

# FREIWILLIGEN- DIENSTE IN HESSEN

ENTDECKE, WAS IN DIR STECKT!



# LUST AUF EINEN FREIWILLIGENDIENST? HIER FINDEST DU ALLE INFOS:



„Ich fand es gut, dass ich mich bei Volunta so einfach bewerben konnte und so schnell einen Termin zum Beratungsgespräch bekommen habe. Das hat mir viel an Nerven gespart und ich musste mir darüber keine Gedanken mehr machen. Ich habe viel Beratung von Volunta bekommen und die pädagogische Begleitung ist sehr freundlich und unterstützend.“

*Valeria, FSJ im Tagesstrukturzentrum*



BESTE SCHULE: DAS LEBEN!	04
ENTDECKE DEINE CHANCEN IM FSJ ODER FÖJ	06
FÜNF SCHRITTE ZU DEINEM FREIWILLIGENDIENST	08
DER FAKTEN-CHECK ZUM FSJ UND FÖJ	10
FREIWILLIGENDIENST IN HESSEN	12
FSJ	15
FSJ DIGITAL	20
FSJ KULTUR	24
FÖJ	28
GUTE GRÜNDE FÜR VOLUNTA	36
INTERESSIERT? WIR BERATEN DICH GERNE!	38
UNSERE INFOVERANSTALTUNGEN UND MESSETERMINE	38

# BESTE SCHULE: DAS LEBEN!

## Die Schule ist vorbei?

Dann ist ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ), ein Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ) oder ein Bundesfreiwilligendienst (BFD) bei Volunta genau das Richtige für dich!

Ein FSJ kannst du in sozialen und kulturellen Einrichtungen absolvieren: Du engagierst dich zum Beispiel in Einrichtungen für Kinder und Jugendliche oder unterstützt Menschen mit Behinderung, ältere Menschen oder Kranke. Für ein FÖJ stehen dir unterschiedlichste Einsatzfelder zur Wahl: vom Tierheim über den Schlossgarten bis zum Labor.

Außerdem hast du in vielen Bereichen des FSJ oder FÖJ die Möglichkeit, deine **digitalen Kompetenzen** einzubringen.



VOLUNTA BIETET  
IN GANZ HESSEN  
EINE GROSSE AUSWAHL  
AN PLÄTZEN FÜR DEN  
FREIWILLIGENDIENST –  
AUCH IN DEINER NÄHE!



# ENTDECKE DEINE CHANCEN IM FSJ ODER FÖJ:

**Sammele praktische  
Erfahrungen und  
erhalte Einblicke in  
den Arbeitsalltag**



„Ich wollte nach dem Abitur nicht direkt studieren, sondern dachte, für mich selbst und auch für Bewerbungen wäre es gut, Arbeitserfahrung zu sammeln.“

*Josepha, FSJ Kultur im Museum*

**Entwickle dich  
weiter und entdecke  
neue Fähigkeiten**



„Anfangs hatte ich viele Zweifel, aber ich bin jetzt viel selbstbewusster und reifer. Ich habe viel mehr Ausdauer: Das Arbeiten in Vollzeit war am Anfang sehr schwer für mich. Jetzt geht es viel besser.“

*Sara-Celeste, FSJ in der Kita*

„Das FSJ ist für mich ein Orientierungsjahr: Was sind meine Schwächen und Stärken? Das ist jetzt das Richtige für mich.“

*Valeria, FSJ im Tagesstrukturzentrum*

**Nimm dir Zeit,  
um dich beruflich  
zu orientieren**



„Ich nutze mein FSJ zum einen als praktischen Teil des Fachabiturs und zum anderen als Vorerfahrung für mein geplantes Studium. Damit schlage ich quasi zwei Fliegen mit einer Klappe!“

*Matthias, FSJ Digital im Seniorenzentrum*

**Nutze das FSJ/FÖJ  
als Wartezeit,  
Anerkennungsjahr/  
Praktikum oder  
Teil des Fachabis**



**Engagiere dich  
für die  
Gesellschaft**



„Zwischen Schule und Beruf wollte ich mich orientieren und fand es eine tolle Sache, mich dabei auch für die Gesellschaft zu engagieren. Das gibt einem ein gutes Gefühl!“

*Chris, FSJ Digital in der Unternehmenskommunikation*

# FÜNF SCHRITTE ZU DEINEM FREIWILLIGENDIENST

- 1 Bewirb dich ganz unkompliziert über das Online-Formular auf **volunta.de**
- 2 Du erhältst zeitnah eine Einladung zu einem Online-Beratungsgespräch.
- 3 Im Beratungsgespräch schauen wir gemeinsam, welche Einsatzstelle konkret an deinem Wunschort verfügbar ist und zu dir passt.



- 4 Bei einem Probetag lernst du die Einsatzstelle kennen. Bei Volunta wird der Platz exklusiv für dich reserviert. Du kannst in Ruhe überlegen, ob er zu dir passt.
- 5 Los geht's mit deinem FSJ oder FÖJ!

„Ich habe mich relativ früh für einen Freiwilligendienst beworben und hatte dadurch eine große Auswahl an Plätzen. Mein Beratungsgespräch lief sehr gut! Ich habe mich direkt gut beraten gefühlt und hatte den Eindruck, dass man sich für mich als Person interessiert.“  
*Amelie, FSJ in der Unternehmenskommunikation*



# DER FAKTEN-CHECK ZUM FSJ UND FÖJ



## Alter

Du musst mindestens 15 und höchstens 27 Jahre alt sein, um ein FSJ/FÖJ zu absolvieren. Wenn du älter bist, kannst du einen BFD antreten.



## Schulabschluss

Dein Schulabschluss und deine Noten spielen keine Rolle.



## Dauer

Dein Freiwilligendienst kann zwischen sechs und 18 Monaten lang sein.



## Start jederzeit

Die meisten Freiwilligen treten ihren Dienst im August/September an. Bei Volunta kannst du aber auch rund ums Jahr starten!



## Leistungen

Du bekommst Taschengeld und kannst ein Schülerticket kaufen. Du hast auch Anrecht auf Kindergeld, Beiträge zur Sozialversicherung und 24 Tage Urlaub.



## Seminare

An 25 Seminartagen bekommst du Tipps und Infos rund um deine Tätigkeit. In Tages- und Wochenseminaren tauschst du dich mit anderen Freiwilligen aus.





### ERFAHRUNGSBERICHT:

## ANDY IM SCHULSANITÄTSDIENST BEIM DRK

**Andy leitet in Schulen Kurse und AGs zum Thema Erste Hilfe. Zusätzlich kümmert er sich im Büro um Social Media und digitale Projekte.**



### Warum hast du dich für diese FSJ-Stelle entschieden?

*Ich brauchte ein Jahr Praktikum für mein Fachabitur. Ich wollte auf jeden Fall etwas im Bereich Medizin machen und ich wollte gerne mal ausprobieren, wie es ist, mit Kindern zu arbeiten.*

### Welche Aufgaben hast du?

*Ich leite Erste Hilfe-Kurse in Schulen, vorwiegend in dritten und vierten Klassen, und auf weiterführenden Schulen Erste Hilfe-AGs mit Kindern ab der Klasse Sieben. Dafür habe ich zunächst die Fortbildung zum Sanitätshelfer absolviert. In den ersten Wochen war ich gemeinsam mit meinem Mitfreiwilligen zunächst bei Kursen dabei, die meine Chefin gegeben hat, dann waren wir zu zweit und ziemlich bald habe ich die Kurse alleine angeleitet.*

### Wie bewertest du dein FSJ?

*Die Arbeit mit Kindern ist eine Herausforderung und nicht für Jedermann. Ich bin lieber auf den weiterführenden Schulen im Einsatz, weil man sich da eher auf Augenhöhe unterhalten kann und die Kinder sich bewusst für das Thema Erste Hilfe entschieden haben. Ich habe aber auf jeden Fall schon selbstsicheres Auftreten gelernt und wie man Menschen Sicherheit vermitteln kann. Die bisherige Erfahrung hat mir außerdem gezeigt, dass es mir Spaß machen würde, ab und zu mit Kindern zu arbeiten.*

*Am DRK finde ich toll, dass es hier im Kreisverband zig Abteilungen gibt und man im FSJ die Möglichkeit hat, in dieses vielfältige Angebot reinzuschnuppern.*

„AM DRK FINDE ICH TOLL, DASS ES HIER IM KREISVERBAND ZIG ABTEILUNGEN GIBT UND MAN IM FSJ DIE MÖGLICHKEIT HAT, IN DIESES VIELFÄLTIGE ANGEBOT REINZUSCHNUPPERN. ICH MÖCHTE NACH DEM FSJ BEIM DRK BLEIBEN UND IM RETTUNGSDIENST WEITERARBEITEN. INSGESAMT DENKE ICH, DASS DAS FSJ FÜR VIELE, DIE AUS DER SCHULE KOMMEN, ETWAS GUTES IST, WEIL MAN FESTSTELLT, WAS EINEM LIEGT.“ *Andy, FSJ im Schulsanitätsdienst*



## FSJ BEIM DRK: WERDE TEIL DER ROTKREUZ-GEMEINSCHAFT!

Die Hilfsorganisation Rotes Kreuz rettet Menschen, hilft in Notlagen, bietet eine Gemeinschaft, steht den Armen und Bedürftigen bei und wacht über das humanitäre Völkerrecht – in Deutschland und in der ganzen Welt.

Im FSJ kannst du ein Teil dieser Organisation sein! Dafür stehen dir vielfältige Einsatzmöglichkeiten zur Wahl, zum Beispiel:

- Rettungsdienst
- Erste Hilfe-Kurs
- Blutspendedienst
- Fahrdienst/Mobiler Sozialer Hilfsdienst
- Hausnotruf
- Schulsanitätsdienst
- Kindergarten
- Kleiderkammer
- Seniorenzentrum

### Deine Chance:

Das DRK als einer der größten Arbeitgeber in Deutschland bietet auch nach dem Freiwilligendienst interessante Chancen: Vielleicht entdeckst du dort für dich das passende Berufsfeld?



# FSJ MIT KINDERN UND JUGENDLICHEN: ENTDECKE DAS BERUFSFELD PÄDAGOGIK!

Wenn du gerne mit Kindern oder Jugendlichen zu tun hast, Kreativität oder Spaß am Sport ausleben möchtest und Einblicke in das Berufsfeld Pädagogik erhalten möchtest, hat Volunta die passende Einsatzstelle für dich!

Einsatzbereiche im FSJ sind Kindertagesstätten und Krippen, Regel- und Förderschulen sowie Jugendzentren und -wohngruppen. Du kannst in der Regel eigene Schwerpunkte setzen: je nachdem, ob du gerne sportliche Aktivitäten anbieten, ein digitales Projekt durchführen oder dich künstlerisch einbringen möchtest.

## Deine Chance:

**Je nachdem, welches Studium oder welche Ausbildung du danach anstrebst, kann dein FSJ dir als Praktikum oder Anerkennungsjahr dienen.**

„Weil ich einen wirtschaftsorientierten Schulabschluss habe und auch wegen meiner Behinderung, hat meine Umgebung mir einen kaufmännischen Beruf empfohlen, aber ich war schon immer davon begeistert, mit Menschen zu arbeiten. Jetzt plane ich ein Studium im sozialen Bereich.“

*Mohi, FSJ im Jugendzentrum*



# FSJ MIT MENSCHEN MIT BEHINDERUNG: ERLEBE EIN ENGAGEMENT MIT SINN!

Du bist offen und neugierig? Lass dich vom FSJ in der Behindertenhilfe überzeugen! Begleite Menschen mit Behinderung, lerne ihren Alltag kennen und unterstütze dabei, dass sie an der Gesellschaft teilhaben können. Viele entdecken ein Berufsbild mit Sinn und Erfüllung.

## Deine Chance:

**Das FSJ in den Einrichtungen der Behindertenhilfe wird häufig als Vorpraktikum für die Ausbildung zum Beispiel zum/zur Heilerziehungspfleger/-in anerkannt.**

## Das FSJ mit Menschen mit Behinderung bietet viele Möglichkeiten:

- Begleite ein Kind im Rahmen einer Teilhabeassistenz
- Unterstütze Menschen in einer Werkstatt
- Hilf bei täglichen Verrichtungen und Therapien in Wohnheimen
- Bring dich zum Beispiel mit digitalen Projekten in Tagesförderstätten ein

„Ich finde meine Arbeit erfüllend und freue mich jeden Tag, zur Arbeit zu gehen. Die liebevolle Dankbarkeit, die man von den Menschen mitbekommt, ist unbezahlbar und das findet man nur in diesem Bereich.“

*Lio, FSJ in einer Tagesstätte für Menschen mit Behinderung*



# FSJ IM KRANKENHAUS UND IN DER PFLEGE: ERHALTE EINBLICKE IN MEDIZINISCHE BERUFE!

Wenn du dich für einen Beruf in der Medizin oder Pflege interessierst, gerne Umgang mit älteren oder pflegebedürftigen Menschen hast und einfühlsam bist, dann informiere dich über diesen Bereich! Im FSJ in der Pflege kümmerst du dich im Krankenhaus oder in Senioren- und Pflegeheimen um Menschen, die sich über deine Unterstützung freuen.

## Das sind mögliche Aufgaben:

- Unterstützung des Pflegepersonals, zum Beispiel beim Austeilen von Mahlzeiten, bei der Körperpflege sowie beim An- und Auskleiden
- Seniorinnen und Senioren vorlesen, Feste mitgestalten oder Sportaktivitäten planen
- Ältere Menschen bei der Nutzung von Smartphones und Tablets unterstützen
- Unterstützung in der Küche, Haustechnik oder Verwaltung

## Deine Chance:

**Ein FSJ im Krankenhaus wird teilweise im Medizinstudium als Pflegepraktikum anerkannt. Und auch für die Ausbildung profitierst du, denn ehemalige Freiwillige im Krankenhaus sowie in Senioren- und Pflegeheimen werden gerne von ihren Einsatzstellen als Auszubildende übernommen.**

„Meine Aufgabe war es, eine Konstante im ‚verrückten‘ Pflegealltag zu sein: Ich habe mit den Patienten gespielt, mich unterhalten, bin mit ihnen spazieren gegangen und habe auch Aufgaben in der Pflege übernommen. Ich hatte das Gefühl, dass die Menschen gut mit mir reden konnten und sich gefreut haben, wenn ich zu ihnen gekommen bin.“

*Ludwig, FSJ mit Demenzpatienten*



# FSJ IN DER SUCHTHILFE UND PSYCHIATRIE: UNTERSTÜTZE MENSCHEN IN SCHWIERIGEN LEBENSLAGEN!

Beim FSJ in Einrichtungen für Suchtkranke oder Menschen mit psychiatrischer Erkrankung begleitest du Klientinnen und Klienten bei Einkäufen, Arzt- oder Ämterbesuchen, organisierst Beschäftigungs- und Freizeitangebote oder hilfst ihnen bei alltäglichen Dingen wie kochen, lesen oder spazieren. Dabei lernst du den Berufsalltag in den Bereichen Psychologie, Medizin, Sozialarbeit, Entzug- und Suchtnachsorge kennen.

## Deine Chance:

**Das FSJ in der Suchthilfe oder Psychiatrie eignet sich sehr gut als Einstieg in die Ausbildung und wird häufig als Pflegepraktikum für das Medizinstudium oder andere medizinische Berufe anerkannt.**

„Für mich war die größte Herausforderung, dass ich mit den Krankheitsbildern hier nicht vertraut war. Ich musste meine eigene Rolle finden und meine Position zu den Klienten: Zum einen möchte man empathisch sein, zum anderen muss man sich aber auch distanzieren können, denn einige Schicksale sind schon hart. Aber diese Arbeit gibt mir sehr viel Hoffnung.“

*Valeria, FSJ im Tagesstrukturzentrum*





## ERFAHRUNGSBERICHT:

# AMELIE IN DER UNTERNEHMENS-KOMMUNIKATION BEI VOLUNTA

In ihrem FSJ Digital hat Amelie unterschiedliche Bereiche der Unternehmenskommunikation kennengelernt und Einblick in das Spektrum von Freiwilligendiensten bei Volunta erhalten.

### Warum hast du dich für einen Freiwilligendienst entschieden und warum für diese Einsatzstelle?

Mir war schon länger klar, dass ich nach dem Abi eher etwas anderes machen will, anstatt sofort zur Uni zu gehen. Für die Einsatzstelle habe ich mich erst sehr spontan im Beratungsgespräch interessiert. Mich hat der digitale Schwerpunkt stark angesprochen, obwohl ich davor eher Lust auf etwas Kulturelles hatte. Ich bin aber sehr froh, dass ich mich für diese Einsatzstelle entschieden habe.

### Was waren deine Hauptaufgaben?

Hauptsächlich war ich für Social Media zuständig. Dazu habe ich beispielsweise Interviews mit Freiwilligen geführt. Außerdem habe ich Inhalte auf Webseiten eingepflegt. Was mir besonders gefallen hat war, wie selbstständig ich meine Aufgaben bearbeiten konnte.

### Gab es Highlights?

Mein allgemeines Highlight war es, so viele Freiwillige zu interviewen. Ich war schon immer interessiert an journalistischer Arbeit und das hat mir wirklich geholfen! Ich fand es aber auch überraschend interessant, mich mit dem Bearbeiten von Inhalten auf Webseiten zu beschäftigen. Ich wusste gar nicht, dass ich in sowas gut sein könnte und dass es so viel Spaß machen kann.

### Hat der Freiwilligendienst eine Auswirkung auf deine Berufswahl?

Ich war vor meinem Freiwilligendienst tatsächlich Bürojobs eher abgeneigt, was sich jetzt etwas geändert hat. Ich plane zwar immer noch, Geschichte zu studieren, bin mir aber sicher, dass ich das Arbeiten im Büro nicht mehr komplett ablehne. Außerdem wurde ich in meinem Interesse am Journalismus bestätigt.



### Würdest du einen Freiwilligendienst empfehlen?

Ich würde ihn definitiv weiterempfehlen. Auch, wenn man vielleicht einfach nur etwas Zeit überbrücken möchte. Das ist einfach so sinnvolle Arbeit und gibt einem viele besondere Eindrücke in die echte Arbeitswelt – man bekommt in einem FSJ auch mehr mit als in einem einfachen Praktikum. Ich denke, dass Freiwilligendienste eine wirklich gute Sache für junge Menschen sind.

„ICH FAND ES ÜBERRASCHEND INTERESSANT, MICH MIT DEM BEARBEITEN VON INHALTEN AUF WEBSEITEN ZU BESCHÄFTIGEN. ICH WUSSTE GAR NICHT, DASS ICH IN SOWAS GUT SEIN KÖNNTE UND DASS ES SO VIEL SPASS MACHEN KANN.“ *Amelie, FSJ in der Unternehmenskommunikation*

## FSJ DIGITAL: VERKNÜPFE DEINE DIGITALEN KOMPETENZEN MIT SOZIALEM ENGAGEMENT!

Du bist in den Sozialen Medien zuhause, hast Spaß an der Video-Produktion oder kennst dich mit Apps und digitalen Tools aus? Im FSJ Digital kannst du das mit sozialem Engagement verbinden. Du kannst zum Beispiel:

- **Digitale Lernmaterialien für Kitas, Schulen oder Stadtbüchereien erstellen**
- **Websites oder Social-Media-Auftritte von Einrichtungen wie Seniorenzentren pflegen**
- **Ältere Menschen oder Menschen mit Förderbedarf bei der Nutzung von Smartphones, Tablets oder Lern-Apps unterstützen**

Je nach Einsatzstelle übernimmst du im FSJ Digital zu einem gewissen Anteil auch die „klassischen“ Aufgaben in der jeweiligen Einrichtung: Du hilfst also auch bei der Betreuung von Seniorinnen und Senioren mit oder unterstützt zum Beispiel den Förderunterricht in der Grundschule.

### Deine Chance:

**Dein Berufswunsch ist „irgendwas mit Medien“? Im FSJ Digital kannst du je nach Einsatzstelle Tätigkeiten aus den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit, Videoproduktion oder Content Management kennenlernen und nützliche Erfahrungen sammeln.**





ERFAHRUNGSBERICHT:

## JOSEPHA IM MATHEMATIKUM

**In ihrem FSJ Kultur erhält Josepha umfassende Einblicke in ihren Wunschberuf im Bereich der Museumspädagogik.**

### Wie bist du zum FSJ Kultur im Museum gekommen?

*Ich wollte nach dem Abitur nicht direkt studieren, sondern dachte, für mich selbst und auch für Bewerbungen wäre es gut, Arbeitserfahrung zu sammeln. Ich bin gleich auf Volunta gestoßen und wurde schon einen Tag nach der Bewerbung angeschrieben. Dann habe ich im Gespräch erfahren, dass es eine Einsatzstelle im Mathematikum gibt.*

### Welche Aufgaben hast du?

*Ich übernehme ganz unterschiedliche Aufgaben. Morgens bereite ich die Cafeteria vor und kümmere mich darum, dass alles ordentlich aussieht. Da wir in der Ausstellung ja Gegenstände haben, die viel angefasst werden, bin ich auch mit dem Putzen beschäftigt oder halte die Objekte in Ordnung.*

*Meine wichtigste Aufgabe ist der Online-Shop, dort packe ich die Pakete anhand der Bestelllisten. Außerdem fülle ich den Shop an der Kasse auf. Je nach Wochentag habe ich unterschiedliche weitere Aufgaben.*

### Was sind deine Highlights im FSJ?

*Am meisten Spaß machen mir die Einführungen der Besuchergruppen, vor allem, wenn ich sie auf Englisch halten kann. Und ich biete gerne das Mini-Mathematikum für Kindergarten- oder Vorschulkinder an. Ihr Highlight ist immer die Riesenseifenblase. Ich bin gerne in der Ausstellung unterwegs und finde es schön, wenn mich die Besucher ansprechen und ich ihnen etwas erklären kann.*



### Was kannst du für dich mitnehmen?

*Durch die Einführungen, zum Beispiel mit Schulklassen, habe ich gelernt, wie ich sie besser einschätzen kann und wie ich ihnen gegenüber auftrete: zum Beispiel auf Augenhöhe mit kleinen Kindern oder auch mal etwas autoritärer bei Jugendlichen, von denen ich Respekt einfordern muss. Außerdem habe ich mich in Sachen Selbstständigkeit weiterentwickelt, das wird mir sicher auch an der Uni helfen.*

„ICH BIN GERNE IN DER AUSSTELLUNG UNTERWEGS UND FINDE ES SCHÖN, WENN MICH DIE BESUCHER ANSPRECHEN UND ICH IHNEN ETWAS ERKLÄREN KANN.“ *Josepha, FSJ Kultur im Museum*



## FSJ KULTUR: KREATIVE KOMPETENZEN EINBRINGEN

Du begeisterst dich für Kultur und Geschichte, Museen oder Theater? Im FSJ Kultur bietet dir Volunta eine spannende Vielfalt und Plätze in ganz unterschiedlichen Einrichtungen.

Aufgabenfelder im FSJ Kultur sind zum Beispiel:

- Die pädagogische Arbeit in Museen oder Bibliotheken unterstützen, auch mit digitalen Tools
- Workshops, praktische Angebote oder Museumsführungen für Kinder und Erwachsene vorbereiten und durchführen
- Theaterprojekte, Ausstellungen oder Konzerte organisieren und begleiten
- Die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit unterstützen

### Deine Chance:

Das FSJ Kultur bietet dir Einblicke in den praktischen Alltag und zeigt dir viele Facetten von Berufsfeldern wie Museumspädagogik oder Veranstaltungsorganisation.





## FÖJ: ENGAGIERT FÜR KLIMA UND NATUR

DU INTERESSIERST DICH FÜR UMWELT-, NATUR- UND KLIMASCHUTZ UND MÖCHTEST ANDERE DAFÜR BEGEISTERN? UNSERE FÖJ-PLÄTZE BIETEN DIR IN GANZ HESSEN VIELE EINBLICKE IN ZUKUNFTSGERICHTETE ARBEITSFELDER.



# EINSATZ- BEREICHE IM FÖJ



## KLIMASCHUTZ UND GLOBALE GERECHTIGKEIT

**Volunta** wurzelt in der Tradition der internationalen Rotkreuzbewegung. Das bedeutet: Auch Umweltbewusstsein und Nachhaltigkeit sind für uns wichtige Werte. Denn humanitäre Katastrophen, aber auch globale Ungerechtigkeit und Armut sind ebenfalls mit Klimawandel und Umweltzerstörung verknüpft.

## FORSCHUNG UND TECHNIK

Du interessierst dich für Naturwissenschaften und führst gerne Experimente oder Analysen im Freiland und im Labor durch? Dann kannst du dein FÖJ in einer Einsatzstelle in den Bereichen Biotechnologie, Recycling oder Wasserwirtschaft absolvieren. Du unterstützt die Einrichtung beispielsweise bei gewässerökologischen Projekten oder hilfst dabei mit, alte Elektrogeräte instand zu setzen. In anderen Einsatzstellen führst du mikrobiologische Untersuchungen durch, wertest Messreihen aus oder kartierst Landschaften.

### Deine Chance:

Je nach Tätigkeit im FÖJ und je nach Studiengang kann dein Freiwilligendienst als Praktikum anerkannt werden.



„Die Laborarbeit macht mir Spaß und ich bekomme ein Gefühl dafür, wie es später mal in der Arbeitswelt aussehen könnte.“

*Jacqueline, FÖJ im Veterinärlabor*



## UMWELTBILDUNG

Beim FÖJ in der Umweltpädagogik vermittelst du vor allem in Waldkindergärten oder Umweltbildungszentren Wissen rund um Natur-, Umwelt- und Klimaschutz: Welche Lebewesen finde ich in einem Teich und wie kann ich sie bestimmen? Wie kommt der Apfelsaft in die Flasche? Von welchem Tier stammt diese Spur? Und was haben Klettverschlüsse eigentlich mit Biologie zu tun? Solchen Fragen gehst du gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen auf den Grund.

### Deine Chance:

**Für ein Studium oder eine Ausbildung im pädagogischen Bereich kann dein FÖJ dir als Praktikum oder Anerkennungsjahr dienen.**

„Im FÖJ ist es mir wichtig, dass ich bei den nächsten Generationen etwas bewirken kann im Hinblick auf das Thema Natur.“  
Nora, FÖJ im Waldkindergarten



## KLIMA-SCHUTZ

Beim FÖJ im Klimaschutz unterstützt du zum Beispiel Klimaschutzverantwortliche in Gemeinden mit eigenen Projekten. Dabei kannst du etwa eine interaktive Smartphone-Rallye zum Thema Nachhaltigkeit oder ein informatives Spiel entwickeln. Außerdem hilfst du bei der Planung und Durchführung von Aktionen und Veranstaltungen rund um Klima- und Ressourcenschutz mit. Auch die Öffentlichkeitsarbeit, also beispielsweise das Erstellen von Presseartikeln oder die Pflege der Homepage, kann zu deinen Aufgaben gehören.

### Deine Chance:

**Ein FÖJ im Umweltbüro oder der Klimaschutzagentur kann je nach Hochschule als Pflichtpraktikum gelten, zum Beispiel für Studiengänge im geowissenschaftlichen Bereich.**

„Wir beraten Bürger im Hinblick auf Energieeinsparung und den Bau von Heizungs- oder Photovoltaikanlagen. Sehr spannend finde ich unser Forschungsprojekt: Dabei untersuchen wir, welches Potenzial die Straßenrandbegrünung bei der Energiegewinnung hat.“  
Janine, FÖJ in der Energieagentur



# LANDWIRTSCHAFT UND LANDSCHAFTS- PFLEGE

In der ökologischen Landwirtschaft kannst du bei der Ernte helfen, Zäune ausbessern oder im Stall mitarbeiten. In der Landschaftspflege kümmerst du dich um die historischen Gartenanlagen von Museen und Schlössern oder unterstützt bei der Pflege von Naturschutz-Gebieten, Streuobstwiesen oder auch städtischen Grünanlagen.

## Deine Chance:

Das FÖJ kann je nach Tätigkeiten als Vorpraktikum dienen, etwa für landwirtschaftliche Studiengänge.

„Hier auf dem Gelände sollen verschiedene Bereiche wie die Flächen rund ums Hauptgebäude naturnah umgestaltet werden. Dafür erarbeite ich die Pläne. Das gefällt mir ziemlich gut und hilft mir als Erfahrung für mein geplantes Architektur-Studium.“  
*Kilian, FÖJ beim Wasserversorger*



# TIERE

Wenn du gerne mit Tieren zu tun hast, kannst du zum Beispiel ein FÖJ in Zoos und Wildparks, auf Reiter- oder Bauernhöfen sowie im Tierheim absolvieren. Du erhältst hier Einblick in die Haltung, Aufzucht und tägliche Versorgung unterschiedlichster Tierarten. Ein Einsatzbereich ist auch die tiergestützte Pädagogik: In Einsatzstellen für Menschen mit Behinderung oder Suchterkrankungen vermitteln Tiere Ruhe und Geborgenheit, regen zur Interaktion an und helfen dabei, Verantwortung zu übernehmen. Auch hier bietet Volunta FÖJ-Plätze an.

## Deine Chance:

Du hast die Möglichkeit, zu überprüfen, ob die Arbeit mit Tieren das Richtige für dich ist. Außerdem kannst du schon wichtige Erfahrungen sammeln und Kontakte knüpfen.

„Mir gefällt besonders die Vielfalt der Tätigkeiten: Zum Beispiel beteilige ich mich an der Neuanlage einer Dünenlandschaft, die Besuchern später zum Spielen und Erholen dienen soll. Zu meinen Aufgaben gehören aber auch das Einrichten von Gehegen oder Renovierungs- und Pflanzarbeiten.“  
*Luca, FÖJ im Zoo*



# GUTE GRÜNDE FÜR VOLUNTA



## Individuelle Beratung

Mit 22 Beratungszentren und vier Niederlassungen in ganz Hessen sind wir in der Region verwurzelt. So finden wir den Platz, der zu dir passt!



## Starkes Bildungsangebot

Zum Freiwilligendienst gehören 25 Seminartage: Sie bieten dir nützliches Wissen für deine Einsatzstelle und ermöglichen den Austausch mit anderen Freiwilligen.



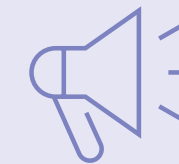
## Einsatzstellenvielfalt

Volunta ist Hessens größter FSJ-Träger: Wir bieten dir eine große Auswahl an Plätzen in ganz Hessen. Bestimmt ist auch in deiner Nähe etwas dabei!



## Verwurzelt im DRK

Volunta ist eine Tochtergesellschaft des Deutschen Roten Kreuzes in Hessen. Wir stehen für Solidarität, Menschlichkeit und Akzeptanz sowie für die Prinzipien der Gemeinnützigkeit und Freiwilligkeit.



## Starke Stimme

Volunta engagiert sich in der Politik für bessere Rahmenbedingungen: Wir wollen, dass der Freiwilligendienst allen offen steht, die daran Interesse haben.



## Erfahrung

Seit rund 20 Jahren berät und vermittelt Volunta im Bereich der Freiwilligendienste. Profitiere von unserer Erfahrung!



## INTERESSIERT? WIR BERATEN DICH GERNE!

Du möchtest dich für ein FSJ, einen BFD oder ein FÖJ bewerben und wünschst dir mehr Informationen?  
Schreib uns eine E-Mail an

**info@volunta.de**

oder ruf uns gleich an:

**0611 95 24 90 00**

Wir laden dich so bald wie möglich zu einem Online-Beratungsgespräch ein und schauen, welche Einsatzstelle zu dir passt. Wir haben Einsatzstellen in ganz Hessen – auch in deiner Nähe!

Unsere Infoveranstaltungen und Messetermine >



## ... ODER DOCH IN DIE WEITE WELT? AUSLANDS- FREIWILLIGENDIENST MIT VOLUNTA!

Volunta bietet nicht nur FSJ/BFD und FÖJ in Hessen, sondern auch spannende Projekte in der ganzen Welt. Du kannst dich in Afrika, Asien, Europa und Lateinamerika sozial oder ökologisch engagieren. Zur Wahl stehen zum Beispiel Assistenzen im pädagogischen oder medizinischen Bereich.

Informiere dich unter [www.volunta.de](http://www.volunta.de)!

**„Die Welt ist durch die Distanz nach Hause und das Reisen viel greifbarer geworden und ich fühle mich durch die Erfahrungen selbstständiger. Außerdem hat sich meine persönliche Perspektive weiterentwickelt und erweitert.“**  
*Christian in Kolumbien*



## IMPRESSUM

**Deutsches Rotes Kreuz in Hessen**

**Volunta gGmbH**

Abraham-Lincoln-Str. 7

65189 Wiesbaden

Tel: 0611 95 24 90 00

info@volunta.de

www.volunta.de

**Geschäftsführer: Peter Battenberg**

Amtsgericht Wiesbaden

Handelsregister-Nr. B 21698

USt-IDNr. DE251527755

Gestaltung: kraftundadel, Wiesbaden

Mai 2023



**volunta.de**

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**HESSEN**

