



So gelingt die  
**Balance**



Wegweiser  
Familie und Beruf  
Kreis Euskirchen





# Inhalt

5	<b>Vorwort</b>
6	<b>Der Spagat zwischen Familie und Beruf ist gelungen!</b>
9	<b>Einleitung</b>
10	<b>Berufswahl und Lebensplanung</b>
15	<b>Vereinbarkeit von Familie und Beruf</b>
17	Schwangerschaft, Elternzeit und Elterngeld
25	Kinderbetreuung
28	Pflege von Angehörigen
33	Arbeitszeitgestaltung und Arbeitszeitmodelle
36	Altersvorsorge
38	<b>Beruflicher (Wieder-)Einstieg</b>
40	Checkliste zum beruflichen (Wieder-)Einstieg
42	Weiterbildung und Qualifizierung
44	Anerkennung ausländischer Schul- und Berufsabschlüsse
45	Nachholen von Schulabschlüssen oder einer Berufsausbildung
48	Fördermöglichkeiten zur beruflichen Entwicklung
50	Bewerbung und Arbeitssuche
52	<b>Existenzgründung</b>
56	<b>Einrichtungen von A-Z</b>
94	<b>Linkliste</b>



# Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,



**die Vereinbarkeit von Familie und Beruf gewinnt in unserer heutigen Gesellschaft immer mehr an Bedeutung.** Die Verantwortung für ihre Kinder und/oder die Pflege der eigenen Angehörigen parallel zum beruflichen Alltag stellt die Familien vor enorme Herausforderungen. Mit dieser Broschüre möchten wir Sie, diejenigen Mitbürgerinnen und Mitbürger, die sich in einer solchen Situation befinden, begleiten und unterstützen.

Sie entscheiden sich für eine Fortsetzung der Berufstätigkeit im Anschluss an die Geburt des Kindes oder für eine Unterbrechung der Erwerbstätigkeit?

Sie betreuen neben Ihrer Berufstätigkeit einen Angehörigen zu Hause?

Sie haben grundsätzliche Fragen zu den Themen berufliche Orientierung, Wiedereinstieg, Kinderbetreuung oder Arbeitszeitregelungen?

**In diesem Wegweiser finden Sie Orientierungshilfen und eine Übersicht der Angebote im Kreis Euskirchen** zu allen relevanten Fragestellungen bezüglich der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, ich hoffe, dass dieser Wegweiser Sie bei der erfolgreichen Vereinbarkeit von Familie und Beruf unterstützen kann oder einen erfolgreichen beruflichen Wiedereinstieg ermöglichen wird.

**Ich wünsche Ihnen dabei gutes Gelingen!**

**Mit herzlichen Grüßen und besten Wünschen**

**Ihr**

A handwritten signature in blue ink that reads "Günter Rosenke". The signature is written in a cursive style.

Günter Rosenke

Landrat des Kreises Euskirchen

# Der Spagat zwischen Familie und Beruf ist gelungen!

*Die Balance zwischen Beruf und Familie zu finden, ist oft nicht einfach.  
Die Doppelbelastung erfordert viel Kraft, Koordination und vor allem Unter-  
stützung durch Ihre Familie. Dass es möglich ist, zeigt folgendes Beispiel.*

.....

Mit zwei kleinen Töchtern im Alter von 1½ und 4½ Jahren, der eigenen Selbstständigkeit, einem Mann im Schichtdienst und nur begrenztem Zugriff auf eine Unterstützung in der Kinderbetreuung durch die Großeltern, werde ich schon manchmal gefragt, wie das alles funktioniert und miteinander vereinbar ist. Natürlich stehe ich jede Woche vor immer neuen Herausforderungen, aber mit der richtigen Grundeinstellung (vor allem Optimismus und Gelassenheit) und einem effektiven

Zeitmanagement (hierfür mindestens ½ Std. pro Tag kalkulieren!) funktioniert es wirklich gut. Und ein gutes Zeitmanagement hält bei mir auch immer **ausreichend Kapazitäten für die ganz eigenen „Glücksmacher“, Hobbies und Termine** vor.

Denn nur, wenn man die eigenen Bedürfnisse und Wünsche ausreichend wertschätzt, d. h. sie als wichtigen Beitrag für die langfristige Zufriedenheit im Leben ansieht, kann man gesund und glücklich bleiben.

Davon bin ich nicht nur persönlich überzeugt, sondern ich weiß auch aufgrund meiner beruflichen Arbeit als selbstständige Beraterin für betriebliches Gesundheitsmanagement, welche Faktoren für das langfristige Glück und die Erhaltung der Arbeitsfähigkeit nötig sind.

Ganz entscheidend ist ...

# „Achtsam sein und gelassen bleiben!“



**Wer gesund und zufrieden bleiben will, muss nicht nur auf eine ausgewogene Ernährung achten, sich ausreichend bewegen und gute Arbeitsbedingungen haben, sondern vor allem auch ein befriedigendes Gleichgewicht zwischen dem Beruf und dem Freizeitbereich finden.**

Es ist wahrlich so, dass die Übergänge zwischen den beiden Bereichen als Selbstständige manchmal schwierig sind. Zu Beginn meiner Berufstätigkeit mit zwei Kindern war ich noch „ständig“ erreichbar. Da habe ich auch schon mal dienstliche Telefonate auf dem Spielplatz entgegengenommen und gehofft, dass meine Tochter nicht ausgerechnet in diesem Moment von der Schaukel fällt und anfängt zu weinen. Heute läuft es anders: Wenn ich arbeite, dann arbeite ich – konzentriert und zielorientiert. Wenn

ich „Kinderzeit“ habe, dann bin ich mit meiner Aufmerksamkeit ganz bei meinen Töchtern und denke nicht an Termine und Inhalte für die nächste Präsentation. Für mich persönlich ist dies nicht nur der zufriedener Weg (weil ich nicht permanent ein schlechtes Gewissen habe), sondern auch der wesentlich effektivere. Und wenn es mal irgendwo hakt, Sorge ich für eine bessere Planung meiner verfügbaren Zeit.

Was ich aber vor allem auch gelernt habe, ist, gelassen zu bleiben. Hierfür kann ich nur jedem raten, die eigene Situation und sein Verhalten in bestimmten Situationen (z.B. im Stress) achtsam zu reflektieren und sich zu überlegen, was besonders gut läuft und was nicht, dann den Ursachen auf den Grund zu gehen und ggf. nach Möglichkeiten einer Veränderung zu schauen.

**Dr. Katharina Hoß**

*Selbstständige Unternehmensberaterin  
für betriebliches Gesundheitsmanagement  
[www.katharina-hoss.de](http://www.katharina-hoss.de)*

Niemand ist perfekt und natürlich passieren auch mal Fehler, aber letztlich ist für den Erfolg im Beruf und die Zufriedenheit im privaten Bereich doch entscheidend, dass man die zu erfüllenden Aufgaben mit Leidenschaft und voller Energie tun kann. Und hierfür braucht es eben Reflektion und Gelassenheit.

**Ich Sorge dafür, achtsam mit meinen Ressourcen umzugehen und meine Kräfte für die täglichen Herausforderungen zu stärken.** Tun Sie es auch, geben Sie acht auf sich und bleiben Sie vor allem gelassen!



# Liebe Bürgerinnen und Bürger im Kreis Euskirchen!

Familie und Beruf unter einen Hut zu bringen, ist für viele Menschen eine große Herausforderung. Dabei geht es nicht nur um die Vereinbarkeit von Kinderbetreuung und Beruf, sondern vermehrt auch um die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf.

Damit Ihnen gut informiert und vorbereitet die Balance zwischen Familie und Beruf gelingt, haben wir diesen Ratgeber erstellt. Im Spannungsfeld zwischen den unterschiedlichen Anforderungen des Familien- und Berufslebens wollen wir Sie damit bestmöglich unterstützen.

Dieser Wegweiser bietet Ihnen Informationen zu typischen Fragestellungen der Vereinbarkeit von Familien- und Berufswelt und beschreibt die entsprechenden Anlaufstellen im Kreis Euskirchen. Ergänzt werden die Informationen durch eine Auswahl an hilfreichen Internetseiten. Zur besseren Orientierung leiten Sie farbliche Zuordnungen der einzelnen Themen zu den jeweiligen Anlaufstellen im Kreis Euskirchen sowie zu den Linkempfehlungen im Anhang.

Wir hoffen, dass der Wegweiser Ihnen hilfreiche Anregungen gibt, damit Sie der Aufgabe, den Spagat zwischen Familie und Beruf zu meistern, gut informiert und mit viel Zuversicht begegnen können.

Wir wünschen Ihnen Kraft, Ausdauer, Mut und natürlich

## viel Erfolg!

Diese Farbcodierung leitet Sie durch die Broschüre:

Berufswahl und Lebensplanung

Vereinbarkeit von Familie und Beruf

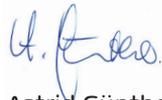
Beruflicher (Wieder-)Einstieg

Existenzgründung



Bettina Eil

Gleichstellungsbeauftragte,  
Kreis Euskirchen



Astrid Günther

Beauftragte für Chancen-  
gleichheit am Arbeitsmarkt,  
Jobcenter EU-aktiv



Sarah Komp

Struktur- und  
Wirtschaftsförderung,  
Kreis Euskirchen



Sandra Schmitz

Beauftragte für Chancen-  
gleichheit am Arbeitsmarkt,  
Agentur für Arbeit Brühl



Birgitt van Megeren

Region Aachen – Zweckverband  
Kompetenzzentrum  
Frau und Beruf

# Berufswahl und Lebensplanung

*Die Wege für junge Menschen in das Berufsleben sind vielfältig und setzen zahlreiche Entscheidungen voraus. Die Berufsfindung ist ein Prozess, bei dem viele Aspekte eine Rolle spielen. Angesichts einer immer komplexer werdenden Arbeitswelt kommt es mehr denn je auf die richtige Berufswahl an.*

## Beispiel >>

### Ein junges Mädchen macht sich zum ersten Mal Gedanken über die Berufswahl

Ich habe als Kind schon gerne meinem Vater bei handwerklichen Sachen geholfen. Das hat mir immer mehr Spaß gemacht als Mädchen-Spiele. Nach der Schule habe ich ein Praktikum in einer Schreinerei gemacht. Das hat mir schon ganz gut gefallen und das hätte ich mir auch vorstellen können. Danach habe ich es allerdings erst ein Jahr im Sozial- und Gesundheitswesen versucht. Das war nicht so mein Ding. Als ich dann den Bereich Metall ausprobieren konnte, wusste ich, dass das mein Ding ist. Ich kann da richtig zupacken bei der Arbeit und sitze nicht so viel rum. Mir gefällt das Material. Es ist zwar hart, aber es lässt sich viel daraus machen. Ich habe schon einige Dinge während meiner Ausbildung hergestellt: Garten-Dekoration, eine Treppe, einen Grill, Zäune, Türen... Dass ich das einzige Mädchen in der Ausbildung bin, war nie ein Problem. Die anderen akzeptieren mich alle und müssen auch nicht groß Rücksicht nehmen.

Auch in den Praktikumsbetrieben hatte ich nie Probleme. Da sind immer alle sehr nett und verständnisvoll. Ich bin nämlich auch schon Mutter und habe eine dreijährige Tochter. Da kann es schon mal sein, dass ich früher weg muss, bei einem Notfall zum Beispiel. Ausbildung und Kind, das funktioniert bei mir gut, weil mein Mann zuerst bei der Tochter zu Hause geblieben ist. Jetzt besucht sie den Kindergarten und wir arbeiten beide und haben das alles gut organisiert. Es ist auf jeden Fall möglich, als Metallbauerin zu arbeiten und Familie zu haben. Ich wünsche mir sehr, nach der Ausbildung in diesem Beruf weiterzuarbeiten. Diese Arbeit ist einfach interessant und macht mir Spaß.

*Sandra Thönneßen, 23 Jahre, in der überbetrieblichen Ausbildung zur Metallbauerin im BZE*

.....

**Berufswahl und Lebens-  
planung sind eng miteinander  
verbunden.**

.....

Bei der Entwicklung Ihrer beruflichen Ziele stehen zunächst die Fragen nach den eigenen Begabungen und Fähigkeiten im Vordergrund, die der beruflichen Richtung entscheidende Impulse geben. Im Anschluss müssen die eigenen Wünsche und Erwartungen an den zukünftigen Beruf in den Blick genommen werden, die möglichen Ausbildungs- oder Studienmöglichkeiten und deren Zugangsvoraussetzungen sind zu recherchieren.

Ihre Berufswahl und Ihre Lebensplanung sind eng miteinander verbunden und bedürfen wichtiger Entschlüsse. Nutzen Sie also die vielfältigen Informationsangebote, investieren Sie Zeit dafür und überlassen Sie Ihre Berufsplanung nicht dem Zufall.

Sie haben Ihre Begabungen und Fähigkeiten erforscht und suchen nun nach dem passenden Beruf? Einen informativen Überblick über die immer größer werdende Anzahl der Berufsbilder finden Sie bei verschiedenen Beratungsstellen, allen voran bei der Bundesagentur für Arbeit. Unterstützung finden Sie dort durch eine persönliche Beratung, durch Selbsterkundungstests und durch Informationen auf der Homepage der Agentur.

Auch ist die bewusste Wahrnehmung der Berufe der Menschen, die Sie kennen und denen Sie im Alltag begegnen, hilfreich. Fragen Sie diese Menschen nach ihren Erfahrungen im Berufsleben.

---

### Überlegen Sie selbst:

- >> Was spricht Sie persönlich an?
- >> Was gefällt Ihnen an dem Beruf?
- >> Was entspricht Ihren schulischen Voraussetzungen und Ihren persönlichen Stärken?
- >> Gibt es noch Hürden, die auf dem Weg in Ihren Wunschberuf zu überwinden sind?
- >> Benötigen Sie unter Umständen eine Nachqualifizierung?
- >> Wie sieht der Arbeitsmarkt für Ihren Wunschberuf aus?
- >> Und was ist, wenn der Traumberuf unerreichbar sein sollte?

---

Sollte Letzteres der Fall sein, dann nutzen Sie Ihre Begabungen und Stärken für ein anderes Berufsfeld, das Ihnen auch liegen und Spaß machen würde.

#### Hinweis >>

Zur weiteren Orientierung verwenden Sie das in dieser Broschüre für Sie zusammengestellte Beratungsangebot im Kreis Euskirchen.

---

**Investieren Sie Ihre Zeit,  
nutzen Sie die Informationen zur Beratung in dieser Broschüre  
und überlassen Sie Ihre berufliche Zukunft nicht dem Zufall!**

---

---

## **Bedenken Sie:**

Die Entscheidung für Ihren persönlichen Ausbildungs- und Berufsweg treffen Sie letztendlich selbst, die Beratungs- und Informationsangebote können Sie aber dabei unterstützen und Mittel und Wege aufführen, die Sie zu Ihrem beruflichen Ziel führen. Die erste Berufswahl muss übrigens keine Einbahnstraße sein – die wenigsten Menschen legen sich ihr Leben lang auf die erstausgeübte Tätigkeit fest.

Sicher ist, der Ausbildungs- und Berufsweg verläuft selten nach einem vorgezeichneten oder gar kontinuierlichen Muster, er wird eher im gesamten Verlauf geprägt durch Phasen der Neuorientierung. Eine Ausbildung ist nur der erste Schritt in das Berufsleben. Eine Neuorientierung ist insbesondere nach einer Familienzeit notwendig oder erwünscht. Die Fragen, die Sie sich vor längerer Zeit zur Klärung der ersten Berufswahl gestellt haben, wiederholen sich nun. Aber gleich, ob (Wieder-)Einstieg oder Neuorientierung, die Organisation der Vereinbarkeit von Familie und Beruf steht dabei an vorderster Stelle.

Unabhängig von Ihrer bisherigen Berufserfahrung macht jede berufliche Veränderung eine Teilnahme an regelmäßigen Fort- und Weiterbildungen erforderlich. So können Sie trotz stetig neuer Entwicklungen in der modernen Arbeitswelt einer gesicherten und zufriedenstellenden Beschäftigung nachgehen.

### **Tipp >>**

#### **Berufsportal BERUFENET**

Dieses Portal der Arbeitsagentur bietet Berufsinformationen zu über 6.300 Berufen in Deutschland. Hier können Sie sich über persönlich in Frage kommende Einsatzmöglichkeiten und berufliche Alternativen informieren. BERUFENET umfasst Informationen über Berufe nach einheitlichem Schema. Die Suchmöglichkeiten werden nach Berufsbezeichnung/Suchbegriff, von A bis Z sowie über Berufsfelder aufgelistet. Sie finden neben den Texten auch Hinweise auf Filme und weiterführende Links.

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

## Tipp >>

### Finanzielle Unterstützung

**Benötigen Sie als Jugendliche/r oder junge/r Erwachsene/r für Ihre Ausbildung eine finanzielle Unterstützung?**

**Während einer betrieblichen oder außerbetrieblichen Ausbildung zahlt die Agentur für Arbeit** in der Regel auf Antrag zusätzlich zur Ausbildungsvergütung durch den Betrieb Berufsausbildungsbeihilfe (BAB), wenn eine auswärtige Unterbringung notwendig ist oder Sie für die Partnerin oder den Partner oder für Ihr Kind in einer eigenen Wohnung sorgen müssen (Achten Sie darauf, den Antrag bereits vor Beginn der Ausbildung zu stellen. Denn die Berufsausbildungsbeihilfe wird rückwirkend längstens von Beginn des Monats an gezahlt, in dem die Leistung beantragt wurde). **Informationen zur BAB** finden Sie im Internet unter:

**[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) > Schule, Ausbildung und Studium > Ausbildung > Ausbildung vorbereiten und unterstützen > was ist die Berufsausbildungsbeihilfe – Die finanziellen Hilfen der Agentur für Arbeit.**

Für die Finanzierung einer schulischen Ausbildung regelt das Bundesausbildungsförderungsgesetz (kurz BaföG) die staatliche Unterstützung von Schülerinnen und Schülern sowie Studentinnen und Studenten in Deutschland. Von Ausnahmefällen abgesehen ist die BAFöG-Stelle zuständig, in deren Bezirk sich Ihr Wohnort befindet. Weitere Informationen zum BAFöG erteilt das Bundesministerium für Bildung und Forschung unter der kostenfreien **BAföG- Hotline Tel. 0800 2236341** (Mo – Fr 8 Uhr bis 20 Uhr).

## Hinweis >>

Im Kreis Euskirchen finden Sie die BAFöG-Stelle in der Kreisverwaltung in Euskirchen.

# Vereinbarkeit von Familie und Beruf

*Familie und Beruf unter einen Hut zu bringen, ist eine große Herausforderung. Um diese täglich zu meistern, bedarf es nicht nur einer durchdachten und flexiblen Organisation. Sie müssen auch lernen, spontan mit schwierigen und unvorhergesehenen Situationen umzugehen.*

## **Sie kennen es bestimmt auch!**

An Ihrem Arbeitsplatz geht es gerade turbulent zu. Ihr Kind hat schlecht geschlafen und möchte nicht in den Kindergarten gehen, die Zeit läuft Ihnen davon, bereits gestern sind Sie schon zu spät gekommen ...

Für die Gratwanderung zwischen Familie und Beruf sind Anregungen und Hilfestellungen sehr nützlich, damit Sie diese zwei unterschiedlichen Welten nach Ihren Wünschen gestalten und miteinander verbinden können. Zur bestmöglichen Planung Ihres Familienmanagements sind folgende Gesichtspunkte besonders wichtig und hilfreich. Diese werden in der vorliegenden Broschüre ausführlicher dargestellt.

## **Elterngeld und Elternzeit**

Beides kann Sie in der ersten Zeit nach der Geburt entlasten, denn so können Sie sich die Betreuung Ihres Kindes in den ersten Lebensmonaten teilen.

## **Eine gute und verlässliche Kinderbetreuung**

Die Wahl der Betreuungsform hängt zum einen vom Alter Ihrer Kinder ab, zum anderen aber auch von den Möglichkeiten der Betreuung in Ihrem örtlichen und familiären Umfeld sowie von Ihren Arbeitszeiten. Nur selten entsprechen die betrieblichen Arbeitszeiten den Öffnungszeiten der Kindergärten, Familienzentren oder der in der Schule angebotenen Betreuung. Neben den Kindertageseinrichtungen stehen Ihnen noch weitere Optionen zur Verfügung, mit denen

Sie die Kinderbetreuung besser mit Ihren individuellen Arbeitszeiten abstimmen können, wie etwa Tagesmütter und -väter, die auch in den Randzeiten einspringen können. Recherchieren Sie insbesondere die Betreuungsangebote in Ihrer Region, gerade in den Schulferien (z.B. Stadtranderholung), vernetzen Sie sich mit anderen und tauschen sich aus.

## **Ein „Plan B“ für Notfälle**

Für eventuelle Notfälle, wie z.B. eine Krankheit des Kindes oder das Anfallen von Überstunden, sollten Sie eine Alternative organisiert haben. Fragen Sie im Freundes- oder Verwandtenkreis, in der Nachbarschaft oder vielleicht auch andere Kita-Eltern, die sich in ähnlicher Situation befinden. Auch können Sie die Gründung einer Elterninitiative überlegen.

## Tipp >>

### Ist Ihr Kind unter 12 Jahren erkrankt?

Dann haben Sie generell einen Anspruch auf eine von Ihrer Krankenkasse bezahlte Freistellung. Der Anspruch beläuft sich auf 10 Tage pro Kind je Elternteil, bei Alleinerziehenden auf 20 Tage, bei mehreren Kindern erhöht sich der Anspruch bei Alleinerziehenden auf bis zu 50 Tage pro Jahr.

Planen Sie innerhalb der Familie entsprechende Regelungen und verteilen Sie die Aufgaben für den Notfall neu. Sie müssen nicht alles im Haushalt alleine erledigen, sondern können die Aufgaben in der Familie aufteilen.

### Ein gutes Zeitmanagement

Nirgendwo ist Zeitmanagement so wichtig wie bei berufstätigen Eltern. Mit einer guten Planung (z.B. mit Hilfe eines Wochen- oder Monatsplans) können Sie Ihre Zeit effektiv nutzen und somit mehr Zeit für sich und Ihre Familie gewinnen.

### Mut zur Unvollkommenheit

Trennen Sie sich von zu hohen Erwartungen an sich selbst: Sie können nicht perfekte Eltern, stets freundliche/r Kollegin oder Kollege und

### Flexibel mit unterschiedlichen Arbeitszeitmodellen

Flexible Arbeitszeitmodelle erleichtern ein familienfreundliches Arbeiten. Teilzeitstellen können stundenvariabel besetzt sein, Tele- oder Heimarbeitsstellen ebenfalls eine Alternative zur besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf dar. Wenn Ihr Heimarbeitsplatz gut ausgestattet ist und die betrieblichen Erfordernisse es zulassen, kann eine Präsenz im Unternehmen an bestimmten Tagen mit der Arbeit zu Hause kombiniert werden.

Selbst eine Ausbildung kann unter bestimmten Voraussetzungen in Teilzeit absolviert werden.

Grundsätzlich ist eine Recherche zur Familienfreundlichkeit von Arbeitgebern in Ihrer Region sinnvoll. Dabei kann die Beantwortung folgender Fragen hilfreich sein:

- >> Können Teilzeitarbeitsplätze eingerichtet werden?
- >> Gibt es Modelle zur Arbeitszeitflexibilisierung?
- >> Kann die Betreuung der Kinder durch eine vom Arbeitgeber mitfinanzierte Tagespflegeperson gesichert werden?
- >> Gibt es einen betriebseigenen Kindergarten?

durchorganisierte/r Hausfrau bzw. Hausmann in einem sein. Das ist auch gar nicht nötig; für Sie und Ihre Kinder ist ein möglichst entspannter Familienalltag das Wichtigste.

Berufstätige Eltern haben oft Angst, ihre Kinder zu vernachlässigen. Solche Ängste sind aber unbegründet, sofern die Kinder gut betreut werden und sie sich dabei wohlfühlen. Denn Kinder können auf zwei Arten von der Berufstätigkeit der Eltern profitieren: Einerseits sind Sie ein wichtiges Vorbild, indem Sie „Ihre Frau oder Ihren

Mann stehen“ und das Leben mit seinen Anforderungen meistern. Andererseits nutzen Sie die Zeit, die Sie mit Ihren Kindern verbringen, meist besonders intensiv.

**Denn bedenken Sie:  
Auf die Qualität der gemeinsam verbrachten Zeit kommt es an, nicht auf die Länge!**

# Schwangerschaft, Elternzeit und Elterngeld

## Schwangerschaft

Viele betrachten Schwangerschaft, Elternzeit und die Berufstätigkeit als getrennte Zeitabschnitte. Wenn Sie bereits vor oder während der Schwangerschaft und Elternzeit die Weichen für Ihre Rückkehr in den Beruf stellen, wird es Ihnen leichter fallen, die Familie und den Beruf verbinden zu können.

Auch wenn es Ihnen möglicherweise etwas früh erscheint, bereits vor der Geburt an die Rückkehr in den Beruf zu denken, sollten Sie unbedingt mit Ihrer Arbeitgeberin bzw. Ihrem Arbeitgeber darüber sprechen.

## Das sollten Sie tun:

- >> Überlegen Sie, ob Sie sofort weiterarbeiten, eine Elternzeit von einem, zwei oder drei Jahren einlegen oder nach einem halben Jahr langsam wieder einsteigen.
- >> Suchen Sie schon vor dem Beginn des Mutterschutzes oder der Elternzeit mit Ihrer Arbeitgeberin oder Ihrem Arbeitgeber das Gespräch für die Zeit nach der Geburt.
- >> Informieren Sie Ihre Kolleginnen und Kollegen. Die Kooperation mit ihnen schafft die Basis dafür, wenn Sie in Zukunft weniger oder von zu Hause aus arbeiten wollen.
- >> Signalisieren Sie bei Ihrer Arbeitgeberin oder Ihrem Arbeitgeber Ihre Rückkehrwünsche, sobald Sie darüber Klarheit gewonnen haben.
- >> Verabreden Sie Kontakthaltemaßnahmen. Je intensiver Sie in die betrieblichen Informationswege eingebunden bleiben, desto leichter fällt Ihnen später die Rückkehr. Erklären Sie Ihre Bereitschaft, an wichtigen Geschehen im Unternehmen teilzuhaben.
- >> Fragen Sie, ob ein externer Zugang zum Intranet möglich wäre oder ob Ihnen Mitarbeiterinformationen per E-Mail oder Rundschreiben nach Hause geschickt werden könnten.
- >> Klären Sie, ob Ihr Betrieb gegebenenfalls an Ihrer Fort- und Weiterbildung während der Elternzeit interessiert ist und diese finanziell fördern würde.
- >> Legen Sie bereits vor der Elternzeit das zukünftige Arbeitszeitmodell fest. Sie können am besten beurteilen, wie sich Aufgaben umverteilen lassen.
- >> Finden Sie während der Elternzeit heraus, welche Betreuungsform ideal ist und was umsetzbar ist. Wenn Sie einen Platz in einer Kindertagesstätte in Anspruch nehmen wollen, melden Sie sich rechtzeitig an, am besten schon während der Schwangerschaft.



## Elternzeit

Durch die Geburt eines Kindes können Eltern die sogenannte Elternzeit in Anspruch nehmen. Dies ist ein gesetzlicher Anspruch der Eltern gegenüber ihrem Arbeitgeber auf unbezahlte Freistellung von der Arbeit. Diese Möglichkeit dient dazu, die Betreuung des Kindes sicherzustellen. Die Elternzeit ist im Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz geregelt.

### Tipp >>

#### Auch für Sie als Vater gibt es etwas zu lesen:

„Vaterschaft und Elternzeit“, [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

Die App „Super Dad“ unterstützt junge (werdende) Väter, [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

„Ich bin dabei! Vater werden“, [www.bzga.de/](http://www.bzga.de/)

### Tipp >>

Wenn Sie schwanger sind, gelten an Ihrem Arbeitsplatz die **Vorschriften des Mutterschutzgesetzes**. Nachteile brauchen Sie nicht zu befürchten: Auch wenn Sie bestimmte Aufgaben nicht mehr übernehmen dürfen, bekommen Sie das Gehalt in voller Höhe weitergezahlt. Das Mutterschutzgesetz gilt für Sie auch dann, wenn Sie nur befristet oder geringfügig beschäftigt sind.

Eine Kündigung Ihres Arbeitsvertrags ist von Beginn der Schwangerschaft an bis vier Monate nach der Entbindung grundsätzlich ausgeschlossen. Das Kündigungsverbot gilt aber nur dann, wenn Ihr Unternehmen von der Schwangerschaft weiß bzw. Sie dieses innerhalb von zwei Wochen nach Erhalt der Kündigung über die Schwangerschaft informieren. Sechs Wochen vor dem Geburtstermin beginnt die Mutterschutzfrist. Ab jetzt dürfen Sie nur noch auf Ihren ausdrücklichen Wunsch hin arbeiten.

Der Mutterschutz endet normalerweise acht Wochen nach der Geburt, bei Früh- und Mehrlingsgeburten 12 Wochen nach der Geburt.

### Tipp >>

Elternzeit kann von allen Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern in jedem Arbeitsverhältnis in Anspruch genommen werden: von Auszubildenden, in Heimarbeit beschäftigten Personen, bei einer Teilzeitbeschäftigung oder einem geringfügigen Beschäftigungsverhältnis.

Arbeitslose, Schülerinnen und Schüler, Studentinnen und Studenten sowie Praktikantinnen und Praktikanten sind keine Arbeitnehmer. Sie haben daher keinen Anspruch auf Elternzeit.

Während der Elternzeit besteht ein besonderer Kündigungsschutz. Danach gilt häufig die Möglichkeit, mit gleicher Stundenzahl an den alten Arbeitsplatz zurückzukehren. Andernfalls darf eine Umsetzung nur auf einen gleichwertigen Arbeitsplatz erfolgen.

---

## Das sollten Sie wissen:

- >> Ein Anspruch auf Elternzeit besteht bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres des Kindes (also bis Ablauf des Tages vor dem dritten Geburtstag).
  - >> Für **Geburten ab 01.07.2015** können bis zu 24 Monate Elternzeit zwischen dem dritten und achten Geburtstag des Kindes beansprucht werden.  
**Eine Zustimmung des Arbeitgebers** ist nicht mehr erforderlich.  
Eine Aufteilung in drei Zeitabschnitte ist möglich.  
**Der Arbeitgeber kann** einen dritten Abschnitt in diesem Zeitraum **nur** aus dringenden betrieblichen Gründen ablehnen.
  - >> Der Anspruch auf Elternzeit besteht für beide Elternteile unabhängig voneinander.
  - >> Die Inanspruchnahme von Elternzeit ist grundsätzlich unabhängig vom Bezug des Elterngeldes möglich. Hierbei berücksichtigen, dass Elterngeld für **Lebensmonate** und nicht für **Kalendermonate** gezahlt wird.
  - >> Die Mutterschutzfrist wird auf die mögliche dreijährige Gesamtdauer der Elternzeit der Mutter angerechnet. Beim Vater kommt das nicht in Betracht.
  - >> Möchten Sie die Elternzeit aus einer Vollzeitbeschäftigung heraus in Anspruch nehmen, werden drei Jahre Kindererziehungszeiten – bis zum dritten Lebensjahr des Kindes – bei Ihrer Rentenberechnung berücksichtigt. Die Kindererziehungszeit wird demjenigen zugeordnet, der das Kind erzogen hat. Ein Wechsel der Zuordnung unter den Eltern ist möglich.  
Soll dem Vater die Kindererziehungszeit zugerechnet werden, muss dies rechtzeitig mit Wirkung für künftige Kalendermonate gegenüber dem zuständigen Rentenversicherungsträger erklärt werden.
- Die Zuordnung kann rückwirkend nur für höchstens 2 Kalendermonate vor Abgabe der Erklärung erfolgen. Anderenfalls wird die Kindererziehungszeit automatisch der Mutter zugerechnet.
- >> In der **gesetzlichen** Kranken- und Pflegeversicherung besteht die Pflichtmitgliedschaft fort, solange Elterngeld bezogen oder Elternzeit in Anspruch genommen wird.  
Für bisher **freiwillig** Versicherte führt der Bezug von Elterngeld oder die Inanspruchnahme von Elternzeit **nicht** zu einer Veränderung ihrer freiwilligen Mitgliedschaft. Inwieweit dies beitragsfrei geschieht, ist mit der jeweiligen Krankenkasse zu klären.
  - >> Für **Geburten ab 01.07.2015** beträgt die Anmeldefrist für die Elternzeit für den Zeitraum zwischen dem dritten und achten Geburtstag des Kindes 13 Wochen.
  - >> Eltern sollten ihre Elternzeit grundsätzlich nur für 2 Jahre anmelden, um die noch verbleibende Zeit flexibel gestalten zu können.

Weitere Infos und die Broschüre findet man unter:  
**[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de) >Themen >Familie > Familienleistungen**



# Beispiel eines Vaters, der Elternzeit in Anspruch genommen hat

## Beispiel >>

### **Sie gehen für ein halbes Jahr in Elternzeit. Was hat Sie als Vater dazu bewogen?**

Vermutlich dieselben Motive wie die vieler Mütter: Ich will trotz Beruf und Ehrenamt diese einmalige Entwicklungsphase meiner Tochter miterleben. Ich musste sogar mit meiner Frau um die Monate feilschen. Zudem war es ihr als Vollblut-Medizinerin wichtig, frühzeitig wieder beruflich Tritt zu fassen. Das passte also ganz gut bei uns.

### **Was hat Ihr Arbeitgeber dazu gesagt?**

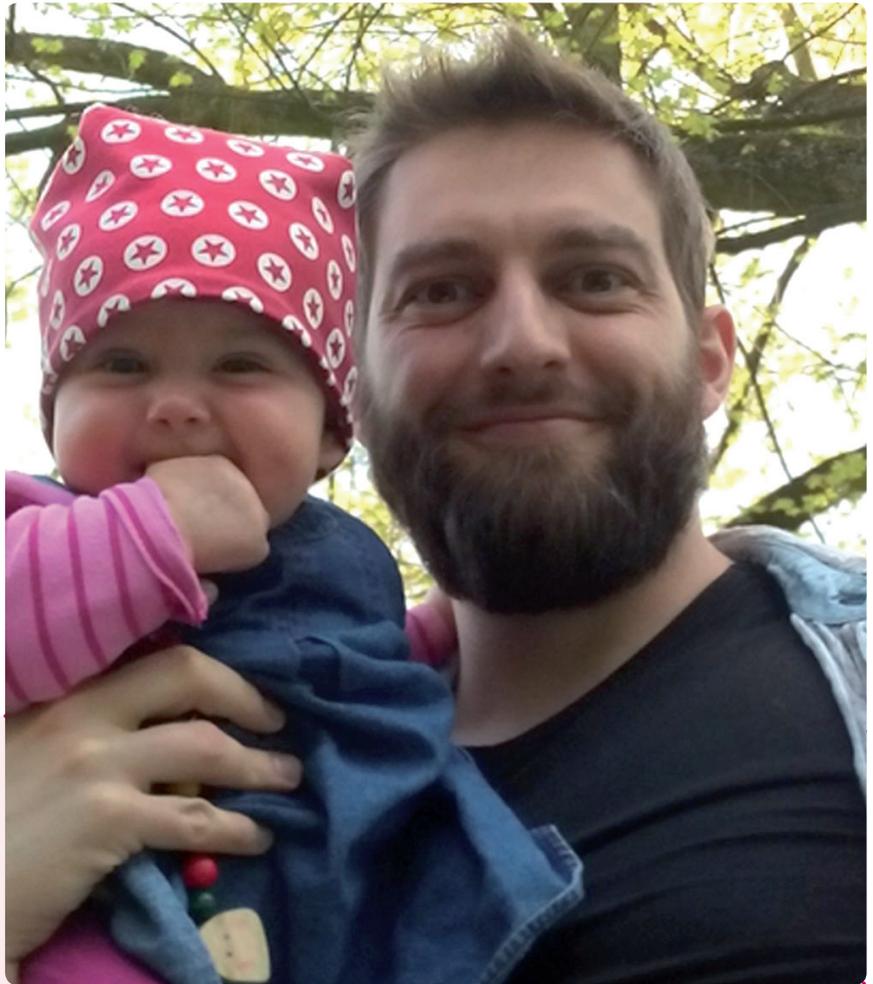
Bei meinem Arbeitgeber – dem Deutschen Gewerkschaftsbund – bin ich auf sehr offene Ohren gestoßen. Ich bin zwar immer noch ein seltener Fall, aber keineswegs der erste Vater in Elternzeit. Von daher war mir dort von Anfang an die nötige Unterstützung sicher. Viel interessanter dürfte es werden, wie ich meinem Ehrenamt während der Elternzeit gerecht werde. Ich habe mich von den Gedanken verabschiedet, trotz neuer Verantwortung, alles einfach so weiter zu machen. Von manchen Aufgaben muss ich mich wohl trennen. Aber mein politisches Mandat endet erst 2020. Hier bin ich auf eine Kultur des Verständnisses angewiesen. Wenn meine Fraktion mich beispielsweise für diese Zeit von arbeitsintensiven Funktionen entlastet, kann ich meinen Kernverpflichtungen weiterhin ohne große Brüche nachkommen. Aber mich trägt die Überzeugung, dass Ehrenamt und Elternzeit miteinander funktionieren können, wenn alle Beteiligten sich flexibel auf solche natürlichen Veränderungen einstellen und am gleichen Strang ziehen. Es bleibt also spannend...!

### **Wie hat Ihre Familie und Ihr Freundeskreis reagiert?**

Ganz unterschiedlich. Die meisten beglückwünschen mich zu unserer Entscheidung und hätten ihre Kinderbetreuung auch gerne so organisiert. Offensichtlich gab es in der Vergangenheit aber noch zu viele konventionelle Hürden. Andere verwechseln diese neue Aufgabe mit einem sehr ausgedehnten Urlaub. Ich glaube eher, dass ich in meinem Leben noch nie auf diese Art und Weise herausgefordert wurde. So sehr ich mich auf diese intensive Zeit mit meiner Tochter freue, so viel Respekt vor dieser Verantwortung habe ich auch. Allerdings kennen wir immer mehr befreundete Paare, die sich die Elternzeit aufteilen, Elternzeit.plus nutzen oder die Kinderbetreuung mit einem Sabbatical kombinieren. Letztlich muss die Entscheidung zu den familiären und beruflichen Lebensumständen passen. Aber das Recht auf Väterzeit sollte man sich von niemandem streitig machen lassen.

### **Wie wollen Sie persönlich die Elternzeit nutzen? Haben Sie eigene Pläne für diese Zeit?**

Ich bin definitiv noch zu jung für meine Memoiren. Und derzeit vermute ich ohnehin, dass mir meine Tochter nicht viel Zeit lässt, um mich noch weiteren Hobbies zu widmen als den oben genannten. Wie wichtig es ist, seine eigenen Bedürfnisse und Interessen nicht gänzlich aus den Augen zu verlieren, konnte ich am Beispiel meiner Frau beobachten.



Ich bin echt stolz darauf, wie es ihr gelungen ist, sich selbst nicht ausschließlich als sorgende Mutter zu begreifen.

Auch für meine Elternzeit soll gelten:  
**Der wichtigste Faktor für glückliche Kinder sind glückliche Eltern!**

### **Was würden Sie anderen Vätern raten?**

Wir Männer sollten diese Zeit als Chance zum intensiven Kennenlernen der eigenen Kinder sowie zur eigenen Persönlichkeitsbildung nutzen. Eine passende Vaterrolle fällt ja nicht einfach vom Himmel. Und so oft bekommen wir nicht die Gelegenheit, uns auf eine so wesentliche Aufgabe zu konzentrieren und uns dabei auf unsere männliche Intuition zu verlassen!

*Interview mit Thomas Hartmann  
(SPD-Fraktionsvorsitzender Region Aachen  
Zweckverband, Mitglied im StädteRegionstag  
Aachen, DGB-Gewerkschaftssekretär)*

## Elterngeld

Das Elterngeld ermöglicht es Müttern und Vätern, sich im ersten Lebensjahr des Kindes ohne finanzielle Sorgen mehr Zeit für die Familie zu nehmen. Die Grundvoraussetzung zur Gewährung des Elterngeldes ist immer die eigene Betreuung und Erziehung des Kindes durch die Mutter oder den Vater. Elterngeld wird für die ersten zwölf Lebensmonate gewährt. Es kann zwei weitere Monate gewährt werden, auch wenn der andere Elternteil für diesen Zeitraum gar nicht oder maximal 30 Wochenstunden arbeitet und damit auf sein Einkommen oder zumindest einen Teil seines Einkommens verzichtet. Insgesamt kann die Elternzeit für maximal 14 Monate in Anspruch genommen werden. Die Aufteilung der Monate erfolgt individuell.

### Sie können Elterngeld unter den folgenden Voraussetzungen in Anspruch nehmen:

- >> wenn Sie einen Wohnsitz oder Ihren gewöhnlichen Aufenthalt in Deutschland haben,
- >> mit Ihrem Kind in einem Haushalt leben,
- >> dieses Kind selbst betreuen und erziehen sowie
- >> keine oder keine volle Erwerbstätigkeit ausüben.

Ein Anspruch auf Elterngeld kann auch bestehen, wenn die hier genannten Voraussetzungen bei Ihnen nicht erfüllt sind. Unter welchen Bedingungen Sie ebenfalls einen Anspruch haben, erfahren Sie auf der unten aufgeführten Internetseite.

#### Hinweis >>

Zu Fragen zum Elterngeld berät Sie die Elterngeldstelle des Kreises Euskirchen.  
Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.elterngeld.nrw.de](http://www.elterngeld.nrw.de)



# Kinderbetreuung

*Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf konfrontiert Sie u. a. mit der wesentlichen Frage nach der Betreuung Ihres Kindes oder Ihrer Kinder während Ihrer Berufstätigkeit.*

*Für Sie als Eltern kann die Kinderbetreuungsfrage zur Entscheidung zwischen Beschäftigung und Nichtbeschäftigung führen. Wenn Sie keine angemessene Betreuungsform finden, kann der lukrativste Arbeitsplatz von Ihnen nicht angetreten werden.*

**Welche Form der Kinderbetreuung ist nun die beste für Ihr Kind?**

Die Beantwortung dieser Frage ist von vielen Faktoren abhängig, wie z.B. vom Alter des Kindes bzw. der Kinder, von den Arbeitszeiten der Eltern sowie vom familiären und örtlichen Umfeld.

# „Mein Wiedereinstieg in den Beruf“

## Beispiel >>

Ich (Julia) habe wieder angefangen zu arbeiten, als unsere drei Kinder Mattis, Lilly und Jona 19 Monate, 30 Monate und 5 Jahre alt waren. Ich bin Lehrerin an einer Ganztagschule und mit 8 Unterrichtsstunden, aufgeteilt auf 3 Tage in der Woche, an der Schule wieder eingestiegen. Das geht so nur, weil ich Teilzeit in der Elternzeit arbeite.

Den Schritt des Wiedereinstiegs zu einem so frühen Zeitpunkt sind wir nur gegangen, weil wir für unsere Kinder eine liebevolle, verlässliche und qualifizierte Tagesmutter, Frau Waschkau, haben, bei der auch unser „großer“ Sohn schon war.

Jona geht seit knapp drei Jahren in den Kindergarten (Familienzentrum Kiefernweg) und ist dort glücklich. Durch diese für uns so gute Kinderbetreuung war der Wiedereinstieg für mich relativ einfach, allerdings gestaltet sich die Neuorganisation der familiären Abläufe als Herausforderung und alle müssen sich gewöhnen.

Termine, wie z.B. Elternsprechtag, Konferenzen oder aber auch Krankheit der Kinder, stellen uns immer wieder vor Probleme. Aus diesem Grund haben wir die Betreuung unseres Sohnes im Kindergarten von 35 auf 45 erhöhen müssen, was glücklicherweise kein Problem war. Auch Frau Waschkau zeigt sich nun über Jahre sehr flexibel und hilfsbereit, so dass die viele hundert Kilometer entfernt wohnenden Großeltern nur im Krankheitsfall einspringen mussten. Ohne diese Flexibilität und Hilfsbereitschaft aller Beteiligten wäre mein Wiedereinstieg unmöglich.

Sowohl im Kiefernweg als auch bei Frau Waschkau fühlen sich unsere Kinder sehr wohl und gehen unheimlich gerne hin. Dass alle drei Kinder sowohl bei der gleichen Tagesmutter waren bzw. sind, als auch die Tatsache, dass sie alle den gleichen Kindergarten besuchen werden, spricht für unsere Zufriedenheit und das gute Gefühl, eine optimale Betreuung für diese ersten Jahre gefunden zu haben.

*Julia und Markus Hofmann,  
Euskirchen*

## Tipp >>

### Kinderbetreuung unter 3 Jahren

Gerade bei Kindern unter drei Jahren ist die Betreuungsmöglichkeit in den öffentlichen Kindertageseinrichtungen noch nicht flächendeckend gegeben. Sie sollten daher schon möglichst früh bei den Einrichtungen in Ihrer Umgebung anfragen. Die öffentlichen Kindertageseinrichtungen werden in der Regel von Städten und Gemeinden, Kirchen oder auch freien Trägern betrieben. In einem Kindergarten oder einer Kindertagesstätte wird Ihr Kind von ausgebildeten Erzieherinnen und Erziehern betreut. Von Vorteil ist diese verlässliche, wenn auch nicht immer voll ausreichende Betreuung. Die Kosten für die Kinderbetreuung sind abhängig vom zeitlichen Rahmen und von Ihrem Einkommen. Eltern mit niedrigem Einkommen müssen eventuell nichts zahlen.

### Das sollten Sie bedenken:

- >> Zu welchen Zeiten benötige ich eine Betreuung?
- >> Wer kann sich an der Betreuung beteiligen (Partner, Großeltern, Nachbarn, Freunde, wechselseitige Betreuung mit anderen Müttern)?
- >> Soll mein Kind zu Hause oder an einem anderen Ort betreut werden?
- >> Wie weit darf die Betreuungsstelle von meiner Wohnung/meiner Arbeitsstelle entfernt sein?
- >> Auf welche Erziehungsinhalte und Erziehungsformen lege ich Wert?
- >> Welche Mitwirkungsmöglichkeiten bei der Betreuung sind mir wichtig? Welche werden mir geboten? Welche werden von mir erwartet?
- >> Wie kann die Betreuung sichergestellt werden, wenn mein Kind krank ist?
- >> Wer betreut mein Kind, wenn die Betreuungsperson nicht zur Verfügung steht (z.B. wegen eigener Krankheit oder Urlaub)?
- >> Wie organisiere ich die Kinderbetreuung in den Ferien und Urlaubszeiten?
- >> Gibt es auch die Betreuungsmöglichkeit, wenn mein Kind in die Schule geht?
- >> Wie sind die Kosten für die Kinderbetreuung?
- >> Kann ich einen finanziellen Zuschuss beantragen?

Quelle: [www.perspektive-wiedereinstieg.de](http://www.perspektive-wiedereinstieg.de)

## Tipp >>

### Kita-Navigator

Über den Kita-Navigator können Sie sich über die Kindertageseinrichtungen im Kreis Euskirchen informieren und Ihr Kind online anmelden. [www.kreis-euskirchen.de/service/jugend\\_und\\_familie/tageseinrichtungen.php](http://www.kreis-euskirchen.de/service/jugend_und_familie/tageseinrichtungen.php)

## Hinweis >>

Weitere Informationen zur Tagespflege finden Sie unter [www.kreis-euskirchen.de](http://www.kreis-euskirchen.de) >Bürgerservice >Jugend und Familie > Tagespflege

### Hinweis >>

Wenn Sie eine Tagesmutter suchen, wenden Sie sich im Kreis Euskirchen an den Deutschen Kinderschutzbund. Eine Übersicht der Kinderbetreuungsangebote im Kreis Euskirchen finden Sie unter [www.kreis-euskirchen.de](http://www.kreis-euskirchen.de) > Bürgerservice > Jugend und Familie.

Welches Angebot sich mit Ihrem Berufsalltag am besten kombinieren lässt, hängt u. a. von der Wohnort- oder Arbeitsplatznähe oder auch von den Öffnungszeiten der Einrichtung ab.

Eine Betreuung ist aber nicht nur im Kindergartenalter erforderlich, sondern vielfach auch in den ersten Schuljahren. Hier gilt es, z. B. Schulen mit angeschlossener Ganztagsbetreuung oder eine Nachmittagsbetreuung zu finden. Nähere Informationen erhalten Sie in Ihrer zuständigen Gemeinde oder Schule.

Sind für Ihren beruflichen Alltag geeignete Einrichtungen nicht vorhanden oder reichen die Betreuungszeiten nicht aus, können Sie überlegen, ob eine Betreuung durch eine Tagespflegeperson in Frage kommt.

Bei einer Tagespflegeperson wird Ihr Kind bzw. werden Ihre Kinder im kleinen Kreis privat betreut. Sie haben immer dieselbe Bezugsperson. Die Gruppe kann maximal bis zu fünf Kinder umfassen und Sie können die Betreuungszeiten mit der Tagespflegeperson individuell vereinbaren.

# Pflege von Angehörigen

## Nicht alle haben Kinder, aber alle haben Eltern!

*Die Pflegebedürftigkeit einer oder eines Angehörigen trifft Sie als Familienmitglied oft gänzlich unvorbereitet, daher benötigen Sie möglichst schnell Informationen über Betreuungsmöglichkeiten, finanzielle und rechtliche Aspekte, aber auch über kompetente Anlaufstellen für eine Beratung, da Sie in kürzester Zeit weitreichende Entscheidungen treffen müssen.*

Im Folgenden finden Sie einige Hinweise, die Sie bei der Balance zwischen Beruf und Pflege unterstützen können.

---

## Wichtige Beratungsstellen

- >> Beratung und Hilfe zu sämtlichen Fragen rund um das **Thema Pflege** erhalten Betroffene und Angehörige im Zentralen Informationsbüro Pflege (Z.I.P.) und Pflegestützpunkt des Kreises Euskirchen sowie im Pflegestützpunkt der AOK Rheinland/Hamburg Regionaldirektion Rhein-Erft-Kreis – Kreis Euskirchen.

Ratsuchende werden hier kostenlos und neutral über häusliche Pflege, Essen auf Rädern, Tages- und Kurzzeitpflege, freie Heimplätze, finanzielle Hilfen, andere Beratungsstellen und vieles mehr informiert. In telefonischen oder persönlichen Beratungsgesprächen wird gemeinsam mit Ihnen der individuelle Hilfebedarf geklärt und werden Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt. Auf Wunsch bieten die Mitarbeiterinnen des Z.I.P. und der Pflegestützpunkte auch Hausbesuche an.

Weiter erhalten Sie im Z.I.P./Pflegestützpunkt verschiedene Merkblätter und als wichtige Orientierungshilfe den „Wegweiser des Kreises Euskirchen für Seniorinnen, Senioren und ihre Angehörigen“. Dieser enthält vielseitige Informationen, Anregungen und Angebote „rund ums Älterwerden“ und kann kostenlos im Z.I.P./Pflegestützpunkt des Kreises Euskirchen angefordert oder von der Kreishomepage herunter geladen werden.

- >> **Demenzielle Erkrankungen** stellen für Sie als pflegende Angehörige eine besondere Herausforderung dar. Die Alzheimer-Gesellschaft Kreis Euskirchen e. V. informiert über Art, Ursachen und Therapie dieser Erkrankung. Sie hat zur Unterstützung der Erkrankten und ihrer Angehörigen Angehörigengruppen eingerichtet, die sich jeden Mittwoch zum Gedankenaustausch in einem Gesprächskreis treffen.
- >> Weitere Hilfe finden Sie bei der **Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle** Zülpich der Marienborn GmbH. Die Gerontopsychiatrische Beratungsstelle (GPB) bietet Beratung und Hilfe für Menschen im Alter und deren Angehörige bei Verwirrtheit, Depression und anderen seelischen Gesundheitsproblemen. In kostenfreien und vertraulichen Beratungsgesprächen, telefonisch oder persönlich, wird die Problematik beleuchtet und werden mit Ihnen individuelle Lösungen entwickelt. In Kooperation mit anderen regionalen Fachstellen hilft die GPB Ihnen und Ihren Angehörigen, ein geeignetes Hilfenetz mit Unterstützungsangeboten zu finden, um die Selbstständigkeit des erkrankten Menschen so lange wie möglich zu Hause zu erhalten.

---

## Wichtige Beratungsstellen

- >> **Die Wohnberatung** der Kreiskrankenhaus Mechernich GmbH bietet Beratung zu Hilfsmitteln, Wohnraumanpassung und Umbaumaßnahmen an, z.B. Türverbreiterungen, barrierefreier Wohnungszugang, Badezimmer-Umbau mit bodengleicher Dusche. Sie erhalten umfassende Tipps, wie man das Zuhause – auch vorausschauend planend – sicher, praktisch und bequem einrichten und/oder wie die persönliche Hilfe erleichtert werden kann. Die Wohnberatung hilft Ihnen bei Antragstellungen und der Klärung möglicher finanzieller Zuschüsse.

## Das Zentrale Informationsbüro Pflege (Z.I.P.) für den Kreis Euskirchen hält umfassende Informationen für Sie vor.

---

## Hilfen zu Hause

- >> Das Haus-Notruf-System bietet allein stehenden, älteren Menschen und Ihnen als pflegende Angehörige oder pflegenden Angehörigen ein Gefühl der Sicherheit. Sind Sie nicht zu Hause, kann Ihre Angehörige oder Ihr Angehöriger in einer Notsituation jederzeit per Knopfdruck Hilfe herbeirufen. Das Hausnotruf-System besteht aus einem Grundgerät, das an das Telefon Ihres Angehörigen angeschlossen wird und einem transportablen Funkfinger, den Ihr Angehöriger immer mit sich führt.
- >> Vielen älteren Menschen, kranken Menschen oder Menschen mit Behinderung fällt es schwer, sich täglich mit einer warmen Mahlzeit zu versorgen. Essen auf Rädern stellt hier eine Entlastung für Sie und Ihre Angehörige oder Ihren Angehörigen dar. Essen auf Rädern kann täglich warm oder als Wochenkarton kalt geliefert werden.
- >> Durch ambulante Pflegedienste können Sie bei der Betreuung Ihrer oder Ihres Angehörigen zu Hause unterstützt und entlastet werden. Das Angebot umfasst z.B. die Grund- und Behandlungspflege sowie haushaltsnahe Dienstleistungen.

- >> Die Tagespflege kommt für ältere pflegebedürftige Menschen in Betracht, deren Pflege und Betreuung tagsüber nicht ausreichend sichergestellt werden kann. Ziel der Tagespflege ist es, pflegende Angehörige zu entlasten und Pflegebedürftigen den Verbleib in der eigenen Wohnung zu ermöglichen. Bei der Tagespflege wird Ihre Angehörige oder Ihr Angehöriger zu Hause vom Fahrdienst der Tagespflegeeinrichtung abgeholt, tagsüber in der Einrichtung vollständig gepflegt und versorgt sowie durch entsprechende Angebote gezielt gefördert. Am späten Nachmittag werden die Angehörigen wieder nach Hause zurückgebracht. Sie können Tagespflege an einzelnen Wochentagen oder von montags bis freitags in Anspruch nehmen. Tagespflege setzt jedoch eine gewisse Mobilität Ihrer oder Ihres Angehörigen voraus.
- >> Zu Ihrer Unterstützung bieten Pflegekassen, Wohlfahrtsverbände und ambulante Pflegedienste häusliche Pflegekurse an, in denen Ihnen Grundkenntnisse für die häusliche Kranken- und Altenpflege und praktische Tipps vermittelt werden.
- >> Da die Pflege von Angehörigen Sie oftmals auch an die Grenzen Ihrer Belastbarkeit führen kann, sollten Sie die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe in Betracht ziehen. Sie bietet Entlastung und die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten. Das Selbsthilfebüro Euskirchen des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes kann Sie bei der Suche nach einem passenden Angebot unterstützen.

---

## Finanzielle Hilfen

- >> Finanzielle Hilfen können Sie bei den Pflegekassen, den Krankenkassen und dem Sozialamt erfragen. Ihre Pflegekasse bietet eine umfassende Beratung zu Leistungen der Pflegeversicherung bei häuslicher Pflege, Tages-, Kurzzeit-, Verhinderungs- und vollstationärer Pflege, zusätzlichen Betreuungsleistungen, wohnumfeldverbessernden Maßnahmen etc. an. Die Sozialämter beraten Sie zu Wohngeld, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, Hilfe zum Lebensunterhalt und weiteren Leistungen nach dem Zwölften Sozialgesetzbuch, wie Hilfe zur Pflege, Eingliederungshilfe für behinderte Menschen etc.

---

## Finanzielle Hilfen

- >> Beim Kreis Euskirchen in der Abteilung Soziales/Schwerbehinderung können Sie klären, ob die oder der Pflegebedürftige Anspruch auf einen Schwerbehindertenausweis und damit das Recht auf bestimmte Vergünstigungen hat, etwa die freie Fahrt für Begleitpersonen in Bahn, Bus, Taxi oder höheres Wohngeld.

### Hinweis >>

Informationen über die Pflege- und Beratungsangebote im Kreis Euskirchen erhalten Sie unter [www.kreis-euskirchen.de](http://www.kreis-euskirchen.de) > Bürgerservice > Soziales und unter [www.euskirchen.pflege.net](http://www.euskirchen.pflege.net)

---

## Hilfen durch den Gesetzgeber

Auch einzelne Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber haben sich bereits auf die Zunahme pflegender Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eingestellt und können Ihnen oftmals mit Informationen zur Vereinbarkeit von Berufstätigkeit und Pflege weiterhelfen.

Besonders Abwesenheitszeiten in Ihrem Beschäftigungsverhältnis aufgrund von Pflegeaufgaben können häufig auftreten. Der Gesetzgeber hat Ihre Rechte durch das Pflegezeitgesetz und das Familienpflegezeitgesetz an dieser Stelle gestärkt.

## Mit folgenden Angeboten unterstützt der Gesetzgeber Sie:

### Kurzzeitige Arbeitsverhinderung bei akuter Pflegebedürftigkeit

Beschäftigte haben die Möglichkeit, bis zu zehn Arbeitstage der Arbeit fernzubleiben, um eine bedarfsgerechte Pflege im akuten Pflegefall organisieren zu können oder eine pflegerische Versorgung in dieser Zeit sicherzustellen. Diese Auszeit steht allen Beschäftigten unabhängig von der Größe des Betriebes zu. Eine Entgeltzahlung ist während der Freistellung nicht vorgesehen. Es besteht aber, begrenzt auf insgesamt 10

Arbeitstage, für eine pflegebedürftige Person Anspruch auf ein Pflegeunterstützungsgeld. Dieses kann bei der Pflegeversicherung des Pflegebedürftigen beantragt werden.

### Pflegezeit

Beschäftigte haben die Möglichkeit, bis zu 6 Monate ganz oder teilweise aus dem Beruf auszusteigen, um einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen in häuslicher Umgebung zu pflegen. Der Anspruch besteht nur gegenüber Arbeitgebern mit mehr als 15 Beschäftigten. Die Pflegezeit muss gegenüber dem Arbeitgeber spätestens zehn Tage, bevor sie in Anspruch genommen wird, schriftlich angekündigt werden.

Um die Einkommensverluste abzufedern, kann für die Pflegezeit ein zinsloses Darlehen beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben beantragt werden.

### Familienpflegezeit

Beschäftigte haben die Möglichkeit, zur Pflege einer oder eines nahen Angehörigen die Wochenarbeitszeit für einen Zeitraum von maximal zwei Jahren auf bis zu 15 Stunden zu reduzieren. Auf die Familienpflegezeit besteht kein Rechtsanspruch gegenüber Arbeitgebern mit 25 oder weniger Beschäftigten, ausschließlich der zu ihrer Berufsbildung Beschäftigten.

Die Familienpflegezeit muss bei einer Freistellung von bis zu 24 Monaten 8 Wochen vorher angekündigt werden, beim Übergang von der Pflegezeit in die Familienpflegezeit spätestens 3 Monate vor Beginn.

Beschäftigte, die die Familienpflegezeit bis zu 24 Monate in Anspruch nehmen, haben in dieser Zeit einen Rechtsanspruch auf ein zinsloses Darlehen. Dieses Darlehen soll helfen, den Verdienstaufschlag abzufedern und wird in monatlichen Raten ausgezahlt. Es wird direkt beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFZA) beantragt und muss nach dem Ende der Familienpflegezeit

ebenfalls in Raten wieder zurückgezahlt werden.

### Für alle Auszeiten gilt:

Für Beschäftigte besteht von der Ankündigung – höchstens jedoch 12 Wochen vor dem angekündigten Termin – bis zum Ende der Auszeit Kündigungsschutz.

### Hinweis >>

Weitere Informationen zur Pflege- und Familienpflegezeit erhalten Sie unter [www.wege-zur-pflege.de](http://www.wege-zur-pflege.de) > Familienpflegezeit

# Arbeitszeitgestaltung und Arbeitszeitmodelle

## Wie viel Zeit haben Sie?

*Dreh- und Angelpunkt für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist die Arbeitszeitgestaltung. Flexible Arbeitszeitmodelle erleichtern es Ihnen, den Spagat zwischen Familie und Beruf zu meistern. Dazu gehören familienfreundliche Arbeitszeiten, insbesondere in Notsituationen.*

Im Folgenden können Sie sich über die verschiedenen Modelle informieren.

## **Gleitzeit**

Die Beschäftigten legen ihre tägliche Arbeitszeit innerhalb eines vorgegebenen Rahmens und in Absprache mit ihren Arbeitgeberinnen und Arbeitgebern selbst fest. Die formale Regelung der Gleitzeit beinhaltet oftmals eine Kernzeit, in der alle Beschäftigten anwesend sein müssen.

Eine Variante der Gleitzeit, die variable Arbeitszeit oder Vertrauensarbeitszeit, sieht keine Kernzeit vor und gibt berufstätigen Eltern somit die höchste Flexibilität bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Sie überlässt die Verteilung der individuellen Arbeitszeit den Beschäftigten selbst: Solange die insgesamt vereinbarte Wochenarbeitszeit eingehalten wird, steht es ihnen frei, ihre Arbeitszeit in gegenseitiger Abstimmung und unter Berücksichtigung der Unternehmensbedürfnisse flexibel zu gestalten.

## **Teilzeit**

Teilzeitmodelle eignen sich sowohl für eine bestehende Berufstätigkeit wie auch für den beruflichen (Wieder-)Einstieg, da sie am besten mit den Öffnungszeiten externer Kinderbetreuungseinrichtungen vereinbar sind. Teilzeit bedeutet eine regelmäßige Wochenarbeitszeit, die täglich oder im Durchschnitt kürzer ist als die Arbeitszeit einer in Vollzeit beschäftigten Person.

Das Spektrum reicht von wenigen Wochenstunden bis hin zu einer Arbeitszeit knapp unterhalb der Vollzeitbeschäftigung. Für die Verteilung der Arbeitszeit über den Tag, die Woche oder einen längeren Zeitraum gibt es die unterschiedlichsten Modelle. Neben der klassischen Vormittagsteilzeit kann Teilzeit tage- oder blockweise, an Nachmittagen, Abenden oder Wochenenden genommen werden. Die abgestufte Teilzeit ermöglicht eine sanfte Aufstockung in zwei oder drei Phasen.

## **Arbeitszeitkonten**

Es gibt sogenannte Jahresarbeitszeitkonten, Langzeitarbeitskonten und Lebensarbeitszeitkonten. Arbeitszeitkonten können je nach Absprache mit dem Vorgesetzten mehr oder weniger flexibel gehandhabt werden, die Möglichkeit des Auf- und Abbaus von Arbeitszeit ist immer eng an den jeweiligen Arbeitsaufwand gekoppelt. Grundregel: Je länger die Laufzeit, desto größer die Flexibilität. Das Jahresarbeitszeitmodell sieht vor, dass eine festgelegte Anzahl von Arbeitsstunden im Laufe des Jahres – sei es in Teilzeit oder Vollzeit – zu leisten ist.

Die Beschäftigten sammeln über einen längeren Zeitraum Überstunden an und gleichen sie in einem oder mehreren Blöcken durch Freizeit aus. Umgekehrt ist es auch möglich, Minusstunden anzusammeln, die im Laufe des Jahres durch Mehrarbeit ausgeglichen werden müssen. Die Beschäftigten erarbeiten sich in Phasen der Mehrarbeit Freizeitblöcke, die sie dann zu einem späteren Zeitpunkt flexibel nutzen können, z. B. bei familiären Betreuungsgängen.

Das Modell des Lebensarbeitszeitkontos ist die langfristigste Variante der Arbeitszeitkonten. Die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber bestimmen eine Gesamtlebensarbeitszeit, die die Arbeitnehmerin oder der Arbeitnehmer flexibel abarbeitet.

Das Modell gibt viele Freiheiten und erfordert ein eigenständiges Zeitmanagement. Es ermöglicht eine gleitende Eintrittsphase in das Berufsleben nach einer Familienphase.

### **Telearbeit / Home Office**

Unter dem Begriff Telearbeit oder Home Office werden verschiedene Arbeitsformen zusammengefasst, bei denen die Beschäftigten ihre Arbeit teilweise oder ganz zu Hause mit Hilfe der modernen Informationstechnologien wie Internet, Skype, Telefon- oder Videokonferenz erledigen. Die Kompetenzen von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die nicht regelmäßig im Büro erscheinen können, z. B. wegen familiärer Verpflichtungen, können so weiter genutzt werden.

Der größte Vorteil für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter liegt in der räumlichen Selbstbestimmung. Doch ohne Kolleginnen oder Kollegen zu arbeiten, liegt nicht jedem.

Wichtige Voraussetzung: Sie müssen sich sehr gut organisieren und selbstdiszipliniert sein!

### **Jobsharing**

Dies ist eine Ausgestaltungsform der Teilzeitarbeit. Mehrere Beschäftigte teilen sich bei diesem Modell einen Arbeitsplatz. In der Regel handelt es sich um Jobsplitting zwischen zwei Beschäftigten. Sie erledigen die Arbeiten, die in ihrem jeweiligen Zeitabschnitt anfallen, in eigener Verantwortung.

Die Arbeitszeit kann dabei nach unterschiedlichen Modellen aufgeteilt sein: Die Jobsharer können sich beispielsweise die Arbeit an einem Tag aufteilen, indem eine Person vormittags, die andere nachmittags arbeitet. Sie können an einigen Tagen in einer vollen Schicht und an anderen Tagen gar nicht arbeiten, oder sie wechseln sich wöchentlich ab.

Das Modell bietet gerade qualifizierten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern in Fach- oder Führungspositionen die Möglichkeit, ihre anspruchsvollen Tätigkeiten mit der Familienphase verbinden zu können.

#### **Hinweis >>**

Die Broschüre „Teilzeit, alles was Recht ist“ vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales bietet Ihnen umfassende Informationen zu Arbeitszeitmodellen.

[www.bmas.de/DE/Service/Medien/Publikationen/a263-teilzeit-alles-was-recht-ist](http://www.bmas.de/DE/Service/Medien/Publikationen/a263-teilzeit-alles-was-recht-ist)

# Altersvorsorge

**Mit einer Berufstätigkeit stellen Sie die Weichen für Ihre Zukunft!**

*Frauen können sehr viel seltener als Männer ihren Lebensunterhalt im Alter mit der eigenen Rente bestreiten. So lag die durchschnittliche gesetzliche Altersrente von Frauen in Westdeutschland 2015 bei 840 Euro, während bei Männern die Durchschnittsrente bei 1071 Euro lag.*

*Die Gründe sind die kürzeren Erwerbszeiten aufgrund einer Familienphase, die im Schnitt niedrigeren Löhne und Gehälter von Frauen sowie deren oft jahrelange Beschäftigung in Teilzeit.*

---

## **Ganz wichtig!**

**Mit Ihrer Berufstätigkeit stellen Sie die Weichen dafür, Ansprüche auf eine eigene gesetzliche Alterssicherung zu erwerben und diese mit einer zusätzlichen privaten Altersvorsorge aufzustocken.**

Selbst wenn Sie gegenwärtig wenig Spielraum haben, lohnt es sich, regelmäßig einen kleineren Betrag anzulegen. Über lange Laufzeiten sammelt sich so ein ansehnliches Polster an.

Auch die betriebliche Altersversorgung ist seit langem ein wichtiger und effizienter Baustein für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, um zusätzlich für das Alter vorzusorgen. Jeder hat gegenüber der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber einen **Rechtsanspruch auf eine eigenfinanzierte Altersvorsorge durch Entgeltumwandlung**. Diese Form der betrieblichen Altersvorsorge kann insbesondere Sie als Berufsrückkehrende oder Berufsrückkehrenden unterstützen, vorhandene Rentenlücken aufzufüllen. Sie verzichten dabei auf einen Teil Ihres Gehaltes – z. B. auf das Urlaubs- oder Weihnachtsgeld oder auf vermögenswirksame Leistungen – und leisten damit Beiträge zu Ihrer betrieblichen Altersvorsorge.

---

## Tipp >>

### Kindererziehungszeiten für die Rente anrechnen lassen

Eltern können sich Kindererziehungszeiten für die eigene Rente anrechnen lassen. Für Kinder, die ab dem 1. Januar 1992 geboren wurden, werden drei Jahre Kindererziehungszeit anerkannt, für früher geborene Kinder bis zu 24 Monate. Der erziehende Elternteil ist während der Kindererziehungszeit bei der Rentenversicherung so gestellt, als hätte er einen Durchschnittsverdienst erzielt und daraus Beiträge gezahlt.

Wer während der Kindererziehung arbeitet, profitiert trotzdem von den Kindererziehungszeiten. Neben den Beiträgen aus dem Arbeitslohn wird zusätzlich die Kindererziehungszeit für die spätere Rente gutgeschrieben. Wer nach der dreijährigen Kindererziehung in der Zeit bis zum 10. Lebensjahr des Kindes in Teilzeit arbeitet und mit der Teilzeitarbeit nicht mindestens ein durchschnittliches Einkommen erreicht, kann eine Aufwertung der Rente erhalten.

Werden mehrere Kinder gleichzeitig erzogen, verlängern sich die Kindererziehungszeiten. Darüber hinaus wird eine zusätzliche Anwartschaft auf die Rente gutgeschrieben, wenn gleichzeitig ein oder mehrere Kinder unter zehn Jahren erzogen werden.

## Tipp >>

### Arbeitslos?

Behalten Sie Ihre Altersvorsorge auch dann im Blick, wenn Sie Arbeitslosengeld II beziehen. Bei längerer Arbeitslosigkeit oder gesundheitlichen Einschränkungen haben Sie Anspruch darauf, dass bestimmte Teile Ihres bisher erworbenen Vermögens nicht zum Lebensunterhalt aufgebraucht werden müssen.

## Hinweis >>

Um gut informiert zu sein, nutzen Sie im Kreis Euskirchen die **Altersvorsorgeberatungen** beispielsweise bei der Verbraucherzentrale. Dort werden Ihnen verschiedene Möglichkeiten der Altersvorsorge vorgestellt und Antworten auf die wesentlichen Fragen gegeben, z.B.:

- >> Welche Anlageformen eignen sich für die private Altersvorsorge?
- >> Welche Vorsorgestrategie empfiehlt sich für welchen „Anlegertyp“?
- >> Wie entwickelt sich eine persönliche Vorsorgestrategie und wie lässt sie sich umsetzen?
- >> Wer und was wird staatlich gefördert?

Außerdem können Sie sich bei der **Deutschen Rentenversicherung** (auch gerade zum Thema der privaten Altersvorsorge) beraten lassen. Beratungsstellen der Deutschen Rentenversicherung finden Sie beispielsweise in Düren, Bonn, Köln und Aachen.

**Die Rentenberatungsstellen vor Ort, z.B. in den Stadt- und Gemeindeverwaltungen, und Ihre Rentenversicherungskasse sind weitere Anlaufstellen.**

# Beruflicher (Wieder-)Einstieg

*Vom „kleinen Familienunternehmen“ in die Firmenetage!  
Es gibt gute Gründe, wieder in den Beruf zurückzukehren.*

Sie verfügen über vielfältige Qualifikationen und sind hoch motiviert. Vielleicht befinden Sie sich auch in einer Lebenssituation wie Trennung oder Scheidung, die es für Sie notwendig macht, beruflich (wieder) aktiv zu werden. Das sichert nicht nur Ihren eigenen Lebensunterhalt, sondern trägt wesentlich dazu bei, eine eigenständige soziale Absicherung aufzu-

bauen. Durch den (Wieder-)Einstieg erhöhen Sie Ihre Chancen auf eine eigene finanzielle und soziale Absicherung. Außerdem tragen Sie mit dazu bei, das Familieneinkommen zu stabilisieren. Zugleich verbessern Sie aktiv den Aufbau einer eigenständigen Rente und mindern Ihr Risiko der Altersarmut.

## **bleiben Sie am Ball!**

Auch wenn die ersten Schritte zurück in die Arbeitswelt vielleicht mühevoller als erwartet sind: Nicht zuletzt haben Sie Freude an Ihrem Beruf, bringt er doch eine Bestätigung des eigenen Könnens und soziale Kontakte mit sich. Starten Sie mit dem nötigen Selbstbewusstsein, denn Sie haben bereits die „Firma Familie“ gemeistert, Kontakt zu Kindergärten und Schulen gepflegt, Termine vereinbart und abgestimmt, das Familieneinkommen verwaltet, mit Handwerkern verhandelt sowie Logistik- und Transportaufgaben organisiert.

**Zur Planung Ihres beruflichen (Wieder-)Einstiegs oder Ihrer beruflichen Entwicklung gehört eine gute Vorbereitung.**

.....

## Tipp >>

### Welcher Beruf passt zu mir?

Der BERUFECHECK unterstützt Sie bei der beruflichen Orientierung:

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) > Karriere und Weiterbildung >  
Wiedereinstieg > Wunschberuf und Ort eingeben > Berufecheck

### Bevor Sie damit beginnen, hier noch mehr Tipps:

- >> Überdenken Sie Ihren beruflichen Werdegang und überprüfen Sie, ob Träume und Wünsche realisierbar sind.
- >> Informieren Sie sich über die fachlichen Qualifikationen, die auf Ihrem gewünschten Arbeitsgebiet erforderlich sind.
- >> Bauen Sie Wissensdefizite ab, z.B. durch Kurse, Seminare, Fernunterricht oder E-Learning-Angebote, und verbessern Sie so Ihre Allgemeinbildung und fachliche Qualifikation.
- >> Lesen Sie Bücher und Zeitschriften und nutzen Sie das Internet, um in Ihrem Bereich auf dem Laufenden zu bleiben.
- >> Fordern Sie Unterstützung ein und nehmen Sie Hilfe an – von der Familie, Freunden und Personen in ähnlicher Situation.
- >> Knüpfen Sie Netzwerke mit Gleichgesinnten – gemeinsam geht vieles leichter.
- >> Pflegen Sie Kontakte zu ehemaligen Kolleginnen und Kollegen.
- >> Fragen Sie nach der Möglichkeit einer Urlaubs- oder Krankheitsvertretung oder dem besten Zeitpunkt für eine Bewerbung zum Wiedereinstieg.
- >> Erleichtern Sie sich den Einstieg über Aushilfstätigkeiten oder Zeitarbeit, wenn Sie nicht auf Anhieb eine Stelle finden.

Prüfen Sie mit der auf den nächsten Seiten aufgeführten Checkliste, über welche Qualitäten und Fähigkeiten Sie verfügen und ob Sie für den (Wieder-)Einstieg gerüstet sind.

# Checkliste

## zum beruflichen (Wieder-)Einstieg

*Betrachtet man es genau, haben Sie in Ihrer Familie bereits viele Berufe ausgeübt: Erzieherin/Lehrerin und Erzieher/Lehrer, Sozialarbeiterin und Sozialarbeiter, Seelsorgerin und Seelsorger, Köchin und Koch, Krankenpflegekraft, Streitschlichterin und Streitschlichter, Taxifahrerin und Taxifahrer und viele Berufe mehr. Mit den folgenden Erläuterungen wollen wir Ihnen dies bewusst machen.*

### **Starten Sie mit dem nötigen Selbstbewusstsein!**

Sie haben durch die anspruchsvollen Anforderungen in der Familienarbeit Qualifikationen erworben, die von großer Relevanz für den Arbeitsmarkt sind. Diese Managementfähigkeiten werden für Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber immer wichtiger.

1

#### **Unternehmensbezogenes Denken und Handeln**

Ihre Familie ist wie ein kleines Unternehmen – und Sie meistern die Firma „Familie“ professionell. Denn Sie schaffen Organisationsstrukturen, vereinbaren Ziele, sorgen für deren Erreichung. Sie haben das Familieneinkommen „gehaushaltet“, mit Handwerkern verhandelt und Organisationsprobleme gemeistert. Sie setzen Prioritäten und sind bereit, sich besonders zu engagieren.

2

#### **Planung, Koordination, Kontrolle**

Sie planen Familienaktivitäten, berücksichtigen die Interessen aller, koordinieren Termine und sorgen für deren Einhaltung. Sie arbeiten ökonomisch und können dabei mehrere Dinge gleichzeitig erledigen, ohne den Überblick zu verlieren. Sie vereinbaren Termine und stimmen sie ab – ob bei Ärzten, der Musikschule oder dem Sportverein – und halten den Kontakt zu Kindergärten und Schulen.

# 3

## **Komplexe Problemlösungen, Konfliktverhalten**

Sie erfassen und analysieren schnell Probleme in Ihrer Familie und können zur Lösung Alternativen entwickeln. Sie finden in Ihrer Familie bei unterschiedlichen Interessen Kombinationsmöglichkeiten und Kompromisse und können erfolgreich vermitteln. Sie weichen den Problemen in Ihrer Familie nicht aus, sondern gehen damit konstruktiv um, etwa bei Schulproblemen.

# 4

## **Fundierte Entscheidungsverhalten**

Sie müssen immer wieder Entscheidungen treffen. Sei es bzgl. der Urlaubsplanung, Ihrer Finanzen, der Kindererziehung oder Freizeitgestaltung. Sie können die Bedeutung von kurz-, mittel- oder langfristigen Entscheidungen erkennen. Sie beteiligen Ihre Familienangehörigen an der Entscheidungsfindung und informieren sie. Sie sind außerdem in der Lage, mögliche Konsequenzen zu berücksichtigen.

# 5

## **Kommunikations- und Kontaktfähigkeit**

Sie können Ihren Familienmitgliedern und Freunden zuhören, werden häufig um Rat gefragt und Sie sind es gewohnt, Ihre Meinung zu begründen. Sie reagieren einfühlsam auf die Gefühle anderer. Die sozialen Kontakte zur Nachbarschaft, Schule und Kindergarten werden von Ihnen gepflegt.

# 6

## **Delegation und Führung**

Sie verteilen Lob und Anerkennung und können dies ganz gezielt als Motivation einsetzen. Sie wissen, wer für welche Aufgaben geeignet ist, und können die Aufgaben an die Familienmitglieder delegieren. Sie fördern eigenständiges Verhalten durch die Übertragung von Aufgaben im häuslichen Umfeld.

# 7

## **Soziale Kompetenzen**

Sie sind flexibel und können sich schnell auf neue Situationen einstellen. Sie sind offen und kreativ, um auf kurzfristige Veränderungen zu reagieren. Sie vermitteln Ihren Kindern Werte und können das Selbstvertrauen anderer stärken und sie positiv beeinflussen. Sie verfügen über eine große Belastbarkeit und können auch unter Zeitdruck planvoll arbeiten.

---

## **Das alles können Sie sehr gut!**

Um nun wieder in Ihren Beruf zurückzukehren oder ganz neu durchzustarten, brauchen Sie unter Umständen eine sogenannte Kompetenzbilanzierung (eine Analyse Ihrer Stärken, Fähigkeiten, Talente) und bei Bedarf eine individuelle Weiterbildung oder Qualifizierung, müssen einen Schulabschluss nachholen oder benötigen eine Anerkennung geleisteter Qualifikationen. Die folgenden Informationen unterstützen Sie dabei.

# Weiterbildung und Qualifizierung

Bei einem beruflichen (Wieder-)Einstieg werden sich Ihnen sicher im Vorfeld viele Fragen stellen:

- >> zu erforderlichen Qualifikationen
- >> zu einer Erstausbildung
- >> zu Nachholmöglichkeiten von Schul- oder Berufsabschlüssen bis hin zu Anpassungsqualifizierungen
- >> zu einer grundsätzlichen Neuorientierung

Die Arbeitswelt wandelt sich ständig. Technischer Fortschritt, neue Trends, veränderte Arbeitsabläufe – Sie werden feststellen, dass sich einiges in Ihrem alten Arbeitsumfeld verändert hat. Dies führt vielleicht zu einer beruflichen Neuorientierung. Ein gutes Fundament und das Wissen um die eigenen Fähigkeiten und Talente, die Sie in einer Kompetenzbilanzierung herausfinden können, werden nun gebraucht.

## Tipps >>

### Kompetenzbilanzierung

Sie sind sich noch nicht sicher, ob Sie in Ihren erlernten Beruf zurückkehren oder ob Sie sich beruflich neu orientieren werden?

Mit den Verfahren der Kompetenzbilanzierung können Sie mehr über Ihre Fähigkeiten und Neigungen erfahren. Dabei werden neben den formalen Qualifikationen wie Ausbildung oder Studium die im bisherigen Berufsleben, aber auch in Freizeit und Familie erworbenen Kompetenzen erfasst. Diese können für Veränderungsprozesse genutzt werden. Hierzu gibt es mehrere Instrumente:

TalentKompass NRW  
ProfilPASS

[www.der-talentkompass.de](http://www.der-talentkompass.de)  
[www.profilpass-online.de](http://www.profilpass-online.de)

**Doch erfordert der Arbeitsmarkt nicht nur eine Berufsausbildung, sondern auch laufend Weiterbildungen.**

**Die kontinuierliche Teilnahme an beruflichen Qualifizierungen erhöht Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt und verbessert Ihre Optionen auf einen erfolgreichen beruflichen Wiedereinstieg.**

## Tipp >>

### Datenbank KURSNET

KURSNET ist Deutschlands größte Datenbank im Bereich der beruflichen Aus- und Weiterbildung. Ob Sie nachträglich einen Schulabschluss erwerben, eine schulische Ausbildung absolvieren, Ihre beruflichen Qualifikationen anpassen, erweitern oder sich beruflich umorientieren wollen – bei KURSNET sind Sie richtig. Zudem können Sie über KURSNET nach der für Sie am besten geeigneten Maßnahme im Rahmen der beruflichen Integration oder Rehabilitation suchen. Auch wenn Sie einen Hochschulabschluss anstreben, ist KURSNET die richtige Wahl.

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) > Karriere und Weiterbildung > Kurse finden

Reichen Ihre Kenntnisse der deutschen Sprache für den Arbeitsmarkt nicht aus, dann ist ein Deutschkurs erforderlich. Die bundesweit im Rahmen des Zuwanderungsgesetzes eingeführten Integrationskurse mit Deutschförderung schaffen eine gute Basis. Ergänzt und vertieft wird dieses Angebot durch berufsbezogene Deutschfördermaßnahmen. Ein berufsbezogener Sprachkurs dauert in Vollzeit sechs Monate, wobei Vollzeit 25 Unterrichtsstunden von morgens bis mittags bedeutet. Die Sprachenschule erstattet den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, die Grundsicherung erhalten, die Fahrtkosten ab einer Strecke von 3 km.

**Wenden Sie sich im Kreis Euskirchen an Ihre Agentur für Arbeit oder Ihr Jobcenter.**

## Beispiel >>

### Deutschkurs des BAMF

Dorota Arden, 46 Jahre, Polin, lebt seit 2011 in Deutschland. Ihr großer Wunsch ist es, eine Ausbildung zur Altenpflegehelferin zu machen. Sie hat den Deutschkurs des BAMF beim DRK besucht. „Ich freue mich, dass ich diesen Kurs gemacht habe, denn ich bin froh, dass ich jetzt alles selber regeln kann und nicht mehr von anderen abhängig bin.“ Im Mai 2016 hat sie den Kurs mit einem B1-Zertifikat abgeschlossen. „Das ist meine Zukunft!“ sagt Dorota Arden, als sie das Zertifikat in Händen hält.

„**Jetzt kann ich endlich meinen Wunsch verwirklichen!**“

# Anerkennung ausländischer Schul- und Berufsabschlüsse

*Sie haben eine Schul- oder Berufsausbildung im Ausland erworben und möchten in Deutschland in Ihrem erlernten Beruf wieder einsteigen oder auf Ihrem bereits erreichten Schulabschluss aufbauen?*

Am 1. April 2012 trat das „**Gesetz zur Verbesserung der Feststellung und Anerkennung im Ausland erworbener Berufsqualifikationen (BQFG)**“ in Kraft. Kurz wird es auch „Anerkennungsgesetz“ des Bundes genannt. Es garantiert erstmals allen Personen, die im Ausland einen Berufsabschluss in einem staatlich anerkannten Beruf erworben haben, einen Rechtsanspruch auf ein Feststellungsverfahren. Dabei wird überprüft, ob eine Gleichwertigkeit dieses Abschlusses mit dem entsprechenden Beruf in Deutschland vorliegt. Die Staatsangehörigkeit und der Aufenthaltsstatus spielen für die Beantragung dieser Gleichwertigkeitsprüfung keine Rolle, d. h., auch aus dem Ausland können Anträge eingereicht werden. Das Gesetz erleichtert Fachkräften mit einem im Ausland erlernten Beruf den

Zugang zum deutschen Arbeitsmarkt. Außerdem gibt es Hilfestellung, eine Beschäftigung zu finden, die auch der individuellen Qualifikation entspricht.

**Das Informationsportal „Anerkennung in Deutschland“** ist das zentrale Informationsmedium zum Anerkennungsgesetz der Bundesregierung ([www.erkennung-in-deutschland.de](http://www.erkennung-in-deutschland.de)). Wenn Sie Ihren Berufsabschluss auf Gleichwertigkeit zum entsprechenden deutschen Abschluss prüfen lassen möchten, erfahren Sie hier, wohin Sie sich wenden müssen und welche Papiere (Zeugnisse usw.) Sie für Ihr Verfahren benötigen. Darüber hinaus bietet das Portal Informationen zu den rechtlichen Grundlagen und Verfahren der beruflichen Anerkennung.

**Das Online-Tool „Anerkennungs-Finder“** zeigt den Weg zur richtigen Anerkennungsstelle und informiert auf Deutsch und Englisch rund um die Anerkennungsverfahren. **Die Hotline „Arbeiten und Leben in Deutschland“** des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge bietet eine Erstberatung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse. Sie erreichen die Hotline unter **+49 30-1815-1111**.

Wenn Sie eine Beratung zur Anerkennung Ihres Berufsabschlusses benötigen: Die Anlaufstellen des bundesweiten Netzwerks „Integration durch Qualifizierung (IQ)“ bieten in allen Bundesländern auf regionaler Ebene eine Erstberatung an. Der Bund fördert diese Beratung im Rahmen des Förderprogramms „Integration durch Qualifizierung – IQ“, das gemeinsam von den Bundesministerien für Bildung und Forschung und für Arbeit und Soziales sowie der Bundesagentur für Arbeit getragen wird.

## Hinweis >>

Sie können sich an die Migrationsberatung des Caritasverbands für das Kreisdekanat Euskirchen e.V., an den Jugendmigrationsdienst Euskirchen und die Bildungsberatungsstelle des Kreises Euskirchen wenden.

# Nachholen von Schulabschlüssen oder einer Berufsausbildung

## Nachholen eines Schulabschlusses

---

### *Sie haben noch keinen Schulabschluss erworben oder möchten Ihren Schulabschluss aufwerten?*

Wenn Sie einen Schulabschluss nachholen, investieren Sie in Ihre Zukunft: Denn ohne Abschluss ist heute ein Zutritt zum Arbeitsmarkt immer schwieriger. Die Gründe für einen fehlenden Schulabschluss sind vielfältig, was nicht bedeutet, dass dieser Zug für Sie nun abgefahren ist!

Wenn Sie merken, dass Sie mit einem Schulabschluss beruflich viel weiter kommen könnten, steht Ihnen dieser Weg auch später noch offen: Denn in Deutschland kann jeder Schulabschluss nachgeholt werden. Sofern Sie die Voraussetzungen erfüllen und schon genau wissen, dass Sie den Abschluss nachholen wollen, können Sie sich bei unterschiedlichen Anbietern anmelden.

Wenn Sie Arbeitslosengeld II beziehen, sprechen Sie zuerst mit Ihrer Vermittlungsfachkraft beim Jobcenter.

Nachfolgend stellen wir Ihnen kurz die möglichen Schulabschlüsse im Einzelnen vor:

Der **Hauptschulabschluss** ist die Grundlage für alle weiteren allgemein bildenden Schulabschlüsse. Haben Sie eine erfolgreich abgeschlossene Berufsausbildung, dann haben Sie damit meist gleichzeitig den Hauptschulabschluss erreicht. Er ist Voraussetzung für den Besuch bestimmter Berufsfachschulen, Fachschulen und Abendrealschulen.

Der **Mittlere Schulabschluss** (Realschulabschluss oder Qualifizierter Sekundarabschluss I genannt) bietet vielfältige Chancen: Die meisten Berufsfachschulen fordern ihn als Zugangsvoraussetzung. Wer ihn hat, kann, je nach Bundesland, die Fachoberschule bzw. Berufsoberschule besuchen, an der sich in Verbindung mit einer abgeschlossenen Berufsausbildung die Fachhochschulreife

erwerben lässt. Den Mittleren Schulabschluss können Sie z.B. an Berufskollegs, in Abendrealschulen und per Fernunterricht erwerben.

Mit der **Fachhochschulreife** erlangt man die Berechtigung zum Studium an einer Fachhochschule. Sie ist neben Abitur und fachgebundenem Abitur einer der drei Zugangswege zur Hochschule. Jedoch sind auch an den Fachhochschulen mittlerweile Auswahlverfahren üblich. Mit einem ersten Studienabschluss, der an einer Fachhochschule erworben wurde, wird in der Regel auch das Studium an einer Universität möglich, jedoch sind nur bestimmte Studiengänge erlaubt. Sie können die Fachhochschulreife an Abendgymnasien und Berufskollegs erwerben.

Die **Allgemeine Hochschulreife (Abitur)** berechtigt zum Studium aller Fächer an Universitäten und anderen Hochschulen.

---

## Externenprüfung zum nachträglichen Erwerb von Abschlüssen der Sekundarstufe I und II im Kreis Euskirchen

Jugendliche und Erwachsene, die die allgemeine Schulpflicht bereits erfüllt und noch keinen Schulabschluss erworben haben, können Abschlüsse der Sekundarstufe I und II in einer sogenannten Externenprüfung nachholen. Abschlüsse der Sekundarstufe: Hauptschulabschluss (Klasse 9), erweiterter Hauptschulabschluss (Klasse 10 Typ A), Fachoberschulreife (Mittlerer Schulabschluss).

Wer das 18. Lebensjahr vollendet hat und im Jahr vor der Prüfung keine zur Hochschulreife führende Schule besucht hat, kann durch die Externenprüfung die Abschlüsse der Sekundarstufe II: Fachhochschulreife oder Allgemeine Hochschulreife erwerben.

Die Externenprüfung findet einmal im Jahr statt. Sie besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil.

### Hinweis >>

#### Erwerb nachträglicher Schulabschlüsse im Kreis Euskirchen

##### Hauptschulabschluss, Fachoberschulreife

Weiterbildungskolleg Euskirchen

[info@weiterbildungskolleg-eu.de](mailto:info@weiterbildungskolleg-eu.de), [www.weiterbildungskolleg-eu.de](http://www.weiterbildungskolleg-eu.de)

##### Hauptschulabschluss nach Klasse 9

Berufskolleg Eifel des Kreises Euskirchen in Kall

[aktuelle.infos@berufskolleg-eifel.de](mailto:aktuelle.infos@berufskolleg-eifel.de), [www.berufskolleg-eifel.de](http://www.berufskolleg-eifel.de)

##### Thomas-Eßer-Berufskolleg des Kreises Euskirchen

[info@teb-eu.eu](mailto:info@teb-eu.eu), [www.teb-eu.eu](http://www.teb-eu.eu)

##### Fachhochschulreife (Fachabitur), Allgemeine Hochschulreife (Abitur)

Weiterbildungskolleg Euskirchen

[info@weiterbildungskolleg-eu.de](mailto:info@weiterbildungskolleg-eu.de), [www.weiterbildungskolleg-eu.de](http://www.weiterbildungskolleg-eu.de)

## Nachholen einer Berufsausbildung

---

*Sie haben bislang noch keine Berufsausbildung abgeschlossen?  
Sie möchten sich mit Ihrem beruflichen Wiedereinstieg langfristig eine auskömmliche Existenz sichern?*

Dann sollten Sie sich überlegen, ob Sie jetzt eine Ausbildung nachholen. Neben dem klassischen Weg einer dreijährigen Ausbildung können Sie eine Ausbildung in Form einer Teilzeitausbildung oder einer externen Prüfung nachholen.

### Teilzeitausbildung

Eine besondere Form der beruflichen Erstausbildung stellt die Teilzeitausbildung dar.

Gerade für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf gewinnt die Teilzeitarbeit immer größere Bedeutung. Sie können neben der Kindererziehung oder der Pflege von Angehörigen zeitgleich eine Ausbildung absolvieren. Diese wurde 2005 in das Berufsbildungsgesetz aufgenommen und gilt für diejenigen, die aus familiären Gründen keine Erstausbildung in Vollzeit absolvieren können. Bedingung ist, dass der Ausbildungsbetrieb und die zuständige Kammer dieser Regelung zustimmen. Prinzipiell kann jede Berufsausbildung nach dem Berufsbildungsgesetz in Teilzeit stattfinden. Die oder der Auszubildende und der Betrieb einigen sich auf eine Wochen-

stundenzahl, etwa zwischen 20 und 30. Sie besprechen gemeinsam, zu welchen Zeiten diese Stunden geleistet werden (Vormittag, Nachmittag, Arbeitszeitkonto). Die Berufsschule wird in Vollzeit besucht. Dem Ausbildungsvertrag wird ein Zusatz angefügt, in dem die Teilzeitvereinbarung schriftlich fixiert wird.

### Externenprüfung

Eine weitere Möglichkeit zur Nachqualifizierung ist die Externenprüfung. Sie bietet Menschen mit langjähriger Berufserfahrung eine Möglichkeit, einen Berufsabschluss zu erlangen, ohne vorab eine Ausbildung absolvieren zu müssen.

Damit Sie an der Prüfung teilnehmen dürfen, müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt werden. Zum einen müssen Sie eine längere Berufstätigkeit in dem Ausbildungsberuf nachweisen, in dem Sie die Prüfung ablegen möchten. Die Berufstätigkeit muss mindestens das Eineinhalbfache der regulären Ausbildungszeit betragen. Das bedeutet bei einer Ausbildungszeit von drei Jahren eine Berufstätigkeit von viereinhalb Jahren in

Vollzeit. In Teilzeit verlängert sich der Zeitraum dementsprechend. Zeiten in anderen einschlägigen Ausbildungsberufen und Berufstätigkeiten im Ausland können hinzugerechnet werden.

Wenn Sie die notwendigen Zeiten an Berufstätigkeit nicht nachweisen können, müssen Sie die beruflichen Kompetenzfelder auf andere Weise nachweisen. Dies kann beispielsweise durch entsprechende Zertifikate von modularen Nachqualifizierungen nachgewiesen werden. Jedoch bleibt die endgültige Entscheidung zur Zulassung zur Externenprüfung bei der jeweiligen Kammer.

# Fördermöglichkeiten zur beruflichen Entwicklung

## Weiterbildung zahlt sich aus!

### **Sie planen Ihren beruflichen Wiedereinstieg oder möchten beruflich weiterkommen?**

Neben der persönlichen Einstellung zum Beruf ist die regelmäßige berufliche Weiterbildung die wichtigste Voraussetzung für eine erfolgreiche Zukunft in der Berufswelt. Sie sorgt für die nötige Sachkenntnis, um die Herausforderungen des modernen Berufslebens zu meistern. Dabei sind Weiterbildungen oft teuer, die Kurse, Fahrtkosten und Bücher kosten Geld. Manchmal fallen noch Prüfungsgebühren an. Sie fragen sich zu Recht, wie Sie Ihre Weiterbildung finanzieren können. Die gute Nachricht lautet: Bund und Länder unterstützen Sie mit zahlreichen Förderprogrammen. Ob Sie sich als Berufsrückkehrende und Berufsrückkehrender, als arbeitslos gemeldete Person, als Selbstständige und Selbstständiger oder Angestellte und Angestellter beruflich weiterbilden oder neu orientieren möchten – fast immer ist eine finanzielle Unterstützung bei Ihrem Weiterbildungsvorhaben möglich.

Einen Überblick über die wichtigsten Fördermöglichkeiten haben wir für Sie zusammengestellt.

### **Beratung zur beruflichen Entwicklung**

Mit dem kostenfreien Förderangebot „Beratung zur beruflichen Entwicklung“ unterstützt das Ministerium für Arbeit, Integration und Soziales (MAIS) Personen in beruflichen Orientierungs- und Veränderungsprozessen. Dieses Angebot einer professionellen Beratung zur beruflichen Entwicklung richtet sich an Erwachsene, die in Nordrhein-Westfalen wohnen oder arbeiten, insbesondere an Menschen mit beruflichen Veränderungswünschen, an Berufsrückkehrende nach einer familiären Unterbrechung der Berufstätigkeit und an Frauen und Männer mit im Ausland erworbenen Berufsqualifikationen.

Die Beratung kann bis zu neun Stunden umfassen, sie ist für die Ratsuchenden kostenfrei. In den Gesprächen setzen sich die Ratsuchenden mit ihren Fähigkeiten, Interessen und Wünschen auseinander. Sie erhalten wichtige Informationen über den Arbeitsmarkt, über mögliche Weiterbildungen und Fördermöglichkeiten. Außerdem erstellen sie mit Unterstützung der Beratenden kurz- und langfristige Ziele für die berufliche Entwicklung und planen deren Umsetzung.

#### Hinweis >>

Ihr Ansprechpartner ist die Bildungsberatungsstelle des Kreises Euskirchen.

## Prämiengutschein

Der Prämiengutschein ist Teil des Förderprogramms „Bildungsprämie“. Mit dem Prämiengutschein unterstützt der Bund die Finanzierung individueller beruflicher Weiterbildungen. Der Prämiengutschein unterstützt erwerbstätige Frauen und Männer über 25 Jahre, die mindestens 15 Stunden wöchentlich arbeiten und deren zu versteuerndes Jahreseinkommen 20.000 Euro (40.000 Euro bei Verheirateten) nicht übersteigt. Die Weiterbildungskosten dürfen 1.000 Euro brutto nicht übersteigen.

Auch Berufsrückkehrende oder Mütter und Väter in Elternzeit können den Prämiengutschein in Anspruch nehmen. Bei der Berechnung des zu versteuernden Einkommens werden Kinderfreibeträge berücksichtigt. Alle zwei Jahre wird eine Teilnahme an einer beruflichen Weiterbildung gefördert, wobei es sich nicht um eine innerbetriebliche Maßnahme handeln darf.

Aus den Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfonds werden 50 Prozent, maximal 500 Euro, der Weiterbildungskosten übernommen. Den Rest der Kosten müssen Sie selbst aufbringen.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info)

### Hinweis >>

Ihr Ansprechpartner ist die Bildungsberatungsstelle des Kreises Euskirchen.

---

## Bildungsscheck

Damit mehr Menschen und Unternehmen das Thema Weiterbildung als Chance für die Zukunft begreifen, bietet das Land NRW mit dem Bildungsscheck ganz konkrete Unterstützung an. Der Bildungsscheck unterstützt unter bestimmten Voraussetzungen erwerbstätige Frauen und Männer in ihrer beruflichen Entwicklung, ermöglicht aber auch Berufsrückkehrenden einen nachhaltigen Wiedereinstieg. Er kann auch von Firmen in Anspruch genommen werden, die nicht mehr als 250 Beschäftigte haben. Der Bildungsscheck kann für die unterschiedlichsten Angebote genutzt werden. Der Besuch berufsspezifischer Kurse ist ebenso möglich wie die Anmeldung zu Computer-, Rhetorik- oder Sprachkursen.

Der Bildungsscheck deckt 50 Prozent der Weiterbildungskosten, maximal einen Betrag in Höhe von 500 Euro, ab.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.bildungsscheck.nrw.de](http://www.bildungsscheck.nrw.de).

### Hinweis >>

Ihr Ansprechpartner ist die Bildungsberatungsstelle des Kreises Euskirchen.

## Bildungsgutschein

Mit dem Bildungsgutschein fördern die Bundesagentur für Arbeit und das Jobcenter die berufliche Weiterbildung von Arbeitslosen und Arbeitssuchenden. Es ist die schriftliche Zusage für die Förderung einer beruflichen Weiterbildung, die eine Neuorientierung unterstützt und die Rückkehr in den Beruf wahrscheinlicher macht. Die Agentur für Arbeit oder das Jobcenter übernehmen für zertifizierte Bildungsangebote neben den Lehrgangsgebühren zu 100 Prozent auch die Fahrtkosten, die Kosten für die Kinderbetreuung und bei Bedarf die Kosten für die Unterkunft sowie für die Verpflegung.

### Hinweis >>

Im Kreis Euskirchen beraten Sie Ihre zuständige Arbeitsagentur oder Ihr Jobcenter dazu in einem persönlichen Gespräch.

# Bewerbung und Arbeitssuche

## Werbung in eigener Sache!

Sie sind nun gut vorbereitet, haben Ihre Qualifikationen gegebenenfalls aufgefrischt und suchen nach einer Arbeitsstelle. Bei der Arbeitssuche ist es wichtig, gezielt nach Stellen zu suchen, die mit den eigenen Fähigkeiten und Erwartungen übereinstimmen. Dies kann auf vielerlei Weise gelingen durch:

- >> die Jobbörse der Agentur für Arbeit
- >> weitere Jobbörsen wie z.B. [stepstone.de](http://stepstone.de) und [kalaydo.de](http://kalaydo.de)
- >> Anzeigen in Zeitungen und im Internet
- >> Initiativbewerbung
- >> private Arbeitsvermittlung
- >> persönliche Kontakte zu Bekannten, Freunden und Familie
- >> Berufsverbände und berufliche Netzwerke

Ihre berufliche Zukunft hängt nicht nur von einer guten Vorbereitung ab. Entscheidend ist Ihre Bewerbung.

Nur wenn der erste Eindruck beim Personalverantwortlichen stimmt, der Lebenslauf komplett ist, das Bewerbungsschreiben überzeugt und im Vorstellungsgespräch die richtigen Antworten kommen, können Sie am Ende den gewünschten Arbeitsvertrag unterschreiben.

### Tipp >>

#### **Gestalten Sie Ihre Bewerbungsmappe wie eine persönliche Werbebroschüre!**

Konkrete Anregungen finden Sie in dem Heft „Praxisnahe Bewerbungstipps für Frauen“, erhältlich bei den Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit und des Jobcenters EU-aktiv.

## Was müssen Sie wissen?

### Der Lebenslauf

- >> Welche Informationen dürfen auf keinen Fall fehlen?
- >> Wie sind Lücken im Lebenslauf zu bewerten?
- >> Wie muss das Bewerbungsfoto aussehen?

### Das Bewerbungsschreiben

- >> Wie formuliere ich ein Anschreiben?
- >> Was gehört in die Bewerbungsmappe?
- >> Wann hat eine Initiativbewerbung Erfolg?

### Das Vorstellungsgespräch

- >> Wie bereite ich mich auf ein Vorstellungsgespräch vor?
- >> Spreche ich im Bewerbungsgespräch schon über das Gehalt?
- >> Was erwarten Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber im Vorstellungsgespräch?

### Das Assessment-Center

- >> Was ist ein Assessment-Center?
- >> Wie wichtig ist die Selbstpräsentation im Assessment-Center?
- >> Welche psychologischen Tests gibt es?

Da sich inzwischen viele Änderungen in Sachen Bewerbung ergeben haben, ist es wichtig, dass Sie sich über die aktuellen Bewerbungstrends informieren.

Wie Sie in der heutigen Zeit Ihre Bewerbung gestalten, mögliche Lücken im Lebenslauf darstellen und sich auf ein Vorstellungsgespräch vorbereiten, können Sie z.B. bei der **Agentur für Arbeit und dem Jobcenter** erfahren.

Unabhängig vom gewählten Weg bei der Stellensuche, ist sie selten beim ersten Versuch von Erfolg gekrönt. Meist benötigen Sie mehrere Anläufe und einen längeren Zeitraum. Lassen Sie sich nicht entmutigen und behalten Sie Ihre Wünsche und Erwartungen an Ihre neue Stelle im Auge.

# Existenz- gründung

## Neue Zukunftsperspektiven durch berufliche Selbstständigkeit

### *Möchten Sie beruflich wieder einsteigen und sich dabei selbstständig machen?*

Dann kann eine Existenzgründung ein attraktiver Weg zum Wiedereinstieg für Sie sein. Manchmal ist es möglich, zu Anfang mit wenigen Stunden ins Berufsleben zurückzukehren. Nach einer längeren Familienauszeit lassen sich auf diese Weise flexible Arbeitszeiten besser mit der Kinderbetreuung vereinbaren.

Ein eigenes Unternehmen führen, die eigene Chefin oder der eigene Chef sein – für viele Berufsrückkehrende ist die berufliche Selbstständigkeit eine attraktive Alternative, um in das Arbeitsleben zurückzukehren. Sie erwerben damit die Möglichkeit, sich nach einer längeren Familienpause beruflich neu zu orientieren und

Familie und Beruf ideal verbinden zu können. Frauen sind heute als Gründerinnen und Unternehmerinnen ein wichtiger Wirtschaftsfaktor. Auch wenn die einzelnen Gründungsschritte für Frauen und Männer ähnlich sind: Frauen gründen nach einhelliger Expertenmeinung anders. Ihre Gründungsvorhaben sind oftmals kleiner und anfangs weniger auf Wachstum ausgerichtet, aber durchaus erfolgreich.

---

### Wenn Sie eine Existenzgründung erwägen, sollten Sie sich unbedingt einige der folgenden Fragen stellen:

- >> Ist meine Gründungsidee markttauglich und hat sie Aussicht auf wirtschaftlichen Erfolg?
- >> Finde ich für meine Gründungsidee Kundinnen und Kunden?
- >> Verfüge ich über die für meine favorisierte Branche erforderlichen fachlichen Qualifikationen?
- >> Bin ich geeignet als Unternehmerin?
- >> Bringe ich Organisationstalent, Selbstvertrauen, Durchsetzungs- und Stehvermögen mit?
- >> Was ist bei der Planung zu berücksichtigen?
- >> Wie hoch sind die erforderlichen Finanzen?
- >> Was gibt es für öffentliche Finanzierungshilfen?

**Damit Sie eine realistische Planung für die nächsten drei Jahre haben, erstellen Sie unbedingt einen Businessplan. Damit können Sie das gewisse Risiko, das immer mit einer Existenzgründung verbunden ist, minimieren.**

## Hinweis >>

Verwenden Sie ausreichend Zeit für die Planung der praktischen Umsetzung und Finanzierung. Dies gilt auch für die Gespräche mit den Banken. Bereiten Sie sich darauf gut vor. Lassen Sie sich im Vorfeld kompetent beraten.

So oder so werden Sie ein verlässliches Netzwerk für Ihre Kinderbetreuung oder die Pflege Angehöriger brauchen, um besonders in der ersten Zeit flexibel agieren zu können, damit Sie mit Erfolg in Ihre Selbstständigkeit starten können. Lange Arbeitszeiten oder unvorhergesehene Kundentermine können Ihre gut durchdachte Familienorganisation an ihre Grenzen bringen. Neben fachlicher Unterstützung brauchen Sie die Rückendeckung Ihrer Familie sowie eine gut durchorganisierte Betreuung, auch für den Notfall. Schnell können Erfordernisse Ihres Unternehmens Sie zu zeitnahe Handeln zwingen.

Je nachdem, in welcher Branche Sie Ihre Selbstständigkeit planen, ist es möglich, mit einem kleinen Stundenbudget pro Woche in Teilzeit und somit zeitlich flexibler zu beginnen. Da dies leicht mit den Familienaufgaben zu vereinbaren ist, kann der (Wieder-)Einstieg sehr früh beginnen. Dabei bleiben berufsrelevante Qualifikationen erhalten und können weiter ausgebaut werden. Dies stärkt zudem erheblich Ihr Selbstbewusstsein – und Ihr finanzielles Risiko ist bei einer ersten Gründung in Teilzeit in der Regel geringer.

**Die Stabsstelle Struktur- und Wirtschaftsförderung des Kreises Euskirchen** betreibt eines der fünf STARTERCENTER NRW in der Gründerregion Aachen.

**Das Internetportal STARTERCENTER NRW** bietet viele wichtige Informationen und Materialien zum Thema Gründen und Finanzen. Holen Sie sich eine kompetente und neutrale Beratung.

**Das STARTERCENTER in Euskirchen** ist geschult zum Thema Wiedereinstieg.

## Tipp >>

### **Selbstständigkeit und Arbeitslosigkeit**

Wenn Sie arbeitslos gemeldet sind, ist es auf jeden Fall ratsam, sich bei der Bundesagentur für Arbeit oder bei Ihrem Jobcenter über die Möglichkeiten eines Gründungszuschusses bzw. des Einstiegsgeldes zu informieren.

## Tipp >>

### **STARTERCENTER NRW**

In allen Regionen Nordrhein-Westfalens werden Existenzgründerinnen und Existenzgründer, ob Freiberuflerinnen, Freiberufler oder Gewerbetreibende, mit Hilfe der STARTERCENTER NRW auf ihrem Weg in die Selbstständigkeit unterstützt. [www.gruenderregion.de](http://www.gruenderregion.de)

Selbstverständlich können Sie sich bei weiteren  
Fragen gerne an uns wenden:

**Bettina Eil**

**Gleichstellungsbeauftragte Kreis Euskirchen**

Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen

Tel. 02251 15618, Fax 02251 15643

gleichstellungsbeauftragte@kreis-euskirchen.de

**Astrid Günther**

**Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt**

**Jobcenter EU-aktiv**

Sebastianusstraße 22, 53879 Euskirchen

Tel. 02251 7760281, Fax 02251 7760100

astrid.guenther@jobcenter-ge.de

**Sarah Komp**

**Struktur- und Wirtschaftsförderung Kreis Euskirchen**

Frauenberger Straße 152, 53879 Euskirchen

Tel. 02251 15904, Fax 02251 15581

sarah.komp@kreis-euskirchen.de

**Sandra Schmitz**

**Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt**

**Agentur für Arbeit Brühl**

Thoméstraße 17, 53879 Euskirchen

Tel. 02251 797179, Fax 02251 797240

Bruehl.BCA@arbeitsagentur.de

**Birgitt van Megeren**

**Wissenschaftliche Mitarbeiterin**

**Region Aachen – Zweckverband**

**Kompetenzzentrum Frau und Beruf**

Dennewartstraße 25–27, 52068 Aachen

Tel. 0241 963–1921, Fax 0241 963–1948

vanmegeren@regionaachen.de

..... “  
Wir hoffen, dass wir Ihnen mit  
dieser Broschüre Anregungen  
und Tipps geben konnten, wie  
Sie Ihren ganz persönlichen  
,Spagat‘ zwischen Familie und  
Beruf meistern können.  
” .....



*Die Beteiligten und Ansprechpartnerinnen von links nach rechts:  
Sarah Komp, Sandra Schmitz, Astrid Günther, Bettina Eil und Birgitt van Megeren*  
.....

# Einrichtungen von A-Z

Hier finden Sie die wichtigsten Anlaufstellen, die Sie bei Ihrem „Spagat“ zwischen Familie und Beruf unterstützen. Um Ihnen die Orientierung zu erleichtern, weisen die Farbmarkierungen jeder Einrichtung auf deren Handlungsfelder hin. Die Handlungsfelder sind unterteilt in die Bereiche:

**Berufswahl und Lebensplanung**

**Vereinbarkeit von Familie und Beruf**

**Beruflicher (Wieder-)Einstieg**

**Existenzgründung**



## Agentur für Arbeit Euskirchen

Thoméstraße 17  
53879 Euskirchen  
Tel. 0800 4 555500  
[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

Die Agentur für Arbeit Euskirchen ist Ihr Ansprechpartner für alle Fragen zur Berufswahl, beruflichen Qualifizierung und Integration in Arbeit.

### Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

**Für wen:**

- >> Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteiger in den Beruf
- >> Junge Mütter und Väter ohne Berufsausbildung

**Angebote:**

- >> Informationen zum Thema Wiedereinstieg in den Beruf
- >> Beratung über Möglichkeiten der Aus- und Weiterbildung
- >> Coaching zu Bewerbungsstrategien und zur gezielten Arbeitssuche
- >> Beratung zur Teilzeitberufsausbildung

#### **Kontakt:**

Agentur für Arbeit Euskirchen  
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt  
Tel. 02251 797179  
[bruehl.bca@arbeitsagentur.de](mailto:bruehl.bca@arbeitsagentur.de)

## Wiedereinstiegsberatung

**Für wen:** >> Frauen und Männer, die nicht arbeitslos oder arbeitsuchend gemeldet sind, in keinem sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnis stehen, in absehbarer Zeit eine versicherungspflichtige Beschäftigung aufnehmen wollen und können (stille Reserve)

**Angebote:** >> Berufliche Orientierungsberatung und Lebenswegplanung

### Kontakt:

Wiedereinstiegsberaterin

Tel. 02234 95730-96

bruehl.wiedereinstieg@arbeitsagentur.de

## Arbeitsvermittlung

**Für wen:** >> Personen, die arbeitslos oder arbeitsuchend sind  
>> Personen in beruflichen Veränderungsprozessen

**Angebote:** >> Vermittlung in Arbeit  
>> Beratung zur beruflichen (Neu-)Orientierung  
>> Beratung zur beruflichen Aus- und Weiterbildung  
>> Unterstützende Leistungen zur Arbeitsaufnahme

### Kontakt:

Arbeitsvermittlung in den beiden Geschäftsstellen Euskirchen und Kall

Geschäftsstelle Euskirchen

Thomestraße 17

53879 Euskirchen

Tel. 0800 4 555500

Geschäftsstelle Kall

Aachener Straße 57

53925 Kall

Tel. 0800 4 555500

## Berufsberatung

---

**Für wen:** >> Ausbildungsplatzsuchende und Studieninteressierte unter 25 Jahren

---

**Angebote:** >> Allgemeine Berufsberatung  
>> Abiturientenberatung (Studium)  
>> ausbildungsbegleitende Hilfen  
>> berufsvorbereitende Bildungsmaßnahmen  
>> Berufsausbildungen

### **Kontakt:**

Agentur für Arbeit Euskirchen, Berufsberatung  
Ursulinenstraße 37  
53879 Euskirchen  
Tel. 0800 4 555500  
Euskirchen.152-U25@arbeitsagentur.de  
www.arbeitsagentur.de

## Berufsinformationszentrum

---

**Für wen:** >> Alle Bürgerinnen und Bürger, die sich zu Themen rund um Bildung, Beruf und Arbeitsmarkt informieren möchten

---

**Angebote:** >> Informationen zur Berufsorientierung, zu weiterführenden Schulen, Ausbildung, Studium, Weiterbildung, Existenzgründung, Familie und Beruf, Lernen und Arbeiten im Ausland  
>> Kostenlose Erstellung Ihrer Bewerbungsunterlagen

### **Kontakt:**

Berufsinformationszentrum Brühl  
Wilhelm-Kamm-Straße 1  
50321 Brühl  
Tel. 02232 9461-297  
Tel. 02232 9461-298  
bruehl.biz@arbeitsagentur.de



## **Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte und Familienplanung**

Gerberstraße 49  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 929225  
Fax 02251 54866  
bst218@frauen-helfen-frauen.eu  
www.frauen-helfen-frauen.eu

>> Wir sind eine staatlich anerkannte und konfessionell ungebundene Beratungsstelle und informieren und beraten kostenfrei unter Einhaltung der Schweigepflicht und auf Wunsch anonym.

### **Für wen:**

>> Frauen, Männer, Menschen mit unterschiedlicher sexueller Identität, Jugendliche, Paare, Gruppen

### **Angebote**

- >> Unterstützung und Beratung bei Schwangerschaften und Schwangerschaftskonflikten (Beratungsbescheinigung)
- >> Informationen zu und Vermittlung von finanziellen Hilfen (Bundesstiftung Mutter und Kind)
- >> Beratung nach Geburt
- >> Beratung zur vertraulichen Geburt
- >> Bei Krisen nach der Geburt
- >> Beratung nach Schwangerschaftsabbruch, Fehl- oder Totgeburt
- >> Beratung bei ungewollter Kinderlosigkeit
- >> Paar- und Sexualberatung
- >> Sexualpädagogik mit Mädchen
- >> Mädchensprechstunde
- >> Beratungen zur sexuellen Orientierung
- >> Onlineberatung



## Berufsbildungszentrum Euskirchen (BZE)

In den Erken 7  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 1490  
info@bze-euskirchen.de  
www.bze-euskirchen.de

Das Berufsbildungszentrum Euskirchen (BZE) wurde im Jahr 1970 als öffentlich-rechtlicher Zweckverband gegründet und hat seinen Sitz in Euskirchen-Euenheim. Die Träger des BZE sind die IHK Aachen, die HWK Aachen und der Kreis Euskirchen. Neben der Durchführung vielfältiger Praxiskurse und Lehrgänge zur beruflichen Bildung steht das BZE seit vielen Jahren als Bildungspartner für die Agentur für Arbeit und das Jobcenter zur Verfügung. Im Rahmen dieser Kooperation werden Maßnahmen für verschiedene Zielgruppen entwickelt und erfolgreich durchgeführt. Dabei steht insbesondere die Nutzung der Werkstätten, wie z.B. Metall-, Holz- und Malerwerkstatt, mit der entsprechenden professionellen Maschinen- und Geräteausstattung im Vordergrund.

- Für wen:**
- >> Schülerinnen und Schüler
  - >> Jugendliche
  - >> Junge Erwachsene
  - >> Auszubildende
  - >> Junge Mütter und Väter ohne Berufsausbildung
  - >> Wiedereinsteiger/innen in den Beruf
  - >> Menschen in beruflichen Veränderungsprozessen
  - >> Menschen mit ausländischen Wurzeln
  - >> Arbeitnehmer
  - >> Selbständige
  - >> Unternehmen

- 
- Angebote:**
- >> Potenzialanalysen
  - >> Berufsorientierung/Berufsfelderkundung
  - >> Berufsvorbereitung (BvB, Produktionsschule, Aktivierungshilfen mit produktionsorientiertem Ansatz)
  - >> Berufsausbildung (BaE)
  - >> Prüfungsvorbereitung in Industrie und Handwerk
  - >> Umschulungen (Maschinen- und Anlagenführer, Industriemechaniker, Elektroniker, Schweißer, u.a.)
  - >> Fort- und Weiterbildungen (CNC, Schweißen, SPS, u.a.)
  - >> Berufliche Orientierung für Flüchtlinge/Sprachkurse/Aktivierung und Vermittlung



## Berufskolleg St.-Nikolaus-Stift

Brüsseler Straße 68  
53909 Zülpich-Füssenich  
Tel. 02252 9436-10  
info@st-nikolaus-stift.de  
www.st-nikolaus-stift.de

Als Schule in kirchlich-katholischer Trägerschaft bietet das St.-Nikolaus-Stift – schulgeldfrei – Ausbildungen im Bereich des Sozial- und Gesundheitswesens zur/zum Erzieher/in, Heilerziehungspfleger/in, Kinderpfleger/in oder Sozialhelfer/in an. Das berufliche Gymnasium ist doppelqualifizierend: Allgemeine Hochschulreife und Erzieherausbildung. Die Höhere Berufsfachschule qualifiziert studienvorbereitend (Allgemeine Fachhochschulreife) und berufsvorbereitend für die Ausbildung zur Erzieherin, zum Erzieher, zur Heilerziehungspflegerin oder zum Heilerziehungspfleger.

**Für wen:**

- >> Jugendliche
- >> Vereinzelt Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteiger

**Angebote:** **Berufskolleg Sozialwesen mit folgenden Bildungsgängen:**

- >> 2-jährige Berufsfachschule Kinderpflege  
(Berufsabschluss plus Fachoberschulreife)
- >> 2-jährige Berufsfachschule Sozialhelfer  
(Berufsabschluss plus Fachoberschulreife)
- >> 2-jährige höhere Berufsfachschule (Fachhochschulreife)
- >> 3-jährige Fachschule für Sozialpädagogik  
(Berufsabschluss plus Fachhochschulreife)
- >> 3-jährige Fachschule für Heilerziehungspflege  
(Berufsabschluss plus Fachhochschulreife)
- >> 3-jähriges Berufliches Gymnasium  
(Allgemeine Hochschulreife) plus 1-jähriges Berufspraktikum  
– optional – zur Erzieherin bzw. zum Erzieher

Alle Bildungsgänge werden in Vollzeit angeboten.



## Bildungsinstitut der Rheinischen Wirtschaft GmbH

Roitzheimer Straße 37-39  
53879 Euskirchen  
02251 9491-0  
info@brw-ev.de  
www.brw-ev.de

Das Bildungsinstitut der Rheinischen Wirtschaft (BRW) ist seit mehr als 25 Jahren erfolgreicher und mehrfach ausgezeichneter Bildungsdienstleister mit Schwerpunkten in den Bereichen Wirtschaft und Verwaltung, Gesundheitsökonomie und Eignungsdiagnostik. Die vielfältigen Weiterbildungsangebote des BRW richten sich an Jugendliche, junge Erwachsene, Berufseinsteiger/innen, Auszubildende, Wiedereinsteiger/innen, Berufsrückkehrer/innen, Arbeitsuchende, Berufstätige, Unternehmen und Schulen.

- Für wen:**
- >> Schüler/innen aller Schulformen
  - >> Wiedereinsteiger/innen und Berufsrückkehrer/innen nach der Familienphase
  - >> Arbeitsuchende
  - >> Arbeitnehmer/innen in beruflichen Veränderungsprozessen
  - >> Auszubildende

- Angebote:**
- >> **Potenzialchecks an Schulen:** Die Schüler/innen absolvieren ein breites Spektrum eignungsdiagnostischer Testverfahren. Anhand der daraus resultierenden Ergebnisse wird ein umfassendes Kompetenzprofil der Schüler/innen erstellt. In einem anschließenden Auswertungsgespräch werden die Ergebnisse zusammengefasst und mit individuellen Hinweisen und Anregungen betreffend die weitere berufliche Wegeplanung versehen.
  - >> **Beratung zur beruflichen Entwicklung** (im Auftrag des Kreis Euskirchen): individuelle und kostenfreie Beratung für Menschen in beruflichen Veränderungsprozessen (Arbeitnehmer/innen, Berufsrückkehrer/innen, Arbeitsuchende)

- >> **MoSAIK:** 6-monatige familienfreundliche Qualifizierung in Teilzeit und Blended Learning (integriertes Lernen, Kombination von Präsenzveranstaltungen und E-Learning) für Menschen mit kaufmännischer Ausbildung bzw. Berufserfahrung. Insbesondere geeignet für Berufsrückkehrer/innen und Wiedereinsteiger/innen, die vor dem Wiedereinstieg ihr kaufmännisches Wissen auf einen aktuellen Stand bringen möchten.
- >> **Individuelles Bewerbercoaching**  
Verschiedene individuelle Module (Potentialanalyse, Die perfekte Bewerbungsmappe, das Vorstellungsgespräch u.ä.) mit Förderung über einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS).
- >> **Berufsausbildung in außerbetrieblichen Einrichtungen (BaE)**  
In Kooperation mit verschiedenen Ausbildungsbetrieben werden Auszubildende fachlich und pädagogisch während der kompletten Ausbildungsdauer betreut. Das Ziel ist der berufliche und persönliche Ausbildungsabschluss von jungen Menschen sowie die Vermittlung in ein betriebliches Beschäftigungsverhältnis.
- >> **Integrationskurse**  
Im Auftrag des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge (BAMF): Allgemeine Integrationskurse und auch spezielle Kurse für Frauen, Eltern und Jugendliche.
- >> **Ausbildungsbegleitende Hilfen (abH):** Intensive fachliche und sozialpädagogische Begleitung von Auszubildenden kaufmännischer, technischer oder gewerblicher Berufe während der Berufsausbildung.
- >> **Prüfungsvorbereitung und AzubiFit:** Dieses Projekt richtet sich an kaufmännische Auszubildende, die über den normalen Rahmen der Ausbildung hinaus gefördert werden möchten, und an Betriebe, die ihren Nachwuchs besonders fördern wollen.



## Caritasverband für das Kreisdekanat Euskirchen e.V.

Wilhelmstraße 52  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 7000-0  
info@caritas-eu.de  
www.caritas-eu.de

Der Caritasverband für das Kreisdekanat Euskirchen mit seinen vielfältigen Hilfen und Diensten ist seit 50 Jahren der Wohlfahrtsverband der katholischen Kirche für die Region und versteht sich als verlässlicher Partner und Anwalt für alle Menschen, die auf Hilfe und Unterstützung angewiesen sind.

### Esperanza

**Für wen:** >> Schwangere und Eltern mit Kindern bis zum dritten Lebensjahr

**Angebote:** >> Ehrenamtlichenprojekt „Kinderkram“  
>> Gruppenangebote und Kinderbetreuung  
>> Familienentlastungsdienste  
>> Hilfe bei Behördenangelegenheiten  
>> Unterstützung junger Mütter bei Schule und Berufsausbildung  
>> Vermittlung von Baby- und Kleinkinderbedarf im Secondhand-Laden

### Väterberatung:

>> Beratung für werdende Väter  
>> Information, Beratung und Hilfe bei Fragen im Kontext von Vater- und Elternschaft  
>> Nach Absprache kann eine Paarberatung für (werdende) Eltern gemeinsam mit dem Väterberater und einer esperanza-Beraterin erfolgen.

### Zuständige Organisationseinheit:

#### esperanza Beratungs- und Hilfenetz

Wilhelmstraße 52	Babykleiderstube, Tel. 02251 700071
53879 Euskirchen	Väterberatung, Tel. 02251 700022
Tel. 02251 700019	esperanza@caritas-eu.de

## Familienhebammen

---

**Für wen:** >> Familienhebammen für werdende Eltern und Familien mit Kindern bis zum ersten Lebensjahr

---

**Angebote:** >> Betreuung in der gesamten Schwangerschaft in Zusammenarbeit mit freiberuflichen Hebammen  
>> Information zu Geburtsvorbereitungskursen und anderen Kursangeboten während und nach der Schwangerschaft  
>> Möglichkeit der Übernahme der Betreuung nach dem regulären Wochenbett (acht Wochen) bis zum vollendeten ersten Lebensjahr  
>> Still- und Ernährungsberatung  
>> Information über die Entwicklung des Kindes und seiner möglichen Förderung  
>> Förderung der Mutter-/Vater-Kind-Bindung  
>> Vermittlung und Begleitung bei Arztbesuchen und Behördengängen

### **Ansprechpartner:**

Caritasverband für das Kreisdekanat Euskirchen e.V.  
Wilhelmstraße 52  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 7000-88

## Frühe Hilfen

---

**Für wen:** >> Die Frühen Hilfen in der Caritas richten sich an werdende Eltern und Eltern mit Kindern bis zum vollendeten dritten Lebensjahr.

- 
- Angebote:**
- >> Vermittlung, Beratung und Begleitung: Die Koordinatorin bespricht mit den Familien ihre Sorgen und Anliegen und überlegt gemeinsam mit ihnen, welches Angebot sie in der Alltagsbewältigung mit Kind oder Kindern unterstützen würde.
  - >> Familienpatenschaften: Die geschulten ehrenamtlichen Familienpatinnen kommen ein- bis zweimal in der Woche in die Familie, um Entlastung zu schaffen oder einfach mit Rat und Tat zur Seite zu stehen.
  - >> Elterncafés: Eltern können hier ungezwungen ins Gespräch kommen und sich austauschen. Die Koordinatorin ist vor Ort und beantwortet Fragen rund um den Alltag mit Kind.

**Zuständige Organisationseinheit:**

Frühe Hilfen  
Wilhelmstraße 52  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 7000-94

**Migrationsberatung und gesetzliche Betreuungen**

- 
- Für wen:**
- >> Das Angebot richtet sich in erster Linie an Migrantinnen und Migranten, die ihren Wohnsitz in der Stadt oder im Kreis Euskirchen haben und älter als 27 Jahre sind.

- 
- Angebote:**
- >> Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse in NRW
  - >> Integrationskurse
  - >> Beratung zu finanziellen Angelegenheiten
  - >> Vermittlung bei Sprachschwierigkeiten

**Zuständige Organisationseinheit:**

Migrationsberatung und gesetzl. Betreuungen  
Kapellenstraße 11  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 6504521  
Fax 02251 6504522  
ingrid.schiffer@caritas-eu.de



## Caritasverband für die Region Eifel e.V.

Gemünder Straße 40  
53937 Schleiden  
Tel. 02445 8507-0  
info@caritas-eifel.de  
www.caritas-eifel.de

Weierstraße 25  
53894 Mechernich  
Tel. 02443 8780

Der Caritasverband für die Region Eifel e.V. ist ein katholischer Wohlfahrtsverband, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, notleidenden und pflegebedürftigen Menschen umfassende Hilfe anzubieten. Dazu bedient er sich unterschiedlicher Dienste und Einrichtungen.

### Katholische Schwangerschaftsberatungsstelle „Rat und Hilfe“

**Für wen:** >> Schwangere

**Angebote:** Beratung zu folgenden Themen:

- >> Unsicherheiten, die durch die Schwangerschaft ausgelöst werden können
- >> rechtliche Fragen zu Mutterschutz, Sorgerecht, Sozialrecht
- >> finanzielle Hilfsmöglichkeiten
- >> vorgeburtliche Untersuchungen
- >> Secondhand-Kinderladen und Möbellager
- >> Familienhebamme und Familienpaten
- >> Elternpraktikum mit Babybedenzeit-Puppen

#### Zuständiger Ansprechpartner:

Tel. 02445 8507-269  
c.schuemmer@caritas-eifel.de  
u.grab@caritas-eifel.de



## DEKRA Akademie GmbH

Kommerner Straße 71  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251-702220  
Fax 02251-702220  
euskirchen.akademie@dekra.com

Die DEKRA Akademie steht für über 30 Jahre Erfahrung in der Aus- und Weiterbildung und zählt zu den größten privaten Bildungsunternehmen in Deutschland. Moderne Ausstattungen, erprobte Lernmethoden und praxisorientierte Trainer sorgen für eine qualifizierte Aus- und Weiterbildung. Wir bieten individuelle Qualifizierungen und auf Ihr Unternehmen abgestimmte Weiterbildungskonzepte – bundesweit von A wie Aachen bis Z wie Zwickau.

Und bei allem gilt: Qualität steht an erster Stelle. Schwerpunkte Transportlogistik, Lagerlogistik, Gefahrgutlogistik, Metall (CNC und Schweißen), Büro und Kommunikation, Gesundheit, Pflege und Pädagogik, Sicherheit (Objekt- und Betriebsschutz), Berufsintegration und Reha-Teilzeitausbildung - Einstieg begleiten - Perspektiven öffnen

**Für wen:** >> Sie sind Vater oder Mutter von mindestens einem Kind unter 15 Jahren oder pflegen einen Angehörigen und möchten den Einstieg in eine Ausbildung realisieren

**Angebote:** >> Beratung und Unterstützung  
>> Teilzeitausbildung - Einstieg begleiten - Perspektiven öffnen (TEP)

**Kontakt:**  
uwe.kurzweg@dekra.com



## Diakonisches Werk der Evangelischen Kirchengemeinden

Kaplan-Kellermann-Straße 12

53879 Euskirchen

Tel. 02251 92900

[pflge@diakonie-eu.de](mailto:pflge@diakonie-eu.de)

[www.diakonie-eu.de](http://www.diakonie-eu.de)

Die Diakonie in Euskirchen ist ein ambulanter Dienst. Wir bieten Hilfen in der Pflege, Hauswirtschaft, Demenzbetreuung und der Betreuung von Kindern mit Behinderung an. Wir sind im „Nordkreis“ von Euskirchen tätig: Weilerswist, Bad Münstereifel, Euskirchen und Zülpich. Gerne beraten wir Sie unverbindlich zu unseren Angeboten, auch gerne bei Ihnen zu Hause.

**Für wen:**

- >> Von der Familienpflege bis zur Seniorenpflege reicht unser Spektrum
- >> Einzelpersonen und Ehepaare

**Angebote:**

- >> Ambulante Hilfen in der Pflege
- >> Demenzbetreuung (auch in Gruppen)
- >> Haushaltshilfen
- >> Familienpflege und die Betreuung von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung
- >> Ehe- und Lebensberatung



## donum vitae im Kreis Euskirchen e.V.

Zum Markt 12  
53894 Mechernich  
Tel. 02443 912238  
Fax. 02443 912242  
info@donum-vitae-eu.de  
www.donum-vitae-eu.de  
www.donumvitae-onlineberatung.de

Nebenstelle:  
Hochstraße 26  
53879 Euskirchen

### Staatliche anerkannte Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle

**Für wen:** >> Schwangere, Jugendliche, Erwachsene, Paare

**Angebote:** >> Unterstützung bei Fragen rund um die Schwangerschaft, zur Sexualität und Familienplanung, Kinderwunschberatung, zur vertraulichen Geburt und Schwangerschaftskonfliktberatung. Begleitung vor, während und nach vorgeburtlicher Untersuchungen im Rahmen der Pränataldiagnostik. Wir vermitteln Hilfen aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind“.



## DRK Kreisverband Euskirchen e.V.

Jülicher Ring 32b  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 79110  
info@drk-eu.de  
www.drk-eu.de

**Für wen:** >> Eltern, Alleinerziehende, Großeltern

**Angebote:** >> Beratungsangebote für Kindergarten- und Schulkinder  
>> Träger von 30 Kindertagesstätten und Familienzentren im Kreis Euskirchen  
>> Träger von 4 „Offenen Ganztagsgrundschulen“ (OGS) in Blankenheim

**Zuständige Organisationseinheit:**

Fachbereich I Kindertageseinrichtungen  
Fachbereich VII u. a. OGS

.....  
**Für wen:** >> Senioren, die noch selbstbestimmt in ihren eigenen vier Wänden leben möchten

.....  
**Angebote:** >> Hausnotrufdienst (HND)

**Zuständige Organisationseinheit:**

Fachbereich IV Hausnotrufdienst

.....  
**Für wen:** >> Menschen mit ausländischen Wurzeln

.....  
**Angebote:** >> Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)  
>> Flüchtlingsberatungsstelle

**Zuständige Organisationseinheit:**

Stabsstelle Flüchtlingshilfe und Migration

.....  
**Für wen:** >> Erwachsene Personen mit unterschiedlichen Vorkenntnissen

.....  
**Angebote:** >> Qualifizierung zur Tagesmutter/zum Tagesvater  
>> Qualifizierung zur Pflegediensthelferin / zum Pflegediensthelfer

**Zuständige Organisationseinheit:**

Fachbereich IV Aus- und Fortbildung



## Frauenbildungs- und Tagungshaus Zülpich e.V.

Prälat-Franken-Straße 22

53902 Zülpich-Lövenich

Tel. 02252 65 77 (Telefonzeit täglich von 10 bis 13.30 Uhr)

info@frauenbildungshaus-zuelpich.de

www.frauenbildungshaus-zuelpich.de

Wir bieten Wochen- und Wochenend-Seminare sowie mehrteilige Fortbildungen für Frauen an in den Bereichen: berufliche und politische Weiterbildung, Persönlichkeitsentwicklung, Kreativität und Gesundheit. Das Frauenbildungshaus bietet eine inspirierende Lernatmosphäre für konzentriertes Arbeiten, ein einzigartiges Ambiente mit Erholungswert sowie köstliche vegetarische Mahlzeiten. Gruppen unterschiedlicher Größe können die Tagungsräume anmieten. Es gibt Übernachtungsmöglichkeiten für 30 Frauen und Mädchen in Einzel- und Doppelzimmern.

**Für wen:** >> Alle interessierten Frauen

**Angebote:** >> Bildungsurlaubsseminare  
>> mehrtägige Seminare  
>> mehrmodulige berufliche Fortbildungen mit Zertifikat



## Frauen helfen Frauen e.V., Frauenberatungsstelle

Gerberstraße 49

53879 Euskirchen

Tel. 02251 75140

fbst@frauen-helfen-frauen.eu

www.frauen-helfen-frauen.eu

Als spezifische Einrichtung von Frauen für Frauen im Kreis Euskirchen unterstützen wir Frauen bei unterschiedlichsten Anliegen. Wir bieten ratsuchenden Frauen qualifizierte psychosoziale Beratung bei Beziehungskonflikten, (sexuellen) Gewalterfahrungen, Essstörungen, seelischen Belastungen wie Ängsten, Depressionen und Lebenskrisen oder auch bei individuellen Verände-

rungswünschen. Häufig wird der Bedarf nach Existenzsicherung und beruflicher Neuorientierung thematisiert.

Viele dieser Frauen möchten nach einer Familienpause oder nach einer Trennung/Scheidung den Weg zurück in den Beruf gehen. Dieser Schritt ist meistens mit vielen Ängsten und Unsicherheiten verbunden. Ehe Frauen, für die ein beruflicher Wiedereinstieg und/oder eine berufliche Neuorientierung ansteht, den offiziellen Schritt zur Agentur für Arbeit, Jobcenter oder speziellen Bildungsträgern wagen, kommen sie häufig zur ersten Information oder zur Entscheidungsfindung in unsere Beratungsstelle.

---

**Für wen:** >> Frauen, die einen beruflichen (Wieder-)Einstieg wagen wollen

---

**Angebote:** >> Zum Thema „Familie und Beruf“ erhalten Frauen bei uns eine erste Orientierung sowie Informationen über die für sie bestehenden Angebote und Möglichkeiten. Die angesprochenen Ängste und Unsicherheiten werden ernst genommen und bearbeitet. Es werden gemeinsam mit den Frauen Perspektiven entwickelt, z. B. für den geänderten Tagesablauf, der im Fall einer Berufsrückkehr anders organisiert werden muss (u. a. Möglichkeiten der Kinderbetreuung).

Wenn die Frauen in ihrer Entscheidung für eine Berufsrückkehr gestärkt sind, werden sie an die Agentur für Arbeit, Jobcenter bzw. einen geeigneten Bildungsträger weitervermittelt. Die Frauen werden auf Wunsch weiter von uns begleitet und unterstützt.



## **Haus der Familie, Katholische Familienbildungsstätte**

Herz-Jesu-Vorplatz 5  
53879 Euskirchen  
02251 9571120  
anmeldung@fbs-euskirchen.de  
www.fbs-euskirchen.de

Die Familienbildungsstätte, Haus der Familie, ist eine anerkannte Einrichtung der Weiterbildung nach dem Weiterbildungsgesetz NRW. Aufgabe des Kernbereiches Familienbildung ist die Begleitung und Unterstützung von Familien in

deren gesamten Lebenszyklus. Das Haus der Familie richtet sich mit dem Programmspektrum an Interessierte im regionalen wie im überregionalen Bereich. Zum Programmspektrum der Familienbildung gehören Eltern-Kind-Angebote, Gesundheits- und Ernährungskurse, Angebote zur beruflichen Qualifizierung, Frauenbildung, Angebote aus den Bereichen Politik, Literatur, Kunst, Gesellschaft, Medien und vieles mehr. Die Familienbildung ist offen für Kooperationen und Vernetzungen.

Mit den Bildungsangeboten werden die verschiedenen Lebensphasen und biographischen Übergänge in Familien begleitet und unterstützt sowie aktuelle Problemlagen der Gesellschaft aufgegriffen. Die Veranstaltungen finden hauptsächlich in der Einrichtung statt, nur wenige Minuten Fußweg vom Bahnhof Euskirchen entfernt, aber auch in kooperierenden Familienzentren.

- 
- Für wen:**
- >> Frauen, Männer, Paare
  - >> Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern, Kindergartenkinder, Grundschulkindern

- 
- Angebote:**
- >> Angebot für Schwangere
  - >> schWUNG, Weiterbildung für Schwangere
  - >> Wohlfühltag für Frauen/Mütter
  - >> Bald bin ich großer Bruder/große Schwester
  - >> ElternStart NRW
  - >> Das erste, zweite und dritte Lebensjahr, Eltern-Kind-Kurse
  - >> Ausbildung von Tagespflegeeltern
  - >> Ausbildung von Betreuerinnen und Betreuern an Ganztagschulen
  - >> Kinderbetreuung parallel zu Kursangeboten in der Familienbildungsstätte
  - >> Alleinerziehendenwochenende in Kooperation mit der Abteilung Jugend und Familie des Kreises Euskirchen
  - >> Bewegungs- und Entspannungsangebote
  - >> Angebote zur Ernährung im Alter



## Internationaler Bund, IB West gGmbH

An der Vogelrute 40  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 77477-0  
Fax 02251 77477-10  
[www.internationaler-bund.de](http://www.internationaler-bund.de)

Der Internationale Bund (IB) ist einer der großen Dienstleister der Jugend-, Sozial- und Bildungsarbeit in Deutschland. Sein Leitsatz „MenschSein stärken“ ist Motivation und Orientierung für seine fast 14.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Einrichtungen an 300 Orten. Sie begleiten jährlich 350.000 Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren auf dem Weg in ein selbstverantwortetes Leben. Die IB West gGmbH des Internationalen Bundes ist in den Bundesländern NRW, Niedersachsen und Bremen tätig. Die Unternehmensschwerpunkte sind soziale Dienstleistungen im Bereich der Kinder- und Jugendhilfe, der Familien- und Migrationsarbeit für Menschen aller Altersgruppen sowie Maßnahmen und Projekte der beruflichen Aus- und Weiterbildung für Jugendliche und Erwachsene.

### Für wen:

- >> Auszubildende
- >> Schülerinnen und Schüler
- >> Schulabgängerinnen und Schulabgänger
- >> Arbeitsuchende

### Angebote:

- >> Berufseinstiegsbegleitung: Schülerinnen und Schüler werden ab der Vorabgangsklasse individuell begleitet und unterstützt, um die Eingliederung in eine Berufsausbildung zu erreichen. Die Berufseinstiegsbegleitung soll dazu beitragen, insbesondere die Chancen der Schülerinnen und Schüler auf einen erfolgreichen Übergang in eine Berufsausbildung deutlich zu verbessern und diese zu stabilisieren.
- >> Assistierte Ausbildung: Auszubildende und deren Ausbildungsbetriebe werden während der Ausbildung intensiv begleitet und unterstützt, um einen erfolgreichen Abschluss der Ausbildung sicherzustellen.
- >> Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme für Rehabilitanden: Wir stellen die Fähigkeiten, Fertigkeiten und Interessen der Jugendlichen

fest, vertiefen vorhandene Kenntnisse, unterstützen bei der Berufsorientierung und beim Erlangen der Ausbildungs- und/oder Arbeitsreife. Hierzu gehört auch der Erwerb des Hauptschulabschlusses.

>> Projekt „Durchstarten – Aktiv in die Zukunft“:

Unser Angebot richtet sich an Jugendliche unter 25 Jahren. Getreu dem Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ unterstützen wir die Jugendlichen bei der Bewältigung ihrer individuellen Problemlagen und bieten Unterstützungsleistungen. Ebenfalls gehören zu den Inhalten Berufsorientierung, Bewerbungstraining, Praktika, Gesundheitsförderung und Projektarbeit. Unser Angebot richtet sich nach den individuellen Voraussetzungen, die die jungen Erwachsenen mitbringen.



### **Jobcenter EU - aktiv**

#### **Geschäftsstelle Euskirchen**

Sebastianusstraße 22  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 77600  
Fax 02251 7760 100  
[jobcenter-eu-aktiv@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-eu-aktiv@jobcenter-ge.de)

#### **Geschäftsstelle Mechernich**

Bergstraße 1  
53894 Mechernich  
Tel. 02443 9121-0  
Fax 02443 9121 100  
[Jobcenter-Kreis-Euskirchen.Mechernich-Rathaus@jobcenter-ge.de](mailto:Jobcenter-Kreis-Euskirchen.Mechernich-Rathaus@jobcenter-ge.de)

#### **Geschäftsstelle Kall**

Benzstraße 7  
53925 Kall  
Tel. 02441 77163-0  
Fax 02441 77163-4120  
[Jobcenter-Kreis-Euskirchen.Kall@jobcenter-ge.de](mailto:Jobcenter-Kreis-Euskirchen.Kall@jobcenter-ge.de)  
[www.kreis-euskirchen.de/vv/oe/jobcenter/149020100000026433.php](http://www.kreis-euskirchen.de/vv/oe/jobcenter/149020100000026433.php)



### **Geschäftsstelle Integration Point**

In den Erken 7

53881 Euskirchen

Tel. 02251 77600

Fax 02251 7760 100

Jobcenter-EU-aktiv-Integration-Point@jobcenter-ge.de

Das Jobcenter ist die Einrichtung, die Leistungsberechtigten nach dem SGB II (Sozialgesetzbuch II) Grundsicherungsleistungen auszahlt. Die Grundsicherung umfasst Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhalts und solche zur Beendigung und Verringerung der Hilfebedürftigkeit insbesondere durch Eingliederung in Arbeit.

---

#### **Für wen:**

- >> Arbeitssuchende Kundinnen und Kunden des Jobcenters im Kreis Euskirchen
- >> Flüchtlinge, die einen SGB II-Anspruch haben

#### **Das Jobcenter hält neben der allgemeinen Beratung und Vermittlung Spezialangebote für die folgenden Kundengruppen vor:**

- >> Alleinerziehende und Mütter und Väter in der Elternzeit
- >> Kundinnen und Kunden mit ausländischen Schul- und Berufsabschlüssen
- >> Kundinnen und Kunden unter 25
- >> Kundinnen und Kunden über 50
- >> Existenzgründerinnen, Existenzgründer und Selbstständige
- >> alle Flüchtlinge, die einen SGB-II-Anspruch haben und alle Asylbewerber mit Bleibeperspektive und Integrationschancen

---

## **Angebote:**

### **allgemein:**

- >> Beratung und Vermittlung mit dem Ziel der Integration in den Arbeitsmarkt
- >> Sicherung des Lebensunterhaltes

### **für besondere Zielgruppen:**

- >> Informationen für Schwangere (Leitfaden „Schwanger im SGB II“)
- >> Infolyer „Informationen für werdende Mütter“
- >> Infolyer „Fachberatung für Alleinerziehende und Mütter und Väter in der Elternzeit“
- >> spezielle Projektangebote für Erziehende
- >> Kooperation mit der Berufsberatung der Bundesagentur für Arbeit
- >> Information und Beratung zum Thema Teilzeitausbildung
- >> Vermittlung in Berufsausbildung in außerbetrieblichen Einrichtungen (BaE)
- >> Beratung und Vermittlung zum Thema Werkstattjahr
- >> Jugend in Arbeit
- >> Beratung und Vermittlung in Einstiegsqualifizierung (EQ)
- >> koordinierende Beratung Weitervermittlung an die begutachtenden Stellen
- >> spezialisierte Integrationsfachkräfte für Alleinerziehende, Kundinnen und Kunden über 50 und unter 25 Jahren
- >> individuelle, begleitende Beratung in allen Fragen der Existenzgründung
- >> Sachleistungen für Selbstständige
- >> Einstiegsgeld
- >> spezialisierte Beratung von Flüchtlingen und Asylbewerbern hinsichtlich der Integration in Arbeit/Ausbildung und Leistungsgewährung im Integration Point

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

Sie setzt sich dafür ein, die Beschäftigungsperspektiven für Arbeitssuchende mit familiären Verpflichtungen zu verbessern. Sie berät und unterstützt die Kundinnen und Kunden des Jobcenters. Ferner beantwortet sie Fragen zur Gleichstellung von Frauen und Männern am Arbeitsmarkt, zur Frauenförderung und zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf.



## Jugendmigrationsdienst Euskirchen der Katholischen Jugendagentur Bonn

Oststraße 15  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 53560  
norbert.weber@kja.de  
www.kja-bonn.de

**Für wen:** >> Junge zugewanderte Menschen im Alter von 12 bis 27 Jahren

**Angebote:** >> Sozialpädagogische Integrationsbegleitung  
>> Beratungen zur Anerkennung von ausländischen Abschlüssen  
>> Deutsch-Förderkurse  
>> Jugend-Integrationskurse



## Katholisches Bildungswerk im Kreis Euskirchen

Kasernenstraße 60

53111 Bonn

Tel. 0228 42979 104

info@bildungswerk-euskirchen.de

[www.erzbistum-koeln.de/bildungswerk/euskirchen/](http://www.erzbistum-koeln.de/bildungswerk/euskirchen/)

Das Katholische Bildungswerk ist eine anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung nach dem 1. Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen, in Trägerschaft des Bildungswerkes der Erzdiözese Köln e.V.. In Kooperation mit zahlreichen Institutionen vor Ort bietet das Katholische Bildungswerk in halbjährig erscheinenden Programmen Bildungs- und Weiterbildungsveranstaltungen zu Religion, Existenzfragen, Politik, Kultur, Medienkompetenz und Familienbildung an.

### Für wen:

- >> Familien
- >> Erwachsene aller Altersgruppen

### Angebote:

- >> Familienpatinnen
- >> Glaubensgespräche
- >> Schulungen
- >> Vorträge
- >> Integrationskurse
- >> Niederschwellige Deutschkurse für jugendliche und erwachsene Flüchtlinge
- >> Qualifikation für ehrenamtlich Tätige in der Flüchtlingshilfe
- >> Medienpädagogik
- >> Qualifikation im Bereich Bürgerfunk



## Kreis Euskirchen

Jülicher Ring 32  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 150  
mailbox@kreis-euskirchen.de  
www.kreis-euskirchen.de

Die Kreisverwaltung Euskirchen als kommunaler Dienstleister bietet den Bürgerinnen und Bürgern vielfältige Hilfestellungen im Bereich Familie und Beruf. Allgemeine kostenlose Beratungsangebote, wie z.B. zu den Themen Kinderbetreuung, Pflege von Angehörigen und Förderung beruflicher Weiterbildungen, sind ein Auszug aus dem Leistungsspektrum der Kreisverwaltung.

### Struktur- und Wirtschaftsförderung

#### Bildungsberatungsstelle

#### Für wen:

- >> Personen in beruflichen Veränderungsprozessen
- >> Berufsrückkehrende
- >> Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer und Unternehmen sowie Selbstständige

#### Angebote:

- >> Förderangebot „Beratung zur beruflichen Entwicklung“ als Unterstützung in beruflichen Veränderungsprozessen
- >> Förderung durch Bildungsscheck und Bildungsprämie sowie Beratung zum Thema berufliche Weiterbildung
- >> Fachberatung zur Anerkennung im Ausland erworbener Berufsabschlüsse

#### Kontakt:

Struktur- und Wirtschaftsförderung  
Bildungsberatungsstelle  
Frauenberger Straße 152  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 15189  
bildungsberatungsstelle@kreis-euskirchen.de

## STARTERCENTER NRW

---

**Für wen:** >> Selbstständige und Personen, die eine Selbstständigkeit anstreben

---

**Angebote:** >> Beratung  
>> Existenzgründungsseminare  
>> Hilfestellung bei der Erstellung des Businessplans  
>> Regionalpartner für öffentliche Förderprogramme

### **Kontakt:**

Struktur- und Wirtschaftsförderung  
STARTERCENTER NRW  
Frauenberger Straße 152  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 15113  
wirtschaftsfoerderung@kreis-euskirchen.de

## Abteilung Jugend und Familie

### Kindertagesbetreuung

---

**Für wen:** >> Eltern von Kindern im Alter vom ersten Lebensjahr bis zum 14. Lebensjahr

---

**Angebote:** >> Beratung und Unterstützung zur Kindertagesbetreuung in Kindertagesstätten sowie in Kindertagespflege

### **Kontakt:**

Abteilung Jugend und Familie, Kindertagesbetreuung  
Tel. 02251 15 617

## Beratungsstelle für Eltern

---

**Für wen:** >> Elternteile, die beispielsweise noch unsicher sind, ob der Zeitpunkt für den Wiedereinstieg für die Kinder günstig ist oder welche Arbeitszeiten den Anforderungen der Kinder am ehesten gerecht werden.

---

**Angebote:** >> Beratung durch psychologische, heilpädagogische oder sozialpädagogische Fachkräfte

### **Kontakt:**

Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Kreises Euskirchen  
Am Schwalbenberg 5  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 1072-0

## Familienbüro

---

**Für wen:** >> Familien mit Kindern im Kreis Euskirchen

---

**Angebote:** >> Informationen zu Betreuung und Entwicklung von Kindern  
>> Information zu weiteren Unterstützungsangeboten, Beratungsstellen, Kursangeboten, etc. im Kreisgebiet  
>> Information und Beratung kann auch in englischer Sprache erfolgen  
>> Kita-Navigator

### **Kontakt**

Familien-Unterstützungs-Netzwerk  
Jülicher Ring 32  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 15910  
alexandra.zinati-feld@kreis-euskirchen.de  
Sprechzeiten:  
Mi von 14 bis 18.30 Uhr  
Do von 7.30 bis 11 Uhr

## Abteilung Soziales

### Zentrales Informationsbüro Pflege und Pflegestützpunkt

---

**Für wen:** >> Pflegende Angehörige

---

**Angebote:** Kostenlose und neutrale Beratung und Information zu folgenden Themen:

- >> Entlastungsangebote für pflegende Angehörige
- >> Leistungen der gesetzlichen Pflege- und Krankenversicherung
- >> Tages- und Kurzzeitpflege
- >> Heimplatzfinanzierung
- >> Koordination der erforderlichen Hilfen

Die Beratung erfolgt telefonisch, persönlich und auf Wunsch auch zu Hause.

**Kontakt:**

Abteilung Soziales, Zentrales Informationsbüro Pflege (Z.I.P.)  
und Pflegestützpunkt  
Tel. 02251 15521 und 02251 15927  
pflegestuetzpunkt@kreis-euskirchen.de

### Schwerbehindertenrecht

---

**Für wen:** >> Schwerbehinderte im Sinne des Neunten Sozialgesetzbuches (SGB IX)

---

**Angebote:**

- >> Erstanträge
- >> Änderungsanträge
- >> Ausweisausstellung und Ausweisverlängerung
- >> Feststellungsverfahren nach dem Schwerbehindertenrecht

**Kontakt:**

Abteilung Soziales  
Team Schwerbehindertenrecht, Bundeselterngeld und -elternzeit  
Tel. 02251 15-943  
Tel. 02251 15-655

## Elterngeldstelle

---

**Für wen:** >> Eltern

---

**Angebote:** >> Anträge auf Elterngeld  
>> Beratung zur Elternzeit

### **Kontakt:**

Abteilung Soziales

Team Schwerbehindertenrecht, Bundeselterngeld und -elternzeit

Tel. 02251 15-178 oder 02251 15-645

## Abteilung Schulen

### BAföG-Stelle

---

**Für wen:** >> Schülerinnen und Schüler, die nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAföG) förderfähige schulische Ausbildungen besuchen.

---

**Angebote:** >> Antragstellung  
>> Beratung

### **Kontakt:**

Abteilung Schulen, BAföG-Stelle

Tel. 02251 15-269



## Kreisverband des Deutschen Kinderschutzbundes in Euskirchen

KV Euskirchen e.V.  
Am Schwalbenberg 3  
53879 Euskirchen  
Tel. 0 22 51 70 25 8-16  
Fax 0 22 51 70 25 8-29  
info@kinderschutzbund-eusk.de

Koordination der Kindertagespflege im Kreis Euskirchen für Kinder  
im Alter zwischen 0 und 14 Jahren.

- Für wen:**
- >> alleinerziehende Elternteile in schulischer oder beruflicher Ausbildung
  - >> beide Elternteile, die sich in Ausbildung befinden
  - >> Elternteile, die erwerbstätig sind, wenn dies zur Sicherung des Lebensunterhaltes dient

- Angebote:**
- für Eltern:**
- >> Erstinformationen zur Kindertagespflege
  - >> Vermittlung einer geeigneten Tagespflegeperson
  - >> Beratung in schwierigen Situationen in der Kindertagespflege
  - >> Beratung beim Abschluss eines Betreuungsvertrages
  - >> Hilfe bei der Antragstellung zur finanziellen Förderung der Kindertagespflege bei der Abteilung Jugend und Familie des Kreises Euskirchen

**für Tagespflegepersonen:**

- >> Eine Grundqualifizierung von 160 Stunden zur Erlangung der Pflege-erlaubnis
- >> Hilfen bei Absprache eines Betreuungsvertrages
- >> Vermittlung von Tagespflegekindern
- >> Beratung in der Kontakt- und Eingewöhnungsphase
- >> Möglichkeiten zu Gesprächs- und Erfahrungsaustausch
- >> Vernetzung zu anderen Tagesmüttern und -vätern
- >> Hilfestellungen in schwierigen Situationen mit Kindern und Eltern

- >> Einen finanziellen Beitrag
- >> Einen Beitrag zur Altersversorgung und Beitragsübernahme für eine angemessene Unfallversicherung, sofern die Kindertagespflege durch den Kreis Euskirchen gefördert wird



## Selbsthilfe-Büro Kreis Euskirchen

Kirchstraße 5-7

53879 Euskirchen

Tel. 02251 7025817

Mobil: 0172 2145897

selbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-euskirchen.de

Das Selbsthilfe-Büro ist eine Einrichtung zur Koordination und Unterstützung der Selbsthilfe im Kreis Euskirchen. Träger ist der Paritätische Wohlfahrtsverband LV NRW e.V.

**Für wen:** >> Alle Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen bei psychischen Problemen, Sucht und körperlichen Erkrankungen

**Angebote:** >> Gespräche unter Gleichbetroffenen  
>> Informationen bzw. Vermittlung zu Selbsthilfegruppen



## Verbraucherzentrale NRW, Beratungsstelle Euskirchen

Wilhelmstraße 37  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 5064501  
euskirchen@verbraucherzentrale.nrw  
www.verbraucherzentrale.nrw

Die Verbraucherzentrale bietet persönliche Beratung und unkomplizierte Hilfeleistung bei Problemen im Verbraucheralltag. Sie ist eine unabhängige Anlaufstelle für alle Verbraucherthemen und unterstützt Verbraucherinnen und Verbraucher bei der Wahrnehmung ihrer Rechte. Die Themen reichen von Energie, Telekommunikation über Pfändungsschutzkonto und Rundfunkbeitrag bis zu Gesundheit und Finanzen.

- Angebote:**
- >> Beratung in der Beratungsstelle und zu Hause
  - >> Beratungen Energie, Geld und Kredit
  - >> Beratungen Gesundheit und Pflege
  - >> Beratungen Medien und Kommunikation
  - >> Beratungen Recht und Mietrecht



## VHS Kreis Euskirchen

Baumstraße 2  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 6507420  
vhs@kreis-euskirchen.de  
www.vhs-kreis-euskirchen.de

Seit 1955 anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung,  
tätig in den Bereichen Politik-Gesellschaft-Umwelt, Kultur-Gestalten,  
Gesundheit, Sprachen, EDV-Beruf, Grundbildung.

### Für wen:

- >> Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteiger in den Beruf
- >> Menschen, die rechtliche Informationen benötigen

### Angebote:

- >> Verschiedene Seminare und Kurse vermitteln Sicherheit im Gespräch, soziale Kompetenzen sowie den aktuellen Stand der EDV für den Büroalltag
- >> Verschiedene Lehrgänge über mehrere Semester vermitteln anerkannte Abschlüsse (Xpert-Zertifikate)
- >> „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“
- >> „Geprüfte Fachkraft Bürokommunikation“
- >> „CMS Online Designer“
- >> Seminare über Scheidungsrecht



## wirkstatt e.V.

Aachener Straße 52  
53925 Kall  
Tel. 02441 779331  
info@wirkstatt-ev.de  
www.wirkstatt-ev.de

Zielsetzung des Vereins wirkstatt e.V. ist die Sicherstellung von Angeboten zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben für Menschen unterschiedlicher Herkunft, mit ungleichem Bildungsstand und mit geringem finanziellem Auskommen. Hierzu hält wirkstatt e.V. Angebote für Menschen in prekären finanziellen Lagen vor: Gemeinnütziges Kaufhaus, gemeinnützige Dienstleistungen und führt Maßnahmen und Projekte insbesondere zur Beschäftigung und Stabilisierung, zur Qualifizierung und Vermittlung in Arbeit und Ausbildung durch.

### Für wen:

- >> Menschen, die ohne Arbeit sind
- >> Menschen, die von Arbeitslosigkeit bedroht sind
- >> Menschen, die die Rückkehr in den Beruf planen
- >> Menschen, die einen Ausbildungsplatz suchen
- >> Menschen, die von gesundheitlichen Einschränkungen betroffen sind
- >> Menschen, die aufgrund ihres Migrationshintergrundes einen Beratungs- und Förderungsbedarf formulieren
- >> Menschen, die stabilisierende Unterstützung benötigen
- >> Menschen, die bedürftig sind aufgrund finanzieller Notlagen

---

**Angebote: Erwerbslosenberatung und Arbeitslosentreff**

- >> in allen Fragen der Erwerbslosigkeit
- >> zu gesetzlichen Regelungen nach dem SGB II, III und IX, z.B. 450-Euro-Jobs
- >> in Fragen der Alltagsunterstützung
- >> bei Folgeproblemen in der Familie oder bei gesundheitlichen Fragen
- >> Angebote zur Kompetenzbilanzierung

**Hilfe:**

- >> beim Ausfüllen von Anträgen
- >> bei der Suche nach einer neuen Arbeitsstelle
- >> bei Kontakten zu Arbeitgebern
- >> bei der Vermittlung von Kinderbetreuung
- >> bei Nachfragen bei der Agentur oder beim Jobcenter, beim Ausländeramt oder BAMF
- >> bei Vermittlung von Hilfsangeboten anderer Stellen
- >> beim Aufzeigen von Wegen zu Therapieangeboten
- >> bei der Erstellung von Bewerbungsunterlagen

**Informations- und Vortragsveranstaltungen sowie Offene Treffs:**

- >> Aktuelle Neuerungen im SGB II
- >> Farb- und Stilberatung
- >> Kinderbetreuung im Kreis
- >> Konflikte in der Familie
- >> Schuldnerberatung
- >> Deutschlandkurs
- >> Arbeitslosentreff
- >> Frauentreff

# Linkliste

## Berufswahl und Lebensplanung

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

Agentur für Arbeit

[www.ihk-aachen.de](http://www.ihk-aachen.de)

[www.handwerkskammer-aachen.de](http://www.handwerkskammer-aachen.de)

## Migration / Anerkennung

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

Informationen

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

Bundesamt für Migration  
und Flüchtlinge

[www.kmk.org](http://www.kmk.org)

Anerkennung  
von Abschlüssen

[web.integreat-app.de](http://web.integreat-app.de)

App für Flüchtlinge

> Kreis Euskirchen

und ehrenamtliche Helfer

## Vereinbarkeit von Familie und Beruf

<a href="http://www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de">www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de</a>	Bündnisse für Familien
<a href="http://www.familienratgeber-nrw.de">www.familienratgeber-nrw.de</a>	Infos für Familien von A-Z
<a href="http://www.familien-wegweiser.de">www.familien-wegweiser.de</a>	Wegweiser für Familien
<a href="http://www.familienhandbuch.de">www.familienhandbuch.de</a>	Thema Familie und Beruf
<a href="http://www.arbeitsagentur.de">www.arbeitsagentur.de</a> > Familie und Kinder	Familie und Kinder
<a href="http://www.kreis-euskirchen.de">www.kreis-euskirchen.de</a> > Bürgerservice > Soziales > Pflegestützpunkt	Z.I.P./Pflegestützpunkt Kreis Euskirchen
<a href="http://www.euskirchen.pflege.net">www.euskirchen.pflege.net</a>	Pflegedatenbank des Kreises Euskirchen
<a href="http://www.competentia.nrw.de/kompetenzzentren/kompetenzzentrum_Aachen">www.competentia.nrw.de/kompetenzzentren/ kompetenzzentrum_Aachen</a>	
<a href="http://www.lpfa-nrw.de">www.lpfa-nrw.de</a>	Landesstelle pflegende Angehörige

## Elterngeld

<a href="http://www.elterngeld.nrw.de">www.elterngeld.nrw.de</a>	Fragen zum Elterngeld
--	-----------------------

## Kinderbetreuungsmöglichkeiten

<a href="http://www.familienkreis-eu.de">www.familienkreis-eu.de</a>	KiTa-Suche nach PLZ
<a href="http://www.kita.nrw.de">www.kita.nrw.de</a>	Kindertagesstätten-Finder
<a href="http://www.kinderschutzbund-euskirchen.de">www.kinderschutzbund-euskirchen.de</a>	
<a href="http://www.nummergegenkummer.de">www.nummergegenkummer.de</a>	Die Nummer gegen Kummer
<a href="http://www.kreis-euskirchen.de/service/jugend_und_familie/tageseinrichtungen.php">www.kreis-euskirchen.de/service/ jugend_und_familie/ tageseinrichtungen.php</a>	Kita-Navigator
<a href="http://www.kreis-euskirchen.de">www.kreis-euskirchen.de</a> > Service > Jugend und Familie	Jugend und Familie

## Beruflicher (Wieder-)Einstieg

[www.perspektive-wiedereinstieg.de](http://www.perspektive-wiedereinstieg.de)

Infos zum Wiedereinstieg

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

Infos zum Wiedereinstieg

[www.vaeter-nrw.de](http://www.vaeter-nrw.de)

Starke Väter

[www.vaeter-und-karriere.de](http://www.vaeter-und-karriere.de)

Väter und Karriere

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

Berechnung des voraussichtlichen Bruttolohns

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

Agentur für Arbeit

> Familie und Kinder > Wiedereinstieg

## Kompetenzbilanzierung

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

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

## Ausbildung / Teilzeitausbildung

[www.bafög.de](http://www.bafög.de)

[www.ntba.reinit.net/](http://www.ntba.reinit.net/)

Netzwerk Teilzeitausbildung

[www.ihk-aachen.de](http://www.ihk-aachen.de)

[www.handwerkskammer-aachen.de](http://www.handwerkskammer-aachen.de)

## Bewerbung

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

Agentur für Arbeit

[www.bewerbung.net](http://www.bewerbung.net)

Bewerbungsvorlagen

[www.planet-berufe.de](http://www.planet-berufe.de)

Checkliste für bessere  
Bewerbung

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

Bewerbungstipps

[www.berufe.tv](http://www.berufe.tv)

[www.bewerbung-rheine.de](http://www.bewerbung-rheine.de)

Formatvorlagen für  
Bewerbungen

## Existenzgründung

[www.wirtschaft-kreis-euskirchen.de](http://www.wirtschaft-kreis-euskirchen.de)

Struktur- und Wirtschaftsförderung Kreis Euskirchen

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

Startercenter NRW

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

Agentur für Arbeit

>Arbeitslos und Arbeit finden

> Existenzgründung

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

Förderprogramme

[www.ihk-aachen.de](http://www.ihk-aachen.de)

[www.handwerkskammer-aachen.de](http://www.handwerkskammer-aachen.de)



# Impressum

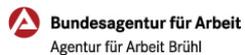
<b>Herausgeber</b>	Kreis Euskirchen – Der Landrat Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen, Tel. 02251 15-0
<b>Redaktion</b>	Bettina Eil, Gleichstellungsbeauftragte, Kreis Euskirchen, Astrid Günther, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Jobcenter EU-aktiv,  Sarah Komp, Struktur- und Wirtschaftsförderung, Kreis Euskirchen, Sandra Schmitz, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Agentur für Arbeit Brühl,  Birgitt van Megeren, Region Aachen – Zweckverband, Kompetenzzentrum Frau und Beruf
<b>Gestaltung</b>	<a href="http://www.rachiq-design.de">www.rachiq-design.de</a>

Stand: Überarbeitete Ausgabe 2017

Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Struktur- und Wirtschaftsförderung des Kreises Euskirchen entgegen. Nachdruck und Übersetzungen in Print- und Onlinemedien sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Alle Inhalte und Angaben dieser Ausgabe ohne Gewähr, abgestimmt mit den jeweiligen Projektpartnern.  
Die erste Auflage (2013) dieses Wegweisers erfolgte mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung.

Beteiligte Projektpartner:



Mit freundlicher Unterstützung:

