

# Das Freiwillige Soziale Jahr

Die Abkürzung für **F**reiwilliges **S**oziales **J**ahr ist: **FSJ**

Das bedeutet:

Junge Menschen arbeiten 1 Jahr

in einer **gemeinwohl-orientierten Einrichtung**.

**Gemeinwohl-orientierte Einrichtungen** sind zum Beispiel:

- Das Kranken-Haus,
- der Kinder-Garten,
- die Musik-Schule
- oder der Sport-Verein.

Das sind die Einsatz-Stellen für das **FSJ**.

Die jungen Menschen arbeiten dort freiwillig.

Sie bekommen für ihre Arbeit ein Taschen-Geld.

Diese jungen Menschen heißen: Freiwillige.



## Der Bundes-Freiwilligen-Dienst

Es gibt auch noch andere Freiwilligen-Dienste.

Zum Beispiel: Den **Bundes-Freiwilligen-Dienst**.

Die Abkürzung dafür ist: **BFD**.

Beim **BFD** können alle Menschen mit-machen.

Zum Beispiel:

- Junge Menschen,
- ältere Menschen
- oder Menschen aus anderen Ländern.



Die Menschen machen den **BFD** freiwillig.

Sie bekommen dafür ein Taschen-Geld.



## Das FSJ und der BFD im Sport

Bei den Sport-Vereinen gibt es oft Freiwillige.

Sie machen dort:

- Ein **FSJ**
- oder den **BFD**.

Bei den Sport-Vereinen

können die Freiwilligen verschiedene Sachen lernen.

Zum Beispiel:

- Sie lernen die Arbeit  
im einem Sport-Verein kennen.



Und die Freiwilligen können verschiedene Sachen machen.

Zum Beispiel:

- Sie können aus-probieren:
  - Welche Aufgaben ihnen Spaß machen.
  - Welchen Beruf sie vielleicht einmal lernen wollen.
- Sie können eigene **Projekte** machen.

Ein **Projekt** ist Arbeit für eine bestimmte Sache.

Zum Beispiel:

Die Freiwilligen wollen ein Angebot  
für Kinder machen.

Bei dem Angebot sollen Kinder Sport machen.

Der Sport soll den Kindern viel Spaß machen.

Das Angebot ist dann ein **Projekt** von den Freiwilligen.



## Das ist wichtig!

Es gibt bestimmte Regeln.

Damit Sie ein **FSJ** oder einen **BFD** machen können:

- Sie müssen mindestens 9 Jahre in der Schule gewesen sein.



### Für das **FSJ**:

- Sie müssen jünger als 27 Jahre alt sein.
- Sie müssen 40 Stunden in der Woche arbeiten.

### Für den **BFD**:

- Da können junge Menschen mit-machen.
- Und da können ältere Menschen mit-machen.
- Sie müssen 40 Stunden in der Woche arbeiten.
- Sie können aber auch nur 20 Stunden in der Woche arbeiten.



Wenn Sie älter als 27 Jahre alt sind.

Bei **FSJ** und **BFD** können auch Menschen aus anderen Ländern mit-machen.



## Hier können Sie Ihr FSJ oder Ihr BFD machen

Sport-Vereine gibt es in ganz Deutschland.

Bei vielen Sport-Vereinen können Sie ein **FSJ** machen.

Oder sie können den **BFD** machen.

Das sind die Einsatz-Stellen.

## Die Träger

In jedem Bundesland gibt es einen **Träger**.

Das sind die **Sport-Verbände**.

Ein **Sport-Verband** ist eine Gruppe.

In der Gruppe arbeiten verschiedene Sport-Vereine zusammen.



## Bei den **Sport-Verbänden**

arbeiten Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen dafür:

- Dass es das **FSJ** für junge Menschen gibt.
- Und dass es den **BFD** für alle Menschen gibt.

Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen haben zum Beispiel diese Aufgaben:

- Sie sprechen mit den jungen Menschen, die ein **FSJ** oder einen **BFD** machen wollen.
- Sie kümmern sich um die Freiwilligen bei den Einsatz-Stellen.
- Sie arbeiten mit den Einsatz-Stellen zusammen.
- Sie arbeiten dafür, dass es immer wieder neue Einsatz-Stellen gibt.
- Und sie kümmern sich um die jungen Menschen aus anderen Ländern. Wenn sie in Deutschland ein **FSJ** oder einen **BFD** machen wollen.



## **Bildungs-Tage und Bildungs-Seminare**

Bildungs-Tage und Bildungs-Seminare sind Lern-Angebote.

Die machen die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen vom Träger.

Im **FSJ** und im **BFD** haben die Freiwilligen 25 Bildungs-Tage.

Die Bildungs-Tage sind Arbeits-Zeit.

Freiwillige müssen die Bildungs-Tage nicht bezahlen.



## Das machen Sie bei den Bildungs-Tagen

Bei den Bildungs-Tagen machen Sie ganz verschiedene Sachen.

Zum Beispiel:

- Sie lernen viele spannende Sachen,  
Zum Beispiel:
  - Wie Sie Ihre Arbeit gut machen können.
  - Wie Sie raus-finden können:  
Welchen Beruf Sie lernen wollen.
  - Wie Sie bei wichtigen Sachen mit-bestimmen können.
- Sie können andere Einsatz-Stellen kennen-lernen.
- Sie lernen viele spannende Menschen kennen.
- Sie fahren mit anderen Freiwilligen  
1 Woche zusammen weg.



Die Bildungs-Tage können Ihnen dabei helfen:

Dass Sie über Ihr Leben nach-denken.

Zum Beispiel:

- Welche Wünsche Sie für Ihr Leben haben.
- Welchen Beruf Sie lernen wollen.  
Oder ob Sie einen anderen Beruf lernen wollen.
- Wo Sie wohnen wollen.
- Was Sie gut können.
- Was Ihnen Spaß macht.



## Das sind Ihre Vorteile, wenn Sie ein FSJ oder einen BFD machen

- Sie bekommen jeden Monat ein Taschengeld.
- Sie können bei 25 Bildungs-Tagen mit-machen.
- Sie müssen kein Geld für die Bildungs-Tage bezahlen.

Zum Beispiel:

Wenn Sie mit den anderen Freiwilligen  
zusammen weg-fahren.

- Der Träger bezahlt die **Sozial-Versicherung** für Sie.  
Das sind zum Beispiel:

- Die Kranken-Versicherung,  
Die Kranken-Versicherung bezahlt Geld,  
wenn Sie zum Arzt müssen.
- Die Renten-Versicherung  
Die Renten-Versicherung gibt Geld,  
wenn Sie nicht mehr arbeiten müssen.
- Die Arbeitslosen-Versicherung.  
Die Arbeitslosen-Versicherung gibt Geld,  
wenn Sie keine Arbeit haben.

- Sie haben mindestens 24 Urlaubs-Tage.
- Sie bekommen ein Zeugnis von Ihrer Einsatz-Stelle.
- Sie bekommen einen **FSJ** Ausweis.

Oder Sie bekommen einen **BFD** Ausweis.

Damit können Sie manche Sachen billiger bekommen.

Zum Beispiel:

- Bus-Fahrkarten und Bahn-Fahrkarten,
- Eintritts-Karten für das Kino
- oder Eintritts-Karten für das Museum.



## So können Sie mit-machen

Es gibt eine Landkarte von Deutschland, wo es viele Adressen gibt.

Hier gibt es viele Adressen von Trägern vom **FSJ**.

Hier gibt es viele Adressen von Trägern vom **BFD**.

Auf der Land-Karte können Sie sehen:

Welchen Träger es in der Nähe von Ihrem Zuhause gibt.

Da können Sie anrufen.

Und Sie können fragen:

Wie Sie ein **FSJ** oder ein **BFD**

bei dem Träger machen können.

Oder Sie können viele Informationen  
auf der Internet-Seite vom Träger lesen.



---

## Den Text in Leichter Sprache

hat das Büro für Leichte Sprache **leicht ist klar** geschrieben.

[www.leicht-ist-klar.de](http://www.leicht-ist-klar.de)

**Diese Expertinnen für Leichte Sprache** haben den Text geprüft:

Nina Rademacher und Sabine Masuch

## Die Bilder für den Text in Leichter Sprache

sind von © Reinhild Kassing, Kassel.

**Das Logo für Leichte Sprache** ist von © Inclusion Europe.