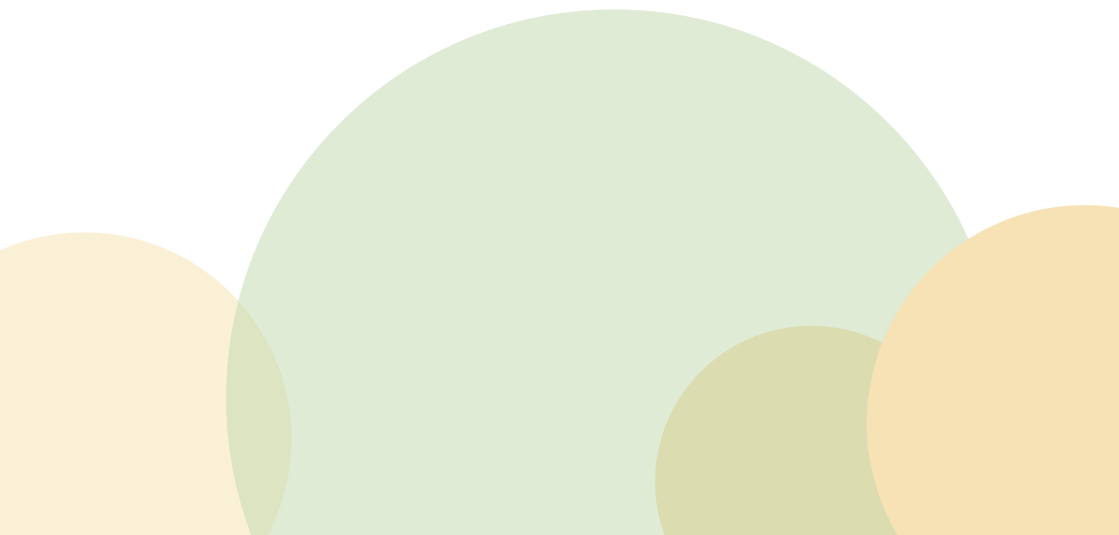




FREIWILLIGENDIENSTE
BREMEN + BREMERHAVEN

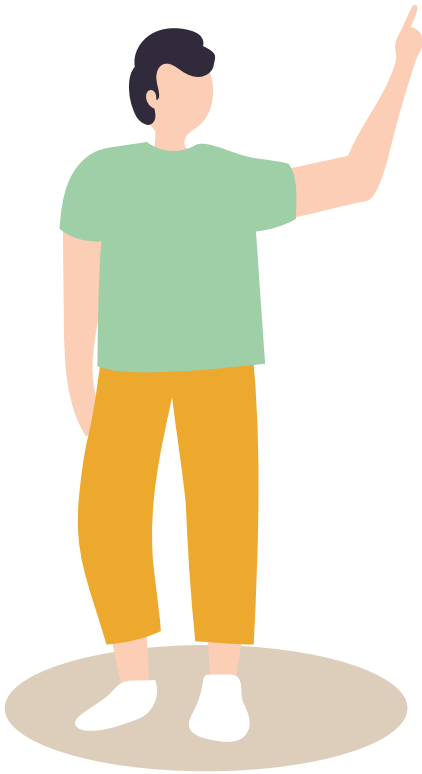
ORIENTIERUNGSHILFE **Leben** im Freiwilligendienst

Stand: Oktober 2025



Besser Leben im Freiwilligendienst – Wie kommst du gut durch deinen Freiwilligendienst? Orientierungshilfe für dich und für verantwortliche Fachkräfte im Freiwilligendienst

Warum gibt es diese Orientierungshilfe?



Der Freiwilligendienst ist kein klassisches Arbeitsverhältnis. Es ist ein Bildungsjahr, aber keine klassische Schulbildung. Das heißt: Freiwilligendienstleistende sind keine Schüler*innen, Auszubildende oder Studierende.

In deinem Freiwilligendienst bekommst du ein monatliches Taschengeld. Das ist eine Art Aufwandsentschädigung. Das bedeutet: für den ehrenamtlichen Aufwand gibt es einen finanziellen Ausgleich. Dieses Taschengeld reicht oft nicht zum Leben. Das gilt besonders für Freiwillige, die allein wohnen oder auf Unterstützung außerhalb der Familie angewiesen sind.

Diese Umstände machen es komplizierter, wenn es um unterstützende Leistungen geht (zum Beispiel Wohngeld). Auch besondere Lebensereignisse, z.B. Krankheit oder eine Schwangerschaft, können in dieser Zeit verunsichern und einen besonderen Umgang erfordern.

Deswegen haben die Fachkräfte der Freiwilligendienste in Bremen diese Orientierungshilfe erstellt. Hier kannst du reinschauen, wenn du Hilfe brauchst. Hier findest du schnell Informationen. Du kannst dich auch immer an die Ansprechpersonen von deinem Träger, auf dem Seminar oder in deiner Einsatzstelle wenden.

Wie kannst du dieses Heft benutzen?

Auf den nächsten Seiten werden die verschiedenen Unterstützungs-Angebote vorgestellt. Diese sind nach Themen sortiert. Die Themen findest du in der Kapitelübersicht (nächste Seite). Jedes Kapitel steht für sich. Du musst nicht von vorne bis hinten lesen.

Diese Symbole helfen dir bei der Orientierung:



Erklärungen



Wichtige Hinweise



Wichtige Anlaufstellen



Wichtige Webseiten für weitere Informationen

Bitte beachte: die vorliegende Orientierungshilfe wurde nach bestem Wissen und Gewissen angefertigt. Es ist aber keine verbindliche Rechtsberatung. Für die Richtigkeit, die Vollständigkeit sowie die Aktualität der Angaben kann deshalb keine Gewähr übernommen werden.

Wir wünschen dir, dass du die passende Unterstützung (vielleicht in diesem Heft) findest.

Und wir wünschen dir viel Freude bei deinem freiwilligen Jahr. Möge es voller spannender, inspirierender und herzerwärmender Momente sein, auf die du am Ende (trotz Stolpersteinen) gerne zurückblickst!

Kapitelübersicht

1	Wohngeld	5-7
2	Zweitwohnsitz und Umzug nach Bremen/Bremerhaven	7+8
3	Bürgergeld	8+9
4	Nebentätigkeit und Minijob	10
5	Krankheit, Arbeitsunfall	11+12
6	Psychotherapieplatzsuche	13+14
7	Schwangerschaft und eigene Kinder/Kind krank	15
8	Behinderung und chronische Erkrankung	16+17
9	Migration und Aufenthalt	18
10	Stress mit der Familie	19+20
11	Jugendarbeitsschutz, Wochenende, Feiertag und Überstunden	21
12	Sozialversicherung, Kindergeld, (Halb-) Waisenrente	22+23
13	Anerkennung der Fachhochschulreife (Fachabitur), Ausbildung und Studium, Bafög, Schulabschluss	24-27
	IMPRESSUM	28

1 Wohngeld



Wohngeld ist eine Unterstützung für Menschen, die wenig Geld zum Leben zur Verfügung haben, aber ihren Lebensunterhalt sichern können.

Das heißt: du bekommst auf Antrag einen Geld-Zuschuss für die Miete. Die Höhe deiner Miete und dein Einkommen bestimmen, wie viel das ist.

1) Wann kannst du einen Wohngeld-Antrag stellen?

- a) Wenn du in Bremen/Bremerhaven mit Hauptwohnsitz gemeldet bist oder deinen Lebensmittelpunkt hast und schon einen Mietvertrag hast
 - Der Antrag wird für eine Wohnung oder ein Zimmer gestellt. Bei jedem Umzug muss ein neuer Antrag gestellt werden
- b) Wenn du nicht mehr bei deinen Eltern lebst
- c) Wenn du selbst eine Wohnung oder ein Zimmer mietest und die Miete selbst bezahlst
- d) Wenn du ausreichend Einkommen zur Verfügung hast, aber zu wenig, um deine Miete und dein Lebensunterhalt bestreiten zu können.
 - Das wird im Einzelfall geprüft, aber du kannst dich daran orientieren, dass es mindestens 80 % des Regelbedarfs nach SGB XII sein können. Online¹ kannst du deinen Wohngeld-Anspruch berechnen
 - Wichtig: Das Taschengeld zählt in der Regel nicht als Einkommen.
Kindergeld, (Halb-) Waisenrente, (regelmäßige oder einmalige) Unterhaltszahlungen, Minijob-Gehalt oder finanzielle Unterstützung anderer Personen zählen als Einnahmen
- e) Wenn du ein Vermögen von maximal 60.000,00 € hast (Geld auf deinem Konto oder Bar, aber auch Sachleistungen, z.B. ein Auto)



2) Wann hast du keinen Anspruch auf Wohngeld?

- a) Wenn du oder Mitglieder deiner Bedarfsgemeinschaft Bürgergeld oder andere Leistungen zum Leben bekommen



[1] https://www.bmwsb.bund.de/DE/wohnen/wohngeld/wohngeldrechner/wohngeld-rechner-2025_node.html



- Eine Bedarfsgemeinschaft ist eine Gruppe von Personen, die zusammenleben und einen gemeinsamen Haushalt führen (z.B., wenn du im Haushalt deiner Eltern lebst, jünger als 25 Jahre alt bist und kein eigenes Einkommen zum Lebensunterhalt hast oder wenn du verheiratet und nicht dauerhaft getrennt lebst)
- b)** Wenn deine Miete zu teuer ist. Das heißt: Wenn die Bruttokaltmiete den Höchstbetrag übersteigt (Stand Oktober 2025: Höchstbetrag Bremen (1 Person)²: 491,00 €, Bremerhaven (1 Person)³: 413,00 €)
- c)** Wenn dein Einkommen zu niedrig ist (weniger als 80 % des Regelbedarfs nach SGB XII)
- d)** Wenn du ein Vermögen über 60.000,00 € hast

3) Wie kannst du den Wohngeld-Antrag stellen?

Der Wohngeldantrag heißt auch „Antrag auf Mietzuschuss“

- a)** Ein Antrag wird bei der am Wohnsitz zuständigen Wohngeldbehörde gestellt.
- b)** Du füllst den „Antrag auf Mietzuschuss“ aus
- c)** Neben dem Antrag musst du bestimmte Anlagen und Nachweise einreichen⁴. Nachweise sind Dokumente, die bestätigen, dass deine Angaben richtig sind.

Hinweis: Die Bruttokaltmiete wird als Grundlage der Berechnung genommen. Stromkosten werden nicht übernommen. Für Heizkosten wird eine Pauschale gezahlt.



- Stell den Antrag am besten so früh wie möglich, weil du Wohngeld auch rückwirkend bis zu dem Monat bekommen kannst, in dem du den Antrag gestellt hast! Du kannst einzelne Unterlagen auch nachreichen
- d)** Den Antrag kannst du Online (dafür musst du dir ein Konto einrichten), vor Ort (nach Terminvereinbarung) oder per Post stellen

4) Hinweis Wohngemeinschaft

Du wohnst in einer Wohngemeinschaft (WG). Dann kannst du Wohngeld nur für deinen selbstgenutzten Teil der Wohnung beantragen. Für die Berechnung der Kosten gemeinsam genutzter Wohnräume (z.B. Küche oder Bad) gibt es Formblätter (Anlage „Wohngemeinschaft“)



[2] <https://bau.bremen.de/sixcms/media.php/13/H%C3%B6chstbetr%C3%A4ge%202022.pdf>

[3] <https://www.jobcenter-bremerhaven.de/Downloads/Merkblatt%20Sie%20m%C3%B6chten%20umziehen%20-%20ab%202024.pdf>

[4] <https://bau.bremen.de/bau/wohngeld-plus/antraege-anlagen-3573>

**Wichtige Anlaufstelle:**

Wohngeldstelle Bremen⁵
Contrescarpe 72

28195 Bremen
+49 421 361 99971

wohngeld@bau.bremen.de

Wohngeldstelle Bremerhaven⁶
Hinrich-Schmalfeldt-Straße 42
Stadthaus 1, 1. OG, links
27576 Bremerhaven
0471 590-2274

wohngeld@magistrat.bremerhaven.de

2 Umzug nach Bremen oder Bremerhaven/ Zweitwohnsitz



Wenn du für deinen Freiwilligendienst umziehst, musst du zu der Meldebehörde an deinem neuen Wohnort gehen, zum Beispiel zum Einwohnermeldeamt. Dort gibst du deine neue Adresse an. Das heißt: Du meldest dich um. Das musst du innerhalb von zwei Wochen nach dem Umzug machen. Wenn du das nicht tust, kann ein Bußgeld anfallen.

Wir empfehlen dir nach dem Umzug deine neue Adresse als Erstwohnsitz/Hauptwohnung zu melden.

Es gibt die Möglichkeit, einen Zweitwohnsitz/Nebenwohnung anzumelden. Manchmal wollen das Menschen, wenn sie weiterhin bei ihren Eltern gemeldet sein wollen. Bei einem Zweitwohnsitz fallen Steuern an.

Zweitwohnsitz

Zweitwohnungssteuern sind vermeidbare Aufwandsteuern. Das heißt: niemand braucht, laut Gesetzgeber eine Zweitwohnung.

Es besteht für im Einzelfall die Möglichkeit, einen Erlass der Zweitwohnsitzsteuer zu beantragen. Das muss man begründen. Die Begründung muss man mit der Anmeldung zur Zweitwohnsteuer einreichen. Weitere Informationen findest du in den Fußnoten.

**Wichtige Anlaufstelle:**

Bremen⁷:

Landeshauptkasse Bremen – Finanzkasse und Vollstreckungsstelle
Schillerstr. 22, 28195 Bremen

office@lhk.bremen.de, 0421 36190909



[5] <https://www.service.bremen.de/dienstleistungen/wohngeld-erstmalig-oder-neu-beantragen-10796>

[6] <https://www.bremerhaven.de/de/verwaltung-politik-sicherheit/buergerservice/adressen-oeffnungszeiten/sozialamt-wohngeld.27837.html>

[7] <https://www.service.bremen.de/dienstleistungen/zweitwohnungssteuer-anmelden-9274?reg=fag>



Bremerhaven⁸:

Steueramt/Zweitwohnsteuer

Hinrich-Schmalfeldt-Str. 40, Stadthaus 2, 1. Obergeschoss

27576 Bremerhaven

3 Bürgergeld



Bürgergeld ist eine staatliche Leistung. Sie dient der Sicherung des Lebensunterhaltes. Menschen, die Bürgergeld bekommen, können einen Freiwilligendienst machen. Menschen, die einen Freiwilligendienst machen, können grundsätzlich Bürgergeld bekommen.

1) Wenn du oder deine Bedarfsgemeinschaft (z.B. Eltern) Bürgergeld beziehen

Wenn du Bürgergeld bekommst, bist du nicht verpflichtet während deines Freiwilligendienstes eine Arbeit aufzunehmen. Das steht im Sozialgesetzbuch⁹.

Wenn du in Teilzeit tätig bist, kann die Agentur für Arbeit dir trotzdem Vermittlungsangebote machen. Die angebotene Arbeit und der Freiwilligendienst dürfen zusammen aber nicht mehr als eine Vollzeitbeschäftigung (39 Wochenstunden) ergeben.

Für Freiwillige unter 25 Jahren wird das Taschengeld nicht angerechnet. Das bedeutet, du (und deine Bedarfsgemeinschaft) darfst dein Taschengeld und Bürgergeld bekommen.

→ Hinweis: Unterkunft- und Pflegegeld bzw. entsprechende Geldersatzleistungen werden aber als Einnahmen berücksichtigt.

Bei Freiwilligen ab 25 Jahren wird das Taschengeld über 250 € auf das Bürgergeld angerechnet. Vom Taschengeld sind 250 € „nicht zu berücksichtigende Einnahme“. Das bedeutet, dass die Freiwilligen ab 25 Jahren 250 Euro behalten dürfen, bzw. das Bürgergeld entsprechend gekürzt wird.



Wichtig: Wenn du bei deinen Eltern ausziehst und in eine eigene Wohnung/WG-Zimmer ziehst und Bürgergeld beantragst, dann muss eine nachvollziehbare Begründung vorliegen, warum der Auszug notwendig war.



[8] <https://www.bremerhaven.de/de/verwaltung-politik-sicherheit/buergerservice/adressen-oeffnungszeiten/steueramt-zweitwohnungsteuer.40107.html>

[9] Sozialgesetzbuch II, Paragraph § 10, Absatz 1, Nummer 5

2) Freiwilligendienst, Bürgergeld und Mini-Job

Das Taschengeld wird bis zur Grenze des steuerlichen Grundfreibetrags (Stand 2025: 12.096,00 €) nicht angerechnet. Wenn du zu viel Einkommen hast (z.B. durch den Freiwilligendienst und einen zusätzlichen Mini-Job), kann das Einkommen aus dem Mini-Job angerechnet werden. Das heißt es bleibt dann insgesamt weniger Geld.

3) Mini-Job in den Schulferien

Für Schulferien gelten besondere Regelungen. Wenn du unter 25 Jahren alt bist und in den Schulferien arbeitest, dann kannst du in deinem Ferienjob unbegrenzt hinzuverdienen. Es findet keine Anrechnung des Verdienstes aus dem Ferienjob auf das Bürgergeld statt. Das kannst du im Gesetz nachlesen¹⁰.

4) Wie stelle ich einen Antrag?

Um Bürgergeld zu erhalten, muss ein Antrag beim Jobcenter gestellt werden¹¹.

Die Formulare für eine Antragstellung findest du Online¹². Der Antrag wird ausgefüllt bei der Bundesagentur für Arbeit/im Jobcenter abgegeben bzw. online gestellt.

Neben dem Antrag musst du bestimmte Anlagen und Nachweise einreichen. Nachweise sind Dokumente, die bestätigen, dass deine Angaben richtig sind.



Wichtige Anlaufstellen:

Jobcenter Bremen
Utbremer Str. 90
28217 Bremen

Jobcenter Bremerhaven
Grimsbystraße 1a
27570 Bremerhaven



[10] §11a Abs. 7 SGB II

[11] <https://www.arbeitsagentur.de/arbeitslos-arbeit-finden/buergergeld/finanziell-absichern/antrag-bescheid>

[12] <https://www.arbeitsagentur.de/arbeitslos-arbeit-finden/buergergeld/buergergeld-beantragen>

4 Nebentätigkeit/Minijob



Du kannst während des Freiwilligendienstes noch woanders arbeiten, zum Beispiel in einem Minijob. Das heißt auch: Nebentätigkeit. Bevor du einen Minijob machst, musst du deinen Träger und deine Einsatzstelle um Erlaubnis fragen.



Wichtig ist: Wenn du für die Nebentätigkeit mehr als 12.096,00€ (Stand 2025) jährlich bekommst, dann musst du Steuern bezahlen. Das ist der Steuerfreibetrag („steuerliche Grundfreibetrag“). Mit einem Minijob wird diese Grenze nicht erreicht.

Wenn du ganztägig in Vollzeit in deiner Einsatzstelle beschäftigt bist, bleibt nur wenig Zeit, um noch woanders zu arbeiten. Wenn du in Teilzeit arbeitest, bist du mindestens 20,1 Stunden in der Woche in der Einsatzstelle. Das heißt: Der Freiwilligendienst ist deine Haupttätigkeit/erste Tätigkeit. Das solltest du beachten und angeben, wenn du dich für einen Minijob anmeldest.

Die maximale Wochenarbeitszeit beträgt 48 Stunden, wenn man mehrere Tätigkeiten kombiniert. Das bedeutet, dass die Arbeitszeit aus dem Freiwilligendienst und dem Minijob zusammengerechnet nicht mehr als 48 (bei Minderjährigen: nicht mehr als 40) Wochenstunden betragen darf.



Bürgergeld und Mini-Job

Du oder deine Eltern beziehen Bürgergeld. Dann wird das Taschengeld bis zur Grenze des steuerlichen Grundfreibetrags (Stand 2025: 12.096,00 €) nicht angerechnet. Wenn du zu viel Einkommen hast (z.B. durch den Freiwilligendienst und einen zusätzlichen Mini-Job), kann das Einkommen aus dem Mini-Job angerechnet werden. Das heißt es bleibt dann insgesamt weniger Geld.



Wichtige Anlaufstellen:

Finanzamt Bremen
Rudolf-Hilferding-Platz 1
28195 Bremen

Finanzamt Bremerhaven
Rickmersstraße90
27568 Bremerhaven

5 Krankheit: Krankmeldungen, Krankengeld und Konflikte, Arbeitsunfall

1) Krankheit



Wenn du krank bist (ob körperlich oder psychisch) und nicht arbeiten kannst, bist du arbeitsunfähig. Dann solltest du dich schnellstmöglich krankmelden. Bitte informiere dich über die geltenden Regeln bei deiner Einsatzstelle und deinem Träger. Melde dich in jedem Fall rechtzeitig (das heißt: vor Arbeitsbeginn) ab. Das gilt auch für Seminartage.

Außerdem wirst du ab einer bestimmten Anzahl an Krankheitstagen eine Bescheinigung deiner*^s Ärztin*Arztes brauchen. Die Bescheinigung heißt „Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung“ und wird elektronisch aus der Arztpraxis an deine Krankenkasse, bzw. deine Einsatzstelle oder deinen Träger übertragen.

Während der Krankheit bekommst du weiterhin Taschengeld. Wenn du länger als 6 Wochen ohne Unterbrechung mit der gleichen Krankheit krank bist, bekommst du kein Taschengeld mehr. Ab der 7. Wochen kriegst du dann eine Taschengeldfortzahlung (Krankengeld) von der Krankenkasse. Diese fällt geringer aus als dein Taschengeld (70% vom Taschengeld).

2) Konflikt und Krankheit



Wenn du dich krankmeldest, dann bist du nicht dazu verpflichtet den Grund für deine Krankheit zu nennen. Unter Umständen kann es jedoch hilfreich sein, transparent zu sein und dich Vorgesetzten anzuvertrauen. Vor allem, wenn du auf unabsehbare oder längere Zeit krank bist. Wenn du dich in deiner Einsatzstelle niemandem anvertrauen magst und kannst, dann wende dich an deinen Träger.

Häufiges oder regelmäßiges Krankmelden oder dauernde entschuldigte Abwesenheit in der Einsatzstelle können zu Misstrauen führen. Wenn z.B. chronische Erkrankungen, auch psychischer Art dort hinter stecken, lohnt sich ein Gespräch mit einer vertrauensvollen Person.



Es gibt auch die Möglichkeit bei zu großer Belastung deine Arbeitszeit zu verkürzen. Du kannst deinen Freiwilligendienst auch in Teilzeit machen.

3) Maßnahmen nach langer Krankheit

Wenn du mehr als 6 Wochen krank warst, hast du einen Anspruch auf betriebliche Eingliederungsmaßnahmen. Das bedeutet du kannst mit verkürzter Arbeitszeit starten oder deine Aufgaben können an deine Belastungsgrenze angepasst werden. Sprich darüber mit deinem Träger und/oder deine Einsatzstelle, falls sie nicht von alleine auf dich zukommen.

4) Arbeitsunfall

Freiwillige sind während ihres Dienstes gesetzlich unfallversichert. Ein Arbeitsunfall liegt vor, wenn ein Unfall während der Tätigkeit in der Einsatzstelle, auf dem direkten Weg dorthin oder auf dem Heimweg geschieht. Auch Unfälle bei dienstlich veranlassten Aktivitäten sind abgedeckt.

Wird der Arbeitsweg unterbrochen (z.B. für einen Einkauf) besteht für die Dauer der Unterbrechung kein Versicherungsschutz. Erst wenn der direkte Weg wieder aufgenommen wird, greift die Unfallversicherung erneut. Wenn die Unterbrechung mehr als zwei Stunden dauert, erlischt der Arbeitsunfall-Schutz und die private Versicherung greift bei einem Unfall.

Im Falle eines Unfalls im Rahmen der Arbeit sollte die Einsatzstelle sofort informiert werden. Sie leitet die Meldung an die zuständige Unfallversicherung weiter und unterstützt bei allen weiteren Schritten.



Wichtige Anlaufstelle im Arbeitsunfall:

BG Unfallambulanz & Rehasentrum Bremen

Industriestraße 3
28199 Bremen
Telefon: 0421 598606-0

BG Ambulanz Bremerhaven
Klinikum Bremerhaven Reinkenheide gGmbH
Postbrookstraße 103
27574 Bremerhaven
0471 299-3240

6 Psychotherapieplatzsuche



Psychotherapie bedeutet übersetzt: Die Behandlung der menschlichen Seele. Es gibt verschiedene Formen der Psychotherapie. Sie alle versuchen auf unterschiedliche Weise, psychische Schwierigkeiten zu erkennen und zu behandeln.

Vielleicht hast du schon darüber nachgedacht eine Psychotherapie zu beginnen. Wenn es dir oft oder dauerhaft nicht gut geht, dann könnte das helfen Stabilität und Wohlbefinden (zurück-) zu erlangen. Eine Suche nach einem Platz ist oft überfordernd und herausfordernd, weil die psychotherapeutische Versorgung angespannt ist (zu wenige Plätze, lange Wartezeiten...).



Hier folgen vier praktische Tipps, die dir dabei helfen können, einen ambulanten Psychotherapieplatz zu finden:

- a)** Unter der 116117 (oder Online ohne Telefonieren¹³) werden psychotherapeutische Erstgespräch (keine sicheren Therapieplätze) vermittelt. Du kannst dort anfragen und wirst an eine*n Psychotherapeut*in vermittelt.
- b)** Online findest du Suchmaschinen¹⁴ für Psychotherapie-Praxen. Du kannst also gezielt Praxen anrufen und ggf. einen Termin vereinbaren. Tipp: Die Therapeut*innen mit einem Namen weiter hinten im Alphabet bieten eine höhere Chance für einen freien Platz.
- c)** Du kannst dich bei den psychotherapeutischen Ausbildungsinstituten anmelden und findest dort ggf. schneller einen Platz¹⁵.
- d)** Kostenerstattung: Wenn du bei 5-10 Praxen für gesetzlich Versicherte keinen Erfolg hattest (also eine Absage erhalten hast), dann kannst du die Kostenerstattung¹⁶ für eine Behandlung über eine Privatpraxis in Anspruch nehmen. Informiere dich bei deiner zuständigen Krankenkasse über die Bedingungen und Möglichkeiten.



[13] <https://www.eterminservice.de/terminservice>

[14] <https://patienten.rvhb.de/arztsuche-1> (Bremen und Bremerhaven) und <https://www.arzt-auskunft-niedersachsen.de/ases-kvn/index.jsf> (Niedersachsen) oder <https://psych-info.de>

[15] <https://pk-hb.de/aus-fort-und-weiterbildung/ausbildung/ausbildungsinstitute/>

[16] <https://www.pro-psychologie.de/Kostenerstattung%20Flyer%20BPtK.pdf>

Psychische Notsituationen

Wenn du einen akuten Bedarf hast und schnell mit jemandem sprechen musst, dann kannst du dich beim Sozialpsychiatrischem Dienst¹⁷ und (am Wochenende und an Feiertagen) dem Kriseninterventionsdienst deiner Stadt melden. Hier findest du ein Beratungsangebot von psychologischen oder sozialpädagogischen Fachkräften, die dir in Krisen helfen. Rund um die Uhr kannst du den Service der Telefonseelsorge in Anspruch nehmen: **0800 1110111, 0800 1110222** oder **116 123**. Es wird auch eine vertrauliche **Chat-Beratung**¹⁸ angeboten.



[17] <https://www.gesundheitsamt.bremen.de/gesundheitsvorsorge-und-unterstuetzung/fuer-erwachsene/seelische-gesundheit-und-sucht/fachbereich-teilhabe-psychiatrie/behandlungszentren-sozialpsychiatrie-22793> (Bremen), <https://www.bremerhaven.de/de/verwaltung-politik-sicherheit/buergerservice/adressen-oeffnungszeiten/gesundheitsamt-sozialpsychiatrischer-dienst.28307.html> (Bremerhaven)

[18] <https://www.telefonseelsorge.de/chat/>

7 Schwangerschaft und eigene Kinder/Kind krank



Für Freiwillige, die ein Kind bekommen, gilt das Mutterschutzgesetz. Du solltest deinen Träger/Einsatzstelle möglichst frühzeitig über deine Schwangerschaft informieren, um Gefährdungen gerade in den ersten Monaten auszuschließen. Verpflichtet bist du dazu nicht.

Falls dem Träger oder der Einsatzstelle die mündliche Information nicht genügt, kann eine Bescheinigung des Arztes oder der Hebamme angefordert werden. Die Kosten für diese Bescheinigung muss von der Stelle übernommen werden, die dieses anfordert.

Wenn du ein Kind bekommst, dann kannst du während des Freiwilligendienstes keine Elternzeit nehmen. Das heißt: Es gibt keinen Anspruch auf Elternzeit.



Wichtige Anlaufstellen:

Bremen

Pro Familia Beratungsstelle Bremen
Hollerallee 24, 28209 Bremen

Cara Beratungsstelle zu Schwangerschaft und Pränataldiagnostik
Domsheide 2, 28195 Bremen

Bremerhaven

pro familia Beratungsstelle Bremerhaven
Borriesstraße 3-5, 27570 Bremerhaven

Kostenfreies Hilfetelefon/Webseite¹⁹ für Schwangere in Not: 0800 40 40 020

Eigene Kinder und Kind krank

Wenn du schon Kinder hast und deine Kinder krank sind, kannst du Kinderkrankengeld bekommen und musst nicht in der Einsatzstelle sein. Die Regel für das Kinderkrankengeld steht hier²⁰.

Frag zuerst in der Einsatzstelle, ob du in diesen Tagen weiter Taschengeld erhältst. Wenn nicht, musst du deine Krankenkasse fragen.



[19] <https://www.jung-und-schwanger.de/>

[20] Sozialgesetzbuch (SGB) V § 45

8 Behinderung und chronische Erkrankung



Wenn du eine Behinderung/chronische Erkrankung hast, hast du vielleicht einen Unterstützungsbedarf. Das kann im Bereich Hören, Sehen, Mobilität, Motorik, soziale Interaktion, Kommunikation, Psyche oder Gesundheit sein.

Wir möchten dich dazu ermutigen, frühzeitig darüber mit deinem Träger oder der Einsatzstelle zu sprechen. Dann kann die passende Unterstützung für dich gefunden werden.

Gleichzeitig ist die Offenlegung einer Behinderung/chronischen Erkrankung oft mit Diskriminierungs- und Ausschlusserfahrungen verbunden. Deswegen gibt es Handreichungen für Fachkräfte, um vorhandene Barrieren abzubauen. Dafür gibt es unter anderem die bundesweite Fachstelle für Inklusion und Diversität²¹, an die auch du dich wenden kannst.

1) Teilhabe- und Assistenzleistungen

Es haben bisher wenige Menschen mit Behinderung einen Freiwilligendienst gemacht. Deswegen können auch bei der Kostenübernahme von Unterstützungsbedarfen Herausforderungen entstehen. Im Freiwilligendienst ist die Zuständigkeit der Kostenträger oft unklar. Es gibt zwei Fördermöglichkeiten, mit denen gute Erfahrungen gemacht wurden:

a) Förderung über den besonderen Förderbedarf

Die Träger der Freiwilligendienste von FSJ und FÖJ haben²² die Möglichkeit beim Bundesfamilienministerium (BMFSFJ) für Freiwillige mit besonderen Förderbedarfen Zuwendungen zu beantragen. Voraussetzung hierfür ist das Vorliegen von mindestens zwei individuellen Benachteiligungen aus einem Katalog. Hierzu zählen neben einer Behinderung z.B. auch erhebliche schulische Leistungsprobleme, das Incoming aus dem Ausland, eine ehemalige Drogenabhängigkeit oder Straffälligkeiten in der Vergangenheit. Entsprechendes gilt²³ für den BFD.

b) Förderung über die Eingliederungshilfe

Im Freiwilligendienst hat sich eine Kostenübernahme durch die Eingliederungshilfe bewährt. Dafür muss der*die Antragsteller*in



[21] <https://www.freiwilligendienste-fuer-alle.de/>

[22] nach der Richtlinie Jugendfreiwilligendienst Nr. II.4.a. (3) RL-JFD13

[23] nach Nr. 2.1.13 der Richtlinien des BMFSFJ zu § 17 des BFDG (BFD-Kostenerstattungsrichtlinien) vom 29.05.2024

nachweisen, dass die Unterstützung für die Ausübung des Freiwilligendienstes notwendig ist, dass die Aufwendungen dafür angemessen sind, und dass (und ggf. warum) keine Personen aus dem eigenen familiären, sozialen oder nachbarschaftlichen Umfeld für die unentgeltliche Übernahme dieser Leistungen zur Verfügung stehen.

2) Welche Leistungen können beantragt werden?

a) Assistenzleistung²⁴:

Übernahme von Handlungen zur Alltagsbewältigung oder Befähigung zur eigenständigen Bewältigung sowie Begleitung (z.B. Hilfe bei Toilettengängen, Hilfe im Haushalt, Hilfe zur Gestaltung sozialer Beziehungen...)

b) Leistungen zur Förderung der Verständigung²⁵:

Gebärdensprachdolmetschende, Kommunikationsgeräte oder andere Kommunikationshilfen

c) Leistungen zur Mobilität²⁶: Fahrdienste

3) Wo und wie können die Leistungen beantragt werden?

» Der Antrag wird in der Regel von der Person mit Behinderung (leistungsberechtigte Person) oder von deren Sorgeberechtigten gestellt.

» Der Antrag kann in der Regel über das zuständige kommunale Sozialamt eingereicht werden (oder über anderen Kostenträger der Rehabilitation)

→ Die wichtigsten Kostenträger im Überblick findest du Online²⁷

» Der Antrag sollte schriftlich gestellt werden

» Der Antrag kann formlos gestellt werden

» Es kann hilfreich sein, den Leistungsbedarf zu begründen (ggf. über ärztliche Gutachten)

4) Weitere Unterstützung in deinem Freiwilligendienst

Neben der Beantragung von Leistungen, können auch andere Dinge in deinem Freiwilligendienst hilfreich sein. Du kannst in einem Gespräch mit deinen Ansprechpersonen in der Einsatzstelle, bei deinem Träger oder auf dem Seminar besprechen, was möglich ist. Das kann zum Beispiel sein:

» Möglichkeit des Rückzugs auf Seminaren

» zusätzliche Betreuung und Begleitung



[24] § 78 SGB IX und § 78 Abs. 2 SGB IX; [25] § 17 Abs. 2 SGB I und § 82 SGB IX

[26] § 83 SGB IX

[27] https://www.freiwilligendienste-fuer-alle.de/freiwilligendienste/user_upload/in-klusion-teilhabe-freiwillige-mit-behinderung_A4_aktualisiert_2025.pdf (S. 37)

9 Migration und Aufenthalt



Das Migrationsamt in Bremen/Bremerhaven erteilt Aufenthalts- und Beschäftigungserlaubnisse. Letzteres ist wichtig für die Ausübung eines Freiwilligendienstes.

Drittstaatsangehörige, Asylsuchende deren Asylverfahren noch nicht abgeschlossen ist und Menschen mit einer Duldung müssen eine Beschäftigungserlaubnis vorweisen.

→ Ggf. berechtigt diese nur zum Ausüben des Freiwilligendienstes und nicht zur Ausübung einer Nebentätigkeit (Mini-Job).

Wichtig für eine Erlaubnis ist die Deckung des Lebensunterhaltes durch die Geld- und Sachleistungen im Freiwilligendienstes (Taschengeld, Verpflegungsgeld...). Freiwillige, die Asyl suchen, bekommen das gleiche Taschengeld wie andere Freiwillige. Aber sie dürfen davon nicht alles behalten. Das Taschengeld wird auf die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (kurz: AsylbLG) angerechnet. Wie viel das ist, steht in diesem Gesetz²⁸.

Menschen mit einem anerkannten Asylantrag und Aufenthaltserlaubnis können in der Regel ohne gesonderte Erlaubnis beginnen.



Wichtige Anlaufstellen:

Migrationsamt Bremen

Stresemannstr. 48, 28207 Bremen

0421 36188630, office@migrationsamt.bremen.de

Migrationsamt Bremerhaven

Bürgermeister-Smidt-Str. 20, Columbus Center, 5. Etage

27568 Bremerhaven

auslaenderbehoerde@magistrat.bremerhaven.de



Unterstützungs-Angebote in Bremen:

<https://welcometobremen.de/angebot/angebotscat/allgemeine-beratung/>

Unterstützungs-Angebote in Bremerhaven:

<https://www.welcometobremerhaven.de/angebot/angebotscat/allgemeine-beratung/>

[28] § 7 AsylbLG

10 Stress mit der Familie: Jugendamt



Manchmal geraten Familien, Kinder oder Jugendliche in Situationen, die belastend oder beängstigend sind. Konflikte zu Hause können schnell zu einer großen Herausforderung werden. Auch Gewalt, Bedrohung oder das Gefühl, nicht mehr weiterzuwissen, gehören dazu. In solchen Fällen ist es wichtig, Unterstützung zu erhalten.

Du kannst dich an den **Kinderschutzbund oder an das Jugendamt** wenden, wenn:

- » du zuhause Ärger hast oder dich bedroht fühlst,
- » du zu Hause geschlagen oder gedemütigt wirst,
- » deine Eltern sich so streiten, dass es zu Gewalt kommt oder du Angst hast, dass das passieren könnte,
- » dich jemand gegen deinen Willen berührt hat,
- » du dir um jemanden aus deiner Familie oder um eine*n Freund*in Sorgen machst.

Die Zuständigkeit beim Jugendamt (Amt für Soziale Dienste)²⁹ richtet sich nach deinem Wohnort. Du kannst dort einen Termin vereinbaren und dir wird dann ein*e Sachbearbeiter*in zugeteilt, mit der du sprechen kannst. Es ist wichtig zu wissen, dass das Jugendamt bei Gefährdung und Minderjährigkeit reagieren muss und ggf. deine Eltern kontaktieren muss. In der Regel sprechen die Mitarbeitenden vom Jugendamt das aber mit dir ab und fragen dich, was du möchtest.



Wichtige Anlaufstellen:

Kinderschutzbund (anonym und kostenlos):

Bremen: 0421 / 240 112 20 (Mo, Di, Mi und Fr von 11 - 13 Uhr und Do von 15 - 17 Uhr)

Bremerhaven: 0471 / 30 36 39, info@kinderschutzbund-bremerhaven.de (Mo - Fr 13-17 Uhr)

Tipp: Wenn es dir unangenehm ist gleich am Telefon mit jemandem zu sprechen, kannst du auch am Wochenende oder nach 18 Uhr anrufen. Dann geht der Anrufbeantworter ran und du kannst ohne Stress sagen warum du anrufst und wie der Kinderschutzbund dich erreichen kann.



[29] <https://www.amtfuersozialdienste.bremen.de/ueber-uns/standorte-14432> (Bremen), <https://www.bremerhaven.de/de/verwaltung-politik-sicherheit/buergerservice/adressen-oeffnungszeiten/amt-fuer-jugend-familie-und-frauen-allgemeiner-sozialer-dienst.27725.html> (Bremerhaven)

Wenn es dringend ist (Tag und Nacht):

Kinder- und Jugendnotdienst Bremen: 0421 6991133

Kinder- und Jugendnotdienst Bremerhaven: 0471 3087222

Wenn du Rat und Unterstützung brauchst, weil es Probleme im Kontakt mit dem Jugendamt oder einer Einrichtung gibt, dann kannst du dich bei der Ombudsstelle für die Kinder- und Jugendhilfe (BeBeE) unabhängig beraten lassen:



BeBeE in Bremen

Rembertistraße 32, 4. OG

28203 Bremen

Telefon: 0421 / 52 63 21 - 0

www.bebree-bremen.de

BeBeE in Bremerhaven

Lloydstraße 35

27568 Bremerhaven

0471 / 900 86 80 - 0

www.bebree-bremerhaven.de

Für allgemeine Beratung/alle Anliegen:

Mein Leben stresst - Beratungsangebot der Jugendberufsagenturen³⁰



[30] <https://jugendberufsagentur-bremen.de/mein-leben-stresst/>

11 Jugendarbeitsschutz, Wochenende, Feiertag und Überstunden, Home-Office



Wenn du unter 18 Jahre alt bist, gibt es bestimmte Gesetze die dich schützen. Dazu gehören auch Regeln zu Wochenend- und Feiertagsdiensten, Überstunden und Homeoffice. Ziel ist es, Überlastung zu vermeiden und faire, sichere Arbeitsbedingungen zu gewährleisten.

1) Jugendarbeitsschutzgesetz

Das Jugendarbeitsschutzgesetz gilt für Freiwillige, die noch nicht 18 Jahre alt sind. Es legt fest, wie lange und unter welchen Bedingungen gearbeitet werden darf. Mehr Informationen gibt es beim Träger. Das Jugendarbeitsschutzgesetz kann im Internet nachgelesen werden³¹.

2) Wochenende und Feiertage

Folgende Informationen gelten auch für über 18-jährige Freiwillige: Du darfst auch am Wochenende und an Feiertagen in der Einsatzstelle mitarbeiten, wenn du dafür an anderen Tagen frei bekommst (innerhalb der nächsten 8 Wochen)³². Du darfst das, wenn es in der Einsatzstelle üblich ist, Wochenend- und Feiertags-Dienst zu haben. Wichtig ist, dass du alle 14 Tage ein freies Wochenende hast. Für den Wochenend-Dienst bekommst du kein extra Geld.

3) Überstunden

Bei Überstunden bekommst du auch kein extra Geld. Du bekommst bei Überstunden freie Stunden an anderen Tagen. Das heißt Freizeitausgleich.

4) Home-Office

Home-Office ist möglich, wenn es die entsprechende Tätigkeit erlaubt. Es dürfen für dich keine Kosten anfallen oder sich Nachteile ergeben.



[31] <https://www.gesetze-im-internet.de/jarbschg/>

[32] § 11 ArbZG

12 Sozialversicherung, Kindergeld, (Halb-) Waisenrente



In deinem Freiwilligendienst bist du durch verschiedene soziale Leistungen abgesichert. Dazu gehören die Sozialversicherung, das Kindergeld und in bestimmten Fällen die (Halb-)Waisenrente. Diese Leistungen sollen Sicherheit bieten, zum Beispiel im Krankheitsfall, bei Arbeitslosigkeit oder wenn wichtige Bezugspersonen wegfallen. Als Freiwillige*r profitierst du von Bestimmungen, die in diesem Kapitel erklärt werden.

1) Sozialversicherung

Alle Freiwilligen müssen sozialversichert werden. Das bedeutet, dass du während der Zeit deines Freiwilligendienstes in der gesetzlichen Renten-, Unfall-, Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung versichert bist. Die Versicherungsbeiträge werden von der Einsatzstelle oder vom Träger bezahlt. Deshalb musst du deine Sozialversicherungsnummer mitteilen.

Die Sozialversicherungsnummer weiß die eigene Krankenkasse oder die Deutsche Rentenversicherung (Telefonnummer: 0800 1000 4800) – einfach anrufen und fragen.

2) Krankenversicherung

Freiwillige müssen in einer gesetzlichen Krankenversicherung sein. Dafür musst du dich bei einer Krankenkasse anmelden. Du darfst also nicht in einer privaten Krankenversicherung sein. Außerdem musst du dich selbst versichern: Du darfst nicht in einer Familienversicherung über die Eltern oder den*die Ehepartner*in versichert sein. Das heißt in der Fachsprache: Während des Freiwilligendienstes bist du als eigenständiges Mitglied pflichtversichert in einer gesetzlichen Krankenkasse. Die Kosten werden von deiner Einsatzstelle bezahlt.

Nach dem Ende des Freiwilligendienstes kannst du wieder in die Familienversicherung zurück, bis du 25 Jahre alt bist. Und du kannst auch in die private Krankenversicherung zurück. Das solltest du aber vor dem Freiwilligendienst mit deiner Versicherung besprechen.



→ Du profitierst in der Familienversicherung von deinem Freiwilligendienst:

Kinder können noch so lange weiter nach dem 23. Geburtstag (bzw. 25. Geburtstag, wenn sie noch zur Schule gehen, in der Berufsausbildung, dem Studium oder Freiwilligendienst stecken) familienversichert bleiben, wie ihr Dienst gedauert hat, maximal jedoch ein Jahr (nachzulesen z.B. hier:



<https://www.tk.de/techniker/versicherung/tk-leistungen/schwangerschaft-und-familie/entlastung-fuer-familien/versichert-als-familie-in-der-familienversicherung/altersgrenze-familienversicherung-kinder-2005678>)

Dieser Service muss beantragt werden!

3) Kindergeld

Kindergeld, Kinderfreibeträge und kinderbezogene Leistungen gibt es auch im Freiwilligendienst, wenn du bisher ein Recht darauf hattest. Das ist genauso wie bei Schul- oder Berufsausbildungen und gilt bis zum Alter von 25 Jahren.

4) (Halb-)Waisenrente

Alle, die schon vor einem Freiwilligendienst (Halb-)Waisenrente aus der gesetzlichen Rentenversicherung bekommen, bekommen das Geld auch in der Zeit vom Freiwilligendienst. Dafür gibt es aber bestimmte Voraussetzungen. Die stehen im Sozialgesetzbuch VI³³.

[33] SGB VI § 48

13 Anerkennung der Fachhochschulreife (Fachabitur), Ausbildung und Studium, Bafög, Schulabschluss nach dem Freiwilligendienst

Ein Freiwilligendienst kann wichtige Erfahrungen für die persönliche und berufliche Entwicklung bringen. Gleichzeitig ist es für viele Jugendliche und junge Erwachsene wichtig, ihre schulische oder berufliche Laufbahn im Blick zu behalten. Dieses Kapitel informiert darüber, wie der Freiwilligendienst auf die Fachhochschulreife oder Bewerbungen angerechnet werden kann, welche Möglichkeiten für Ausbildung und Studium bestehen und wie finanzielle Unterstützung durch Bafög genutzt werden kann.



1) Fachhochschulreife (Fachabitur)

Der Freiwilligendienst kann für die Fachhochschulreife anerkannt werden. Er gilt dann als „praktischer/beruflicher Teil“. Ob das geht, solltest du klären, bevor du den Freiwilligendienst beginnst. Frag am besten beim Praktikantenamt oder deinem Träger nach. In der Regel gilt:

- » Du musst den theoretischen/schulischen Teil der Fachhochschulreife abgeschlossen haben.
- » Du musst den Freiwilligendienst über 12 Monate und in Vollzeit (mind. 35 Wochenarbeitsstunden) oder über 18 Monate in Teilzeit (mind. 30 Wochenarbeitsstunden) machen.

2) Ausbildung

Du musst ein Vorpraktikum oder eine praktische Tätigkeit für die Bewerbung um einen Ausbildungsplatz nachweisen? In einigen Fällen kannst du deinen Freiwilligendienst dafür nutzen (z.B. für die Ausbildung zur*em Erzieher*in). Du brauchst dafür einen Nachweis über deinen Freiwilligendienst. Diesen Nachweis (z.B. Zertifikat) bekommst du von deinem Träger.

3) Studium

Ein Freiwilligendienst kann in einigen Fällen deine Chance auf einen Studienplatz erhöhen:

- a)** Der Freiwilligendienst wird als Wartesemester angerechnet. Bei 12 Monaten Freiwilligendienst sind das zwei Wartesemester. In der Bewerbung für das Studium musst du ein Nachweis über deinen Freiwilligendienst (mindestens 6 Monate) einreichen.
- b)** Der Freiwilligendienst kann für bestimmte Studiengänge als praktische Tätigkeit angerechnet werden (z.B. für Soziale Arbeit oder Medizin). Dafür braucht es bestimmte Voraussetzungen (z.B. Freiwilligendienst

im Krankenhaus, Rettungsdienst, etc.) Ob und wie das geht, bestimmt die Hochschule/Universität. Informiere dich am besten dort über die Bedingungen.

c) Wenn du schon vor Beginn oder während des Freiwilligendienstes einen Studienplatz hast, dann ist der Studienplatz auch bis nach dem Freiwilligendienst gesichert. Du musst dich aber trotzdem nochmal bewerben!³⁴

In der Regel gehen Studium und Freiwilligendienst nicht gleichzeitig. Ein Freiwilligendienst ist meistens eine Haupt-Tätigkeit. Das heißt auch: Vollzeit-Tätigkeit. Ein Studium auch. Zwei Haupt-Tätigkeiten sind nicht erlaubt. Für einen Freiwilligendienst können aber Urlaubssemester genommen werden. Wenn die Hochschule es erlaubt, kann das Pflichtpraktikum auch als Freiwilligendienst gemacht werden.

4) Bafög³⁵

Du kannst zu Beginn deiner Ausbildung oder deines Studiums Bafög beantragen. Bafög ist eine finanzielle Unterstützung des Staates für junge Menschen, deren Familien nicht allein für ihre Ausbildung/Studium aufkommen können.

Bafög kann für die erste Ausbildung an berufsbildenden Schulen, Kollegs, Berufsakademien und Hochschulen (ggf. auch privat) beantragt werden.

- » Alle weiteren Informationen zum Antrag findest du Online³⁶.
- » Unter Umständen hast du auch einen Anspruch auf eine Studienstarthilfe (einmalig 1.000,00€). Darüber kannst du dich auch Online informieren³⁷.

5) Schulabschluss nach dem Freiwilligendienst

a) Als Schulpflichtige*r

Im Land Bremen beträgt die Schulpflicht 12 Jahre.

Du kannst dich bei einer Oberschule deiner Wahl in den angegebenen Fristen anmelden.

Ansonsten bist du verpflichtet dich bei der Zentralen Beratung Berufsbildung (siehe „wichtige Anlaufstellen“) zu melden.

b) Als nicht mehr Schulpflichtige*r

Du kannst auch nach deinem Freiwilligendienst deinen Schulabschluss nachholen oder einen Schulabschluss aufbauen. Das ist in Bremen und Bremerhaven auf verschiedenen Wegen möglich.



[34] § 34 HRG (Hochschulrahmengesetz)

[35] <https://www.bafög.de/>

[36] https://www.bmfrtr.bund.de/SharedDocs/Publikationen/DE/4/31831_BAfoeG_Info-flyer_Checks_aus.pdf?__blob=publicationFile&v=5

[37] https://www.bmfrtr.bund.de/SharedDocs/Publikationen/DE/4/31830_BAfoeG_Studienstarthilfe.pdf?__blob=publicationFile&v=5

c) Erwachsenenenschulen

Auf der Erwachsenenenschule³⁸ kannst du einen Abschluss kostenlos nachholen, wenn du bestimmte Anforderungen erfüllst:

» Erweiterte Berufsbildungsreife (ErwBBR) Mittlerer Schulabschluss (MSA):

Du bist mindestens 18 Jahre alt, hast die Einfache Berufsbildungsreife, bist berufstätig oder warst mindestens 6 Monate berufstätig (hier zählt auch ein Freiwilligendienst, Arbeitslosigkeit, Minijob, Praktika und die Führung eines Familienhaushaltes mit mind. Einem Kind)

» (Fach-)Abitur:

Du bist mindestens 19 Jahre alt, hast deinen Mittleren Schulabschluss, einen Berufsschulabschluss oder warst mindestens zwei Jahre berufstätig (hier zählt auch ein Freiwilligendienst, Arbeitslosigkeit, Minijob, Praktika und die Führung eines Familienhaushaltes mit mind. Einem Kind)

d) Berufsbildende Schulen

Eine weitere Möglichkeit ist der Besuch einer berufsbildenden Schule. Dort kannst du eine vollschulische Berufsausbildung machen, aber auch ggf. einen Schulabschluss nachholen. Die Anforderungen können unterschiedlich sein. Informiere dich am besten direkt an den Schulen oder suche eine der folgenden Beratungsstellen auf:



Wichtige Anlaufstellen:

Praktikantenamt

Praktikantenamt Bremen (Rembertiring 8-12, 28195 Bremen)
ZuerkennungFHR-Bremen@bildung.bremen.de, 0421 361 32401

Praktikantenamt der Stadt Bremerhaven (Walter-Kolb-Weg 2, 27568 Bremerhaven) BS.SophieScholl@schule.bremerhaven.de, 0471 - 590 4474

Berufsberatung

Berufsinformationszentrum (BIZ) Bremen
0421 1782601/2629, bremen.biz@arbeitsagentur



[38] Bremen: <http://www.erwachsenenschule.de/> und
Bremerhaven: <https://abendschule-bremerhaven.de/>

Zentrale Beratung Berufsbildung (ZBB) in der
Jugendberufsagentur (JBA)^[39]
Doventorsteinweg 48-52, 28195 Bremen
oder Lindenstr. 71, 28755 Bremen
0421 36119642, zbb@schulverwaltung.bremen.de

Berufsinformationszentrum (BIZ) Bremerhaven
Grimsbystr. 1, 27570 Bremerhaven
0471 9449245, bremervhaven.biz@arbeitsagentur.de

Beratung zu Bafög
Studierendenwerk Bremen - Amt für Ausbildungsförderung -
Studentenhaus Ebene 0
Bibliothekstraße 7, 28359 Bremen
0421 22010

Bei Arbeiterkind^[40] findest du Beratung, Hilfe und Austausch, wenn du
als Erste*r in deiner Familie studieren möchtest.



[39] <https://www.jugendberufsagentur-bremen.de>

[40] <https://arbeiterkind.de/>

Diese Publikation wurde gefördert durch:

Die Senatorin für Arbeit, Soziales,
Jugend und Integration



Freie
Hansestadt
Bremen

Impressum



FREIWILLIGENDIENSTE
BREMEN + BREMERHAVEN

Herausgeberin:

Landesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligendienste in Bremen
c/o Sozialer Friedensdienst Bremen e.V.

Dammweg 18-20

28211 Bremen

www.freiwilligendienste-bremen.de

Text:

Mara Sterra

Grafische Gestaltung:

SCHRÖDERS BÜRO

www.schroeders-buero.de

Druck:

UmweltDruckerei

www.dieumweltdruckerei.de

Bremen, August 2025