



So gelingt die

# Balance

Wegweiser  
Familie und Beruf  
Kreis Euskirchen



# Inhalt

5 Vorwort

6 Der Spagat zwischen Familie und Beruf ist gelungen!

9 Einleitung

10 Berufswahl und Lebensplanung

14 Vereinbarkeit von Familie und Beruf

16 Schwangerschaft, Elternzeit und Elterngeld

23 Kinderbetreuung

25 Pflege von Angehörigen

29 Arbeitszeitgestaltung und Arbeitszeitmodelle

31 Altersvorsorge

34 Beruflicher (Wieder-)Einstieg

36 Checkliste zum beruflichen (Wieder-)Einstieg

38 Weiterbildung und Qualifizierung

40 Anerkennung ausländischer Schul- und Berufsabschlüsse

41 Nachholen von Schulabschlüssen oder einer Berufsausbildung

44 Fördermöglichkeiten zur beruflichen Entwicklung

46 Bewerbung und Arbeitssuche

48 Existenzgründung

52 Einrichtungen von A-Z

84 Linkliste

# 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

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 Unterstützung durch Ihre Familie. Dass es möglich ist, zeigt folgendes Beispiel.*

.....

„Mit drei Kindern, dann seid ihr ja asozial!“

Dieser Ausruf einer Tante war Ansporn, es „ihr“ zu zeigen. Als Hauptschülerin, nach freiwilligem zehnten Schuljahr, Praktikum und BWL-Studium an der Fachhochschule, wollte ich durch die Berufstätigkeit vorrangig eine Basis schaffen, falls ich einmal gezwungen wäre, den Familienunterhalt alleine zu bestreiten. Nachdem unsere jüngste Tochter in den Kindergarten kam, begann ich

nach sechs Jahren Pause wieder mit einer Halbtags­tätigkeit in einem Steuerbüro. Vom ersten Gehalt habe ich eine Nähmaschine gekauft, damit ich die Löcher in den Kinderhosen flicken konnte! Die ersten drei Monate Doppelbelastung mit drei kleinen Kindern waren so anstrengend, dass die Oma für drei Wochen über Ostern kommen musste, um für uns zu kochen.

## Jeder hat etwas, was ihn antreibt...

Die Vorbereitung auf die Steuerberaterprüfung war dann ein Kraftakt, der ohne die Unterstützung meines Mannes nicht möglich gewesen wäre. Heute weiß ich nicht mehr, wie ich Halbtags­tätigkeit, Kochen, Nachmittagsfahrdienst für die Kinder, Hausaufgabenbetreuung, Garten und Einkochen sowie Samstagsvorlesungen in Köln und Nachlernen geschafft habe.

Nochmals: **Wenn der Partner nicht unbedingt einverstanden ist und hilft, geht es nicht.** Mein Mann ist in diesen drei Jahren Vorbereitungszeit auf die Prüfung ein hervorragender Koch geworden. Und sonntagnachmittags, wenn alle Canasta spielten, konnte ich beruhigt lernen.

Denkt man, nach der Steuerberaterprüfung wird alles besser, d.h., man hat wieder mehr Zeit, kann ich nur sagen: „Von wegen!“. Halbtags­tätigkeit und nebenberuflich selbstständig, das ging nur noch für drei Jahre, dann musste ich zur Kur.

Danach arbeitete ich nun in eigener Kanzlei in unserem Haus selbstständig. Wie das Wort schon sagt: selbst und ständig. Jetzt ergab sich ein neues Problem: War ich im Büro, dachte ich, die Familie zu vernachlässigen, war ich bei der Familie, dachte ich an die Büroarbeit, die zu erledigen war.

**Immer hat man ein schlechtes Gewissen.**

Diesen Konflikt habe ich für mich gelöst: Andere, d.h. Arbeitnehmer, haben ein freies Wochenende, warum also ich nicht? Samstagabend und der Sonntag gehört nun der Familie! Ohne schlechtes Gewissen! Dann kann man montags mit einem freien Kopf wieder gut in die neue Woche starten.

Seit 1999 bilde ich Steuerfachangestellte aus und freue mich darüber, dass meine erste Auszubildende auch die Steuerberaterprüfung geschafft hat. Gezielt versuche ich, junge Frauen für den Beruf zu



Agnes Gießelbach-Stein

.....

werben, denn dieser verspricht sehr gute Berufsaussichten und eine gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

**Also: Frauen, traut Euch was zu!**

Agnes Gießelbach-Stein  
Selbstständige Steuerberaterin



# 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

Iris Kreutzer

Kompetenzzentrum  
Frau und Beruf  
Region Aachen

Sandra Schmitz

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

Susen Wulf

Struktur- und  
Wirtschaftsförderung,  
Kreis Euskirchen

# 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.

### 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 aufzuzeigen, 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.

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

#### 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.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) > BERUFENET

#### Tipp >>

##### Finanzielle Unterstützung / BAföG

Benötigen Sie als Jugendlicher oder junger Erwachsener für Ihre Ausbildung eine finanzielle Unterstützung? Damit Sie unabhängig von der familiären Situation eine Ihrer Eignung und Neigung entsprechende Ausbildung absolvieren können, regelt das Bundesausbildungsförderungsgesetz (kurz: BAföG) die staatliche Unterstützung für die Ausbildung 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.

Unter der **BAföG-Hotline des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBWF)**, Tel. **0800 2236341** und auf der Internetseite [www.bafög.bmbf.de/de/100.php](http://www.bafög.bmbf.de/de/100.php) finden Sie weitere Informationen.

#### 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.



### Tipp >>

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

„Vaterschaft und Elternzeit“, [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)  
„Beifahrer – Kleiner Tourenplaner für werdende Väter“, [www.bzga.de](http://www.bzga.de)  
„Ich bin dabei! Vater werden“, [www.bzga.de/](http://www.bzga.de/)

Weitere Informationen auf: [www.vaterseiten.de/vaterglueck](http://www.vaterseiten.de/vaterglueck)

### 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.

### 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.

### Das sollten Sie wissen:

- >> Sie haben als erwerbstätige Eltern in den ersten drei Lebensjahren, in denen Sie Ihr Kind bzw. Ihre Kinder selbst betreuen und erziehen, Anspruch auf Elternzeit.
- >> Während der Elternzeit besteht für Sie ein Rechtsanspruch auf Teilzeitbeschäftigung. Dieser können Sie dann bis zu 30 Stunden wöchentlich nachgehen.
- >> Wenn Sie Ihre Elternzeit anmelden, müssen Sie gleichzeitig angeben, in welchem Zeitraum bis zum zweiten Geburtstag Ihres Kindes Sie die Elternzeit nehmen wollen. Der Zeitraum, den Sie hier angeben, ist verbindlich. Er kann grundsätzlich nur geändert werden, wenn Ihr Arbeitgeber zustimmt.
- >> Sind die zwei Jahre Elternzeit abgelaufen und möchten Sie das dritte Jahr direkt im Anschluss nehmen, muss der Arbeitgeber der Verlängerung der Elternzeit zustimmen. Sie müssen ihn jedoch spätestens sieben Wochen vor Ablauf der zweijährigen Elternzeit darüber informieren, dass Sie die Elternzeit verlängern wollen.
- >> Der Anspruch auf Elternzeit besteht für beide Elternteile unabhängig voneinander bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres des Kindes. Mit Zustimmung des Arbeitgebers kann ein Anteil der Elternzeit von maximal 12 Monaten auf die Zeit bis zum Ende des achten Lebensjahres übertragen werden.
- >> Ob Sie als Mutter oder Vater in Elternzeit gehen, ob Sie die Elternzeit einzeln oder gemeinsam in Anspruch nehmen und für welchen Zeitraum, können Sie als Eltern selbst wählen. Dabei kann jeder Elternteil seine Elternzeit auf zwei Zeitabschnitte verteilen.
- >> 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. Diese Zeit kann jedoch nur bei einem Elternteil angerechnet werden.
- >> Ihre Kranken- und Pflegeversicherungen bleiben während der Elternzeit bestehen. Allerdings ist bei Ihrer Krankenkasse zu klären, ob und in welcher Höhe Beiträge zu entrichten sind. Nehmen Sie neben der Elternzeit auch Elterngeld in Anspruch, läuft Ihre Krankenversicherung beitragsfrei weiter.

### Tipp >>

Elternzeit kann von allen Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern in Anspruch genommen werden, auch von Auszubildenden und in Heimarbeit beschäftigten Personen.

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

Elternzeit kann in jedem Arbeitsverhältnis in Anspruch genommen werden, auch bei einer Teilzeitbeschäftigung oder einem geringfügigen Beschäftigungsverhältnis.

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

## Beispiel eines Vaters, der Elternzeit in Anspruch genommen hat

### Beispiel >>

#### Wie lange haben Sie die Kinderbetreuung übernommen?

Ein Jahr.

#### Es ist unüblich, dass die Väter dies tun. Was hat Sie dazu bewogen?

Da meine Frau eine leitende Funktion innehat und keine größere Auszeit nehmen kann, haben wir uns für diesen Weg entschieden. Leider sind viele Arbeitgeber noch nicht so flexibel, dass man die Arbeit z.B. im Home-Office oder flexibler gestalten kann. Hier hinkt Deutschland noch deutlich hinter anderen Ländern her. Wenigstens hat sich einiges in der Betreuung der unter Dreijährigen verbessert. Aber auch hier sind die Betreuungszeiten noch nicht optimal bzw. den Anforderungen der Arbeitgeber hierzulande angepasst.

#### Was haben Sie in dieser Zeit für eine Erfahrung gemacht?

Ich habe erkannt, dass Kindererziehung keineswegs „Urlaub“ ist und die Achtung zu den Frauen, die dies in den meisten Fällen auf sich nehmen, ist gestiegen. Weiterhin habe ich festgestellt, dass man in unserer Gesellschaft immer noch in dem klassischen Rollenverständnis, Mutter bleibt Zuhause beim Kind und Vater geht arbeiten, verharrt (auch bei vielen amtlichen Formularen gibt es nur die weibliche Form ;-)).

#### Was hat Ihr Arbeitgeber dazu gesagt?

Er war nicht begeistert, da er mit mir auf eine wertvolle Arbeitskraft verzichten musste.

#### Wie haben andere Leute reagiert?

Viele Männer in meinem Umfeld reagierten verhalten und hätten sich das niemals zugetraut bzw. haben mich ausgelacht, dass ich als Mann zu Hause bleibe, da dies die klassische Frauenrolle ist. In der Krabbelgruppe war ich allerdings der „Star“. Die Frauen fanden meine Entscheidung super und hatten Respekt davor.

#### Würden Sie, falls Sie die Wahl hätten, noch einmal Elternzeit nehmen?

Jederzeit, das war für mich die schönste Zeit in meinem bisherigen Leben.

#### War der Wiedereinstieg nach der Elternzeit erschwert?

Nicht, was die Aufnahme meiner Tätigkeit als solche betraf. Allerdings hatte ich emotionale Schwierigkeiten, mich von der Rolle als „Mutter, die zu Hause beim Kind ist“, zu trennen. Deshalb glaube ich, dass diese Rolle auf jeden Fall schön ist und verstehe auch, dass es meiner Frau nicht leicht gefallen ist, arbeiten zu gehen.

#### Was würden Sie anderen Vätern raten?

Diese Zeit zu nutzen und den intensiven Kontakt zum Kind zu genießen.

*Interview mit Guido Preiser*



## 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 Elterngeldkasse 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.

# „Unsere persönliche Lösung“

## Beispiel >>

### Wie lange haben Sie Elternzeit genommen?

Ich habe zunächst zwei Jahre Elternzeit beantragt, aber mit der Option, nach einem Jahr bereits in Teilzeit während der Elternzeit zu arbeiten.

### Haben Sie Ihre berufliche Tätigkeit in Teilzeit- oder Vollzeit wieder aufgenommen – und mit wie vielen Stunden in der Woche?

Nach einem Jahr bin ich mit 24 Stunden, das heißt drei vollen Arbeitstagen, zurück ins Berufsleben gestartet.

### War der Wiedereinstieg in den Beruf ein Problem aufgrund der Kinderbetreuung?

Es war zunächst nicht einfach, eine Kinderbetreuung zu finden. Nach mehreren Absagen bei Tagesmüttern, die oft nur Vormittagsbetreuung angeboten haben, sind wir kurz vor Toresschluss bei den „Sternenfängern“ untergekommen. Gott sei Dank war mein Wiedereinstieg etwas einfacher dadurch, dass mein Mann die zwei Partnermonate Elternzeit zu Beginn meines Wiedereinstiegs genommen hat. Somit konnte er sich um die Eingewöhnung bei den „Sternenfängern“ kümmern.

### Wer hat die Kinderbetreuung übernommen, als Sie Ihre berufliche Tätigkeit wieder aufgenommen haben? (z. B. Tagesmutter/Großeltern/Kindergarten etc.)

Zunächst eine private Initiative von Tagesmüttern, die „Sternenfänger“. Mit zwei Jahren hatte Benedikt dann einen U3-Platz im neu gebauten Kindergarten.

### War Ihr Kind dort regelmäßig (täglich) in der Betreuung?

Bei den „Sternenfängern“ war Benedikt nur an den drei Tagen, an denen ich gearbeitet habe. Jetzt im Kindergarten ist er täglich und wird zweimal die Woche von mir mittags abgeholt. Allerdings muss man sagen, dass die Betreuungszeiten bei den Tagesmüttern „Sternenfängern“ flexibler gestaltet werden kann.

Im Kindergarten ist man an feste Zeiten gebunden und oftmals passen die Öffnungszeiten nicht mit den Arbeitszeiten überein.

### Wurde Ihr Kind dort auch betreut, wenn Sie nicht arbeiten mussten?

Bei den „Sternenfängern“ nicht. Im Kindergarten ja, bis mittags.

### Würden Sie sich nochmal für die Betreuungsmöglichkeit entscheiden? Hat es Ihrem Kind gefallen und haben Sie sich damit wohlfühlt?

Bei den „Sternenfängern“ haben wir uns und auch Benedikt sehr wohlfühlt. Wir können die liebevolle Sorglos-Betreuung dort nur empfehlen. Auch im neuen Kindergarten fühlen wir uns bisher gut aufgehoben.

### Haben Sie Anregungen bzgl. der Kinderbetreuungsmöglichkeiten im Kreis Euskirchen?

Gerade in den Kindergärten wären flexiblere und längere Öffnungszeiten wünschenswert.

*Interview mit  
Andrea Cuber und Thomas Schlimgen*

## 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)

## Hinweis >>

Weitere Informationen zur Elternbeitragsfreiheit für das letzte Kindergartenjahr finden Sie in der Satzung des Kreises Euskirchen unter [www.kreis-euskirchen.de](http://www.kreis-euskirchen.de) > Bürgerservice > Jugend und Familie.

### 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.

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

### Finanzielle Hilfen

- >> Finanzielle Hilfen können Sie bei den Pflegekassen, den Krankenkassen und beim Sozialamt erfragen. Ihre zuständige Pflegekasse berät Sie insbesondere zu den Leistungen bei häuslicher Pflege, bei Verhinderungspflege, bei teil- und vollstationärer Pflege und zu Pflegehilfsmitteln und technischen 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.
- >> Bei einem besonderen Betreuungsbedarf von Menschen mit einer erheblichen Einschränkung der Alltagskompetenz (dementiell, geistig oder psychisch Erkrankte), übernimmt die Pflegekasse bis zu 200 Euro der Kosten. Dabei können Sie wählen zwischen Gruppenangeboten, die zu festen Zeiten regelmäßig stattfinden, oder einer stundenweisen Betreuung im eigenen Haushalt. Auch Pflegedienste und Pflegeeinrichtungen können spezielle Betreuungsangebote anbieten. Welche Angebote dabei finanziert werden, wissen die beratenden Einrichtungen und die Pflegekasse.
- >> Bei einer Kurzzeitpflege, d. h., wenn die Pflege vorübergehend nicht bei Ihnen zu Hause erfolgen kann, trägt die Pflegekasse bei anerkannter Pflegebedürftigkeit die Pflegekosten für einen kurzzeitigen Aufenthalt, maximal vier Wochen im Jahr in einer Pflegeeinrichtung. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung müssen von der oder dem Pflegebedürftigen gezahlt werden.
- >> Sind Sie selbst krank oder in Urlaub, können Sie durch eine Verhinderungspflege die Pflege Ihrer oder Ihres Angehörigen sichern. Die Pflegeversicherung bewilligt unter bestimmten Voraussetzungen für höchstens 28 Tage einmalig im Jahr eine Ersatzpflegekraft entweder im Haushalt des zu Pflegenden oder in einer Pflegeeinrichtung. Die Verhinderungspflege kann auch tage- oder stundenweise in Anspruch genommen werden.

## Hilfen zu Hause

- >> Bei der Tagespflege wird Ihre Angehörige oder Ihr Angehöriger zu Hause vom Fahrdienst der Tagespflegereinrichtung abgeholt, dieser übernimmt auch die Beförderung zurück. Dies kann eine große Entlastung für Sie darstellen. Sie setzt jedoch eine gewisse Mobilität Ihrer oder Ihres Angehörigen voraus.
- >> 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.
- >> Hausnotrufsysteme bieten Ihnen bei Abwesenheit von zu Hause ein Gefühl der Sicherheit, jederzeit kann Ihre Angehörige oder Ihr Angehöriger Hilfe rufen.
- >> Eine Entlastung bei der Betreuung Ihrer oder Ihres Angehörigen kann „Essen auf Räder“ darstellen.
- >> Da die Pflege von Angehörigen Sie oftmals auch an Ihre Belastbarkeit führen kann, sollten Sie die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe in Betracht ziehen. Sie bietet Entlastung und die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten. Das Selbsthilfe-Büro Euskirchen kann Sie bei der Suche nach einem passenden Angebot unterstützen.
- >> Zu Ihrer Unterstützung werden häusliche Pflegekurse z. B. von den Pflegekassen, Wohlfahrtsverbänden oder den ambulanten Pflegediensten angeboten.

## 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 gesetzliche Regelungen an dieser Stelle gestärkt.

## Mit folgenden Angeboten unterstützt der Gesetzgeber Sie:

### Kurzzeitige Arbeitsverhinderung bei akuter Pflegebedürftigkeit

Nach § 616 BGB dürfen Beschäftigte kurzfristig zur Betreuung einer oder eines kranken Angehörigen bei voller Bezahlung der Arbeit fernbleiben, wenn ein ärztliches Attest vorliegt und die häusliche Pflege durch die oder den Angestellten selbst erfolgen muss. Dies gilt auch für ein erkranktes Kind. In diesem Fall steht Ihnen eine Freistellung von bis zu zehn Arbeitstagen pro Jahr zur Organisation der Pflege zu. Ihr Bestandsschutz in der Kranken-, Pflege-, Renten- und Arbeitslosenversicherung bleibt bestehen.

## Pflegezeit

Unter einer Pflegezeit wird eine Freistellung oder Reduzierung auf Teilzeit für längstens sechs Monate in Unternehmen mit mehr als 15 Mitarbeitern verstanden. Möchten Sie die Pflegezeit in Anspruch nehmen, muss sie innerhalb von zehn Arbeitstagen schriftlich angekündigt werden. Die Phase der Freistellung ist unbezahlt, Sie sind weiterhin sozial versichert und haben Anspruch auf Pflegegeld durch die Pflegeversicherung.

## Familienpflegezeit

Bei der Familienpflegezeit wird Ihre Arbeitszeit über einen Zeitraum von maximal zwei Jahren auf bis zu 15 Stunden Wochenarbeitszeit reduziert. Sie können keinen gesetzlichen Anspruch auf die Familienpflegezeit geltend machen, es handelt sich dabei um eine individuelle Vereinbarung zwischen Ihnen und Ihrer Arbeitgeberin oder Ihrem Arbeitgeber.

### Hinweis >>

Weitere Informationen, einen Familienpflegezeit-Rechner sowie ein Video zum Thema finden Sie auf dem Portal [www.familien-pflege-zeit.de](http://www.familien-pflege-zeit.de) des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

# 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 Betreuungsempfängen.

Das Modell des Lebenszeitkontos ist die langfristige 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 ei-

nem 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 die Möglichkeit, ihre anspruchsvollen Tätigkeiten mit der Familienphase verbinden zu können.

# 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 2009 bei 487 Euro, während sie bei Männern gut doppelt so hoch war. 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.

### 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 und Ihre Rentenversicherungskasse sind weitere Anlaufstellen für Sie.**

### 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 ein Jahr. 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. Es gilt die Voraussetzung, dass man bis zum Beginn der Rente 25 Beitragsjahre im Rentenkonto angesammelt hat.

### 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.

# 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.**

---

---

## **Bevor Sie damit beginnen, hier einige 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.

Tipp >>

## 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	<a href="http://www.talentkompass.de">www.talentkompass.de</a>
ProfilPASS	<a href="http://www.profilpass-online.de">www.profilpass-online.de</a>
Kompetenzbilanz NRW	<a href="http://www.gib.nrw.de/service/downloads/kompetenzbilanz_nrw">www.gib.nrw.de/service/downloads/kompetenzbilanz_nrw</a>

**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) > KURSNET

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, bei Teilnahme in Teilzeit bis zu zwölf Monate. Die Sprachenschule erstattet den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, die Grundsicherung erhalten, die Fahrtkosten. Bei Bedarf hilft sie auch weiter, falls Kursteilnehmer Kinderbetreuung benötigen.

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

Beispiel >>

## Berufsbezogene Sprachkurse

Ich bin Ungarin und lebe seit acht Jahren in Deutschland. Zu Hause habe ich mit meiner Familie immer nur allgemein Deutsch gesprochen, über Kinder, Schule usw. Als Bürokauffrau brauchte ich aber auch die Fachsprache, um in meinem Beruf arbeiten zu können. Deshalb habe ich bei der VHS Euskirchen zwei Kurse ‚Deutsch als Fremdsprache für den Beruf‘ absolviert. Der Erfolg blieb nicht aus. Seit vier Jahren arbeite ich schon in der Kreisverwaltung.

*Tünde Wiebe, 45 Jahre, Verwaltungsangestellte*

## 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.anerkennung-in-deutschland.de](http://www.anerkennung-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 „Anerkennungsfinder“** zeigt den Weg zur richtigen

Anerkennungsstelle und informiert auf Deutsch und Englisch rund um die Anerkennungsverfahren. Die **Telefonhotline des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge** bietet für Interessierte aus dem In- und Ausland von Montag bis Freitag 9 bis 15 Uhr telefonische Beratung auf Deutsch und Englisch an. Die Hotline ist unter der Nummer **+49 (0)30 1815-1111** zu erreichen.

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 weiterkommen 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 im Kreis Euskirchen

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

Die Externenprüfung findet einmal im Jahr statt. Sie besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Zugangsvoraussetzungen: Bewerberinnen und Bewerber mit Wohnsitz im Kreis Euskirchen, die ihre Regelschulzeit erfüllt haben.

**Spezifische Begabtenprüfungen (externe Abiturprüfungen)** für die Zulassung zum Studium richten sich an begabte Berufserfahrene, die eine Ausbildung und mehrjährige Berufserfahrung mitbringen. Sie kommen aufgrund ihrer Persönlichkeit, ihrer Begabung und ihrer Vorbildung für ein Studium an einer Hochschule in Frage, besitzen aber keine Allgemeine Hochschulreife. Diese erlangen sie erst über die bestandene Begabtenprüfung, die etwa auf Abiturniveau liegt und auf die sich die Kandidaten in Eigenregie vorbereiten.

### Hinweis >>

#### Erwerb nachträglicher Schulabschlüsse im Kreis Euskirchen

##### Hauptschulabschluss, Fachoberschulreife

Abendrealschule Euskirchen  
info@weiterbildungskolleg-eu.de

##### Hauptschulabschluss nach Klasse 9

Berufskolleg Eifel des Kreises Euskirchen in Kall  
aktuelle.infos@berufskolleg-eifel.de

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

Abendgymnasium Euskirchen  
info@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, 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, die mindestens 15 Stunden wöchentlich arbeiten und deren zu versteuerndes Jahreseinkommen 20.000 Euro (40.000 Euro bei Verheirateten) nicht übersteigt.

Auch Berufsrückkehrerinnen 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. Auf dem Gutschein werden das Bildungsziel und drei geeignete Anbieter vermerkt.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info) und telefonisch über die **kostenlose Hotline 0800 2623000**.

### 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. Zudem haben auch Selbstständige die Möglichkeit, eine Förderung zu erhalten. 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 2.000 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 und 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!

Hier erfahren Sie, wie es geht:

[www.arbeitsagentur.de/zentraler-Content/Veroeffentlichungen/Vermittlung/Praxisnahe-Bewerbungstipps-fuer-Frauen.pdf](http://www.arbeitsagentur.de/zentraler-Content/Veroeffentlichungen/Vermittlung/Praxisnahe-Bewerbungstipps-fuer-Frauen.pdf)

## 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.

### 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 zeitna- hem 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.

### 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.

**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.

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

**Iris Kreutzer**  
**Zweckverband Region Aachen**  
**Kompetenzzentrum Frau und Beruf Region Aachen**  
Dennewartstraße 25-27, 52068 Aachen  
Tel. 0241 9631327, Fax 0241 9631948  
kreutzer@regionaachen.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

**Susen Wulf**  
**Struktur- und Wirtschaftsförderung Kreis Euskirchen**  
Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen  
Tel. 02251 15582, Fax 02251 15489  
susen.wulf@kreis-euskirchen.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.**  
” .....



*Einige der Beteiligten und Ansprechpartnerinnen von links nach rechts:  
Sandra Schmitz, Susen Wulf, Astrid Günther und Bettina Eil*

# 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  
bruehl.bca@arbeitsagentur.de  
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

### Kontakt:

Agentur für Arbeit Euskirchen  
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt  
Tel: 02251 797179  
bruehl.bca@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	Geschäftsstelle Kall
Thomèstraße 17	Aachener Straße 57
53879 Euskirchen	53921 Kall
Tel. 0800 4 555500	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  
152-U25@arbeitsagentur.de  
www.arbeitsagentur.de



## AWO – Familienbildungsstätte / Marie-Juchacz Bildungswerk

Zeißstraße 1  
50126 Bergheim  
Tel. 02271 603-0  
d.kuehn@awo-bm-eu.de  
www.awo-bm-eu.de

Die Bildungswerke sind in den Regionen Rhein-Erft und Euskirchen zu folgenden Schwerpunktthemen aktiv: Kurse rund um die Familie – Fortbildungsreihen im pädagogischen Bereich (Kindertagespflegepersonal, PEKIP-GruppenleiterInnen u.a.) – Fortbildungen für das bürgerschaftliche Engagement – Integrationskurse: Deutsch als Fremdsprache – Kurse zu Bewegung, Entspannung und Kreativität – Fortbildungen zu Persönlichkeit und Technik.

- Für wen:**
- >> Eltern mit Kind

- Angebote:**
- >> Fortbildungsreihen
  - >> Sprachkurse
  - >> Eltern-Kind-Kurse
  - >> Qualifizierung Kinderpflegepersonal



## 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:** >> Erziehende/alleinerziehende Frauen

**Angebote:** Das Projekt „HandFest!“ begleitet und unterstützt erziehende und alleinerziehende Frauen, die sich nach einer Familienpause neue Berufsfelder erschließen möchten, um damit den Anschluss an die aktuellen Anforderungen des heutigen Arbeitsmarktes zu finden und neue Perspektiven zu entwickeln.

Die pädagogisch intensiv betreute Maßnahme wird mit einem Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein durchgeführt (dieser wird vom Jobcenter ausgestellt) und hat eine Laufzeit von sechs Monaten.



## 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 zum Erzieher, Heilerziehungspfleger, Kinderpfleger oder Sozialhelfer 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 Fachhochschulreife)
- >> 2-jährige Berufsfachschule Sozialhelfer (Berufsabschluss plus Fachhochschulreife)
- >> 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 ausgezeichnete 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, Arbeitssuchende, Berufstätige, Unternehmen und Schulen.

### Für wen:

- >> Schüler/innen aller Schulformen
- >> Wiedereinsteiger/innen und Berufsrückkehrer/innen nach der Familienphase
- >> Arbeitssuchende
- >> 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, Arbeitssuchende)
- >> **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.

- >> **Medika – Kauffrau/-mann im Gesundheitswesen:** Berufsbegleitende Qualifizierung mit anschließender IHK-Abschlussprüfung für eine kaufmännische Tätigkeit im Gesundheitswesen und mit Erwerb eines staatlich anerkannten Berufsabschlusses. Neue, familienfreundliche berufliche Perspektiven für Menschen mit medizinischer Ausbildung und (ersten) kaufmännischen Vorkenntnissen!
- >> **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:** >> 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 48  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 7000-71  
Babykleiderstube, Tel. 02251 7000-14  
Väterberatung, Tel. 02251 7000-19  
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

## 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 in der Caritas  
Tel. 02251 7000-12  
fruehehilfen@caritas-eu.de  
Sprechzeiten:  
Mo und Do von 8:30 bis 12:30 Uhr

**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. Ein Angebot ist das TEP-Programm (Teilzeitberufsausbildung – Einstieg begleiten – Perspektiven eröffnen). Dieses richtet sich an alleinerziehende Mütter, die sich der Herausforderung einer (Teilzeit-)Berufsausbildung stellen möchten.

Wir unterstützen Sie bei der Ausbildungsplatzsuche und trainieren Sie für eine erfolgreiche Bewerbung. Wir helfen Ihnen bei der Suche nach einer geeigneten Kinderbetreuung und der Sicherstellung Ihrer materiellen Versorgung während der Ausbildungszeit.

**Teilzeitberufsausbildung – Einstieg begleiten –  
Perspektiven eröffnen**

**Für wen:** >> Alleinerziehende Mütter ohne abgeschlossene Berufsausbildung

**Angebote:** >> Beratung und Unterstützung  
>> Teilzeitberufsausbildung – Einstieg begleiten – Perspektiven eröffnen (TEP)

**Zuständiger Ansprechpartner:**

a.fischer@caritas-eifel.de



### Katholische Schwangerschaftsberatungsstelle „Rat und Hilfe“

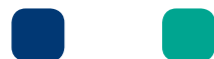
**Für wen:** >> Schwangere

**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 Babybedenkzeit-Puppen

**Zuständiger Ansprechpartner:**

u.grab@caritas-eifel.de



### DAA und DAA Job Plus

Bergerstraße 99  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 127 06-52  
information@daa.de  
www.daa.de

Wir sind ein bundesweit etablierter Bildungsträger und sind in den Bereichen Aus- und Weiterbildung, Qualifizierung, Aktivierung und Orientierung, Bewerbungstraining und Vermittlung in den ersten Arbeitsmarkt tätig.

**Für wen:** >> Alle, die eine Ausbildung anstreben.  
>> Alle, die eine Qualifizierung bzw. Weiterbildung anstreben.

**Angebote:** >> Einschätzung der realistisch umsetzbaren Ausbildungsmöglichkeiten  
>> Anfertigung der Bewerbungsunterlagen für einen Ausbildungsplatz  
>> Unterstützung bei der Suche nach geeigneten Ausbildungsplätzen  
>> Qualifizierung, Aus- und Weiterbildung entsprechend der vor Ort gegebenen Möglichkeiten (bitte telefonisch erfragen)



### Diakonisches Werk der Evangelischen Kirchengemeinden

Kaplan-Kellermann-Straße 12  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 92900  
pflege@diakonie-eu.de  
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  
donum-vitae-kreis-euskirchen@gmx.de  
www.donumvitae-eu.de

### Staatliche anerkannte Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle

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

**Angebote:** >> Einzel- und Paarberatung  
>> Sexualpädagogische Präventionsberatung in Schulen und Jugendeinrichtungen



## 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:** >> Träger von 29 Kindertagesstätten und Familienzentren im Kreis Euskirchen  
>> Träger einer „Offenen Ganztagsgrundschule“ (OGS) in Blankenheim.

**Zuständige Organisationseinheit:**  
Fachbereich I Kindertageseinrichtungen  
Fachbereich II u. a. OGS

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

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

**Zuständige Organisationseinheit:**  
Fachbereich II Hausnotrufdienst

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

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

**Zuständige Organisationseinheit:**  
Fachbereich II 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



## Frauen helfen Frauen e.V., Frauenberatungsstelle

Gerberstraße 49  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 75140  
frauenberatung@frauenhelfenfrauen-euskirchen.de  
www.frauenhelfenfrauen-euskirchen.de

Als einzige 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 Veränderungswünschen. Gerade von Frauen mit Veränderungswünschen wird häufig der Wunsch nach einer beruflichen 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 den offiziellen Schritt zum Arbeitsamt 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:** >> Die Frauen erhalten bei uns eine erste Orientierung und 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 bzw. einen geeigneten Bildungsträger weitervermittelt. Die Frauen werden auf Wunsch weiter von uns begleitet.



## Frauenbildungs- und Tagungshaus Zülpich e.V.

Prälat-Franken-Straße 22  
53902 Zülpich-Lövenich  
Tel. 02252 44 54  
sigrid-titze@online.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



## 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
- >> Grundschul Kinder

**Angebote:**

- >> Ganzheitliche Geburtsvorbereitung
- >> Wohlfühltag für Schwangere
- >> Schwangerschaftsgymnastik am Vormittag, Hauptsache gesund ...?
- >> Gymnastik nach der Geburt
- >> Wohlfühltag für Frauen/Mütter
- >> Das Baby-ABC, 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
- >> Kinderzirkus in der ersten Sommerferienwoche
- >> Teilweise Kinderbetreuung parallel zu Kursangeboten in der Familienbildungsstätte
- >> Alleinerziehendenwochenende in Kooperation mit der Abteilung Jugend und Familie des Kreises Euskirchen
- >> Mein Kind – ein Scheidungskind
- >> Diverse Bewegungs- und Entspannungsangebote
- >> Angebote zur Ernährung im Alter



## Jobcenter EU - aktiv

### Geschäftsstelle Euskirchen

Sebastianusstraße 22  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 77600  
Fax 02251 7760 100  
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

### Geschäftsstelle Kall

Benzstraße 7  
53925 Kall  
Tel. 02441 77163-0  
Fax 02441 77163-4120  
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)

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

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

#### 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

##### 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/

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



## 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

**Kontakt:**  
Struktur- und Wirtschaftsförderung  
Bildungsberatungsstelle  
Tel. 02251 15582  
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  
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

### Abteilung Soziales

#### Zentrales Informationsbüro Pflege

**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

### 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 15-655

### 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 8-0  
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



## Selbsthilfebüro Euskirchen

Am Schwalbenberg 3  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251 70 25 817  
selbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org  
www.shzdueren@pariaet-nrw.org

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist eine Einrichtung zur Koordination und Unterstützung der Selbsthilfe im Kreis Euskirchen. Träger ist der Paritätische Wohlfahrtsverband.

- 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 52395  
euskirchen@vz-nrw.de  
www.verbraucherzentrale-nrw.de

Die Verbraucherzentrale bietet persönliche Beratung und unkomplizierte Hilfestellung 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.

Im Auel 44  
53937 Schleiden  
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 zur Qualifizierung, Stabilisierung und Vermittlung in Arbeit und Ausbildung durch.

### Für wen:

- >> Menschen, die (langfristig) 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 Beratungsbedarf formulieren
- >> Menschen, die stabilisierende Unterstützung benötigen
- >> Menschen, die bedürftig sind aufgrund finanzieller Notlagen

### Angebote:

#### Beratung:

- >> in allen Fragen der Erwerbslosigkeit
- >> zu gesetzlichen Regelungen nach dem SGB II, III und IX, z. B. 400-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
- >> bei Vermittlung von Hilfsangeboten anderer Stellen
- >> beim Aufzeigen von Wegen zu Therapieangeboten

#### Informations- und Vortragsveranstaltungen zu:

- >> Bewerbung
- >> Farb- und Stilberatung
- >> Kinderbetreuung im Kreis
- >> Konflikte in der Familie
- >> Schuldnerberatung

# Linkliste

## Berufswahl und Lebensplanung

<a href="http://www.arbeitsagentur.de">www.arbeitsagentur.de</a>	Agentur für Arbeit
<a href="http://www.bmwi.de">www.bmwi.de</a>	Tipps zur Berufswahl und Bewerbung
<a href="http://www.bewerbung.net">www.bewerbung.net</a>	Bewerbungsvorlagen
<a href="http://www.planet-berufe.de">www.planet-berufe.de</a>	Checkliste für bessere Bewerbung
<a href="http://www.monster.de">www.monster.de</a>	Bewerbungstipps
<a href="http://www.berufe.tv">www.berufe.tv</a>	Filme über Berufe
<a href="http://www.ihk-aachen.de">www.ihk-aachen.de</a>	
<a href="http://www.handwerkskammer-aachen.de">www.handwerkskammer-aachen.de</a>	

## Migration / Anerkennung

<a href="http://www.migra-info.de">www.migra-info.de</a>	Informationen
<a href="http://www.berufliche-erkennung.de">www.berufliche-erkennung.de</a>	Hilfe zur Anerkennung von Abschlüssen

## 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>	Agentur für Arbeit, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

## Elterngeld

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

Fragen zum Elterngeld

## Kinderbetreuungsmöglichkeiten

[www.lvr.de/app/kigaAsis/index.asp](http://www.lvr.de/app/kigaAsis/index.asp)  
[www.handbuch-kindertagespflege.de](http://www.handbuch-kindertagespflege.de)  
[www.kitafinder.nrw.de](http://www.kitafinder.nrw.de)  
[www.tagesmuetter-verein.de](http://www.tagesmuetter-verein.de)  
[www.kinderschutzbund-euskirchen.de/de/Die-Nummer-gegen-Kummer.html](http://www.kinderschutzbund-euskirchen.de/de/Die-Nummer-gegen-Kummer.html)  
[www.kreis-euskirchen.de/service/jugend\\_und\\_familie/index.php](http://www.kreis-euskirchen.de/service/jugend_und_familie/index.php)

KiTa-Suche nach PLZ  
Kindertagespflege  
Kindertagesstätten-Finder  
Tagespflege

## Beruflicher (Wieder-)Einstieg

[www.perspektive-wiedereinstieg.de](http://www.perspektive-wiedereinstieg.de)  
[www.wiedereinstieg.nrw.de](http://www.wiedereinstieg.nrw.de)  
[www.arbeit.nrw.de](http://www.arbeit.nrw.de)  
[www.vaeter-nrw.de](http://www.vaeter-nrw.de)  
[www.vaeter-und-karriere.de](http://www.vaeter-und-karriere.de)  
[www.wiedereinstiegsrechner.de](http://www.wiedereinstiegsrechner.de)

Infos zum Wiedereinstieg  
Infos zum Wiedereinstieg  
Hilfen zum Wiedereinstieg  
Starke Väter  
Väter und Karriere  
Berechnung des voraussichtlichen Bruttolohns  
Agentur für Arbeit, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

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

## Kompetenzbilanzierung

[www.weiterbildungsberatung-nrw.de/buergerinnen-buerger/berufliche-entwicklung/kompetenzermittlung.html](http://www.weiterbildungsberatung-nrw.de/buergerinnen-buerger/berufliche-entwicklung/kompetenzermittlung.html)  
[www.profilpass-online.de/](http://www.profilpass-online.de/)  
[www.gib.nrw.de/service/downloads/kompetenzbilanz\\_nrw.pdf](http://www.gib.nrw.de/service/downloads/kompetenzbilanz_nrw.pdf)

## Ausbildung / Teilzeitausbildung

[www.bafoeg.bmbf.de](http://www.bafoeg.bmbf.de)

[www.gib.nrw.de/arbeitsbereiche](http://www.gib.nrw.de/arbeitsbereiche)

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

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

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

Informationen

Netzwerk Teilzeitausbildung

## Bewerbung

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

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

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

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

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

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

Agentur für Arbeit

Tipps zur Berufswahl  
und Bewerbung

Bewerbungsvorlagen

Checkliste für bessere

Bewerbung

Bewerbungstipps

## Existenzgründung

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

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

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

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

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

Agentur für Arbeit

Startercenter NRW

Förderprogramme

## Impressum

**Herausgeber** Kreis Euskirchen – Der Landrat  
Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen, Tel. 02251 15-0

**Redaktion** Bettina Eil, Gleichstellungsbeauftragte, Kreis Euskirchen  
Astrid Günther, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt,  
Jobcenter EU-aktiv  
Iris Kreutzer, Zweckverband Region Aachen  
Kompetenzzentrum Frau und Beruf Region Aachen  
Sandra Schmitz, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt,  
Agentur für Arbeit Brühl

Susen Wulf, Struktur- und Wirtschaftsförderung, Kreis Euskirchen

**Gestaltung** [www.rachiq-design.de](http://www.rachiq-design.de)

**Druck** Druckerei Ralf Küster

Stand: Dezember 2013

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 ohne Gewähr, abgestimmt mit den jeweiligen Projektpartnern.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung.



gefördert vom:  
Ministerium für Gesundheit,  
Emanzipation, Pflege und Alter  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Beteiligte Projektpartner:

