	Mi, 31.03.2027

Wochenenden, Feiertage, Postlauf

Endet eine Frist an einem Samstag, Sonntag oder Feiertag, gilt meist der nächste Werktag (§ 26 Abs. 3 SGB X, § 193 BGB). Entscheidend ist der Eingang bei Kasse oder Versicherer. Plane immer ein paar Tage Puffer ein. Der Fristenrechner auf kv-statuswechsel.de rechnet dein Datum aus.

2. Die Zahlen 2026/2027

Wert	2026	2027
Versicherungspflichtgrenze allgemein	77.400 €	84.150 € (Entwurf)
Grenze für am 31.12.2026 Privatversicherte	–	80.550 € (Entwurf)
Beitragsbemessungsgrenze Krankenversicherung (Monat)	5.812,50 €	6.375 € (Entwurf)
Arbeitgeberzuschuss PKV höchstens (Kranken + Pflege)	613,22 €	rund 667 bis 673 € (Prognose)
Arbeitsagentur, Kranken pro Tag / 30-Tage-Monat	27,13 € / 813,90 €	28,35 € / 850,50 € (Prognose)
Arbeitsagentur, Pflege pro Tag / 30-Tage-Monat	5,58 € / 167,40 €	5,83 € / 174,90 € (Prognose)
Jobcenter, Kranken / Pflege pro Monat	508,59 € / 104,63 €	rund 557,81 € / offen

Wert	2026	2027
Basistarif Höchstbeitrag	1.017,18 €	offen

Quellen: § 6 SGB V und Rechengrößen 2026; Kabinettsbeschluss vom 07.10.2026 (Bundesrat ausstehend); BA-Merkblatt SV 1 (01.2026); BA-Merkblatt § 26 SGB II (Juli 2026); PKV-Verband. Werte 2027 der Arbeitsagentur: eigene Prognose mit Ø-Zusatzbeitrag 2,9 % (Bekanntgabe bis 01.11.2026).

Die oft falsche Zahl

848,62 € ist der Höchstbeitrag im Standardtarif der PKV – nicht der Zuschuss der Arbeitsagentur. Die Arbeitsagentur rechnet mit Tagessätzen: 27,13 € × 30 = 813,90 €.

3. Checkliste Teilzeit und sinkendes Gehalt

- ☐ Neues Jahresgehalt berechnen: Monatsbrutto × 12 plus feste Sonderzahlungen (Überstunden zählen nicht).
- ☐ Mit der Grenze vergleichen: 2026 77.400 €, 2027 voraussichtlich 80.550 € für Privatversicherte.
- ☐ Darüber? Dann bleibst du privat. Arbeitgeberzuschuss neu berechnen lassen (8,75 % + 1,8 % des Bruttos, höchstens die Hälfte des Beitrags).
- ☐ Darunter? Prüfen, ob eine Befreiung möglich ist: Elternzeit (Nr. 2), Pflegezeit (Nr. 2a) oder höchstens halbe Stelle nach fünf Jahren Versicherungsfreiheit (Nr. 3).
- ☐ Befreiung binnen drei Monaten bei einer gesetzlichen Krankenkasse beantragen – Nachweis der PKV beilegen.
- ☐ Keine Befreiung möglich? Entscheiden: PKV rückwirkend kündigen (drei Monate) oder Anwartschaft vereinbaren.
- ☐ Kinder mitversichert? Prüfen, ob sie über dich familienversichert werden können – dann auch ihre PKV rückwirkend kündigen.

4. Checkliste Jobverlust

Arbeitslosengeld I

- ☐ Klären: Warst du in den letzten fünf Jahren vor dem Leistungsbezug gesetzlich versichert?
- ☐ Nein → Befreiung nach § 8 Abs. 1 Nr. 1a SGB V bei einer Krankenkasse beantragen – schon vor der Arbeitslosmeldung möglich.
- ☐ Bescheid (Kopie) binnen zwei Wochen ab Leistungsbeginn bei der Arbeitsagentur einreichen, zusammen mit Zusatzblatt BA II SV 2 und „Bescheinigung KV/PV“ (BA II SV 16).

- ☐ Versicherer informieren, dass die Arbeitsagentur zahlt; Lastschrift anpassen.
- ☐ Ja → du wirst pflichtversichert. PKV binnen drei Monaten rückwirkend kündigen oder als Anwartschaft halten.
- ☐ Ab 55 und fünf Jahre ohne GKV → versicherungsfrei, kein Bescheid nötig; Beitragsübernahme beantragen.
- ☐ Krankentagegeld prüfen: Fortführung oder Anwartschaft meist binnen zwei Monaten beantragen.

Sperrzeit

- ☐ Ersten Monat selbst zahlen – erst ab dem zweiten Monat übernimmt die Arbeitsagentur bzw. greift die Pflicht.

Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld)

- ☐ Anlage SV zum Antrag ausfüllen, aktuellen Beitragsbescheid beilegen.
- ☐ Höhe des halbierten Basistarifs vom Versicherer bescheinigen lassen.
- ☐ Abwägen: im Tarif bleiben (Rest selbst zahlen) oder Basistarif (halbiert) – Rückkehrrecht binnen zwei Jahren beachten.

5. Checkliste Elternzeit und Pflegezeit

- ☐ Ohne Arbeit: PKV läuft ohne Arbeitgeberzuschuss weiter – Beitrag einplanen, Tarifregeln zur Elternzeit prüfen.
- ☐ Keine Familienversicherung über den gesetzlich versicherten Partner (§ 10 Abs. 1 Satz 7 SGB V).
- ☐ Teilzeit in der Elternzeit (höchstens 32 Wochenstunden) unter der Grenze → Befreiung Nr. 2 binnen drei Monaten.
- ☐ Teilzeit in Pflegezeit oder Familienpflegezeit → Befreiung Nr. 2a.
- ☐ Rückkehr planen: Über der Grenze meist sofort versicherungsfrei; Teilzeit unter der Grenze braucht eine neue Prüfung (Nr. 3).

6. Checkliste Sabbatical und Auslandsaufenthalt

- ☐ Unbezahlter Urlaub bis ein Monat: Status bleibt (§ 7 Abs. 3 SGB IV).
- ☐ Länger: ab dem zweiten Monat kein Arbeitgeberzuschuss – vollen Beitrag einplanen.
- ☐ Mit Wertguthaben (Zeitkonto) bleibt die Beschäftigung bestehen – mit dem Arbeitgeber klären.
- ☐ Mehr als 180 Tage im Ausland: Anwartschaft möglich, wenn du dort anderweitig versichert bist.
- ☐ Rückkehr binnen zwei Monaten beim Versicherer anzeigen.

7. Checkliste Jobwechsel und Anstellung nach Selbstständigkeit

- ☐ Neues Gehalt vorausschauend schätzen: Über der Grenze bist du ab dem ersten Tag versicherungsfrei.
- ☐ Lücke zwischen zwei Jobs: PKV läuft weiter, ohne Zuschuss – keine Pflicht.
- ☐ Neuer Job unter der Grenze: Pflicht ab dem ersten Tag; Befreiung nur mit höchstens halber Stelle im Anschluss und fünf Jahren Versicherungsfreiheit.
- ☐ Aus der Selbstständigkeit in eine Anstellung unter der Grenze (unter 55): Pflicht ab Beschäftigungsbeginn; PKV rückwirkend kündigen oder Anwartschaft.
- ☐ Arbeitgeberzuschuss beantragen (Bescheinigung des Versicherers vorlegen).

8. Anwartschaft kurz erklärt

	Kleine Anwartschaft	Große Anwartschaft
Sichert	Gesundheitszustand	Gesundheitszustand und Eintrittsalter
Beitrag nach Rückkehr	nach erreichtem Alter (Rückstellung wird angerechnet)	nach ursprünglichem Eintrittsalter
Kosten (Beispiele)	5 % (DKV, HUK-COBURG), 5–10 % (Allianz)	30–45 % (Allianz), sonst tarifabhängig
600 € Beitrag, 24 Monate	30 € im Monat, 720 € gesamt	180 € im Monat (30 %), 4.320 € gesamt

Faustregel

Kurze, unsichere Pause → kleine Anwartschaft. Lange Pause, früh eingestiegen, sichere Rückkehr → große Anwartschaft rechnen lassen. Der Anwartschafts-Rechner auf kv-statuswechsel.de zeigt den Break-even.

9. Unterlagen

Für	Was du brauchst
Krankenkasse (Befreiung)	Antrag, Nachweis der PKV (Versicherungsbestätigung), Arbeitsvertrag/Teilzeitvereinbarung bzw. Bescheid über Elternzeit oder Arbeitslosengeld
Arbeitsagentur	Befreiungsbescheid (Kopie), Zusatzblatt BA II SV 2, Bescheinigung KV/PV (BA II SV 16)
Jobcenter	Anlage SV, aktueller Beitragsbescheid, Bescheinigung über den halbierten Basistarif
Versicherer (Kündigung)	Kündigung in Textform, Nachweis der Versicherungspflicht (binnen zwei Monaten nach Aufforderung)
Versicherer (Anwartschaft)	Antrag, Nachweis des Grundes (z. B. Mitgliedsbescheinigung der Kasse), später Nachweis des Wegfalls
Arbeitgeber	Bescheinigung des Versicherers für den Zuschuss

10. Meine Fristen zum Eintragen

Was	Datum	Erledigt
Stichtag meines Statuswechsels	_____	☐
Befreiung beantragen bis	_____	☐
Bescheid an die Arbeitsagentur bis	_____	☐
PKV rückwirkend kündigen bis	_____	☐
Anwartschaft vereinbart / Rückkehr melden bis	_____	☐

Deine Fristen persönlich durchgehen

Auf Wunsch rechnet ein spezialisierter Experte aus unserem Partnernetzwerk deine Fristen mit dir durch – kostenlos und unverbindlich, ohne Gesundheitsfragen: kv-statuswechsel.de