

# So gelingt die Balance

---

Wegweiser

Familie und Beruf

Kreis Euskirchen

# Inhalt

3 O-Töne

---

5 Vorwort

---

7 Der Spagat zwischen Familie und Beruf ist gelungen - ein Vater berichtet

---

9 Einleitung

---



11 Berufswahl und Lebensplanung

---

16 Vereinbarkeit von Familie und Beruf

19 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

45 Bewerbung und Arbeitssuche

---



48 Existenzgründung

---



51 Einrichtungen von A-Z

---

76 Linkliste

# O-Töne

---

„Der Kreis Euskirchen ist ein lebens- und liebenswerter Ort für Familien. Die Landschaft ist reizvoll, die Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung sind vielfältig, das Vereinsleben lebendig. Familien sind hier herzlich willkommen.“

Als Familienvater weiß ich, dass es manchmal gar nicht so einfach ist, Familie, Beruf und Freizeit unter einen Hut zu bekommen. Wie es jeden Tag ein bisschen besser gelingen kann, zeigt der neue Wegweiser für Familie und Beruf, der nun bereits in seiner dritten Auflage erscheint. Ziel ist es, Familien in all ihren Lebensphasen zu unterstützen und zu begleiten. Dazu bieten wir als Kreis und unsere Kooperationspartner\*innen ein umfangreiches Beratungsangebot für nahezu alle Lebenslagen. Ich kann Ihnen nur den Tipp geben: Nutzen Sie das Angebot und profitieren Sie davon.“



Bild: Kreis Euskirchen

*Markus Ramers, Landrat des Kreises Euskirchen*



Bild: Region Aachen Zweckverband

„Der Region Aachen Zweckverband engagiert sich im Rahmen der Fach- und Arbeitskräftesicherung mit seinem Kompetenzzentrum Frau und Beruf für eine bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Familienfreundliche Arbeitgeber, geregelte Kinderbetreuung und finanzielle Sicherheit sind dafür unabdingbar.“

Ein Gewinn auch für die Unternehmen: Vor dem Hintergrund des demografischen Wandels lassen sich mit familienfreundlichen Arbeitsbedingungen Fachkräfte langfristig binden und neue qualifizierte Beschäftigte finden. Für neun von zehn Beschäftigten, die Kinder haben, sind familienfreundliche Angebote mindestens so wichtig wie die Höhe des Gehalts.

Mit vielen Partner\*innen haben wir das „Kompetenznetzwerk Familienfreundliche Unternehmen Ihrer Region“ gegründet. Wir unterstützen Betriebe bei der Umsetzung einer vereinbarkeitsorientierten Personalpolitik. Nutzen auch Sie unser starkes Netz und unsere vielfältigen Angebote, damit Familienfreundlichkeit zu einem Markenzeichen unserer Region wird.“

*Ulla Thönissen, Geschäftsführerin Region Aachen Zweckverband (RAZV)*

„Wir müssen alle Fachkräftepotenziale nutzen. Wer sich flexibel aufstellt, um die Bedürfnisse von Mitarbeitenden und deren Familien zu berücksichtigen, profitiert selbst davon.“

Auch der neue Wegweiser bietet Arbeitgebenden und Mitarbeitenden wertvolle Informationen, wenn es um die Vereinbarkeit von Familie und Beruf geht. Sie finden hier die wichtigsten Ansprechpartner\*innen im Kreisgebiet zu allen Fragen rund um Eltern- oder Pflegezeiten, Weiterbildungsmöglichkeiten, Fördermöglichkeiten und vieles mehr.

Unterstützen Sie ihre Mitarbeiter\*innen aktiv dabei, Arbeit und Privatleben ins Gleichgewicht zu bringen und steigern Sie auch damit ihre Attraktivität als familienfreundliches Unternehmen.“



Bild: Nicole Cuvelier

Ralf Holtkötter, Geschäftsführer Agentur für Arbeit Brühl

„Wer sich flexibel aufstellt, um die Bedürfnisse von Mitarbeitenden und deren Familien zu berücksichtigen, profitiert selbst davon.“

Ralf Holtkötter



„Viele Arbeitgebende bieten bereits flexible Lösungen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Väter und Mütter sind am Arbeitsmarkt gefragt, auch stundenweise. Qualifikationen lassen sich auffrischen und individuelle Lösungen für Ihre Rahmenbedingungen lassen sich finden.“

Nur Mut. Ich freue mich, dass dieser Wegweiser so umfangreiche Unterstützung bietet. Gebündelte Informationen, Ansprechpartner\*innen und hilfreiche Tipps für einen gelungenen Wiedereinstieg und ein ausgewogenes Verhältnis zwischen beruflichen Anforderungen und privaten Bedürfnissen.“

Astrid Hahn, Geschäftsführerin Jobcenter EU-aktiv

Bild: picdrop  
USCHI KITSCHKE FOTOGRAFIE

O-Ton

# Vorwort

---

Frauen in Führungspositionen gibt es vergleichsweise immer noch wenige, aber es werden mehr. Mit dieser sehr erfreulichen Entwicklung stellen sich unweigerlich auch neue Fragen, wenn es um Themen geht, die gesellschaftlich noch immer als „weiblich“ kategorisiert werden. Allen voran die Frage: Kind oder Karriere?

Als ich mit 33 Bürgermeisterin geworden bin, verheiratet, aber kinderlos, stand diese Frage, unausgesprochen auch im Raum? Vielleicht, doch glücklicherweise wurde sie nicht oder selten zum zentralen Thema gemacht. Denn Kinder zu haben oder nicht, ist eine dieser Angelegenheiten in Zwitterstellung: einerseits absolut privat, andererseits aber auch gesellschaftlich und politisch relevant.



Bild: Gemeinde Blankenheim

„In diesem Zusammenhang hoffe ich, dass ich Vorbild sein kann: für Frauen, die Kind und Karriere wollen und für die Menschen, die sich dieser neuartigen Situation gegenübersehen.“

Denn es ist leider nicht richtig so zu tun, als wäre es allein eine persönliche Entscheidung Kinder zu bekommen. Neben vielen anderen Faktoren sind es beispielsweise finanzielle Fragen, die hier mit einfließen: Können wir es uns leisten, Kinder zu bekommen? Müssen beide Eltern arbeiten gehen? Was ist dann mit der Kinderbetreuung? Hier kann die Politik einen großen Beitrag leisten, indem sie für die passenden Rahmenbedingungen sorgt.

Gerade dafür finde ich es absolut notwendig, dass unter denen, die Entscheidungen treffen, solche sind, die aus eigener Erfahrung wissen, welche Herausforderungen der Alltag mit Familie mit sich bringt. Denn nur so können diese Bedürfnisse richtig berücksichtigt werden. Selbst Kinder zu haben, schärft den Blick auf die Interessen der Familien – hierzu gehören neben Betreuungsplätzen auch u.a. familienfreundliche Infrastruktur, Spielplätze, Schwimmbäder und Bildungseinrichtungen.

# „Es braucht kluge Lösungen, Unterstützung und Akzeptanz“

Erst wenn ich selbst dafür verantwortlich bin, kurzfristig eine Betreuung zu suchen, damit ich trotz Schulausfall das wichtige Meeting leiten kann, verstehe ich den Bedarf an gesicherter Betreuung vollständig.

Daher ist es aus meiner Sicht wichtig, dass Frauen in Führungspositionen auch Kinder bekommen können – sonst fehlt diese Perspektive. Nicht nur für andere Frauen in Führungspositionen, sondern auch für Mitarbeiter\*innen und Kolleg\*innen, die Kinder haben und arbeiten gehen.

In diesem Zusammenhang hoffe ich, dass ich Vorbild sein kann: für Frauen, die Kind und Karriere wollen und für die Menschen, die sich dieser neuartigen Situation gegenübersehen. Denn wenn Männer in Führungspositionen Vater werden, ist das kaum erwähnenswert, denn gewöhnlich geht es weiter wie bisher.

Als meine Schwangerschaft bekannt wurde, habe ich erfreulicherweise nur Positives gehört. Zugleich ging es mir die Zeit über auch so gut, dass ich bis kurz vor der Niederkunft mein Amt ausüben konnte. Erst jetzt, mit meinem neugeborenen Sohn zuhause, werden Veränderungen dringend nötig.

Als Bürgermeisterin ist man ständig im Amt. Auch abends und am Wochenende gibt es Termine, mit einer 40-Stunden-Woche kommt man nicht hin. Ich mache es sehr gerne, sehe aber auch, dass ich nun nicht mehr so frei verfügbar bin, wie noch letztes Jahr. Hier hoffe ich, dass das Verständnis weiterhin bestehen bleibt.

Denn dieses braucht es, neben einer guten Organisation und Unterstützung von Seiten des weiteren Familien- und Freundeskreises sowie vor allem des Partners, der sich als in Verantwortung und Arbeitsteilung gleichwertiger Partner versteht. Allein dieses Familienmodell wird in der Gesellschaft, meiner Erfahrung nach, häufig noch abgelehnt oder zumindest kritisch betrachtet.

Die Gründe sind vielfältig und werden von Männern und Frauen vorgebracht. Einiges kann ich nachvollziehen, da ich verstehe, wo es herkommt. Gleichzeitig will ich eins klarstellen: Vielfältige Familienmodelle bereichern uns – sie bringen Vorteile für uns alle.

Mit meiner eigenen Situation und aus der Erfahrung heraus, die ich in den letzten Monaten seit Beginn der Schwangerschaft bis aktuell, rund drei Monate nach der Geburt, gemacht habe, möchte ich diejenigen ermutigen, die in einer ähnlichen Situation sind, Kinder möchten ohne jedoch ihr Amt, ihre Führungsposition aufzugeben. „Es braucht kluge Lösungen, Unterstützung und Akzeptanz und das ist nicht utopisch.“

Jennifer Meuren,  
Bürgermeisterin Blankenheim

# Der Spagat

---

## zwischen Familie und Beruf ist gelungen – ein Vater berichtet

### Meine Entscheidung für die Teilzeit:

Mir ist es enorm wichtig, eine enge Bindung zu meinem Sohn aufzubauen.

Ich bin der Meinung, dass beide Elternteile in der Erziehung präsent sein und die ersten Jahre des Aufwachsens ihrer Kinder bewusst miterleben sollten. Es macht für mich keinen Sinn, Kinder zu bekommen und die Verantwortung für ihre Betreuung überwiegend anderen zu überlassen.

Da die Großeltern wegen ihrer eigenen beruflichen Verpflichtungen selten einspringen können, hat dies meine Entscheidung für die Teilzeitarbeit bestärkt.

Früher arbeitete ich mehrere Jahre lang in Vollzeit in einer Kölner Firma. Finanziell war ich damals bessergestellt. Allerdings kostete mich das Pendeln täglich bis zu zwei Stunden – aus meiner Sicht eine enorme Zeitverschwendung. Nach der Geburt meines Sohnes im November 2019 entschied ich mich für eine Teilzeitstelle in einem ganz anderen Bereich hier vor Ort, um die verlorene Zeit durch das Pendeln zu beseitigen. Hier verdiene ich genug, um mich auch in schwierigen Phasen meiner freiberuflichen Tätigkeit abzusichern.

### Beruflicher Hintergrund:

*Ich habe meine Karriere mit einer Ausbildung in der Mediengestaltung begonnen und meine Expertise an einer privaten Akademie in Köln in den Bereichen 3D Animation und Visual Effects vertieft. Meine berufliche Laufbahn ist geprägt von Projekten in der Medienproduktion, sowohl in freiberuflicher Tätigkeit als auch in festen Anstellungen. Besonders habe ich mich auf die Erstellung von 3D-Medieninhalten spezialisiert.*



Bild: Ingmar Baum

## Meine Alltagsorganisation:

Als Freiberufler im Bereich Computergrafik mit meinem eigenen Unternehmen ‚in2eye.de‘ nehme ich Aufträge an, die mein Einkommen ergänzen, ohne meine Arbeitszeit zu sehr auszudehnen.

Ich arbeite für ein lokales Unternehmen montags, dienstags und freitags von etwa 14 bis 20 Uhr. Diese Arbeitszeiten ermöglichen es mir, die Vormittage für meine Freiberuflichkeit zu nutzen, während mein Sohn in der Kita ist. Meine Partnerin arbeitet von Montag bis Donnerstag jeweils von 8 bis 13 Uhr und hat freitags frei.

Ich bringe meinen Sohn jeden Tag in die Kita, und meine Partnerin oder ich holen ihn um 14 Uhr wieder ab. Mittwochs und donnerstags verbringe ich nachmittags zum größten Teil Zeit mit meinem Sohn und meiner Partnerin, es gibt jedoch auch Tage, an denen ich Aufträge bearbeiten muss. Da ich meine Arbeitszeiten flexibel einteilen kann, nehme ich mir immer zwischendurch Zeit für meine Familie. Freitags übernimmt meine Partnerin die Betreuung unseres Sohnes. Dieser Zeitplan ermöglicht mir, meine beruflichen und familiären Verpflichtungen gut zu balancieren.

## Herausforderungen und Management:

Freiberuflich zu arbeiten klingt oft verlockend frei, bringt aber auch seine eigenen Herausforderungen mit sich, insbesondere bei der Planung. In meiner Arbeit als Freiberufler treffe ich häufig auf unvorhersehbare Probleme, die während eines Projekts auftauchen können. Zum Beispiel können technische Schwierigkeiten oder unerwartete Änderungen in den Projektanforderungen auftreten, die zusätzliche Überarbeitungen erfordern. Oft führt dies zu Zeitdruck, der mich zwingt, abends nochmal die Arbeit aufzunehmen.

## Welchen Rat würden Sie anderen Eltern geben, die überlegen, in Teilzeit zu gehen, um mehr Zeit mit ihren Kindern zu verbringen, während sie gleichzeitig ihre beruflichen Ziele verfolgen?

Sie müssen sich wirklich fragen, was Ihnen im Leben wichtiger ist – Geld oder Zeit mit Ihrer Familie. Für mich war die Entscheidung klar, als mein Sohn geboren wurde. Ich wollte da sein, seine ersten Schritte nicht verpassen und aktiv an seiner Erziehung teilhaben. Das geht nur, wenn Sie bereit sind, finanzielle Einbußen in Kauf zu nehmen. Es ist wichtig, dass dieser Lebensstil zu Ihren beruflichen Zielen passt. Es geht darum, eine Balance zu finden, die für Ihre Familie funktioniert und dabei Ihre eigenen Werte und Ziele nicht aus den Augen zu verlieren. Ohne die volle Unterstützung meiner Partnerin wäre dieser Weg nicht möglich.



# Einleitung

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

Sie wollen die Care-Arbeit in Ihrer Familie fair verteilen?

Sie betreuen zusätzlich zu Ihrer Berufstätigkeit Angehörige zu Hause?

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

## Dann ist dieser Wegweiser für SIE!

Familie und Beruf unter einen Hut zu bringen, ist eine große Herausforderung. Das gilt nicht nur für die Vereinbarkeit von Kinderbetreuung und Beruf, sondern vermehrt auch für die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf.

Manches kann geplant werden, anderes bedarf der Improvisation. Auf jeden Fall ist es hilfreich, gut informiert und im Bedarfsfall vorbereitet zu sein. Häufig reicht es bereits, zu wissen, wo ich relevante Informationen erhalte und wo ich konkrete Unterstützung bekommen kann.

Wir haben diesen Ratgeber erstellt, um Sie genau in diesem Spannungsfeld zwischen den unterschiedlichen Anforderungen des Familien- und Berufslebens im Kreis Euskirchen bestmöglich zu begleiten.

Dieser Wegweiser bietet Ihnen Informationen zu typischen Fragestellungen in der Lebensplanung und der Vereinbarkeit von Familien- und Berufswelt.

Die qualifizierten Anlaufstellen im Kreis Euskirchen, die Sie bei Ihren Anliegen unterstützen können, werden Ihnen in diesem Wegweiser benannt und Sie werden außerdem direkt auf hilfreiche Internetseiten mit weiterführenden Informationen verwiesen.

Wir hoffen, dass dieser Wegweiser Ihnen konkrete Anregungen gibt, damit Sie der Aufgabe, die Herausforderung Familie und Beruf zu meistern, gut informiert und mit viel Zuversicht begegnen können.

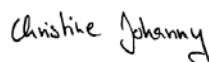
**Wir wünschen Ihnen Kraft, Ausdauer, Mut und natürlich viel Freude und Erfolg.**



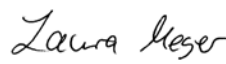
**Astrid Günther**  
Gleichstellungsbeauftragte  
Kreis Euskirchen



**Birgitt van Megeren**  
Leitung Kompetenzzentrum  
Frau und Beruf / Region  
Aachen Zweckverband



**Christine Johanny**  
Beauftragte für Chancen-  
gleichheit am Arbeitsmarkt,  
Jobcenter- EU-aktiv



**Laura Meyer**  
Kreis Euskirchen Stabsstelle  
Struktur- und Wirtschaftsförderung



**Sandra Schmitz**  
Beauftragte für Chancen-  
gleichheit am Arbeitsmarkt,  
Agentur für Arbeit Brühl

### Info

Diese Farbicons leiten Sie durch die Broschüre:



Berufswahl und Lebensplanung



Vereinbarkeit von Familie und Beruf



Beruflicher (Wieder-)Einstieg



Existenzgründung



# 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:

*„Eigentlich bin ich gelernter Elektroinstallateur, später habe ich noch eine Ausbildung als EU-Berufskraftfahrer gemacht. Während ich den Führerschein machte, kam dann plötzlich Corona dazwischen. Es gab einen Einstellungsstopp für die Kraftfahrer.“*

*Meine Frau arbeitete damals bereits als Pflegeassistentin in einer Senioreneinrichtung. Sie sagte mir: „Du, bei uns werden dringend Leute gesucht.“ Ich dachte, ich frag da mal nach, vielleicht brauchen sie ja im Altenheim jemanden für die Haustechnik.“*

*Der Einrichtungsleiter sagte mir aber, da sei kein Bedarf, sie bräuchten Menschen in der Pflege. Pflege? Darüber hatte ich vorher noch nie nachgedacht. Er bot an, dass ich das doch einfach mal ausprobieren könne. Ich habe die Gelegenheit genutzt und in der Pflege hospitiert. Das hat mir so viel Spaß gemacht, das hätte ich vorher wirklich nicht gedacht. Ich habe nur drei Monate als Pflegeassistent gearbeitet und dann war mir klar: Ich will die Ausbildung machen!*

*Ich habe mich dann beim VDAB (Fachseminar) beworben und bin jetzt im letzten Jahr der Ausbildung zum staatlich geprüften Pflegefachmann.“*

*Die Arbeit in der Pflegeeinrichtung gibt mir so viel. Ich bekomme ganz viel von den Menschen dort zurück, das lässt sich durch nichts aufwiegen. Manche denken: „Pflege, das ist vor allem Po-Abwischen.“ Aber das ist es nicht. Es ist viel mehr! Die Bewohner\*innen erzählen mir ihre Geschichten, manche haben den Zweiten Weltkrieg erlebt und berichten mir Schicksale. Da fließen auch schon mal Tränen. Mich berührt das sehr. Ich bin eben auch die Schulter zum Ausheulen und Anlehnen. Das bedeutet mir viel und erfüllt mich.“*

*Mein Beruf ist richtig vielseitig. Bei allem, was ich tue (Körperpflege, Spielen mit den Bewohner\*innen) – immer ist Empathie gefragt. Das gefällt mir und das liegt mir.“*



# „Die Arbeit in der Pflegeeinrichtung gibt mir so viel.“

„Inzwischen habe ich zwei Kinder, das dritte ist unterwegs. Manchmal holt mich meine Familie von der Arbeit ab und dann leuchten die Augen der alten Menschen, wenn sie meine Kinder erleben. Grundsätzlich lässt sich die Arbeit auch gut mit der Familie vereinbaren. Wir bekommen das als Eltern gut hin, die Arbeit und die Familie so gut zu organisieren, dass alles zu seinem Recht kommt. Meine Frau freut sich auch schon wieder darauf, nach der Elternzeit in den Pflegeberuf zurückzukehren.

Für mich persönlich steht außerdem fest: nach dem Examen ist noch nicht Schluss. Ich würde gerne noch weiter lernen. Die Intensiv- und Palliativpflege reizen mich sehr. Da kann ich viel bewirken und Menschen in intensiven Lebenssituationen nahe sein.

Es ist schade, dass es nur wenig männliche Kollegen in meinem Beruf gibt, dabei ist dieser Beruf so schön und erfüllend. Ich kann es nur empfehlen: Wer empathisch ist, keine Berührungsängste hat und Freude daran hat, für Menschen eine wichtige Brücke in ihrem Alltag zu sein, der ist hier richtig.“

Mark Boss, 39 Jahre, in der Ausbildung zur staatlich geprüften Pflegefachkraft im Fachseminar des VDAB und in der Senioreneinrichtung Carpe Diem in Euskirchen.



## Berufswahl und Lebensplanung 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 potentiellen 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](#).

### ► [Informationen rund um die Berufe und Berufswahl](#)

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.





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

Bild: AdobeStock\_844800645

### 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 aufführen, die Sie zu Ihrem beruflichen Ziel führen. Die erste Berufswahl muss übrigens keine Einbahnstraße sein – die wenigsten Menschen legen sich ihr Leben lang auf die erstausgeübte Tätigkeit fest.

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

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



## Tipp:

### Berufsportal BERUFENET

Dieses Portal der Arbeitsagentur bietet Berufsinformationen zu 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.

## Tipp:

### Finanzielle Unterstützung

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

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

► Informationen zur BAB finden Sie [hier](#).

Für die Finanzierung einer schulischen Ausbildung regelt das Bundesausbildungsförderungsgesetz (kurz [BAföG](#)) die staatliche Unterstützung von Schülerinnen und Schülern sowie Studentinnen und Studenten in Deutschland.

Von Ausnahmefällen abgesehen ist die BAföG-Stelle zuständig, in deren Bezirk sich Ihr Wohnort befindet. Weitere Informationen zum BAföG erteilt das Bundesministerium für Bildung und Forschung unter der kostenfreien BAföG-Hotline Tel. 0800 2236341 (Mo – Do von 8 Uhr bis 18 Uhr, Fr von 8 Uhr bis 16.30 Uhr).

► [Hinweise über Kindergeld während der Ausbildung](#)

## Hinweis:

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





# Vereinbarkeit von Familie und Beruf



Familie und Beruf zu vereinen ist eine anspruchsvolle Aufgabe. 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, die Zeit läuft Ihnen davon und 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 Organisation Ihres Familienlebens sind bestimmte Aspekte besonders wichtig und nützlich. Diese sind ausführlich in diesem Wegweiser beschrieben.

## Alleinerziehend

Die Lebensrealität von Familien hat sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert. Der Begriff Familie umfasst verschiedene Formen des Zusammenlebens von Erwachsenen und Kindern.

Wichtig zu wissen: Die offizielle Familienpolitik orientiert sich weiterhin an einem Leitbild, bei dem die

Eltern eines Kindes verheiratet sind und gemeinsam Verantwortung übernehmen. Einelternfamilien oder unverheiratete Paare müssen sich bewusst sein, dass Sie in Ihrer Erziehungsverantwortung nicht im gleichem Maße unterstützt werden wie verheiratete Eltern. Eigenständige Existenzsicherung ist deshalb besonders für alleinerziehende Elternteile wichtig und sollte auch während der Erziehung und Betreuung eines Kindes oder mehrerer Kinder nicht aufgegeben, höchstens unterbrochen werden.

Ein längerer Ausstieg aus dem Beruf erschwert die Rückkehr in den Arbeitsmarkt und bedeutet häufig eine unzureichende eigenständige finanzielle Absicherung, gerade auch im Alter. Dies gilt auch für unverheiratet zusammenlebende Elternteile, die ihre Berufstätigkeit für die Kindererziehung aufgeben oder reduzieren. Sie haben keinen Anspruch darauf, dass der andere Elternteil sie finanziell unterstützt und sich an ihrer Absicherung im Alter beteiligt.

Weitergehende Informationen finden Sie hier beim [Verband allein erziehender Mütter und Väter](#).





## 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 ist abhängig vom Alter Ihrer Kinder, den verfügbaren Betreuungsoptionen in Ihrer lokalen und familiären Umgebung und auch 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. Informieren Sie sich über die Betreuungsangebote in Ihrer Region, gerade in den Schulferien (z.B. Stadtranderholung), vernetzen Sie sich mit anderen und tauschen Sie sich aus.

## Ein „Plan B“ für Notfälle

Für eventuelle Notfälle, wie z.B. eine Krankheit des Kindes oder anfallende Überstunden, sollten Sie eine Alternative organisieren. Fragen Sie im Freundes- oder Verwandtenkreis, in der Nachbarschaft oder vielleicht auch andere Kita-Eltern, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Sie können auch 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 für gesetzlich versicherte Elternteile beläuft sich auf 15 Tage pro Kind je Elternteil. Bei mehreren Kindern besteht eine jährliche Obergrenze von insgesamt 35 Tagen pro Elternteil.

Alleinerziehenden stehen pro Jahr 30 Kinderkrankentage zu, bei mehreren Kindern erhöht sich der Anspruch bei Alleinerziehenden auf bis zu 70 Tage pro Jahr.

Planen Sie mit Ihrer Familie oder Freunden entsprechende Regelungen für den Ernstfall und teilen Sie die Aufgaben untereinander auf. Sie müssen nicht alle Aufgaben alleine bewältigen, sondern können sie gemeinsam meistern.

### ► [Informationen zum Kinderkrankengeld](#)

## Flexibel mit unterschiedlichen Arbeitszeitmodellen

Wer Kinder versorgt oder Angehörige pflegt, ist oft auf flexible Arbeitszeiten angewiesen.

Flexible Arbeitszeitmodelle erleichtern ein familienfreundliches Arbeiten.

Teilzeitstellen können variabel besetzt sein. Telearbeit oder Mobiles Arbeiten, auch Remote Work

genannt, stellen 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 Arbeitgeber\*innen in Ihrer Region sinnvoll. Dazu können folgende Fragen hilfreich sein:

- ▶ Können Teilzeitarbeitsplätze eingerichtet werden?
- ▶ Gibt es Modelle zur Flexibilisierung der Arbeitszeit?
- ▶ Gibt es Modelle zur Flexibilisierung des Arbeitsortes?
- ▶ Kann die Betreuung der Kinder durch eine vom Arbeitgeber mitfinanzierte Tagespflegeperson gesichert werden?
- ▶ Gibt es einen betriebseigenen Kindergarten?

## Ein gutes Zeitmanagement

Bei berufstätigen Eltern ist Zeitmanagement sehr wichtig. Eine gute Planung, zum Beispiel mithilfe eines Wochen- oder Monatsplans, hilft Ihnen, Ihre Zeit effektiv zu nutzen und mehr Zeit für sich und Ihre Familie zu 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 durchorganisierte\*r Hausfrau bzw. Hausmann in einem sein. Das ist auch nicht notwendig: Das Wichtigste für

Sie und Ihre Kinder ist ein möglichst entspannter Familienalltag. Berufstätige Eltern haben oft Angst, ihre Kinder zu vernachlässigen, wenn sie arbeiten gehen. Doch diese Sorge ist unbegründet, solange ihre Kinder gut betreut werden und sich dabei wohlfühlen. Denn Kinder können auf zwei Arten von der Berufstätigkeit der Eltern profitieren: Zum einen fungieren sie als wichtiges Vorbild, indem sie zeigen, wie man das Leben und seine Herausforderungen meistert. Zum anderen erleben Eltern, wenn sie Zeit mit ihren Kindern verbringen, oft besonders intensive Momente zusammen.



Bild: AdobeStock\_342759684



# Schwangerschaft, Elternzeit und Elterngeld

## Schwangerschaft

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



Bild: AdobeStock\_138952310

## Das sollten Sie tun:

- ▶ Überlegen Sie, ob Sie direkt weiterarbeiten möchten oder eine Elternzeit von einem, zwei oder drei Jahren in Anspruch nehmen wollen. Eine langsame Rückkehr nach einem halben Jahr ist ebenfalls eine Option.
- ▶ Bereits vor Beginn des Mutterschutzes oder der Elternzeit sollten Sie mit Ihrer Arbeitgeberin oder Ihrem Arbeitgeber sprechen, um die Zeit nach der Geburt zu planen.
- ▶ Informieren Sie Ihre Kollegen. Eine Zusammenarbeit mit ihnen bildet die Grundlage dafür, wenn Sie zukünftig weniger im Büro oder von zu Hause aus arbeiten möchten.
- ▶ Signalisieren Sie Ihrem / Ihrer Arbeitgeber\*in frühzeitig Ihre Rückkehrwünsche, sobald Sie diese geklärt haben.
- ▶ Verabreden Sie Maßnahmen, um den Kontakt aufrechtzuerhalten. Wenn Sie intensiv in die betrieblichen Informationswege eingebunden bleiben, fällt Ihnen später die Rückkehr umso leichter. Zeigen Sie Ihre Bereitschaft, an wichtigen Ereignissen im Unternehmen teilzunehmen.
- ▶ Fragen Sie, ob ein externer Zugang zum Intranet möglich ist oder ob Informationen für Mitarbeitende per E-Mail oder Rundschreiben nach Hause geschickt werden können.
- ▶ Wenn Sie Interesse haben erkundigen Sie sich, ob Ihr Unternehmen möglicherweise an Ihrer Fort- und Weiterbildung während der Elternzeit interessiert ist und ob es diese finanzielle Unterstützung anbieten würde.
- ▶ Legen Sie das zukünftige Arbeitszeitmodell bereits vor der Elternzeit fest. Durch eine sorgfältige Planung können Sie besser einschätzen, wie die Arbeitsaufgaben neu verteilt werden können.
- ▶ Finden Sie während Ihrer Elternzeit heraus, welche Betreuungsform die ideale für Sie und Ihre Familie ist und welche Möglichkeiten umsetzbar sind. Falls Sie sich für eine Betreuung in einer Kindertagesstätte entscheiden, melden Sie sich rechtzeitig an, am besten bereits während der Schwangerschaft.



## Mutterschutz

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

## Elternzeit

Durch die Geburt eines Kindes haben Eltern Anspruch auf die sogenannte Elternzeit. Dies ist ein gesetzlich verankerter Anspruch der Eltern gegenüber ihrem Arbeitgeber auf unbezahlte Freistellung von der Arbeit. [Die Elternzeit](#) ermöglicht es Ihnen, sich um die Betreuung des Kindes zu kümmern und ist im Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz festgelegt.

### Tipp:

Elternzeit kann von allen Arbeitnehmer\*innen jedem Arbeitsverhältnis in Anspruch genommen werden: von Auszubildenden, in Heimarbeit beschäftigten Personen, bei einer Teilzeitbeschäftigung oder einem geringfügigen Beschäftigungsverhältnis.

Arbeitslose, Schüler\*innen, Studierende sowie Personen die ein Praktikum machen, sind keine Arbeitnehmer\*innen. Sie haben daher keinen Anspruch auf Elternzeit.

Während der Elternzeit besteht ein besonderer Kündigungsschutz. Nach der Elternzeit können Sie in den meisten Fällen an Ihren alten Arbeitsplatz zurückkehren.



## Das sollten Sie wissen:

- ▶ Ein Anspruch auf Elternzeit besteht pro Kind bis zu 3 Jahren. Sie beginnt frühestens ab Geburt des Kindes und endet spätestens am Tag vor dem 8. Geburtstag des Kindes.
- ▶ Jeder Elternteil hat einen Anspruch auf bis zu 24 Monate Elternzeit zwischen dem dritten und achten Geburtstag des Kindes
- ▶ Eine Aufteilung der Elternzeit in bis zu drei Zeitabschnitte ist möglich.
- ▶ Die Elternzeit nach dem 3. Geburtstag müssen Sie 13 Wochen vor Antritt beantragen.
- ▶ Der Anspruch auf Elternzeit besteht für beide Elternteile unabhängig voneinander.
- ▶ Die Inanspruchnahme von Elternzeit ist grundsätzlich unabhängig vom Bezug des Elterngeldes möglich. Hierbei müssen Sie berücksichtigen, dass Elterngeld für Lebensmonate und nicht für Kalendermonate gezahlt wird.
- ▶ Die Mutterschutzfrist wird auf die mögliche dreijährige Gesamtdauer der Elternzeit der Mutter angerechnet. Beim Vater kommt das nicht in Betracht.
- ▶ Möchten Sie die Elternzeit aus einer Vollzeitbeschäftigung heraus in Anspruch nehmen, werden drei Jahre Kindererziehungszeiten – bis zum dritten Lebensjahr des Kindes – bei Ihrer Rentenberechnung berücksichtigt. Die Kindererziehungszeit wird demjenigen zugeordnet, der das Kind erzogen hat. Ein Wechsel der Zuordnung unter den Eltern ist möglich. Soll dem Vater die Kindererziehungszeit zugerechnet werden, muss dies rechtzeitig mit Wirkung für künftige Kalendermonate gegenüber dem zuständigen Rentenversicherungsträger erklärt werden. Die Zuordnung kann rückwirkend nur für höchstens 2 Kalendermonate vor Abgabe der Erklärung erfolgen. Anderenfalls wird die Kindererziehungszeit automatisch der Mutter zugerechnet.
- ▶ In der gesetzlichen Kranken- und Pflegeversicherung besteht die Pflichtmitgliedschaft fort, solange Elterngeld bezogen oder Elternzeit in Anspruch genommen wird. Für bisher freiwillig Versicherte führt der Bezug von Elterngeld oder die Inanspruchnahme von Elternzeit nicht zu einer Veränderung ihrer freiwilligen Mitgliedschaft. Inwieweit dies beitragsfrei geschieht, ist mit der jeweiligen Krankenkasse zu klären.
- ▶ Für Geburten ab 01.07.2015 beträgt die Anmeldefrist für die Elternzeit für den Zeitraum zwischen dem dritten und achten Geburtstag des Kindes 13 Wochen.
- ▶ Eltern sollten ihre Elternzeit grundsätzlich nur für 2 Jahre anmelden, um die noch verbleibenden Zeit flexibel nutzen zu können.

**Weitere Informationen zu Anspruch, Dauer und Anmeldung von Elternzeit finden Sie [hier](#).**



## Elterngeld

**Elterngeld** ist eine Leistung für Eltern von Säuglingen und Kleinkindern. Es soll den Eltern ermöglichen, ihr Kind zu erziehen und zu betreuen.

Elterngeld schafft einen Ausgleich, falls die Eltern weniger Einkommen haben, weil sie nach der Geburt zeitweise weniger oder gar nicht mehr arbeiten. Dadurch hilft das Elterngeld, die finanzielle Lebensgrundlage der Familien zu sichern. Elterngeld gibt es auch für Eltern, die vor der Geburt gar kein Einkommen hatten. Der Mutterschutz endet normalerweise acht Wochen nach der Geburt, bei Früh- und Mehrlingsgeburten 12 Wochen nach der Geburt.

Elterngeld gibt es in drei Varianten:

- **Basiselterngeld**
- **ElterngeldPlus**
- **Partnerschaftsbonus**

Diese Varianten können Sie miteinander kombinieren.

Elterngeld können Sie ab der Geburt Ihres Kindes bekommen. Es wird monatsweise gezahlt, allerdings nicht für Kalendermonate, sondern für die sogenannten „Lebensmonate“ Ihres Kindes. Deren Beginn richtet sich nach dem Tag der Geburt Ihres Kindes.

Basiselterngeld können Sie für bis zu 12 Lebensmonate bekommen. Wenn beide Partner Elterngeld beantragen und mindestens einer von Ihnen nach der Geburt weniger Einkommen hat als davor, sogar für bis zu 14 Monate. Diese 2 zusätzlichen Monate nennt man „Partnermonate“. Die Partnermonate können Sie auch bekommen, wenn Sie alleinerziehend sind.

ElterngeldPlus können Sie doppelt so lange bekommen wie Basiselterngeld: Anstelle eines Lebensmonats mit Basiselterngeld können Sie sich auch für zwei Lebensmonate mit ElterngeldPlus entscheiden.

Als Partnerschaftsbonus können Sie und der andere Elternteil jeweils bis zu 4 zusätzliche Monate ElterngeldPlus bekommen, wenn Sie beide parallel in Teilzeit arbeiten. Den Partnerschaftsbonus können Sie auch bekommen, wenn Sie alleinerziehend sind.

### Info:

Für Geburten ab dem 1. April 2024 gelten neue Einkommensgrenzen für das Elterngeld. Außerdem wurde die Möglichkeit für Eltern, parallel Basiselterngeld zu beziehen, **neu geregelt**.

- ▶ Der [Elterngeldantrag](#) für den Kreis Euskirchen ist online möglich.
- ▶ Zu Fragen zum Elterngeld berät Sie die [Elterngeldstelle des Kreises Euskirchen](#).



# 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.



Bild: AdobeStock\_602104683



## Tipp:

### Das sollten Sie bedenken:

- ▶ Zu welchen Zeiten benötige ich eine Betreuung?
- ▶ Wer kann sich an der Betreuung beteiligen (Partner\*in, Großeltern, Nachbarn, Freunde, wechselseitige Betreuung mit anderen Müttern oder Vätern)?
- ▶ 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?

## 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.

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.

Die Kosten für die Kinderbetreuung sind abhängig vom zeitlichen Rahmen und von Ihrem Einkommen. Eltern mit niedrigem Einkommen müssen eventuell nichts zahlen.

### Hinweis:

Wenn Sie eine Tagespflegeperson suchen, wenden Sie sich im Kreis Euskirchen an den Deutschen [Kinderschutzbund](#).

Eine Übersicht der Kinderbetreuungsangebote im Kreis Euskirchen finden Sie [hier](#).

Welches Angebot sich mit Ihrem Berufsalltag am besten kombinieren lässt, hängt u.a. vom Wohnort oder der 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 ergänzt wird.





# 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.



Bild: AdobeStock\_1031038023

## Wichtige Beratungsstellen:

- ▶ Beratung und Hilfe zu sämtlichen Fragen rund um das **Thema Pflege** erhalten Betroffene und Angehörige im Zentralen Informationsbüro Pflege (Z.I.P.) und Pflegestützpunkt des Kreises Euskirchen sowie im Pflegestützpunkt der AOK Rheinland/Hamburg Regionaldirektion Rhein-Erft-Kreis – Kreis Euskirchen.
- ▶ Ratsuchende werden hier kostenlos und neutral über häusliche Pflege, Essen auf Rädern, Tages- und Kurzzeitpflege, freie Heimplätze, finanzielle Hilfen, andere Beratungsstellen und vieles mehr informiert. In telefonischen oder persönlichen Beratungsgesprächen wird gemeinsam mit Ihnen der individuelle Hilfebedarf geklärt und werden Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt. Auf Wunsch bieten die Mitarbeiterinnen des Z.I.P. und der Pflegestützpunkte auch Hausbesuche an.
- ▶ Weiter erhalten Sie im Z.I.P./Pflegestützpunkt verschiedene Merkblätter und als wichtige Orientierungshilfe den „Wegweiser des Kreises Euskirchen für Seniorinnen, Senioren und ihre Angehörigen“. Dieser enthält vielseitige Informationen, Anregungen und Angebote „rund ums Älterwerden“ und kann kostenlos im Z.I.P./Pflegestützpunkt des Kreises Euskirchen angefordert oder von der Kreishomepage heruntergeladen werden.
- ▶ **Demenzielle Erkrankungen** stellen für Sie als pflegende Angehörige eine besondere Herausforderung dar. Die Alzheimer-Gesellschaft Kreis Euskirchen e. V. informiert über Art, Ursachen und Therapie dieser Erkrankung. Sie hat zur Unterstützung der Erkrankten und ihrer Angehörigen Angehörigengruppen eingerichtet, die sich jeden Mittwoch zum Gedankenaustausch in einem Gesprächskreis treffen.
- ▶ Weitere Hilfe finden Sie bei der Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle Zülpich der Marienborn GmbH. Die Gerontopsychiatrische Beratungsstelle (GPB) bietet Beratung und Hilfe für Menschen im Alter und deren Angehörige bei Verwirrtheit, Depression und anderen seelischen Gesundheitsproblemen. In kostenfreien und vertraulichen Beratungsgesprächen, telefonisch oder persönlich, wird die Problematik beleuchtet und werden mit Ihnen individuelle Lösungen entwickelt. In Kooperation mit anderen regionalen Fachstellen hilft die GPB Ihnen und Ihren Angehörigen, ein geeignetes Hilfenetz mit Unterstützungsangeboten zu finden, um die Selbstständigkeit des erkrankten Menschen so lange wie möglich zu Hause zu erhalten.



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

---

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

### Hilfen zu Hause:

- ▶ Das Haus-Notruf-System bietet alleinstehenden, älteren Menschen und Ihnen als pflegende Angehörige oder pflegenden Angehörigen ein Gefühl der Sicherheit. Sind Sie nicht zu Hause, kann Ihre Angehörige oder Ihr Angehöriger in einer Notsituation jederzeit per Knopfdruck Hilfe herbeirufen. Das Hausnotruf-System besteht aus einem Grundgerät, das an das Telefon Ihres Angehörigen angeschlossen wird und einem transportablen Funkfinger, den Ihr Angehöriger immer mit sich führt.
- ▶ Vielen älteren Menschen, kranken Menschen oder Menschen mit Behinderung fällt es schwer, sich täglich mit einer warmen Mahlzeit zu versorgen. Essen auf Rädern stellt hier eine Entlastung für Sie und Ihre Angehörige oder Ihren Angehörigen dar. Essen auf Rädern kann täglich warm oder als Wochenkarton kalt geliefert werden.
- ▶ Durch ambulante Pflegedienste können Sie bei der Betreuung Ihrer oder Ihres Angehörigen zu Hause unterstützt und entlastet werden. Das Angebot umfasst z.B. die Grund- und Behandlungspflege sowie haushaltsnahe Dienstleistungen.
- ▶ Die Tagespflege kommt für ältere pflegebedürftige Menschen in Betracht, deren Pflege und Betreuung tagsüber nicht ausreichend sichergestellt werden kann. Ziel der Tagespflege ist es, pflegende Angehörige zu entlasten und Pflegebedürftigen den Verbleib in der eigenen Wohnung zu ermöglichen. Bei der Tagespflege wird Ihre Angehörige oder Ihr Angehöriger zu Hause vom Fahrdienst der Tagespflegereinrichtung abgeholt, tagsüber in der Einrichtung vollständig gepflegt und versorgt sowie durch entsprechende Angebote gezielt gefördert. Am späten Nachmittag werden die Angehörigen wieder nach Hause zurückgebracht. Sie können Tagespflege an einzelnen Wochentagen oder von montags bis freitags in Anspruch nehmen. Tagespflege setzt jedoch eine gewisse Mobilität Ihrer oder Ihres Angehörigen voraus.
- ▶ Zu Ihrer Unterstützung bieten Pflegekassen, Wohlfahrtsverbände und ambulante Pflegedienste häusliche Pflegekurse an, in denen Ihnen Grundkenntnisse für die häusliche Kranken- und Altenpflege und praktische Tipps vermittelt werden.
- ▶ Da die Pflege von Angehörigen Sie oftmals auch an die Grenzen Ihrer Belastbarkeit führen kann, sollten Sie die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe in Betracht ziehen. Sie bietet Entlastung und die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten. Das Selbsthilfebüro Euskirchen des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes kann Sie bei der Suche nach einem passenden Angebot unterstützen.



## Finanzielle Hilfen:

- ▶ Finanzielle Hilfen können Sie bei den Pflegekassen, den Krankenkassen und dem Sozialamt erfragen. Ihre Pflegekasse bietet eine umfassende Beratung zu Leistungen der Pflegeversicherung bei häuslicher Pflege, Tages-, Kurzzeit-, Verhinderungs- und vollstationärer Pflege, zusätzlichen Betreuungsleistungen, wohnumfeldverbessernden Maßnahmen etc. an. Die Sozialämter beraten Sie zu Wohngeld, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, Hilfe zum Lebensunterhalt und weiteren Leistungen nach dem Zwölften Sozialgesetzbuch, wie Hilfe zur Pflege, Eingliederungshilfe für behinderte Menschen etc.
- ▶ Beim Kreis Euskirchen in der Abteilung Soziales/Schwerbehinderung können Sie klären, ob die oder der Pflegebedürftige Anspruch auf einen Schwerbehindertenausweis und damit das Recht auf bestimmte Vergünstigungen hat, etwa die freie Fahrt für Begleitpersonen in Bahn, Bus, Taxi oder höheres Wohngeld.

## Hinweis:

Informationen über die Pflege- und Beratungsangebote im Kreis Euskirchen erhalten Sie [hier](#).

- ▶ [Bürgerservice Soziales](#)

## Hilfen durch den Gesetzgeber

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

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

## Mit folgenden Angeboten unterstützt der Gesetzgeber Sie:

Kurzzeitige Arbeitsverhinderung bei akuter Pflegebedürftigkeit Beschäftigte haben die Möglichkeit, bis zu zehn Arbeitstage der Arbeit fernzubleiben, um eine bedarfsgerechte Pflege im akuten Pflegefall organisieren zu können oder eine pflegerische Versorgung in dieser Zeit sicherzustellen. Diese Auszeit steht allen Beschäftigten unabhängig von der Größe

des Betriebes zu. Eine Entgeltzahlung ist während der Freistellung nicht vorgesehen. Es besteht aber, begrenzt auf insgesamt 10 Arbeitstage, für eine pflegebedürftige Person Anspruch auf ein Pflegeunterstützungsgeld. Dieses kann bei der Pflegeversicherung des/der Pflegebedürftigen beantragt werden.

## Pflegezeit

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

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



## Hilfen durch den Gesetzgeber

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

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

## Familienpflegezeit

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

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

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

## Für alle Auszeiten gilt:

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

### Hinweis:

Weitere Informationen zur Pflege- und Familienpflegezeit erhalten Sie [hier](#).

„Nicht alle haben Kinder, aber alle haben Eltern!“



Bild: AdobeStock\_271899609



# Arbeitszeitgestaltung und Arbeitszeitmodelle

## Wie viel Zeit haben Sie?

Der Schlüssel zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf liegt in der Gestaltung der Arbeitszeit. Flexible Arbeitsmodelle ermöglichen es Ihnen, zwischen Familie und Beruf einen guten Mittelweg zu finden. Hierzu gehören familienfreundliche Arbeitszeiten, insbesondere in Notfällen. Im Folgenden können Sie sich über die verschiedenen Arbeitszeitmodelle 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 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. Generell gilt: je länger die Laufzeit, desto größer die Flexibilität. Das Jahresarbeitszeitmodell besagt, 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 Lebensarbeitszeitkonto ist eine langfristige Möglichkeit von Arbeitszeitkonten. Die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber bestimmen eine Gesamtlebensarbeitszeit, die die Arbeitnehmerin oder der Arbeitnehmer flexibel abarbeitet. Das Modell gibt Freiheiten und erfordert ein selbständiges Zeitmanagement. Es ermöglicht eine sanfte Rückkehr ins Berufsleben nach der Familienzeit.

## Mobiles Arbeiten / Home-Office

Unter den Begriffen Mobiles Arbeiten 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. Allerdings ist das Arbeiten ohne Kolleginnen

oder Kollegen nicht für jeden geeignet. Eine wichtige Voraussetzung ist eine sehr gute Selbstorganisation und Selbstdisziplin.

## Jobsharing

Dies ist eine Form der Teilzeitarbeit, bei der sich mehrere Beschäftigte einen Arbeitsplatz teilen. 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 die Arbeit an einem Tag beispielsweise aufteilen. Eine Person arbeitet vormittags und die andere nachmittags. Sie können entweder an einigen Tagen in einer vollen Schicht arbeiten und an anderen Tagen gar nicht arbeiten. Alternativ können sie auch wöchentlich abwechseln. Dieses Modell ermöglicht es qualifizierten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern in Fach- und Führungspositionen, anspruchsvolle Tätigkeiten mit der Familienphase zu vereinbaren.

### Hinweis:

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



# 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 2021 bei 809 Euro, während bei Männern die Durchschnittsrente bei 1.227 Euro lag.

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

### Ganz wichtig!

Mit Ihrer Berufstätigkeit stellen Sie die Weichen dafür, Ansprüche auf eine eigene gesetzliche Alterssicherung zu erwerben und diese mit einer zusätzlichen privaten (Alters) Vorsorge 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 Altersvorsorge 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 – und leisten damit Beiträge zu Ihrer betrieblichen Altersvorsorge.

### Tipp:

#### Arbeitslos?

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



## Tipp:

**Kindererziehungszeiten sind ein wichtiges Element des Rentensystems in Deutschland.**

Eltern können sich Kindererziehungszeiten für die eigene Rente anrechnen lassen. Für Kinder, die vor 1992 geboren wurden, werden bis zu 2,5 Jahre, genauer gesagt 30 Monate anerkannt, für Kinder, die 1992 oder später geboren wurden, beträgt die Anrechnung bis zu 3 Jahre, also 36 Monate pro Kind. 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.

Grundsätzlich können die Zeiten für das Rentenkonto nur dann angerechnet werden, wenn die Kinder in Deutschland erzogen worden sind. **Die Anrechnung der Kinderbetreuungszeiten erfolgt nicht automatisch. Hierfür muss ein Antrag bei der Deutschen Rentenversicherung gestellt werden.**

## Hinweis:

Um gut informiert zu sein, nutzen Sie im Kreis Euskirchen die Altersvorsorgeberatungen der Verbraucherzentrale, den Banken und den freien (Honorar-) Berater\*innen. Dort werden Ihnen verschiedene Möglichkeiten der Altersvorsorge vorgestellt und Antworten auf die wesentlichen Fragen gegeben, z.B.:

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

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

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

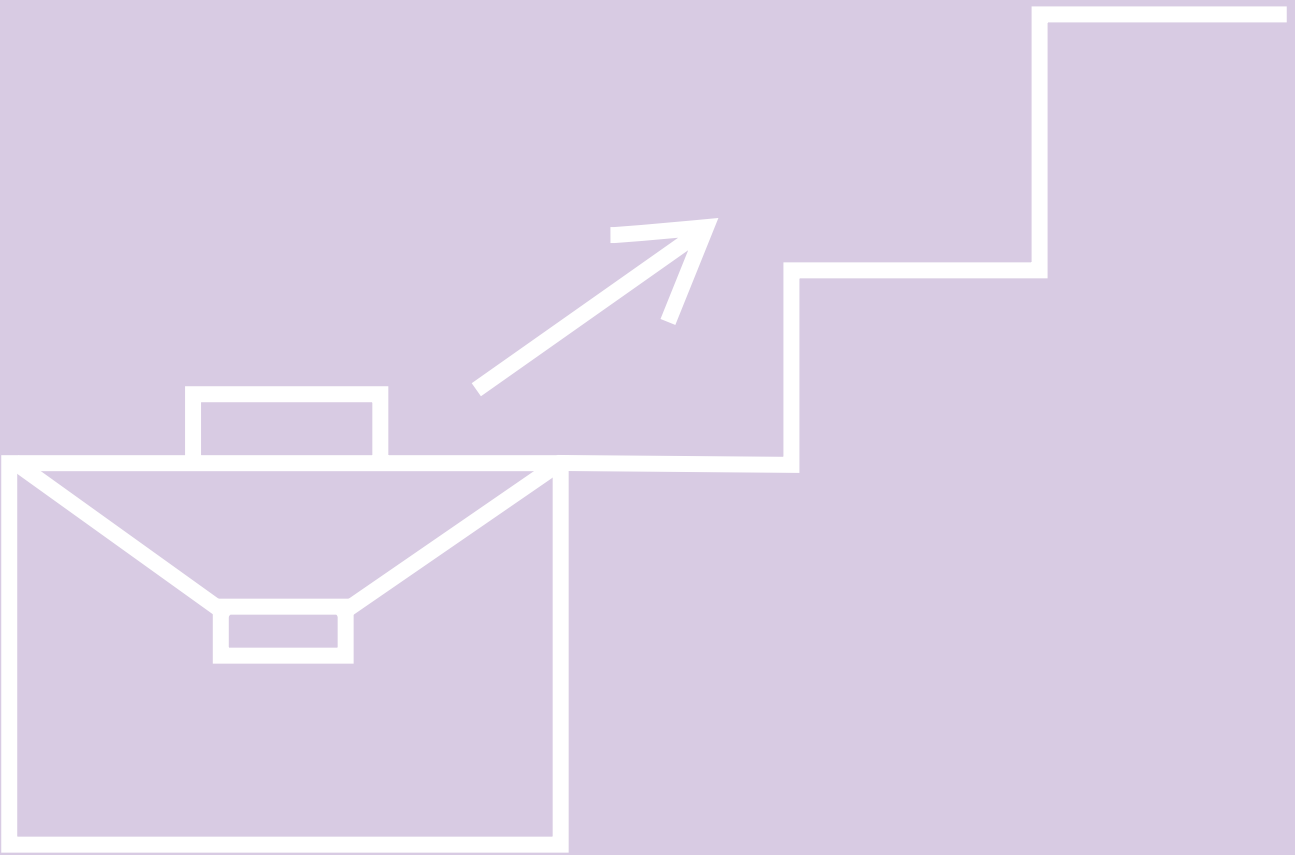
- ▶ Die Deutsche Rentenversicherung ist über das kostenlose Servicetelefon 0800 1000480 oder [online](#) erreichbar.

## Ganz wichtig!

Zur Vorsorge gehört auch die Familienabsicherung (Versicherungs-Check) sowie die Erhaltung der Handlungsfähigkeit über Vollmachten (Konto-V., Vorsorge-V. sowie Patientenverfügung) bis hin zum Testament.

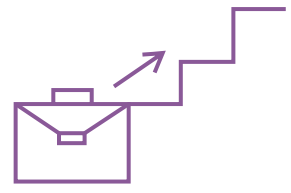






# Beruflicher

# (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 aufzubauen.

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.



Bild: AdobeStock\_427385758

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



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

- ▶ Überdenken Sie Ihren beruflichen Werdegang und überprüfen Sie, ob Träume und Wünsche realisierbar sind.
- ▶ Informieren Sie sich über die fachlichen Qualifikationen, die auf Ihrem gewünschten Arbeitsgebiet erforderlich sind.
- ▶ Bauen Sie Wissensdefizite ab, z.B. durch Kurse, Seminare, Fernunterricht oder E-Learning-Angebote, und verbessern Sie so Ihre Fähigkeiten 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- der 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.

### Tipp:

Welcher Beruf passt zu mir?

- ▶ Der [BERUFECHECK](#) unterstützt Sie bei der beruflichen Orientierung.



# Checkliste zum beruflichen (Wieder-) Einstieg

Betrachtet man es genau, haben Sie in Ihrer Familie bereits viele Berufe ausgeübt: Erzieher\*in, Lehrer\*in, Sozialarbeiter\*in, Seelsorger\*in, Köchin/Koch, Krankenpflegekraft, Streitschlichter\*in, Taxifahrer\*in und viele Berufe mehr. Mit den folgenden Erläuterungen möchten wir Ihnen diese Vielfalt bewusst machen.

## Starten Sie mit Selbstbewusstsein!

Durch die anspruchsvollen Aufgaben in der Familienarbeit haben Sie Qualifikationen erworben, die heute auf dem Arbeitsmarkt sehr gefragt sind. Diese Managementfähigkeiten werden für Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber immer wichtiger.

### Unternehmensbezogenes Denken und Handeln

1. Ihre Familie gleicht einem kleinen Unternehmen, das sie professionell managen. Sie schaffen Organisationsstrukturen, vereinbaren Ziele und sorgen für deren Umsetzung. Sie verwalten das Familieneinkommen, verhandeln mit Handwerkern und bewältigen Organisationsprobleme. Sie setzen Prioritäten und engagieren sich besonders.

### Planung, Koordination, Kontrolle

2. 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 und koordinieren Termine bei Ärzten, Musikschulen oder Sportvereinen und halten den Kontakt zu Kindergärten und Schulen.

### Komplexe Problemlösungen, Konfliktverhalten

3. Sie erkennen und analysieren schnell Probleme innerhalb Ihrer Familie und sind in der Lage, Alternativen zur Lösung zu entwickeln. Sie finden bei unterschiedlichen Interessen innerhalb Ihrer Familie Kombinationsmöglichkeiten und Kompromisse und vermitteln erfolgreich zwischen den beteiligten Parteien. Sie scheuen sich nicht davor, Probleme in Ihrer Familie anzugehen und gehen konstruktiv damit um, beispielsweise bei schulischen Schwierigkeiten.

### Fundiertes Entscheidungsverhalten

4. Sie müssen oft Entscheidungen treffen, sei es bei der Urlaubsplanung, Finanzen, Kindererziehung oder Freizeitgestaltung. Sie können zwischen kurz-, mittel- und langfristigen Entscheidungen unterscheiden und beteiligen Ihre Familienmitglieder an der Entscheidungsfindung. Außerdem berücksichtigen Sie mögliche Konsequenzen.



# Checkliste zum beruflichen (Wieder-) Einstieg

## Kommunikations- und Kontaktfähigkeit

5. Sie hören Ihren Familienmitgliedern und Freunden gut zu, werden oft um Rat gebeten und können Ihre Meinung gut begründen. Sie zeigen Einfühlungsvermögen für die Gefühle anderer. Außerdem pflegen sie soziale Kontakte zur Nachbarschaft, Schule und Kindergarten.

## Delegation und Führung

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

## Soziale Kompetenzen

7. 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 tragen dazu bei, das Selbstvertrauen anderer zu stärken und sie positiv zu beeinflussen. Sie verfügen über eine große Belastbarkeit und können auch unter Zeitdruck planvoll arbeiten.

## Das alles können Sie sehr gut!

Um wieder in Ihren Beruf zurückzukehren oder ganz neu durchzustarten, benötigen Sie möglicherweise eine Kompetenzbilanzierung (eine Analyse Ihrer Stärken, Fähigkeiten und Talente) sowie bei Bedarf eine individuelle Weiterbildung oder Qualifizierung, einen Schulabschluss oder eine Anerkennung Ihrer geleisteten Qualifikationen. Die folgenden Informationen sollen Ihnen dabei helfen.



Bild: AdobeStock\_94164601



# 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.

**Wie verändert sich die Arbeitswelt?**

Mit dem [Job-Futuromat](#) können Sie testen, ob und wie sich Ihr Beruf durch die digitale Technologie verändert.

**Tipp:**

**Mein NOW**

Fünf Dienste zur individuellen Unterstützung werden gebündelt angeboten:

Informationen rund um Berufe, Branchen und Perspektiven, Tests zur beruflichen Orientierung, eine bundesweite Weiterbildungssuche, Informationen zu Fördermöglichkeiten sowie Informationen zu Beratungsmöglichkeiten.

Entdecken Sie das nationale Onlineportal für berufliche Weiterbildung [Mein NOW](#).

**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 [online](#) mehrere Instrumente.

- ▶ Testen Sie Ihr Können mit dem Online Tool [NEW PLAN](#)

Der Arbeitsmarkt erfordert 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:

### Weiterbildungssuche

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

► [Weiterbildungssuche](#)



Bild: AdobeStock\_181154085

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

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

## Beispiel:

### Deutschkurs des **BAMF** (Bundesministerium für Migration und Flüchtlinge)

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

„Jetzt kann ich endlich meinen Wunsch verwirklichen!“



# Anerkennung ausländischer Schul- und Berufsabschlüsse

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

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

## 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.

## Hinweis:

Das Kommunale Bildungs- und Integrationszentrum vermittelt auf Anfrage ehrenamtliche Übersetzungshilfen.

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

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

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

► [integreat.app](https://www.integreat.app)





# Nachholen von Schulabschlüssen oder einer Berufsausbildung

## Nachholen eines Schulabschlusses

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

Wenn Sie einen Schulabschluss nachholen, investieren Sie in Ihre Zukunft: Denn ohne Abschluss ist heute ein Zutritt zum Arbeitsmarkt immer schwieriger. Die Gründe für einen fehlenden Schulabschluss sind vielfältig, was nicht bedeutet, dass dieser Zug für Sie nun abgefahren ist! Wenn Sie merken, dass Sie mit einem Schulabschluss beruflich viel weiter kommen könnten, steht Ihnen dieser Weg auch später noch offen: 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 Bürgergeld beziehen, sprechen Sie zuerst mit Ihrer Vermittlungsfachkraft beim Jobcenter. Nachfolgend stellen wir Ihnen kurz die möglichen Schulabschlüsse im Einzelnen vor:

Der **Erste Schulabschluss** (vormals Hauptschulabschluss) und der erweiterte Erste Schulabschluss (vormals Hauptschulabschluss nach Klasse 10 Typ A) sind die Grundlage für alle weiteren allgemein bildenden Schulabschlüsse. Haben Sie eine erfolgreich abgeschlossene Berufsausbildung, dann haben Sie damit meist gleichzeitig den Ersten allgemeinbildenden Schulabschluss erreicht. Er ist Voraussetzung für den Besuch bestimmter Berufsfachschulen, Fachschulen und Abendrealschulen.

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

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



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

Jugendliche und Erwachsene, die die allgemeine Schulpflicht bereits erfüllt und noch keinen Schulabschluss erworben haben, können Abschlüsse der Sekundarstufe I und II in einer sogenannten Externenprüfung nachholen. Abschlüsse der Sekundarstufe: Erster Schulabschluss, Erweiterter Erster Schulabschluss, Mittlerer Schulabschluss.

Wer das 18. Lebensjahr vollendet hat und im Jahr vor der Prüfung keine zur Hochschulreife führende Schule besucht hat, kann durch die Externenprüfung die Abschlüsse der Sekundarstufe II: Fachhochschulreife oder Allgemeine Hochschulreife erwerben. Die Externenprüfung findet einmal im Jahr statt. Sie besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil.

### Hinweis

#### Erwerb nachträglicher Schulabschlüsse im Kreis Euskirchen

Erster Schulabschluss (Hauptschulabschluss nach Klasse 9),  
Erweiterter Erster Schulabschluss (Hauptschulabschluss nach Klasse 10),  
Mittlerer Schulabschluss (Realschulabschluss),  
Fachhochschulreife (Fachabitur):

- ▶ [Weiterbildungskolleg Euskirchen](#)  
euskirchen@wbk-bonn.de
- ▶ [Berufskolleg Eifel des Kreises Euskirchen in Kall](#)  
info@bkeifel.de
- ▶ [Thomas-Eßer-Berufskolleg des Kreises Euskirchen](#)  
info@teb-eu.eu

#### Allgemeine Hochschulreife (Abitur):

- ▶ [Weiterbildungskolleg Euskirchen](#)  
euskirchen@wbk-bonn.de
- ▶ [Berufskolleg Eifel des Kreises Euskirchen in Kall](#)  
info@bkeifel.de



Bild: AdobeStock\_164536579



## 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. Neben einer Teilzeitvereinbarung über die gesamte Ausbildungsdauer ist auch eine nur anteilige Reduzierung der Vollzeitausbildung denkbar. Z.B. eine Kürzung der täglichen Ausbildungszeit für die Dauer von 1 Jahr auf 70 Prozent. So können Sie neben der Kindererziehung oder der Pflege von Angehörigen zeitgleich eine Ausbildung absolvieren. Diese wurde 2005 in das Berufsbildungsgesetz aufgenommen. Seit 2020 ist die Teilzeitberufsausbildung auch für Menschen ohne Familienverpflichtungen möglich. Prinzipiell kann jede Berufsausbildung nach dem Berufsbildungsgesetz in Teilzeit stattfinden. Bedingung ist, dass der Ausbildungsbetrieb und die zuständige Kammer dieser Regelung zustimmen. Die oder der Auszubildende und der Betrieb einigen sich auf eine tägliche oder wöchentliche Ausbildungszeit. (Diese kann um maximal 50 % reduziert werden). 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

## Bildungsgutschein

Wenn Sie eine berufliche Weiterbildung oder Umschulung machen wollen, kann Sie Ihre Agentur für Arbeit oder Ihr Jobcenter finanziell mit einem Bildungsgutschein unterstützen.

Damit Sie einen Bildungsgutschein erhalten können, müssen individuelle Voraussetzungen erfüllt sein, **die wir in einem persönlichen Beratungsgespräch gemeinsam besprechen**. Zudem muss der von Ihnen ausgewählte Bildungsträger und die berufliche Weiterbildung von einer fachkundigen Stelle zugelassen sein.

Liegen alle Voraussetzungen für eine Förderung vor, erhalten Sie von Ihrer Agentur für Arbeit oder Ihrem Jobcenter einen Bildungsgutschein. Damit wird Ihnen zugesichert, dass die Weiterbildungskosten übernommen werden und gegebenenfalls das Arbeitslosengeld weitergezahlt wird.

Einen Bildungsgutschein können Sie erhalten, wenn die Weiterbildung notwendig ist,

- ▶ damit Arbeitslosigkeit beendet werden kann oder
- ▶ eine drohende Arbeitslosigkeit abgewendet werden kann.

Anerkannt wird die Notwendigkeit der Weiterbildung bei arbeitslosen Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern auch, wenn die zusätzlichen oder ergänzenden beruflichen Qualifikationen zu einer Kompetenzerweiterung und Verbesserung der Beschäftigungsmöglichkeiten führen. Auch solche Qualifikationen müssen sich am Bedarf des Arbeitsmarktes orientieren. Darüber hinaus kann der Erwerb von Grundkompetenzen insbesondere in den Bereichen Lesen, Schreiben, Mathematik und Informations- und Kommunikationstechnologien gefördert werden. Voraussetzung: Der Erwerb der Grundkompetenzen schafft die Grundlage für eine erfolgreiche berufliche Weiterbildung oder verbessert allgemein die Beschäftigungsfähigkeit.

Auf die Förderung des nachträglichen Erwerbs eines Berufsabschlusses sowie eines Hauptschul- oder vergleichbaren Schulabschlusses besteht unter bestimmten Voraussetzungen ein Rechtsanspruch.

Auch Beschäftigte können einen Bildungsgutschein erhalten, wenn Sie sich im Rahmen eines bestehenden Arbeitsverhältnisses weiterbilden möchten.

Wird Ihre berufliche Weiterbildung gefördert, übernimmt Ihre Agentur für Arbeit beziehungsweise Ihr Jobcenter außerdem bestimmte Beiträge zur Kranken-, Renten-, Pflege- und Unfallversicherung. Weitere Informationen dazu finden Sie im Merkblatt Förderung der beruflichen Weiterbildung.

**Bildungsgutscheine** gibt es über das Jobcenter bzw. die Agentur für Arbeit



## Weiterbildungsgeld

Nehmen Sie an einer abschlussorientierten Weiterbildung teil, die von der Agentur für Arbeit gefördert wird, erhalten Sie einen Zuschuss (Fachbegriff: Weiterbildungsgeld). Eine abschlussorientierte Weiterbildung ist zum Beispiel:

- ▶ eine Umschulung,
- ▶ eine berufliche Teilqualifizierung oder
- ▶ ein Vorbereitungslehrgang auf die Externenprüfung/Schulfremdenprüfung.

Erfüllt Ihre Weiterbildung die Voraussetzungen, erhalten Sie monatlich Weiterbildungsgeld in Höhe von 150 Euro.

---

## Weiterbildungsprämie

Wer eine Weiterbildung besucht, die zum Abschluss in einem Ausbildungsberuf führt (Umschulung oder Vorbereitungslehrgang auf die Externenprüfung) kann unter bestimmten Voraussetzungen eine Weiterbildungsprämie erhalten.

Wer kann eine Förderung erhalten?

Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Weiterbildungen, die zu einem Abschluss in einem Ausbildungsberuf führen. Die Ausbildungsdauer muss auf mindestens 2 Jahre festgelegt sein.

Wie sieht die Förderung aus?

Wer im Rahmen einer Umschulung die Zwischenprüfung oder den ersten Teil einer gestreckten Abschlussprüfung bei einer Kammer erfolgreich ablegt, hat Anspruch auf eine Prämie von 1.000 Euro. Voraussetzung ist, dass in den jeweiligen Berufsgesetzen oder Ausbildungsverordnungen eine entsprechende Prüfung festgelegt ist. Die Prämie für das Bestehen der Abschlussprüfung bei Umschulungen beziehungsweise der Externen-/Nichtschülerprüfung beträgt 1.500 Euro.

# 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:

- ▶ das [Karriereportal](#) „Traumjobs im Kreis Euskirchen“
- ▶ die Jobbörse der Agentur für Arbeit
- ▶ Anzeigen in Zeitungen und im Internet
- ▶ weitere Jobbörsen wie z.B. [stepstone](#) und [kalaydo](#)
- ▶ Initiativbewerbung
- ▶ private Arbeitsvermittlung
- ▶ Netzwerke, sprich persönliche Kontakte zu Bekannten, Freunden, Familie
- ▶ Berufsverbände und berufliche Netzwerke



Ihre berufliche Zukunft hängt nicht nur von einer guten Vorbereitung ab. Entscheidend ist Ihre Bewerbung. Nur wenn der erste Eindruck beim Personalverantwortlichen stimmt, der Lebenslauf komplett ist, das Bewerbungsschreiben überzeugt und im Vorstellungsgespräch die richtigen Antworten kommen, können Sie am Ende den gewünschten Arbeitsvertrag unterschreiben.

#### Tipp:

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

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

## Was müssen Sie wissen?

### Der Lebenslauf

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

### Das Bewerbungsschreiben

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

### Das Vorstellungsgespräch

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

### Das Assessment-Center

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

Da sich immer wieder Änderungen in Sachen Bewerbung ergeben, ist es wichtig, dass Sie sich über die aktuellen Bewerbungstrends informieren.

Wie Sie eine zeitgemäße 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.

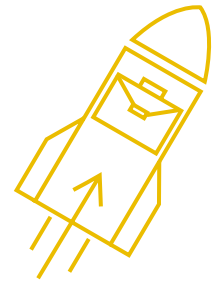


Bild: AdobeStock\_94654704





# Existenzgründung



Neue Zukunftsperspektiven durch berufliche Selbstständigkeit

Möchten Sie beruflich wieder einsteigen und sich dabei selbstständig machen?

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

Ein eigenes Unternehmen führen, die eigene Chefin oder der eigene Chef sein – für viele Berufsrückkehrende ist die berufliche Selbstständigkeit eine attraktive Alternative, um in das Arbeitsleben zurückzukehren. Sie erwerben damit die Möglichkeit,

sich nach einer längeren Familienpause beruflich neu zu orientieren und Familie und Beruf ideal verbinden zu können.

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

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

- ▶ Ist meine Gründungsidee marktauglich 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?

## Tipp:

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.**

Um erfolgreich in Ihre Selbstständigkeit starten zu können brauchen Sie neben fachlicher Unterstützung auch die Rückendeckung Ihrer Familie. Bauen Sie sich ein verlässliches Netzwerk für die Kinderbetreuung oder die Pflege Angehöriger auf, um besonders in der ersten Zeit flexibel reagieren zu können. Schnell können lange Arbeitszeiten, unvorhergesehene Kundentermine oder andere Erfordernisse Ihres Unternehmens Sie zu zeitnahe Handeln zwingen. Je nachdem, in welcher Branche Sie Ihre Selbstständigkeit planen, ist es möglich, mit

einem kleinen Stundenbudget pro Woche in Teilzeit und somit zeitlich flexibler zu beginnen.

Da dies leicht mit den Familienaufgaben zu vereinbaren ist, kann der (Wieder-) Einstieg sehr früh beginnen. Dabei bleiben berufsrelevante Qualifikationen erhalten und können weiter ausgebaut werden. Dies stärkt zudem erheblich Ihr Selbstbewusstsein – und Ihr finanzielles Risiko ist bei einer ersten Gründung in Teilzeit in der Regel geringer.

---

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

Das Internetportal [STARTERCENTER NRW](#) bietet viele wichtige Informationen und Materialien zum Thema Gründen und Finanzen. Holen Sie sich eine kompetente und neutrale Beratung.

Das STARTERCENTER in Euskirchen ist geschult zum Thema Wiedereinstieg.

### Tipp:

#### Selbstständigkeit und Arbeitslosigkeit

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

### Tipp:

#### GründerRegion Aachen

Die [GründerRegion](#) Aachen ist die zentrale Anlaufstelle für alle Gründer\*innen aus der StädteRegion Aachen und den Kreisen Düren, Euskirchen, Heinsberg. Unser Informations- und Beratungsangebot bietet praxisorientierte Hilfen auf dem Weg in die unternehmerische Selbstständigkeit – für Gewerbetreibende, Handwerker\*innen, Dienstleister\*innen, Freiberufler\*innen, technologieorientierte Gründer\*innen, Unternehmensnachfolger\*innen und Gründer\*innen aus der Arbeitslosigkeit.



# Noch Fragen?

---

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

**Astrid Günther**

**Gleichstellungsbeauftragte**

Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen

Tel. 02251-15 618

[gleichstellungsbeauftragte@kreis-euskirchen.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@kreis-euskirchen.de)

---

**Birgitt van Megeren**

**Leitung Kompetenzzentrum Frau und Beruf**

**Region Aachen Zweckverband (RAZV)**

Rotter Bruch 6, 52068 Aachen

Tel. 0241-9278 721 30

[vanmegeren@regionaachen.de](mailto:vanmegeren@regionaachen.de)

---

**Christine Johanny**

**Beauftragte für Chancengleichheit  
am Arbeitsmarkt Jobcenter EU-aktiv**

Jülicher Ring 32A, 53879 Euskirchen

Tel. 02251-7760 298

[christine.johanny@jobcenter-ge.de](mailto:christine.johanny@jobcenter-ge.de)

---

**Laura Meyer**

**Kreis Euskirchen Stabsstelle**

**Struktur- und Wirtschaftsförderung**

Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen

Tel. 02251-15 1541

[laura.meyer@kreis-euskirchen.de](mailto:laura.meyer@kreis-euskirchen.de)

---

**Sandra Schmitz**

**Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt  
Agentur für Arbeit Brühl**

Thoméstraße 17, 53879 Euskirchen

Tel. 02251-797 179

[Bruehl.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Bruehl.BCA@arbeitsagentur.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.



Astrid Günther



Birgitt van Megeren



Christine Johanny



Laura Meyer



Sandra Schmitz

Bilder: Silvia Vanselow



# Einrichtungen

---

## von A-Z

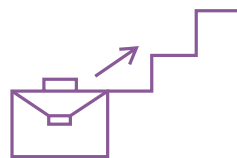
Hier finden Sie die wichtigsten Anlaufstellen, die Sie bei Ihrem „Spagat“ zwischen Familie und Beruf unterstützen. Um Ihnen die Orientierung zu erleichtern, weisen die Farbmarkierungen jeder Einrichtung auf deren Handlungsfelder hin. Die Handlungsfelder sind unterteilt in die Bereiche:



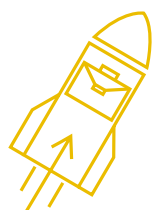
**Berufswahl und Lebensplanung**



**Vereinbarkeit von Familie und Beruf**



**Beruflicher (Wieder-)Einstieg**



**Existenzgründung**

# Agentur für Arbeit



Thoméstraße 17  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251-7970

Wilhelm-Kamm-Str. 1  
50321 Brühl

Aachener Str. 57  
53925 Kall

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

Die Agentur für Arbeit Brühl, mit den Geschäftsstellen Euskirchen und Kall ist als eine Dienststelle der Bundesagentur für Arbeit nach dem Sozialgesetzbuch SGB III – Arbeitsförderung mit Aufgaben betraut, die einen Ausgleich am Arbeitsmarkt unterstützen sollen.

Auf Grundlage des SGB III zählen zu den Kernaufgaben der Agentur für Arbeit Brühl.

- ▶ Berufsberatung von Jugendlichen, Studienanfängern\*innen und Hochschulabsolventen\*innen
- ▶ Vermittlung von Ausbildungs- und Arbeitsstellen
- ▶ Arbeitgeberberatung
- ▶ Förderung der beruflichen Aus- und Weiterbildung und der beruflichen Rehabilitation
- ▶ Gewährung von Leistungen zur Erhaltung und Schaffung von Arbeitsplätzen
- ▶ Zahlung von Lohnersatzleistungen bei Arbeitslosigkeit, Kurzarbeit oder Insolvenz
- ▶ Bekämpfung der missbräuchlichen Inanspruchnahme von finanziellen Leistungen
- ▶ Förderung der Chancengleichheit von Frauen und Männern
- ▶ Information über den Arbeits- und Ausbildungsmarkt sowie über die Dienste und Leistungen der Arbeitsförderung

---

## Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

### Für wen:

- ▶ Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteiger in den Beruf
- ▶ Junge Mütter und Väter ohne Berufsausbildung
- ▶ Unternehmer\*innen

### Angebote:

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

### Kontakt:

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

## Arbeitsvermittlung

### Für wen:

- ▶ Menschen, die eine Beratung zu ihrem Berufsweg benötigen
- ▶ Menschen, die arbeitslos oder arbeitsuchend sind

### Angebote:

- ▶ Vermittlung in Arbeit
- ▶ Beratung zur beruflichen Aus- und Weiterbildung
- ▶ Beratung zur beruflichen (Neu-)Orientierung
- ▶ Unterstützende Leistungen zur Arbeitsaufnahme

### Kontakt:

Arbeitsvermittlung in den beiden Geschäftsstellen Euskirchen und Kall

Geschäftsstelle Euskirchen      Geschäftsstelle Kall

Thomèstraße 17                      Achener Straße 57

53879 Euskirchen                    53925 Kall

Tel. 0800-4 5555 00                Tel. 0800-4 5555 00

## Arbeitgeberservice

### Für wen:

- ▶ Unternehmen und deren Beschäftigte

### Angebote:

- ▶ Beratung der Unternehmen rund um die Themen Arbeit und Ausbildung
- ▶ Unterstützung bei der Rekrutierung von Auszubildenden und Mitarbeitenden
- ▶ Unterstützung bei der Qualifizierung Beschäftigter
- ▶ Unterstützung bei der Einstellung ausländischer Fachkräfte
- ▶ Förderung bei der Arbeitsaufnahme von Mitarbeitenden mit Minderleistungen
- ▶ Beratung und Unterstützung bei der Einstellung von Menschen mit Behinderung

### Kontakt:

Agentur für Arbeit

Geschäftsstelle Euskirchen      Geschäftsstelle Kall

Thoméstraße 17                      Achener Str. 57

53879 Euskirchen                    53925 Kall

Tel. 0800-5555 20                Tel. 0800-4 5555 20

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

## Berufsberatung vor dem Erwerbsleben

### Für wen:

- ▶ Das Angebot richtet sich an alle jungen Menschen, die Hilfe, Rat und Unterstützung rund um die Berufs- und Studienwahl benötigen.

### Angebote:

- ▶ Informationen und Beratung rund um die Themen Berufsorientierung  
Zugang zu weiterführenden Schulen und Berufs- und Studienwahl
- ▶ Informationen über Zugangsvoraussetzungen und Ablauf von Studiengängen und Ausbildungen
- ▶ Informationen zu Förderinstrumenten aus dem Bereich
- ▶ Gemeinsame Suche nach dem besten Weg in den Beruf

### Kontakt:

Agentur für Arbeit Euskirchen, Berufsberatung vor dem Erwerbsleben

Thoméstraße 17

53879 Euskirchen

Tel. 02251-79 79 79

Euskirchen.Berufsberatung@arbeitsagentur.de

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/bruehl/berufsberatung-vor-dem-erwerbsleben>

---

## Berufsberatung im Erwerbsleben der Agentur für Arbeit Euskirchen

Die Berufsberatung im Erwerbsleben unterstützt in allen Fragen rund um die Erarbeitung von beruflichen Perspektiven und Entwicklungsmöglichkeiten. Wir richten unsere Angebote an den Bedürfnissen der Kundinnen und Kunden aus und entwickeln gemeinsam mit Ihnen einen individuellen und passgenauen Weg.

### Für wen:

Menschen, die im Erwerbsleben stehen und

- ▶ ihre berufliche Zukunft sichern möchten
- ▶ sich beruflich neu orientieren oder weiterentwickeln möchten
- ▶ eine Qualifizierung / Weiterbildung anstreben
- ▶ einen beruflichen Wiedereinstieg planen
- ▶ sich zum Arbeitsmarkt beraten lassen möchten
- ▶ Fragen zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten bei einer Weiterbildung haben

### Angebote:

- ▶ berufliche Orientierung und Beratung, unter anderem über Veränderungen in der Berufswelt und dem Arbeitsmarkt
- ▶ Unterstützung bei einer eigenständigen Berufswegplanung und Berufswegentscheidung
- ▶ Berufsorientierungsveranstaltungen zu verschiedenen Themen
- ▶ Beratungsgespräche und Sprechzeiten auch an externen Orten oder virtuell

### Kontakt:

Berufsberatung im Erwerbsleben der Agentur für Arbeit Euskirchen

Thoméstraße 17

Tel. 02232-9461 444

Bruehl.Projekt-Ich@arbeitsagentur.de

53879 Euskirchen

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/aachen-dueren/bbie>

## Berufsinformationszentrum

### Für wen:

- ▶ Alle Bürgerinnen und Bürger, die sich zu Themen rund um Bildung, Beruf und Arbeitsmarkt informieren möchten

### Angebote:

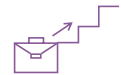
- ▶ Informationen zur Berufsorientierung, zu weiterführenden Schulen, Ausbildung, Studium, Weiterbildung, Existenzgründung, Familie und Beruf, Lernen und Arbeiten im Ausland

### Kontakt:

Berufsinformationszentrum Brühl  
Wilhelm-Kamm-Straße 1  
50321 Brühl  
Tel. 02232-9461 297  
[bruehl.biz@arbeitsagentur.de](mailto:bruehl.biz@arbeitsagentur.de)

---

# Berufsbildungszentrum Euskirchen (BZE)



In den Erken 7  
53881 Euskirchen Euenheim  
Tel. 02251 149-0  
info@bze-euskirchen.de  
[www.bze-euskirchen.de/](http://www.bze-euskirchen.de/)

Das Berufsbildungszentrum Euskirchen (BZE) ist eine Qualifizierungseinrichtung in der Wirtschaftsregion Aachen mit mehr als 50 Jahren Erfahrung in der Aus- und Weiterbildung. Wir freuen uns, Sie bei uns zu begrüßen! Sprechen Sie uns gerne an, um uns und unser Angebot besser kennenzulernen.

## Für wen:

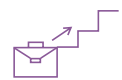
- ▶ Sie sind arbeitslos?
- ▶ Sie möchten den erfolgreichen (Wieder-) Einstieg in den Arbeitsmarkt?
- ▶ Sie möchten an einer Qualifizierung teilnehmen?
- ▶ Dann sind Sie bei uns im BZE genau richtig! Erkundigen Sie sich gerne über unsere individuellen Angebote!

## Angebote:

- ▶ Job Kompakt: Kompetenzfeststellung, Berufsorientierung, Bewerbungscoaching, Grundlagenvermittlung in einem gewählten Gewerk (gewerblich-technisch) u.v.m.
  - ▶ Bewerbung to go: Aktualisierung von Bewerbungsunterlagen
  - ▶ Umschulungen (VZ/TZ)/mit Bildungsgutschein: Elektroniker\*in für Betriebstechnik; Industriemechaniker\*in; Maschinen- und Anlagenführer\*in, modulare Schweisskurse mit Bildungsgutschein, Staplerschein
-



# Bildungsinstitut der Rheinischen Wirtschaft GmbH (BRW)



Roitzheimer Str. 37-39

53879 Euskirchen

Tel. 02251-9491 0

info@brw.de

**www.brw.de**

Das BRW ist seit 39 Jahren erfolgreicher und mehrfach ausgezeichneter Bildungsdienstleister mit Schwerpunkten in den Bereichen Wirtschaft und Verwaltung, Gesundheitsökonomie und Eignungsdiagnostik.

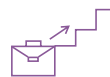
## Für wen:

- ▶ Schüler\*innen
- ▶ Jugendliche
- ▶ Junge Erwachsene
- ▶ Auszubildende
- ▶ Junge Mütter und Väter ohne Berufsausbildung
- ▶ Wiedereinsteiger\*innen und Berufsrückkehrer\*innen in den Beruf
- ▶ Menschen in beruflichen Veränderungsprozessen
- ▶ Menschen mit ausländischen Wurzeln
- ▶ Arbeitnehmer\*innen
- ▶ Selbständige
- ▶ Unternehmen

## Angebote:

- ▶ Weiterbildungen und Qualifizierungen in den Bereichen Inklusionsassistenz
  - ▶ Schulbegleiter\*in (IHK)
  - ▶ Pädagogische Mitarbeitende im Offenen Ganztage (IHK)
  - ▶ Gruppenleitung im Offenen Ganztage, Hauswirtschaftler\*in
  - ▶ Ausbildungswege NRW
  - ▶ Ausbildungsprogramm NRW
  - ▶ Übergangslotse\*in
  - ▶ Potenzialanalysen an Schulen
  - ▶ Integrationskurse
  - ▶ Coachings (Bewerbungscoaching, Individualcoaching etc.)
  - ▶ Prüfungsvorbereitung
-

# Caritasverband für das Kreisdekanat Euskirchen e.V.



Wilhelmstraße 52

53879 Euskirchen

Tel. 02251-7000 0

info@caritas-eu.de

[https://caritas.erzbistum-koeln.de/euskirchen\\_cv/](https://caritas.erzbistum-koeln.de/euskirchen_cv/)

Der Caritasverband für das Kreisdekanat Euskirchen mit seinen vielfältigen Hilfen und Diensten ist seit über 60 Jahren der Wohlfahrtsverband der katholischen Kirche für die Region und versteht sich als verlässlicher Partner und Anwalt für Menschen, die auf Hilfe und Unterstützung angewiesen sind.

---

## esperanza

### Für wen:

- ▶ Schwangere und Eltern mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr

### Angebote:

- ▶ Psychosoziale Beratung nach Schwangerschaftsabbruch
  - ▶ Fehl- oder Totgeburt und anderen Krisensituationen
  - ▶ Onlineberatung
  - ▶ Beratung bei unerfülltem Kinderwunsch
  - ▶ Beratung zur vertraulichen Geburt
  - ▶ Sexualpädagogik an Schulen
  - ▶ Ehrenamtlichenprojekt „Kinderkram“
  - ▶ Gruppenangebote und Kinderbetreuung
  - ▶ Familienentlastungsdienste
  - ▶ Hilfe bei Behördenangelegenheiten
  - ▶ Secondhand-Laden
-

# Caritasverband für die Region Eifel e.V.



Gemünder Str. 40  
53937 Schleiden  
Tel. 02445-8507 0  
info@caritas-eifel.de  
[www.caritas-eifel.de](http://www.caritas-eifel.de)

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.

---

## ASB

### Für wen:

- ▶ Eltern und Alleinerziehende

### Angebote:

- ▶ Hilfen zur Beantragung und Durchsetzung von existenzsichernden Maßnahmen, wie: Arbeitslosengeld, Bürgergeld, Grundsicherung, Kindergeld und Kinderzuschlag sowie Lastenzuschuss/ Wohngeld u.a.
- ▶ Klärung und Vermittlung an Fachdienste, Selbsthilfegruppen und andere weiterführende Stellen
- ▶ Hilfeleistung in akuten Notlagen

---

## Familienpatenschaften und Familienhebamme

### Für wen:

Eltern und Alleinerziehende

### Angebote:

- ▶ Ehrenamtliche Unterstützung von Familien oder Alleinerziehenden mit kleineren Kindern (Patenschaften)
- ▶ Unterstützung, Beratung und Begleitung von Eltern und Alleinerziehenden
  - ▶ bei dem Gefühl, dass gerade einfach alles zu viel ist
  - ▶ bei Unsicherheiten im Umgang und in der Versorgung des Säuglings
  - ▶ beim Beziehungsaufbau zu Ihrem Säugling

# DEKRA Akademie GmbH



Kommerner Straße 71

53879 Euskirchen

Tel. 02251-702220

Fax 02251-702220

euskirchen.akademie@dekra.com

<https://www.dekra-akademie.de/standorte/euskirchen>

Die DEKRA Akademie steht für über 30 Jahre Erfahrung in der Aus- und Weiterbildung und zählt zu den größten privaten Bildungsunternehmen in Deutschland. Moderne Ausstattungen, erprobte Lernmethoden und praxisorientierte Trainer\*innen sorgen für eine qualifizierte Aus- und Weiterbildung.

Wir bieten individuelle Qualifizierungen und auf Ihr Unternehmen abgestimmte Weiterbildungskonzepte – bundesweit von A wie Aachen bis Z wie Zwickau.

Und bei allem gilt: Qualität steht an erster Stelle. Schwerpunkte sind Transportlogistik, Lagerlogistik, Gefahr-  
gutlogistik, Büro und Kommunikation, Gesundheit und Pflege, Objekt- und Betriebsschutz, Berufsintegration,  
Einzelcoaching und Reha-Teilzeitausbildung- Einstieg begleiten – Perspektiven öffnen.

## Für wen:

- ▶ Sie sind Vater oder Mutter von mindestens einem Kind unter 15 Jahren  
oder pflegen einen Angehörigen und möchten den Einstieg in eine Ausbildung realisieren

## Angebote:

- ▶ Beratung und Unterstützung
- ▶ Teilzeitausbildung -Einstieg begleiten - Perspektiven öffnen (TEP)

## Kontakt:

ralf.esser@dekra.com

---

# Der Kinderschutzbund Kreisverband Euskirchen e.V.



Sebastianusstraße 20

53879 Euskirchen

Tel. 02251-81 31 0 0

info@kinderschutzbund-eusk.de

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

Der Verein ist ein Zusammenschluss von engagierten Menschen mit dem Ziel, die Lebenssituation von Kindern und Familien in unserer Gesellschaft zu verbessern. Wir sind anerkannter Träger der freien Kinder- Jugendhilfe und agieren gemeinnützig sowie politisch und konfessionell unabhängig seit 1978.

## Für wen:

- ▶ Das Angebot richtet sich an Kinder und ihre Familien (Interessierte)
- ▶ Tagespflegepersonen (Interessierte)
- ▶ Pflegefamilien und Bewerber\*innen

## Angebote:

- ▶ Kindertagespflege:
    - ▶ Erstinformationen zur Kindertagespflege
    - ▶ Vermittlung einer geeigneten Tagespflegeperson
    - ▶ Hilfen bei der Antragsstellung
    - ▶ Hilfen bei Vertretungssuchen
    - ▶ Qualifizierung zur Erlangung der Tagespflegeerlaubnis
    - ▶ Vermittlung von Tagespflegekindern
    - ▶ Fortbildungen
  - ▶ Vollzeitpflege:
    - ▶ Gewinnung von Pflegefamilien
    - ▶ Schulungen
    - ▶ Vermittlung
    - ▶ Beratung und Begleitung der Familien- Fortbildungen
-

# Der Paritätische Kreis Euskirchen



Eifelring 28

53879 Euskirchen

Tel. 02251-777 50 86

euskirchen@paritaet-nrw.org

[www.euskirchen.paritaet-nrw.org](http://www.euskirchen.paritaet-nrw.org)

Der Paritätische Wohlfahrtsverband setzt sich seit 100 Jahren für die Belange der Menschen in besonderen Lebenslagen und krisenhaften Situationen ein. Seit seiner Gründung besteht der Fokus auf der Förderung des bürgerschaftlichen Engagements und der Mitgliedsorganisationen vor Ort.

## Für wen:

- ▶ Menschen mit Erkrankungen, in Lebenskrisen und persönlichen Herausforderungen und deren Angehörige
- ▶ Menschen mit (drohender) Behinderung und deren Angehörige
- ▶ Menschen, die Angehörige pflegen

## Angebote:

- ▶ Kontaktstelle Selbsthilfe
- ▶ Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe
- ▶ Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung

---

## Selbsthilfe-Kontaktstelle

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle für den Kreis Euskirchen ist eine professionelle Beratungsstelle für alle Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen oder eine Selbsthilfegruppe gründen wollen. Alle Menschen, die sich für Selbsthilfe interessieren, können hier eine Beratung in Anspruch nehmen. Das Angebot ist kostenlos und unabhängig. Anfragen und Anliegen werden vertraulich behandelt. Auf Wunsch wird auch anonym beraten.

## Für wen:

- ▶ Alle Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen bei psychischen Problemen, Lebenskrisen, Sucht und körperlichen Erkrankungen, oder weiteren persönlichen Problemlagen
- ▶ Angehörige von betroffenen Menschen

## Angebote:

- ▶ Gespräche unter Gleichbetroffenen
- ▶ Informationen bzw. Vermittlung zu Selbsthilfegruppen
- ▶ Veranstaltungen für Gruppen

## Kontakt:

Tel. 02251-866 28 08

Mobil 0172-214 58 97

[selbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org)

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

## Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

Das vom Land NRW geförderte Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe unterstützt pflegende Angehörige dabei, einander beizustehen und die Herausforderung der Pflege durch Austausch und gegenseitige Unterstützung noch besser zu meistern.

Manchmal braucht es eine kleine Auszeit mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen machen. Die vom Kontaktbüro betreuten Gruppen können solche Orte der Begegnung sein.

### Für wen:

- ▶ Menschen, die Angehörige pflegen

### Angebote:

- ▶ Information und Vermittlung interessierter Angehöriger in Selbsthilfegruppen
- ▶ Unterstützung bei Neugründung von Selbsthilfegruppen
- ▶ Begleitung bestehender Selbsthilfegruppen

### Kontakt:

Tel. 02251-8669578

[pflegeselbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org](mailto:pflegeselbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org)

<https://euskirchen.paritaet-nrw.org/was-wir-machen/pflegeselbsthilfe/>

### Sprechzeiten:

Mittwoch von 10.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

---

## Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung EUTB<sup>®</sup>

Die EUTB<sup>®</sup> ist eine bundesgeförderte Beratungsstelle in Trägerschaft des Paritätischen. Sie berät Menschen mit Behinderung, von Behinderung bedrohte Menschen sowie deren Angehörige zu allen Fragen der Teilhabe und Inklusion. Und das kostenlos und unabhängig. Die Berater\*innen sind niemandem verpflichtet, außer der Person, die sie beraten.

### Für wen:

- ▶ Menschen mit Behinderung
- ▶ Menschen, denen eine Behinderung droht
- ▶ Angehörige von Menschen mit Behinderung

### Angebote:

- ▶ Beratung zu Anträgen und Leistungen rund um das Thema Teilhabe und Inklusion

### Kontakt:

Tel. 02251-60 53 263

[teilhabeberatung-euskirchen@paritaet-nrw.org](mailto:teilhabeberatung-euskirchen@paritaet-nrw.org)

<https://euskirchen.paritaet-nrw.org/was-wir-machen/teilhabeberatung/>

### Telefonische Sprechzeiten:

Montag bis Donnerstag von 10.00 – 12.00 Uhr

Offene Sprechstunde: Dienstag von 10.00 – 13.00 Uhr und nach Vereinbarung

# Diakonisches Werk der Evangelischen Kirchengemeinden



Kaplan-Kellermann-Straße 12  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251-92900  
pflege@diakonie-eu.de  
[www.diakonie-eu.de](http://www.diakonie-eu.de)

Die Diakonie in Euskirchen ist ein ambulanter Dienst, der Hilfen in den Bereichen Pflege, Hauswirtschaft, Demenzbetreuung und Betreuung von Kindern mit Behinderung anbietet. Das Angebot richtet sich an den „Nordkreis“ von Euskirchen, zu dem die Städte Weilerswist, Bad Münstereifel, Euskirchen und Zülpich gehören. Die Beratung zu den Angeboten ist unverbindlich und kann gerne auch bei Ihnen zu Hause erfolgen.

## 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

---

## Dienstleistungsgenossenschaft Eifel DLG eG



Blankenheimer Str. 2-4  
53937 Schleiden  
Tel. 02445-85 11 62-0

info@dlg-eifel.de  
[www.dlg-eifel.de](http://www.dlg-eifel.de)

Die Dienstleistungsgenossenschaft Eifel eG stärkt die Region Eifel, indem sie Unternehmen bei der Gestaltung zukunftsfähiger Arbeitsumfelder unterstützt. Schwerpunkte sind familienfreundliche Modelle, inklusive Unternehmenskultur und faire, gesunde Arbeitsbedingungen.

## Für wen:

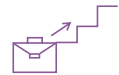
- ▶ Die Angebote der DLG Eifel richten sich an Unternehmen, die den Menschen in den Mittelpunkt stellen.

## Angebote:

- ▶ Zu den Leistungen gehören:
  - ▶ Entwicklung familienfreundlicher Arbeitskonzepte
  - ▶ Netzwerke und Austauschplattformen für Unternehmen
  - ▶ Workshops zu Vielfalt und Inklusion
  - ▶ Programme zur Gesundheitsförderung
  - ▶ Beratung für nachhaltige Personalstrategien und Arbeitgeberattraktivität



# Frauen helfen Frauen e.V., Frauenberatungsstelle



Oststraße 7

53879 Euskirchen

Tel. 02251-75140

fbst@frauen-helfen-frauen.eu

[www.frauen-helfen-frauen.eu](http://www.frauen-helfen-frauen.eu)

Als spezifische Einrichtung von Frauen für Frauen im Kreis Euskirchen unterstützen wir Frauen bei unterschiedlichsten Anliegen. Wir bieten ratsuchenden Frauen qualifizierte psychosoziale Beratung bei Beziehungskonflikten, (sexuellen) Gewalterfahrungen, Essstörungen, seelischen Belastungen wie Ängsten, Depressionen und Lebenskrisen oder auch bei individuellen Veränderungswünschen. Häufig wird der Bedarf nach Existenzsicherung und beruflicher Neuorientierung thematisiert. Wenn Frauen 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. Bevor Frauen, für die ein beruflicher Wiedereinstieg und/oder eine berufliche Neuorientierung ansteht, den offiziellen Schritt zur Agentur für Arbeit, Jobcenter oder speziellen Bildungsträgern wagen, kommen sie häufig zur ersten Information oder zur Entscheidungsfindung in diese Beratungsstelle.

## Für wen:

- ▶ Schwangere, Paare und Alleinerziehende mit Kindern bis zu 3 Jahren.  
Menschen mit unterschiedlicher sexueller Identität/ Orientierung, Jugendliche, Paare und Gruppen sind herzlich willkommen.

## Angebote:

- ▶ Unterstützung und Beratung bei Schwangerschaften und Schwangerschaftskonflikten (Beratungsbescheinigung)
  - ▶ Informationen zu und Unterstützung bei der Beantragung von finanziellen Hilfen (Bundesstiftung Mutter und Kind, Familienleistungen)
  - ▶ Berufsgestaltung während der Schwangerschaft und Wiedereinstieg nach Familienphase
  - ▶ Beratung nach Geburt
  - ▶ Beratung zur vertraulichen Geburt
  - ▶ Bei Krisen nach der Geburt
  - ▶ Beratung nach Schwangerschaftsabbruch, Fehl- oder Totgeburt
  - ▶ Beratung bei ungewollter Kinderlosigkeit
  - ▶ Paarberatung
  - ▶ Sexuelle Bildung
  - ▶ Mädchen- bzw. Jugendsprechstunde
  - ▶ Beratungen zur sexuellen Orientierung und Geschlechtsidentität
  - ▶ Onlineberatung
-

# GenoEifel - Dein Helfernetzwerk



Im Rathaus

53925 Kall

Tel. 02441-88861

info@genoeifel.de

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

Die GenoEifel ist ein soziales Helfernetzwerk für die Eifel und Region, das Nachbarschaftshilfe organisiert. Es bringt Menschen zusammen, die Unterstützung im Alltag suchen und Freiwillige, die helfen möchten. Ziel ist es, Gemeinschaft und Zusammenhalt zu stärken.

## Für wen:

- ▶ Die Zielgruppe des Angebots der GenoEifel ist generationsübergreifend und richtet sich an alle die:
  - ▶ Unterstützung im Alltag benötigen
  - ▶ ältere Menschen
  - ▶ Personen mit Mobilitätseinschränkungen
  - ▶ Alleinlebende
  - ▶ Familien
  - ▶ junge Menschen

## Angebote:

- ▶ Die GenoEifel bietet vielfältige Nachbarschaftshilfe an:
    - ▶ Hilfe beim Einkaufen
    - ▶ Unterstützung bei der Kinderbetreuung
    - ▶ und den Hausaufgaben
    - ▶ Fahrdiensten
    - ▶ Begleitung bei Spaziergängen
    - ▶ Hilfe bei einfachen handwerklichen Tätigkeiten
    - ▶ und Hausarbeiten
  - ▶ Zudem vermittelt das Netzwerk soziale Kontakte und stärkt die Gemeinschaft durch generationsübergreifende Aktivitäten und Begegnungen.
-

# Haus der Familie, Kath. Familienbildungsstätte



Herz-Jesu-Vorplatz 5  
53879 Euskirchen  
Tel. 02251-95711 20  
anmeldung@fbs-euskirchen.de  
[www.fbs-euskirchen.de](http://www.fbs-euskirchen.de)

Das Haus der Familie ist anerkannte Einrichtung der Weiterbildung NRW. Das Programmspektrum geht von Eltern-Kind- über Gesundheits- bis hin zu berufl. Qualifizierungskursen. Es richtet sich an alle Interessierten aus dem regionalen und überregionalen Bereich.

## Für wen:

- ▶ alle Erwachsenen über 16 Jahre, Eltern mit Babys und Kleinkindern

## Angebote:

- ▶ Qualifizierung für Kindertagespflegepersonen
- ▶ Qualifizierung für den offenen Ganzttag
- ▶ Fort- und Weiterbildung, Persönlichkeitsbildung
- ▶ Angebote rund um Schwangerschaft und die Geburt
- ▶ Eltern-Kind-Gruppen, Wiedereinstieg in den Beruf

---

# Katholisches Bildungswerk Kreis Euskirchen



Herz-Jesu-Vorplatz 5  
53879 Euskirchen  
02251-95711 25  
info@bildungswerk-euskirchen.de  
[www.bildungswerk-euskirchen.de](http://www.bildungswerk-euskirchen.de)

Das Bildungswerk ist anerkannte Einrichtung der Weiterbildung NRW. In Kooperation mit zahlreichen Institutionen vor Ort werden Bildungsveranstaltungen zu Religion, Existenzfragen, Politik, Kultur, Medien, Integrationsangebote für Flüchtlinge und Familienthemen angeboten.

## Für wen:

- ▶ alle Erwachsenen über 16 Jahre

## Angebote:

- ▶ Schulungen
- ▶ Vorträge
- ▶ Integrationskurse
- ▶ Sprachangebote
- ▶ Qualifizierung für ehrenamtlich Tätige
- ▶ Medienpädagogik

# Katholische Kirche Euskirchen



Kirchstr. 15

53879 Euskirchen

02251-776260

euskirchen@katholisch-eu.de

katholisch-eu.de

Wir sind die Katholische Kirche in und um Euskirchen mit 22 Kirchen und Kapellen auf dem Stadtgebiet Euskirchen. Neben Beratung und Hilfe ermöglichen wir Ihnen Kontakte mit netten Menschen, ebenso wie die Begegnung mit dem lebendigen Gott - in allen Lebenslagen und Situationen.

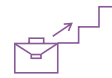
## Für wen:

- ▶ Kleinkinder bis hin zu Senioren

## Angebote:

- ▶ Gruppenangebote für Kinder und Jugendliche
  - ▶ Beratung und Begleitung von Ehrenamtlichen
  - ▶ Gemeinsame Aktionen für Senioren
  - ▶ Unterstützung in schwierigen Lebensphasen
-

# Kompetenzzentrum Frau und Beruf des Region Aachen Zweckverbands (RAZV)



Rotter Bruch 6

52068 Aachen

0241-9278721 30

competentia@regionaachen.de

[www.regionaachen.de/arbeit/kompetenzzentrum-frau-und-beruf/](http://www.regionaachen.de/arbeit/kompetenzzentrum-frau-und-beruf/)

Das Kompetenzzentrum Frau und Beruf versteht sich als Servicestelle für Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben und berät zu diesen Themen:

- ▶ Rekrutierung
- ▶ Familien- und lebensphasenorientierte Unternehmensführung
- ▶ Karriereentwicklung und -förderung
- ▶ Unterstützung des Unternehmerintums
- ▶ Diversity-Management

## Für wen:

- ▶ Berufseinsteiger\*innen und Wiedereinsteiger\*innen
- ▶ Nachwuchs- und Führungskräfte sowie Gründer\*innen
- ▶ Geschäftsführungen und Personaler\*innen
- ▶ Kleine und Mittelständische Unternehmen

## Angebote:

- ▶ Berufs- und Wiedereinsteiger\*innen mit Unternehmen zusammenbringen
  - ▶ Dafür sorgen, dass weibliche Fachkräfte in der Region bleiben
  - ▶ Unternehmen Wege zur Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben zeigen
  - ▶ Auf- und Ausbauen von Führungsnetzwerken für Frauen
  - ▶ Vorbilder vorstellen und Frauen Mut machen für den nächsten Karriereschritt
-

## Familienhebammen

### Für wen:

- ▶ Familienhebamme-/ Familienkinderkrankenschwester für werdende Eltern und Familien mit Kindern
- ▶ bis zum ersten Lebensjahr

### Angebote:

- ▶ Beratung und bei Bedarf Begleitung bereits in der Schwangerschaft maximal 15 Stunden
  - ▶ Möglichkeit der Übernahme der weiteren Betreuung im Rahmen der Hilfe zur Erziehung bis zum vollendeten ersten Lebensjahr
  - ▶ Still-/ Ernährungsberatung
  - ▶ Förderung der Mutter-/Vater-Kind-Bindung
  - ▶ Vermittlung und Begleitung bei Arztbesuchen und Behördengängen
  - ▶ Information über die Entwicklung des Kindes und Förderung
- 

## Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte (MBE)

Die Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte (MBE) ist ein Angebot für zugewanderte erwachsene Personen ab 27 Jahren. Wir bieten Beratungen zu vielen verschiedenen Themen an: Aufenthaltsrechtliche Fragestellungen, Deutschkurse, berufliche Anerkennung, Wohnen, Gesundheit, Familie u.v.m.

### Für wen:

- ▶ Zugewanderte und geflüchtete Personen ab 27 Jahren, die ihren Wohnsitz im Kreis Euskirchen haben

### Angebote:

- ▶ Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse in NRW
  - ▶ Suche nach Integrationskursen
  - ▶ Beratung zu finanziellen Angelegenheiten
  - ▶ Vermittlung bei Sprachschwierigkeiten
-

# Kreis Euskirchen



Jülicher Ring 32

53879 Euskirchen

Tel. 02251 150

mailbox@kreis-euskirchen.de

<https://www.kreis-euskirchen.de>

Der Kreis Euskirchen bietet vielfältige Hilfestellungen im Bereich Familie und Beruf an und unterstützt z. B. durch kostenlose Beratungsangebote im Bereich Kinderbetreuung und Pflege von Angehörigen.

Die speziellen Anlaufstellen finden Sie nachfolgend.

---

## Kreis Euskirchen, Bafög-Stelle

In der BAföG-Stelle können Schüler\*innen, die nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAföG) förderfähige schulische Ausbildung besuchen und deren Eltern im Kreis Euskirchen wohnen, BAföG beantragen.

### Für wen:

- ▶ Schüler\*innen

### Angebote:

- ▶ Antragstellung
- ▶ Beratung

### Kontakt:

- ▶ <https://www.kreis-euskirchen.de/themen/familie-bildung-integration/schulverwaltung/themen-projekte/bafoeg-foerderung-nach-dem-bundesausbildungsfoerderungsgesetz/>
- 

## Kreis Euskirchen, Elterngeldstelle

Im Team Elterngeld können Sie Elterngeld beantragen. Das Elterngeld soll es ihnen ermöglichen, Einkommensverluste auszugleichen, die ihnen durch die Betreuung ihres Kindes entstehen.

### Für wen:

- ▶ Eltern

### Angebote:

- ▶ Anträge auf Elterngeld
- ▶ Beratung zur Elternzeit

### Kontakt:

- ▶ <https://serviceportal.kreis-euskirchen.de/suche/-/vr-bis-detail/dienstleistung/12794/show>
-

## Kreis Euskirchen, Erziehungs- und Familienberatungsstelle

Erziehungs- und Familienberatungsstelle

### Für wen:

- ▶ Familien
- ▶ Eltern
- ▶ Junge Erwachsene
- ▶ Jugendliche Kinder

### Angebote:

- ▶ Alltägliche und schulische Anforderungen, außergewöhnliche Lebensumstände und die Besonderheiten der Familie können zur Belastung werden. Wir können Sie dabei unterstützen, einen Ausweg zu finden. Sie erhalten Unterstützung darin, einen Ausweg zu finden. Je nach Situation werden Einzelberatung, Familienberatung und thematische Gruppen angeboten. Das Beratungsangebot ist vertraulich, freiwillig und kostenfrei.

### Kontakt:

- ▶ <https://www.kreis-euskirchen.de/themen/familie-bildung-integration/jugend-familie/themen-projekte/erziehungsberatung/>
- 

## Kreis Euskirchen, Familienbüro

Das Familienbüro "Mit Kindern im Kreis Euskirchen" ist ein Informations- und Beratungsangebot der Abteilung Jugend und Familie für Eltern und werdende Eltern im Kreis Euskirchen.

### Für wen:

- ▶ Eltern
- ▶ werdende Eltern

### Angebote:

- ▶ Im Familienbüro können sich Eltern telefonisch oder persönlich direkt über diverse Angebote rund ums Kind und das Thema Elternschaft informieren. Hier können die vielfältigen Angebote im Kreis Euskirchen passgenau vermittelt werden und auf die konkrete Lebenssituation bezogene Informationen zu Betreuung, Entwicklung, Unterstützungs-, Beratungs- und Kursangeboten in Wohnortnähe gegeben werden.

### Kontakt:

- ▶ <https://www.kreis-euskirchen.de/themen/familie-bildung-integration/jugend-familie/themen-projekte/familienbuero-informationen-fuer-eltern-werdende-eltern-und-fachkraefte/>
-



## Kreis Euskirchen, Schwerbehindertenrecht

Im Team Schwerbehindertenrecht erfolgt die Feststellung einer Behinderung sowie der Grad der Behinderung (GdB) nach dem Neunten Sozialgesetzbuches. Das Feststellungsverfahren nach dem Schwerbehindertenrecht umfasst die Anträge auf Feststellung des Grades der Behinderung, sowie dessen Änderung.

### Für wen:

- ▶ Schwerbehinderte im Sinne des Neunten Sozialgesetzbuches (SGB IX)

### Angebote:

- ▶ Erstanträge
- ▶ Änderungsanträge
- ▶ Die Verlängerung der Schwerbehindertenausweise kann bei den Städten und Gemeinden des Kreises Euskirchen erfolgen.

### Kontakt:

- ▶ <https://www.kreis-euskirchen.de/>
- 

## Kreis Euskirchen, Z.I.P (Zentrales Informationsbüro Pflege und Pflegestützpunkt)

Beratung und Hilfe zu Fragen rund um das Thema Pflege erhalten Sie im Zentralen Informationsbüro Pflege (Z.I.P.) des Kreises Euskirchen.

### Für wen:

- ▶ Angehörige
- ▶ Betroffene
- ▶ Interessierte

### Angebote:

- ▶ Ratsuchende werden hier kostenlos und neutral über häusliche Pflege, Essen auf Rädern, Tages- und Kurzzeitpflege, freie Heimplätze, Unterstützungsmöglichkeiten bei Demenz, finanzielle Hilfen und vieles mehr beraten und informiert.

In telefonischen oder persönlichen Beratungen wird gemeinsam mit den Betroffenen und Angehörigen der individuelle Hilfebedarf geklärt und Lösungen aufgezeigt.

### Kontakt:

- ▶ Abteilung Soziales, Zentrales Informationsbüro Pflege (Z.I.P.) und Pflegestützpunkt  
Tel. 02251-15521 und 02251-15927  
[pflgestuetzpunkt@kreis-euskirchen.de](mailto:pflgestuetzpunkt@kreis-euskirchen.de)
  - ▶ <https://www.kreis-euskirchen.de/themen/soziales-gesundheit/soziales/meldungen/zentrales-informationsbuero-pflege-zip/>
-

# VHS Kreis Euskirchen



Baumstraße 2

53879 Euskirchen

Tel. 02251-15 780

vhs@kreis-euskirchen.de

www.vhs-kreis-euskirchen.de

Die Volkshochschule ist das kommunale Weiterbildungszentrum.

Die VHS führt auf Grundlage des WbG NRW Weiterbildungen in den Bildungsbereichen:

- ▶ Unterwegs
- ▶ Politik, Gesellschaft, Umwelt
- ▶ Beruf, Kommunikation, EDV
- ▶ Kreativität, Kultur
- ▶ Deutsch
- ▶ Fremdsprachen
- ▶ Junge VHS
- ▶ Gesundheit

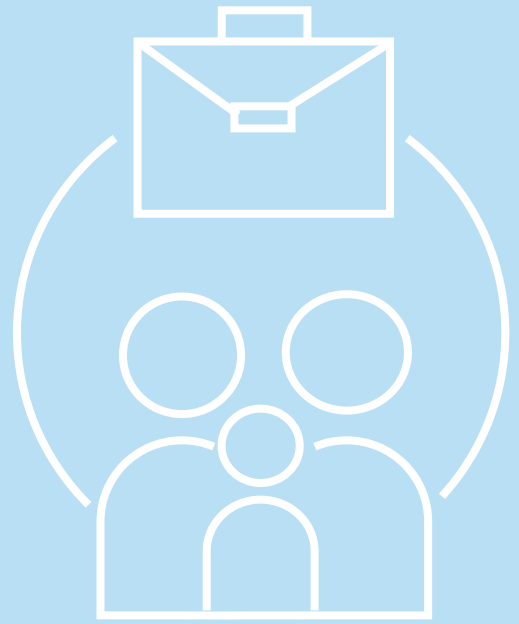
durch.

## Für wen:

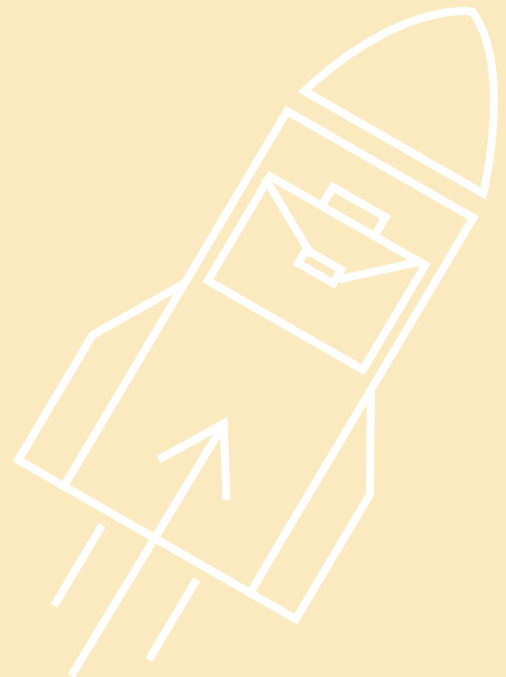
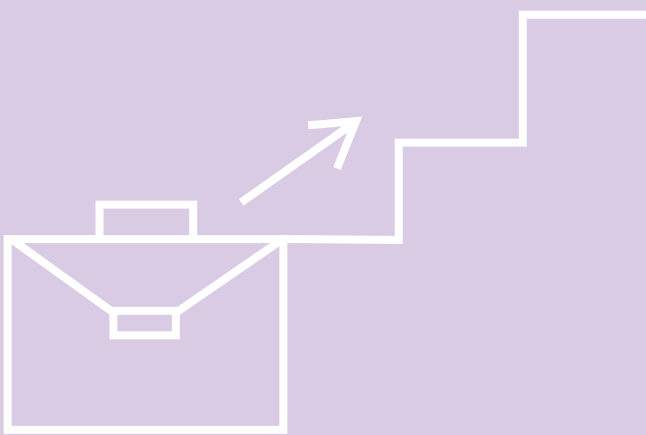
- ▶ Wiedereinsteiger\*innen in den Beruf
- ▶ an alle Interessierten, die sich weiterbilden wollen

## Angebote:

- ▶ Bildungsurlaube in den Bereichen Kommunikation, EDV, Fremdsprachen, Gesundheit
  - ▶ EDV-Kurse für den Büroalltag
  - ▶ Social-Media-Angebote für Existenzgründer\*innen
-



# Linkliste



# Berufswahl und Lebensplanung

---



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

Agentur für Arbeit

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

Industrie- und Handelskammer  
Aachen

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

Handwerkskammer Aachen

## Migration

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

Bundesamt für  
Migration und Flüchtlinge

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

Anerkennung von Abschlüssen

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

App für Flüchtlinge  
und ehrenamtliche Helfer

# Vereinbarkeit von Familie und Beruf



[www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de](http://www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de)

Bündnisse für Familien

[www.familien-wegweiser.de](http://www.familien-wegweiser.de)

Wegweiser für Familien

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

Thema Familie und Beruf

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

Familie und Kinder

[www.kreis-euskirchen.de](http://www.kreis-euskirchen.de)  
Bürgerservice | Soziales | Pflegestützpunkt

Z.I.P. / Pflegestützpunkt  
Kreis Euskirchen

[www.regionaachen.de/arbeit/  
kompetenzzentrum-frau-und-beruf](http://www.regionaachen.de/arbeit/kompetenzzentrum-frau-und-beruf)

Kompetenzzentrum  
Frau und Beruf RegionAachen

## Elterngeld und Elternzeit

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

Fragen zum Elterngeld

[www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/  
elterngeld-und-elternzeit--185102](http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/elterngeld-und-elternzeit--185102)

Bundesministerium für Familie,  
Senioren, Frauen und Jugend

## Kinderbetreuungsmöglichkeiten

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

KiTa-Suche nach PLZ

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

Kindertagesstätten-Finder

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

Kinderschutzbund Euskirchen

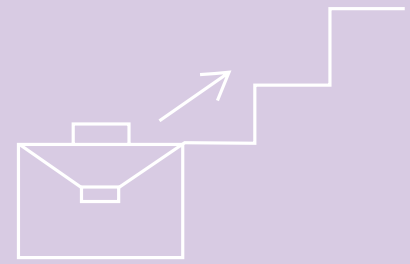
[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

Die Nummer gegen Kummer

[www.kreis-euskirchen.de](http://www.kreis-euskirchen.de)  
Service | Jugend und Familie

Jugend und Familie

# Beruflicher (Wieder-)Einstieg



[www.perspektiven-schaffen.de](http://www.perspektiven-schaffen.de)

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

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

<https://www.arbeitsagentur.de/karriere-und-weiterbildung/beruflich-wieder-einsteigen>

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/bruehl/vereinbarkeit-von-familie-und-beruf>

## Kompetenzbilanzierung

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

## Ausbildung / Teilzeitausbildung

[https://www.xn--bafg-7qa.de/bafog/de/home/home\\_node.html](https://www.xn--bafg-7qa.de/bafog/de/home/home_node.html)

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

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

<https://www.ausbildung-in-teilzeit.nrw/>

## Bewerbung

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
<https://www.arbeitsagentur.de/lexikon/teilzeit-berufsausbildung>

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

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

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

Infos zum Wiedereinstieg

Starke Väter

Berechnung des  
voraussichtlichen Bruttolohns

Agentur für Arbeit

Weiterbildungsberatung NRW

Bafög

Industrie- und Handelskammer  
Aachen

Handwerkskammer Aachen

Teilzeitberufsausbildung NRW GIB

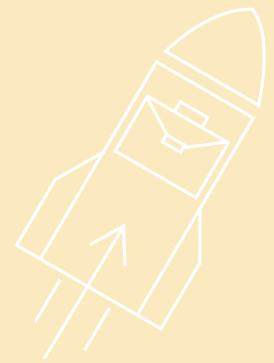
Agentur für Arbeit

Bewerbungsvorlagen

Bewerbungstipps

Formatvorlagen für Bewerbungen

# Existenzgründung



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

Struktur- und Wirtschaftsförderung  
Kreis Euskirchen

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

Startercenter NRW

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

Berechnung des  
voraussichtlichen Bruttolohns

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
Arbeitslos und Arbeit finden |  
Existenzgründung

Agentur für Arbeit

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

Förderprogramme

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

Industrie- und Handelskammer  
Aachen

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

Handwerkskammer Aachen

# Impressum

## Herausgeber:

Kreis Euskirchen, der Landrat  
Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen, Tel. 02251-15 0

## Redaktion:

Astrid Günther, Gleichstellungsbeauftragte, Kreis Euskirchen  
Birgitt van Megeren, Kompetenzzentrum Frau und Beruf / RegionAachen Zweckverband (RAZV)  
Christine Johanny, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Jobcenter EU-aktiv  
Laura Meyer, Struktur- und Wirtschaftsförderung, Kreis Euskirchen  
Sandra Schmitz, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Agentur für Arbeit Brühl

## Ansprechpartner Datenschutz in Vertretung für das Organisationsteam:

Kreis Euskirchen  
Thomas Weid (Datenschutzbeauftragter)  
Tel. 02251-152223  
Thomas.Weid@kreis-euskirchen.de

## Gestaltung:

Judith Maur Design

Stand: Dezember 2024 (überarbeitete Ausgabe)

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

Alle Inhalte und Angaben dieser Ausgabe sind ohne Gewähr, abgestimmt mit den jeweiligen Projektpartner\*innen. Mit Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen.

Beteiligte Projektpartner\*innen:



gefördert durch:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen

