

# Deine Brücke in Ausbildung und Studium.....

Du möchtest dich persönlich weiterentwickeln, mehr über deine Stärken erfahren, erleben wie sich der Arbeitsalltag anfühlt, dich sozial engagieren, einen Beitrag für unsere Gesellschaft leisten oder die Zeit bis zur Ausbildung oder dem Studium überbrücken?

Folgende Möglichkeiten bieten sich dir:



Bei einem **Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ)** arbeitest du in sozialen Einrichtungen, zum Beispiel in Kindergärten, Heimen für Senioren oder Behinderte, Krankenhäusern oder auch in Familien. Du kannst im Arbeitsfeld deiner Wahl soziale Arbeit „live“ erleben und dort erste Erfahrungen sammeln, dich persönlich weiterentwickeln, berufliche Orientierung finden und gleichzeitig für andere Menschen da sein.

<https://www.bundes-freiwilligendienst.de/fsj-freiwilliges-soziales-jahr/>

<https://www.fsj-rheinlandpfalz.de/>

<https://pro-fsj.de/>



Einsatzstellen für das **FÖJ – Freiwilliges ökologische Jahr** - findest du in Naturschutzprojekten, bei Umweltschutzorganisationen, Forstämtern, in der Landwirtschaft, bei Bildungs- und Forschungseinrichtungen der UNESCO oder Unternehmen und wirtschaftsnahen Einrichtungen aus dem Umweltbereich. Du kannst das FÖJ nutzen, um mehr über Umwelt- und Naturschutz zu lernen, Fähigkeiten in einem neuen Umfeld erproben und erweitern, und dich beruflich orientieren

<https://foej.de/>

<https://www.foei-rlp.de/>



Als Einsatzstellen für ein **FSJ im Sport** kommen Vereine, Verbände und Sporteinrichtungen in Frage, die regelmäßig Spiel-, Sport- und Freizeitangebote für Kinder und Jugendliche organisieren und sonstige Betreuungsdienste für diese Zielgruppe anbieten. Auch Sportverbände, Schulen und Kitas gehören zu den Einsatzstellen. Hier kannst du erste Berufserfahrungen im Sport sammeln, dich persönlich weiterentwickeln, ein Netzwerk aufbauen und dich sozial engagieren.

<https://www.freiwilligendienste-im-sport.de/>

<https://www.sportbund-pfalz.de/sportjugend/freiwilligendienste-im-sport/>



Einsatzorte im **FSJ Kultur** können Museen, Theater, Büchereien sein. Dort kannst du z.B. in der Bildungsarbeit, bei der Öffentlichkeitsarbeit oder bei der künstlerischen Gestaltung mitarbeiten. Du lernst die Arbeit in der kulturellen Einrichtung kennen, führst eigene Projekte durch und kannst dir über deine Wünsche zur eigenen Zukunft klarer werden.

Beim **FSJ Politik** kannst du eine Stelle bei Partei-Fraktionen und Einrichtungen der Landes-, Städte- und Gemeindepolitik finden. Du kannst auch in Einrichtungen der politischen Bildung mitarbeiten, die nicht zu Parteien gehören, also Jugendverbände, Gedenkstätten, Gewerkschaften und Stiftungen. Du lernst den politischen Alltag kennen und kannst dich einbringen.

Als Freiwillige/r im **FSJ Schule** lernst du die „andere Seite“ von Schule in unterschiedlichen Schulformen kennen. Du arbeitest in der Schule mit, unterstützt Lehrer\*innen im Unterricht, bietest Veranstaltungen für den Ganztagesbereich an, hilfst bei der Hausaufgabenbetreuung und vieles mehr. Dabei kannst du herausfinden, ob du später selbst in einer Schule oder mit Kindern und Jugendlichen arbeiten willst.

<https://freiwilligendienste-kultur-bildung.de/>

<https://www.fsjkultur-rlp.de/>



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit  
Ludwigshafen

bringt weiter.



- ❖ 16-26 Jahre alt
- ❖ keine Schulpflicht (erst nach BF1 oder Mittlerer Reife möglich!)
- ❖ in der Regel 12 Monate (mindestens 6, höchstens 18 Monate)
- ❖ Vollzeit
- ❖ regulärer Beginn am 01.09. eines Jahres, abweichende Termine möglich
- ❖ Taschengeld (Höchstgrenze 2020: 414,00 €)
- ❖ gesetzlich sozialversichert
- ❖ Anspruch auf Kindergeld bis zum 25. Lebensjahr
- ❖ Anerkennung für Ausbildung oder Studium
- ❖ fachpraktischer Teil der Fachhochschulreife
- ❖ Urlaubsanspruch
- ❖ Sammeln beruflicher Erfahrung
- ❖ ab 26 Jahren als Bundesfreiwilligendienst möglich

## .....gibt es auch im Ausland!



Bei einem **Freiwilligendienst im Ausland** engagierst du dich für eine bestimmte Zeit in einer Einrichtung, Organisation oder in einem Projekt im Ausland und machst dabei erste Erfahrungen in der Berufswelt. Du bekommst die Möglichkeit, umfassende Erfahrungen in einem Gastland zu sammeln. Es gibt geförderte und nicht-geförderte Freiwilligendienste im Ausland.

<https://www.rausvonzuhaus.de/Freiwilligendienste/FSJ#a6>

<https://www.weltwaerts.de/de/startseite.html>



- ❖ mindestens 18 Jahre alt
- ❖ wenige Wochen bis 12 Monate
- ❖ Fremdsprachenkenntnisse von Vorteil
- ❖ meistens keine oder geringe Aufwandsentschädigung
- ❖ teilweise entstehen Kosten



Eine weitere Möglichkeit sich im Ausland zu engagieren, Land und Leute und eine neue Sprache kennenzulernen bietet die Tätigkeit als **Au pair**. Im Austausch für Unterkunft und Taschengeld übernimmst du als Au Pair die Kinderbetreuung und leichte Aufgaben im Haushalt. Du bist eine "große Schwester" oder ein "großer Bruder" für die Kinder der Familie und wirst schnell zu einem neuen Familienmitglied.

<https://www.aupair.com/de>



- ❖ 18- 24 Jahre alt, je nach Organisation bis 30 Jahre
- ❖ Erfahrung in Kinderbetreuung und Führerschein von Vorteil
- ❖ 6 bis 12 Monate, Verlängerung bis 24 Monate möglich
- ❖ monatliches Taschengeld, Verpflegung und Unterkunft
- ❖ Anspruch auf Kindergeld kann bestehen bleiben



Bundesagentur für Arbeit  
Agentur für Arbeit  
Ludwigshafen

[bringt weiter.](#)