

# W BI

## Gewusst wie – Informationen für Frauen rund um den Beruf

 [www.frauen-in-bielefeld.de](http://www.frauen-in-bielefeld.de)





## Inhaltsverzeichnis

<b>1.</b>	<b>Ein Wort vorab .....</b>	<b>1</b>	<b>5.</b>	<b>Berufliche Weiterbildung .....</b>	<b>21</b>
<b>2.</b>	<b>Berufliche Orientierung und Berufswegplanung – der erste Schritt zum neuen Job .....</b>	<b>2</b>	5.1	Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung .....	21
2.1	Fragen zur beruflichen Orientierung .....	3	5.2	Berufliche Weiterbildung.....	22
2.2	Fragen und Tipps zur beruflichen Planung .....	3	5.3	Ausbildung.....	22
<b>3.</b>	<b>Wichtige Informationen für .....</b>	<b>6</b>	5.4	Schulabschlüsse nachholen.....	23
3.1	Berufsrückkehrende .....	6	5.5	Studium .....	24
3.2	Alleinerziehende.....	7	5.6	Aufstiegs-BAföG .....	28
3.3	Junge Frauen.....	8	5.7	Fernunterricht.....	28
3.4	Frauen über 50 Jahre.....	8	5.8	Bildungsscheck.....	28
3.5	Frauen mit Behinderungen.....	9	5.9	Bildungsprämie.....	29
3.6	Frauen mit Migrationsgeschichte .....	9	<b>6.</b>	<b>Wie bewerbe ich mich richtig?.....</b>	<b>31</b>
3.7	Existenzgründerinnen und Unternehmerinnen ..	10	6.1	Stellensuche .....	31
3.8	Frauen in Fach- und Führungspositionen .....	11	6.2	Bewerbung .....	32
<b>4.</b>	<b>Agentur für Arbeit, Jobcenter und Kommunen – Leistungen und Angebote .....</b>	<b>12</b>	6.3	Vorstellungsgespräch .....	36
4.1	Arbeitslosengeld I.....	12	<b>7.</b>	<b>Informationen für Frauen (und Männer) mit Kindern .....</b>	<b>38</b>
4.2	Grundsicherung für Arbeitssuchende (ALGII) ....	14	7.1	Elternzeit.....	38
4.3	Sozialhilfe nach Sozialgesetzbuch XII (SGB XII)..	17	7.2	Elterngeld .....	39
4.4	Leistungen für Berufsrückkehrende.....	18	7.3	Kindergeld .....	40
4.5	Leistungen für Frauen unter 25 Jahre .....	18	7.4	Kinderbetreuung.....	41
4.6	Leistungen für Frauen mit Behinderungen.....	19	<b>Kontaktadressen.....</b>	<b>43</b>	
4.7	Leistungen für Existenzgründerinnen.....	19	<b>Links .....</b>	<b>47</b>	
			<b>Broschüren   Buchempfehlungen .....</b>	<b>48</b>	



## 1. Ein Wort vorab...

Liebe Leserin,

Frauen mit einer qualifizierten Ausbildung werden in Zukunft auf dem Arbeitsmarkt gute Chancen bekommen. Durch den demografischen Wandel wird die Wirtschaft auf gut ausgebildete Frauen nicht verzichten können.

Bei der Planung des eigenen beruflichen Weges gibt es dennoch eine Vielzahl von Fragen, Anforderungen und Regelungen, die zu bedenken sind.

Ob Sie eine Ausbildung beginnen, nach der Familienzeit in den erlernten Beruf zurückkehren möchten oder den Sprung in eine Führungsposition anstreben – die vorliegende Publikation möchte Sie mit Tipps und Anregungen auf Ihrem Weg begleiten.

Wir haben wichtige Informationen für unterschiedliche Lebenssituationen und berufliche Wünsche für Sie zusammengefasst und mit Empfehlungen für interessante Broschüren und Linkadressen versehen. Zusätzlich finden Sie im Anhang Adressen, die Ihnen gerne weitere Unterstützung bieten.

Alle vorliegenden Informationen wurden zeitnah zusammengestellt. Rechtliche Rahmenbedingungen können sich aber schnell verändern, deshalb empfiehlt es sich immer, den aktuellen Stand zu erfragen. Die Broschüre **ist kein juristischer Ratgeber, daher kann sie keine individuelle juristische Beratung ersetzen.**

Viel Spaß bei der Lektüre wünscht Ihnen die

**Stadt Bielefeld**  
**Gleichstellungsstelle – Frauenbüro**

## 2. Berufliche Orientierung und Berufswegeplanung – der erste Schritt zum neuen Job

Sie wollen nach der Familienphase wieder in das Berufsleben zurückkehren? Sie sind erwerbslos und auf der Suche nach einem neuen Arbeitsplatz? Sie haben einen guten Job und möchten sich weiterqualifizieren? Dann sind eine gründliche berufliche Orientierung und eine gute Berufswegeplanung in jedem Fall Ihr Schlüssel zum zukünftigen Erfolg.



© fotolia | Claudia Paulussen

Wenn Sie längere Zeit nicht mehr in Ihrem erlernten Beruf erwerbstätig waren oder Sie sich weiterqualifizieren wollen, ist es wichtig für Sie, sich über die neuesten Entwicklungen in Ihrem Beruf und Ihrer Branche zu informieren.

In den Stellenanzeigen in Zeitungen und im Internet können Sie sich einen ersten Überblick über die aktuellen Anforderungen in Ihrem Beruf verschaffen. Ehemalige Kolleginnen/Kollegen und Bekannte, die in Ihrem Beruf arbeiten, können Ihnen berichten, welche Qualifikationen und Fähigkeiten momentan wichtig sind.

Klären Sie anhand der gesammelten Informationen, ob zusätzliche Qualifikationen Ihnen helfen können, für

potenzielle Arbeitgeberinnen/Arbeitgeber interessant zu werden. Dann recherchieren Sie, auf welchen Wegen Sie diese zusätzliche Qualifikation erwerben können.

Wenn Sie keine Berufsausbildung oder berufliche Erfahrungen haben oder wenn Sie in Ihrem erlernten Beruf keine Vermittlungschancen sehen, müssen Sie sich beruflich neu orientieren. Das ist nicht immer ganz einfach, weil eine Prognose über langfristige Arbeitsmarktchancen in bestimmten Berufen oder Branchen kaum möglich ist.

Daher sollten Sie sich bei Ihrer beruflichen Planung auch an Ihren eigenen Bedürfnissen, Wünschen und Fähigkeiten orientieren. Meist ist es leichter zu überlegen, was man nicht will und was man nicht kann. Viel schwerer fällt es Frauen zu sagen, welche Fähigkeiten sie haben, was sie gut können und welche Tätigkeiten sie gerne ausüben würden.

Die Entwicklung Ihrer eigenen beruflichen Ziele ist aber der entscheidende Schritt auf dem Weg zu Ihrem neuen Job. Denn Sie sind die Expertin für Ihre eigenen Wünsche und Kompetenzen. Wenn Sie keine eigenen Ziele haben, geschieht es leicht, dass Sie den Empfehlungen anderer folgen und nicht mehr selbst bestimmen, wie es beruflich weitergeht.

Deshalb sind in dieser Broschüre Fragen und Tipps zusammen gestellt, die sich in der beruflichen Beratung als hilfreich erwiesen haben und Sie bei Ihrer beruflichen Orientierung und Planung unterstützen können. Am besten nehmen Sie sich ein wenig Zeit, um die Fragen für sich selbst zu beantworten. Schreiben Sie die Antworten auf – dann haben Sie eine gute Grundlage für Ihre Gespräche mit beruflichen Beratungsstellen, der Agentur für Arbeit und möglichen Arbeitgeberinnen/Arbeitgebern.

## 2.1 Fragen zur beruflichen Orientierung

Wenn Sie Ihre Stärken und Fähigkeiten benannt haben, wird es Ihnen leichter fallen, sich für ein Berufsbild, eine neue Tätigkeit in Ihrem Ausbildungsberuf oder eine passende nebenberufliche Weiterbildung zu entscheiden.

### Welche beruflichen Träume und Wünsche habe und hatte ich?

- Listen Sie alle beruflichen Wünsche auf, auch die „verrückten“ und „unrealistischen“ aus Ihrer Kindheit und Jugend.

### Welche Arbeiten, Jobs und Berufe habe ich in meinem Leben schon kennengelernt?

- Welche Ausbildungen, Qualifikationen und Fortbildungen (z. B. VHS-Kurse) bringe ich mit?
- Welche Tätigkeiten kenne ich? Denken Sie hier auch an Tätigkeiten, die Sie außerhalb des Berufslebens kennen und schätzen gelernt haben (z. B. ehrenamtliche Arbeit im Sport- oder Elternverein, Organisation von Festen, Leitung von Jugendgruppen als Jugendliche etc.).

### Welche Erfahrungen bringe ich aus dem Familienmanagement mit?

### Welche berufliche Tätigkeit und welche Arbeitsbedingungen kommen für mich nicht infrage?

- Nehmen Sie sich Zeit zu überlegen, was Sie auf keinen Fall wollen und können (z. B. Vollzeit- oder Teilzeitarbeitswunsch, im Büro sitzen, alleine arbeiten, Arbeitsort etc.).

### Was kann ich? Was macht mir Spaß?

- Welche Arbeiten machen mir Spaß?
- Welche Tätigkeiten fallen mir leicht?
- Welche Tätigkeiten haben mir in der Vergangenheit besonders gut gefallen? Versuchen Sie, möglichst umfassend zu beschreiben (z. B. Organisieren, Kontakt zu Menschen, Handwerkliches etc.), was Ihnen Spaß macht.

Die eigene berufliche Orientierung ist ein Prozess. Deshalb lassen Sie sich – wenn möglich – für Ihre Überlegungen ein wenig Zeit.

Vermutlich orientieren Sie sich bei Ihren Überlegungen zunächst an dem, was Sie aus Ihrem Umfeld oder aus den Medien kennen. Aber lassen Sie Ihren Blick ruhig etwas weiter schweifen! Vielleicht bietet Ihnen ein unbekannter Beruf, eine neue Branche oder ein anderer Arbeitsort die interessanteren Zukunftschancen. Dabei müssen Sie sich nicht für einen „Wunschberuf“ oder eine „Traumfirma“ entscheiden. Meistens gibt es mehrere Wege und Möglichkeiten, berufliche Ziele zu verwirklichen.

*Einige bewährte Tipps und Fragen zur besseren Planung Ihrer beruflichen Zukunft haben wir für Sie zusammengestellt.*

## 2.2 Fragen und Tipps zur beruflichen Planung

### Wie will ich in fünf Jahren leben?

### Was will ich beruflich erreicht haben?

### Wie will ich in zwei Jahren leben?

### Und in einem Jahr?

- Versuchen Sie, sich Ihr zukünftiges Leben möglichst genau vorzustellen. Welchen Beruf üben Sie aus? Wo wohnen Sie? Was machen Ihre Kinder?
- Wenn Sie ein konkretes Bild für Ihr Leben in fünf Jahren gefunden haben, versuchen Sie, sich eine kürzere Zeitspanne vorzustellen und auch diese möglichst genau zu beschreiben.
- Diese Übung hilft Ihnen bei der Konkretisierung Ihrer Wünsche und Ziele.

### Was sind meine beruflichen Ziele?

- Formulieren Sie möglichst einfach und genau, was Sie in Zukunft gerne und was sie auf keinen Fall tun wollen („Ich möchte wieder in meinem Beruf als Bürokauffrau arbeiten. Ich möchte nicht mehr in einem großen Unternehmen arbeiten.“).

- Überlegen Sie sich ein oder zwei mögliche Alternativen („Ich kann auch in einem Call-Center arbeiten.“).
- Nennen Sie kurzfristige und längerfristige Ziele („Ich kann über einen Mini-Job wieder in meinen Beruf einsteigen. Nach maximal zwei Jahren will ich mit 30 Wochenstunden als Bürokauffrau arbeiten.“).

### **Machen Sie sich einen Zeitplan! Fixieren Sie „Meilensteine“!**

- Überlegen Sie, welche nächsten Schritte notwendig sind, um Ihren beruflichen Zielen oder einem neuen Job näherzukommen. Bis wann wollen Sie was in Angriff genommen haben?
- Fixieren Sie „Meilensteine“ auf Ihrem Weg z. B. einen Termin bei der Bundesagentur für Arbeit oder einer Beratungsstelle, damit Sie Ihre Pläne im Alltag nicht aus den Augen verlieren.
- Planen Sie einen regelmäßigen, festen Termin ein, z. B. jeden Dienstag von 10.00 – 12.00 Uhr, an dem Sie sich mit Ihren beruflichen Perspektiven auseinandersetzen.

### **Wer kann mich bei meiner beruflichen Planung unterstützen?**

- Für eine neue Arbeitsstelle oder einen neuen Beruf braucht man manchmal einen langen Atem. Überlegen Sie sich gleich zu Anfang, wer Ihnen helfen kann, wenn Sie mal einen „Durchhänger“ haben.
- Wenn Sie Unterstützung brauchen, lassen Sie sich beraten. Die Gleichstellungsstelle nennt Ihnen auf Wunsch Ansprechpartnerinnen/Ansprechpartner und weitere Adressen.

### **Informationen und Beratungsangebote**

Beratung und Coaching können Ihnen helfen, schneller und klarer zum neuen Job oder Beruf zu finden. In einer Einzelberatung können Sie noch einmal in Ruhe Ihre beruflichen Überlegungen besprechen. Sie bekommen neue Informationen, erste Rückmeldungen und

Anregungen zur Umsetzung Ihrer beruflichen Ziele. Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen unterstützt Sie mit dem Förderangebot „Beratung zur beruflichen Entwicklung“ sich beruflich weiterzuentwickeln.

Sie werden unterstützt

- Ihre Wünsche zu klären
- Ihre Möglichkeiten realistisch einzuschätzen
- Ihren Informationsbedarf zu decken
- Ihre berufliche Weiterentwicklung zu planen

Die Beratung kann bis zu 9 Stunden umfassen und ist kostenlos. Die einzige Voraussetzung ist, dass Sie in Nordrhein-Westfalen wohnen oder arbeiten. Die „Beratung zur beruflichen Entwicklung“ wird in allen Regionen Nordrhein-Westfalens angeboten.

- Sie finden eine Beratungsstelle in Ihrer Nähe unter [www.weiterbildungsberatung.nrw.de](http://www.weiterbildungsberatung.nrw.de)

### **Orientierungsangebote**

Berufliche Orientierungsangebote, die von verschiedenen Weiterbildungsträgern angeboten werden, können Ihnen Unterstützung bei Ihrer beruflichen Planung geben. Die Palette beruflicher Orientierungsangebote ist thematisch vielfältig und zeitlich variabel – Sie können sich für eine Informationsveranstaltung, ein Wochenendseminar, ein Bewerbungstraining oder einen längerfristigen Orientierungskurs entscheiden. Es gibt spezielle Angebote für Berufsrückkehrerinnen, für Existenzgründerinnen und Frauen, die ihren beruflichen Aufstieg planen. Die Teilnahme an solchen Angeboten verschafft Ihnen zwar noch keinen neuen Arbeitsplatz, sie stärkt aber Ihr Selbstbewusstsein, bringt Ihnen Informationen und neue Anregungen, ermöglicht den Austausch mit anderen und unterstützt Sie so bei der Erarbeitung Ihrer neuen Lebens- und Berufsperspektive.

***Eine Liste mit Adressen zur beruflichen Beratung, Information und Orientierung finden Sie im Adressteil dieser Broschüre.***

## Berufsinformationszentrum (BIZ) in der örtlichen Agentur für Arbeit und Stellen- und Bewerberbörse via Internet der Bundesagentur für Arbeit

Im BIZ können Sie sich selbstständig über Berufe und deren Anforderungsprofile, Weiterbildungsmöglichkeiten, nebenberufliche Fortbildungen und deren Anbieterinnen/Anbieter informieren.

Hierzu stehen Ihnen Informationsmappen, Filme und Computer zur Verfügung. Bei Fragen hilft Ihnen auch das Personal gerne weiter.

Im Internet können Sie sich am PC selbstständig aktuelle Stellenangebote suchen und ausdrucken. Die Datenbank KURSNET informiert Sie über aktuelle Weiterbildungsangebote. Im BerufeNet finden Sie konkrete Informationen zu Berufsanforderungen und Berufsprofilen. Die Datenbanken sind über [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) auch vom heimischen PC aus zu sichten. Hier finden Sie zusätzliche Informationen zu Arbeitsmarktdaten, Anträgen und rechtlichen Fragen der Arbeitsförderung.



### Praktikum

Ob ein bestimmter Beruf oder eine Branche für Sie das Richtige ist, können Sie am besten durch ein Praktikum herausfinden. Ein Praktikum ist zeitlich begrenzt und in der Regel unentgeltlich. Werden Sie selbst initiativ und fragen Sie bei interessanten Arbeitgeberinnen/Arbeitgebern nach, ob sie Sie als Praktikantin einstellen würden. Überlegen Sie schon im Vorfeld, wie lange Sie für ein Praktikum zur Verfügung stehen können – je länger Sie Zeit haben, umso umfassender ist auch der Eindruck, den Sie gewinnen können. Praktische Erfahrungen bzw. betriebliche Anbindungen, auch tageweise, sind sinnvoll.

## 3. Wichtige Informationen für ...

### 3.1 Berufsrückkehrende

Für die meisten Frauen ist es heute zur Selbstverständlichkeit geworden, Familie, Berufstätigkeit und eigene Lebenswünsche zu verwirklichen. Der Begriff „work-life-balance“ steht für diese Vereinbarkeit von Privatleben und Beruf. Nicht immer geschieht das ganz reibungslos, denn aufgrund der Rahmenbedingungen (z. B. fehlende und wenig flexible Kinderbetreuungsmöglichkeiten) sind es in Deutschland immer noch überwiegend Frauen, die aus dem Berufsleben aussteigen, um Familienaufgaben und Kinderbetreuung zu übernehmen.



© fotolia | Pathfinder

Wenn Sie sich für einen vorübergehenden Berufsausstieg entschieden haben, sollten Sie Ihren Wiedereinstieg langfristig und bewusst planen. Denn je nach Lebenssituation, Ausbildung und Berufserfahrung sind die Möglichkeiten, nach der Familienpause wieder berufstätig zu werden, sehr unterschiedlich.

Vielleicht wollen Sie aber auch nur kurz aus dem Beruf aussteigen und möglichst bald an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren. Wenn Sie eine gute Betreuungsmöglichkeit, sei es eine Tagesmutter oder ein Platz in der Kindertagesstätte, suchen und auf diese Weise wieder ein

erfülltes Berufsleben aufnehmen können, schadet das sicher nicht dem „Kindeswohl“. Kleine Kinder brauchen sicherlich stets eine zuverlässige, liebevolle Betreuung. Diese muss aber nicht allein von der Mutter geleistet werden. Im Gegenteil: Frühe Betreuung z. B. in der Tagesstätte zusammen mit anderen Kindern fördert die Selbstständigkeit und die soziale Kompetenz der Kinder. Und je kürzer die Zeit der Berufsunterbrechung ist, desto einfacher gelingt auch der Wiedereinstieg.

Waren Sie längere Zeit nicht erwerbstätig, können Ihre beruflichen Kenntnisse veraltet sein – oder eine Rückkehr in den erlernten Beruf ist nicht mehr möglich.

Weiterbildung ist meist der Schlüssel für einen erfolgreichen beruflichen Wiedereinstieg. Dabei muss es nicht immer eine langfristige Qualifizierung oder Umschulung sein; oft reichen ein intensiver Computerkurs und ein Bewerbungstraining aus, um Ihre Chancen auf einen Arbeitsplatz zu erhöhen (siehe auch Kapitel 5). Berufsrückkehrende, die nach einer längeren Familienphase wieder zurück ins Erwerbsleben wollen, müssen ihr Wissen oft erst einmal den aktuellen Standards anpassen.

#### So können Sie Ihren Wiedereinstieg vorbereiten:

- Überdenken Sie Ihren beruflichen Werdegang und prüfen Sie Wünsche und Träume auf ihre Realisierbarkeit.
- Halten Sie Kontakt zur/zum früheren Arbeitgeberin/Arbeitgeber und Kolleginnen/Kollegen, auch wenn Sie voraussichtlich dort nicht arbeiten werden, denn Sie erfahren so am besten von fachlichen und persönlichen Veränderungen.
- Stellen Sie sich als Urlaubs- oder Krankheitsvertretung zur Verfügung. So halten Sie Anschluss auf Ihrem Arbeitsgebiet.
- Fordern Sie rechtzeitig Unterstützung bei der Familie ein und warten Sie nicht damit, bis Sie wieder berufstätig sind.

- Versuchen Sie, Kontakte zu Frauen in ähnlichen Situationen zu knüpfen. Gemeinsam ist es leichter, Veränderungen anzugehen.
- Schaffen Sie sich Freiräume für die persönliche und berufliche Weiterbildung.
- Planen Sie selbstbewusst und optimistisch die neue Lebenssituation.

Als Familienfrau haben Sie viele „Berufe“ ausgeübt: Sie waren Erzieherin, Lehrerin, Sozialarbeiterin, Sekretärin, Haushälterin, Köchin – und vieles mehr. Sie bringen viele Voraussetzungen und Erfahrungen in das Berufsleben mit, die von Arbeitgeberinnen/Arbeitgebern heute gefordert werden. Wichtige Schlüsselqualifikationen am heutigen Arbeitsmarkt sind z. B. Flexibilität, Organisationstalent, Motivation, Teamfähigkeit und Kommunikationsbereitschaft. Machen Sie sich diese Kompetenzen bewusst.

Zusätzlich gibt es von den Volkshochschulen und anderen Weiterbildungsträgern Orientierungswochenenden und Qualifizierungskurse, die speziell auf Berufsrückkehrende zugeschnitten sind. Die Seminare geben Frauen Informationen und Entscheidungshilfen, um neue Berufsperspektiven zu entwickeln und den Wiedereinstieg optimal vorzubereiten.

Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW bietet ein Internetportal für Berufsrückkehrende an, das sich speziell an Frauen richtet, die nach der Familienzeit in den Beruf zurückkehren möchten.

Das Internetportal informiert und gibt Anregungen und Servicetipps, wie Sie neue berufliche Perspektiven entwickeln und Beruf und Familie vereinbaren können:

[www.wiedereinstieg.nrw.de](http://www.wiedereinstieg.nrw.de)

### 3.2 Alleinerziehende

Über 80 Prozent der Alleinerziehenden sind weiblich. Noch immer übernehmen überwiegend Frauen nach einer Trennung/Scheidung die Erziehung der gemeinsamen Kinder.

Für Alleinerziehende ist die Vereinbarkeit von Familie und Beruf häufig mit einigen Klippen verbunden, denn es gibt keinen Partner, der sich an den Aufgaben des Familienalltags beteiligt. Im Falle von Trennung und Scheidung müssen Sie sich zusätzlich mit juristischen Fragen und persönlichen Verletzungen auseinandersetzen und viele Aufgaben und Entscheidungen allein bewältigen.

Versuchen Sie in dieser Situation nicht, „Superwoman“ zu werden. Holen Sie sich lieber Hilfe, um auch einmal eine Stunde durchatmen zu können. Wenn Sie in der Nachbarschaft, bei Freundinnen, Eltern, Geschwistern oder Bekannten Unterstützung bekommen können, scheuen Sie sich nicht, darum zu bitten. Auch Beratungsstellen, die kommunalen Gleichstellungsstellen und Familienbildungsstätten können mit ihren Angeboten weiterhelfen.

Die Betreuung von Kindern unter drei Jahren schließt Alleinerziehende seit der Arbeitsmarktreform nicht mehr grundsätzlich vom Arbeitsmarkt aus. Das bedeutet, dass Sie zukünftig auch mit kleinen Kindern als erwerbsfähig angesehen werden, wenn Sie Arbeitslosengeld I oder Arbeitslosengeld II beantragen. Nur wenn Sie keinen Betreuungsplatz für Ihr Kind haben, kann Ihnen eine Beschäftigung nicht zugemutet werden. Ebenfalls nicht, wenn die „geordnete Erziehung“ Ihres Kindes gefährdet sein könnte, wenn Sie es nicht selbst betreuen.

- Über alle Fragen, die sich im Leben von Alleinerziehenden ergeben, müssen Sie nicht allein nachdenken. Sie finden Beratung, Unterstützung und Gleichgesinnte beim Verband alleinerziehender Väter und Mütter.

**„Alleinerziehend – Tipps und Informationen“  
Verband alleinerziehender Mütter und Väter e. V.**

Hasenheide 70, 10967 Berlin

Kontakt@vamv.de

[www.vamv.de](http://www.vamv.de)

### 3.3 Junge Frauen

Wenn Sie am Anfang Ihres beruflichen Lebens stehen oder erst ein wenig in die Arbeitswelt hineingeschnuppert haben, ist es häufig nicht leicht, sich für einen beruflichen Weg zu entscheiden.

Um Klarheit zu gewinnen, hilft Ihnen nur eine Methode: Sammeln Sie so viele Informationen wie möglich, denn die Palette der beruflichen Ausbildungsmöglichkeiten ist groß. Allein **über 300 verschiedene Ausbildungsberufe** gibt es zurzeit in Deutschland. Und auch das Angebot an schulischen Ausbildungen und Studienmöglichkeiten ist breit gefächert – doch die meisten jungen Frauen und Männer entscheiden sich nach wie vor für einen der zehn Ausbildungsberufe, die am bekanntesten sind.

Bevor Sie sich auf einen Berufswunsch festlegen, sollten Sie deshalb herausfinden, was Ihnen besonders viel Spaß macht und was Sie besonders gut können (siehe auch Kapitel 2). Dabei können Ihnen viele Strategien helfen.

Am Anfang steht eine Analyse Ihrer Stärken und Ihrer Schwächen. Dabei hilft Ihnen ein unverbindlicher Test am Computer in der Agentur für Arbeit oder auch das Gespräch mit einer Berufsberaterin/einem Berufsberater. Häufig stellt sich dann heraus, dass es nicht nur den einen Traumberuf für Sie gibt, sondern eine ganze Palette von Berufen, die für Sie infrage kommen könnten.

Im zweiten Schritt sollten Sie dann die Informationen zu den einzelnen Berufen noch einmal anhand Ihrer Voraussetzungen und Wünsche prüfen. Welcher Schulabschluss wird benötigt? Wie lang sind die Arbeitszeiten in der Branche? Wie viel werden Sie verdienen und können Sie davon leben? Fragen Sie möglichst viele Menschen nach ihren Erfahrungen im Beruf, aber lassen Sie sich nicht von negativen Aussagen abschrecken. Selbst im spannendsten Beruf gibt es mal Langeweile und Probleme.

Und schließlich: Probieren geht immer noch über Studieren. Ein Praktikum oder eine Hospitation in einem

Unternehmen sind oft der schnellste Weg, um etwas über einen Beruf herauszufinden.

Auch bei der Bewerbung um einen Ausbildungs- oder Studienplatz kann Sie die Agentur für Arbeit oder Ihre persönliche Ansprechpartnerin/Ihr persönlicher Ansprechpartner in dem für Sie zuständigen Jobcenter unterstützen.

Das gilt übrigens auch, wenn Sie Ihre Ausbildung abgebrochen oder gar keine Ausbildung angefangen haben. Hier lohnt es sich auf jeden Fall, noch einmal zu überlegen, ob ein zweiter Versuch nicht gelingen könnte – auch wenn Sie schon etwas älter sind oder schon Kinder haben.

### 3.4 Frauen über 50 Jahre

Sie blicken auf eine interessante Lebensspanne zurück und haben viele Erfahrungen gesammelt. Auch wenn Ihr Körper signalisiert, dass Zeit vergangen ist, liegt die durchschnittliche Lebenserwartung für Frauen bei 83 Jahren. Ungefähr fünfzehn Jahre Berufstätigkeit liegen noch vor Ihnen. Falls Sie einen beruflichen Neuanfang oder einen Wechsel planen, sollten Sie es jetzt tun. Lassen Sie sich nicht von dem Gedanken beirren, dass Sie zu alt sind. In Ihrem Alter hat man unschätzbare Qualifikationen erworben und bereits einiges erreicht. Soziale Kompetenzen, Einsatzfähigkeit, Ausdauer, Erfahrungen, Flexibilität, Organisationsgeschick und ein hohes Maß an Verantwortungsgefühl sind Eigenschaften, auf die kein Unternehmen verzichten kann.

Langsam lernen auch Unternehmen und Institutionen wieder den Wert von älteren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern zu schätzen. Deshalb lassen Sie sich nicht von der „Jugendkultur“ irritieren, sondern weisen Sie an Ihrem Arbeitsplatz oder bei Ihrer Bewerbung selbstbewusst auf Ihre besonderen Kompetenzen hin.

- Weitere Informationen erhalten Sie unter: [www.perspektive50plus.de](http://www.perspektive50plus.de)

### 3.5 Frauen mit Behinderungen

Wenn Ihre körperlichen oder psychischen Funktionen in irgendeiner Form beeinträchtigt sind, gehören Sie zu der Gruppe der Behinderten. Allerdings hindert Sie Ihre Einschränkung nicht daran, ein vielschichtiges Leben zu führen. Ihre Berufstätigkeit gehört ebenso dazu wie die Ansprüche, die Sie an eine Tätigkeit stellen.

Im Sozialgesetzbuch IX ist festgeschrieben, dass behinderten Menschen die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben und Chancengleichheit gewährleistet sein muss. Als schwerbehindert gelten diejenigen, deren Funktionsbeeinträchtigung mindestens 50 Prozent beträgt. Das Integrationsamt des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe in Münster vertritt die Interessen von Betroffenen in unserer Region. Betriebe mit mehr als zwanzig Beschäftigten sind verpflichtet, wenigstens 5 Prozent Schwerbehinderte einzustellen. Unter 21 Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern sollte wenigstens eine Person diese Anforderung erfüllen.

Die Bundesagentur für Arbeit und die Jobcenter beraten und unterstützen Frauen, die nach längeren Berufspausen wie Klinikaufenthalten oder Reha-Maßnahmen wieder arbeiten möchten. Unternehmen, die einen behinderten Menschen einstellen, können anfangs Lohnkostenzuschüsse bekommen und auch der Umbau eines Arbeitsplatzes kann unter bestimmten Voraussetzungen finanziell unterstützt werden.

Nach wie vor haben Menschen mit Behinderungen mit Klischees, Vorurteilen und der Befangenheit der (nicht ganz so fähigen) Umwelt zu kämpfen. In dieser Situation ist es nicht immer leicht, den Vorbehalten potenzieller Arbeitgeberinnen/Arbeitgeber und Kolleginnen/Kollegen mit Offenheit zu begegnen. Fragen nach einer Schwerbehinderung und nach dem Gesundheitszustand sind im Vorstellungsgespräch nur zulässig, wenn die Behinderung Ihre Arbeit beeinträchtigen könnte.

Benachteiligungen schwerbehinderter Beschäftigter wegen ihrer Behinderung sind untersagt – es besteht

bei Diskriminierung gegebenenfalls ein Entschädigungsanspruch.

Versuchen Sie, mit Ihren Fachkenntnissen und Selbstbewusstsein zu überzeugen.

- Unterstützung, Informationen und Beratung für Ihren Weg bekommen Sie bei den regionalen Behindertenbeiräten sowie beim:

**Landschaftsverband Westfalen-Lippe  
LWL Behindertenhilfe-Westfalen**  
Freiherr-vom-Stein-Platz 1, 48147 Münster  
Tel.: 0251 591-01 [lwl@lwl.org](mailto:lwl@lwl.org)  
[www.lwl.org](http://www.lwl.org)

**Netzwerk für Frauen und Mädchen mit Behinderung/chronischer Erkrankung NRW**  
Neubrückenstraße 12 – 14, 48143 Münster  
Tel.: 0251 51-9138  
[info@netzwerk-nrw.de](mailto:info@netzwerk-nrw.de)  
[www.netzwerk-nrw.de](http://www.netzwerk-nrw.de)

Eine komplette Übersicht über alle regionalen Beratungsangebote und rechtliche Grundlagen bietet:  
[www.lebenmitbehinderungen.nrw.de](http://www.lebenmitbehinderungen.nrw.de)

Informationen zum Thema „Arbeitsleben und Behinderung“ bietet das Portal:  
[www.talentplus.de](http://www.talentplus.de)

**Weitere Ansprechpartnerinnen/Ansprechpartner finden Sie im Adressteil.**

### 3.6 Frauen mit Migrationsgeschichte

Sie kommen z. B. aus Kasachstan oder der Türkei, Sie haben keinen Berufsabschluss oder sind ausgebildete Ingenieurin, Sie sind schon in der 3. Generation in Deutschland oder erst vor wenigen Jahren angekommen? Frauen mit Migrationsgeschichte sind so unterschiedlich wie die Länder und Schichten, aus denen sie kommen.

Gemeinsam haben Migrantinnen jedoch bestimmte berufliche Probleme, mit denen sie in Deutschland zu kämpfen haben. Die Arbeitslosigkeit von Frauen mit Migrationsgeschichte liegt weit über derjenigen der deutschen Frauen. Beratungsstellen und Institutionen beginnen deshalb langsam, sich auf die Bedürfnisse von Migrantinnen einzustellen.



© fotolia | auremar

Wenn Sie eine berufliche Beratung in Anspruch nehmen wollen, aber nicht über ausreichende Deutschkenntnisse verfügen, können Sie bei vielen Beratungsstellen, der Agentur für Arbeit und den Jobcentern einen Dolmetscherdienst in Anspruch nehmen. Fragen Sie konkret danach – und fragen Sie immer nach, wenn Sie etwas noch nicht ganz genau verstanden haben. Viele Informationen der Agentur für Arbeit und der Jobcenter liegen auch in anderen Sprachen vor, sodass Sie zu Hause noch einmal alles in Ruhe nachlesen können.

Um beruflich erfolgreich zu sein oder eine neue Arbeit zu finden, brauchen Sie fast immer ausreichende Deutschkenntnisse. Sie sollten deshalb auf jeden Fall an einem Sprachkurs teilnehmen. Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge ist für die Durchführung von Sprach- und Orientierungskursen (Integrationskursen) verantwortlich. Auch wenn Sie schon länger in Deutschland leben und noch an keinem Integrationskurs teilgenommen haben, können Sie dieses Angebot nutzen. Sprachkurse an der Volkshochschule oder bei Weiterbildungseinrichtungen finden Sie in jeder Stadt oder

Gemeinde, die Sie beraten und unterstützen. Um Ihnen die Arbeitsaufnahme zu erleichtern, finanzieren die Jobcenter Sprachförderungen. Ihre Deutschkenntnisse können in Kombination mit Ihrer Muttersprache für einzelne Unternehmen nützlich sein. Viele Unternehmen – z. B. im Tourismus, für Dienstleistungen oder Export – brauchen gerade mehrsprachiges Personal.

Ein persönliches Gespräch oder ein Praktikum können helfen, Ihren Berufseinstieg zu ermöglichen. Pünktuell werden auch spezielle Fortbildungen für Migrantinnen angeboten – fragen Sie bei der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter danach.

*Weitere Adressen finden Sie im Adressteil dieser Broschüre.*

### 3.7 Existenzgründerinnen und Unternehmerinnen

Der Entschluss, sich selbstständig zu machen, ist das Startsignal in ein neues Berufsleben. Ob Sie sich damit einen Lebens-traum erfüllen, Ihre Arbeitslosigkeit beenden oder einen Weg beschreiten, um Kinderbetreuung und Berufstätigkeit zu verbinden – Ihre Geschäftsidee ist das Fundament Ihrer Zukunft.

Zusätzlich zu Ihrer Idee sprechen Zahlen eine klare Sprache: Welche Investitionen sind notwendig? Brauchen Sie einen Gründungskredit? Welchen Umsatz müssen Sie erreichen, um Ihre Kosten zu tragen? Welche Preise können Sie am Markt erzielen? Wo sind Ihre Kundinnen/Kunden? Und was machen die anderen Mitbewerberinnen/Mitbewerber?

Ungefähr ein Drittel aller Selbständigen in Deutschland sind weiblich. Im Gegensatz zu Männern gründen Frauen kleinere Unternehmen, fordern geringere Kredite und wachsen langsamer. Frauen gehen ungern große Risiken ein, die dem Unternehmen schaden, wenn sie misslingen. Ihre Erfolge basieren auf gründlicher Arbeit, fundierten Kenntnissen und sicheren Investitionen. Deshalb erweisen sich die Gründungen von Frauen häufig als solide Unternehmen.

Bei der Planung Ihrer Existenzgründung sollten Sie eine Erstberatung der Wirtschaftsförderungsgesellschaften in der Region, der Industrie- und Handelskammer oder der Handwerkskammer in Anspruch nehmen.

Um als Unternehmerin ernst genommen und wertgeschätzt zu werden, müssen Sie Durchsetzungsstärke und Ausdauer beweisen – nicht nur am Anfang, sondern immer wieder. Deshalb sind Netzwerke von Unternehmerinnen und Gründerinnen besonders wichtig. Hier haben Sie die Möglichkeit zum Austausch von Erfahrungen, Wissen und Kontakten – und Sie bringen sich gegenseitig ins Geschäft.

Das Land NRW bietet zur Unterstützung junger Unternehmerinnen gemeinsam mit der Käte Ahlmann Stiftung das Mentoring-Programm „Two Women Win“ an.

**Weitere Angebote für Gründerinnen und Unternehmerinnen finden Sie im Adressteil dieser Broschüre. Tipps und Informationen geben auch:**

**Die Startercenter NRW**

[www.startercenter.nrw.de](http://www.startercenter.nrw.de)

[www.chefin-online.de](http://www.chefin-online.de)

**Two Women Win**

[info@kaete-ahlmann-stiftung.de](mailto:info@kaete-ahlmann-stiftung.de)

[www.kaete-ahlmann-stiftung.de](http://www.kaete-ahlmann-stiftung.de)

[www.gruenderinnen.de](http://www.gruenderinnen.de)

[www.existenzgruenderinnen.de](http://www.existenzgruenderinnen.de)

### 3.8 Frauen in Fach- und Führungspositionen

Sie sind bereits ein Stück auf der Karriereleiter vorangekommen. Wenn Beruf und Karriere für Sie zusammengehören, ist es wichtig, Klarheit über die eigenen Wünsche zu gewinnen, um Ihren Karriereweg bewusst zu planen. Was bedeutet für Sie Karriere? Ein besonders hohes Einkommen? Weitreichende Anerkennung als Spezialistin? Jede Menge Verantwortung für Personal? Gespräche mit anspruchsvollen Kundinnen und Kunden? Entscheidungsbefugnisse über große Geldbeträge?

Die Kenntnisse, um Führungskompetenz zu bekommen, müssen Sie sich während Ihres Berufslebens aneignen. Dazu gehören Fortbildungen, die Sie auch besuchen sollten, wenn Sie sie selber finanzieren und in Ihrer Freizeit besuchen müssen. Dazu gehört auch die Bereitschaft, berufliche Herausforderungen anzunehmen und das eigene Licht nicht unter den Scheffel zu stellen. Neben einem starken Willen und Durchsetzungsvermögen brauchen Frauen für die Karriere einen langen Atem. Manchmal hilft der Wechsel auf eine andere Position oder in ein anderes Unternehmen, um der Karriere Schwung zu geben oder Hindernisse zu überwinden. Ihre Ziele sollten Sie dabei im Auge behalten.

Noch immer ist die Zahl der Führungs- und Fachfrauen in der deutschen Wirtschaft gering. Wenn es um Beförderungen geht, stoßen viele Frauen irgendwann an die sogenannte „gläserne Decke“, die ihnen den Weg in die Chefetage versperrt. Aber auch die schwierige Vereinbarkeit von Familie und Beruf, das Ticken der „biologischen“ Uhr und die mangelnde Anerkennung weiblicher Kompetenzen werden dafür verantwortlich gemacht. Andererseits gibt es inzwischen in vielen Bereichen weibliche Vorbilder für Frauen, die beruflich vorankommen wollen. Wissenschaftlerinnen, Unternehmerinnen, Managerinnen zeigen Ihnen, dass Frauen erfolgreich – und oft auch die besseren Chefs – sind. Männer verfügen seit vielen Jahrhunderten über berufliche Netzwerke, die sie bei ihrer Karriere unterstützen. Auch für Frauen kann es hilfreich sein, sich einem beruflichen Netzwerk anzuschließen, um wichtige Kontakte zu knüpfen und Unterstützung zu finden.

- Um junge Fach- und Führungsfrauen zu unterstützen hat das Land NRW ein spezielles Mentoring-Programm aufgelegt, bei dem eine erfahrene Mentorin eine Mentee auf ihrem Karriereweg begleitet: [www.kim.nrw.de](http://www.kim.nrw.de)



## 4. Agentur für Arbeit, Jobcenter und Kommunen – Leistungen und Angebote

Die Reformen der Arbeitsmarktpolitik mit dem „Vierten Gesetz über moderne Dienstleistungen am Arbeitsmarkt“ (Hartz IV) haben viele Veränderungen mit sich gebracht.

Für die Bezieherinnen von Arbeitslosengeld I ist wie bisher die Agentur für Arbeit zuständig. Für Bezieherinnen des neuen Arbeitslosengelds II wurden nicht nur die Rahmenbedingungen für die verschiedenen Leistungen verändert, auch die Zuständigkeiten für Beratung und Unterstützung haben sich gewandelt.

Kernelement der Arbeit ist die ganzheitliche Betreuung der Arbeitssuchenden. Deshalb wird neben dem Bezug von Arbeitslosengeld II auch die Unterstützung in anderen wichtigen Fragen, wie Schulden, Krankheit, Kinderbetreuung und anderes mehr, übernommen.

Der wesentliche Unterschied zwischen Arbeitslosengeld I (früher: Arbeitslosengeld) und Arbeitslosengeld II (früher: Arbeitslosenhilfe und Sozialhilfe) besteht noch immer: Arbeitslosengeld I ist eine beitragsfinanzierte Leistung, auf die Sie einen Anspruch haben, wenn Sie über einen bestimmten Zeitraum Beiträge zur Arbeitslosenversicherung gezahlt haben. Arbeitslosengeld II ist eine aus Steuern finanzierte Leistung, auf die Sie bei Bedürftigkeit Anspruch haben.

In der Höhe, den Voraussetzungen und Fristen von Arbeitslosengeld I und Arbeitslosengeld II hat sich manches verändert, sodass sich ein detaillierter Blick in die einzelnen Regelungen lohnt.

- Weitere Informationen gibt es bei:
  - [www.sgb2.info](http://www.sgb2.info)
  - [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)
  - [www.jobcenter-ge.de](http://www.jobcenter-ge.de)
  - [www.erwerbslos.de](http://www.erwerbslos.de)

*Die Adresse der Agentur für Arbeit und des Jobcenters finden Sie im Adressteil dieser Broschüre.*

### 4.1 Arbeitslosengeld I

Bereits im Vorfeld der Arbeitslosigkeit können und sollten Sie aktiv werden.

Wenn Sie von Ihrer Kündigung erfahren, müssen Sie sich sofort (innerhalb von drei Tagen) bei der zuständigen Agentur für Arbeit melden. Haben Sie eine befristete Stelle, müssen Sie sich drei Monate vor Beendigung des Arbeitsverhältnisses arbeitssuchend melden. Dies gilt auch, wenn Sie nach der Elternzeit arbeitslos werden. Es besteht die Möglichkeit der Online-Arbeitssuchendmeldung. Wenn Sie sich nicht rechtzeitig bei der Agentur für Arbeit melden, droht eine Sperrzeit.

Auf Arbeitslosengeld I haben Sie Anspruch, wenn folgende Voraussetzungen vorliegen:

- Sie müssen arbeitslos sein.
- Sie müssen die Anwartschaftszeit erfüllt haben.
- Sie müssen sich persönlich arbeitslos gemeldet haben. (Beachten Sie auch die Möglichkeiten der Online-Arbeitssuchendmeldung unter „Meine e-Services“ der Agentur für Arbeit.)

Arbeitslosengeld I gibt es je nach Dauer der Versicherungspflichtverhältnisse für zwölf Monate, für Menschen über 55 Jahren 18 Monate lang, für Menschen über 58 Jahren 24 Monate lang. Die Höhe bemisst sich nach Ihrem letzten durchschnittlichen Gehalt, der zu berücksichtigenden Lohnsteuerklasse und eingetragenen Kindern. Wenn nach § 32 des Einkommensteuergesetzes Kinder auf Ihrer Lohnsteuerkarte eingetragen sind, werden 67 Prozent des durchschnittlichen Nettogehaltes als Arbeitslosengeld I ausgezahlt. Gilt dieses nicht, werden nur 60 Prozent des Nettogehaltes gezahlt. Als Bezieherin des Arbeitslosengeldes I müssen Sie den Vermittlungsbemühungen der Agentur für Arbeit offen gegenüberstehen, sich eigenverantwortlich und initiativ bewerben, eine **zumutbare** Arbeit annehmen oder an einer Eingliederungsmaßnahme teilnehmen.

### Eine zumutbare Tätigkeit umfasst:

- mehr als 15 Wochenstunden sozialversicherungspflichtige Arbeitszeit.
- einen Umkreis, der zweieinhalb Stunden Wegezeit bei mehr als sechs Stunden Beschäftigung und zwei Stunden Wegezeit bei bis zu sechs Stunden Beschäftigung am Tag verlangt. Ausschlaggebend ist der tatsächliche Zeitaufwand von Haustür zu Haustür.
- Bringen Sie Ihr Kind in den Kindergarten oder in die Schule, beginnt die zuzumutende Wegezeit erst dort.
- eine Aufgabe, die auch unter Ihren Ansprüchen und Qualifikationen liegt.

Eine geringfügige Beschäftigung/Nebenbeschäftigung darf einen zeitlichen Umfang von 15 Stunden wöchentlich nicht erreichen. Bis zu 165 Euro plus Fahrtkosten zu Ihrem Arbeitslosengeld I dürfen Sie hinzuverdienen. Jeder Euro darüber hinaus wird auf Ihr Arbeitslosengeld I angerechnet. Erreicht oder überschreitet die Dauer der wöchentlichen Arbeitszeit 15 Stunden, besteht wegen fehlender Arbeitslosigkeit kein Anspruch auf Arbeitslosengeld mehr.

Lehnen Sie die Aufnahme einer zumutbaren Arbeit ab oder beenden Sie eine Eingliederungsmaßnahme aus eigenem Antrieb, müssen Sie mit Sperrzeiten und Leistungskürzungen rechnen. Sie müssen der Agentur für Arbeit nachweisen, dass Sie sich um eine neue Stelle bemühen. Sammeln Sie also Ihre Bewerbungsschreiben, sodass Sie sie vorlegen können. Für die Erstellung Ihrer Bewerbungsunterlagen können Sie eine Kostenerstattung erhalten, wenn Sie die Kosten im Vorhinein beantragen. Für Fahrten zu Bewerbungsgesprächen können Sie Reisekosten beantragen. Auch diese Anträge müssen vor Antritt der Fahrt gestellt werden.

In der Agentur für Arbeit sind Vermittlerinnen und Vermittler für Sie zuständig. Hier können Sie über Möglichkeiten des Wiedereinstiegs in den Arbeitsmarkt und dafür arbeitsmarktllich notwendige Qualifizierungen und Weiterbildungen sprechen.

Bereiten Sie sich möglichst gut auf dieses Gespräch vor und informieren Sie sich ggf. über berufliche Fort- und Weiterbildungen. Je klarer Ihre eigenen Vorstellungen sind, umso besser kann die Agentur für Arbeit Sie unterstützen.

- Zu allen finanziellen Leistungen finden Sie auf den Agenturseiten umfangreiches Informationsmaterial.

### Beauftragte für Chancengleichheit

In den Agenturen für Arbeit gibt es die Beauftragte für Chancengleichheit im Sozialgesetzbuch III. Sie haben Fragen zum Wiedereinstieg ins Berufsleben nach erfolgreicher Zeit der Kindererziehung oder der Pflege von Angehörigen? Sie überlegen, wie Sie Familie und Beruf miteinander vereinbaren können?

Gern unterstützt Sie die Beauftragte für Chancengleichheit auf dem Weg zur Berufsrückkehr und den beruflichen Wiedereinstieg.

- Ausführliche Informationen finden Sie auf der Homepage der Beauftragten für Chancengleichheit Bielefeld.

Die Beauftragte für Chancengleichheit bietet auch regelmäßige Informationsveranstaltungen für Berufsrückkehrende (Termine) im Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit an.

Kostenlos können Sie auch den Service des BIZ nutzen.

***Den Namen der Beauftragten für Chancengleichheit finden Sie im Adressteil dieser Broschüre.***

### Eingliederungszuschuss (EGZ)

Wenn Sie eine Arbeitgeberin/einen Arbeitgeber gefunden haben, die bzw. der an Ihrer Einstellung interessiert ist, kann die Agentur für Arbeit unter bestimmten Voraussetzungen im Einzelfall nach Prüfung einen Lohnkostenzuschuss übernehmen.

Fragen Sie Ihre Arbeitsvermittlerin/Ihren Arbeitsvermittler danach. Für behinderte Menschen kann der Lohnkostenzuschuss erweitert werden.

## Bildungsgutschein

Wenn Sie eine Weiterbildung benötigen, um bei Arbeitslosigkeit beruflich wieder in eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung vermittelt werden zu können, gibt es im Einzelfall die Möglichkeit, von der Agentur für Arbeit einen Bildungsgutschein zu erhalten.

Mit dem Bildungsgutschein wird Ihr Anspruch auf eine Fortbildung, die Dauer dieser Fortbildung, Ihr regionaler Geltungsbereich und das Bildungsziel vereinbart. In Ihrer Region wird die berufliche Weiterbildung für die Branchen besonders gefördert, in denen zurzeit oder in Zukunft Arbeitskräfte eingestellt werden.

Darüber hinaus können Sie einen Bildungsgutschein erhalten, wenn ein Unternehmen bestätigt, Sie mit den erworbenen Kenntnissen einstellen zu wollen.

Der Bildungsgutschein wird Ihnen nur dann ausgehändigt, wenn eine eingehende Beratung stattgefunden hat und die Weiterbildung für notwendig erachtet wird. Sie haben keinen Anspruch darauf. Deshalb ist es ratsam, sich frühzeitig um einen Gutschein zu bemühen bzw. in Abständen nachzufragen. Unter den im Bildungsgutschein festgelegten Bedingungen können Sie den Bildungsgutschein bei einem für die Weiterbildungsförderung zertifizierten Träger Ihrer Wahl einlösen. Aber auch die Maßnahme selbst muss für die Weiterbildungsförderung zertifiziert sein.

Die Bildungsziele in Ihrer Region werden immer wieder überprüft, sodass unter Umständen neue Bildungsgutscheine zur Verfügung stehen.

- Weitere Infos:  
Merkblatt 6 „**Förderung der beruflichen Bildung**“  
Flyer „**Zukunftsstarter**“

## 4.2 Grundsicherung für Arbeitssuchende (ALG II)

Das Jobcenter ist die zentrale Beratungs- und Vermittlungseinrichtung für die Bezieherinnen/Bezieher von Arbeitslosengeld II.

Die persönliche Betreuung und Förderung steht hier im Mittelpunkt. Sowohl Ihre individuellen Probleme, die den Einstieg in den Arbeitsmarkt erschweren, als auch notwendige Förderungen und Qualifizierungen werden in persönlichen Gesprächen mit einer Vermittlerin/einem Vermittler bzw. einer Fallmanagerin/einem Fallmanager erörtert. Gemeinsam suchen Sie Lösungen und vereinbaren Ziele, um die Aufnahme einer Arbeit zu erleichtern. Maßnahmen zur Unterstützung der Vermittlung in den ersten Arbeitsmarkt, Qualifizierungsangebote und Beschäftigungsmöglichkeiten können erste Hilfestellungen bieten, um den Anforderungen des Arbeitslebens Schritt für Schritt gerecht zu werden.

- Aktuelle Informationen gibt es unter:  
[www.meinestadt.de](http://www.meinestadt.de)

### Anspruch auf Arbeitslosengeld II

Einen Anspruch auf Arbeitslosengeld II haben alle, die zwischen 15 und 65 – 67 Jahren sind, der Hilfe bedürfen und dem Arbeitsmarkt für mindestens drei Stunden täglich zur Verfügung stehen. Beim Auslaufen von Arbeitslosengeld I kann ein Antrag auf Arbeitslosengeld II gestellt werden.

Arbeitslosengeld II ist Teil der Grundsicherung für Arbeitssuchende. Diese Grundsicherung besteht aus Geldleistungen, Sach- und Dienstleistungen. Neben dem pauschalen Regelbedarf in Höhe von 409 Euro im Monat für eine alleinstehende Person werden bei angemessener Wohnung die Kosten für Miete und Heizung berücksichtigt. Die angemessene Größe richtet sich nach der Anzahl der Personen, die in der Wohnung leben, dem örtlichen Mietniveau und den Möglichkeiten des Wohnungsmarktes. Ob ein Umzug notwendig ist oder nicht, wird im Einzelfall entschieden.

Arbeitslosengeld II orientiert sich an der sogenannten Bedarfsgemeinschaft. Das können z. B. Alleinstehende, Ehepaare, eingetragene Lebenspartnerschaften, eheähnliche Gemeinschaften, Eltern und ihre Kinder bis 24 Jahre, alleinerziehende Eltern, deren Partner und deren unter 25-jährige Kinder sein. Es wird erwartet, dass jedes Mitglied der Bedarfsgemeinschaft sein Einkommen und Vermögen für die anderen Mitglieder mit einsetzt.

#### Momentan gelten folgende Regelbedarfe:

Alleinstehende .....	409 Euro
Alleinerziehende .....	409 Euro
Partner, wenn beide volljährig sind, jeder .....	368 Euro
Kinder von 18 bis 25 Jahre.....	327 Euro
Kinder von 14 bis 17 Jahre.....	311 Euro
Kinder von 6 bis 13 Jahre.....	291 Euro
Kinder bis 5 Jahre .....	237 Euro

(Hinweis: Die Regelbedarfe ändern sich jährlich zum 1. Januar eines Jahres)

Zusätzlich können Personen, die aus medizinischen Gründen eine besondere Ernährung brauchen, die Anerkennung eines Mehrbedarfs beantragen. Werdende Mütter erhalten einen Mehrbedarfszuschlag ab der 12. Schwangerschaftswoche in Höhe von 17 Prozent, Alleinerziehende mit einem Kind unter 7 Jahren oder zwei bis drei Kindern unter 16 Jahren 36 Prozent, bei vier Kindern 48 Prozent, bei 5 Kindern 60 Prozent des maßgebenden Regelbedarfs. Außerdem kann auf Antrag ein Mehrbedarf für unabweisbare, laufende, nicht nur einmalige besondere Bedarfe anerkannt werden. Dies könnten z. B. Fahrt- und Übernachtungskosten für den Besuch eines beim anderen Elternteil lebenden Kindes zur Wahrnehmung des Umgangsrechts sein.

In Notlagen können Sie ein Darlehen bekommen, das von Ihrem fortlaufenden Arbeitslosengeld II schrittweise einbehalten wird.

Wer Arbeitslosengeld II bekommt, ist sowohl kranken- als auch pflegeversichert.

#### Darüber hinaus werden einmalige Leistungen gewährt für:

- Erstausrüstung der Wohnung einschließlich Haushaltsgeräte
- Erstausrüstung für Bekleidung bei Schwangerschaft und Geburt
- Ausstattung eines Säuglings (z. B. Säuglingsbekleidung, Kinderwagen, Badewanne, Kinderbett etc.)
- Anschaffung und Reparaturen von orthopädischen Schuhen, Reparatur von therapeutischen Geräten und Ausrüstungen sowie die Miete von therapeutischen Geräten

Grundsätzlich fordert das Sozialgesetzbuch II von Ihnen, sich durch Ihre eigene Arbeitskraft selbsttätig zu finanzieren. Der Bezug von Arbeitslosengeld II ist erst dann möglich, wenn weder Sie, Ihre Lebenspartnerin/Ihr Lebenspartner oder Kinder in Ihrem Haushalt über Einkommen und Vermögen verfügen, das den Lebensunterhalt sichert. Die „Bedürftigkeit“ wird durch Gegenüberstellung von Bedarf (Regelbedarf, Kosten der Unterkunft und Heizung, evtl. ein Mehrbedarf) und Einkommen (Gehalt, Arbeitslosengeld I, Kindesunterhalt, Ehegattenunterhalt, Kindergeld, Renten etc.) ermittelt.

Das heißt, der Bedarf wird durch das Einkommen gemindert. Ausschlaggebend ist das private Einkommen und Vermögen aller Familienmitglieder, die in einer Bedarfsgemeinschaft zusammenleben.

Für Ihr Vermögen, das aus Versicherungen, Spargbüchern, Geldanlagen und anderem bestehen kann, gelten Grenzen und Freibeträge. Was unter diesen Grenzen liegt, müssen Sie nicht antasten. Wenn Sie mehr haben, als die Freibeträge angeben, bekommen Sie kein Arbeitslosengeld II. Man geht davon aus, dass Sie Ihr Vermögen auflösen und damit Ihren Lebensunterhalt bestreiten. Bevor Sie den Antrag auf Arbeitslosengeld II abgeben, sollten Sie sich also über Ihre Vermögenswerte und Geldanlagen grundlegend informieren.

Es gelten folgende Freibeträge:

- 750 Euro für notwendige Anschaffungen für jede Person der Bedarfsgemeinschaft

- Geldbeträge in „Riester-Renten“, soweit sie nicht vorzeitig verwendet werden
- 150 Euro pro Lebensjahr für jede volljährige Person der Bedarfsgemeinschaft, mindestens jedoch 3.100 Euro und höchstens
- 9.750 Euro für jede Person, die vor 1958 geboren ist
- 9.900 Euro für jede Person mit Geburtsjahr 1958 – 1963 und
- 10.050 Euro für jede Person mit Geburtsjahr ab 1964

Geldanlagen für die private Altersvorsorge, sofern eine Verwertung vor Erreichen des Ruhestandes vertraglich ausgeschlossen ist, in Höhe von 750 Euro pro vollendetes Lebensjahr, höchstens jedoch

- 48.750 Euro für jede Person, die vor 1958 geboren ist
- 49.500 Euro für jede Person mit Geburtsjahr 1958 – 1963 und
- 50.250 Euro für jede Person mit Geburtsjahr ab 1964
- 3.100 Euro für jedes minderjährige Kind

Nicht als Vermögen berücksichtigt werden die selbst genutzte Eigentumswohnung bzw. das Haus in „angemessener Größe“, ein „angemessenes“ Auto und ein „angemessenes“ Altersvermögen derjenigen, die nicht in die Rentenversicherung einzahlen müssen.

### Freibeträge für Personen, die einer Erwerbstätigkeit nachgehen

Der Freibetrag bei Erwerbstätigkeit ist für Personen gedacht, die einer Erwerbstätigkeit nachgehen – egal ob selbstständig oder angestellt. Der Freibetrag orientiert sich an dem Bruttoeinkommen:

- Die ersten 100 Euro eines Bruttoeinkommens werden nicht berücksichtigt.
- Von einem monatlichen Einkommen zwischen brutto 100 und 1.000 Euro bleiben 20 Prozent unberücksichtigt.
- Für den Einkommensteil zwischen 1.000 und 1.200 bzw. 1.500 Euro beträgt der Freibetrag 10 Prozent. Die Grenze von 1.500 Euro gilt, wenn Sie mit einem minderjährigen Kind in der Bedarfsgemeinschaft leben.

Einnahmen, die über den Freibeträgen liegen, werden bei der Berechnung des Arbeitslosengeldes II berücksichtigt. Hinweis: Trotz der Freibeträge müssen Sie zunächst alle Einnahmen in Geld oder Geldeswert angeben.

Die Beantragung von Arbeitslosengeld II ist umfangreich und der Fragebogen verlangt viele Auskünfte über Ihr Vermögen und das Einkommen Ihrer Familie. Nehmen Sie sich Zeit und beantworten Sie die Fragen gewissenhaft. Eine fachkompetente Beratung ist immer eine gute Hilfe.

### Wichtig:

Langzeitarbeitslose, die wegen des zu hohen Einkommens ihres Partners oder die Freibeträge übersteigender Rücklagen kein ALG II erhalten, sollten sich dennoch sofort bei der Agentur für Arbeit „arbeitslos ohne Leistungsanspruch“ melden. Denn nur durch eine fortgesetzte Registrierung als arbeitslos können Ihnen die entsprechenden Ausfallzeiten für Ihre spätere Rente bescheinigt werden. Bis zum 10. Lebensjahr des jüngsten Kindes ist dies allerdings nicht notwendig. Hier gelten die Berücksichtigungszeiten in der Rentenversicherung.

### Bildung und Teilhabe

Durch das Bildungs- und Teilhabepaket sollen Kinder und Jugendliche aus Familien, die Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe, Kinderzuschlag oder Wohngeld beziehen oder nur über geringes Einkommen verfügen, gefördert und unterstützt werden.

Zum Bildungspaket gehören Zuschüsse für:

- Mittagessen für Kinder in der Schule, Kita oder Hort
- Lernförderung für Schülerinnen und Schüler, die das Lernziel nicht erreichen oder deren Versetzung gefährdet ist
- Mitmachen in Kultur, Sport und Freizeit für alle Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre, z. B. Mitgliedsbeiträge für den Sportverein oder Musikschule
- Teilnahme an eintägigen Ausflügen oder mehrtägigen Fahrten, die von den Schulen oder Kitas organisiert werden

- Schulbedarf wie Stifte, Hefte, Wasserfarben etc. Kosten für die Schülerbeförderung, wenn die Beförderung zur nächsten Schule notwendig ist.

Weitere Informationen finden Sie unter:

### **Stadt Bielefeld**

#### **Amt für soziale Leistungen – Sozialamt – Team Bildung und Teilhabe**

Marktstraße 1, Ecke Niederwall, 33602 Bielefeld

Tel.: 0521 51-0

[www.bielefeld.de/de/biju/but/](http://www.bielefeld.de/de/biju/but/)

### **Einstiegsgeld**

Sie können Einstiegsgeld beantragen, wenn Sie

- eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung aufnehmen, die nur gering bezahlt wird und mindestens 15 Stunden wöchentlich umfasst oder
- sich selbstständig machen wollen und Ihre Tätigkeit einen hauptberuflichen Charakter hat.

Es besteht kein Rechtsanspruch auf Einstiegsgeld. Ob und in welcher Höhe Sie Einstiegsgeld erhalten, hängt davon ab, ob eine Förderung zur Eingliederung in den Arbeitsmarkt erforderlich ist und mit der aufgenommenen Tätigkeit die Hilfebedürftigkeit überwunden werden kann. Der Grundbetrag des Einstiegsgeldes wird auf der Grundlage Ihres monatlichen Regelbetrags errechnet.

### **Zusätzliche gemeinnützige Arbeit (Arbeitsgelegenheit)**

Im Zuge der beruflichen Integration kann Ihnen eine zusätzliche gemeinnützige Tätigkeit angeboten werden. Diese dürfen Sie nur für einen befristeten Zeitraum ausüben. Für Ihre Arbeit erhalten Sie eine „Aufwandsentschädigung“ von ca. 1 – 1,50 Euro pro Stunde. Dieser Hinzuverdienst bleibt anrechnungsfrei.

### **Zumutbarkeit**

Es gibt keinen Berufs- und Qualifizierungsschutz. Grundsätzlich ist jede Arbeit zumutbar, die legal ist. Nur eine Entlohnung von 30 Prozent unter der tariflichen oder ortsüblichen Entlohnung gilt als sittenwidrig.

Unzumutbar ist eine Tätigkeit für Sie unter anderem, wenn Sie sie physisch oder psychisch nicht ausüben können oder die Erziehung von Kindern oder die Pflege von Angehörigen dadurch gefährdet wäre.

### **Sanktionen**

Wenn Sie u. a. eine zumutbare Arbeit oder eine Ausbildungs- oder Eingliederungsmaßnahme ablehnen, kann Ihnen das Arbeitslosengeld II für 3 Monate um 30 Prozent gemindert werden. Bei der zweiten wiederholten Ablehnung kann Ihnen die Unterstützung ganz entzogen werden. Bei Verletzung der Meldepflicht, der Untersuchungspflicht (z. B. ärztlicher Dienst) oder der Mitwirkungspflicht können Ihnen die Leistungen für 3 Monate um 10 Prozent gemindert werden. Eine Minderung beginnt zum Folgemonat nach dem Regelverstoß und dauert immer 3 Monate. Wenn Sie unter 25 Jahre alt sind, werden Regelverstöße noch strenger sanktioniert.

### **4.3 Sozialhilfe nach Sozialgesetzbuch XII**

Sozialhilfe erhalten alle hilfebedürftigen Personen, die dem Arbeitsmarkt täglich nicht für drei Stunden und für mindestens sechs Monate – festgestellt durch ein amtsärztliches Gutachten – zur Verfügung stehen können. Dies ist z. B. dann der Fall, wenn Sie für einige Monate nicht in vollem Umfang erwerbsfähig sind und deshalb eine Rente beziehen oder wenn Sie niemanden haben, der Sie unterstützt, und Sie nicht aus eigener Arbeitskraft oder mit finanziellen Rücklagen Ihren Lebensunterhalt bestreiten können.

Auch wenn Sie Ihre Kinder unter drei Jahren betreuen müssen, weil Sie keine Möglichkeit einer Kinderbetreuung finden, sind Sie erwerbsfähig. Sozialhilfe bekommen Sie dann nicht. In diesem Fall müssen Sie Arbeitslosengeld II beantragen.

In der Höhe entspricht die Sozialhilfe dem Arbeitslosengeld II. Sie wird erst dann gezahlt, wenn es keine ausreichenden anderen Leistungen gibt (wie z. B. Ihre Renteneinkünfte), die Ihnen zur Verfügung stehen oder die Sie geltend machen können. Das bedeutet unter Umständen, dass Sie bei anderen Trägern Anträge auf Zuschläge stellen müssen.

Wenn Sie Sozialhilfe beziehen, werden Sie vom Sozialamt der Stadt Bielefeld betreut. Aber auch unabhängige Beratungsstellen helfen Ihnen weiter.

#### 4.4 Leistungen für Berufsrückkehrende

Berufsrückkehrende sind Frauen (und Männer), die nach der Phase der Kinderbetreuung oder Pflege eines Angehörigen in das Erwerbsleben zurückkehren.

Sie werden als Berufsrückkehrende eingestuft, wenn:

- Ihre Kinder das 15. Lebensjahr noch nicht vollendet haben oder
- Pflegebedürftige Angehörige betreuen, auch wenn sie außerhalb des eigenen Haushaltes betreut werden und mindestens die Pflegestufe 0 besitzen
- Sie Ihre Erwerbstätigkeit für mindestens ein Jahr unterbrochen haben und
- Sie spätestens ein Jahr nach der Unterbrechung wieder in das Erwerbsleben zurückkehren wollen.

Erst wenn Sie ein Jahr sozialversicherungspflichtig beschäftigt oder selbständig tätig waren besteht der Status „Berufsrückkehrende“ nicht mehr.

- Viele hilfreiche Informationen zur Berufsrückkehr und Ihren Wiedereinstieg finden Sie auch auf der Homepage der Beauftragten für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit.

Hier finden Sie auch die Termine der monatlichen kostenlosen Informationsveranstaltungen zum Thema „Informationen für den Neustart“ der Agentur für Arbeit.“

Wenn Sie sich aktuell in der Elternzeit befinden und Ihre frühere berufliche Tätigkeit eventuell nicht fortgesetzt werden kann, müssen Sie sich drei Monate vor Beendigung der Elternzeit persönlich bei der Agentur für Arbeit arbeitslos melden.

#### 4.5 Leistungen für Frauen unter 25 Jahre

Auch wenn Sie keinen Anspruch auf Arbeitslosengeld I oder II haben und wenn Sie unter 25 Jahre alt sind, lohnt sich für Sie der Weg zur Agentur für Arbeit und den Jobcentern. Bund und Land haben eine ganze Reihe von Programmen aufgelegt, um insbesondere Jugendlichen zu helfen, Ausbildung und Arbeit zu finden. Der erste und wichtigste Schritt ist die Beratung in der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter. Auch wenn Sie noch keine konkrete Vorstellung haben, was Sie beruflich machen wollen, sollten Sie möglichst gut vorbereitet in das Gespräch mit Ihrer Beraterin/Ihrem Berater gehen. Sprechen Sie mit Freunden und Bekannten über Ihre beruflichen Ideen. Vielleicht können Sie sogar einmal in einen Betrieb hineinschnuppern. Überlegen Sie sich, was Sie wollen und was Sie können (siehe Kapitel 2).

Wenn Ihnen Qualifikationen fehlen, können Sie berufsvorbereitende Lehrgänge oder Betriebspraktika besuchen, Sprachförderung oder Einstiegsqualifizierungen absolvieren oder sogar noch Ihren Schulabschluss nachholen.

#### Hinweis für junge Mütter unter 25 Jahren:

Erkundigen Sie sich nach Teilzeitausbildungsmöglichkeiten in der für Sie zuständigen Agentur für Arbeit.

Für diejenigen, die Arbeitslosengeld II bekommen, haben die Jobcenter es sich zur Aufgabe gemacht, allen Jugendlichen einen Ausbildungs- oder Arbeitsplatz anzubieten.

Finanzielle Zuschüsse gibt es auch, um Bewerbungskosten zu decken, zu Vorstellungsgesprächen zu fahren, einen Umzug an den Arbeitsort oder Arbeitsgeräte bzw. -kleidung zu finanzieren. Auch der Zeitraum vom Ausbildungsbeginn bis zum ersten Gehalt kann durch Leistungen überbrückt werden, wenn Sie dem Arbeitsmarkt zur Verfügung stehen.

**Wichtig ist: Alle Anfragen und Anträge müssen gestellt werden, bevor die Kosten entstanden sind.**

Wer einen Arbeitsplatz sucht, bekommt Hilfen zur Arbeitsaufnahme. Wenn Sie keine passende Stelle finden, können Sie auch versuchen, über Praktika oder geförderte Beschäftigung in den Arbeitsmarkt einzusteigen.

#### 4.6 Leistungen für Frauen mit Behinderungen

Die Integration von Menschen mit Behinderungen in das Arbeitsleben gehört zu einer der wichtigsten gesetzlichen Aufgaben der Bundesagentur für Arbeit.

Als schwerbehindert gilt, wer wenigstens einen Grad der Behinderung von 50 Prozent hat und in seinen Fähigkeiten und Funktionen beeinträchtigt ist. Menschen, deren Grad der Behinderung zwischen 30 Prozent und 50 Prozent liegt, können einen Antrag auf Gleichstellung stellen, um die Rechte auf Kündigungsschutz, Lohnkostenzuschüsse der Arbeitgeber, Ausstattung eines Arbeitsplatzes sowie Betreuung durch einen Fachdienst in Anspruch nehmen zu können.

Die Teilhabe am Arbeitsleben wird für Menschen mit Behinderungen durch die Gewährung von Leistungen gefördert. So können z. B. Eingliederungszuschüsse an Arbeitgeber und Arbeitgeberinnen gezahlt werden, die die Einarbeitung erleichtern. Sie betragen bis zu 50 Prozent des tariflichen bzw. ortsüblichen Gehaltes.

Um die Integration in den Arbeitsmarkt zu ermöglichen, können Unternehmen Unterstützung zur behindertengerechten Ausstattung und Einrichtung von Arbeitsplätzen erhalten. So können technische Geräte und Mobiliar finanziert werden sowie die Fortbildungen, um spezielle Geräte zu nutzen. Auch die Wartung und Pflege besonderer Anlagen ist förderungsfähig.

Eine Fort- oder Weiterbildung kann seitens der Agentur für Arbeit gefördert werden, wenn sie der beruflichen Rehabilitation dient. Um Ihren Unterhalt zu sichern, können Sie währenddessen Übergangsgeld oder Ausbildungsgeld erhalten.

Auch für Bezieherinnen von Arbeitslosengeld II gibt es spezielle Förderangebote zur Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt.

Beim Landschaftsverband Westfalen-Lippe gibt es zudem die Möglichkeit, eine Arbeitsassistenz für berufliche Anforderungen, die Sie alleine nicht bewältigen können, zu beantragen.

#### 4.7 Leistungen für Existenzgründerinnen

Wenn Sie arbeitslos oder von Arbeitslosigkeit bedroht sind und sich gerne selbständig machen wollen, können Sie bei der Agentur für Arbeit einen Gründungszuschuss beantragen.



© forolia | contrastwerkstatt

#### Für Bezieherinnen von Arbeitslosengeld I:

##### Gründungszuschuss

Der Gründungszuschuss wird in zwei Phasen geleistet:

Für die erste Förderphase wird der Zuschuss in Höhe des zuletzt bezogenen Arbeitslosengeldes zur Sicherung des Lebensunterhalts zuzüglich 300 Euro zur sozialen Absicherung für 6 Monate gewährt.

Für die zweite Förderphase können für weitere neun Monate 300 Euro pro Monat zur sozialen Absicherung gewährt werden, wenn eine intensive Geschäftstätigkeit und hauptberufliche unternehmerische Aktivitäten dargelegt werden.

### Der Gründungszuschuss kann gewährt werden, wenn Sie:

1. tatsächlich arbeitslos und im Leistungsbezug sind
2. bei Aufnahme der selbständigen Tätigkeit noch über einen Restanspruch auf Arbeitslosengeld I von mindestens 150 Tagen verfügen,
3. der Agentur für Arbeit die Tragfähigkeit der Existenzgründung nachweisen (durch Vorlage einer fachkundigen Stellungnahme z. B. IHK, Handwerkskammer, berufsständische Kammern, Fachverbände, Kreditinstitute) und
4. ihre Kenntnisse und Fähigkeiten zur Ausübung der selbständigen Tätigkeit darlegen sowie die selbstständige Tätigkeit so gestalten, dass sie zur Beendigung der Arbeitslosigkeit führt.

Der Antrag für den Gründungszuschuss ist unbedingt vor Aufnahme der selbständigen Tätigkeit bei Ihrer örtlichen Agentur für Arbeit zu stellen.

Grundsätzlich ist der Gründungszuschuss eine Ermessensleistung. Ein Rechtsanspruch besteht nicht.

- Hilfreiche und ausführliche Informationen zum Businessplan, der Finanzplanung und Antworten auf Fragen zum Thema Selbständigkeit finden Sie in der Broschüre „**durchstarten**“.

### Für Bezieherinnen von Arbeitslosengeld II:

#### Einstiegsgeld

Gründerinnen, die eine hauptberufliche Selbstständigkeit aus der Arbeitslosigkeit heraus aufnehmen, können für die Dauer von maximal 24 Monaten ein Einstiegsgeld erhalten. Über die Dauer der Zahlungen entscheidet das Jobcenter. Da es sich um eine Ermessensleistung handelt, besteht kein Rechtsanspruch auf diese Leistung.

Voraussetzung für das Einstiegsgeld ist, dass Sie mit der Aufnahme der selbständigen Tätigkeit die Hilfebedürftigkeit mit hoher Wahrscheinlichkeit überwinden und entsprechend ausreichende Gewinne erzielen.

Die Höhe der Förderung wird im Einzelfall festgesetzt und hängt auch von der Größe der Bedarfsgemeinschaft ab. Die maximale Höhe beträgt 100 Prozent des Regelbedarfs für Alleinstehende bzw. Alleinerziehende. Das Einstiegsgeld wird zusätzlich zum Arbeitslosengeld-II-Bezug geleistet und kann auch (weiter-)gezahlt werden, wenn das Arbeitslosengeld II mit oder nach der Existenzgründung wegfällt.

Die Förderleistung muss vor Aufnahme der selbständigen Tätigkeit beim Jobcenter beantragt werden. Für die Entscheidung müssen zusätzlich eine aussagefähige Beschreibung des Existenzgründungsvorhabens, ein Finanzierungsplan, eine Umsatz- und Rentabilitätsvorschau und evtl. eine Liquiditätsplanung vorgelegt werden. Auch wird regelmäßig eine Stellungnahme einer fachkundigen Stelle (z. B. Handwerkskammer oder Industrie- und Handelskammer) benötigt.



## 5. Berufliche Weiterbildung

### 5.1 Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung

Mit den Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung können Ausbildungssuchende, von Arbeitslosigkeit bedrohte Arbeitsuchende und Arbeitslose eine individuelle Förderung erhalten, die eine berufliche Eingliederung unterstützt. Mit einem Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein kann die Agentur für Arbeit Maßnahmeträger, Arbeitgeberinnen/Arbeitgeber oder private Arbeitsvermittlerinnen/Arbeitsvermittler mit der Durchführung von Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung beauftragen.

#### Maßnahmen bei einem Träger

Die Teilnahme an einer Maßnahme bei einem Träger kann gefördert werden, wenn sie Ihre berufliche Eingliederung unterstützt durch

- Heranführung an den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt, Feststellung, Verringerung oder Beseitigung von Vermittlungshemmnissen,
- Heranführung an eine selbständige Tätigkeit oder Stabilisierung einer Beschäftigungsaufnahme.

Möglich sind auch Maßnahmen, die mehrere Elemente beinhalten. Teile der Maßnahme können auch bei einer Arbeitgeberin/einem Arbeitgeber mit einer Dauer von bis zu sechs Wochen durchgeführt werden. Für die Durchführung und Organisation dieser Maßnahmeteile ist der Träger verantwortlich.

#### Maßnahmen bei einer Arbeitgeberin/einem Arbeitgeber

Maßnahmen bei einer Arbeitgeberin/einem Arbeitgeber können für die Dauer von bis zu sechs Wochen gefördert werden. Diese betrieblichen Maßnahmen können zur Feststellung Ihrer beruflichen Eignung in Bezug auf den Zielberuf/die Zieltätigkeit durchgeführt werden. Die Verringerung und Beseitigung berufsfachlicher Ver-

mittlungshemmnisse können auch Gegenstand der betrieblichen Maßnahme sein. Aufgrund Ihres beruflichen Werdeganges und Ihrer beruflichen Kenntnisse entscheidet die Vermittlungs- und Beratungsfachkraft mit Ihnen in einem Beratungsgespräch, ob die Teilnahme an einer Maßnahme bei einer Arbeitgeberin/einem Arbeitgeber Ihre beruflichen Eingliederungsaussichten in eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung deutlich verbessert. Ein Rechtsanspruch auf eine Maßnahme besteht nicht.

#### Vermittlung in eine versicherungspflichtige Beschäftigung

Die Regelungen zum Vermittlungsgutschein wurden zum 1. April 2012 im Rahmen einer Novellierung der arbeitsmarktpolitischen Instrumente geändert.

Mit einem Vermittlungsgutschein können Sie zu einer professionellen Arbeitsvermittlung gehen und einen Vertrag mit dem Auftrag abschließen, eine sozialversicherungspflichtige Stelle für Sie zu suchen.

Beziehen Sie seit mindestens sechs Wochen Arbeitslosengeld I, haben Sie Anspruch auf diesen Gutschein. Der Gutschein ist je nach Dauer Ihrer Arbeitslosigkeit in einer gewissen Höhe dotiert und wird im Erfolgsfall an die Arbeitsvermittlung ausgezahlt. Nur wenn Sie durch diese Vermittlung einen Arbeitsvertrag unterschreiben, hat die Vermittlerin/der Vermittler Anspruch auf das Geld. Der Vermittlungsgutschein gilt für drei Monate.

Bitte sprechen Sie zunächst Ihre Arbeitsvermittlerin/Ihren Arbeitsvermittler an.

- Private Arbeitsvermittlungen finden Sie: [www.spitzenverbaende.arbeitsamt.de](http://www.spitzenverbaende.arbeitsamt.de)

Auch für Bezieherinnen von Arbeitslosengeld II gibt es Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen

Eingliederung. Allerdings sind diese Maßnahmen reine Kann-Leistungen, d. h. einen Rechtsanspruch auf den Vermittlungsgutschein gibt es nicht.



© fotolia | Claudia Paulussen

## 5.2 Berufliche Weiterbildung

Die Förderung einer beruflichen Weiterbildung soll Ihre Vermittlungschancen am Arbeitsmarkt deutlich verbessern. Dabei werden Ihre Fähigkeiten, Ihr bisheriger beruflicher Werdegang ebenso wie persönliche Voraussetzungen, körperliche und geistige Eignung berücksichtigt. Ihrer Mobilitätsbereitschaft und der Aufnahmefähigkeit des Arbeitsmarktes kommt dabei eine besondere Bedeutung zu. Ziel ist es, dass Sie nach Abschluss der Weiterbildung mit hoher Wahrscheinlichkeit wieder dauerhaft in den ersten Arbeitsmarkt eingegliedert werden können.

Für die Entscheidung, ob für Sie eine Weiterbildung wegen einer fehlenden Qualifikation oder gesundheitlicher Faktoren notwendig ist, ist es unbedingt erforderlich, dass eine Beratung durch die Agentur für Arbeit erfolgt.

Liegen die Voraussetzungen für die Förderung vor, erhalten Sie einen Bildungsgutschein, mit dem Ihnen die Übernahme der Weiterbildungskosten und wenn Sie Arbeitslosengeld beziehen, die Weiterzahlung gewährt werden.

- Weitere Informationen finden Sie auch in der Broschüre „Weiter durch Bildung“.

## 5.3 Ausbildung

Eine Ausbildung abzuschließen, lohnt sich immer, da ungelernete (weibliche) Arbeitskräfte am schlechtesten bezahlt und am höchsten von Arbeitslosigkeit betroffen sind. Auch wenn Sie schon älter sind und keinen Anspruch auf Finanzierung einer beruflichen Weiterbildung haben, kann es sich lohnen, noch eine Ausbildung zu absolvieren.

Man unterscheidet generell zwischen einer Ausbildung im Betrieb (z. B. Kauffrau, Tischlerin) und der an einer Fachschule (z. B. Erzieherin, Physiotherapeutin).

Wenn Sie schon länger in einem Berufsfeld arbeiten, können Sie auch eine externe Prüfung ablegen, um einen Berufsabschluss nachzuholen. Es gibt verschiedene Möglichkeiten sich auf eine externe Prüfung vorzubereiten.

Die für den Beruf zuständige Kammer hilft und unterstützt Sie bei allen weiteren Fragen.

- Nähere Informationen gibt es bei der:

### Industrie- und Handelskammer

<https://www.ostwestfalen.ihk.de/bildung/ausbildungs-pruefung/zulassung-abschluss>

### Handwerkskammer

Gabriele Braun  
Campus Handwerk 1, 33613 Bielefeld  
Tel.: 0521 5608-515

Den besten Überblick über die unterschiedlichen Berufsbilder gibt es im Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit. Dort werden in einer Vielzahl von Mappen, Broschüren und Filmen, aber auch Informationsveranstaltungen alle Berufe detailliert vorgestellt. An Computern haben Sie zudem die Möglichkeit, in Tests herauszufinden, welche Berufsbilder zu Ihnen passen.

Die Agentur für Arbeit und die Jobcenter bieten finanzielle Unterstützung bei allen Problemen rund um die Ausbildung (siehe auch Kapitel 4).

- Eine umfassende Zusammenstellung aller Berufe enthält die Broschüre: „Beruf aktuell“  
Hrsg.: Agentur für Arbeit

### Berufskollegs

Neben der normalen Ausbildung gibt es für manche Berufe die Möglichkeit, an Berufskollegs Ausbildung und Schulabschluss miteinander zu kombinieren.

Am Berufskolleg können Sie die Bildungsgänge der Berufsschule, der Berufsfachschule, der Fachoberschule und der Fachschule belegen. Die Bildungsgänge des Berufskollegs sind abschlussbezogen, einzel- und doppelqualifizierend und werden durch eine Fachrichtung bestimmt. Sie sind in Voll- oder Teilzeit organisiert.

Das Berufskolleg führt Sie zum Erwerb von beruflichen Kenntnissen, beruflicher Grund- und Fachbildung, Berufsabschlüssen, beruflicher Weiterbildung und allen allgemeinbildenden Abschlüssen vom Hauptschulabschluss bis zum Abitur.

Einige Berufskollegs haben sich auf bestimmte Fachrichtungen spezialisiert.

Sie können dort verschiedene Berufe erlernen – so aus den Fachrichtungen Metall- und Elektrotechnik (z. B. Technische Zeichnerin, Berufskraftfahrerin), Handwerk und Technik (z. B. Tischlerin, Augenoptikerin), Wirtschaft und Verwaltung (z. B. Bürokauffrau, Werbekauffrau) oder Soziales (z. B. Erzieherin, Heilerziehungspflegerin). Es gibt auch Berufskollegs, die sich auf einen Beruf spezialisiert haben oder eine große Bandbreite von Berufsfeldern anbieten – von der Biologielaborantin über die Fotografin bis zur Gebäudereinigerin.

- Einen ersten Überblick über Berufskollegs in NRW finden Sie in der Broschüre:

### „Das Berufskolleg in Nordrhein-Westfalen – Informationen zu Bildungsgängen und Abschlüssen“

Zu beziehen über:

[www.berufsbildung.nrw.de/cms/das-berufskolleg-in-nordrhein-westfalen/schulstandorte/index.html](http://www.berufsbildung.nrw.de/cms/das-berufskolleg-in-nordrhein-westfalen/schulstandorte/index.html)

### 5.4 Schulabschlüsse nachholen

Manchmal ist es notwendig, für die eigene berufliche Entwicklung einen Schulabschluss nachzuholen. Und auch ein höherer Schulabschluss kann Ihre beruflichen Chancen verbessern. Wenn Sie noch einmal die Schulbank drücken wollen, gibt es eine Reihe unterschiedlicher Möglichkeiten, dies zu tun: haupt- oder nebenberuflich, tagsüber oder abends.

Lassen Sie sich beraten und überlegen Sie in Ruhe, welches Angebot am besten auf Ihre Lebenssituation zugeschnitten ist. Sofern Sie unter 30 Jahre alt sind und bestimmte Voraussetzungen erfüllen, können Sie auch BAföG beantragen. Die Altersgrenze von 30 Jahren kann sich durch die Versorgung von Kindern unter 10 Jahre verlängern.

Detaillierte Informationen über das Nachholen schulischer Abschlüsse auf dem zweiten Bildungsweg erhalten Sie bei Weiterbildungsberatungsstellen, dem Schulverwaltungsamt, der Volkshochschule und in der KURSNET-Datenbank für Aus- und Weiterbildung der Agentur für Arbeit.

Neben örtlich gebundenen Schulen gibt es auch die Möglichkeit, einen Schulabschluss per E-Learning nachzuholen. Sie lernen überwiegend alleine an Ihrem PC, sind zugleich aber eingebunden in eine (virtuelle) Lerngruppe.

- Nähere Informationen gibt es unter:  
[www.telekolleg-info.de](http://www.telekolleg-info.de)  
[www.schulentwicklung.nrw.de/abitur-online/](http://www.schulentwicklung.nrw.de/abitur-online/)

## 5.5 Studium

Für die meisten Studiengänge können Sie sich direkt an der Universität bewerben. Manche Fächer haben spezielle Zugangsvoraussetzungen (z. B. Abiturnoten). Bestimmte Studiengänge werden über die Stiftung für Hochschulzulassung vergeben. Die Studienberatung an den Universitäten kann Ihnen hierzu genaue Informationen geben.

- Nähere Informationen zum Studium gibt es unter: „**Eltern-Wo geht’s zum Traumberuf?**“  
Hrsg.: Agentur für Arbeit  
[www.ba-bestellservice.de](http://www.ba-bestellservice.de)  
  
[www.hochschulstart.de](http://www.hochschulstart.de)  
[www.hochschulkompass.de](http://www.hochschulkompass.de)  
[www.uni-bielefeld.de/zsb](http://www.uni-bielefeld.de/zsb)

### Studieren mit Kind

Wenn Sie während des Studiums schwanger werden oder bereits Kinder haben und studieren möchten, können Sie eine Reihe staatlicher Hilfen in Anspruch nehmen.

Darüber hinaus bieten eine ganze Reihe von Universitäten und Fachhochschulen Kinderbetreuung und weitere Unterstützung für Studierende mit Kindern an, die Sie direkt bei der Universität oder Fachhochschule erfragen sollten.

- Weitere Informationen erhalten Sie unter:  
[www.studieren-mit-kind.info](http://www.studieren-mit-kind.info)  
[www.uni-bielefeld.de/familie/](http://www.uni-bielefeld.de/familie/)

### Fernstudium

Wenn Sie ein Studium anstreben, aber die kontinuierliche Präsenz an einer Universität nicht leisten können, gibt es die Möglichkeit, ein Fernstudium zu absolvieren. An der FernUniversität Hagen können Sie sich zwischen ganz unterschiedlichen Studienangeboten entscheiden.

Diese Studiengänge sind ein vollständiges universitäres Studium und schließen mit dem Bachelor oder Master ab.

- Für berufstätige Interessentinnen, die sich gezielt wissenschaftlich weiterbilden möchten, gibt es modular aufgebaute Aufbaustudiengänge.  
Informationen über:  
**FernUniversität Hagen**  
Service-Center, 58097 Hagen  
Tel.: 02331 987-2444  
info@fernuni-hagen.de  
[www.fernuni-hagen.de](http://www.fernuni-hagen.de)

Beratung und Information bekommen Sie auch persönlich vor Ort im Studienzentrum Herford. Studienzentren sind regionale Außenstellen der FernUniversität. Ein Beratungsangebot steht zur Verfügung, das über Studiengänge und Voraussetzungen informiert; ebenso können Sie in der allgemeinen Studienberatung über ganz individuelle Fragen sprechen. Motivation, Zeitplanung, Vereinbarung von Familie und Studium könnten zum Thema werden.

- Während eines Studiums ist das regionale Studienzentrum ein Kommunikationsort, der Ihnen Fachberatung und Betreuung bietet:  
**Studienzentrum Herford**  
Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford  
Tel.: 05221 74001  
Studienzentrum.herford@fernuni-hagen.de

### Studieren ohne Abitur

Wenn Sie studieren wollen, ist dies in NRW mit der Berufsbildungshochschulzugangsverordnung unter bestimmten Voraussetzungen auch ohne Abitur oder Fachhochschulreife möglich.

Zunächst einmal gibt es den „Zugang auf Grund beruflicher Aufstiegsfortbildung“. Dies ist beispielsweise relevant für Meisterinnen, staatlich geprüfte Technikerinnen oder Fachwirtinnen. Die Aufstiegsfortbildung ersetzt dann die allgemeine Hochschulreife und liefert den Hochschulzugang zu allen Fachhochschulen und Universitäten in Nordrhein-Westfalen.

Der „Zugang auf Grund fachlich entsprechender Berufsbildung und beruflicher Tätigkeit“ setzt den Abschluss

einer mindestens 2-jährigen Berufsausbildung (z. B. Abschluss nach Berufsausbildungsgesetz oder Handwerksordnung), sowie eine mindestens 3-jährige berufliche Tätigkeit in Vollzeit im erlernten Ausbildungsberuf voraus. Eine weitere fachlich verwandte Berufsausbildung wird als berufliche Tätigkeit angerechnet. Sie sind dann berechtigt zur Aufnahme des Studiums in einem der Berufsausbildung und der beruflichen Tätigkeit fachlich entsprechenden Studiengang. Die Hochschule prüft, ob die Berufsausbildung, die Berufstätigkeit und der Studienwunsch einander fachlich entsprechen.

Sie haben den Abschluss einer mindestens 2-jährigen Berufsausbildung erworben, können eine mindestens 3-jährige Berufstätigkeit in Vollzeit nach der Ausbildung nachweisen und möchten ein Studienfach studieren, das fachlich nicht Ihrer Ausbildung und/oder der Berufstätigkeit entspricht? Auch hier gibt es Möglichkeiten: in zulassungsfreien Studiengängen ist ein Probestudium möglich. Bei zulassungsbeschränkten Studiengängen wird ein fachgebundener Hochschulzugang durch eine erfolgreich abgelegte Zugangsprüfung erworben. Geprüft wird allgemeines und auf den Studiengang bezogenes Fachwissen auf Abiturniveau. Bei dieser Gruppe werden auch Zeiten der Kindererziehung, der Pflege von Angehörigen sowie Dienstzeiten (z. B. freiwilliges soziales Jahr) und eine zweite Berufsausbildung als Berufstätigkeit anerkannt.

Bei Interesse an einem Studium ohne Abitur fragen Sie direkt bei der Fachhochschule oder Universität nach. Die Bewerbungsfristen können an den Hochschulen unterschiedlich sein. Bitte beachten Sie auch, dass wenn Sie die o. g. Voraussetzungen erfüllen, Sie nicht automatisch die Garantie auf einen Studienplatz erhalten. Für viele Studiengänge gibt es Zulassungsbeschränkungen (wenn es mehr Bewerberinnen und Bewerber als Studienplätze gibt, findet eine Auswahl statt).

- Nähere Informationen gibt es unter:  
**Universität Bielefeld**  
**Studierendensekretariat**  
Universitätsstraße 25, 33615 Bielefeld  
Tel.: 0521 1 06-3407  
[www.uni-bielefeld.de/Universitaet/Einrichtungen/ZSB/Beruflich%20Qualifizierte.html](http://www.uni-bielefeld.de/Universitaet/Einrichtungen/ZSB/Beruflich%20Qualifizierte.html)

Handwerksmeisterinnen können sich auch bei ihrer regionalen **Handwerkskammer** zu diesem Thema beraten lassen oder sich informieren unter:

[www.handwerk-owl.de](http://www.handwerk-owl.de)  
[www.mkw.nrw/studium/bewerben/studieren-ohne-abitur/](http://www.mkw.nrw/studium/bewerben/studieren-ohne-abitur/)

Außerdem besteht die Möglichkeit, eine sogenannte „Begabtenprüfung“ für den Hochschulzugang abzulegen. Voraussetzung hierfür sind ein Mindestalter von 25 Jahren, eine abgeschlossene Berufsausbildung und mehrere Jahre Berufstätigkeit. Bei Bestehen der Prüfung erhalten Sie die allgemeine Hochschulreife.

- Nähere Informationen gibt es bei:  
[www.abi-nachholen.de/begabtenpruefung.html](http://www.abi-nachholen.de/begabtenpruefung.html)

### **Weiterbildendes Studium FrauenStudien – Mit und ohne Abitur**

An der Universität Bielefeld wird eine berufsbegleitende Teilzeitweiterbildung auf akademischem Niveau angeboten. Das weiterbildende Studium „FrauenStudien“ richtet sich an Frauen, die eine Neuorientierung suchen, sich weiterqualifizieren möchten oder einen Quereinstieg in pädagogische/soziale Handlungsfelder anstreben. Mit seiner flexiblen Studienplanung berücksichtigt das Studium die Vereinbarkeit mit einer Teilzeiterwerbstätigkeit und/oder der Familie. Während der gesamten Dauer der Weiterbildung erhalten Sie eine enge Begleitung bei der Einführung in den universitären Alltag und in wissenschaftliche Arbeitstechniken. Die FrauenStudien sind erziehungswissenschaftlich ausgerichtet, Sie haben jedoch die Möglichkeit einzelne Veranstaltungen aus anderen Fachbereichen der Universität zu besuchen.

Die ersten beiden Semester dienen der Orientierung hinsichtlich eigener Ziele und Studieninteressen, ergänzt um ein Praktikum. In der anschließenden Aufbau-phase studieren Sie wahlweise eins der drei Profile:

- Bildung und Bildungsarbeit
- Beratung
- Heterogenität und Inklusion

Studienbeginn ist jeweils der 01. Oktober eines Kalenderjahres. Anmeldungen sind bis zum 15.09. desselben Jahres möglich. Vor Beginn erfolgt ein individuelles Beratungsgespräch.

Die Weiterbildung dauert 3 Jahre bzw. 6 Semester und schließt mit einem Zertifikat der Universität Bielefeld ab. Durch erweiterte Anerkennungsmöglichkeiten von erbrachten Leistungen, erleichtert das neue Studienmodell der FrauenStudien zudem den Übergang in ein Bachelorstudium

Die Kosten betragen derzeit pro Semester 210 Euro; Ermäßigungen sind in Ausnahmefällen möglich. Die Weiterbildung kann zudem mit einem Bildungsscheck gefördert werden.

Die Zugangsvoraussetzungen und weitere Informationen finden Sie im Internet.

**Universität Bielefeld**  
**Fakultät für Erziehungswissenschaft**  
**Weiterbildendes Studium FrauenStudien**  
 Q2-110/107a  
 Universitätsstraße 25, 33615 Bielefeld  
 Tel.: 0521 106-3120, -3121  
 verwaltungsfs@uni-bielefeld.de  
[www.uni-bielefeld.de/fstudien](http://www.uni-bielefeld.de/fstudien)

### Studieren ab 50

Mit dem allgemeinen Weiterbildungsprogramm „STUDIEN AB 50“ wendet sich die Universität Bielefeld an alle interessierten Bürgerinnen und Bürger der Region, die sich mit wissenschaftlichen Fragestellungen und Themen auseinandersetzen möchten.



Aus über 300 Veranstaltungen aus 13 Fakultäten können Sie frei wählen und ihren ganz persönlichen Studienplan zusammenstellen. In diesen Veranstaltungen lernen die Studierenden ab 50 mit den jungen Studierenden zusammen. Spezielle Veranstaltungen sowie selbstorganisierte und selbstgeleitete Arbeitsgemeinschaften, die ausschließlich den Teilnehmenden des Programms vorbehalten sind, ergänzen das breite Angebot.

Die Semestergebühren betragen 100 Euro. Der Einstieg ist zum Sommer- und zum Wintersemester möglich.

- Informationen gibt es bei:  
**Universität Bielefeld**  
**Kontaktstelle Wissenschaftliche Weiterbildung/Studieren ab 50**  
 Universitätsstraße 25, 33615 Bielefeld  
 Studienberatung: Mo-Do von 10–12 Uhr und n.V.  
 Raum M6 – 113 im Universitätshauptgebäude  
 Tel.: 0521 106-4562  
 studierenab50@uni-bielefeld.de  
[www.uni-bielefeld.de/studieren50](http://www.uni-bielefeld.de/studieren50)

### BAföG

Wenn Sie einen Schulabschluss nachholen oder ein Studium beginnen wollen, können Sie unter bestimmten Voraussetzungen BAföG erhalten. Generell wird BAföG nur gezahlt, wenn die Ausbildung vor Vollendung des 30. Lebensjahres begonnen wird.

Ausnahmen bestehen, wenn Sie die Zugangsvoraussetzungen für Ihre zu fördernde Ausbildung über den 2. Bildungsweg erlangt haben (z. B. Abitur auf dem Abendgymnasium) und danach unverzüglich mit dem Studium beginnen, wenn Sie aufgrund Ihrer beruflichen Qualifikation an einer Hochschule eingeschrieben werden (Studieren ohne Abitur) oder Ihre Ausbildung wegen der Erziehung von Kindern verschieben mussten. Beratung bietet das Amt für Ausbildungsförderung und die Studentenwerke der Universitäten.

- **Stadt Bielefeld (Ausbildungsförderung)**  
**Amt für soziale Leistungen – Sozialamt – Team BaföG**  
Niederwall 23, 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521 51-0

Ab Januar 2018:

- **Jugendberufsagentur Bielefeld**  
Herforder Straße 71, 33602 Bielefeld
- **Studierendenwerk Bielefeld**  
**Amt für Ausbildungsförderung**  
Universitätsstraße 25, 33613 Bielefeld  
Tel.: 0521 106-88800  
bafog@stwbi.de  
[www.studierendenwerk-bielefeld.de](http://www.studierendenwerk-bielefeld.de)
- Nähere Informationen gibt es auch beim:  
**Bundesministerium für Bildung und Forschung**  
Tel.: 0800 | 2236341  
[www.bafog.bmbf.de](http://www.bafog.bmbf.de)

### Stipendium

Wenn Sie kein BaföG erhalten, können Sie sich auch um ein Stipendium bei einer Gewerkschaft, einer Stiftung oder parteilichen Institution bewerben. Da die Stiftungsgelder beschränkt sind, werden in der Regel Vorleistungen oder eine Empfehlung erwartet.

### Freiwilliges Soziales oder Ökologisches Jahr

Wer nach der Schule keine Lust hat, gleich wieder die Bücher zu wälzen, oder wer erst einmal ein Jahr lang

arbeiten und Berufserfahrungen sammeln möchte, hat die Möglichkeit, ein Freiwilliges Soziales Jahr oder ein Freiwilliges Ökologisches Jahr zu absolvieren. Junge Menschen bis 27 Jahre können einen 6- bis 18-monatigen Dienst im sozialen, ökologischen oder kulturellen Bereich leisten.

Einsatzbereiche können hierbei sein: pflegerische und erzieherische Tätigkeiten in der Behindertenarbeit, in der Kinder- und Jugendarbeit, Arbeit mit Alten, Jugendarbeit, im Sport, Dienst in Kunstschulen, Medienwerkstätten, Musikschulen, Rockmusikinitiativen, Museen, Theatern, Bibliotheken, Kleinkunsthäusern, soziokulturellen Zentren, im Denkmal- und Umweltschutz, auf Bauernhöfen, biologischen Stationen oder bei Naturschutzverbänden.

Seit Juni 2008 gilt das neue Jugendfreiwilligendienstgesetz, welches die Regelungen des Freiwilligen Sozialen und Ökologischen Jahres vereint. Zudem wurden die Kombinationsmöglichkeiten von in- und ausländischen Einsätzen flexibilisiert.

- Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre: **„Zeit, das Richtige zu tun“**  
[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

### Bundesfreiwilligendienst

Als Nachfolger für den Zivildienst wurde von der Bundesregierung der Bundesfreiwilligendienst eingeführt. Teilnehmen dürfen alle, die bereits die Vollschulzeitpflicht erfüllt haben. Damit schafft der Bundesfreiwilligendienst die erste geförderte Freiwilligenform auch für ältere Menschen, die sich sozial engagieren wollen.

Junge Menschen bis 27 Jahre müssen den Dienst grundsätzlich ganztägig pro Woche ablegen, während Freiwillige, die älter als 27 Jahre alt sind, sich auch in Teilzeit zum Beispiel mit 20 Stunden pro Woche, einsetzen können. Normalerweise dauert ein Freiwilligendienst 12 Monate, mindestens jedoch 6 und höchstens 18 Monate. Die Einsatzbereiche sind auf den bisher von Zivildienstleistenden besetzten Plätzen um die Einsatzbereiche

Sport, Integration, Kultur und Bildung erweitert. Der freiwillige Einsatz kann auch als Praktikum angerechnet und zur Überbrückung von Wartezeiten, etwa im Studium, genutzt werden.

- Nähere Informationen gibt es unter: [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

## 5.6 Aufstiegs-BAföG

Wenn Sie sich zum Beispiel als Handwerkerin zur Meisterin, als Kauffrau zur Fachkauffrau oder als Krankenpflegerin zur Fachkrankenschwester weiterqualifizieren wollen, gibt es die Möglichkeit, das sogenannte Aufstiegs-BAföG, bekannt auch unter Meister-BAföG, in Anspruch zu nehmen. Informationen zu den aktuellen Förderkonditionen erhalten Sie bei Ihrer regionalen Handwerkskammer und Industrie- und Handelskammer.

- Weitere Informationen gibt es außerdem bei: [www.handwerk-owl.de](http://www.handwerk-owl.de)  
[www.ostwestfalen.ihk.de](http://www.ostwestfalen.ihk.de)  
[www.aufstiegs-bafoeg.de](http://www.aufstiegs-bafoeg.de)

**Bezirksregierung Köln (Dezernat 49)**  
**Ausbildungsförderung und Aufstiegs-**  
**fortbildungsförderung NRW**  
Tel.: 0221 | 1 474980  
[afbg@bezreg-koeln.nrw.de](mailto:afbg@bezreg-koeln.nrw.de)

## 5.7 Fernunterricht

Sie möchten sich beruflich weiterbilden, können aber nicht regelmäßig an Kursen teilnehmen? Dann kann Fernunterricht eine gute Alternative sein. Bei den neuen Lernformen können sowohl die Zeit als auch das Lerntempo individuell gestaltet werden. Wer alleine arbeitet, braucht Eigenmotivation, aber auch Kontrolle und Betreuung. Einen „Selbstbeurteilungsbogen“ versendet das BIBB kostenlos für Weiterbildungsinteressierte, die testen möchten, ob Fernunterricht für sie eine geeignete Möglichkeit der Qualifizierung ist.

- Diesen Bogen gibt es als Download im Internet unter:

[www.bibb.de/dokumente/pdf/a32\\_fernunterricht\\_selbstbeurteilungsbogen\\_10\\_2006.pdf](http://www.bibb.de/dokumente/pdf/a32_fernunterricht_selbstbeurteilungsbogen_10_2006.pdf)

Wenn Sie sich für einen Fernlehrgang entscheiden, ist es ratsam, sich über die Qualität der Maßnahme bei der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht ZFU zu informieren. Alle inhaltlich und didaktisch geprüften Lehrgänge bekommen ein ZFU-Siegel und eine Zulassungsnummer.

### **Staatliche Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU)**

Peter-Welter-Platz 2, 50676 Köln  
Tel.: 0221 921207-0  
[poststelle@zfu.nrw.de](mailto:poststelle@zfu.nrw.de) [www.zfu.de](http://www.zfu.de)

## 5.8 Bildungsscheck

Mit dem Bildungsscheck unterstützt das Land NRW Menschen, die das Thema „Weiterbildung“ als Chance für die Zukunft begreifen. Ziel des Bildungsschecks ist, die Beschäftigungschancen durch eine stärkere Beteiligung an Weiterbildungen zu erhöhen und zum lebenslangen Lernen zu motivieren. Das Angebot richtet sich an:

- Beschäftigte, die in einem Unternehmen mit weniger als 250 Beschäftigten tätig sind und deren zu versteuerndes Jahreseinkommen unter 30.000 Euro bzw. 60.000 Euro bei gemeinsamer Veranlagung liegt und an
- An- und Ungelernte, Beschäftigte ohne Berufsabschluss, Ältere ab 50 Jahre, beschäftigte Zugewanderte, befristete Beschäftigte, Teilzeitbeschäftigte oder Berufsrückkehrende.  
(Hier kann es in absehbarer Zeit Veränderungen geben.)

Mit dem Bildungsscheck übernimmt das Land NRW mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) zur Hälfte die Kosten von beruflichen Weiterbildungsmaßnahmen bis zu einem Höchstförderbetrag von 500 Euro.

Bildungsschecks werden sowohl an Betriebe mit weniger als 250 Beschäftigten auf dem Wege des „betrieblichen Zugangs“ ausgegeben – die in diesem Fall die andere Hälfte der Kurskosten für ihre Mitarbeiterinnen/Mitarbeiter tragen – als auch direkt an Beschäftigte und Berufsrückkehrende (individueller Zugang), die den Eigenanteil der Weiterbildungskosten privat finanzieren.

Maximal kann alle 2 Kalenderjahre sowohl im individuellen als auch im betrieblichen Zugang ein Bildungsscheck ausgestellt werden.

Der Bildungsscheck kann für unterschiedliche Weiterbildungsangebote genutzt werden. Gefördert werden z. B. Sprach- und EDV-Kurse sowie Weiterbildungen, in denen Kenntnisse und Fertigkeiten vermittelt werden, die dem beruflichen Fortkommen dienen. Wichtig ist, dass es sich um eine Weiterbildung mit beruflichem Bezug handelt. Ausgeschlossen sind beispielsweise Weiterbildungen in Form von Einzelunterricht, Informationsveranstaltungen, Fachtagungen etc. bis zu sechs Unterrichtsstunden, arbeitsplatzbezogene Anpassungsqualifizierungen und der Erwerb von Fahrerlaubnissen.

Wenn Sie einen Bildungsscheck in Anspruch nehmen möchten, müssen Sie sich an eine Bildungsberatungsstelle wenden. In einem Beratungsgespräch werden die persönlichen Voraussetzungen, das Weiterbildungsziel und die Anforderungen an die Weiterbildung geklärt. Erfüllen Sie alle Voraussetzungen, stellt Ihnen die Beratungsstelle einen Bildungsscheck aus, auf dem der Inhalt Ihrer Weiterbildung vermerkt ist. Wichtig ist, dass der Kurs erst nach Erhalt eines Bildungsschecks beginnt. Sie bezahlen lediglich Ihren Eigenanteil, d. h. grundsätzlich die Hälfte der Weiterbildungskosten. Bei kostenintensiven Weiterbildungen, die über 1000 Euro hinausgehen, werden max. 500 Euro (Höchstfördersumme) übernommen. Zahlreiche

Bildungsberatungsstellen (z. B. Wirtschaftsorganisationen, Volkshochschulen, Kammern, Frauenbüros) informieren darüber, welche Weiterbildungsangebote für Sie oder den Betrieb infrage kommen, und können Ihnen ggf. einen Bildungsscheck ausstellen.

- Weitere Informationen erhalten Sie bei:  
**Stadt Bielefeld**  
**Gleichstellungsstelle – Frauenbüro**  
Niederwall 25, Altes Rathaus, 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521 51-2018
- Weitere regionale **Bildungsberatungsstellen** finden Sie unter:  
[www.weiterbildungsberatung-nrw.de](http://www.weiterbildungsberatung-nrw.de)

## 5.9 Bildungsprämie

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung hat die Bildungsprämie eingeführt, damit mehr Menschen durch Weiterbildung ihre Chancen im Beruf verbessern können. Es sollen vor allem diejenigen gefördert werden, die aufgrund ihres Einkommens bislang die Kosten einer Weiterbildung nicht ohne weiteres tragen konnten.

Zur Finanzierung von individueller beruflicher Weiterbildung bietet die Bildungsprämie zwei Finanzierungsmöglichkeiten:

- Sie erhalten einen Prämiegutschein in Höhe von max. 500 Euro, wenn Ihr zu versteuerndes Jahreseinkommen 20.000 Euro bzw. 40.000 Euro bei gemeinsam Veranlagten nicht übersteigt.
- Wenn Sie vermögenswirksame Leistungen (dies sind im Arbeits- oder Tarifvertrag geregelte Geldleistungen der Arbeitgeberin/des Arbeitgebers) ansparen, können Sie aus den Sparverträgen Geld für Weiterbildungen entnehmen, ohne dass damit die Arbeitnehmersparzulage verloren geht – auch wenn die Sperrfrist (siebenjährige Ansparfrist) noch nicht

abgelaufen ist. Wichtig: Die oben genannten Einkommensgrenzen gelten hier nicht.

Gefördert werden Personen, die mindestens 15 Stunden in der Woche erwerbstätig sind, Selbstständige sowie Beschäftigte, die sich in Mutterschutz oder Elternzeit befinden. Auch wenn Ihr Erwerbseinkommen unter den Regelleistungen der Grundsicherung liegt und Sie aufstockende Arbeitslosengeld-II-Leistungen beziehen, können Sie einen Prämiegutschein erhalten.

Sie können pro Kalenderjahr einen Prämiegutschein erhalten.

Dazu müssen Sie zunächst eine Beratungsstelle aufsuchen, die Gutscheine ausstellen kann. Ähnlich wie beim Bildungsscheck werden in einem Beratungsgespräch die persönlichen Voraussetzungen, das Weiterbildungsziel und die Anforderungen an die Weiterbildung geklärt. Erfüllen Sie die vorliegenden Anforderungen, stellt Ihnen die Beratungsstelle einen Prämiegutschein aus, auf dem das Weiterbildungsziel vermerkt ist. Mit diesem Gutschein können Sie einen entsprechenden Kurs buchen und bezahlen lediglich Ihren Eigenanteil (grundsätzlich die Hälfte der Weiterbildungskosten – bei Weiterbildungen, die über 1.000 Euro hinausgehen, erhalten Sie die Förderhöchstsumme von 500 Euro).

***Hinweis: Findet die Weiterbildung in Brandenburg, Rheinland-Pfalz, Sachsen, Sachsen-Anhalt oder Schleswig-Holstein statt, dürfen die Weiterbildungskosten 1000 € nicht übersteigen.***

Einzelbetriebliche Anpassungsqualifizierungen und Trainings, für die Ihre Arbeitgeberin/Ihr Arbeitgeber verantwortlich ist, Einzelunterricht, Informationsveranstaltungen, Fachtagungen, Kongresse oder Messen werden nicht gefördert.

- Weitere Informationen zur Bildungsprämie erhalten Sie bei:

**Stadt Bielefeld**

**Gleichstellungsstelle – Frauenbüro**

Niederwall 25, Altes Rathaus, 33602 Bielefeld

Tel.: 0521 51-2018

- Regionale **Bildungsberatungsstellen** finden Sie unter:

[www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info)



## 6. Wie bewerbe ich mich richtig?

Sie haben die Fragen zu Ihrem beruflichen Standort beantwortet und möchten sich nun auf die Suche nach einer Arbeit machen?

Es gibt viele Möglichkeiten, sich zu orientieren, und verschiedene Strategien, sich in Unternehmen vorzustellen. Eines ist jedoch allen gemeinsam: Eine Auswahl unter Bewerberinnen und Bewerbern ist immer auch persönlich geprägt, sodass keine Strategie einen hundertprozentigen Erfolg verspricht. Wenn Sie Ihre Fähigkeiten und Qualifikationen kennen und sich selbstbewusst auf die Suche machen, können Sie Ihre Chancen optimal nutzen. Und das sollten Sie in jedem Fall tun.

### 6.1 Stellensuche

#### Zeitungen und Zeitschriften

Die Wochenendausgaben der örtlichen Tageszeitungen bieten Ihnen eine erste aktuelle Übersicht über den Stellenmarkt Ihrer Region. Auch in kostenlosen regionalen Zeitungen werden haupt- und nebenberufliche Stellen in Ihrer Umgebung angeboten. In überregionalen Zeitungen inserieren bundesweit und international tätige Unternehmen, die davon ausgehen, dass die Bewerberinnen und Bewerber unabhängig und mobil sind. Fachzeitschriften konzentrieren sich auf die Stellenangebote bestimmter Branchen. Seriöse Stellenangebote geben Auskunft über das Unternehmen, seine Produkte und die Anforderungen an die zu besetzende Stelle. Unseriöse Stellenanzeigen erkennen Sie an unglaublichen Versprechungen und extremen Verdienstmöglichkeiten.

Sollten Sie in Zeitungen und Zeitschriften kein passendes Stellenangebot finden, bedeutet das nicht, dass es in dieser Branche keine freien Stellen gibt. Viele Unternehmen scheuen die hohen Kosten einer Anzeige und nutzen zur Stellenakquise das Internet, die Agentur für Arbeit oder die bewährte Mundpropaganda.

#### Internet

Viele Zeitungen und Zeitschriften haben ihren Stellenmarkt inzwischen ins Internet gestellt, sodass er ständig erreichbar ist. Darüber hinaus bietet das Internet weitere Stellenbörsen an, die sich auf unterschiedliche Qualifikationen, Branchen und Orte konzentrieren. Ob Sie nun Suchmaschinen nutzen oder sich über die Agentur für Arbeit auf die Suche begeben – nehmen Sie sich Zeit für die Recherche im Internet. Die Agentur für Arbeit hat eine eigene Internetseite, auf der Sie eine schnelle Suche absolvieren oder Ihr Bewerberprofil eingeben können.

- Gute regionale Einstiegsseiten, auf denen Sie auch Links zu anderen Stellenbörsen finden, sind:

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

[www.meinestadt.de](http://www.meinestadt.de)

Haben Sie ganz konkrete Vorstellungen über das Unternehmen, für das Sie gerne arbeiten würden? Oder kennen Sie die Unternehmen, die Ihre Stellen anbieten? Dann sollten Sie diese Firmen im Internet besuchen. Viele Unternehmen haben eigene Seiten, auf denen auch freie Stellen angezeigt werden.

#### Mundpropaganda und Netzwerke

Eine der effektivsten Methoden bei der Stellensuche ist immer noch die Mundpropaganda. Gehen Sie mit offenen Augen (und Ohren) durch die Welt und reden Sie über Ihre beruflichen Wünsche. Sprechen Sie mit ehemaligen Kolleginnen/Kollegen und Bekannten darüber, dass Sie eine neue Stelle suchen. Bitten Sie Freunde und Verwandte, an Sie zu denken, wenn Sie von einem Jobangebot erfahren. Vielleicht verhilft Ihnen ein ehrenamtliches Engagement oder ein Praktikum zu einer neuen Arbeit? Je mehr Menschen Ihre beruflichen Wünsche und Fähigkeiten kennen, desto mehr Menschen werden Sie unterstützen und an Sie denken. In vielen Branchen, für berufstätige Frauen, für Existenzgründerinnen oder

Frauen in Führungspositionen gibt es Netzwerke und Zusammenschlüsse, die Ihnen helfen können, beruflich besser Fuß zu fassen. Hier lernen Sie nicht nur andere Menschen mit ähnlichen beruflichen Profilen kennen, sondern erhalten vielleicht auch den ein oder anderen Tipp über eine unbesetzte Stelle.

**Adressen interessanter Netzwerke finden Sie im Adressteil dieser Broschüre.**

## 6.2 Bewerbung

### Bewerbungsunterlagen

Wird in einem Stellenangebot nur eine Kurzbewerbung oder formlose Bewerbung verlangt, genügt es, wenn Sie folgende Unterlagen zusammenstellen:

- kurzes Anschreiben
- Deckblatt „Bewerbung“
- tabellarischer Lebenslauf

Werden die „üblichen Unterlagen“ verlangt, dann sind folgende Unterlagen erforderlich:

- Anschreiben
- Deckblatt „Bewerbung“ mit Foto
- tabellarischer Lebenslauf
- Zeugniskopien

Zur „vollständigen“ oder „aussagekräftigen“ Bewerbung gehören:

- Bewerbungsschreiben
- Deckblatt „Bewerbung“ mit Foto
- tabellarischer Lebenslauf
- Zeugniskopien Leistungsbeweise
- (Zertifikate, Anerkennungsschreiben)
- Referenzen – nur wenn ausdrücklich verlangt
- Handschriftprobe – nur wenn ausdrücklich verlangt
- Arbeitsproben (Aufsätze, Zeichnungen, Fotos von eigenen Arbeiten etc.) – nur wenn ausdrücklich verlangt

Wer eine „aussagekräftige“ Bewerbung anfordert, will die Zahl der Bewerberinnen und Bewerber von vornherein eingrenzen – üblich bei Stellenangeboten für Füh-

rungskräfte. Die Unterlagen werden in eine Mappe geheftet. Im Handel gibt es sehr aufwendige, aber zugleich auch teure Mappen. Entscheidend für die Auswahl sollte immer sein, für welchen Bereich Sie sich bewerben. Für kreative Berufe ist eine selbst gebastelte Mappe oder eine schöne Arbeitsprobe empfehlenswert. Bei Unternehmen, die um ihr Bestehen kämpfen, ist eine teure Mappe unangebracht. Gelochte Mappen und Klarsicht-hüllen werden nicht mehr benutzt.

Den Anfang in dieser Mappe macht ein Deckblatt, in das auch Ihr Foto integriert ist, zusammen mit Ihrem Namen, Ihrer Anschrift, Ihren Kontaktdaten, Ihrer Bewerbungsabsicht und dem Unternehmensnamen.



© fotolia | Picture-Factory

Nach dem „Deckblatt“ folgt der Lebenslauf; hieran würde sich eine „dritte Seite“ anschließen und wenn vorhanden eine Liste der beigefügten Zeugniskopien. Anschließend folgen Kopien der Arbeitszeugnisse und Ausbildungszeugnisse, ggf. Kopien von Schulzeugnissen sowie Fort- und Weiterbildungszertifikaten. Das Anschreiben legen Sie lose auf die Bewerbungsmappe, denn es verbleibt im Unternehmen.

Für den Versand per Post, und damit Ihre Bewerbung unversehrt ankommt, nehmen Sie entweder einen Briefumschlag mit Faltentasche oder am besten eine feste Versandtasche mit Kartonrücken.

## Anschreiben

Das Anschreiben ist das Kernstück Ihrer Bewerbung. Mit ihm machen Sie deutlich, was Sie für die ausgewählte Stelle qualifiziert. Das Anschreiben will dem potenziellen Arbeitgeber vermitteln, warum er gerade Sie zu einem Vorstellungsgespräch einladen soll.

Für ein gutes Anschreiben sollten Sie möglichst mehr über das Unternehmen wissen, als in der Stellenausschreibung angegeben ist. Informationen über Betriebsgröße, Unternehmensstruktur, Aufgaben und Ziele finden Sie im Internet oder in den Angeboten des Unternehmens. Mit diesem Wissen können Sie Ihre Qualifikationen und Fähigkeiten gut auf das Unternehmen abstimmen – und die Personalchefs und Arbeitgeberinnen/Arbeitgeber sehen, dass Sie sich wirklich für diese Stelle interessieren.

## Lebenslauf

Ihr Lebenslauf zeigt Ihre Persönlichkeit und Ihren Werdegang. Der Lebenslauf sollte keine Lücken aufweisen und der Wahrheit entsprechen. Neben den persönlichen Daten und den Ausbildungszeiten steht die berufliche Entwicklung im Mittelpunkt.

Auch wenn Sie nicht immer im Berufsleben gestanden haben, haben Sie immer etwas getan. Zeiten der Kinderbetreuung oder der Arbeitslosigkeit sollten Sie in Ihren beruflichen Werdegang einbinden. Ihre sozialen Kompetenzen werden z. B. aus ehrenamtlichem Engagement ersichtlich. Belastbarkeit, Teamfähigkeit und Flexibilität haben Sie z. B. während der Familienphase immer wieder unter Beweis stellen müssen.

Ihr Lebenslauf beginnt mit den persönlichen Angaben. Den schulischen und beruflichen Werdegang schildern Sie chronologisch – entweder von der Geburt bis zum aktuellen Monat oder umgekehrt. Am Ende nennen Sie noch Ihre besonderen Kenntnisse – wie z. B. Führerschein, EDV- und Sprachkenntnisse.

Ein tabellarischer Lebenslauf sollte übersichtlich und schnell zu überblicken sein. Er endet mit dem aktuellen Datum und Ihrer Unterschrift.

## Bewerbungsfoto

Ihr Bewerbungsfoto, bedenken Sie das bitte, löst in Ihren Bewerbungsunterlagen den ersten und auch den stärksten Eindruck aus. Es sollte deshalb immer aktuell und von guter Qualität sein. Bei digitalisierten Bildern, die Sie selbst ausdrucken, achten Sie immer auf eine gute Auflösung und Farbgebung des Druckers und den Einsatz von hochwertigem Papier (> 90 g/m<sup>2</sup>).

## Vorschlag für ein Deckblatt

# BEWERBUNG

als Friseurin im Salon Kröger

Ihr Foto

Greta Glück

Gütestraße 1  
12345 Gerne

Telefon	01234 / 56 78
Mobil	0123 / 45 67 890
E-Mail	g.glueck@mail.de

Anlagen: Lebenslauf, Zeugnisse

## Lebenslauf

LEBENS LAUF		GRETA GLÜCK	
Adresse	Gütestraße 1 12345 Geme	Ihr Foto, falls Sie kein Deckblatt haben	
Telefon	01234 / 56 78		
Mobil	0123 / 45 67 890		
E-Mail	g.glueck@mail.de		
Geburtstag/-ort	01.01.1982 in Geme		
Familienstand	verheiratet, ein Kind (10 Jahre)		
SCHULAUSBILDUNG			
07/1992 – 06/1998	Realschule Ebenstadt Abschluss: Mittlerer Schulabschluss Abschlussnote: 2,6		
BERUFLICHER WERDEGANG			
08/1998 – 08/2001	Ausbildung zur Friseurin Salon Karl Krümpel, 23456 Genau Abschlussnote: 1,5		
08/2001 – 03/2007	Friseurin Salon Karl Krümpel, 23456 Genau		
03/2007 – 05/2010	Geburt der Tochter Marie im Mai 2007 Elternzeit Ehrenamtliche Arbeit im Pflegeheim		
05/2010 – 11/2016	Friseurin Salon Haargut, 34567 Ebenstadt		
Seit 11/2016	Verkäuferin im Einzelhandel August Kramladen KG, 34567 Ebenstadt		
BESONDERE KENNTNISSE			
Sprachkenntnisse	Deutsch: Muttersprache Englisch: Grundkenntnisse		
EDV- Kenntnisse	Word, Excel, Access		
Führerschein	Klasse A und B		
Geme, 01.07.2017	<i>Greta Glück</i>		

### Die „dritte Seite“

Sie können eine sogenannte „dritte Seite“ in Ihre Bewerbung einbinden, die in kurzer Form das Wichtigste Ihrer Persönlichkeit zeigt. Ob Sie Ihr Lebensmotto darstellen, Ihre besonderen Stärken aufzählen oder Ihren Charakter in treffenden Worten beschreiben: Fassen Sie sich kurz und wiederholen Sie nichts von dem, was Sie bereits gesagt haben.

### Anlagenverzeichnis

Wenn Ihre Bewerbungsunterlagen sehr umfangreich sind, können Sie ein Anlagenverzeichnis einfügen. So wie die Zeugniskopien analog zum Lebenslauf geordnet sind, sollte sich auch die Liste der beigefügten Anlagen nach dieser Ordnung aufstellen.

### Zeugnisse

Mit den Zeugnissen dokumentieren Sie die Angaben im Lebenslauf. Zu den Zeugnissen gehören Schul- und Ausbildungszeugnisse, Arbeitszeugnisse, Gesellenbriefe, Fortbildungsbescheinigungen und andere Zertifikate, wie z. B. Führerscheine und Ausweise. Beschränken Sie sich auf die Schul- und Ausbildungszeugnisse, die Ihre abschließenden Qualifikationen zeigen.

Die Arbeitszeugnisse beurteilen Ihre Fähigkeiten und Kompetenzen in den Unternehmen, in denen Sie tätig waren. Sie geben darüber Aufschluss, warum Sie das Unternehmen verlassen haben und ob man Ihr Fortgehen bedauert. Eine Auswahl sollten Sie nicht treffen, denn das Fehlen von Arbeitszeugnissen kann misstrauische Fragen wecken.

Unter den Bescheinigungen über Fort- und Weiterbildungen sollten Sie diejenigen auswählen, die zur gewünschten Tätigkeit passen und Ihr Profil deutlich machen. Dies gilt ebenso für Führerscheine oder andere Ausweise. Was Sie sonst in Ihrer Freizeit an Auszeichnungen oder Zertifikaten erwerben, gehört nicht in eine Bewerbung.

Es gibt kein absolutes Richtig oder Falsch bei Bewerbungen. Ob Sie eine ausgefallene Farbe beim Kauf einer Bewerbungsmappe wählen und hochwertiges Papier benutzen, ob Sie begeistert in die Kamera lächeln und einen flotten Schreibstil beherrschen – dies alles ist nur richtig, wenn es zu dem Unternehmen und zu der Stelle passt, auf die Sie sich bewerben.

Gleichzeitig sollte die Bewerbung Ihnen entsprechen und nicht eine Person darstellen, die Sie nicht sind.

**GRETA GLÜCK**

Gütestraße 1  
12345 Geme

Telefon 01234 / 56 78  
Mobil 0123 / 45 67 890  
E-Mail g.glueck@mail.de

Salon Kröger  
Frau Kröger  
Dorfstraße 2  
34567 Ebenstadt

Geme, 01.07.2017

**Bewerbung als Friseurin**

Ihre Stellenanzeige im Ebenstädter Tageblatt

Sehr geehrte Frau Kröger,

Ihre Stellenanzeige vom 28.06.2017 hat mich sofort angesprochen.

In meinem Beruf als Friseurin habe ich langjährige Berufspraxis erworben. Leider wurde der Salon „Haargut“ geschlossen, als der Inhaber das Rentenalter erreicht hatte, sodass ich mich beruflich anders orientieren musste. Seit kurzem arbeite ich als Verkäuferin im Einzelhandel, möchte aber gerne in meinen Beruf zurückkehren, da mir die kreative Arbeit und der Kontakt mit Menschen viel Freude bereiten.

In meiner Tätigkeit als Friseurin hatte ich Gelegenheit, die Auszubildenden zu betreuen, war für die Bestellung von Waren zuständig und konnte während einer kurzen Vertretungszeit auch die Verantwortung für einen Salon übernehmen.

Ich bin es gewohnt, selbstständig und sorgfältig zu arbeiten. Die Beratung der Kundinnen ist mir stets ein besonderes Anliegen. Ich bin zeitlich flexibel und neuen Trends gegenüber aufgeschlossen.

Über eine Einladung zu einem persönlichen Gespräch freue ich mich sehr.

Mit freundlichen Grüßen

*Greta Glück*

**Anlagen**

→ Ausbildung und Erfahrung

→ Gründe für Berufswechsel

→ Motivation

→ Kenntnisse

→ Kompetenzen

Denn spätestens im Vorstellungsgespräch müssen Sie die Vorstellungen erfüllen, die Sie mit Ihrer Bewerbung wecken.

**Die telefonische Bewerbung**

Manche Stellenanzeigen fordern zur telefonischen Bewerbung auf. Machen Sie sich vorher einen Stichwortzettel mit Ihren Qualifikationen und Kompetenzen, die Sie für diese Stelle auszeichnen. Formulieren Sie die ersten Sätze, die Sie sagen wollen, damit Sie einen guten Anfang finden. Wenn Sie Fragen haben, notieren Sie

diese ebenfalls. Sorgen Sie dafür, dass Sie ungestört telefonieren können, und atmen Sie tief durch, bevor Sie zum Hörer greifen. Stellen Sie sich vor, Sie würden der Person begegnen, und setzen Sie ein freundliches Lächeln auf. Auch das hört man am Telefon.

Notieren Sie sich alles, was Sie wichtig finden. Besonders der Name Ihrer Gesprächspartnerin/Ihres Gesprächspartners kann für eine schriftliche Bewerbung hilfreich sein, denn dann können Sie „Sehr geehrte Frau AB“ oder „Sehr geehrter Herr XY“ schreiben.

Bemühen Sie sich um eine persönliche Gesprächsebene, indem Sie z. B. Nachfragen stellen und Ihre Antworten entgegenkommend formulieren. Fragen Sie am Schluss des Gespräches danach, wie das weitere Verfahren verlaufen wird und wann Sie sich wieder melden können. Nach einem freundlichen Gespräch wird man sich gern an Sie erinnern.

### Die E-Mail-Bewerbung

Wenn Sie Ihre Bewerbung per E-Mail an ein Unternehmen schicken wollen, sollten Sie die Adresse Ihrer Ansprechpartnerin/Ihres Ansprechpartners kennen. Unaufgeforderte E-Mails an eine info@-Adresse werden häufig als Werbung identifiziert und nicht ernst genommen. Kennzeichnen Sie Ihre E-Mail in der Betreffzeile als Bewerbung und geben Sie Ihr Anschreiben in das Textfeld ein. Bieten Sie am Ende Ihres Anschreibens an, ggf. weitere Unterlagen zuzuschicken.

Die E-Mail sollte mit einer Signatur abschließen, die Ihren vollständigen Namen, Ihre Adresse und Ihre Telefonnummer enthält. Ihre Anlagen (Lebenslauf, Zeugnisse etc.) heften Sie als Anhang in einer einzigen Datei (möglichst PDF) an Ihre Mail. Wichtig ist, dass Sie Ihre PDF-Datei eindeutig benennen, z. B. Bewerbung\_Stelle-XY\_Greta\_Glueck.pdf.

Wenn Sie sicher sein möchten, dass Ihre E-Mail angekommen ist, fragen Sie einige Tage später im Unternehmen nach – so haben Sie schon einen Anknüpfungspunkt für ein telefonisches Gespräch und bringen sich in Erinnerung.

### Die Online-Bewerbung

Es gibt Unternehmen, die eigene Karriereseiten eingerichtet haben, auf denen Sie spezielle Online-Formulare ausfüllen und Bewerbungsunterlagen hochladen müssen. Füllen Sie die Formularfelder der Reihe nach aus. In der Regel werden Sie aufgefordert, Ihre Anlagen hochzuladen. Falls nicht anders vorgegeben, laden Sie diese als eine einzige Datei hoch und achten Sie auch wieder auf eine eindeutige und einheitliche Beschriftung.

### Die persönliche Bewerbung

Für manche Menschen ist das persönliche Gespräch die beste Form der Kontaktaufnahme.

Sie können vorher im Unternehmen anrufen und fragen, wann man Zeit für Sie hat. Oder aber Sie geben Ihre Unterlagen persönlich ab und fragen nach der Chefin oder dem Chef. Wenn man dann keine Zeit für Sie hat, sollten Sie versuchen, einen passenden Termin zu verabreden.

Nehmen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen zu diesem Besuch mit, sodass Sie sie sofort vorlegen können. Vielleicht möchte die Chefin oder der Chef sie behalten und sich noch einmal in Ruhe ansehen. In jedem Fall sollten Sie Ihren Namen, Ihre Anschrift und Ihre Telefonnummer vermerkt haben, damit man Sie schnell erreichen kann. Wenn die Chefin oder der Chef Zeit für Sie hat, verläuft dieses Gespräch ähnlich wie ein Vorstellungsgespräch – und auch darauf sollten Sie sich vorbereiten.

## 6.3 Vorstellungsgespräch

Die Einladung zu einem Vorstellungsgespräch ist Ihr erster Erfolg auf dem Weg zu einer neuen Stelle. Ihre Bewerbungsunterlagen waren ansprechend, Ihr Profil passte zur angebotenen Stelle und Ihre Kompetenzen haben überzeugt. Nun möchte man sich vergewissern, wie Sie als Person sind und ob Sie zum Unternehmen passen. Je nach Unternehmen und Stellenprofil werden Sie zu einem Einzelgespräch eingeladen oder zu einem Assessment-Center gebeten.

### Einzelgespräch

Ob Sie allein mit der Personalchefin/dem Personalchef in einem Büro sitzen oder mehrere Fachkräfte des Unternehmens an der Personalauswahl beteiligt sind: Sie stehen im Mittelpunkt des Interesses und man möchte möglichst viel von Ihnen kennenlernen.

Die Äußerlichkeiten machen den Anfang. Wichtig ist, dass Sie natürlich bleiben. Wählen Sie Ihre Kleidung so, wie sie zu Ihnen, zu der Stelle und zum Unternehmen passt. Es muss nicht alles neu, aber es muss alles sauber und gepflegt sein. Das betrifft auch die Frisur. Bei der Auswahl Ihres Schmucks, Ihres Parfüms oder Ihrer Accessoires sollten Sie nicht übertreiben.

Wenn Sie sich mit Ihrem Aussehen wohlfühlen, werden Sie die Situation am besten bewältigen.

In den meisten Gesprächen bittet man Sie zu Beginn, sich noch einmal persönlich vorzustellen. Mit eigenen Worten können Sie Ihren Lebenslauf nacherzählen und die besonderen Stärken, die Sie für die angebotene Stelle qualifizieren, in den Mittelpunkt rücken. Machen Sie deutlich, warum Sie sich für die Stelle interessieren und warum man Sie einstellen sollte. Am besten üben Sie diese Vorstellung zu Hause, denn in einem Bewerbungsgespräch ist man meistens nervös und findet manchmal nicht gleich den richtigen Einstieg.

Der weitere Verlauf in Vorstellungsgesprächen ist so unterschiedlich wie die Menschen und die Unternehmen. Machen Sie sich darauf gefasst, dass man Ihnen ungewöhnliche Fragen stellt – z. B. nach Ihren Schwächen oder Stärken. Auf jeden Fall wird man Sie zu Ihren beruflichen Qualifikationen befragen. Seien Sie nicht zu bescheiden. Sie dürfen selbstbewusst darüber sprechen, was Sie können. Erwähnen Sie alle Fakten, die Sie für die ausgeschriebene Stelle qualifizieren und schätzen Sie Ihre Fähigkeiten nicht zu gering ein. Sie sind gut und deshalb haben Sie diese Stelle auch verdient. Warum hätte man Sie sonst eingeladen?

Fragen nach Schwangerschaft und Kinderbetreuung sind in Vorstellungsgesprächen nicht erlaubt, kommen aber noch immer vor. Sie dürfen bei Ihren Antworten die Unwahrheit sagen oder sagen, dass die Fragen unzulässig sind. Sie können auch ehrliche Antworten geben – die Entscheidung liegt bei Ihnen. Vermitteln Sie den Eindruck, dass Sie Ihre Kinderbetreuung verantwortlich und kompetent organisiert haben.

Fragen nach Ihrem Privatleben, Ihren Hobbys, Ihrem Freundeskreis müssen Sie nicht beantworten, aber Ihre Antworten zeigen ein Stück Ihrer Persönlichkeit und wecken unter Umständen Sympathien. Wenn es etwas gibt, das Sie als besonders hilfsbereit, aufgeschlossen, aktiv oder engagiert zeigt, können Sie es an geeigneter Stelle erwähnen.

Vorstrafen oder gesundheitliche Einschränkungen dürfen nur dann erfragt werden, wenn die Tätigkeit damit in Zusammenhang steht. Wer körperliche Arbeit leisten möchte, sollte gesund sein. Wenn es bei der ausgeschriebenen Stelle um den Umgang mit Wertsachen oder Geld geht, ist ein einwandfreies Führungszeugnis notwendig. Wenn man Ihnen in diesem Zusammenhang solche Fragen stellt, sollten Sie ehrlich antworten.

### **Assessment-Center**

Führungspositionen oder Stellen im Managementbereich werden häufig mithilfe sogenannter Assessment-Center (Einschätzungszentrum) besetzt. Im Gegensatz zum Einzelgespräch stellen sich mehrere Bewerberinnen/Bewerber gleichzeitig vor, indem sie zusammen bestimmte Aufgaben absolvieren. Sie werden von Führungskräften des Unternehmens oder professionellen Fachkräften bei der Erfüllung der Aufgaben beobachtet. Assessment-Center können einen ganzen Tag oder ein Wochenende in Anspruch nehmen. Ziel dieser Auswahlverfahren ist es, die Persönlichkeit der Bewerberinnen/Bewerber kennenzulernen. Um diese Kenntnisse und Erfahrungen feststellen zu können, müssen die Teilnehmerinnen/Teilnehmer bestimmte Aufgaben erfüllen. Dazu gehört sowohl die persönliche Vorstellung in Form einer Präsentation als auch eine im Team zu bewältigende Herausforderung. Neben Rollenspielen werden Gruppendiskussionen und Einzelübungen gefordert, in denen Sie Ihre Kompetenzen zeigen können.

Professionelle Assessment-Center erkennen Sie daran, dass Ihnen als Bewerberin/Bewerber dadurch keine Kosten entstehen. Sie werden im Vorfeld über die organisatorischen Einzelheiten informiert und das Unternehmen stellt sich zu Beginn des Verfahrens ausführlich vor. Es gibt in fast jeder Buchhandlung eine Fülle von Literatur, die Ihnen Tipps für Ihre Stellensuche, Ihre Bewerbung und Ihr Vorstellungsgespräch gibt.

*Weitere Informationen finden Sie unter Broschüren-/Buchempfehlungen.*



## 7. Informationen für Frauen (und Männer) mit Kindern

### 7.1 Elternzeit

Die Elternzeit gibt Arbeitnehmerinnen/Arbeitnehmern die Möglichkeit, sich ihrem Kind zu widmen und gleichzeitig den Kontakt zum Beruf aufrechtzuerhalten. Durch den Rechtsanspruch auf Elternzeit und Teilzeitarbeit erhalten verstärkt auch Väter die Chance, sich an der Erziehung ihres Kindes zu beteiligen.

Folgende Voraussetzungen müssen Sie erfüllen, um Elternzeit in Anspruch nehmen zu können:

- Sie leben mit dem Kind im selben Haushalt,
- betreuen und erziehen es überwiegend selbst und
- sind während der Elternzeit nicht mehr als 30 Wochenstunden erwerbstätig.

Einen Anspruch auf Elternzeit haben Mütter und Väter, die in einem Arbeitsverhältnis stehen. Die Elternzeit kann in jedem Arbeitsverhältnis genommen werden, also auch bei befristeten Verträgen, bei Teilzeitarbeitsverträgen und bei geringfügigen Beschäftigungen.

Die Elternzeit muss spätestens sieben Wochen vor ihrem Beginn schriftlich bei der Arbeitgeberin/beim Arbeitgeber beantragt werden. Bei einer 8-wöchigen Schutzfrist nach der Geburt bedeutet dies, dass Sie spätestens eine Woche nach der Geburt Ihres Kindes die Elternzeit beantragen müssen.

Nach dem Ablauf der Elternzeit von maximal drei Jahren haben Sie das Recht, auf einen gleichwertigen Arbeitsplatz zurückzukehren. Während der Elternzeit haben Sie und der Vater auch einen Anspruch auf eine Teilzeittätigkeit.

#### Dabei müssen folgende Voraussetzungen vorliegen:

- Im Unternehmen werden mehr als 15 Personen beschäftigt.

- Das Arbeitsverhältnis besteht ohne Unterbrechung länger als sechs Monate.
- Die Dauer der verkürzten Arbeitszeit soll für mindestens zwei Monate auf einen Umfang zwischen 15 bis 30 Wochenstunden verringert werden.
- Es gibt keine betrieblichen Hinderungsgründe.
- Der Anspruch wurde der Arbeitgeberin/dem Arbeitgeber sieben Wochen vor Beginn der Tätigkeit schriftlich mitgeteilt.

In dem Antrag müssen Sie den Beginn und den Umfang der gewünschten Arbeitszeit nennen. Um eine bessere Planbarkeit zu ermöglichen, soll auch die gewünschte Verteilung der verringerten Arbeitszeit angegeben werden. Die Arbeitgeberin/der Arbeitgeber kann die beanpruchte Verringerung der Arbeitszeit ablehnen, wenn sie/er dringende betriebliche Gründe anführt.

Sie können die Elternzeit alleine in Anspruch nehmen, Sie können sie aber auch mit Ihrem Partner untereinander aufteilen und sich bei der Elternzeit abwechseln. Jeder Elternteil kann seine Elternzeit in drei Zeitabschnitte aufteilen. Mit Zustimmung der Arbeitgeberin/des Arbeitgebers sind Aufteilungen in weitere Abschnitte möglich.

Das zweite und dritte Jahr der Elternzeit kann auf einen Zeitraum bis zum achten Geburtstag Ihres Kindes verlegt werden. Allerdings kann in diesen Fällen die Arbeitgeberin/der Arbeitgeber das dritte Jahr aus dringenden betrieblichen Gründen ablehnen. Die Anmeldefrist für die Elternzeit zwischen dem dritten und achten Geburtstag des Kindes beträgt 13 Wochen.

Um Ihre berufliche Zukunft zu gestalten, sollten Sie wenn möglich mit Ihrem Partner über eine gemeinsame Aufteilung der Elternzeit sprechen. Für Ihren beruflichen Werdegang sind der Kontakt zu Ihrem Unternehmen und die weitere Erwerbstätigkeit wichtig.

Und eine geteilte Elternzeit bringt auch Vorteile für Väter und Kinder. Väter bieten ihren Kindern andere Rollen- und Verhaltensmuster und erweitern so das Spektrum der Entwicklung. Sie knüpfen eine gute Verbindung zum Kind und vermeiden das Bild des Vaters, der nie da ist. Sowohl für die eigene Familie als auch für das Umfeld sind Väter in der Elternzeit besondere Vorbilder.

- Weitere Infos zum Thema „Elternzeit“ enthalten die beiden Broschüren:

#### „Elterngeld und Elternzeit“

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend**

Servicetelefon: 030 20179130

[www.bmfsfj.de/BMFSFJ/Service/publikationen](http://www.bmfsfj.de/BMFSFJ/Service/publikationen)

#### „Mutterschutz-Elterngeld- ElterngeldPlus-Elternzeit“

**Stadt Bielefeld**

**Gleichstellungsstelle – Frauenbüro**

Niederwall 25, Altes Rathaus, 33602 Bielefeld

Tel.: 0521 51-2018

## 7.2 Elterngeld

Mütter und Väter, die ein Kind in den ersten 12 bzw. 14 Lebensmonaten selbst betreuen und nicht voll erwerbstätig sind, haben einen Anspruch auf Elterngeld. Elterngeld erhalten berufstätige Frauen und Männer, Studierende, Erwerbslose, Auszubildende, Selbstständige, Beamte, Adoptiv- und Adoptionspflegeeltern sowie nicht eheliche Väter und Stiefeltern.

Sie erhalten Elterngeld, wenn:

- Sie Ihren gewöhnlichen Wohnsitz oder gewöhnlichen Aufenthalt in Deutschland haben.
- Sie mit Ihrem Kind in einem Haushalt leben und es selbst betreuen und erziehen.
- Sie nicht mehr als 30 Stunden in der Woche erwerbstätig sind.

Das Elterngeld beträgt 67 Prozent bzw. ab einem Nettoeinkommen von rund 1.200 Euro 65 Prozent Ihres

bisherigen Nettoeinkommens. Bei Selbstständigen wird das Elterngeld auf den entfallenden Gewinn berechnet. Maximal werden 1.800 Euro pro Monat gezahlt. Wenn Sie vor der Geburt nicht erwerbstätig waren, haben Sie einen Anspruch auf den Sockelbetrag in Höhe von 300 Euro. Bei Bezug von Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe oder Kinderzuschlag wird dieser Sockelbetrag als Einkommen angerechnet und führt damit zu einer Kürzung der Leistungen.

**Ausnahme:** Wenn Sie Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe oder Kinderzuschlag beziehen **und** vor der Geburt ihres Kindes erwerbstätig waren, erhalten Sie einen Elterngeldfreibetrag. Dieser Freibetrag entspricht Ihrem Einkommen vor der Geburt, höchstens jedoch 300 Euro monatlich. Bis zu dieser Höhe bleibt das Elterngeld also zusätzlich zur Verfügung.

Das ElterngeldPlus unterstützt Eltern, die schon während des Elterngeldbezugs in Teilzeit arbeiten wollen. In diesen Fällen können Sie länger als bisher Elterngeld in Anspruch nehmen. Das ElterngeldPlus erhalten Sie doppelt so lange.



Die Höhe des ElterngeldPlus errechnet sich aus der Differenz (65%) zwischen Ihrem Einkommen vor der Geburt und dem Teilzeiteinkommen nach der Geburt. Dabei gilt: Ist der Teilzeitverdienst geringer als die Hälfte Ihres zu berücksichtigenden Nettoeinkommens vor der Geburt, erhalten Sie maximal das hälftige Basiselterngeld. Das heißt, Sie erhalten die Hälfte des Elterngelds, das Sie ohne Teilzeit nach der Geburt Ihres Kindes

bekämen. Wenn hingegen der Teilzeitverdienst höher als die Hälfte Ihres zu berücksichtigenden Nettoeinkommens vor der Geburt liegt, erhalten Sie lediglich 65% der tatsächliche Differenz zwischen Ihrem Einkommen vor der Geburt und dem Teilzeiteinkommen nach der Geburt.

ElterngeldPlus können Sie auch beziehen, wenn Sie nicht erwerbstätig sind. Dann erhalten Sie den halben Basiselterngeldbetrag über den doppelten Zeitraum. Dabei können Sie den Umfang der Wochenarbeitsstunden selbst bestimmen bis zu einer Obergrenze von 30 Stunden in der Woche. Teilen sich Eltern die Betreuung ihres Kindes und arbeiten parallel für vier Monate zwischen 25 und 30 Wochenstunden, erhalten sie zudem den Partnerschaftsbonus. Sie erhalten für diese vier Monate jeweils vier zusätzliche ElterngeldPlus-Beträge. Alleinerziehende, die die Voraussetzungen erfüllen, steht der gesamte Partnerschaftsbonus zu.

Das Elterngeld muss rechtzeitig schriftlich beantragt werden. Es wird höchstens drei Monate rückwirkend gezahlt. Sie sollten es deshalb möglichst direkt nach der Geburt beantragen. Mit dem Antrag sind in der Regel folgende Unterlagen einzureichen:

- Geburtsbescheinigung
- Nachweise zum Erwerbseinkommen
- Arbeitszeitbestätigung durch die Arbeitgeberin/den Arbeitgeber bei Teilzeit im Bezugszeitraum des Elterngeldes bzw. eine Erklärung über die Arbeitszeit bei selbstständiger Arbeit
- Bescheinigung der Krankenkasse über das Mutterschaftsgeld
- Bescheinigung über den Arbeitgeberzuschuss zum Mutterschaftsgeld.

Sie dürfen den Bezug des Elterngeldes einmalig ohne Begründung ändern. Eine Änderung ist jedoch nur dann möglich, wenn für diese Zeit noch kein Elterngeld ausbezahlt wurde.

- Weitere Infos zum Thema „Elterngeld“ enthalten die beiden Broschüren:

**„Elterngeld und Elternzeit“  
Bundesministerium für Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend**

Servicetelefon: 030 20179130

[www.bmfsfj.de/BMFSFJ/Service/publikationen.html](http://www.bmfsfj.de/BMFSFJ/Service/publikationen.html)

**„Mutterschutz-Elterngeld-  
ElterngeldPlus-Elternzeit“**

**Stadt Bielefeld**

**Gleichstellungsstelle – Frauenbüro**

Niederwall 25, Altes Rathaus, 33602 Bielefeld

Tel.: 0521 51-2018

### 7.3 Kindergeld

Kindergeld bekommen Sie für Kinder, die mit Ihnen in einem Haushalt leben. Ob es Ihre eigenen Kinder sind, adoptierte Kinder, Stiefkinder, Enkelkinder oder Pflegekinder – das Kriterium, ob die Kinder mit Ihnen in einer häuslichen Familiengemeinschaft leben, gibt den Ausschlag.

Grundsätzlich wird Kindergeld bis zum 18. Lebensjahr gezahlt. Für die Zeit bis zum 25. Lebensjahr Ihres Kindes gelten bestimmte Voraussetzungen für eine weitere Zahlung, über die Sie sich informieren sollten.

**Das Kindergeld beträgt zurzeit:**

für die ersten beiden Kinder 192 Euro monatlich

für das dritte Kind 198 Euro monatlich

für jedes weitere Kind 223 Euro monatlich

**Ab 2018:**

für die ersten beiden Kinder 194 Euro monatlich

für das dritte Kind 200 Euro monatlich

für jedes weitere Kind 225 Euro monatlich

Ausschlaggebend für die Rangfolge der Kinder ist das Alter. Sollte eines Ihrer Kinder nicht in Ihrem Haushalt leben, wird es als so genanntes Zählkind berücksichtigt. Die Kinder, für die es kein Kindergeld gibt, werden nicht mitgezählt. Einen Antrag auf Kindergeld können Sie bei Ihrer Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit stellen.

## Kinderzuschlag

Wenn Sie über ein geringes Einkommen verfügen, das Ihren eigenen Lebensbedarf deckt, und Sie, nur um den Lebensunterhalt Ihrer Kinder decken zu können, Arbeitslosengeld II beantragen müssten, besteht die Möglichkeit, stattdessen einen Kinderzuschlag von bis zu 170 Euro pro Kind bei der Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit zu beantragen.

### Sie haben Anspruch auf Kinderzuschlag, wenn:

- für diese Kinder Kindergeld bezogen wird Ihr monatliches Bruttoeinkommen mindestens 900 Euro (für Elternpaare) oder 600 Euro (für Alleinerziehende) beträgt. Zum Bruttoeinkommen zählen Bruttoeinnahmen aus Erwerbstätigkeit, Arbeitslosengeld I, Krankengeld etc.
- Ihr monatliches Bruttoeinkommen und Vermögen nicht die Höchstkommengrenze übersteigt. Die Höchstkommengrenze setzt sich aus dem elterlichen Bedarf im Sinne der Regelungen zum Arbeitslosengeld II, dem prozentualen Anteil an den angemessenen Wohnkosten und dem Gesamtkinderzuschlag zusammen. Sie muss immer im Einzelfall ermittelt werden.
- der Lebensbedarf durch die Zahlung von Kinderzuschlag gedeckt ist und deshalb kein Anspruch auf Arbeitslosengeld II besteht.

Der Anspruch auf den Kinderzuschlag entfällt, wenn Ihr Kind eigene Einkünfte in Höhe des Kinderzuschlags oder höhere Einkünfte (z. B. Unterhalt, Ausbildungsvergütung) hat. Ein gleichzeitiger Bezug von Arbeitslosengeld II und Kinderzuschlag ist nicht möglich.

Der Antrag lohnt sich für alle Beschäftigten – insbesondere Alleinerziehende – mit einem geringen Einkommen.

- Weitere Informationen zum Thema „Kindergeld und Kinderzuschlag“ erhalten Sie unter: [www.arbeitsagentur.de/kinderzuschlag](http://www.arbeitsagentur.de/kinderzuschlag)  
Hier können Sie sich auch alle Formulare zur Beantragung herunterladen.

## 7.4 Kinderbetreuung

Die meisten Frauen nennen eine gute Kinderbetreuung als wichtigstes Kriterium, um schnell wieder ins Berufsleben einsteigen zu können. In den europäischen Ländern mit der besten Kinderbetreuung sind auch die meisten Frauen erwerbstätig – und das stärkt wiederum die Volkswirtschaft. Während in anderen europäischen Ländern die Ganztagsbetreuung von Kindern der Normalfall ist und als Bildungsfrage verstanden wird, sind in Deutschland aber nach wie vor zu wenig Kinderbetreuungsmöglichkeiten vorhanden.

Für Sie selber gilt: Ob Sie nur für ein paar Stunden wieder einsteigen wollen, Ihren Arbeitsplatz in Teilzeit wahrnehmen oder weiterhin in Vollzeit arbeiten – eine verlässliche Kinderbetreuung ist das A und O. Von der Kindertagesstätte bis zur Tagesmutter, von der Randstundenbetreuung bis zur Offenen Ganztagschule (OGS) für Schulkinder oder den Ganztagschulen gibt es verschiedene Angebote, die Sie für sich und Ihre Kinder nutzen können.

### Adressen von Vermittlungsstellen finden Sie im Adressteil dieser Broschüre

Grundstein in der Kinderbetreuung ist der Rechtsanspruch auf einen Kindergartenplatz für Kinder ab Vollendung des 1. Lebensjahres. Die Stadt Bielefeld bemüht sich, diesen Rechtsanspruch zu verwirklichen. Allerdings besteht kein Rechtsanspruch auf einen Platz in Ihrer Wunsch-Kita. Sie können ganz bequem im Suchportal „Little Bird“ online nach Betreuungsplätzen in Kindertageseinrichtungen und nach Kindertagespflegestellen (Tagesmütter/-väter) suchen und konkrete Betreuungsanfragen stellen. Sie können sich aber auch weiterhin in den Kindertageseinrichtungen oder bei der Stadt Bielefeld persönlich melden.

- Weitere Informationen finden Sie unter: [www.bielefeld.de/de/biju/kinder/](http://www.bielefeld.de/de/biju/kinder/)

## Tagesmütter

Tagesmütter betreuen ein oder mehrere Kinder in ihrer Wohnung. Der familiäre Bezugsrahmen bleibt so überschaubar und die Betreuung erfolgt zeitlich flexibel.

Um als Tagesmutter tätig zu sein, benötigen Sie eine Pflegeerlaubnis des Jugendamtes. Dazu müssen eine entsprechende Qualifizierung und die räumlichen Voraussetzungen nachgewiesen werden. Zwischen den Eltern und der Tagesmutter werden die Betreuungszeiten, das Honorar und spezifische Aufgaben abgestimmt und möglichst in einem Vertrag festgehalten.

- Wichtige Informationen, Hinweise zur Vertragsgestaltung und regionale Informationen erhalten Sie bei der **Stadt Bielefeld**

**Amt für Jugend und Familie – Jugendamt –**  
und außerdem beim:

**Bundesverband für Kindertagespflege e. V.**

Baumschulenstraße 74, 12437 Berlin

Tel.: 030 78097069

[www.bvkt.de](http://www.bvkt.de)

## Betreuung für Schulkinder

In NRW wird das Angebot von Ganztagschulen und zusätzlichen Angeboten für Schulkinder ausgebaut. Das Ziel sollte sein, Kindern bessere Bildungschancen zu ermöglichen und den Eltern die Vereinbarkeit von Beruf und Familie zu erleichtern. Die offene Ganztagschule, im Gegensatz zur Ganztagschule, orientiert sich an den klassischen Unterrichtsstrukturen der Halbtagschule. Sie bietet ein Mittagessen und ein freiwilliges Nachmittagsprogramm an. Häufig übernehmen freie Träger die Betreuung in den Schulen. Elternbeiträge für dieses Modell dürfen in NRW 180 Euro pro Monat nicht überschreiten.

In Grundschulen, die noch kein offenes Tagesangebot anbieten, ist eine Randstundenbetreuung üblich. In den Morgenstunden vor dem Unterricht oder mittags nach dem Unterricht können die Kinder bis zu einer festgesetzten Zeit beaufsichtigt werden.

Informieren Sie sich rechtzeitig bei den Schulen vor Ort, da die Betreuungsangebote sehr unterschiedlich sind.

## Au-pair-Betreuung

Eine Kombination aus Kinderbetreuung, Hilfe im Haushalt und internationalem Austausch bietet die Au-pair-Betreuung. Frauen und Männer zwischen 18 und 30 Jahren (je nach Land) können sich als Au-pair-Kraft bewerben. Sie leben für einen Zeitraum von sechs Monaten bis zu 1 Jahr in Ihrem Haushalt, lernen die deutsche Sprache und bringen im Austausch die Gepflogenheiten Ihres Heimatlandes mit. Ihren Kindern bieten Sie damit einen Einblick in eine fremde Kultur, bekommen Entlastung in der Kinderbetreuung und im Haushalt.

- Checklisten, ob ein Au-pair zu Ihnen passt, nähere Informationen und Vermittlung gibt es bei:

**Bundesverband der Au-pair-Vermittler,  
Gastfamilien und Au-pairs**

[www.au-pair-society.org](http://www.au-pair-society.org)

**IN VIA Diözesanverband Paderborn**

**Au-pair-Vermittlung, -Beratung und -Betreuung**

Postfach 1824, 33048 Paderborn

Tel.: 05251 209-332

[www.inviativ-paderborn.de](http://www.inviativ-paderborn.de)

**Verein für Internationale Jugendarbeit**

**Bundesverein e.V.**

Bundesgeschäftsstelle

Au-pair-Vermittlung, -Beratung und -Betreuung

Wagenburgstraße 26-28, 70184 Stuttgart

Tel.: 0711 518858-75

[www.au-pair-vij.org](http://www.au-pair-vij.org)

## Ihr Kind ist krank

Wenn Ihr Kind krank wird, stehen Ihnen und dem Vater laut Gesetz jeweils zehn freie Arbeitstage im Jahr zu, um das kranke Kind zu pflegen. Voraussetzung sind die Mitgliedschaft in einer gesetzlichen Krankenkasse sowie das Attest eines Arztes. Dies gilt bis zum 12. Lebensjahr Ihres Kindes. Als Alleinerziehende haben Sie einen Anspruch auf 20 Tage. Wenn Sie mehr als zwei Kinder haben, liegt der Anspruch bei 25 Arbeitstagen pro Elternteil, für Alleinerziehende gilt das Doppelte.

**Weitere Informationen erhalten Sie bei der für Sie zuständigen Krankenkasse.**



## Kontaktadressen

### 1. Berufliche Beratung bieten an:

#### ▪ **Agentur für Arbeit Bielefeld**

Werner-Bock-Straße 8 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0800|4555500  
E-Mail: bielefeld@arbeitsagentur.de

#### **Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)**

Gabriele Hiltl  
Werner-Bock-Straße 8 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|587-1166  
E-Mail: bielefeld.bca@arbeitsagentur.de

#### ▪ **Jobcenter Arbeitplus Bielefeld**

Herforder Straße 67 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|55617-0

#### **Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) beim Jobcenter**

Rosemarie Baumeister  
Tel.: 0521|55617-604  
E-Mail: rosemarie.baumeister@jobcenter-ge.de

### 2. Weitere berufliche Beratungs- und Anlaufstellen

#### ▪ **Arbeitslosenzentrum Bielefeld**

Prinzenstraße 1 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|305 75 37

#### ▪ **Regionale Personalentwicklungsgesellschaft REGE mbH**

Herforder Str. 73 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|9622-0  
E-Mail: service@rege-mbh.de

#### ▪ **Beratung zur beruflichen Entwicklung: Beruflicher Weiterbildungsverbund (BWB)**

Marktstraße 8 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|62774  
E-Mail: info@bwb-bielefeld.de

#### ▪ **Bildungswerk der ostwestfälisch-lippischen Wirtschaft e. V. – BOW**

Detmolder Straße 18 · 33604 Bielefeld  
Tel.: 0521|787166-0  
E-Mail: info@bow.de

#### ▪ **Handwerkskammer OWL zu Bielefeld**

Campus Handwerk 1 · 33613 Bielefeld  
Tel.: 0521|5608-515  
E-Mail: gabriele.braun@hwk-owl.de

#### ▪ **Stadt Bielefeld**

**Gleichstellungsstelle – Frauenbüro**  
Niederwall 25 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|51-2018  
E-Mail: monika.kruse@bielefeld.de

#### **Volkshochschule Bielefeld**

Ravensberger Park 1 · 33607 Bielefeld  
Tel.: 0521|51-6686  
E-Mail: christel.boelling-giesecke@bielefeld.de

### 3. Schulabschlüsse

#### ▪ **Stadt Bielefeld**

**Weiterbildungskolleg – Abendrealschule**  
Frachtstraße 8 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|557992211  
E-Mail: abendrealschule.bielefeld@gmx.de  
Abschluss: Haupt- oder Realschulabschluss

- **Stadt Bielefeld  
Weiterbildungskolleg – Abendgymnasium**  
Gutenbergstraße 19 · 33615 Bielefeld  
Tel.: 0521|51-3917  
E-Mail: abendgymnasium@bielefeld.de  
Abschluss: Fachhochschulreife/Abitur
- **Staatl. Weiterbildungskolleg  
Westfalen-Kolleg Bielefeld**  
Bildungsgang Kolleg  
Brückenstraße 72 · 33607 Bielefeld  
Tel.: 0521|92734-0  
E-Mail: sekretariat@westfalenkolleg-bi.de  
Abschluss: Fachhochschulreife/Abitur
- **Universität Bielefeld  
Oberstufen-Kolleg**  
Universitätsstraße 23 · 33615 Bielefeld  
Tel.: 0521|106-2860  
E-Mail: oberstufen-kolleg@uni-bielefeld.de  
Abschluss: Abitur und Anerkennung von einigen Semestern des Grundstudiums

#### 4. Volkshochschule

- **Volkshochschule Bielefeld**  
Ravensberger Park 1 · 33607 Bielefeld  
Tel.: 0521|51-0  
E-Mail: volkshochschule@bielefeld.de

#### 5. Wirtschaftsförderungsgesellschaften

- **Wirtschaftsentwicklungsgesellschaft  
WEGE mbH**  
Goldstraße 16 – 18 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|5576600  
E-Mail: info@wege-bielefeld.de
- **Regionale Personalentwicklungsgesellschaft  
REGE mbH**  
Herforder Str. 73 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|9622-0  
E-Mail: service@rege-mbh.de

#### 6. Kammern

- **Industrie- und Handelskammer  
Ostwestfalen zu Bielefeld**  
Elsa-Brändström-Straße 1 – 3 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|5 54-0  
E-Mail: info@ostwestfalen.ihk.de
- **Handwerkskammer  
Ostwestfalen-Lippe zu Bielefeld**  
Campus Handwerk 1 · 33613 Bielefeld  
Tel.: 0521|5608-0  
E-Mail: hwk@hwk-owl.de

#### 7. Unternehmerinnen-Netze

- **Verband Deutscher Unternehmerinnen e. V.  
(VDU), Landesverband Westfalen**  
Angelika Thaler-Jung (Landesvorsitzende)  
Lachtropweg 4 · 32130 Enger  
Tel.: 05224|93741 22  
E-Mail: atj@chaps-and-more.de
- **Der Unternehmerinnen-Brief in OWL  
Regionales Projektbüro  
Stadt Bielefeld  
Gleichstellungsstelle – Frauenbüro**  
Ilse Buddemeier  
Niederwall 25 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|51-2016  
E-Mail: ilse.buddemeier@bielefeld.de
- **OstWestfalenLippe GmbH**  
Turnerstraße 5 – 9 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|96733-0  
E-Mail: info@ostwestfalen-lippe.de
- **Sun  
Starkes Unternehmerinnen Netzwerk**  
Andrea Lohmeier  
Renteistraße 4 · 32130 Enger  
E-Mail: andrea-malt@gmx.de

- **Wirtschaftsinitiative Mikrounternehmen (WIM) Unternehmerinnenforum – Wirtschaftsentwicklungsgesellschaft Bielefeld mbH**  
Vera Wiehe  
Goldstraße 16 – 18 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|557660-76  
E-Mail: info@wim-owl.de
  - **Arbeitskreis Unternehmerfrauen im Handwerk Bielefeld-Gütersloh e. V.**  
Verena Geldmacher (Vorsitzende)  
Bütenvenn 64 · 33758 Schloss Holte-Stukenbrock  
Tel.: 05207|957720  
E-Mail: info@verenaunger.de
- ## 8. Spezielle Kontaktadressen für Frauen ausländischer Herkunft
- **Bundesamt für Migration und Flüchtlinge**  
Frankenstraße 210 · 90461 Nürnberg  
Tel.: 0911|943-0  
E-Mail: info@bamf.bund.de
  - **Stadt Bielefeld Kommunales Integrationszentrum**  
In allen schulischen Fragen und beim Übergang von der Schule in den Beruf  
Niederwall 23 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|513789  
E-Mail: komm.integrationszentrum@bielefeld.de
  - **MOZAIK gemeinnützige Gesellschaft für interkulturelle Bildungs- und Beratungsangebote mbH**  
Herforder Straße 46 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|329709-0  
E-Mail: info@mozaik.de
  - **Interkulturelles Begegnungszentrum Friedenshaus e. V. – IBZ**  
Teutoburger Straße 106 · 33607 Bielefeld  
Tel.: 0521|52190-30  
E-Mail: weiterbildung@ibz-bielefeld.de
- **Deutsches Rotes Kreuz – Kreisverband Bielefeld e.V.**  
August-Bebel-Straße 8 · 33602 Bielefeld  
Migrationsdienst:  
Tel.: 0521|93837887  
E-Mail: tatjana.trembatsch@drk-sozial.de  
Flüchtlingsberatung:  
Tel.: 0521|5299834  
E-Mail: engelmeyer@drk-bielefeld.de
  - **Diakonie für Bielefeld gGmbH Migrationsberatung**  
Schildescher Straße 101 · 33611 Bielefeld  
Tel.: 0521|98892731  
E-Mail: vassilios.lemonidis@diakonie-fuer-bielefeld.de
  - **Clearingstelle Informationen für Neuzuwanderer/ Neuzuwanderinnen**  
Neues Rathaus  
Niederwall 23 · 33602 Bielefeld  
Erdgeschoss  
Tel.: 0521|5573179  
E-Mail: clearingstelle.zab@bielefeld.de
- ## 9. Spezielle Kontaktadressen für Frauen mit Behinderungen
- **Integrationsamt des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe**  
Von-Vincke-Straße 23-25 · 48143 Münster  
Tel.: 0251|5913740  
E-Mail: integrationsamt@lwl.org
  - **Eine komplette Übersicht über alle regionalen Beratungsangebote und rechtliche Grundlagen**  
[www.lebenmitbehinderungen.nrw.de](http://www.lebenmitbehinderungen.nrw.de)
  - **Internetportal zum Thema „Arbeitsleben und Behinderung“**  
[www.talentplus.de](http://www.talentplus.de)

- **Netzwerk für Frauen und Mädchen mit Behinderungen/ chronischer Erkrankung NRW**  
Neubrückenstraße 12 – 14 · 48143 Münster  
Tel.: 0251|519138  
E-Mail: info@netzwerk-nrw.de
- **Zentrale Beratungsstelle für Menschen mit Behinderungen**  
**Amt für soziale Leistungen – Sozialamt –**  
Niederwall 23 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|515051  
E-Mail: behindertenberatung@bielefeld.de
- **Café 3 b – Integrative Beratungs- und Begegnungsstätte für Menschen mit Behinderung**  
Feilenstraße 3 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|60202  
E-Mail: cafe3b@t-online.de
- **Agentur für Arbeit in Bielefeld und Gütersloh**  
**Bereich Berufliche Rehabilitation und Schwerbehinderte**  
Werner-Bock-Straße 8 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0800|4555500
- **Integrationsfachdienst in Bielefeld und Gütersloh**  
Karl-Siebold-Weg 9 · 33617 Bielefeld  
Tel.: 0521|1444540  
E-Mail: ifd-bi@ifd-westfalen.de
- **Reha-Beratungsstellen der Deutschen Rentenversicherung**  
Am Bahnhof 6 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|52540  
E-Mail: rehaservicestelle-bielefeld@drv-westfalen.de

## 10. Kinderbetreuung

- **Stadt Bielefeld**  
**Amt für Jugend und Familie – Jugendamt –**  
Vermittlungsstelle für Plätze  
in Kindertageseinrichtungen  
Neues Rathaus  
Niederwall 23 · 33602 Bielefeld  
Tel.: 0521|515797 und 0521|513793  
E-Mail: supportlittlebird@bielefeld.de
- **Örtliche Vermittlungsstellen für Kindertagespflege:**  
Stadtbezirke Dornberg, Brackwede, Gadderbaum, Senne, Sennestadt, westliche Innenstadt, Schildesche (westlich von der Jöllenbecker Straße)  
**ElternService der AWO OWL**  
Engelbert-Kaempfer-Str. 10 · 33605 Bielefeld  
Tel.: 0521|9216487  
E-Mail: kindertagespflege@awo-owl.de  
  
Stadtbezirke Jöllenbeck, Heepen, Stieghorst, östliche Innenstadt, Schildesche (östlich von der Jöllenbecker Straße)  
**Von Laer Stiftung**  
Spindelstraße 5 und 7 · 33604 Bielefeld  
Tel.: 0521|9645958  
E-Mail: kindertagespflege@von-laer-stiftung.de

## 11. Mobbing

- **Mobbinghotline für NRW**  
Tel.: 0211|8371911  
Montag bis Donnerstag  
16.00 – 20.00 Uhr

## Links

### **Arbeitslosigkeit:**

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
[www.sgb2.info](http://www.sgb2.info)  
[www.erwerbslos.de](http://www.erwerbslos.de)  
[www.meinestadt.de](http://www.meinestadt.de)

### **Informationen zum Wiedereinstieg in den Beruf:**

[www.netzwerk-w-owl.de](http://www.netzwerk-w-owl.de)  
[www.wiedereinstieg.nrw.de](http://www.wiedereinstieg.nrw.de)  
[www.perspektive-wiedereinstieg.de](http://www.perspektive-wiedereinstieg.de)  
[www.netzwerk-w-expertinnen.de](http://www.netzwerk-w-expertinnen.de)

### **Jobbörsen im Internet:**

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
[www.jobs.de](http://www.jobs.de)  
[www.jobpilot.de](http://www.jobpilot.de)  
[www.stellenangebote.de](http://www.stellenangebote.de)  
[www.stepstone.de](http://www.stepstone.de)  
[www.jobware.de](http://www.jobware.de)  
[www.monster.de](http://www.monster.de)

### **Bewerbungshilfen im Internet:**

[www.stepstone.de](http://www.stepstone.de)  
[www.lernboerse.arbeitsagentur.de](http://www.lernboerse.arbeitsagentur.de)  
[www.bewerbungsratgeber24.de](http://www.bewerbungsratgeber24.de)

### **Existenzgründung:**

[www.chefin-online.de](http://www.chefin-online.de)  
[www.vdu.de](http://www.vdu.de)  
[www.gruendungsnetzwerk-lippe.de](http://www.gruendungsnetzwerk-lippe.de)  
[www.startercenter.nrw.de](http://www.startercenter.nrw.de)  
[www.uvgt.de](http://www.uvgt.de)  
[www.kaete-ahlmann-stiftung.de](http://www.kaete-ahlmann-stiftung.de)  
[www.existenzgruenderinnen.de](http://www.existenzgruenderinnen.de)  
[www.finanzamt.nrw.de](http://www.finanzamt.nrw.de)

### **Informationen zu geringfügiger Beschäftigung und Teilzeitarbeit:**

[www.bmas.de](http://www.bmas.de)  
[www.minijob-zentrale.de](http://www.minijob-zentrale.de)  
[www.landderfairenarbeit.nrw.de](http://www.landderfairenarbeit.nrw.de)

### **Netzwerke und Frauen-Internetportale:**

[www.bpw-germany.de](http://www.bpw-germany.de)  
[www.bv-ufh.de](http://www.bv-ufh.de)  
[www.frauennrw.de](http://www.frauennrw.de)  
[www.pia-online.eu](http://www.pia-online.eu)

### **Weiterbildung:**

[www.weiterbildungsberatung.nrw](http://www.weiterbildungsberatung.nrw)  
[www.iwwb.de](http://www.iwwb.de)  
[www.telekolleg.de](http://www.telekolleg.de)  
[www.schulentwicklung.nrw.de/abitur-online](http://www.schulentwicklung.nrw.de/abitur-online)  
[www.fernuni-hagen.de](http://www.fernuni-hagen.de)  
[www.zfu.de](http://www.zfu.de)  
[www.bildungsurlaub.de](http://www.bildungsurlaub.de)  
[www.klick-fundus.de](http://www.klick-fundus.de)  
[www.schulministerium.nrw.de](http://www.schulministerium.nrw.de)  
[www.bwb-bielefeld.de](http://www.bwb-bielefeld.de)

### **Elternzeit:**

[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

### **Kinderbetreuung:**

[www.kinderbetreuung-owl.de](http://www.kinderbetreuung-owl.de)  
[www.bvktp.de](http://www.bvktp.de)  
[www.au-pair-society.org](http://www.au-pair-society.org)

### **Migration:**

[www.migration-online.de](http://www.migration-online.de)  
[www.migra-info.de](http://www.migra-info.de)

### **Mobbing:**

[www.mobbing-web.de](http://www.mobbing-web.de)

## Broschüren | Buchempfehlungen

### **Kostenlose Informationsbroschüren vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:**

- Leitfaden zum Mutterschutz
- Elterngeld, ElterngeldPlus und Elternzeit
- ElterngeldPlus mit Partnerschaftsbonus
- Früher beruflicher Wiedereinstieg von Eltern
- So sag ich's meinen Vorgesetzten-Elternzeit, Wiedereinstieg und flexible Arbeitsmodelle erfolgreich vereinbaren
- Alleinerziehend – Tipps und Informationen
- Fair P(l)ay – Entgeltgleichheit für Männer und Frauen
- Bessere Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf
- Neue Familienzeit – Informationen zu Leistungen für Familien

### **Kostenlose Informationsbroschüre vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales:**

- Teilzeit – Alles was Recht ist
- Geringfügige Beschäftigung und Beschäftigung in der Gleitzone

#### **Bestellung:**

- **Publikationsversand der Bundesregierung**  
Postfach 481009 · 18132 Rostock  
Tel.: 030|182722721  
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de  
Oder unter:  
[www.bundesregierung.de](http://www.bundesregierung.de)  
[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)  
[www.bmas.de](http://www.bmas.de)

Die Broschüren sind dort auch als Download verfügbar.

### **Kostenlose Informationsbroschüren der Agentur für Arbeit (Auswahl):**

- Beruf aktuell – Lexikon der Ausbildungsberufe
- Merkblatt 18 – Frauen und Beruf
- Praktische Bewerbungstipps für Frauen
- Motiviert zurückkehren – Erfolgreich durchstarten
- Arbeitssuchende und Arbeitslose ohne Bezug von Arbeitslosengeld

#### **Bestellung:**

**PVS DVG Vertriebsgesellschaft GmbH**  
Birkenmaarstraße 8 · 53340 Meckenheim  
Tel.: 02225|9260  
E-Mail: [bestellung@ba-bestellservice.de](mailto:bestellung@ba-bestellservice.de)  
Oder unter:  
[www.ba-bestellservice.de](http://www.ba-bestellservice.de)

Die Broschüren sind dort auch als Download verfügbar.

**Weitere Publikationen:**

- **Wegweiser für den Umgang nach Trennung und Scheidung**  
**Verband alleinerziehender Mütter und Väter Bundesverband e.V.**  
Bestellung per E-Mail an [kontakt@vamv.de](mailto:kontakt@vamv.de) oder über das Bestellformular unter [www.vamv.de](http://www.vamv.de)  
Kosten: 3 Euro zzgl. Versand
- **Der Minijob – Da ist mehr für Sie drin!**  
**Landesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauenbüros Gleichstellungsstellen NRW**  
Die Broschüre ist erhältlich bei der Gleichstellungsstelle-Frauenbüro der Stadt Bielefeld.
- **Trennung – Scheidung**  
**Stadt Bielefeld**  
**Gleichstellungsstelle-Frauenbüro**
- **Mutterschutz – Elterngeld – ElterngeldPlus – Elternzeit**  
**Stadt Bielefeld**  
**Gleichstellungsstelle – Frauenbüro**

**Buchempfehlungen:**

- **Zurück in den Job**  
Elke Homburg, Redline Wirtschaft Frankfurt
- **Wiedereinstieg in den Beruf**  
Svenja Hofert, Humboldt Verlag
- **Finde den Job der dich glücklich macht**  
Angelika Gulder, Campus Verlag Frankfurt
- **Der Job, der zu mir passt**  
Uta Glaubitz, Campus Verlag
- **Existenzgründung für Frauen**  
Barbara Eder, Humboldt Verlag
- **Erfolgreich bewerben mit Zick-Zack-Lebenslauf**  
Püttjer und Schnierda, Campus Verlag Frankfurt

## Impressum



### Herausgeber:

**Stadt Bielefeld**  
Gleichstellungsstelle – Frauenbüro

in Zusammenarbeit mit dem Netzwerk  
W Bielefeld, koordiniert durch die REGE mbH

### Redaktion:

Monika Kruse

### Gestaltung:

com,ma Werbeberatung GmbH

### Verantwortlich für den Inhalt:

Ilse Buddemeier

Danken möchten wir allen Institutionen,  
die uns bei der Überarbeitung der  
Broschüre unterstützt haben.

Die Broschüre wurde gefördert durch  
die Landesinitiative Netzwerk W.

### Stand:

November 2017

[www.frauen-in-bielefeld.de](http://www.frauen-in-bielefeld.de)

**REGE**

LANDESINITIATIVE  
**netzwerk W**  
[www.netzwerkW-expertinnen.de](http://www.netzwerkW-expertinnen.de)

Gefördert vom:

Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen

