

MACH WAS!

#FREIWILLIG

Freiwilliges Soziales Jahr
im Land Brandenburg

Wir helfen
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund
Landesverband Brandenburg



DER ARBEITER-SAMARITER-BUND (ASB) ist eine Hilfs- und Wohlfahrtsorganisation. Als politisch und konfessionell unabhängiger Verband ist der ASB in Deutschland und weltweit in 25 weiteren Ländern tätig.

Kern der Samariterarbeit ist die Hilfe am und für den Menschen, getreu dem Leitsatz: Wir helfen hier und jetzt. Ob in der Erste-Hilfe-Ausbildung, im Katastrophen- und Bevölkerungsschutz, der Seniorenhilfe, der Kinder- und Jugendhilfe, der Pflege und Palliativversorgung oder der Teilhabe.

Der ASB Brandenburg ist einer von 16 Landesverbänden. Am 29. September 1990 in Frankfurt/Oder gegründet, repräsentiert der Landesverband heute 15 Regional-, Kreis- und Ortsverbände, in denen 4.939 engagierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter hauptamtlich und ehrenamtlich tätig sind.

Der Verband zählt 29.600 Mitglieder landesweit.

#FREIWILLIG

ENGAGIERE DICH!

Auf der Suche nach Berufsperspektiven

Du bist zwischen 16 und 26 Jahre alt und auf der Suche nach Berufsperspektiven oder musst ein Jahr Wartezeit für dein Studium oder deinen Ausbildungsbeginn überbrücken?

Dann werde freiwillig aktiv und absolviere ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) beim ASB Landesverband Brandenburg.

Dein FSJ im ASB zeigt dir, wo es zukünftig für dich langgehen kann. Ein Jahr lang bist du mitten drin in der sozialen Praxis, unterstützt die Teams und übernimmst ergänzende Aufgaben. Dabei sammelst du Eindrücke und bist für deine Zukunftspläne gerüstet. Im FSJ kannst du eine Menge bewegen und lernst fürs Leben. Eine spannende Erfahrung, die du mit vielen anderen Freiwilligen teilen kannst.


FREIWILLIGES SOZIALES JA!

Ein Jahr fürs Leben

Helfen muss nicht immer eine Lebensaufgabe sein. Manchmal reicht schon ein Jahr, wie bei Frederike Karweina und Marius Kerstan. Beide haben sich nach ihrem Abitur bewusst eine Auszeit gegönnt, um zu entscheiden, was sie nach der Schule machen möchten – Studium oder Ausbildung.

Das FSJ im ASB gab Frederike und Marius die Möglichkeit, ihren Weg ins Berufsleben zu finden. Gleichzeitig nutzten sie ihre freie Zeit, um sich für andere Menschen sozial zu engagieren und etwas zum Gemeinwohl beizutragen.





Ich wollte noch Zeit für mich, wollte mich orientieren, die richtige Uni und den richtigen Studiengang finden und meine Entscheidung gut abwägen.

Marius Kerstan (18), ASB Barnim

Ich wollte gerne etwas machen, was mich weiterbringt. Ich wollte etwas Gutes tun und Verantwortung übernehmen.

Frederike Karweina (21),
ASB Mittel-Brandenburg



A close-up photograph of a motorcycle helmet resting on a cobblestone street. The helmet is silver and black, with a yellow visor. The background shows a cobblestone path and a blurred street scene.

FREIWILLIGENDIENST

Ein gegenseitiges Geben und Nehmen

Ein Freiwilligendienst ist ein soziales Bildungs- und Orientierungsjahr, in dem du viele Eindrücke gewinnst und dich neuen Herausforderungen stellst. Du stehst den Mitarbeitern ganztätig in den sozialen Einrichtungen unterstützend zur Seite und sammelst deine ersten praktischen Erfahrungen. Ob in der Kinder-, Jugend- oder Familienarbeit, in der Senioren- oder Behindertenhilfe oder in den Mobilien Sozialen Diensten – die Arbeitsfelder bieten dir Vielfalt. Teste dich in deinem Bereich aus und du wirst neue Seiten an dir entdecken.

Du bist nicht allein

Um sicher in die Arbeitswelt zu starten, steht dir eine Ansprechperson des ASB während deines gesamten Freiwilligendienstes zur Seite. Außerdem besuchst du an 25 Tagen Seminare, in denen du dich mit anderen Freiwilligen triffst und mit ihnen austauschst. In den Seminaren bekommst du das nötige Rüstzeug für deinen Dienst, kannst von deinen Erfahrungen berichten, aber auch Probleme besprechen. Gemeinsame Projektarbeiten, Exkursionen und gemeinschaftliche Ausflüge machen euch zum Team. Probiere es aus – es wird nicht langweilig.

HIER IST DEIN EINSATZ GEFRAGT

Ein Überblick über unsere Einsatzstellen

Kinder- und Jugendhilfe, Altenhilfe oder Fahrdienst? Die Einsatzmöglichkeiten für dein FSJ sind vielfältig und abwechslungsreich. Hier bekommst du einen kurzen Überblick über unsere Einsatzstellen.

Kinder-, Jugend- und Familienhilfe/ Mehrgenerationenhäuser

In unseren zahlreichen Kindergärten, Kinderheimen, Jugendtreffs oder Mehrgenerationenhäusern werden Kinder und Jugendliche ihrem Alter entsprechend betreut und gefördert. Du unterstützt sie dabei. Deine kreativen Ideen kannst du in gemeinsamen Projekten und Freizeitangeboten umsetzen.

Fahrdienste

Viele ältere oder kranke Menschen, mit oder ohne Behinderung, möchten so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen und ihr Leben weitestgehend eigenständig führen. Du hilfst ihnen dabei, ihren Alltag zu erleichtern, indem du sie als Fahrer oder Beifahrer zu Arztbesuchen begleitest oder ihre Mahlzeiten nach Hause bringst.

#FREIWILLIG



Hilfen für Menschen mit Behinderungen

Im Bereich der Behindertenhilfe unterstützt du Menschen dabei, selbstbestimmt am Leben teilhaben zu können. Unsere Einsatzstellen umfassen neben Wohn- und Werkstattangeboten für Erwachsene auch die Unterstützung und Förderung von Kindern und Jugendlichen in integrativen Kindergärten oder Schulen.

Stationäre / ambulante Seniorenhilfe

In unseren Pflegeeinrichtungen, Tagesstätten und Einrichtungen des Betreuten Wohnens kümmerst du dich mit um die Rundumversorgung älterer und pflegebedürftiger Menschen. Du unterstützt sie bei allen Tätigkeiten, die sie nicht mehr allein ausführen können.

Du hast das Richtige für dich gefunden? Somit stehst du kurz vor deinem ersten Schritt in Richtung Arbeitswelt. Zuvor wirst du gut auf deine neuen Aufgaben vorbereitet. Als FSJler übernimmst du ergänzende Aufgaben und sammelst erste praktische Erfahrungen. Du bist Teil des Teams und unterstützt deine Kollegen in ihrer alltäglichen Arbeit.



Sich ein Jahr lang für andere Menschen sozial zu engagieren verdient größten Respekt und Anerkennung. Daher ist es uns besonders wichtig, dein freiwilliges Engagement zu würdigen.

Mit unserer Abschluss-Seminarfahrt an die Ostsee sagen wir dir und allen anderen Teilnehmern Dankeschön für euren Einsatz. Die Seminarfahrten sind eine wichtige Säule des FSJ. In der Gruppe erlebst du ein großes Gemeinschaftsgefühl, ihr motiviert euch gegenseitig und es macht unglaublich viel Spaß, gemeinsam Projekte umzusetzen.

**Melanie Schwalbe, Referentin für Freiwilligendienste
ASB Landesverband Brandenburg**




”

Mit einem FSJ engagierst du dich und leistest damit einen Beitrag zum Fortbestehen von Grundwerten unserer Gesellschaft. Du erlebst das Gefühl, Teil eines Teams zu sein, das nur zusammen den jeweils spezifischen Arbeitsauftrag erfüllen kann.

Das Übernehmen von (freiwilliger) Verantwortung stärkt auf gesunde Art das Selbstbewusstsein. Insbesondere nach der Schulzeit bietet sich dir damit die Chance, als Persönlichkeit zu reifen.

Ein FSJ bietet dir zudem eine Orientierung, da du über einen längeren Zeitraum Einblick in ein Berufsfeld erhältst, um z. B. deine beruflichen Zukunftsvorstellungen zu festigen oder auch ggf. zu überdenken.

Anja Schneider,
Ausbildungsbeauftragte ASB Mittel-Brandenburg



Das Seminar war wieder sehr interessant und vor allem hilfreich. Man hat was Neues dazu gelernt und mein Selbstbewusstsein hat sich dadurch gestärkt.

Seminarteilnehmerin

INTERESSANTE SEMINARE

Hier kommt der Spaß nicht zu kurz

Insgesamt 25 Seminartage gehören zu einem zwölfmonatigen Freiwilligendienst dazu. Aber statt stundenlang Vorträgen zu lauschen, ist in den Seminaren deine aktive Mitarbeit gefragt, beispielsweise im Erste-Hilfe-Kurs. Hier bekommst du praktische Tipps, auf die es im Notfall wirklich ankommt. Du triffst andere Freiwilligendienstleistende und kannst dich mit ihnen über deine Erfahrungen austauschen. Du wirst dich mit Themen auseinandersetzen, die deine praktische Arbeit betreffen, aber auch Gelegenheit haben, dich und deine sozialen Kompetenzen weiter zu entwickeln. In den Seminargruppen kannst du dich auch kreativ austoben und bei gemeinsamen Aktionen und Ausflügen steht der Spaß ganz oben auf dem Programm!

“

Ich fand die Woche super und hätte nie gedacht, dass wir auf Anhieb so eine gute Gruppendynamik haben. Auch die Leute in der Herberge waren super nett und die Referentin hat gut in die Gruppe gepasst.

Seminarteilnehmer

Ich bin so positiv überrascht. Ich habe mich sehr wohl gefühlt und freue mich schon auf die nächsten Seminare.

Seminarteilnehmerin

”

“

Da alle Teilnehmer sehr offen waren, hat man sich schnell kennengelernt. Man hat jetzt gute neue Freunde, mit denen man über vieles reden kann.

Seminarteilnehmer



Für mich war die Behindertenhilfe eine größere Herausforderung. Ich wollte meine persönlichen Grenzen austesten. Man wurde mit Dingen konfrontiert, die man aus seiner Umgebung sonst nicht kennt. Mit den verschiedenen Krankheiten der Bewohner umzugehen, war anfangs schwer. Ich habe so viel in diesem Berufsfeld gelernt und werde weiter im sozialen Bereich arbeiten.

Das FSJ hat mich selbstbewusster gemacht. Mit bestimmten Situationen und Menschen kann ich jetzt anders – besser – umgehen. Ich bin in der Zeit erwachsener geworden.

Frederike Karweina (21),
ASB Mittel-Brandenburg



MACHT DAS! ES LOHNT SICH.

Sich neuen Herausforderungen stellen und Grenzen testen

Frederike und Marius machten ihr Freiwilliges Soziales Jahr beim ASB. Frederike Karweina arbeitete in dieser Zeit in der Wohnstätte für chronisch psychisch kranke Menschen des ASB Mittel-Brandenburg. Mit den Bewohnern bereitete sie zum Beispiel regelmäßig die Mahlzeiten vor.

Marius Kerstan absolvierte sein Freiwilliges Soziales Jahr in der Senioreneinrichtung Hof am Teich in Basdorf des ASB Barnim.

Frederike rät anderen FSJ-Interessierten: *"Macht das! Gönnst euch eine Pause nach der Schule und findet heraus, was ihr für eure Zukunft wollt, welches eure Stärken und Schwächen sind. Das freiwillige Jahr bringt euch weiter und ihr lernt viele tolle Menschen kennen. Es lohnt sich."*

Frederike hat mit ihrer Ausbildung zur Erzieherin ihren Weg ins Berufsleben gefunden. Und wenn es klappt, gern beim ASB.

FSJ KOMPAKT

Fakten, Fakten, Fakten

Wenn du...

...deine Vollzeitschulpflicht erfüllt hast und zum Einstieg nicht älter als 26 Jahre bist, steht deinem FSJ nichts im Wege. Die Art der Schulbildung spielt keine Rolle.

Beginn und Dauer

Bei uns kannst du dein FSJ vom 1. Juli bis 1. November jeden Jahres anfangen. Eine Bewerbungsfrist gibt es bei uns nicht. In der Regel dauert der Freiwilligendienst zwischen sechs und zwölf Monate. Nach Absprache mit deiner Einsatzstelle kannst du dein FSJ bis auf 18 Monate verlängern.

Vergütung und Urlaub

Neben einer monatlichen Vergütung, bestehend aus Taschen- und Verpflegungsgeld, bekommst du auch einen Freiwilligenausweis. Mit diesem Ausweis kannst du Vergünstigungen bei kulturellen Veranstaltungen oder Einrichtungen erhalten, entsprechend den Ermäßigungen für Schüler, Azubis oder Studenten. Bei einem zwölfmonatigen FSJ stehen dir mindestens 24 Werktage Urlaub zu.

Krankenversicherung und Kindergeld

Während deines FSJ bist du gesetzlich krankenversichert. Die Beiträge zahlt die Einsatzstelle. Das Kindergeld steht deinen Eltern zu, sofern du nicht 25 Jahre alt bist. Kinderfreibeträge und andere kinderbezogene Leistungen werden entsprechend der gesetzlichen Regelungen während der Dienstzeit weitergezahlt. Das gilt auch für den Bezug von Waisenrente.

Zertifikat und Zeugnis

Hast du dein FSJ beendet, erhältst du eine Bescheinigung über die Dauer deines freiwilligen Dienstes und ein qualifiziertes Zeugnis. Zudem erhältst du ein Zertifikat über deine Seminarzeit. Mit deinem erfolgreich geleisteten FSJ steigerst du deine Berufschancen und hebst dich von anderen Bewerbern ab.



“

Zu Beginn hatte ich großen Respekt vor der Arbeit in der Altenpflege und auch etwas Angst. Aber die Angst hatte sich schnell gelegt.

Marius Kerstan (18), ASB Barnim

#FREIWILLIG

DEIN WEG ZU UNS

ASB-Einrichtungen in deiner Nähe

Du kannst dich direkt an die ASB-Einrichtungen in deiner Nähe wenden und zum Beispiel einen Schnuppertag vereinbaren. Du kannst dich aber auch gleich persönlich vorstellen, eine E-Mail schreiben oder direkt zum Hörer greifen. Telefonisch erfährst du sofort, ob und wann ein FSJ-Platz angeboten wird.

Deine Bewerbungsunterlagen mit Anschreiben, Lebenslauf und deinem letzten Zeugnis reichst du ebenfalls bei deiner Wunschrichtung ein. Unter **www.asb-lv-bbg.de/freiwilligendienste** findest du unsere Ansprechpartner, die dir bei Fragen gern weiterhelfen.

Eine Bewerbungsfrist gibt es bei uns nicht. Allerdings heißt es auch bei uns: Wer zuerst kommt, mahlt zuerst.

Nach dem FSJ dranbleiben

Auch nach deiner Zeit bei uns kannst du weiter dranbleiben – ob in projektbezogenen Tätigkeiten oder in der Arbeiter-Samariter-Jugend (ASJ). Der ASB bietet dir viele Möglichkeiten, aktiv an der Entwicklung der Organisation mitzuwirken und deine Erfahrungen einzubringen.

Informiere dich einfach beim ASB in deiner Nähe. Auf www.freiwillig-aktiv.de findest du auch bundesweite Angebote für ein freiwilliges Engagement beim ASB.



IMPRESSUM

Herausgeber

Arbeiter-Samariter-Bund
Landesverband Brandenburg e.V.
Försterweg 1
14482 Potsdam

Telefon 0 33 1 . 6 20 53 60

Fax 0 33 1 . 6 20 53 70

E-Mail fwd@asb-lv-bbg.de

www.asb-lv-bbg.de

Layout

freivonform . Agentur für Markenkommunikation

Druck

freivondruck

Text

A. Briese (ASB Mittel-Brandenburg),

D. Goethe (poolproduction), H. Klas

(ASB Deutschland), D. Siebolds

(ASB Deutschland)

Bildquellen

Hannibal / ASB

Dietmar Haiduk

ASB Landesverband Brandenburg /

Schönknecht

ASB Landesverband / Schwalbe

ASB Mittel-Brandenburg / Briese

Redaktion

Cindy Schönknecht

Stand

August 2018

Hinweis: Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird in den Texten dieser Broschüre der Einfachheit halber nur die männliche Form verwendet. Die weiblich Form ist selbstverständlich stets mit eingeschlossen.

DER ASB IN DEINER NÄHE

Die Freiwilligendienste werden gefördert vom



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend