

# Familie und Beruf

Ratgeber zur Vereinbarkeit  
von Familie, Pflege und Beruf

# 18



## Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

die Familie ist eine wichtige Säule in unserem Leben. Was aber heißt Familie im Hier und Jetzt?

Familie ist heute vielfältiger und herausfordernder als noch vor zwanzig oder dreißig Jahren. Menschen unterschiedlichen oder gleichen Geschlechts leben verheiratet oder unverheiratet mit leiblichen und nicht leiblichen Kindern oder ohne Kinder zusammen. Sie müssen sich neuen Herausforderungen in Gemeinschaft und Beruf stellen.

Beruf und Erwerbstätigkeit sind weitere wichtige Säulen jedes einzelnen Menschen. Sie sind notwendig, um ein möglichst selbstbestimmtes und finanziell eigenständiges Leben führen zu können.

Beide Säulen sind permanenten Veränderungen unterworfen und haben Auswirkungen auf die individuelle Lebensplanung. Teilweise sind Unterbrechungen der Berufstätigkeit durch die Erziehung von Kindern, Pflege und Betreuung von Personen oder sonstige berufliche Auszeiten notwendig.

Ihre Agentur für Arbeit gibt Ihnen Auskunft und Rat zu Berufen, beruflicher (Weiter-)Bildung, Ausbildungs- und Arbeitsstellensuche, finanziellen Förderungsmöglichkeiten und zum Arbeitsmarkt. Die Beratung ist auf Ihre individuelle Lebenssituation zugeschnitten.

Dieses Merkblatt gibt Ihnen erste Antworten auf Ihre Fragen, die Ihre berufliche Zukunft und die Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf betreffen. Nutzen Sie Ihre Möglichkeiten für einen erfolgreichen (Wieder-)Einstieg in den Arbeitsmarkt.

Gestalten Sie Ihre Zukunft – wir unterstützen Sie dabei!

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Erläuterung zur Zeichenverwendung	5
<b>1 Beratung und Unterstützung</b>	<b>6</b>
1.1 Beruflich durchstarten mit einer Beratung durch die Agentur für Arbeit	6
1.2 Informationsveranstaltungen	7
1.3 Berufsinformationszentren	7
1.4 Medien- und Informationsangebote	8
1.5 Berufsberatung im Erwerbsleben	8
<b>2 Die Arbeitswelt</b>	<b>9</b>
2.1 Betreuung von Kindern und pflegebedürftigen Personen	9
2.2 Minijobs, Zeitarbeit	11
2.3 Beschäftigung (wieder-)aufnehmen	12
2.3.1 Arbeit beim bisherigen Betrieb wieder aufnehmen	12
2.3.2 Einen neuen Arbeitsplatz finden	12
2.3.3 Ihre Bewerbung – so bewerben Sie sich erfolgreich	13
2.4 Arbeiten mit Behinderungen oder gesundheitlichen Einschränkungen	14
2.5 Beruflich einsteigen mit einer Berufsausbildung oder Umschulung – in Vollzeit oder Teilzeit	14
2.6 Studieren mit Kind oder einer pflegebedürftigen Person	16
2.7 Beruflich auf dem Laufenden bleiben mit einer Weiterbildung	17
2.8 Existenzgründung	19
<b>3 Finanzen</b>	<b>20</b>
3.1 Informationen zum Arbeitslosengeld	20
3.2 Lohn und Gehalt	23
<b>4 Aufgaben von Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)</b>	<b>24</b>

<b>5</b>	<b>Haftungsausschluss</b>	<b>26</b>
<b>6</b>	<b>Die Bundesagentur für Arbeit als Arbeitgeberin</b>	<b>27</b>
<b>7</b>	<b>Datenschutz</b>	<b>28</b>

## Erläuterung zur Zeichen- verwendung



### **BITTE BEACHTEN SIE**

---

Hierauf müssen Sie besonders achten, insbesondere um für Sie negative Folgen vermeiden zu können.



### **ZUSAMMENFASSUNG**

---

Hier werden die wichtigsten Informationen kurz für Sie gesammelt.

---



### **HINWEIS**

---

Hier erhalten Sie zusätzliche nützliche Informationen.

---



### **TIPP**

---

Hier erhalten Sie kleine Ratschläge, die vielleicht nützlich für Sie sind.

---



### **HYPERLINK**

---

Wörter sind mit Hyperlinks versehen. Hier wird erläutert, wo Sie die Informationen im Internet finden.

---

# 1 Beratung und Unterstützung

## 1.1 Beruflich durchstarten mit einer Beratung durch die Agentur für Arbeit

Sie planen einen beruflichen Neuanfang, möchten sich orientieren oder wollen in Ihrem bisherigen Beruf wieder durchstarten? Bei Ihren weiteren Planungen und Entscheidungen empfehlen wir zur ersten Orientierung » [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) zu sichten und bei Bedarf sich durch die Beratungsfachkräfte Ihrer Agentur für Arbeit unterstützen zu lassen. In einer Beratung erhalten Sie Informationen

- zu Ihrem (Wieder-) Einstieg in den Beruf,
- zu Ihrer Berufswahl,
- zu Ihrer Berufswegplanung,
- zu Ihrer beruflichen Qualifizierung,
- zu Ihrem Weg in die Selbstständigkeit,
- zum Ausbildungs- und Arbeitsmarkt im In- und Ausland,
- zu besonderen Unterstützungsmöglichkeiten für Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen oder mit (drohender) Behinderung.

Die Beratung kann per Video, telefonisch oder persönlich stattfinden.

Einen **Termin** erhalten Sie schnell online

- [www.arbeitsagentur.de/kontakt](http://www.arbeitsagentur.de/kontakt)
- die gebührenfreie Servicrufnummer 0800 4 5555 00 oder
- persönlich am Empfang Ihrer Agentur für Arbeit vor Ort.

## 1.2 Informationsveranstaltungen

Informationsveranstaltungen werden virtuell und vor Ort in Ihrer Agentur für Arbeit angeboten.

Die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) und die Beraterinnen und Berater der Berufsberatung im Erwerbsleben führen Veranstaltungen zu Themen rund um den Wiedereinstieg ins Berufsleben durch und informieren dabei zu den örtlichen Rahmenbedingungen.



### HINWEIS

---

Eine Übersicht zu den Veranstaltungen in Ihrer Nähe finden Sie in unserer [Veranstaltungsdatenbank](#).

---

## 1.3 Berufsinformationszentren

In den Berufsinformationszentren können Sie sich ohne vorherige Anmeldung und Termin kostenfrei selbst informieren. Hier gibt es Internetarbeitsplätze, Onlinemedien, Informationsmappen zu Berufsfeldern, Magazine, Broschüren und vieles mehr.

Sie können im BiZ außerdem **Bewerbungsunterlagen erstellen und kostenfrei ausdrucken**. [Das BiZ-Team in Ihrer Agentur für Arbeit](#) beantwortet Ihre Fragen und unterstützt Sie.

### 1.4 Medien- und Informationsangebote

Die Bundesagentur für Arbeit bietet Ihnen viele Medien- und Informationsangeboten an. Folgende Angebote möchten wir Ihnen kurz vorstellen:

#### [Beruflich wieder einsteigen](#)

#### [BERUFENET](#)

Hier finden Sie Informationen zu vielen Berufen.

#### [mein NOW](#)

Das nationale Onlineportal für berufliche Weiterbildung bietet Perspektiven, Online-Tests, Weiterbildungen, Förderung und Beratung.

Apps der Bundesagentur für Arbeit finden Sie direkt über den [App Store](#) bzw. den [Google Play Store](#). Stichwort „Agentur für Arbeit“. Ein Download ist gebührenfrei möglich.

### 1.5 Berufsberatung im Erwerbsleben

Speziell für Beschäftigte und Wiedereinsteigende bieten die Agenturen für Arbeit individuelle Beratungen an. Hier können tiefergehende Fragen aus den [Informationsangeboten](#) aufgenommen und besprochen werden. Zudem erhalten Sie eine beratende Begleitung bei der Gestaltung Ihrer persönlichen Erwerbsbiografie. Vereinbaren Sie gerne einen [Beratungstermin](#).

## 2 Die Arbeitswelt

### 2.1 Betreuung von Kindern und pflegebedürftigen Personen

Berufstätigkeit kann Fragen zur Vereinbarkeit von Familie/Pflege und Beruf aufwerfen.

Wie gut die Vereinbarkeit gelingt, hängt in hohem Maße von den Betreuungs- und Pflegeangeboten in Ihrer Region ab.

Kommunale Beratungsstellen (zum Beispiel Jugendämter, Pflegestützpunkte) bieten Unterstützung an. Darüber hinaus gibt es regional noch weitere Angebote. Informieren Sie sich und nutzen Sie diese.

Mit dem Rechtsanspruch auf die [Betreuung von Kindern](#) ab dem vollendeten ersten Lebensjahr hat sich die Betreuungssituation verbessert. Auch das [Angebot für pflegebedürftige Personen](#) entwickelt sich kontinuierlich weiter.

Bei der Wahl der Kinderbetreuungseinrichtung sollten Sie neben den **Öffnungs-** und **Schließzeiten** auch die **Erreichbarkeit mit vorhandenen Verkehrsmitteln** berücksichtigen.

Abhängig vom jeweiligen Bedarf und den finanziellen Möglichkeiten, bieten sich für die Versorgung von betreuungs-/pflegebedürftigen Menschen insbesondere **Tagespflegeeinrichtungen, Senioren- und Pflegeheime** oder die Unterstützung durch einen ambulanten Pflegedienst oder eine **Alltagsbegleitung** an. Die Höhe der Leistungen aus der Pflegeversicherung ist abhängig vom jeweiligen Pflegegrad.



---

Weitere Details zu den Voraussetzungen und Bedingungen erfahren Sie bei Ihrer Krankenkasse bzw. Pflegekasse.

---

Hier finden Sie Informationen und Anlaufstellen:

- Informationen von A-Z zu finanziellen Leistungen und Angeboten rund um Familie und Alter bietet Ihnen das [Familienportal](#).
- Das Portal „[Frühe Chancen](#)“ bietet vielfältige Informationen zum Thema Kinderbetreuung.
- Der [Bundesverband für Kindertagespflege](#) informiert über Betreuung von Kindern durch Tagesmütter und -väter.
- Rat und Hilfestellungen zum Thema Pflege finden Sie beim [Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend](#).
- Eine [Datenbank mit Beratungsstellen](#) zum Thema Pflege bietet die Stiftung Zentrum für Qualität in der Pflege an.

## 2.2 Minijobs, Zeitarbeit

**Minijobs** sind geringfügig entlohnte Beschäftigungen, bei denen das Arbeitsentgelt regelmäßig im Monat die Geringfügigkeitsgrenze nicht überschreitet. Diese Grenze ist flexibel und ändert sich jährlich.

Minijobs können für den Wiedereinstieg in den Beruf kurzfristig geeignet sein, bieten aber auf lange Sicht keine soziale Absicherung.

Die [Minijob-Zentrale](#) bietet Ihnen als zentrale Einzugs- und Meldestelle für alle geringfügigen Beschäftigungen in Deutschland alle wichtigen Informationen zum Thema Minijobs.

Sprechen Sie Ihren Betrieb auf eine Umwandlung Ihres Minijobs in ein sozialversicherungspflichtiges Beschäftigungsverhältnis aktiv an, um langfristig eigenständig finanziell abgesichert zu sein. Alternativ suchen Sie parallel weiter nach einer sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung.

Eine weitere Möglichkeit kann die **Zeitarbeit** sein. Das ist eine Beschäftigungsform, bei der Sie als Arbeitskraft von einem Zeitarbeitsunternehmen an einen Entleihbetrieb vermittelt werden. Beschäftigte in Zeitarbeit stehen in der Regel in einem sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnis mit denselben arbeitsrechtlichen Ansprüchen wie andere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer.



### HINWEIS

---

Der gesetzliche Mindestlohn gilt für alle Beschäftigungsformen, auch für Minijobs, Midijobs und Zeitarbeit. Die Beträge werden regelmäßig angepasst. Die aktuelle Höhe des Mindestlohns finden Sie beim [Bundesministerium für Arbeit und Soziales](#).

---

### 2.3 Beschäftigung (wieder-)aufnehmen

#### 2.3.1 Arbeit beim bisherigen Betrieb wieder aufnehmen

Sie wollen zu Ihrem bisherigen Betrieb zurückkehren? Nehmen Sie so früh wie möglich Kontakt auf. Viele Betriebe bieten vielfältige Möglichkeiten zur Vereinbarkeit von Beruf, Pflege und Familie an. Besprechen Sie mit Ihrem Betrieb, welche Angebote für Sie und Ihre Familie in Frage kommen.

Die Bundesagentur für Arbeit unterstützt Sie mit [Informationen und Beratung](#) bei der Rückkehr in Ihren bisherigen Betrieb.

#### 2.3.2 Einen neuen Arbeitsplatz finden

Sie möchten nach Ihrer Familien- oder Pflegephase in einen neuen Betrieb einsteigen oder in einem ganz neuen Beruf tätig werden?

Eine **frühzeitige Beratung** bei der Agentur für Arbeit unterstützt Sie dabei, eine passende Tätigkeit zu finden. Lassen Sie sich präventiv vor, während & nach neuen Familien- und Lebensphasen beraten.

#### **HYPERLINK**

---

Nutzen Sie die Möglichkeiten der Agentur für Arbeit zur [Stellensuche mit der Jobsuche](#):

Nutzen Sie die [Informationen](#) und Möglichkeiten der Agentur für Arbeit zur Beratung.

---

Berufe und deren Anforderungen sind im stetigen Wandel. Wie sich Ihr Beruf verändern könnte, finden Sie unter [Job-Futuromat](#).

Mit der [BA-mobil-App](#) können Sie die Jobsuche bequem mit dem Smartphone durchführen. Der Download der App ist direkt über den [App Store](#) bzw. den [Google Play Store](#) gebührenfrei möglich.



### **BITTE BEACHTEN SIE**

Wenn Sie Interesse an einer Beschäftigung im Ausland haben, können Sie sich an Ihre Beratungsfachkraft wenden. Weitere Informationen erteilt die **Zentrale Auslands- und Fachvermittlung (ZAV)**. Telefonisch erreichen Sie die ZAV von Montag bis Freitag, jeweils von 8:00 Uhr bis 18:00 Uhr unter +49 228 713-1313 oder per E-Mail » [ZAV.Outgoing@arbeitsagentur.de](mailto:ZAV.Outgoing@arbeitsagentur.de). Weitere Informationen zu diesem Thema finden Sie auch im Internet unter [Arbeiten im Ausland](#) und [Wege ins Ausland](#)

### **2.3.3 Ihre Bewerbung – so bewerben Sie sich erfolgreich**

Sie möchten zurück in die Arbeitswelt, haben recherchiert und interessante Stellenangebote gefunden?

Trauen Sie sich und bewerben Sie sich!

Jetzt kommt es auf Ihre überzeugende Bewerbung an.

Unterstützungsangebote zum Thema „Wie bewerbe ich mich richtig?“ finden Sie auf unserer [Website](#).

### **2.4 Arbeiten mit Behinderungen oder gesundheitlichen Einschränkungen**

Leben Sie mit Behinderungen oder gesundheitlichen Einschränkungen? Könnten sich diese auf Ihre angestrebte Tätigkeit auswirken? Scheuen Sie sich nicht, Ihre Beratungsfachkraft darüber zu informieren – egal, ob es sich um eine körperliche, kognitive, psychische oder Sinnesbeeinträchtigung handelt. Es gibt viele Unterstützungsmöglichkeiten zur Teilhabe am Arbeitsleben. Ihre Beratungsfachkraft bespricht diese individuell mit Ihnen.

Mehr Informationen dazu erhalten Sie im [Merkblatt 12](#) und auf unserer [Internetseite](#).

### **2.5 Beruflich einsteigen mit einer Berufsausbildung oder Umschulung – in Vollzeit oder Teilzeit**

Ein anerkannter Berufsabschluss ist wichtig für einen erfolgreichen Berufseinstieg und die berufliche Weiterentwicklung.

#### **Berufsausbildung oder Umschulung in Teilzeit? Was ist das und wo liegen die Unterschiede?**

Gründe für eine Ausbildung oder Umschulung in Teilzeit können sein: Vereinbarkeit von Familie und Beruf bzw. Pflege und Beruf, gesundheitliche Einschränkungen, Leistungssport oder ein zusätzlicher Nebenjob.

Bei einer Berufsausbildung oder Umschulung in Teilzeit wird die tägliche oder wöchentliche Ausbildungszeit im Ausbildungsbetrieb reduziert.

Grundsätzlich darf jeder und jede Auszubildende den betrieblichen Teil der dualen Ausbildung in Teilzeit absolvieren. Lediglich der ausbildende Betrieb muss einverstanden sein. Weitere Informationen finden Sie auf unserer [Website](#).

Eine **Umschulung** ist in einem Betrieb oder bei einem Bildungsträger möglich. Sie kann in Voll- oder Teilzeit absolviert werden. Soll die Umschulung in Teilzeit durchgeführt werden, kann sich die Dauer der Umschulung entsprechend verlängern.

Die Agenturen für Arbeit informieren darüber, ob eine Umschulung in Frage kommt und welche finanziellen Unterstützungsleistungen möglich sind.

### Informationsmaterialien

- [„Werde Zukunftsstarter“](#) informiert Sie über Ihren Weg zu einem anerkannten Berufsabschluss.
- Das [nationale Onlineportal](#) für berufliche Weiterbildung bietet Perspektiven, Online-Tests, Weiterbildungen, Förderung und Beratung.
- [Teilqualifikationen](#) sind Bildungsangebote, die in systematischen, aufeinanderfolgenden Schritten auf einen Berufsabschluss vorbereiten.

- Es gibt vielfältige Gründe, den Beruf zu wechseln – etwa Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt oder gesundheitliche Ursachen. Durch eine Umschulung oder Weiterbildung können Sie sich [beruflich neu orientieren](#).
- [Möglichkeit auf Förderungen](#).
- [Qualifizierungsoffensive](#)
- Überlegungen für [Alternativen zum Wunschberuf](#).
- [Merkblatt 11](#) – Angebote der Berufsberatung für Jugendliche und junge Erwachsene der Bundesagentur für Arbeit.

Die [Broschüre](#) des Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend informiert umfassend über Möglichkeiten zur Ausbildung in Teilzeit.

### **2.6 Studieren mit Kind oder einer pflegebedürftigen Person**

Sie haben sich für ein Studium entschieden. Viele Hochschulen bieten Unterstützung bei der Kinderbetreuung und bei Pflegeaufgaben an. Zudem können Betreuungszeiten auf Regelstudienzeiten angerechnet werden. Informieren Sie sich hierüber bei der von Ihnen ausgewählten Hochschule. Sprechen Sie die Studienberatung der Hochschule an.

Die Beratungsfachkräfte Ihrer Agentur für Arbeit begleiten Sie bei der Umsetzung Ihres Vorhabens.

Informieren Sie sich über finanziellen Förderungsmöglichkeiten bei [BAföG](#)

- [Studiengänge in Teilzeit](#)
- [Studiumform Teilzeit](#)
- [Berufsorientierung fürs Studium](#)

### **Studieren im Ausland**

Studierende absolvieren oft ein Auslandssemester. Mit der Förderung durch [Erasmus+](#) erhalten Sie finanzielle Unterstützung, sodass Sie und Ihr(e) Kind(er) diese Lebenserfahrungen teilen können.

### **2.7 Beruflich auf dem Laufenden bleiben mit einer Weiterbildung**

Sie befinden sich in einer beruflichen Auszeit und planen den Wiedereinstieg ins Berufsleben? Sie fragen sich, ob Ihre Fähigkeiten und Kenntnisse noch auf dem neuesten Stand sind?

Entwickeln Sie so früh wie möglich einen individuellen Fahrplan mit Ihrer Beratungsfachkraft der Berufsberatung im Erwerbsleben der Agentur für Arbeit. Mit ihr können Sie auch über Weiterbildungsmöglichkeiten sprechen.

### TIPP

---

Planen Sie Ihren beruflichen Wiedereinstieg [Schritt für Schritt](#). Das [nationale Onlineportal](#) für berufliche Weiterbildung bietet Perspektiven, Online-Tests, Weiterbildungen, Förderung und Beratung.

---

Eine zusätzliche Hilfe zur Unterstützung des beruflichen Wiedereinstiegs bietet das Programm [Perspektiven schaffen](#) des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

### HINWEIS

---

Hilfe bei Problemen mit dem Lesen und Schreiben – auch anonym – bietet das [Alfa-Telefon des Bundesverbandes für Alphabetisierung und Grundbildung](#) an. Das Alfa-Telefon ist gebührenfrei unter der Telefonnummer 0800 53 33 44 55 erreichbar.

---

Für Menschen aus dem Ausland ist der [Spracherwerb](#) ein entscheidender Erfolgsfaktor auf dem Ausbildungs- und Arbeitsmarkt.

### **Weiterbildung und Aufstieg**

Für viele Weiterbildungen können Sie [finanzielle Hilfen](#) erhalten. Sprechen Sie mit Ihrer Beratungsfachkraft bei der Agentur für Arbeit um detaillierte [Informationen](#) zu erhalten.

## 2.8 Existenzgründung

Auch eine [Existenzgründung eröffnet Ihnen eine berufliche Perspektive](#). Die Beratungsfachkräfte Ihrer Agentur für Arbeit beraten Sie zu den Fördermöglichkeiten für den Schritt in die Selbstständigkeit.

Eine Existenzgründung kann vielfältige Formen haben, zum Beispiel Franchising, Unternehmensnachfolge, Unternehmensneugründung, freiberufliche Tätigkeit oder eine Kombination aus Selbstständigkeit und sozialversicherungspflichtigem Beschäftigungsverhältnis.

Unter bestimmten Voraussetzungen können Sie von der Agentur für Arbeit einen [Gründungszuschuss](#) erhalten und Beiträge in die Arbeitslosenversicherung einzahlen (Versicherungspflichtverhältnis auf Antrag). Bitte informieren Sie sich hierzu vor Beginn Ihrer Selbstständigkeit, um keine Fristen zu verpassen.

## 3 Finanzen

### 3.1 Informationen zum Arbeitslosengeld

Wenn Sie einen beruflichen Wiedereinstieg planen und einen Arbeitsplatz mit einem zeitlichen Umfang von mindestens 15 Stunden wöchentlich suchen, kann auch nach einer Erziehungs- oder Pflegezeit ein Anspruch auf Arbeitslosengeld bestehen.

Arbeitslosengeld können Sie unter anderem erhalten, wenn Sie

- sich bei Ihrer Agentur für Arbeit online oder persönlich arbeitslos gemeldet haben,
- während der Arbeitsuche alle Möglichkeiten zur beruflichen Eingliederung nutzen,
- den Vermittlungsbemühungen der Agentur für Arbeit zur Verfügung stehen und
- die Anwartschaftszeit erfüllt haben.

Das Arbeitslosengeld beträgt 60 Prozent des pauschalierten Nettoentgelts. Ist mindestens ein Kind zu berücksichtigen, erhöht sich das Arbeitslosengeld auf 67 Prozent. Ihre Steuerklasse wirkt sich ebenfalls auf die Höhe des Arbeitslosengeldes aus.

Wenn Sie kein Arbeitsentgelt bezogen haben oder Ihr Arbeitsentgelt bzw. Ihre durchschnittliche wöchentliche Arbeitszeit wegen der Erziehung Ihres Kindes oder der Pflege eines Angehörigen gemindert war, bestehen unter bestimmten Voraussetzungen Sonderregelungen zur Berechnung des Arbeitslosengeldes.

Bitte bedenken Sie, dass sich Ihr Arbeitslosengeld verringert, wenn Sie weniger Arbeitsstunden als bisher leisten wollen oder können.

Informationen zum Bezug von Elterngeld und Arbeitslosengeld erhalten Sie im [Familienportal](#)

Sie können während des Bezuges von Arbeitslosengeld ein Nebeneinkommen erzielen. Die Nebentätigkeit darf allerdings einen zeitlichen Umfang von 15 Stunden wöchentlich nicht erreichen. Ob und in welcher Höhe das Einkommen aus der Nebentätigkeit auf das Arbeitslosengeld anzurechnen ist, wird im Einzelfall geprüft.

Weitere Informationen finden Sie im » [Merkblatt 1](#) der Bundesagentur für Arbeit.



#### HINWEIS

---

Sie erhalten kein oder nur ein geringes Arbeitslosengeld? Ihr Verdienst oder Ihr Vermögen genügen nicht, um Ihren Lebensunterhalt zu sichern? Dann können Sie Bürgergeld beantragen. Informieren Sie sich über Höhe und Dauer der finanziellen Leistung bei Ihrem Jobcenter. Weitere Hinweise finden Sie im [Merkblatt](#) der Bundesagentur für Arbeit zum Bürgergeld – Grundsicherung für Arbeitsuchende.

[Kinderzuschlag](#) können Eltern erhalten, deren Einkommen nicht oder nur knapp für die gesamte Familie reicht. Informieren Sie sich über die Voraussetzungen und wie Sie den Antrag stellen.

---

## **Besonderheiten bei der Erziehung von Kindern und der Betreuung von pflegebedürftigen Personen**

### **Sie erziehen Kinder?**

Für die Dauer einer Erziehungszeit kann die Zeit bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres eines Kindes für einen Anspruch auf Arbeitslosengeld berücksichtigt werden. Unter bestimmten Voraussetzungen besteht auch die Möglichkeit eines Versicherungspflichtverhältnisses auf Antrag über das dritte Lebensjahr hinaus. Den [Antrag und ein Hinweisblatt](#) zur Antragspflichtversicherung finden Sie online in der Kategorie **Arbeitslos und Arbeit finden** unter dem Thema **Selbständigkeit** auf.

### **Sie pflegen eine pflegebedürftige Person?**

Wenn die folgenden Voraussetzungen vorliegen, bleibt der Schutz der Arbeitslosenversicherung aufrechterhalten, und die Beiträge zur Arbeitslosenversicherung werden unter anderem von der Pflegekasse übernommen.

- Sie waren unmittelbar vor Beginn der Pfl egetätigkeit versicherungspflichtig oder hatten Anspruch auf eine laufende Entgeltersatzleistung nach dem SGB III, zum Beispiel Arbeitslosengeld.
- Die Pflege wird nicht erwerbsmäßig ausgeübt, d. h. sie stellt sich nicht als Teil Ihrer Berufstätigkeit dar und dient nicht dazu, Ihren Lebensunterhalt ganz oder teilweise zu sichern.
- Die pflegebedürftige Person hat mindestens Pflegegrad 2 im Sinne des SGB XI und bezieht Leistungen aus der Pflegeversicherung nach dem SGB XI oder Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII oder gleichartige Leistungen nach anderen Vorschriften.
- Sie pflegen diese Person für wenigstens zehn Stunden wöchentlich, verteilt auf regelmäßig mindestens zwei Tage in der Woche, in deren häuslicher Umgebung.

**Fragen zur Versicherungspflicht beantwortet Ihnen die zuständige Pflegekasse der pflegebedürftigen Person.**

### **3.2 Lohn und Gehalt**

Bei Aufnahme einer sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung sind Sie **pflege-, kranken-, renten- und arbeitslosenversichert**.

Informieren Sie sich vorab, wie sich die Löhne und Gehälter in der von Ihnen angestrebten Tätigkeit entwickelt haben.

- Für viele Beschäftigte gelten Branchentarifverträge – durchschnittlich alle zwei Jahre verändern sich die festgelegten Verdienste.
- Der gesetzliche Mindestlohn gilt für alle Beschäftigungsformen. Die aktuelle Höhe des Mindestlohns finden Sie unter [Bundesministerium für Arbeit und Soziales](#).



---

Mit dem [Entgeltatlas](#) können Sie herausfinden, welche mittleren Bruttoarbeitsentgelte Vollzeitbeschäftigte in den unterschiedlichen Berufsgruppen erzielen.

---

## 4 Aufgaben von Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)

In jeder Agentur für Arbeit unterstützen Sie Beratungsfachkräfte. Zur Förderung der Gleichstellung von Männern und Frauen am Arbeits- und Ausbildungsmarkt gibt es Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt.

Die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt sind mit folgenden Aufgaben betraut:

- Sie vertreten die Agentur für Arbeit in allen Fragen der
  - **Gleichstellung von Frauen und Männern am Arbeitsmarkt,**
  - **Frauenförderung und**
  - **Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf für Frauen und Männer.**
- Sie informieren und beraten Arbeitsmarktpartnerinnen und -partner.
- Sie informieren über die Situation von Frauen und Männern am Ausbildungs- und Arbeitsmarkt und zeigen Handlungsbedarfe zum Abbau von Benachteiligungen auf.
- Sie arbeiten mit Einrichtungen und Fachstellen zusammen, die sich mit Fragen der Chancengleichheit am Arbeitsmarkt befassen.

Die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt bieten folgende Angebote und Informationen an:

- Sie führen regelmäßig Informationsveranstaltungen und Workshops durch.
- Sie beteiligen sich an Messen und Fachvorträgen.
- Sie kooperieren mit kommunalen und sonstigen öffentlichen Institutionen.

- Sie initiieren Projekte in der Region, um Ihre Integration in den Arbeits- und Ausbildungsmarkt zu unterstützen.
- Sie beraten Arbeitnehmer- und Arbeitgeberorganisationen, damit sich die Situation von Frauen am Arbeits- und Ausbildungsmarkt verbessert.
- Sie beraten Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber zu flexiblen Arbeitszeitmodellen und zur Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf.

# 5 Haftungsausschluss

Für die Richtigkeit der Eintragungen kann – auch wegen der schnellen Entwicklung in Gesellschaft, Gesetzgebung, Wirtschaft und Technik und den großen regionalen Unterschieden – keine Haftung übernommen werden. Der Redaktionsschluss dieses Merkblattes war der 01. Juli 2025. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Agentur für Arbeit, ob in der Zwischenzeit in einzelnen Punkten Veränderungen eingetreten sind.

Die Bundesagentur für Arbeit prüft mit großer Sorgfalt alle Websites Dritter, die im Merkblatt verwendet werden (externe Links). Jedoch hat die Bundesagentur für Arbeit keinen Einfluss auf den Inhalt der Websites, insbesondere im Falle nachträglicher Änderungen. Eine Verantwortung für die Inhalte angegebener fremder Websites kann nicht übernommen werden. Die Websites unterliegen der Haftung der jeweiligen Betreiberin bzw. des jeweiligen Betreibers. Die Bundesagentur für Arbeit macht sich die Inhalte der Links nicht zu eigen.

## 6 Die Bundesagentur für Arbeit als Arbeitgeberin

Sie haben Interesse an einer Berufsausbildung, einem dualen Studium oder einer beruflichen Tätigkeit bei der Bundesagentur für Arbeit? Wir bieten bundesweit vielfältige Einstiegsmöglichkeiten, ein dynamisches Arbeitsumfeld und gute Konditionen.

- Erfahren Sie mehr in unserem Karriereportal und finden Sie interessante, aktuelle Stellenausschreibungen unter » [www.arbeitsagentur.de/karriere](http://www.arbeitsagentur.de/karriere).
- Bei Fragen stehen Ihnen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Bundesagentur für Arbeit gerne zur Verfügung. Kontaktieren Sie uns per E-Mail: [Zentrale.Karriere@arbeitsagentur.de](mailto:Zentrale.Karriere@arbeitsagentur.de)

Ob Kinderbetreuung, Pflege von Angehörigen oder Programme für den Wiedereinstieg – unsere Angebote unterstützen Sie, Beruf und Lebenssituation aufeinander abzustimmen.

Neben Informationen und Beratung bietet Ihnen unser Familienservice in bestimmten Fällen die Vermittlung einer Kinderbetreuung oder einen Notfallservice bei der Pflege von Angehörigen.

Wir ermöglichen Ihnen die Teilnahme an internen Weiterbildungen, Dienstreisen und dienstlichen Veranstaltungen im Einklang mit Ihren Familienaufgaben – dies gilt natürlich auch für Führungskräfte.

## 7 Datenschutz

Die Datenschutzerklärung der Bundesagentur für Arbeit informiert über Art, Umfang und Zweck der Verarbeitung personenbezogener Daten. Verantwortliche Anbieterin ist die Bundesagentur für Arbeit, vertreten durch den Vorstand, Regensburger Straße 104, 90478 Nürnberg.

Anfragen zum Datenschutz richten Sie bitte an die Postanschrift:

Bundesagentur für Arbeit  
Stabsstelle Datenschutz  
Regensburger Straße 104  
90478 Nürnberg

oder an folgende E-Mail-Adresse:

**Zentrale.Datenschutz@arbeitsagentur.de**

Weitere Informationen finden Sie unter

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

## **Herausgeberin**

Bundesagentur für Arbeit  
Zentrale  
Stab BCA  
Regensburger Straße 104  
90478 Nürnberg

November 2025

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

## **Herstellung**

Variograph GmbH, Elsterwerda