



<b>Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)</b> .....	2
<b>Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ)</b> .....	2
<b>Bundesfreiwilligendienst (BFD)</b> .....	2
<b>Freiwilliger Wehrdienst (Bundeswehr)</b> .....	2
<b>Einstiegsqualifizierung (EQ)</b> .....	2
<b>1-jährige Berufsfachschule</b> .....	3
<b>AV dual (Ausbildungsvorbereitung dual)</b> .....	3
<b>VAB (Vorqualifizierung Arbeit/Beruf)</b> .....	3
<b>Starterprogramme von Unternehmen</b> .....	3
<b>Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme (BvB)</b> .....	3



## Überbrückungsalternativen im Einzelnen

### Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)

Mitarbeit in einer gemeinnützigen Einrichtung (Soziales/Kultur/Sport/Umweltschutz). Hilfsdienst in sozialen Einrichtungen, z.B. in Kindergärten, Schulen, Altenheimen, Behindertenheimen, Krankenhäusern. Dauer 6-18 Monate, mit Bezahlung, Vertrag mit einem vom Land anerkannten Träger.

→ Adresse von FSJ-Anbietern: <https://pro-fsj.de/>

### Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ)

"FÖJler und FÖJlerinnen" engagieren sich für den Schutz von Umwelt, Natur und Tieren. Sie unterstützen ökologische Bauernhöfe, wirken in Umweltverbänden politisch und praktisch mit, bringen Kindern und Jugendlichen die Liebe zur Natur nahe, helfen bei der Landschaftspflege und im Gartenbau oder pflegen Tiere im Tierheim und Zoo-

→ Adresse von FÖJ-Anbietern: <https://ich-will-foej.de/impressum>

### Bundesfreiwilligendienst (BFD)

Der Bundesfreiwilligendienst ist ein Angebot an Frauen und Männer jeden Alters, sich außerhalb von Beruf und Schule für das Allgemeinwohl zu engagieren – im sozialen, ökologischen und kulturellen Bereich oder im Bereich des Sports, der Integration sowie im Zivil- und Katastrophenschutz (mit Bezahlung; Vertrag mit dem Bund).

→ [www.bundesfreiwilligendienst.de](http://www.bundesfreiwilligendienst.de)

### Freiwilliger Wehrdienst (Bundeswehr)

Einsatz bei den Streitkräften; Dauer: zwischen 7 und 23 Monate; Mindestalter 17 (mit Einverständnis der Eltern); deutsche Staatsbürgerschaft; Bereitschaft, sich bundesweit versetzen zu lassen, und Bereitschaft für Auslandseinsätze erforderlich.

→ <https://www.bundeswehrkarriere.de/fwdl>

### Einstiegsqualifizierung (EQ)

6 bis 12-monatiges Langzeitpraktikum in einem Betrieb zur Vorbereitung auf einen bestimmten Ausbildungsberuf. In der Regel beinhaltet die EQ Berufsschulunterricht. Die Voraussetzungen prüft die Berufsberatung.

→ Link zum Flyer: [https://www.arbeitsagentur.de/datei/dok\\_ba013244.pdf](https://www.arbeitsagentur.de/datei/dok_ba013244.pdf)



### **1-jährige Berufsfachschule**

Vollzeitschule, die praktischen und theoretischen Unterricht umfasst. Sie zielt auf die Ausbildungsvorbereitung ab. Berufsfelder sind z.B.: Metalltechnik, Fahrzeugtechnik, Elektrotechnik, Bautechnik, Holztechnik.

s. Regionalschrift S. 77-78

→ <https://www.mannheim.de/de/bildung-staerken/berufliche-schulen>

### **AV dual (Ausbildungsvorbereitung dual)**

1-jährige berufsvorbereitende Schule mit dem Ziel, den direkten Start in eine Ausbildung zu ermöglichen. Zur beruflichen Orientierung erfolgen zahlreiche (mindestens 3!) Praktika.

s. Regionalschrift S. 75

→ <http://www.jvls-ma.de>

### **VAB (Vorqualifizierung Arbeit/Beruf)**

1-jährige Schule, welche eine breit angelegte Berufsorientierung und -vorbereitung und die Möglichkeit des Hauptschulabschlusses bietet.

s. Regionalschrift S. 75-76

→ [http://www.jvls-ma.de/?page\\_id=943](http://www.jvls-ma.de/?page_id=943)

### **Starterprogramme von Unternehmen**

Verschiedene große Firmen bieten attraktive Starterprogramme an. Zu den regionalen Möglichkeiten beraten wir dich gerne.

### **Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme (BvB)**

Berufsvorbereitungsprogramm für diejenigen, die ihre Berufsschulpflicht erfüllt, aber leider keine Ausbildungsstelle gefunden haben. Zielsetzung: neue Berufe kennenlernen und ausprobieren, Berufswünsche besser einschätzen können, ggf. den Schulabschluss nachholen, Chancen auf einen Ausbildungsplatz verbessern. Die Voraussetzungen prüft die Berufsberatung.

→ Link zum Flyer: [https://www.arbeitsagentur.de/datei/dok\\_ba013219.pdf](https://www.arbeitsagentur.de/datei/dok_ba013219.pdf)

Weitere Informationen zu dem Thema „Alternativen für die Zwischenzeit“ findest du auch unter <https://www.arbeitsagentur.de/bildung/zwischenzeit> .