

SEIT 1989

# FRAU & BERUF

VERBESSERUNG DER CHANCEN VON FRAUEN  
AUF DEM ARBEITSMARKT IN SCHLESWIG-HOLSTEIN

IM FOKUS:

## BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG

FRAUEN AUF DEM WEG ZU BERUF, ARBEIT UND EXISTENZSICHERUNG



FRAU &  
BERUF

## EIN WORT ZUM ANFANG – WEGE FINDEN

Die dauerhafte Beteiligung und die gleichberechtigte Teilhabe von Frauen am Arbeitsmarkt ist ein wichtiges Ziel der Landesregierung. Vor dem Hintergrund der langfristig sinkenden Zahl von Arbeitskräften hat dies auch eine besondere Bedeutung für den Wirtschaftsstandort Schleswig-Holstein.

Um Frauen bei ihrem Wiedereinstieg in den Beruf zu unterstützen, fördert die Landesregierung die Beratungsangebote von FRAU & BERUF aus dem Landesprogramm Arbeit mit Mitteln des Landes und des Europäischen Sozialfonds.

FRAU & BERUF bietet flächendeckend in sieben Regionen des Landes Beratungen rund um den Berufseinstieg und die Rückkehr in die Erwerbstätigkeit an. Die Beratungen sind kostenfrei.



Die Aktion FRAU & BERUF wird aus dem Landesprogramm Arbeit mit Mitteln des Landes und des Europäischen Sozialfonds gefördert. Mehr Informationen im Internet: <https://www.schleswig-holstein.de/esf>

Nach einer beruflichen Auszeit in den Beruf zurückzukehren, das ist nicht von jetzt auf gleich zu schaffen. Es bringt große Veränderungen für Ihre Familie und für Sie selbst mit sich. Während der Familienarbeit haben Sie vielleicht neue Fähigkeiten und Interessen an sich entdeckt. Oder Sie haben Vorstellungen entwickelt, die auf eine grundlegende Veränderung der Berufstätigkeit abzielen.

Nehmen Sie sich Zeit, um dies herauszufinden. Planen Sie die Rückkehr in den Beruf sorgfältig, es ist eine Investition in Ihre Zukunft und nicht zuletzt in Ihre Alterssicherung.

Die Beratungsstellen FRAU & BERUF stehen Ihnen mit individueller und kostenloser Beratung auf diesem Weg zur Seite. Die vorliegende Broschüre kann Sie dabei unterstützen.

FRAU & BERUF Schleswig-Holstein

<b>ORIENTIERUNG FINDEN</b>	2
Motivation	
Die Rahmenbedingungen	
Die berufliche Ausgangsposition	
Wo liegen meine Chancen?	
<b>FACHWISSEN PRÜFEN UND AUSBAUEN</b>	6
Das persönliche Bildungsziel	
Bildung finanzieren	
<b>JOBSUCHE - VIELE WEGE FÜHREN ZUM ZIEL</b>	13
Viele Wege führen zum Ziel	
Minijob / Beschäftigung in der Gleitzone	
<b>BEWERBUNG UND VORSTELLUNGSGESPRÄCH</b>	16
Die schriftliche Bewerbung – Ihre Visitenkarte	
Weitere Formen der Bewerbung	
Das Vorstellungsgespräch	
<b>EXISTENZGRÜNDUNG – (M)EINE BERUFLICHE ALTERNATIVE</b>	19
Am Anfang steht die Gründungsidee	
Die Rahmenbedingungen	
Der Businessplan – das Gründungskonzept	
<b>ZUSAMMENFASSUNG</b>	23
Kontakt FRAU & BERUF	24
Impressum	

## ORIENTIERUNG FINDEN

Die Berufstätigkeit ist ein zentraler Faktor in unserem Leben, der sich unmittelbar auf alle anderen Lebensbereiche auswirkt.

Viele Frauen steigen in ihrem Leben zeitweise aus der Berufstätigkeit aus. In den meisten Fällen übernehmen sie Familienverantwortung. Aber auch eine Kündigung, Krankheit, Pflege eines Angehörigen oder ein Ortswechsel können zu einer Berufsunterbrechung führen.

Es gibt viele gute Gründe für eine Rückkehr in den Beruf. Oft wird der Wiedereinstieg auch als Neubeginn oder Wendepunkt im persönlichen Lebenslauf empfunden.

Wenn Sie ins Berufsleben zurückkehren wollen, dann sollten Sie diese Entscheidung nicht nebenbei oder übereilt, sondern mit Herz, Hand und Verstand angehen.

### MOTIVATION

Um die richtigen Entscheidungen für einen beruflichen Wiedereinstieg zu treffen, sollten Sie sich darüber klar werden, warum Sie wieder arbeiten wollen.

- Ich muss Geld verdienen, weil ich sonst kein Einkommen habe. Meine Familie ist auf ein zweites Einkommen angewiesen.
- Ich möchte finanziell unabhängiger sein und auch etwas für meine Rente tun.
- Ich möchte nicht nur Hausfrau und Mutter, sondern auch beruflich unterwegs sein.
- Ich möchte zeigen, was ich kann und meine Fähigkeiten entwickeln und ausbauen.
- Ich brauche neue Herausforderungen, berufliche Kontakte und Anerkennung.
- Ich möchte mich mit neuen Aufgaben identifizieren und in Beruf und Arbeit Verantwortung übernehmen

### DIE RAHMENBEDINGUNGEN

Vor dem Wiedereinstieg sollten Sie Ihre Rahmenbedingungen klären, denn sie geben den Gestaltungsspielraum vor. Welche familiären Verpflichtungen haben Sie und wie mobil sind Sie? Wie managen Sie Ihren Alltag? Viele Aspekte spielen eine Rolle:

- Versorgung der Kinder und/oder der zu pflegenden Familienangehörigen
- Partnerschaft und Freundschaften
- Ehrenämter und soziales Engagement
- Interessen und Hobbys
- Persönliche Erholung

Wieviel Zeit muss/kann/möchte ich für meine Erwerbstätigkeit aufwenden? Gerade Zeiten der Familienarbeit sind nicht frei einteilbar, sondern von Betreuungs- und Pflegezeiten anderer abhängig.

### DIE KINDERBETREUUNGS- UND PFLEGEANGEBOTE PRÜFEN

Prüfen Sie das Angebot Ihrer Region, denn das Platzangebot, die Erreichbarkeit, die Kosten, die Öffnungs-/Betreuungszeiten und auch die Wege und Übergänge sind noch immer entscheidende Faktoren für die Berufsplanung vieler Frauen mit Familie. Welche Ansprüche haben Sie und Ihre Familie und welche konkreten Angebote passen dazu? Haben Sie Alternativen?

Kinderbetreuung in Schleswig-Holstein  
[www.kitaportal-sh.de](http://www.kitaportal-sh.de)

### NEUE ARBEITSVERTEILUNG IN DER FAMILIE

Im Laufe der Jahre hat sich in Ihrer Familie eine Aufgabenverteilung entwickelt, die so eventuelle zukünftig nicht mehr umsetzbar sein wird. Führen Sie Gespräche mit Ihrer Familie. Setzen Sie auf die Unterstützung Ihres Partners/Ihrer Partnerin und auch der Kinder. Delegieren Sie, geben Sie Verantwortung ab, und überlegen Sie, ob Sie

Aufgaben in Haus und Garten Anderen z. B. gegen Entgelt überlassen können.

### MOBILITÄT

Den Arbeitsplatz um die Ecke – das wünschen sich viele, um Zeit und Geld zu sparen. Realistisch sind 30 Minuten Fahrzeit pro Strecke.

**Hinweis:** Die Arbeitsagentur setzt täglich zwei Stunden Weg bei einer Teilzeitarbeit als zumutbar an.

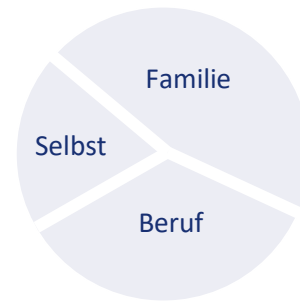
Entwerfen Sie Ihren persönlichen Radius. Wie weit können Sie täglich fahren? Prüfen und vergleichen Sie, welche Verkehrsmittel für Sie passend sind.

Damit Sie sich diese Frage beantworten können, überprüfen Sie Ihre gesamten Aktivitäten.

### WIE VIEL ZEIT WOFÜR?

Skizzieren Sie Ihr aktuelles Zeitbudget. Gibt es feste Zeiten für Kinder (z. B. Hausaufgabenbetreuung oder gemeinsames Spielen und Entspannen), für Ihre Partnerschaft und für sich selbst?

Welche dieser Aktivitäten wollen Sie während Ihrer Berufstätigkeit unbedingt beibehalten und was kann gegebenenfalls wegfallen oder anders organisiert werden?



Erstellen Sie einen Stunden-, Wochen-, Monats-, Jahresplan und tragen Sie Ihre persönlichen Zeiten ein:

- An welchen Tagen kann ich in welchem Umfang arbeiten?
- An welchen Tagen kann ich eventuell arbeiten?
- An welchen Tagen und zu welchen Zeiten kann ich auf keinen Fall arbeiten?

Markieren Sie diese Zeiten farblich unterschiedlich, um klar zu erkennen, wie viel Zeit Ihnen für Ihre Erwerbstätigkeit zur Verfügung steht. Bedenken Sie, dass sich Ihre verfügbare Zeit aufgrund veränderter familiärer Verpflichtungen ändern wird.

## DIE BERUFLICHE AUSGANGSPOSITION

Analysieren Sie Ihre beruflichen Qualifikationen, Ihre Erfahrungen, Fähigkeiten, Interessen und Neigungen.

Im Berufsalltag ist mehr als reines Fachwissen gefragt. Wenn Sie Ihre Fähigkeiten auflisten, denken Sie auch an Ihre Schlüsselkompetenzen. Hierzu gehören Geduld, die Fähigkeit Verantwortung zu übernehmen, nach Wichtigkeiten unterscheiden zu können und soziale Kompetenzen. Solche Soft Skills erwerben wir nebenbei und unbewusst im Laufe unseres Lebens durch Ausbildung und Beruf, aber auch durch Familienarbeit, Freizeit und Ehrenamt.

Gewichten Sie Ihre Fähigkeiten, Kenntnisse, Erfahrungen. Analysieren Sie Ihre Interessen. Welche Tätigkeiten geben Ihnen Kraft? Wo treffen sich Fähigkeiten und Interessen? Erstellen Sie für sich ein Kompetenzprofil.

Stärken erkennen - Stärken nutzen:  
[www.profilpass.de](http://www.profilpass.de)

Um Ihre Qualifikation besser einordnen zu können und mehr Klarheit für Ihre beruflichen Perspektiven zu gewinnen,

- informieren Sie sich über Ihren und Sie interessierende Beruf/e,
- beobachten Sie den Stellenmarkt,
- lesen Sie Fachliteratur und informieren Sie sich bei Berufsfachverbänden,
- tauschen Sie sich im Familien- und Freundeskreis aus,
- nutzen Sie das kostenfreie Beratungsangebot von FRAU & BERUF.

Beratung FRAU & BERUF

[www.frau-und-beruf-sh.de](http://www.frau-und-beruf-sh.de)

Wiedereinstieg

<https://www.perspektiven-schaffen.de>

Informationen zu Berufen, Qualifikationsanforderungen und zum Stellenmarkt:

Berufenet und Jobbörse

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

Mit dieser Analyse lassen sich die folgenden Fragen leichter beantworten:

- Wo stehe ich heute?
- Was möchte ich ändern?
- Welche Fähigkeiten möchte ich ausbauen und hinzugewinnen?
- Was möchte ich neu einbringen?
- Was möchte ich beruflich erreichen?

Für diese Aufgabe brauchen Sie Zeit, Energie und Aufmerksamkeit, um sich zu besinnen, zu konzentrieren und zu motivieren.

### WO LIEGEN MEINE CHANCEN?

Nachdem Sie Ihr Zeitbudget kennen, Ihre Rahmenbedingungen und Ihre beruflichen Kompetenzen und Wünsche geklärt haben, müssen Sie prüfen, wie Ihr persönlicher Wiedereinstieg aussehen soll.

- Ist eine Rückkehr an den früheren Arbeitsplatz möglich?
- Will ich an meine Berufsausbildung anknüpfen?
- Ist eine berufliche Neuorientierung, sinnvoll?
- Muss ich meine Qualifikationen auffrischen und ausbauen?
- Ist eine neue Ausbildung sinnvoll?
- Kommt für mich eine Selbständigkeit in Frage?

Holen Sie sich Unterstützung, tauschen Sie sich aus, z. B. mit berufstätigen Frauen oder mit den Beraterinnen der Beratungsstellen FRAU & BERUF. Machen Sie sich Notizen, gewichten Sie Ihre Informationen.

### ZURÜCK AN DEN FRÜHEREN ARBEITSPLATZ

Nach der Elternzeit beruflich wieder einzusteigen, bedarf konkreter Verabredungen mit Ihrem/r Arbeitgeber\*in, die möglichst frühzeitig, am besten bereits beim Ausstieg in die Elternzeit, getroffen werden sollten z. B. über

- die Dauer der Elternzeit
- die Arbeit während der Elternzeit
- die Arbeitszeit nach der Elternzeit
- den Kontakt während der Elternzeit

Die Erfahrungen zeigen, dass die Berufsunterbrechung wegen der Familienarbeit häufig länger dauert als ursprünglich geplant. In diesem Fall muss mit dem/der Arbeitgeber\*in neu verhandelt werden. Erleichtert wird die Rückkehr, wenn Sie während der Elternzeit Kontakt zum Unternehmen halten.

Bedenken Sie Folgendes:

- Sind neue Arbeitszeitmodelle erforderlich, weil es die Familienarbeit erfordert oder neue Arbeitswege berücksichtigt werden müssen?
- Haben Sie über Ihre künftigen Arbeitsaufgaben neue Vorstellungen entwickelt oder streben Sie eine Veränderung innerhalb des Unternehmens an?

- Klären Sie, wie die Einarbeitung erfolgen soll.
- Von Seiten des Betriebes ergeben sich oft ebenfalls Veränderungen. Anforderungen an Ihre Flexibilität und Ihr Profil stellen sich eventuell neu. Dafür sollten Sie das Gespräch mit Personalabteilung, Vorgesetzten und Betriebs- oder Personalrat suchen.

Gehen Sie nur gut vorbereitet in Gespräche und Verhandlungen mit dem/der Arbeitgeber\*in. Planen Sie eine Bedenkzeit ein, damit Sie Ihre Vorstellungen auch umsetzen können. Denken Sie daran, dass unter Umständen gesetzliche Fristen zu wahren sind.

Elternzeit [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)  
 Teilzeit- und Befristungsgesetz  
[www.gesetze-im-internet.de](http://www.gesetze-im-internet.de)  
 Mindestlohn [www.bmas.de](http://www.bmas.de)  
 Minijob [www.minijob-zentrale.de](http://www.minijob-zentrale.de)  
 Teilzeitarbeit [www.bmas.de](http://www.bmas.de)

### NEUE ARBEITSFELDER ERSCHLIEßEN

Wenn eine Rückkehr zum früheren Arbeitgeber nicht möglich ist, müssen Sie über eine berufliche Neuorientierung nachdenken.

Mit dem Wiedereinstieg verbindet sich die Chance, berufliche Ziele neu zu formulieren. In Zeiten der Familienarbeit haben

Frauen viele Kompetenzen erworben, die beruflich genutzt werden können.

Wo soll es hingehen? Was ist die richtige, was ist gute Arbeit für Sie? Gibt es andere Wünsche, andere lange gehegte Ideen, die Sie realisieren möchten?

Sie entscheiden, ob es bei Ihrem Wiedereinstieg darum geht, möglichst schnell ein ergänzendes Familieneinkommen zu erzielen oder eine neue berufliche Perspektive zu entwickeln. Überlegen Sie, wie Ihre berufliche Situation in fünf oder zehn Jahren aussehen soll.

Veränderungen am Arbeitsmarkt sind zu erforschen und bei der Planung zu berücksichtigen.

Klarheit auf diversen Ebenen zu schaffen ist echte Arbeit und ein Reifungsprozess. Nutzen Sie Ihre Kreativität für die eigene Sache. Pflegen und stärken Sie Ihr Selbstbewusstsein, überwinden Sie Enttäuschung und Stagnation, indem Sie sich mit anderen Betroffenen austauschen.

Holen Sie sich professionelle Unterstützung, um den Überblick zu behalten und konzentriert die nächsten Schritte zu unternehmen.

Informationsveranstaltungen für Wiedereinsteigerinnen können dabei eine Hilfe sein, aber auch persönliche Beratungen helfen, Entscheidungen zu treffen.

Anregungen zu alternativen beruflichen Tätigkeiten [www.ben.arbeitsagentur.de](http://www.ben.arbeitsagentur.de)  
<https://berufenet.arbeitsagentur.de>  
 Veranstaltungen/Beratung FRAU & BERUF  
[www.frau-und-beruf-sh.de](http://www.frau-und-beruf-sh.de) (Region wählen)  
 Veranstaltungsdatenbank Arbeitsagentur  
[www.web.arbeitsagentur.de](http://www.web.arbeitsagentur.de)

### ABSICHERUNG KLÄREN – ANSPRÜCHE SICHERN

Wenn Sie nicht zu Ihrem alten Arbeitgeber zurückkehren können oder wollen, sollten Sie klären, ob Sie noch Anspruch auf Arbeitslosengeld haben.

Personen, die sich in der Erziehungs- oder Elternzeit befinden und danach keine Beschäftigungsmöglichkeit finden, müssen sich drei Monate vor Beendigung der Erziehungs- oder Elternzeit (pro Kind drei Jahre) persönlich bei der Agentur für Arbeit melden, um Ihre Ansprüche auf Arbeitslosengeld geltend zu machen.

Die Arbeitslosmeldung dient der Sicherung Ihrer finanziellen Ansprüche. Sie ist eine unverzichtbare Voraussetzung für den Bezug

von Arbeitslosengeld, der Kranken- und Altersversicherung.

Berufsrückkehrende Frauen und Männer im Sinne der Arbeitsagentur sind Personen, die ihre Erwerbstätigkeit, Arbeitslosigkeit oder betriebliche Berufsausbildung wegen der Betreuung und Erziehung aufsichtsbedürftiger Kinder bis zur Vollendung des 15. Lebensjahres oder der Betreuung pflegebedürftiger Angehöriger unterbrochen haben und in angemessener Zeit danach in die Erwerbstätigkeit zurückkehren wollen.

Um der Altersarmut vorzubeugen, sollten Sie Ihre Altersversorgung klären. Suchen Sie nach Auskunft- und Beratungsstellen und Versichertenberatern/-ältesten in Ihrer Nähe (Internetseite der Deutschen Rentenversicherung). Achten Sie auf im Sinne des Rententrägers nachweisbare Zeiten. Das sind auch Zeiten der Arbeitslosmeldung bei der Arbeitsagentur.

Arbeitsagentur [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
Deutsche Rentenversicherung  
[www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)  
Wiedereinstiegsrechner  
[www.wiedereinstiegsrechner.de](http://www.wiedereinstiegsrechner.de)  
Entgeltrechner [www.web.arbeitsagentur.de](http://www.web.arbeitsagentur.de)

## BERUFLICHE REHA: ERSTE SCHRITTE ZURÜCK IN DIE ARBEITSWELT

Immer häufiger sind Erkrankungen wie Rückenleiden, Herz-Kreislaufkrankungen oder psychische Erkrankungen wie Burn-out und Depressionen Ursache für eine berufliche Neuorientierung.

Wenn Sie aus gesundheitlichen Gründen Unterstützung brauchen, um im Berufsleben wieder Fuß zu fassen, können Sie auf unterschiedliche Angebote zurückgreifen:

- Leistungen zur medizinischen und beruflichen Rehabilitation
- unterhaltssichernde Maßnahmen
- Leistungen zur Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft
- Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben

Wenden Sie sich an die Servicestellen für Rehabilitation der Rentenversicherung. Hier erhalten Sie Beratung, Unterstützung und Informationen zu den Leistungsträgern, zu Zielsetzung, Zweckmäßigkeit und Erfolgsaussicht möglicher Leistungen. Hier können Sie Ihren persönlichen „Antrag zur Teilhabe am Arbeitsleben“ in allen Einzelheiten besprechen.

In einem individuellen Rehabilitationsplan wird vereinbart, welche Maßnahmen die Teilhabe am Arbeitsleben sichern helfen.

Das reicht von technischer Unterstützung am Arbeitsplatz bis hin zur Umschulung. Die Berufswahlentscheidungen werden durch Expertenteams begleitet.

Informationen dazu finden Sie unter  
[www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)  
[www.teilhabeberatung.de](http://www.teilhabeberatung.de)  
Beratungsangebote Reha/ Integration  
Ratgeber-Behinderung [www.betanet.de](http://www.betanet.de)  
Unterstützung durch den Sozialverband  
[www.sovd.de](http://www.sovd.de)

## FACHWISSEN PRÜFEN UND AUSBAUEN

6

Eine erste Bestandsaufnahme über Ihr Fachwissen haben Sie bereits vorgenommen. Nun geht es darum, wie Sie Ihre Fähigkeiten ausbauen, festigen und z. B. eine Weiterbildung finanzieren können.

Berufsabschlüsse haben in der Arbeitswelt in Deutschland einen hohen Stellenwert. Geringqualifizierte sind überdurchschnittlich hoch von Langzeitarbeitslosigkeit betroffen. Ein guter Grund, sich mit dem Thema der beruflichen Aus- und Weiterbildung an dieser Stelle noch einmal intensiver zu beschäftigen.

## DAS PERSÖNLICHE BILDUNGSZIEL

Die Bildungsziele können sehr unterschiedlich aussehen:

- eine Erstausbildung
- eine Anpassungsqualifikation
- eine Aufstiegsfortbildung
- die Beendigung, Weiterführung oder Aufnahme eines Studiums

Welcher Abschluss ist für Sie wichtig?  
Reicht ein Zertifikat oder soll es ein staatlich anerkannter Berufsabschluss sein?

Bevor Sie sich für eine Weiterbildungsmaßnahme entscheiden, sollten Sie Folgendes klären:

- Termine, Dauer, Anmeldefristen der Maßnahme
- Qualität der Bildungseinrichtung
- Qualität der Weiterbildung und der Dozent\*innen (Zertifizierung)
- Zusammensetzung der Teilnehmer\*innen (Ist das Bildungsniveau ähnlich oder sehr unterschiedlich?)
- Finanzierung (s. u.)

Auch der zeitliche Rahmen kann sehr unterschiedlich sein. Welche Unterrichtsform lässt sich mit Ihren Interessen am besten vereinbaren?

- Vollzeit
- Teilzeit
- berufsbegleitend
- Online-/Fernkurs oder Präsenzveranstaltung

Um das passende Bildungsangebot in Ihrer Region zu finden, nutzen Sie das regionale Beratungsangebot von FRAU & BERUF, die Weiterbildungsberatung oder die Agentur für Arbeit. Datenbanken im Internet verschaffen einen guten Überblick über das regionale und überregionale Weiterbildungsangebot.

Kursportal Schleswig-Holstein  
[www.sh.kursportal.info](http://www.sh.kursportal.info)  
Deutscher Bildungsserver für Weiterbildung  
[www.iwwb.de](http://www.iwwb.de)  
Kursportal der Arbeitsagentur  
[www.kursnet.arbeitsagentur.de](http://www.kursnet.arbeitsagentur.de)  
Kurssuche der Volkshochschulen  
[www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)

Fragen zur Weiterbildung?  
[www.weiterbilden-sh.de](http://www.weiterbilden-sh.de)  
[www.der-weiterbildungsratgeber.de](http://www.der-weiterbildungsratgeber.de)  
Infotelefon des Bundesministeriums für Bildung und Forschung **0800 2017909**

## BERUFSABSCHLUSS NACHHOLEN

Sie haben mehrjährige Berufserfahrungen, können aber auf keinen anerkannten Berufsabschluss verweisen? Wenn Sie mindestens das Eineinhalbfache der vorgeschriebenen Ausbildungszeit, in der Regel 4,5 Jahre, in einem Beruf tätig sind bzw. waren (§ 45 Absatz 2 Satz 1 Berufsbildungsgesetz), haben Sie ausreichend Fachwissen angesammelt, um einen anerkannten Berufsabschluss nachzuholen. Über Kurse und selbstorganisiertes Lernen kann die Vorbereitung auf eine externe Prüfung vor den Kammern erfolgen. Auskünfte zu den Antrags- und Verfahrenswegen erteilen die Berufsberater\*innen der IHK Schleswig-Holstein und der Handwerkskammer.

Suchbegriff: Externenprüfung  
[www.ihk-schleswig-holstein.de](http://www.ihk-schleswig-holstein.de)  
oder Ihre regionale Handwerkskammer

## E-LEARNING

Das Angebot an Fernunterricht und E-Learning nimmt immer breiteren Raum in der Bildungslandschaft ein. Eine gute Lösung für alle, die aus persönlichen Gründen das Lernen von zu Hause aus planen wollen bzw. müssen.



Zentralstelle für Fernstudien an  
Fachhochschulen [www.zfh.de](http://www.zfh.de)  
Staatliche Zentralstelle für Fernunterricht  
[www.zfu.de](http://www.zfu.de)  
Kursportal Fernunterricht Hamburg  
[www.fernunterricht.kursportal.info](http://www.fernunterricht.kursportal.info)

Die Bundesagentur für Arbeit hält auf ihren Seiten verschiedene Informationen rund um Karriere und Weiterbildung bereit. Für ein kostenfreies Online-Weiterbildungsangebot können Sie nach Interesse und Bedarf aus verschiedenen Themengebieten wählen.

Karriere und Weiterbildung  
[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
New Plan – Möglichkeiten testen  
[www.arbeitsagentur.de/k/newplan](http://www.arbeitsagentur.de/k/newplan)  
KURSNET mit Weiterbildungssuche  
[www.arbeitsagentur.de/kursnet](http://www.arbeitsagentur.de/kursnet)

### ANERKENNUNG AUSLÄNDISCHER BILDUNGS- UND BERUFSABSCHLÜSSE

Die Anerkennung ausländischer Bildungs- und Berufsabschlüsse ist höchst komplex. Hochqualifizierte Zuwanderer\*innen haben häufig Probleme, ihre im Herkunftsland erworbenen Qualifikationen anerkennen zu lassen und sind daher besonders oft in Tätigkeitsbereichen zu finden, für die sie eigentlich überqualifiziert sind.

Das **IQ Netzwerk Schleswig-Holstein** berät und begleitet Migrant\*innen im Anerkennungsverfahren und bei der Vermittlung von Anpassungsqualifizierungen.

### ZUSCHUSS FÜR DIE BERUFS-ANERKENNUNG

Der Anerkennungszuschuss, von maximal 600 Euro, richtet sich an Personen, die ihre ausländische Berufsqualifikation anerkennen lassen wollen, seit mindestens drei Monaten ihren Aufenthalt bzw. Hauptwohnsitz in Deutschland haben und die keine anderweitige Unterstützung erhalten. Das zu versteuernde Einkommen darf 26.000 Euro bzw. bei gemeinsam Veranlagten 40.000 Euro nicht übersteigen. Gefördert werden können die Kosten für:

- Gebühren und Auslagen des Anerkennungsverfahrens
- Übersetzungen, Beglaubigungen und Gutachten
- Beschaffung von Nachweisen
- Qualifikationsanalysen
- Fahrten innerhalb Deutschlands im Rahmen des Anerkennungsverfahrens

Anträge können bis zum 31.12.2022 gestellt werden.

Anerkennungszuschuss  
[www.anerkennung-in-deutschland.de](http://www.anerkennung-in-deutschland.de)  
IQ (Integration durch Qualifizierung)  
Netzwerk-Schleswig-Holstein  
[www.iq-netzwerk-sh.de](http://www.iq-netzwerk-sh.de)

### BILDUNG FINANZIEREN

Bildung kostet Zeit und Geld. Aber Bildung ist eine Investition in Ihre Zukunft. Nachfolgend werden Ihnen ausgewählte Fördermöglichkeiten von Aus-, Fort- und Weiterbildung vorgestellt. Die Übersicht erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Förderbedingungen unterliegen ständigen Veränderungen. Deshalb informieren Sie sich bitte immer zusätzlich auf den angegebenen Internetseiten.

### WEITERBILDUNGSBONUS SCHLESWIG-HOLSTEIN

Mit Hilfe des Weiterbildungsbonus können die Kosten für eine berufliche Weiterbildung für Erwerbstätige bezuschusst werden. Eine Chance, die eigene Qualifikation zu verbessern, an veränderte Anforderungen, für den beruflichen Aufstieg oder eine Umorientierung anzupassen und so die berufliche Zukunft bestmöglich abzusichern. Ganz gleich, ob Sie Beschäftigte, Auszubildende, Minijobberin, freiberuflich tätig sind

oder ein Klein(st)gewerbe (mit Sitz in Schleswig-Holstein) betreiben.

Der Zuschuss zu der beruflichen Weiterbildungsmaßnahme umfasst bis zu 40 Prozent der zuwendungsfähigen Seminarkosten, höchstens jedoch 1.500 Euro der Gesamtmaßnahme pro Kalenderjahr. Die verbleibenden 60 Prozent der Seminarkosten sind von der Arbeitgeberin/dem Arbeitgeber oder der/dem Erwerbstätigen zu übernehmen. Kosten für Weiterbildungsmaßnahmen unter 16 Zeitstunden sind nicht zuwendungsfähig.

Die Beratungsstellen FRAU & BERUF unterstützen Sie bei der Auswahl geeigneter Weiterbildungen und der Antragstellung. Der Weiterbildungsbonus wird aus EU-Mitteln im Rahmen des "Landesprogramm Arbeit" gefördert. Bewilligungsbehörde ist die Investitionsbank Schleswig-Holstein.

Weiterbildungsbonus Schleswig-Holstein  
[www.ib-sh.de/weiterbildungsbonus](http://www.ib-sh.de/weiterbildungsbonus)

**WICHTIG:** Der Antrag muss bis spätestens zwei Wochen vor Beginn der Weiterbildung eingereicht werden. Es besteht die Möglichkeit zur Genehmigung des vorzeitigen Maßnahmebeginns.

## WEITERBILDUNG BESCHÄFTIGTER IN UNTERNEHMEN – QUALIFIZIERUNGSOFFENSIVE WEITER.BILDUNG!

Die Agentur für Arbeit fördert mittels teilweiser oder vollständiger Erstattung der Lehrgangskosten sowie durch Zuschüsse zum Arbeitsentgelt die gezielte berufliche Qualifizierung von Beschäftigten. Die Kostenerstattung variiert hierbei, nach Betriebsgröße, zwischen 15 und 100 %.

Folgende Voraussetzungen müssen für diese Förderleistungen erfüllt sein:

- Die berufliche Weiterbildung umfasst mehr als 120 Stunden.
- Die berufliche Weiterbildung sowie ihr Träger sind für die Förderung zugelassen.

Für die Beratung und Antragstellung ist der Arbeitgeber-Service der zuständigen Arbeitsagentur Ihres Arbeitgebers zuständig.

## BILDUNGSGUTSCHEIN

Die Agentur für Arbeit und das Jobcenter können Bildungsgutscheine an Menschen vergeben, die arbeitslos oder akut von Arbeitslosigkeit bedroht sind und sich arbeitslos gemeldet haben. Die Weiterbildungsmaßnahme muss notwendig sein und sie

muss geeignet sein, einen erfolgreichen Abschluss zu erwarten.

Das bedeutet:

- Die Arbeitsvermittlung wägt ab, ob die Arbeitslosigkeit durch eine Weiterbildung beendet werden kann,
- prüft, ob eine drohende Arbeitslosigkeit durch eine Qualifizierung abgewendet werden kann,
- prüft, ob mit dem angestrebten Bildungsziel ein Berufsabschluss nachgeholt werden kann.

Der Bildungsgutschein weist das Bildungsziel, den zeitlichen Umfang und den regionalen Geltungsbereich aus. Entsprechend der Angaben auf dem Bildungsgutschein suchen Sie sich einen geeigneten Kurs unter den regionalen Anbietern aus. Dieser muss entsprechend der Zulassungsverordnung Arbeitsförderung zugelassen sein. Die Gültigkeitsdauer ist befristet. Über die genauen Fördermodalitäten berät Sie die örtliche Agentur für Arbeit sowie die Beratungsstellen FRAU & BERUF.

Bildungsgutschein der Arbeitsagentur  
[www.arbeitsagentur.de/bildungsgutschein](http://www.arbeitsagentur.de/bildungsgutschein)  
Informationen zu zugelassenen Maßnahmen finden Sie in den auf S. 7 angeführten Weiterbildungsdatenbanken.

Neben der Förderung über den Bildungsgutschein gibt es auch die Möglichkeit der Teilnahme an einer Bildungsmaßnahme, die von der Agentur für Arbeit oder des Jobcenters in Auftrag gegeben wurde. (z. B. Erwerb von Grundkompetenzen, umschulungsbegleitende Hilfen).

### **FINANZIERUNG DES LEBENSUNTERHALTES WÄHREND EINER BERUFS-AUSBILDUNG (IN TEILZEIT)**

Für alleinerziehende junge Mütter ohne Ausbildung stellt sich häufig die Frage, wie sie ihren Lebensunterhalt während einer betrieblichen oder außerbetrieblichen Berufsausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf sichern können. Eine Ausbildung ist in vielen Berufen auch in Teilzeit möglich. Bei dualen Ausbildungen in Teilzeit wird eine Ausbildungsvergütung gezahlt. Sie haben u. U. auch Anspruch auf folgende Leistungen:

- Berufsausbildungsbeihilfe BAB
- BAföG
- Elterngeld
- Eigenes Kindergeld, sofern es durch die Eltern zur Verfügung gestellt wird
- Kindergeld des Kindes, Kinderzuschlag
- Unterhalt vom Kindsvater oder/und Unterhaltsvorschuss

- Leistungen nach dem SGB II (Sozialgeld, Kosten der Unterkunft, Heizung, Mehrbedarf für Alleinerziehende etc.)
- Leistungen der Eltern (Unterhalt, ergänzend zur BAB)

Schüler\*innen und Auszubildende mit einem Anspruch auf BAB oder BAföG haben zusätzlich einen Anspruch auf ergänzendes ALG II. Diese Anträge auf Leistungen nach dem SGB II sind beim zuständigen Jobcenter zu stellen.

### **BERUFS-AUSBILDUNGSBEIHILFE (BAB)**

Berufsausbildungsbeihilfe können Sie, unabhängig vom Alter, während der ersten beruflichen Ausbildung sowie während einer berufsvorbereitenden Bildungsmaßnahme einschließlich der Vorbereitung auf den nachträglichen Erwerb des Hauptschulabschlusses oder eines gleichwertigen Schulabschlusses erhalten.

Auszubildende erhalten Berufsausbildungsbeihilfe, wenn sie während der Ausbildung nicht bei den Eltern wohnen können, weil der Ausbildungsbetrieb zu weit entfernt ist. Sind Auszubildende über 18 Jahre alt oder in einer Lebenspartnerschaft verbunden oder haben ein Kind, können sie auch in erreichbarer Nähe zum Elternhaus leben.

Der Antrag ist bei der Bundesagentur für Arbeit zu stellen, in deren Bezirk die Auszubildende ihren Wohnsitz oder ihren Aufenthalt hat. Weiterführende Informationen erhalten Sie bei der für Sie zuständigen Agentur für Arbeit.

BAB-Rechner

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

### **BAFÖG - FÖRDERUNG NACH DEM BUNDESAUSBILDUNGSFÖRDERUNGSGESETZ**

Ziel des BAföG ist es, allen jungen Menschen die Möglichkeit zu geben, unabhängig von ihrer sozialen und wirtschaftlichen Situation eine Ausbildung zu absolvieren, die ihren Fähigkeiten und Interessen entspricht.

Voraussetzungen für den Anspruch auf Ausbildungsförderung sind grundsätzlich:

- die deutsche Staatsangehörigkeit oder ein in § 8 BAföG aufgeführter Aufenthaltsrechtlicher Status,
- die allgemeine Eignung für die gewählte Ausbildung,
- das Nichtüberschreiten der Altersgrenze von 45 Jahren bei Beginn der Ausbildung (Ausnahmen sind unter § 10 Abs. 3 Satz 2 BAföG geregelt).

Informationen unter [www.bafög.de](http://www.bafög.de)  
BAföG Rechner [www.bafog-rechner.de](http://www.bafog-rechner.de)

### AUFSTIEGS-BAFÖG

Das Aufstiegs-BAföG (Aufstiegsfortbildungsförderungsgesetz AFBG) wird von Bund und Ländern gemeinsam finanziert und teils als Zuschuss (50 %), teils als Darlehen gezahlt. Gefördert werden prinzipiell alle Berufsberufe, einschließlich der Gesundheits- und Pflegeberufe. Bei Vollzeitmaßnahmen kann ein Beitrag zum Lebensunterhalt gezahlt werden. Die Förderung ist an bestimmte persönliche, qualitative und zeitliche Anforderungen geknüpft und unterliegt keiner Altersgrenze.

Aufstiegsfortbildungsmaßnahmen in allen Wirtschaftsbereichen sind in der Regel förderungsfähig, wenn sie auf eine abgeschlossene Erstausbildung aufbauen, gezielt auf eine öffentlich-rechtlich geregelte Prüfung vorbereiten, mindestens 400 Unterrichtsstunden umfassen (die Gesamtdauer ist maßgebend) und in Vollzeitform insgesamt nicht länger als drei Jahre, in Teilzeitform nicht länger als vier Jahre dauern. Auch Bachelorabsolvent\*innen, die eine Meisterprüfung machen wollen, können BAföG beantragen.

Nach erfolgreichem Abschluss der Fortbildung, und im Falle einer anschließenden Existenzgründung, können auf Antrag Teile Darlehens für die Lehrgangs- und Prüfungsgebühren erlassen werden.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.aufstiegs-bafog.de](http://www.aufstiegs-bafog.de).  
Persönliche Beratung erhalten Sie bei der Investitionsbank Schleswig-Holstein [www.ib-sh.de](http://www.ib-sh.de), die auch die Anträge bearbeitet.

### BILDUNGSKREDIT (KfW)

Studierende sowie Schüler\*innen in fortgeschrittenen Ausbildungsphasen können im Rahmen des Bildungskreditprogramms der Bundesregierung einen zeitlich befristeten, zinsgünstigen, nach individuellen Bedürfnissen flexibel anpassbaren Kredit zur Ausbildungsfinanzierung erhalten. Dieser steht neben oder zusätzlich zum BAföG zur Verfügung. Einkommen und Vermögen der Auszubildenden, ihrer Eltern oder ihrer Partner\*innen spielen keine Rolle. Ausländische Studierende, die einen BAföG-Anspruch haben, können auch einen Bildungskredit beantragen

Berechtigt sind volljährige Schüler\*innen, die bereits über einen qualifizierenden Berufsabschluss verfügen oder diesen mit

dem Abschluss ihrer gegenwärtigen schulischen Ausbildung erlangen werden und im vorletzten und letzten Jahr dieser Ausbildung stehen.

Ferner sind Studierende zum Bezug des Kredites berechtigt, die sich in einer fortgeschrittenen Phase ihres Studiums befinden.

Weitere Informationen:  
[www.bildungskredit.de](http://www.bildungskredit.de)

### KfW-STUDIENKREDIT

Der KfW-Studienkredit hält Ihnen während eines Studiums finanziell den Rücken frei. Bis zu 14 Semester lang können Sie über einen KfW-Studienkredit Ihre Lebenshaltungskosten oder einen Teil davon mit monatlichen Beträgen von 100 bis zu 650 Euro finanzieren. Wichtig ist, dass Sie zu Beginn der Finanzierung volljährig und höchstens 44 Jahre alt sind.

Die Konditionen: moderate Sollzinsen, keine Sicherheiten erforderlich, einkommens- und elternunabhängig, flexible und moderate Auszahlung und Rückzahlung sowie die Möglichkeit der außerplanmäßigen Tilgung. In der Tilgungsphase zahlen Sie nach 18 bis 23 Monaten Ihr Darlehen in monatlichen Raten von mind. 20,00 Euro

innerhalb von max. 25 Jahren bzw. bis zum 67. Lebensjahr zurück.

Ihren Kreditantrag reichen Sie bei einem KfW-Vertriebspartner ein (beim Studentenwerk, einer Bank oder Sparkasse vor Ort).

Weitere Informationen erhalten Sie unter:  
[www.kfw.de](http://www.kfw.de)

### WEITERBILDUNGSSTIPENDIUM

Das Programm "Begabtenförderung berufliche Bildung" unterstützt talentierte und leistungsbereite junge Fachkräfte, die einen Abschluss in einer dualen Berufsausbildung oder in einem Gesundheitsfachberuf haben, drei Jahre gearbeitet haben und sich in ihrem Beruf in der Regel durch berufs begleitende Weiterbildung weiter qualifizieren wollen.

Voraussetzungen der Förderung sind ein hervorragender Berufsabschluss und ein Eintrittsalter von maximal 24 Jahren (Ausnahmen u. a. bei Elternzeit).

Die Förderung umfasst Zuschüsse für Kosten von anspruchsvollen Weiterbildungen in Höhe von insgesamt maximal 7.200 Euro, bei einem Eigenanteil von 10 %, verteilt über drei Jahre. Der Eigenanteil schmälert nicht Ihren Gesamtförderbetrag. Das Stipendium wird für drei Kalenderjahre

gewährt und endet immer am 31. Dezember des dritten Förderjahres.

Das Stipendium fördert beliebig viele förderfähige fachliche Lehrgänge, zum Beispiel zur Technikerin, zur Handwerksmeisterin oder zur Fachwirtin, aber auch fachübergreifende Weiterbildungen, z. B. IT-Kurse oder Intensivsprachkurse. Unter bestimmten Voraussetzungen kann auch ein berufsbegleitendes Studium gefördert werden.

Weitere Informationen erhalten Sie unter:  
[www.sbb-stipendien.de](http://www.sbb-stipendien.de)

### AUFSTIEGSSTIPENDIUM

Das Programm "Aufstiegsstipendium" ist ein Programm der Begabtenförderung des Bundes und richtet sich an alle Frauen und Männer, die ihre Berufsausbildung oder Aufstiegsfortbildung besser als "gut" abgeschlossen und danach mindestens zwei Jahre in ihrem Job gearbeitet haben. Auch wer an bundesweiten Leistungswettbewerben erfolgreich teilgenommen hat oder von seinem Chef eine besondere Begabung bescheinigt bekommt, kann gefördert werden. Mit dem Aufstiegsstipendium wird ein Erststudium in Vollzeit oder berufsbegleitend an einer staatlichen oder staatlich anerkannten Hochschule gefördert.

Das Angebot gilt zudem für alle, die vor, während oder nach ihrer Ausbildung die schulische Hochschulreife erlangt haben. Alter und Einkommen spielen keine Rolle. Gefördert wird, wer an einer staatlichen oder staatlich anerkannten Hochschule in Deutschland, einem EU-Staat oder der Schweiz sein Studium absolviert und als Abschluss Bachelor, Magister, Diplom oder Staatsexamen anstrebt.

Weitere Informationen erhalten Sie unter:  
[www.bmbf.de](http://www.bmbf.de)  
[www.sbb-stipendien.de](http://www.sbb-stipendien.de)

## JOBSUCHE – VIELE WEGE FÜHREN ZUM ZIEL



Nachdem Sie Ihre beruflichen Qualifikationen, Erfahrungen und Ihre persönlichen Eigenschaften (Soft Skills) analysiert und bewertet haben, sollten Sie genau überlegen, um welchen Arbeitsplatz bzw. bei welchem Unternehmen Sie sich bewerben.

Ob eine Jobsuche erfolgreich verläuft, liegt nicht allein an äußeren Faktoren wie z. B. der aktuellen Lage auf dem Arbeitsmarkt, sondern auch daran, wie Sie Ihre Jobsuche angehen. Nutzen Sie unterschiedliche Wege.

Studien belegen, dass von 100 Jobsuchenden mehr als die Hälfte bereits im zweiten Monat aufgibt, wenn sie sich nur auf eine Methode verlässt, aber nur ein Drittel, wenn mehrere Methoden eingesetzt werden.

## **VIELE WEGE FÜHREN ZUM ZIEL**

Warten Sie nicht auf die Stellenangebote der Agentur für Arbeit. Lesen Sie Stellenanzeigen in Zeitungen und Anzeigenblättern, nutzen Sie die Stellenbörsen im Internet.

Denken Sie bei Ihrer Stellensuche auch an den verdeckten Arbeitsmarkt, also Arbeitsplätze, die ohne eine öffentliche Ausschreibung besetzt werden. Expert\*innen schätzen, dass zwei Drittel aller Stellen nicht öffentlich ausgeschrieben werden. Diese Stellen werden durch Unternehmen nur über das eigene Netzwerk besetzt, z. B. durch interne Bekanntmachungen, auf der eigenen Internetseite, über Personalberatungen oder bereits vorhandene Kontakte zu geeigneten Bewerber\*innen.

Suchen Sie daher gezielt auf den Internetseiten der Sie interessierenden Unternehmen und versuchen Sie, einen Kontakt herzustellen.

## **DAS PERSÖNLICHE NETZWERK**

Sprechen Sie über Ihre Stellensuche. Je mehr Menschen Sie informieren, desto größer ist die Chance, von passenden freien Stellen zu erfahren.

## **KNÜPFEN VON KONTAKTEN**

Stellen Sie Kontakt zu Ihrer Zielbranche her. Nutzen Sie Ihre Verbindungen. Wenden Sie sich an berufsständische Organisationen wie Wirtschaftsverbände und Kammern, um neue Kontakte zu Unternehmen zu knüpfen. Besuchen Sie Veranstaltungen, Messen oder Seminare. Fragen Sie, ob Sie Ihre Bewerbung schicken können. Nutzen Sie Netzwerke berufstätiger Frauen, um von den Erfahrungen anderer Frauen zu lernen. Entwickeln Sie ein Gespür für die Trends auf dem Arbeitsmarkt Ihrer Region.

## **SCHALTEN EINER ANZEIGE**

Manche Personalverantwortliche suchen selbst in Internetportalen oder Zeitungsanzeigen nach geeigneten Bewerber\*innen. In Ihrer Anzeige sollten Sie deutlich die angestrebte Tätigkeit und Ihre dafür vorhandenen Qualifikationen, Erfahrungen und Stärken in den Vordergrund stellen. Die großen Online-Job- und Stellenbörsen bieten die Möglichkeit, Bewerberprofile öffentlich zu hinterlegen. Diese sollten mit geeigneten

Suchbegriffen ausgestattet sowie regelmäßig aktualisiert werden.

## **INITIATIVBEWERBUNGEN**

Initiativbewerbungen senden Sie an für Sie interessante Unternehmen, ohne dass dort aktuell eine Stelle ausgeschrieben ist. Einige Unternehmen behalten Ihre Bewerbungsunterlagen bei Interesse, jedoch keiner aktuellen Vakanz, vorerst als "stille Reserve". Sinnvoll ist es, direkt Signale zu setzen, dass ein Interesse zur Mitarbeit nicht nur aktuell, sondern auch mittel- bis langfristig vorhanden ist.

## **PRAKTIKUM UND EHRENAMT**

Bieten Sie sich als Praktikantin oder Hospitantin in einem Unternehmen Ihres Interesses an. Übernehmen Sie ehrenamtliche Tätigkeiten bei Sozialverbänden, deren Engagement und Aufgabenfelder Sie interessieren. So können Sie für Ihre Wunschtätigkeit relevante Erfahrungen sammeln und interessante Kontakte in Ihrem Zielunternehmen bzw. der Branche knüpfen.

## **VERMITTLUNG DURCH DIE BUNDESAGENTUR FÜR ARBEIT**

Viele Unternehmen und Betriebe melden ihren Arbeitskräftebedarf an die Agentur für Arbeit. Sie finden diese Stellenangebote

in der Jobbörse. Arbeitssuchende können dort auch ein eigenes Profil erstellen, um Arbeitgeber\*innen auf sich aufmerksam zu machen.

### PRIVATE ARBEITSVERMITTLUNG UND VERMITTLUNGSGUTSCHEINE

Wenn Sie länger als sechs Wochen arbeitslos sind und Anspruch auf Arbeitslosengeld I haben, können Sie bei der Arbeitsagentur einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein für die „Maßnahme bei einem Träger der privaten Arbeitsvermittlung“ (AVGS MPAV) beantragen. Mit dem AVGS können Sie eine private Arbeitsvermittlung Ihrer Wahl einschalten. Diese muss anerkannte Partnerin der Arbeitsagentur sein. Die private Arbeitsvermittlung erhält ihr Honorar von der Arbeitsagentur erst, wenn die Vermittlung erfolgreich war.

Sie können auch einen AVGS beantragen, wenn Sie Arbeitslosengeld II beziehen. Hier besteht jedoch kein Rechtsanspruch.

### VERMITTLUNG DURCH ZEITARBEITSFIRMEN

Zeitarbeit (auch Leiharbeit oder Personal-Leasing) bedeutet, dass Sie bei einem Zeitarbeits-Unternehmen angestellt sind, welches Sie wiederum an ein Unternehmen „verleiht“, das einen aktuellen, zeitlich

begrenzten Arbeitskräftebedarf hat. Nach Ablauf dieser Einsatzzeit sucht Ihnen die Zeitarbeitsfirma einen neuen Einsatzort. Manchmal hat man Glück und wird vom Einsatzunternehmen als feste Arbeitnehmerin übernommen.

### JOBSUCHE IM INTERNET

Im Internet gibt es zahlreiche Jobbörsen, die eine regionale und überregionale Jobsuche nach Stichworten, Branchen und Region ermöglichen und zahlreiche Tipps zur Bewerbung und Selbstvermarktung vermitteln. Es gibt z. B. staatliche Jobbörsen wie die Jobbörse der Arbeitsagentur, regionale Jobbörsen, z. B. die der Unternehmerverbände oder Jobbörsen, die auf Branchen spezialisiert sind.

### SOZIALE NETZWERKE

Soziale Netzwerke wie Xing, LinkedIn oder Facebook bekommen bei der Karriereplanung eine immer größere Bedeutung. Arbeitnehmer\*innen können hier ihre beruflichen Netzwerke pflegen und im Fall der Jobsuche Personen kontaktieren.

Zudem nutzen Personaldienstleister\*innen, sogenannte Headhunter, diese Netzwerke für die Suche nach geeigneten Kandidatinnen und Kandidaten.

Geben Sie ab und zu Ihren eigenen Namen bei Google ein. Auch hier gilt es positive Präsenz zu schaffen z. B. durch Arbeitsleistungen und Beiträge in Blogs, Foren oder auf anderen Wegen.

Auflistung und Bewertung der Jobbörsen unter [www.jobboersencheck.de](http://www.jobboersencheck.de)  
Kontakt zu Firmen  
IHK [www.ihk-schleswig-holstein.de](http://www.ihk-schleswig-holstein.de)  
HWK HL [www.hwk-luebeck.de](http://www.hwk-luebeck.de)  
HWK Flensburg [www.hwk-flensburg.de](http://www.hwk-flensburg.de)  
Social Media [www.xing.de](http://www.xing.de),  
[www.linkedin.com](http://www.linkedin.com), [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

### MINIJOB - 520-EURO-JOB UND BESCHÄFTIGUNG IM ÜBERGANGSBEREICH

Die Entgeltgrenze bei einem Minijob liegt derzeit bei 520 Euro im Monat. Durch die Einführung des Mindestlohns von 12,00 Euro/Stunde (seit dem 01.10.2022) entsteht eine arbeitszeitliche Begrenzung. Somit können 43 Stunden im Monat in einem Minijob gearbeitet werden.

Minijobs sind in Schleswig-Holstein eine sehr verbreitete Form der Erwerbstätigkeit und werden in sehr vielen Branchen angeboten. Sie sind als Nebenverdienst konzipiert und führen selten in eine

sozialversicherungspflichtige Beschäftigung. Darüber hinaus bieten sie kaum Aufstiegschancen.

Um eine sogenannte kurzfristige Beschäftigung (z. B. Aushilfe oder Saisonarbeit), und damit ebenfalls um einen Minijob, handelt es sich, wenn Sie nicht mehr als 70 Arbeitstage bzw. drei Monate im Jahr arbeiten. Hier fallen keine Beiträge für die Rentenversicherung und auch keine Pauschalbeiträge für den Arbeitgeber an.

Infos Minijob  
[www.minijob-zentrale.de](http://www.minijob-zentrale.de)

#### KRANKENVERSICHERUNG

Ein Minijob begründet keinen eigenständigen Krankenversicherungsschutz. Dennoch können viele Minijobber\*innen einen Anspruch auf Leistungen haben. Entweder über eine sozialversicherungspflichtige Haupttätigkeit, die Mitversicherung bei Ehepartner oder -partnerin oder den Bezug von SGB II-Leistungen.

#### RENTENANSPRÜCHE

Es besteht eine Rentenversicherungspflicht im Minijob für die Arbeitnehmerin. Der derzeitige Rentenversicherungsbeitrag beträgt 18,6 % - hiervon entfallen 15 % auf den Arbeitgeber. Die restlichen 3,6 % zahlt

die Minijobberin. Bei Minijobs in Privathaushalten beträgt der Rentenversicherungsbeitrag für den Arbeitgeber nur 5 %, die Minijobberin muss 13,6 % aufwenden. Es besteht die Möglichkeit, sich von der Rentenversicherungspflicht per Erklärung an den Arbeitgeber befreien zu lassen.

#### ARBEITSRECHTE

Alle Arbeitsrechte, die für ein sozialversicherungspflichtiges Beschäftigungsverhältnis gelten, müssen auch in einem Minijob Anwendung finden.

Diese Gesetze gelten immer (eine Auswahl):

- Gesetz über die Zahlung von Arbeitsentgelt an Feiertagen und im Krankheitsfall
- Bundesurlaubsgesetz
- Bürgerliches Gesetzbuch
- Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz
- Mutterschutzgesetz

#### HINZUVERDIENST BEI ARBEITSLOSIGKEIT

Auch während Ihrer Arbeitslosigkeit und dem Bezug von Arbeitslosengeld I können Sie einer Erwerbstätigkeit nachgehen, wenn diese unter 15 Stunden die Woche bleibt. Grundsätzlich gilt: Wenn Sie mindestens 15 Wochenstunden arbeiten, sind Sie nicht mehr arbeitslos und erhalten auch kein Arbeitslosengeld mehr. Sie sind verpflichtet,

jede Nebentätigkeit der Arbeitsagentur zu melden. Die Arbeitsagentur gewährt Ihnen einen Freibetrag von 165 Euro. Erhalten Sie Arbeitslosengeld II, haben Sie auf jeden Fall einen Freibetrag von 100 Euro. Wenn Sie durch eine Erwerbstätigkeit mehr verdienen, erhöht sich prozentual auch Ihr Freibetrag.

Weitere Informationen dazu unter  
[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

#### BESCHÄFTIGUNG IM ÜBERGANGSBEREICH (FRÜHER MIDIJOB ODER GLEITZONE)

Ein Beschäftigungsverhältnis im Übergangsbereich liegt vor, wenn das daraus erzielte Einkommen regelmäßig 520,01 bis 1.600,00 Euro im Monat beträgt. Die Erwerbstätigkeit mit einem Arbeitsentgelt im Übergangsbereich begründet grundsätzlich Versicherungspflicht in der Kranken-, Pflege-, Renten- und Arbeitslosenversicherung. Im Rahmen dieser Beträge (Gleitzone) werden die fälligen Steuern und Sozialversicherungen nach einer bestimmten Formel berechnet. (Krankenkassen bieten im Internet sogenannte Gleitzone-rechner an.)

Arbeitnehmer\*innen entrichten im Übergangsbereich, gestaffelt nach Höhe des Verdienstes, weniger Sozialabgaben und



erhalten damit ein höheres Nettoeinkommen. Um volle Rentenansprüche zu erwerben, müssen Sie aber auch hier die Beiträge aufstocken. Grundsätzlich besteht die Möglichkeit, neben einem Job im Übergangsbereich auch noch einen Minijob auszuüben.

Die **Broschüre Geringfügige Beschäftigung und Beschäftigung im Übergangsbereich** des Bundesministerium für Arbeit und Soziales, bietet Informationen zu sozial- und arbeitsrechtlichen Fragen.

Die Beratungsstellen FRAU & BERUF beraten Sie gern auch zum Thema Minijob!

## BEWERBUNG UND VORSTELLUNGSGESPRÄCH

Kein Arbeitsplatz wird ohne Bewerbung vergeben. Nehmen Sie sich deshalb Zeit und stellen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen sorgfältig zusammen, denn sich bewerben heißt: für sich werben. Ihre Bewerbungsunterlagen vermitteln einen ersten Eindruck und sind Ihre erste Arbeitsprobe. Eine überzeugende Bewerbung ist Ihre beste Visitenkarte, weckt Sympathien bei möglichen Arbeitgebern oder Arbeitgeberinnen und ist

der erste Schritt zu einem persönlichen Bewerbungsgespräch.

Bevor Sie Ihre Bewerbung schreiben und abschicken, informieren Sie sich über das Unternehmen.

- Wer sind meine Ansprechpartner\*innen?
- Organisation und Struktur?
- Was wird produziert oder angeboten?
- Firmenphilosophie, Unternehmenskultur, Leitbild?

### DIE SCHRIFTLICHE BEWERBUNG – IHRE VISITENKARTE

Die Bewerbungsunterlagen umfassen:

- das Anschreiben
- Deckblatt (optional)
- Lebenslauf
- Berufsabschlusszeugnisse
- die wichtigsten Arbeitszeugnisse
- Zertifikate über Weiterbildungen

### DAS ANSCHREIBEN

Das Anschreiben gehört lose auf die Bewerbungsmappe und muss den Bezug auf die Anzeige, Stellenausschreibung oder das Telefongespräch enthalten.

Benennen Sie

- die Gründe, warum Sie die richtige Person für die zu besetzende Stelle sind,
- Ihr persönliches Interesse an der Stelle,
- Ihren nächstmöglichen Eintrittstermin.

Formulieren Sie in einem Satzesatz, dass Sie sich über ein persönliches Gespräch freuen.

Beim Umgang mit Zeiten ohne Erwerbstätigkeit sollten Sie folgendes bedenken. Grundsätzlich gilt: Fast jede/r Bewerber\*in hat mindestens eine Phase im Lebenslauf, in der er/sie arbeitslos oder ohne Beschäftigung war. Sogenannte Patchwork-Lebensläufe sind also durchaus üblich und zeigen, dass Sie auch Krisen bewältigt haben.

Wählen Sie eine aktive und präzise Sprache, die den Inhalt Ihrer beruflichen Tätigkeiten exakt auf den Punkt bringt, um damit Interesse an Ihrer Person zu wecken. Bleiben Sie in Ihrer Sprache authentisch.

Vermeiden Sie Worthülsen und allgemeine Begriffe wie z. B. ergebnisorientiert, effektiv, hochmotiviert, erfolgreich, wenn Sie diese nicht mit Beispielen belegen können.

Bringen Sie konkrete Beispiele Ihrer beruflichen Fähigkeiten und Erfolge, die neugierig

machen. Gehen Sie offensiv mit Ihrer Arbeitslosigkeit, Krankheit oder Erziehungszeit um. Stehen Sie bewusst auch zu diesen Lebensabschnitten

### DECKBLATT UND FOTO

Ein Deckblatt mit Foto ist Bestandteil des Lebenslaufes. Es kann, muss aber nicht verwendet werden. Das Deckblatt enthält in der Regel die Stellenbezeichnung, den Namen des Unternehmens, bei dem Sie sich bewerben, Ihren Namen mit Adressdaten. Wenn Sie kein Deckblatt verwenden, fügen Sie das Foto in den Lebenslauf ein. Versenden Sie nur ein wirklich gutes Foto von sich.

### LEBENS LAUF

Üblich ist der lückenlose tabellarische Lebenslauf nach Themenbereichen gegliedert.

- Persönliche Daten
- Beruflicher Werdegang
- Aus- und Fortbildung, Studium
- Weiterbildungen (optional)
- Besondere Kenntnisse (optional)
- Sonstiges, z. B. Ehrenamt, persönliche Interessen (optional)

Bitte beachten Sie, dass die wichtigsten Informationen über Sie ganz oben stehen.

Der Lebenslauf muss nicht nur Ihre beruflichen Abschlüsse, Ihre (Kompetenz-)

Entwicklung und Ihre Qualifikation darstellen, sondern auch, welchen Zugewinn das Unternehmen sich mit Ihnen einkauft. Listen Sie daher unter den jeweiligen Stationen Ihres beruflichen Werdegangs die für ihren potentiellen Arbeitgeber wichtigsten Tätigkeiten stichwortartig auf.

Um sich präzise darzustellen, ist die Wortwahl wichtig. Benutzen Sie die für Ihren Beruf üblichen Fachbegriffe, um auf Ihren aktuellen Wissenstand hinzuweisen.

### Tipps

- Achten Sie auf ein einheitliches Layout.
- Wählen Sie einfache Bewerbungsmappen aus Karton. Benutzen Sie hochwertiges Papier.
- Achten Sie auf ein professionelles und aktuelles Bewerbungsfoto. In vielen Firmen wird nach Foto vorsortiert.
- Ihre Unterlagen müssen absolut fehlerfrei und aktuell sein.
- Vergessen Sie nicht Unterschrift und Datum beim Lebenslauf.

### Weitere Links

[www.xing.com](http://www.xing.com), [www.indeed.com](http://www.indeed.com)  
[www.bewerbung-tipps.com](http://www.bewerbung-tipps.com)  
[www.karrierebibel.de](http://www.karrierebibel.de)

## WEITERE FORMEN DER BEWERBUNG

Es gibt zahlreiche Möglichkeiten sich zu bewerben. Neben der klassischen schriftlichen Bewerbung sind hier weitere Beispiele genannt. Besonders die Online-Bewerbung gewinnt immer mehr an Bedeutung.

### DIE DIGITALE BEWERBUNG

Eine Online-Bewerbung muss genauso hochwertig sein, wie eine Bewerbung in Papierform.

### Tipps

- Geben Sie im Betreff das Wort „Bewerbung“, die Stellenbezeichnung und ggf. auch eine Referenznummer ein, um eine schnelle Zuordnung zu gewährleisten.
- Achten Sie auf eine korrekte Anschrift.
- Sorgen Sie dafür, dass Ihre vollständige Postanschrift leicht auffindbar ist. (Signatur)
- Verwenden Sie eine seriöse E-Mail-Adresse.
- Jede E-Mail erhält automatisch ein Versanddatum. Achten Sie auf Übereinstimmung mit den Bewerbungsunterlagen.
- Versenden Sie Ihre Unterlagen in einem Anhang. Dieser sollte insgesamt nicht größer als 3 MB sein.

- Verwenden Sie das Format PDF. PDF-Formate kann jeder lesen, sie sind nicht virenanfällig und verkleinern das Datenvolumen.
- Senden Sie Ihre Bewerbung zunächst an sich selbst, um sicherzugehen, dass alles fehlerfrei angezeigt und übertragen wird.

### ONLINE-FORMULARE VON FIRMEN IM INTERNET

Vor allem größere Firmen nutzen Online-Formulare, die Sie auf der Internetseite des Unternehmens direkt ausfüllen können.

#### Tipps

- Füllen Sie immer das Anschriften- und Kommunikationsfeld aus. Das ist Ihre Visitenkarte.
- Nutzen Sie die Möglichkeit, Ihre Unterlagen per Anhang zu senden. Hierdurch erhält Ihre Bewerbung eine persönliche Note.
- Manche Firmen haben nicht erkennbare Vorsortierungen eingestellt, damit fallen viele Bewerber\*innen automatisch durch das Raster. Wenn Ihnen eine Stelle besonders am Herzen liegt, können Sie zusätzlich eine Bewerbungsmappe per Post oder digital per E-Mail verschicken.

### INITIATIVBEWERBUNG

Mit einer Initiativbewerbung bewerben Sie sich auf eine Stelle, die (noch) nicht ausgeschrieben ist oder die es vielleicht noch gar nicht gibt. Etwa 60 bis 70 % der vakanten Stellen werden nicht ausgeschrieben. Hier ist es besonders wichtig, dass Sie ganz konkrete Angaben über ihr berufliches Profil machen. Worin liegt für das Unternehmen der Mehrwert, wenn es Sie einstellt?

Initiativbewerbungen werden von Unternehmen meist positiv bewertet. Es empfiehlt sich jedoch vorher anzurufen, damit Sie Ihre Bewerbung an eine/n Ansprechpartner\*in richten können, der/die für Personalangelegenheiten zuständig ist. Oft genügt eine Kurzbewerbung.

#### Tipps

- Setzen Sie sich mit den Geschäftsfeldern und den Strategien des Unternehmens auseinander und überlegen Sie, welche Anforderungen die Mitarbeiter\*innen erfüllen müssen.
- Recherchieren Sie, in welche Richtung sich das Unternehmen künftig weiterentwickeln wird und welcher Personalbedarf zu erwarten ist.
- Begründen Sie, warum ausgerechnet Sie für das Unternehmen von besonderem Wert sind, um auch längerfristig in

Erinnerung zu bleiben. Welche Ihrer Qualifikationen, Erfahrungen und Stärken sprechen dafür, Sie zu einem Vorstellungsgespräch einzuladen?

### KURZBEWERBUNG

Die Kurzbewerbung eignet sich für Initiativbewerbungen oder bei der Beantwortung von Chiffreanzeigen. Sie besteht aus Anschreiben, Lebenslauf und Foto.

### DAS VORSTELLUNGSGESPRÄCH

Im Vorstellungsgespräch wollen potenzielle ArbeitgeberInnen vor allem wissen, ob sich der positive Eindruck von Ihrem beruflichen Profil bestätigt und ob Sie zum Unternehmen und in das Team passen. Dabei wird es um Ihre Leistungsmotivation, Ihre Qualifikation und Ihre beruflichen und sonstigen Erfahrungen und Einstellungen gehen. Mindestens genauso wichtig ist der persönliche Eindruck, den Sie im Vorstellungsgespräch hinterlassen. Ihre Persönlichkeit ist entscheidend.

#### Tipps

- Bereiten Sie sich auf mögliche Fragen und Antworten gut vor (Qualifikation, Erfahrungen, familiäre Verpflichtungen, Gehaltsfrage etc.).

- Informieren Sie sich vor einem Bewerbungsgespräch möglichst umfassend über das Unternehmen und Ihr zukünftiges Arbeitsfeld.
- Nutzen Sie im Gespräch die Gelegenheit, selbst Fragen zu stellen. Das zeugt von Interesse und guter Vorbereitung.
- Nicht nur Sie, auch das Unternehmen präsentiert sich in diesem Gespräch. Die Art, wie Sie empfangen werden, der Umgangston untereinander, die Atmosphäre sind auch für Sie wichtige Kriterien, um sich zu entscheiden, ob dieses Unternehmen oder dieser Betrieb zu Ihnen passt. Klären Sie, wie eine Einarbeitung erfolgen soll.

## EXISTENZGRÜNDUNG – (M)EINE BERUFLICHE ALTERNATIVE

Ein eigenes Unternehmen zu führen ist für viele Wiedereinsteigerinnen eine attraktive Alternative. Sie verbinden damit die Möglichkeit, sich nach einer längeren Familienpause beruflich neu orientieren und Familie und Beruf einfacher verbinden zu können.

Außerdem erscheint eine Existenzgründung manchmal aussichtsreicher zu sein, als mit Mitte 40 oder Anfang 50 eine neue Arbeitsstelle zu finden.

### UNTERSCHIEDE ZUR ABHÄNGIGEN BESCHÄFTIGUNG

- Sie tragen Ihre Kranken- und Rentenversicherung / Altersversorgung selbst,
- Sie haben eine höhere Arbeitszeitbelastung,
- Sie tragen ein unternehmerisches Risiko und haben Verpflichtungen gegenüber Auftraggebern, gegebenenfalls Angestellten und dem Gesetzgeber,
- Sie müssen sich in den ersten Jahren unter Umständen daran gewöhnen, mit Schulden zu leben.

#### Aber ...

- Sie können Ihre Arbeitszeit frei einteilen,
- Sie sind Ihre eigene Chefin und brauchen keine Anweisungen von Vorgesetzten zu befolgen,
- Sie können steuerliche Vorteile nutzen und erhalten Existenzgründungskredite,
- Sie können Ihre eigenen Ideen und Ihre gesamten Erfahrungen einbringen.

Für die Vereinbarkeit von beruflicher Selbstständigkeit und Familie werden Sie vielleicht ein gut funktionierendes

Netzwerk für Ihre Kinderbetreuung brauchen, um besonders in der ersten Zeit flexibel agieren zu können. Sie brauchen also die Rückendeckung Ihrer Familie.

Wenn Sie eine Existenzgründung erwägen, sollten Sie sich die Frage stellen, ob Sie neben den für Ihre Branche erforderlichen fachlichen Qualifikationen auch persönliche Kompetenzen wie Organisationstalent, Selbstvertrauen, Durchsetzungs- und Stehvermögen mitbringen und über kaufmännisches Know-how verfügen.

In Schleswig-Holstein gibt es interessante Angebote, die Ihnen helfen können, Ihre Kompetenzen als Unternehmerin auszubauen. Recherchieren Sie im Kursportal Schleswig-Holstein unter dem Stichwort Existenzgründung. Fragen Sie bei den regionalen Wirtschaftsförderern und den Kammern nach, welche Unterstützungsangebote es für Sie gibt.

Diese Organisationen bieten in der Regel kostenfreie Beratung an. Die Wirtschaftsenioren unterstützen ebenfalls kompetent, praxisorientiert und unbürokratisch unter dem Motto „Alt hilft Jung“, ehrenamtlich gegen eine kleine Aufwandsentschädigung bei der Lösung Ihrer Probleme.

Informationen finden Sie beim Bundeswirtschaftsministerium

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

IHK Schleswig-Holstein

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

HWK Lübeck [www.hwk-luebeck.de](http://www.hwk-luebeck.de)

Gründerplattform

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

Nachfolgebörse [www.nexxt-change.org](http://www.nexxt-change.org)

Wirtschaftssenoren

[www.wirtschafts-senioren-beraten.de](http://www.wirtschafts-senioren-beraten.de)

Franchising [www.franchiseverband.com](http://www.franchiseverband.com)

Crowdfunding [www.startnext.com](http://www.startnext.com)

## AM ANFANG STEHT DIE GRÜNDUNGSDIEE

Entscheidend für jede erfolgreiche Gründung ist eine tragfähige Gründungsidee. Sie muss markttauglich sein und Aussicht auf wirtschaftlichen Erfolg bieten. Dafür müssen Sie Ihre zukünftigen Kund\*innen, deren Bedürfnisse, Neigungen und Kaufverhalten kennenlernen. Was wollen Sie anbieten? Entscheidend ist die Orientierung an den Kundenwünschen. Berücksichtigen Sie dabei Ihre eigenen Stärken und Schwächen. Achten Sie auf den Markt, den Standort und die Mitbewerber\*innen-Situation. Bedenken Sie, dass auch in traditionellen und gesättigten Märkten Marktnischen aufgespürt werden können. Gute Beratung

und ein umfangreiches Serviceangebot sind letztlich auch Marktnischen und Erfolgsfaktoren für viele Existenzgründer\*innen.

Als Informationsquellen für Ideen und Brancheninformationen können Wirtschaftsmagazine, Messen oder Gründungswettbewerbe ausgewertet werden.

### DIE RAHMENBEDINGUNGEN

Bevor Sie starten, müssen Sie klären, ob es sich bei Ihrer Selbständigkeit um ein Gewerbe oder eine freiberufliche Tätigkeit handelt. Außerdem ist zu prüfen, welche Genehmigungen erforderlich sind.

### GEWERBE

Ein Gewerbe ist jede erlaubte selbstständige, auf Dauer angelegte Tätigkeit, die mit Gewinnabsicht unternommen wird und die sich als Teilnahme am allgemeinen Wirtschaftsverkehr darstellt. Eine gewerbliche Tätigkeit muss beim zuständigen Ordnungsamt als Gewerbe angemeldet werden. Von dort aus werden weitere Stellen informiert (Finanzamt, Berufsgenossenschaft, IHK, Handwerkskammer etc.).

### FREIE BERUFE

Hierbei handelt es sich z. B. um wissenschaftliche, künstlerische und schriftstellerische, unterrichtende und erzieherische

Tätigkeiten sowie hochwertige, persönliche Dienstleistungen.

Freiberuflich Tätige sind von der Gewerbesteuer befreit. Sie müssen lediglich eine Einnahmenüberschussrechnung (EÜR) erstellen. Hinweise dazu erhalten Sie beim Finanzamt, bei dem Sie die Ausübung Ihrer Tätigkeit anzeigen müssen.

### GENEHMIGUNGEN, KONZESSIONEN, LIZENZEN, ZULASSUNGEN

Für eine Reihe von Branchen benötigen Sie spezielle Erlaubnisse. Informationen über die notwendigen Genehmigungen erhalten Sie bei den zuständigen Berufsverbänden, den Industrie- und Handelskammern und Handwerkskammern.

- Einzelhandel: besondere Sachkundennachweise beim Handel mit Milch, Edelsteinen, Arzneimitteln usw.
- Geregelte freie Berufe: z. B. Rechtsanwälte\*innen, Ärzte\*innen oder Steuerberater\*innen sind an Zulassungen geknüpft
- Therapeutische Berufe: z. B. Musiktherapie, Physiotherapie, Familientherapie
- Gaststätten und Hotels: Konzession und Lebensmittel- und Hygienerecht
- Handwerk und handwerksähnliche Berufe: Handwerkskammer
- Reisegewerbe: Reisegewerbekarte

- Verkehrsgewerbe, Taxi- und Mietwagen-gewerbe
- Fahrschulen
- Immobilienmakler\*innen

## **DER BUSINESSPLAN – DAS GRÜNDUNGSKONZEPT**

Ein Gründungskonzept hilft Ihre Existenzgründung strukturiert zu planen, es präzisiert Ihre Vorstellungen, hilft Ihnen alle entscheidenden Aspekte zu Ende zu denken und sollte in der Regel einen dreijährigen Planungszeitraum erfassen.

Mit Ihrem Konzept behalten Sie einen Überblick über die Entwicklung Ihres Unternehmens, können Erfolge und Misserfolge dokumentieren, um gegebenenfalls Korrekturen in Ihrer Strategie vorzunehmen. Wenn Sie aus der Arbeitslosigkeit gründen, Anspruch auf Arbeitslosengeld I oder II haben, wenn Sie zur Finanzierung Ihrer Selbständigkeit einen Kredit von der Bank benötigen, dann müssen Sie einen Businessplan erstellen.

Zu einem vollständigen Businessplan gehören neben dem Konzept die Qualifikationsnachweise, Lebenslauf, gegebenenfalls Verträge und Bescheinigungen, die das Unternehmen betreffen.

## **INHALT DES GRÜNDUNGSKONZEPTS**

### **ZUSAMMENFASSUNG / EINLEITUNG**

Eine Zusammenfassung auf ein bis zwei Seiten gibt einen ersten Überblick.

### **PRODUKT / DIENSTLEISTUNG**

Hier erfolgt die ausführliche Beschreibung des Produktes / der Dienstleistung. Beschreiben Sie, in welchen Schritten die Dienstleistung erbracht werden soll und welche Weiterentwicklungsmöglichkeiten geplant sind.

### **UNTERNEHMENSFORM**

Die Wahl der Rechtsform ist unter anderem entscheidend, wenn es um die Besteuerung und Fragen der finanziellen Haftung geht.

### **UNTERNEHMENSLEITUNG**

Darstellung der fachlichen Qualifikation der Existenzgründerin.

### **BRANCHEN-, MARKT- UND WETTBEWERBSANALYSE**

Beschreiben Sie hier die Branche, den Kundenkreis und dessen Interessen.

### **MARKETING / VERTRIEB**

Marketing ist nicht nur Werben. Stellen Sie Ihre gesamte Markteintrittsstrategie vor. Welche Methoden wenden Sie an, um sich Ihren Kundenanteil zu sichern.

## **DIE DREIJAHRESPLANUNG**

Für die ersten drei Gründungsjahre sollten Sie jeweils eine Ertrags- und Rentabilitäts-vorschau, einen Liquiditätsplan und einen Kapitalbedarfsplan erstellen.

## **FINANZIERUNG**

Erläutern Sie wie viel und wofür Sie Geld für Ihre Unternehmensgründung benötigen. Treffen Sie Aussagen über Eigenmittel, Fremdmittel und Sacheinlagen.

- In Schleswig-Holstein gibt es ein flächendeckendes Beratungsangebot zur Existenzgründung. Orientierungshilfe bieten Ihnen die Beratungsstellen FRAU & BERUF. [www.frau-und-beruf-sh.de](http://www.frau-und-beruf-sh.de)

## **MINIJOB ODER BESCHÄFTIGUNG IM ÜBER- GANGSBEREICH PLUS EXISTENZGRÜNDUNG**

Wenn Sie sich selbständig machen wollen, können Sie sich mit einem Minijob oder einer Beschäftigung im Übergangsbereich (früher Midijob/Gleitzone), gerade in der ersten Gründungsphase, ein kleines regelmäßiges Zusatzeinkommen sichern. Sollten die Einkünfte aus der Selbständigkeit noch sehr gering sein, sind Sie über die Beschäftigung im Übergangsbereich, der sozialversicherungspflichtig ist, weiter krankenversichert.

## GRÜNDEN AUS DER ARBEITSLOSIGKEIT

Gründer\*innen, die bei der Bundesagentur für Arbeit arbeitslos gemeldet sind und noch 150 Tage Anspruch auf Arbeitslosengeld haben, werden unter Umständen mit einem Gründungszuschuss gefördert. Die Tragfähigkeit der Existenzgründung ist der Agentur für Arbeit nachzuweisen. Hierzu sind ein Businessplan und die Stellungnahme einer fachkundigen Stelle vorzulegen. Das können z. B. die Kammern, Fachverbände, Kreditinstitute oder Fachberatungsstellen sein. Auch die Beratungsstelle FRAU & BERUF Stormarn ist von der Agentur für Arbeit anerkannt, fachkundige Stellungnahmen abzugeben.

Ausführliche Infos zur Förderung und zum Gründungskonzept mit Downloads von Vorlagen finden Sie hier:  
IHK [www.ihk-schleswig-holstein.de](http://www.ihk-schleswig-holstein.de)  
[www.gruendungswerkstatt-deutschland.de](http://www.gruendungswerkstatt-deutschland.de)  
BMWK [www.existenzgruender.de](http://www.existenzgruender.de)  
[www.existenzgruenderinnen.de](http://www.existenzgruenderinnen.de)  
Investitionsbank Schleswig-Holstein:  
[www.ib-sh.de/foerderlotse](http://www.ib-sh.de/foerderlotse)  
Weiterbildung [www.sh.kursportal.info](http://www.sh.kursportal.info)

## ZUSAMMENFASSUNG

Der Wiedereinstieg in den Beruf ist nicht von jetzt auf gleich zu meistern. Die richtige Strategie zu wählen braucht eine gute Planung und angemessene Zeit. Dasselbe gilt für die Umsetzung.

Sie haben klare Vorstellungen entwickelt, was Sie sich wünschen. Eine ganz persönliche Checkliste enthält einzelne Schritte und Termine. Sie haben Ihre Prioritäten gesetzt und Sie beziehen Ihre Familie in Ihre Pläne ein. Sie haben einen Zeitplan für die einzelnen Schritte erstellt. Berücksichtigen Sie dabei auch Zeiten, in denen Sie das Erreichte kritisch betrachten. Bei der Umsetzung Ihrer Pläne stellen Sie vielleicht fest, dass Zwischenschritte notwendig sind oder auch ein Ziel neu zu bestimmen ist.

Wichtige Entscheidungen sind selten einfach. Suchen Sie sich Unterstützung. Nutzen Sie Beratungsangebote in der Region. Bauen Sie sich Netzwerke auf. Kommunizieren Sie Ihr Vorhaben und beraten Sie sich mit Gleichgesinnten. In Gesprächen zeigen sich oft Lösungswege auf, die Ihnen bis dahin verborgen waren.

Wo es in Zukunft beruflich hingehet, das liegt vor allem in Ihrer Hand und hängt von den Entscheidungen ab, die Sie in den einzelnen Planungsphasen treffen. Es gibt aber auch Faktoren, auf die Sie wenig oder keinen Einfluss haben. Dadurch kann die Suche nach einer geeigneten Erwerbstätigkeit länger dauern als geplant. Arbeiten Sie dann an einer neuen Strategie. Das erfordert viel Geduld und Arbeit, lassen Sie sich nicht entmutigen!

Wir wünschen Ihnen einen guten Start auf dem Weg zurück in die Arbeitswelt.

**AUCH EIN LANGER WEG FÄNGT MIT DEM ERSTEN SCHRITT AN.**

## **KONTAKTE FRAU & BERUF IN SCHLESWIG-HOLSTEIN**





IN SCHLESWIG-HOLSTEIN GIBT ES SIEBEN BERATUNGSREGIONEN MIT INSGESAMT ZWÖLF BERATUNGSSTANDORTEN.

KREIS NORDFRIESLAND | FLENSBURG  
KREIS SCHLESWIG-FLENSBURG

### **FLENSBURG**

Beratungsstelle FRAU & BERUF Region Nord  
Verein zur Förderung grenzüberschreitender Arbeitsmarkt- und Beschäftigungspolitik e. V.





Große Str. 21-23  
24937 Flensburg

 0461 29626  
 [frau-beruf-fl@posteo.de](mailto:frau-beruf-fl@posteo.de)  
 [www.frau-beruf-nord.de](http://www.frau-beruf-nord.de)  
 [frauundberuf\\_flensburg](https://www.instagram.com/frauundberuf_flensburg)

### **NORDFRIESLAND**

Beratungsstelle FRAU & BERUF Region Nord  
Verein zur Förderung grenzüberschreitender Arbeitsmarkt- und Beschäftigungspolitik e. V.




Asmussenstr. 19  
25813 Husum

 04841 7060  
 [frau-beruf-nf@posteo.de](mailto:frau-beruf-nf@posteo.de)  
 [www.frau-beruf-nord.de](http://www.frau-beruf-nord.de)  
 [frauundberuf\\_nordfriesland](https://www.instagram.com/frauundberuf_nordfriesland)

KREIS RENDSBURG-ECKERNFÖRDE |  
KREIS PLÖN | KIEL | NEUMÜNSTER




### **RENSBURG-ECKERNFÖRDE**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Diakonisches Werk Altholstein GmbH  
Kaiserstraße 26  
24768 Rendsburg

 04331 9439105  
 [fub@diakonie-altholstein.de](mailto:fub@diakonie-altholstein.de)  
 [www.diakonie-altholstein.de](http://www.diakonie-altholstein.de)




### **PLÖN**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Diakonisches Werk Altholstein GmbH  
Markt 26, Eingang Gemeindesaal  
24306 Plön

 04522 8089747  
 [fub@diakonie-altholstein.de](mailto:fub@diakonie-altholstein.de)  
 [www.diakonie-altholstein.de](http://www.diakonie-altholstein.de)




### **KIEL**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Diakonisches Werk Altholstein GmbH  
Hamburger Chaussee 75  
24103 Kiel

 0431 2209270  
 [fub@diakonie-altholstein.de](mailto:fub@diakonie-altholstein.de)  
 [www.diakonie-altholstein.de](http://www.diakonie-altholstein.de)




### **NEUMÜNSTER**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Diakonisches Werk Altholstein GmbH  
Am Alten Kirchhof 2, 2. Stock  
24534 Neumünster

 04321 25051331  
 [fub@diakonie-altholstein.de](mailto:fub@diakonie-altholstein.de)  
 [www.diakonie-altholstein.de](http://www.diakonie-altholstein.de)




KREIS DITHMARSCHEN | KREIS STEINBURG-  
**DITHMARSCHEN**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Entwicklungsgesellschaft Westholstein mbH  
Große Westerstraße 8  
25746 Heide

 0481 68376923  
 [frauundberuf@eg-westholstein.de](mailto:frauundberuf@eg-westholstein.de)  
 [www.eg-westholstein.de](http://www.eg-westholstein.de)

### **STEINBURG**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Entwicklungsgesellschaft Westholstein mbH  
Viktoriastr. 17  
25524 Itzehoe

 04821 40302854  
 [frauundberuf@eg-westholstein.de](mailto:frauundberuf@eg-westholstein.de)  
 [www.eg-westholstein.de](http://www.eg-westholstein.de)



LÜBECK | KREIS OSTHOLSTEIN |  
KREIS HERZOGTUM LAUENBURG

**LÜBECK / OSTHOLSTEIN /  
HERZOGTUM LAUENBURG**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Fortbildungsakademie der Wirtschaft  
(FAW) gGmbH  
Braunstraße 13-15  
23552 Lübeck

☎ 0451 29621214  
✉ [frauundberuf-luebeck@faw.de](mailto:frauundberuf-luebeck@faw.de)  
🌐 [www.faw.de](http://www.faw.de)

KREIS SEGEBERG

**SEGEBERG**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Wirtschaftsentwicklungsgesellschaft des  
Kreises Segeberg mbH  
Kurhausstraße 1  
23795 Bad Segeberg

☎ 04551 944002  
✉ [frau-und-beruf@wks-se.de](mailto:frau-und-beruf@wks-se.de)  
🌐 [www.wks-se.de](http://www.wks-se.de)

KREIS PINNEBERG

**PINNEBERG**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
WEP Wirtschaftsförderungs-  
und Entwicklungsgesellschaft  
des Kreises Pinneberg mbH  
Lise-Meitner-Allee 18  
25436 Tornesch

☎ 04120 7077 65  
✉ [frau-beruf-pi@wep.de](mailto:frau-beruf-pi@wep.de)  
🌐 [www.wep.de](http://www.wep.de)

KREIS STORMARN

**STORMARN**

Beratungsstelle FRAU & BERUF  
Förderverein für Arbeit und Bildung  
in Stormarn e. V.  
Berliner Ring 8 – 10  
(Eingang Kathrine-Faust-Straße)  
23843 Bad Oldesloe

☎ 04531 8884891 / -97  
✉ [info@fub-stormarn.de](mailto:info@fub-stormarn.de)  
🌐 [www.fub-stormarn.de](http://www.fub-stormarn.de)

# FRAU & BERUF

Weitere Informationen finden Sie  
auf unserer Website  
[www.frau-und-beruf-sh.de](http://www.frau-und-beruf-sh.de)

## Impressum

Herausgegeben von den Beratungsstellen  
FRAU & BERUF Schleswig-Holstein  
Überarbeitete 3. Auflage 2022

Diese Broschüre dient der allgemeinen Information  
und schließt Rechtsverbindlichkeit aus.

©FRAU & BERUF Schleswig-Holstein, 2022