



FSJ

Freiwilliges
Soziales Jahr



ALLE INFOS LEICHT ERKLÄRT

Du planst deine Zukunft und
Du willst wissen,
was das FSJ ist?



DAS FSJ

Das FSJ	04
WARUM sollte man ein FSJ machen?	05
WER kann ein FSJ machen?	06
WO kann man ein FSJ machen?	07-08
WELCHE Regeln gibt es für das FSJ?	09-10
WIE lange dauert ein FSJ?	11
WAS bekommt man für das FSJ?	12-13
WIE kann man sich für das FSJ melden?	14-15
WIE wird man während des FSJ begleitet?	16-17
WELCHE VORTEILE hat man für die Berufs-Planung?	18-19
AUSSERDEM gut zu wissen	20
DIE LAG FREIWILLIGEN-DIENSTE HESSEN	21
IMPRESSUM	22

DAS FSJ



Die Abkürzung für das Freiwillige Soziale Jahr ist FSJ.

Das FSJ ist eine besondere Form
des bürgerschaftlichen Engagements.
Bürgerschaftliches Engagement bedeutet:

Freiwillig etwas Gutes für die Gesellschaft tun.

Junge Menschen können im FSJ viele Erfahrungen machen.

Die Freiwilligen bekommen während ihres FSJ
pädagogische Begleitung und berufliche Orientierung.

WARUM SOLLTE MAN EIN FSJ MACHEN?

Beim FSJ kannst Du ein Jahr lang
neue Sachen probieren
und dabei anderen Menschen helfen.



Das bietet Dir ein FSJ:

- Du kannst nach der Schule heraus finden, was Du machen willst.
- Du kannst einen Beruf kennen lernen.
- Du bekommst Einblick in neue Lebens- und Arbeits-Bereiche.
- Du kannst viele Menschen kennen lernen und Freundschaften schließen.
- Du machst viele neue Erfahrungen und kannst deine Kompetenzen erweitern.
- Du kannst die Zeit vom FSJ anrechnen lassen. Das hat Vorteile für deine beruflichen Zukunft.

WER KANN EIN FSJ MACHEN?

**Fast alle jungen Leute können ein FSJ machen,
wenn diese beiden Punkte zutreffen:**

- Du bist höchstens 26 Jahre alt.
Du darfst während deines FSJ nicht
deinen 27. Geburtstag haben.
- Du hast die Schulzeit abgeschlossen.

Alle Menschen sind im FSJ willkommen.

Egal, wo Du herkommst
und wie deine Lebens-Geschichte ist.
Egal, ob Du eine Behinderung hast oder nicht.
Alle Menschen können ein FSJ machen
und sich für das Gemeinwohl einsetzen.

GUT, ZU WISSEN

Die allgemeine Schulpflicht dauert in Hessen 9 Jahre.
Sie endet spätestens mit dem erfolgreichen Besuch
der Jahrgangs-Stufe 9.



WO KANN MAN EIN FSJ MACHEN?

In Hessen gibt es viele Einsatz-Stellen für das FSJ.
Die Einrichtungen der Einsatz-Stellen sind dazu da,
um andere Menschen zu unterstützen.

Das nennt man auch:

Die Einrichtungen sind gemeinwohl-orientiert.
Ein Träger unterstützt die Einrichtungen
und die Freiwilligen.



In Hessen gibt es viele Einsatz-Stellen
in verschiedenen Bereichen:

BETREUUNG VON KINDERN UND JUGENDLICHEN

SCHULEN

POLITISCHES LEBEN

FEUERWEHR

KIRCHENGEMEINDE

KULTUR

DENKMALPFLEGE

BETREUUNG VON MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

RETTUNGSDIENSTE

SPORT

FSJ DIGITAL

PFLEGE VON ALTEN MENSCHEN

GUT, ZU WISSEN

Hier kannst Du Einsatz-Stellen in Hessen finden:

www.fsj-hessen.de

www.lag-freiwilligendienste-hessen.de/unsere-traeger



WELCHE REGELN GIBT ES FÜR DAS FSJ?

Die meisten Freiwilligen helfen **in Vollzeit** mit.

Das heißt:

Sie helfen bis zu **8 Stunden am Tag**
und 5 Tage in der Woche.

Manche Menschen können das FSJ auch in Teilzeit machen.

Zum Beispiel:

- Menschen, die andere pflegen
- Menschen mit Behinderung
- Menschen mit psychischen Erkrankungen

Im FSJ bekommst Du mindestens

24 Urlaubstage in 12 Monaten.

Die Freiwilligen sind eine zusätzliche Unterstützung in der Einsatz-Stelle.

Die Freiwilligen ersetzen keine hauptamtlichen Mitarbeiter*innen.



Das FSJ ist kein Arbeits-Verhältnis.
Aber es gelten viele Regelungen
aus dem Arbeits-Recht.
Zum Beispiel: Recht auf Urlaub
und Bezahlung bei Krankheit.

Der Träger oder die Einsatz-Stelle
ist dabei wie der Arbeitgeber.
Die Freiwilligen machen einen Vertrag
mit dem Träger oder mit der Einsatz-Stelle.
Die Regeln dazu stehen
im Jugend-Freiwilligen-Dienste-Gesetz.

WICHTIG

Du hast noch einen Nebenjob neben dem FSJ?
Dann muss die Einsatz-Stelle oder der Träger das erlauben.



WIE LANGE DAUERT EIN FSJ?

Meistens **dauert** das FSJ **12 Monate** und beginnt zwischen Juli und September.

Du kannst aber **auf 6 Monate verkürzen**
oder bis 18 Monate verlängern.

Oder Du kannst zu einer anderen Zeit anfangen.



Früher aufhören?

Du willst etwas anderes machen?

Zum Beispiel eine Ausbildung anfangen?

Du kannst das FSJ früher kündigen.

Sprich darüber mit dem Träger und der Einsatz-Stelle,
wenn ihr den Vertrag macht.

Die Kündigung musst Du dann aufschreiben
und bei der Einsatz-Stelle und beim Träger abgeben.



GUT, ZU WISSEN

Wenn Freiwillige krank sind,
dann bekommen sie bis zu 6 Wochen
weiterhin das Taschengeld und Sachleistungen.

Bei längerer Krankheit zahlt die Kranken-Versicherung
die gesetzlich geregelten Leistungen.

WAS BEKOMMT MAN FÜR DAS FSJ?

Im FSJ bekommst Du ein steuerfreies Taschengeld.
Manche Einrichtungen bieten weitere Leistungen an.
Zum Beispiel: Unterkunft, Verpflegung und Arbeits-Kleidung.

Die Freiwilligen sind in der Zeit des FSJ versichert in der

- gesetzlichen Kranken-Versicherung,
- Pflege-Versicherung,
- Renten-Versicherung,
- Unfall-Versicherung,
- und Arbeitslosen-Versicherung.



Der Träger oder die Einsatz-Stelle bezahlt
die Beiträge für die Versicherungen.

Die Eltern der Freiwilligen
können Kindergeld bekommen,
wenn die Freiwilligen jünger als 25 Jahre sind.

Die Einsatz-Stellen oder Träger können
einen Teil des Taschengeldes
nicht als Geld bezahlen, sondern als Sach-Leistung.
Zum Beispiel das Hessen-Ticket
für Bus und Bahn.
Sprich dazu mit deinem Träger
oder deiner Einsatz-Stelle.

Die Freiwilligen bekommen einen Ausweis.
Mit dem Ausweis gibt es das Hessen-Ticket
und Vergünstigungen beim Eintritt
bei manchen Kinos, Theatern und Museen.



GUT, ZU WISSEN

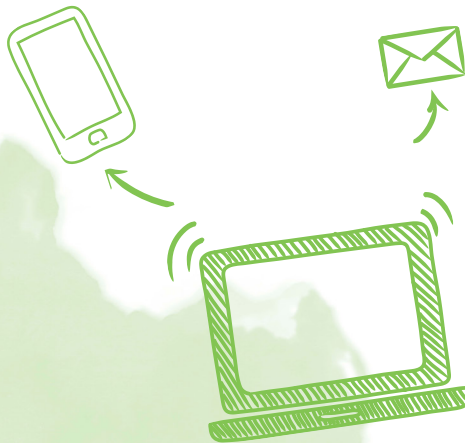
Hier kannst du schauen,
wo es Vergünstigungen für Freiwillige gibt:
www.fuer-freiwillige.de

WIE KANN MAN SICH FÜR EIN FSJ MELDEN?

Wenn Du ein FSJ machen willst,
dann musst Du dich bei einem Träger melden.
Am besten meldest Du dich
etwa ein halbes Jahr vorher,
entweder per Telefon oder E-Mail.
Du kannst dir auch eine Einsatz-Stelle selbst suchen.

Der Träger bespricht dann mit dir:

- Wo und ab wann ist ein FSJ möglich?
- Welche Bewerbungs-Unterlagen brauchst Du?
- Ob per E-Mail, im Internet, oder anders.
- Und wann kannst Du die Einsatz-Stelle kennen lernen?



Meistens gibt es ein Vorstellungsgespräch
in der Einsatz-Stelle.
Dort kannst Du den Arbeits-Bereich kennen lernen
Und die Mitarbeiter*innen in der Einsatz-Stelle
können dich kennen lernen.
Manchmal kannst Du auch bei der Arbeit zuschauen.
Das nennt man Hospitation.

Wenn Du und die Einsatz-Stelle sich einig sind, dann
schreibt ihr zusammen mit dem Träger einen Vertrag.



GUT, ZU WISSEN

Vor Beginn des FSJ unterschreiben alle Beteiligten
den Vertrag für den Freiwilligen-Dienst:
Du, die Einsatz-Stelle und der Träger.

WIE WIRD MAN WÄHREND DES FSJ BEGLEITET?

Unterstützung in der Einsatz-Stelle

In deiner Einsatz-Stelle bekommst Du Unterstützung von einer Anleitungs-Person.

Sie erklärt Dir deine Aufgaben und spricht regelmäßig mit dir.

Und sie kann dir bei Fragen helfen.

Die Einsatz-Stelle muss eine Fachkraft benennen als Anleitungs-Person für dich.

Pädagogische Begleitung durch den Träger

Auch beim Träger des FSJ gibt es eine Ansprech-Person für dich.

Eine pädagogische Fachkraft besucht dich in deiner Einsatz-Stelle und hilft bei Problemen.

Bildungs-Tage

Wenn das FSJ 12 Monate dauert, dann gibt es 25 Bildungs-Tage.

Dort treffen sich alle Freiwilligen aus der Nähe.

Oft gibt es 5 Seminar-Wochen, die jeweils 5 Tage dauern.





Bei den Bildungs-Tagen kannst Du:

- andere Freiwillige kennen lernen,
- über dich, dein FSJ und deine Einsatz-Stelle sprechen,
- praktische Dinge für den Berufs-Alltag lernen,
- etwas über andere wichtige Themen erfahren, wie zum Beispiel über Umwelt, Gesellschaft und Politik,
- und viel Spaß haben.

Die Bildungs-Tage sind für die Freiwilligen kostenlos.
Wenn Übernachtungs-Kosten anfallen,
dann bezahlt das der Träger.



GUT, ZU WISSEN

Bildungs-Tage sind kein Schul-Unterricht:
Du und die anderen Freiwilligen können mitbestimmen,
was bei den Bildungs-Tagen passiert.
Denn deine Wünsche und Themen sind wichtig.

WELCHE VORTEILE HAT MAN FÜR DIE BERUFS-PLANUNG?

- Nach Ende Deines FSJ bekommst Du ein ausführliches Zeugnis.

In dem Zeugnis steht:

- Welche Aufgaben hast Du übernommen?
- Und an welchen Bildungs-Tagen hast Du teilgenommen?

Das Zeugnis kann für spätere Bewerbungen von großem Vorteil sein.

- In manchen Ausbildungen und Studien-Gängen wird ein FSJ als Vorpraktikum anerkannt.



- Mit einem 12-monatigen FSJ kann der praktische (berufsbezogene) Teil der Fach-Hochschul-Reife erworben werden.
- Angehende Studierende bekommen bis zu 2 Warte-Semester angerechnet. Wenn Du vor oder während des FSJ eine Zusage für einen Studien-Platz bekommst, dann hast Du nach dem FSJ einen Anspruch darauf.



GUT, ZU WISSEN

Nach 12 Monaten FSJ hast Du Anspruch auf Arbeitslosen-Geld.

Dafür musst Du dich 3 Monate vor Ende des FSJ bei der Agentur für Arbeit arbeits-suchend melden.

Dann kannst Du das Arbeitslosen-Geld ohne Unterbrechung und ohne Abzug bekommen.

AUSSERDEM GUT ZU WISSEN

Familien-Versicherung und private Kranken-Versicherung

Die Freiwilligen sind für die Dauer des FSJ pflicht-versichert
in der gesetzlichen Kranken-Versicherung.
Der Träger oder die Einsatz-Stelle bezahlt
die gesamten Beiträge für die Versicherung.

Wohngeld

Die Freiwilligen können in der Zeit des FSJ
Wohngeld beantragen,
wenn diese beiden Punkte zutreffen:

- Für das FSJ ist ein Umzug notwendig
an den Ort der Einsatz-Stelle.
- Die Einsatz-Stelle kann keine Unterkunft
zur Verfügung stellen.

DIE LAG FREIWILLIGEN-DIENSTE HESSEN

Die Abkürzung für Landes-Arbeits-Gemeinschaft ist: LAG

In der LAG Freiwilligen-Dienste Hessen sind mehr als 30 verschiedene Träger zusammen geschlossen. Die LAG vertritt die Interessen der Freiwilligen-Dienste. Gemeinsam bieten wir jedes Jahr etwa 7.500 Stellen an und begleiten die Freiwilligen pädagogisch im FSJ und Bundes-Freiwilligen-Dienst.

BFD ist die Abkürzung für den Bundes-Freiwilligen-Dienst.

Den BFD gibt es seit dem Jahr 2011 als Ersatz für den Zivil-Dienst. Beim BFD können Männer und Frauen auch über 27 Jahren mitmachen.

Mehr Infos dazu unter:

www.bundesfreiwilligendienst.de



IMPRESSUM

HERAUSGEBER

LAG Freiwilligendienste Hessen
c/o AWO Bezirksverband Hessen-Süd e.V.
Kruppstraße 105
60388 Frankfurt am Main
E-Mail: info@lag-freiwilligendienste-hessen.de

REDAKTION

Sarah Weber

GESTALTUNG

www.miamipunkmachine.com

BILDNACHWEIS

rawpixel.com / Freepik

ÜBERSETZUNG IN EINFACHE SPRACHE:

Zentrum für Leichte Sprache
der Lebenshilfe Landesverband Hessen e.V.

GEFÖRDERT DURCH





DU HAST NOCH FRAGEN ZUM FSJ?

Dann melde dich gerne bei uns!

Telefon: 069- 42009-272

E-Mail: info@lag-freiwilligendienste-hessen.de

www.lag-freiwilligendienste-hessen.de

