

# Wegweiser Frau und Beruf

CHANCENGLEICHHEIT FÜR FRAUEN UND MÄNNER



Informationen,  
Antworten, Tipps



**Bundesagentur für Arbeit**

Regionaldirektion  
Nordrhein-Westfalen

# Impressum

## Redaktionsteam

Regionale Arbeitsgemeinschaft der Beauftragten für  
Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agenturen für  
Arbeit Ahlen, Coesfeld, Hamm, Münster, Rheine und  
Wesel

Monika Boeckmann	Agentur für Arbeit Ahlen
Karin Hartmann	Agentur für Arbeit Coesfeld
Martina Leyer	Agentur für Arbeit Hamm
Andrea Mick	Agentur für Arbeit Münster
Jana Behlert	Agentur für Arbeit Rheine
Christiane Naß	Agentur für Arbeit Wesel

## Rechte

Alle Rechte vorbehalten.

Nachdruck, Vervielfältigung, auch auszugsweise, ist nur  
mit Genehmigung des Herausgebers gestattet.

Bitte beachten Sie bei den Hinweisen auf LINKS auf  
diesen Seiten, dass die Bundesagentur für Arbeit weder  
verantwortlich ist für Informationen und Inhalte anderer  
Anbieter außerhalb ihres eigenen Angebotes unter  
[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) noch dass diese Informationen  
und Inhalte anderer Anbieter von der Bundesagentur für  
Arbeit kontrolliert werden.

© Regionaldirektion Nordrhein-Westfalen, 2010

Die blaue Schrift zeigt im Internet einen LINK an und führt  
Sie auf die entsprechende Seite einer Homepage.

# Welche Informationen bietet dieser Wegweiser?

Dieser Wegweiser zeigt Ihnen Informationsmöglichkeiten  
für Ihren beruflichen (Wieder-)Einstieg.

Folgende Themen werden angesprochen:

Vorwort.....	3
Wiedereinstieg.....	3
Bewerbung.....	4
Weiterbildung.....	5
Teilzeit und Minijobs.....	7
Existenzgründung.....	8
Kinderbetreuung.....	10
Das sollten Sie wissen, wenn Sie Eltern werden.....	10
Rente.....	13
Weitere Beratungsstellen.....	14

Zu diesen Themen erhalten Sie grundlegende  
Informationen. Die Broschüre enthält auch Hinweise, wo  
Sie sich weiter informieren oder beraten lassen können.

## Vorwort

Es ist heute selbstverständlich, dass Frauen berufstätig sind. Aber immer noch können viele Frauen nur unter erschwerten Bedingungen erwerbstätig sein. Beispiele hierfür sind familienbedingte Einschränkungen, Hemmnisse beim beruflichen Aufstieg, Schwierigkeiten bei der Rückkehr in den Beruf. Alle diese Fragen erfordern gezielte Antworten.

Dieser Wegweiser soll Ihnen dabei helfen, allgemeine Fragen und Probleme beim beruflichen Wiedereinstieg zu lösen.

### Internet

Diesen Wegweiser "Frau und Beruf" finden Sie auch im Internet unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de).

### Was kann dieser Wegweiser nicht bieten?

Der Wegweiser kann keine individuelle Beratung ersetzen; jede Fragestellung ist anders und braucht deshalb eine eigene Lösung. Wir möchten Sie aber dazu ermuntern, die aufgeführten Informations- und Beratungsmöglichkeiten zu nutzen.

### Hinweis

Eine erste gute Übersicht zu allen Fragen rund um das Thema **Frauen und Beruf** bieten ebenfalls die Hefte "**Familie und Beruf**" aus der Reihe "**durchstarten**" und das **Merkblatt Nr. 18**, die Sie unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) finden oder in jeder Agentur für Arbeit kostenlos erhalten.

## Wiedereinstieg

Für viele Frauen stellt sich nach einer Familienphase die Frage, wie der berufliche Wiedereinstieg gestaltet werden kann.

Viele Agenturen für Arbeit bieten Informationsveranstaltungen für BerufsrückkehrerInnen an, die in der Regel durch die **Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt** durchgeführt werden. In diesem **Service für BerufsrückkehrerInnen** erhalten Sie erste Informationen, die Ihnen den beruflichen Wiedereinstieg erleichtern, z. B. zur Vermittlung in Arbeit, zur Arbeitsmarktsituation, zum Bewerbungstraining, zu Weiterbildungsmöglichkeiten und zur Existenzgründung. Sie werden über Förderbedingungen informiert. Zusätzlich erhalten Sie Hilfen beim Weg durch die Institution "Agentur für Arbeit".

**Termine** dieser Veranstaltungen erfahren Sie in der Agentur für Arbeit oder in der Veranstaltungsdatenbank unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de), Menüpunkt "Veranstaltungen".

Da jeder berufliche Werdegang anders ist, ergeben sich auch unterschiedliche und vielfältige Fragen beim Wiedereinstieg. Mögliche Fragen können z. B. sein:

- Welche beruflichen Kenntnisse und Fertigkeiten habe ich noch aus der Zeit vor der Familienphase?
- Welche Zusatzkenntnisse habe ich während der Familienphase erworben?
- Wie steht meine Familie zu meinem beruflichen Wiedereinstieg?
- Wie ist die Kinderbetreuung organisiert?
- Welche Arbeitszeit wünsche ich mir/kann ich realisieren?
- Welche Fahrzeiten zur Arbeitsstelle sind möglich?

Für die **individuelle Beratung** vereinbaren Sie bitte einen Termin bei der Arbeitsvermittlung Ihrer örtlichen Agentur für Arbeit oder bei einer Ansprechperson der Kommunen bzw. der ARGEn. Es kann hilfreich sein, wenn Sie sich Ihre Fragen und notwendigen Schritte schriftlich notieren. Schriftlich notierte Fragen können beim Gespräch gemeinsam „bearbeitet“ werden und werden nicht vergessen.

# Bewerbung

Zusätzlich bieten die Agenturen für Arbeit die Möglichkeit, sich an den Internet-Plätzen vor Ort selber zu informieren. Unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) finden Sie z. B. aktuelle Stellenangebote.

Dort, wie auch im Berufsinformationszentrum **BiZ**, können Sie sich über Anforderungen und Chancen in den Berufen informieren. Die MitarbeiterInnen der Agentur für Arbeit sind bei Fragen gerne behilflich.

Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) => Bürgerinnen und Bürger => Chancengleichheit.

Das Redaktionsteam wünscht Ihnen viel Erfolg bei Ihrem persönlichen Wiedereinstieg!

Sich bewerben heißt: **für sich werben**. Ihre Bewerbung soll **Erfolg** haben. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie sich für eine einfache oder höher qualifizierte Stelle bewerben, es ist in jedem Fall ratsam, sich für die Vorbereitung der Bewerbung Zeit zu nehmen.

Hilfreich ist es, sich folgende Fragen zu beantworten:

- Welche beruflich nutzbaren Erfahrungen besitze ich?
- Welche Kenntnisse, Fertigkeiten, Erfahrungen bringe ich für die angestrebte Stelle mit?
- Wie kann ich meine Kenntnisse, Fertigkeiten und Erfahrungen am besten demonstrieren bzw. belegen?
- Kann ich auf Erfolge zurückblicken und in meiner Bewerbung darauf verweisen?

Wenn Sie sich mit diesen Fragen beschäftigt haben, wird es Ihnen leichter fallen, sich um eine Stelle zu bewerben oder ein Vorstellungsgespräch zu führen.

In den meisten Fällen werden zunächst **schriftliche Bewerbungen** erwartet. Das Bewerbungsschreiben ist Ihre Visitenkarte: Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance. Deshalb sollte Ihre Bewerbung positiv auffallen. Zu den Standard-Bewerbungsunterlagen zählen:

- ggf. Deckblatt
- Anschreiben
- Lichtbild (wird auf Deckblatt oder Lebenslauf geklebt) **1.)**
- Lebenslauf mit schulischem und beruflichem Werdegang
- Zeugnisse und Bescheinigungen (z. B. Arbeitsbescheinigungen, Referenzen, Arbeitsproben)

In einigen Agenturen für Arbeit gibt es Bewerbungszentren. Hier helfen Ihnen kompetente AnsprechpartnerInnen bei der Erstellung Ihrer Bewerbungsunterlagen und geben nützliche Tipps. Fragen Sie Ihre/n ArbeitsvermittlerIn nach dieser Möglichkeit.

1.) Aufgrund des seit August 2006 gültigen Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetzes (AGG) fordern einige Arbeitgeber/-innen keine Bewerbungsfotos an. Das AGG hat das Ziel, ungerechtfertigte Benachteiligungen aus Gründen der Rasse, der ethnischen Herkunft, des Geschlechts, der Religion, der Weltanschauung, einer Behinderung, des Alters oder der sexuellen Identität zu verhindern oder zu beseitigen. Um sich einem möglichen Vorwurf zu entziehen, im Zusammenhang mit auf dem Foto erkennbaren Merkmalen diskriminiert zu haben, verzichten einige Arbeitgeber/-innen auf die Vorlage eines Bewerbungsfotos. Aus demselben Grund werden auch Stellenausschreibungen möglichst neutral gehalten.

# Weiterbildung

## Hinweis

Folgende Broschüren mit weiteren Tipps und Hinweisen können Sie bei der Agentur für Arbeit kostenlos erhalten. Fragen Sie hierzu bitte an der Informationstheke nach!

- durchstarten - Heft mit CD "Trainingsprogramm für Arbeitsuche und Bewerbung"
- Merkblatt 3 „Vermittlungsdienste und Leistungen für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer“, herausgegeben von der Bundesagentur für Arbeit

Im Berufsinformationszentrum (BiZ) finden Sie zusätzlich Literatur zum Thema Bewerbung (z. B. auch das Buch „Das Vorstellungsgespräch für Frauen“). Die BiZ-MitarbeiterInnen sind Ihnen gern behilflich.

Im **Internet** finden Sie die genannten Veröffentlichungen auch zum Download unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) => Veröffentlichungen => BA-Bestellservice.

## Hilfen der Agentur für Arbeit

Um den aktuellen Anforderungen des Arbeitsmarktes gerecht werden zu können, benötigen viele Frauen, die am Erwerbsleben (wieder) teilnehmen möchten, eine Weiterbildung.

Unter [www.lernboerse.arbeitsagentur.de](http://www.lernboerse.arbeitsagentur.de) besteht die Möglichkeit, verschiedene **Selbstlernangebote** online zu bearbeiten.

Eine Übersicht über das Angebot an Bildungsmaßnahmen – unabhängig von einer Finanzierung durch die Bundesagentur für Arbeit – finden Sie in der Datenbank **KURSNET**, entweder im Berufsinformationszentrum (BiZ) oder unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de).

Ihre Agentur für Arbeit kann **unter bestimmten Voraussetzungen** die berufliche Weiterbildung fördern, wenn dadurch die Arbeitslosigkeit oder die Familienphase beendet oder eine drohende Arbeitslosigkeit abgewendet wird **und** mit einer hohen Integrationswahrscheinlichkeit auf dem Arbeitsmarkt gerechnet werden kann.

Um Möglichkeiten der beruflichen Weiterbildung kennen zu lernen und sich über Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt zu erkundigen, sollten Sie sich beraten lassen. Hier erfahren Sie zusätzlich, welche Bedingungen für eine Förderung erfüllt sein müssen und welche Kosten die Agentur für Arbeit gegebenenfalls übernimmt.

Zur Vorbereitung auf das Beratungsgespräch ist es sinnvoll, einige Punkte vorher zu überlegen und die **Fragen** aufzuschreiben. Das könnte etwa so aussehen:

- Kann ich an meine bisherige oder an eine früher ausgeübte Tätigkeit anknüpfen?
- Welche Vorkenntnisse bringe ich mit?
- Wie sind die Chancen auf dem Arbeitsmarkt?
- Ist eine Qualifizierung aufbauend auf der bisherigen Tätigkeit möglich/sinnvoll/ratsam?
- Bin ich bereit, noch einmal eine neue Ausbildung zu machen und zur Berufsschule zu gehen?
- Kann ich die gewünschte Ausbildung in einer Schule/Fachschule – eventuell mit Internatsunterbringung – absolvieren?
- Bin ich bereit, dies auch außerhalb meines Wohnortes zu tun?
- Ist eine aufstiegsorientierte Weiterbildung – aufbauend auf meiner bisherigen Tätigkeit – möglich, etwa zur Meisterin, Fachkauffrau oder Technikerin?
- Wo und wodurch kann ich mir einen Überblick über die heutigen Berufsmöglichkeiten verschaffen?

- Gibt es spezielle Informationsangebote/-veranstaltungen für mich?
- Wer finanziert eine berufliche Bildungsmaßnahme?
- Bin ich in der Lage, eine Qualifizierung selber zu finanzieren?
- Welche Arbeitszeit ist mir möglich?
- Welche Wege und Zeiten zur Arbeitsstelle/ Ausbildungsstelle kann ich mir zumuten?
- Gibt es ausreichend öffentliche Verkehrsverbindungen oder bin ich auf das Auto angewiesen?
- Wie ist die Kinderbetreuung geregelt - auch während der Ferienzeiten im Kindergarten oder in der Schule?

## Weiterbildung durch das Land Nordrhein-Westfalen

Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales (MAGS) hat die Zielgruppe für den Bildungsscheck zum 01.02.2008 erweitert.

Jetzt können nicht nur berufstätige Männer und Frauen, sondern auch Berufsrückkehrende einen **Bildungsscheck** erhalten.

Das Land NRW übernimmt mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds die Hälfte der Weiterbildungskosten (maximal bis zu 500 Euro pro Bildungsscheck). Angesprochen werden sollen Beschäftigte kleinerer und mittlerer Unternehmen (bis zu 250 Beschäftigte), die länger als zwei Jahre an keiner vom Betrieb veranlassten beruflichen Weiterbildung mehr teilgenommen haben.

Nach der neuen Regelung können folgende Personen einen Bildungsscheck erhalten, um ihren Wiedereinstieg vorzubereiten:

- **Berufsrückkehrende** (seit dem 01.02.2008), die spezielle Bedingungen erfüllen
- Lohn- und GehaltsempfängerInnen
- für das Unternehmen tätige Personen, die in einem Unterordnungsverhältnis zu diesem stehen und nach nationalem Recht ArbeitnehmerInnen gleichgestellt sind
- **geringfügig Beschäftigte** (ohne andere Hauptbeschäftigung)
- **Beschäftigte in Mutterschaftsurlaub oder Elternzeit**
- mithelfende Familienangehörige (ohne andere Hauptbeschäftigung)
- **mitarbeitende Familienangehörige** (ohne andere Hauptbeschäftigung)
- **mitarbeitende Betriebsinhaber/Eigentümer** in den ersten fünf Jahren nach Unternehmensgründung

**Weitere Infos zum Bildungsscheck erhalten Sie unter [www.bildungsscheck.nrw.de](http://www.bildungsscheck.nrw.de) oder bei den örtlichen Beratungsstellen. Die Adressen können hierfür können Sie bei der Beauftragten für Chancengleichheit erfragen.**

## Weiterbildung durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung

Eine weitere Fördermöglichkeit bietet die **Bildungsprämie** des Bundesministeriums für Bildung und Forschung.

Im Unterschied zum Bildungsscheck

- ist eine jährliche Förderung möglich
- das Höchsteinkommen von 25.600 € (Alleinstehende) bzw. 51.200 € (bei zusammen Veranlagten) darf nicht überschritten werden
- die Betriebsgröße spielt keine Rolle (auch über 250 Beschäftigte)
- Betriebsinhaber, Freiberufler sind generell förderbar (nicht nur in den ersten fünf Jahren der Gründung).

Die Beratungs- und Ausgabestellen sind die gleichen wie beim Bildungsscheck. Weitere Infos finden Sie unter [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info).

## Hinweis

Tipps und Informationen finden Sie auch in diesen Broschüren, die Sie in Ihrer Agentur für Arbeit kostenlos erhalten:

- Heft "Familie und Beruf" aus der Reihe "durchstarten"
- Merkblatt Nr. 6 - Förderung der beruflichen Weiterbildung
- Merkblatt Nr. 18 - Frauen und Beruf - Fragen, Antworten, Tipps

# Teilzeit und Minijobs

## Teilzeit

In der Regel haben Frauen und Männer, die nach der Familienphase zurück in den Beruf möchten, weiterhin familiäre Verpflichtungen. Daher haben sie vielfach den Wunsch, sich hinsichtlich der Lage und Verteilung sowie des Umfangs der Arbeitszeit einzuschränken. Sie suchen Arbeitsverhältnisse mit weniger Arbeitsstunden als eine Vollzeit-Tätigkeit oder mit flexiblen Arbeitszeiten. Von solcher Teilzeit-Arbeit profitieren sowohl Unternehmen als auch Beschäftigte. Während zum Beispiel für die Unternehmen die Möglichkeit zu verlängerten Betriebszeiten und damit zu größerer Kundenorientierung ein Vorteil ist, weil sie auch außerhalb starrer Geschäftszeiten noch ihren Service anbieten können, profitieren die Beschäftigten davon, Familie und Beruf besser miteinander vereinbaren zu können.

In Teilzeit ist alles möglich, was individuell zwischen ArbeitgeberIn und ArbeitnehmerIn vereinbart wird. Sie können zum Beispiel eine regelmäßige reduzierte Stundenzahl an allen Wochentagen arbeiten oder einzelne volle Arbeitstage in der Woche/Monat. Sie können vereinbaren, dass zu Zeiten mit hohem Arbeitsaufkommen viel gearbeitet wird und zu Zeiten geringen Arbeitsanfalls weniger bei gleich bleibender monatlicher Bezahlung. Sie können innerhalb gesetzlicher Grenzen Arbeit auf Abruf vereinbaren. Sie können vorarbeiten, um früher in Rente zu gehen oder sich einen längeren Urlaub zu ermöglichen. Zwei oder mehrere Arbeitskräfte können sich eine Arbeitsstelle teilen und ihre Arbeitszeiten untereinander absprechen.

Um Ihre Chancen auf einen Teilzeit-Arbeitsplatz zu erhöhen, ist es sinnvoll zu überlegen, was für Sie möglich ist, bevor Sie mit dem/der ArbeitgeberIn über einen Teilzeitarbeitsplatz sprechen, evt. 2-3 ganze Tage oder vormittags/nachmittags/abends, evtl. im Wechsel oder Wochenenddienste.

Seit dem 01.01.2001 gilt das **Teilzeit- und Befristungsgesetz (TzBfG)**. Danach haben Sie unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Reduzierung Ihrer Arbeitszeit. Nähere Informationen erhalten Sie unter [www.teilzeit-info.de](http://www.teilzeit-info.de).

Zusätzlich gibt es beim Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie unter Telefon: 0 18 05/67 67 14 ein Info-Telefon für 14 Cent/Minute aus dem deutschen Festnetz.

## Minijobs

- Als **geringfügig beschäftigt** gelten Sie, wenn Sie nicht mehr als 400 Euro brutto im Monat verdienen.
- Als **kurzfristig beschäftigt** gelten Sie, wenn Ihr Beschäftigungsverhältnis weniger als 2 Monate bzw. 50 Arbeitstage im Jahr umfasst.

Arbeiten Sie in mehreren geringfügigen Arbeitsverhältnissen und die Summe Ihrer Einkünfte übersteigt 400 Euro, gelten Sie nicht mehr als geringfügig beschäftigt. Ihr Einkommen unterliegt allerdings erst ab einem Verdienst von 800 Euro den üblichen Sozialabgaben. Ab 400,01 Euro und unter 800 Euro gibt es die so genannte **Gleitzone** mit einem reduzierten prozentualen Abgabenanteil zur Sozialversicherung für ArbeitnehmerInnen. Bei einem Verdienst von 400,01 Euro zahlen Sie rund 9%; mit steigendem Einkommen erhöht sich Ihr Anteil langsam bis auf die Hälfte der Gesamtsozialabgaben.

**Ein** Minijob kann neben einer sozialversicherungs-pflichtigen Hauptbeschäftigung ausgeübt werden.

400-Euro-Job-Angebote finden Sie auch in der Job-Börse der Bundesagentur für Arbeit unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

## Kranken- und Rentenversicherung:

Ihr/e ArbeitgeberIn muss noch 30% Ihres Einkommens zusätzlich abführen: 13% zur Krankenversicherung, 15% zur Rentenversicherung und 2% Steuern an das Finanzamt. Durch die Beitragszahlung Ihres/Ihrer ArbeitgeberIn zur Krankenversicherung erwerben Sie allerdings keinen Krankenversicherungsschutz. Bei haushaltsnahen Minijobs betragen die Abgaben nur 12% (je 5% für die Kranken- und Rentenversicherung und 2% Steuern).

## Beitragsaufstockung zur Rentenversicherung:

Wenn Sie selber Ihre Rentenbeiträge auf den vollen Beitragssatz von 19,9% aufstocken, erwerben Sie vollwertige Pflichtbeitragszeiten in der Rentenversicherung. Sie erfüllen dadurch z. B. Wartezeiten für einen früheren Rentenbeginn und erhalten Anspruch auf Kuren und Erwerbsminderungsrente.

# Existenzgründung

Bei weitergehenden Fragen zu den Minijobs wenden Sie sich bitte an die

Knappschaft-Bahn-See  
Service Center : 01801 200 504 (zum Ortstarif aus dem Festnetz der Telekom)  
montags bis freitags von 7 bis 19 Uhr

Informationen finden Sie auch auf deren Seite im Internet unter [www.minijob-zentrale.de](http://www.minijob-zentrale.de)

## Hinweis

Zur weiteren Information können Sie die Broschüre „Geringfügige Beschäftigung und Beschäftigung in der Gleitzone“ (Best.-Nr. A 630) kostenlos bestellen beim Bundesministerium für Arbeit und Soziales, Referat Information, Publikation, Redaktion, 53107 Bonn oder auch im Internet unter [www.bmas.bund.de](http://www.bmas.bund.de) oder Tel. 0180/51 51 51 o (0,14 €/Min. aus dem dt. Festnetz) Fax 0180/51 51 51 1 (0,14 €/Min. aus dem dt. Festnetz).

Von der Geschäftsidee zum Unternehmenskonzept: Selbständig wird „Frau“ nicht von heute auf morgen. In der Gründungsphase gibt es viel zu tun und zu beachten. Ob eine Geschäftsidee gut ist, zeigt sich, wenn sie in ein Konzept umgesetzt wird.

Einige Fragen können Ihnen bei der Konzeptentwicklung helfen:

- Was soll produziert werden bzw. welche Art Dienstleistung soll angeboten werden?
- Welcher Standort wird gewählt?
- Wie groß ist der Einzugsbereich?
- Wer ist als Kunde zu gewinnen?
- Wie viele Wettbewerber gibt es auf dem Markt? Wie leistungsfähig sind sie?
- Welche Kosten entstehen mit der Gründung und in der ersten Zeit der Tätigkeit?
- Welches Startkapital wird gebraucht?
- Wer bringt das Startkapital auf?
- Welche finanziellen Hilfen sind möglich?
- An welche Bedingungen sind sie geknüpft?

## Gründungszuschuss:

Der Gründungszuschuss dient der Sicherung des Lebensunterhalts und der sozialen Absicherung.

ArbeitnehmerInnen, die durch die Aufnahme einer selbständigen, hauptberuflichen Tätigkeit ihre Arbeitslosigkeit (mit Leistungsbezug nach SGB III) beenden, haben Anspruch auf einen Gründungszuschuss.

## Höhe und Dauer:

Der Gründungszuschuss wird zunächst für die Dauer von neun Monaten bewilligt und entspricht dem Betrag, der zuletzt als Arbeitslosengeld I gezahlt wurde zuzüglich 300 Euro für die soziale Absicherung.

## Voraussetzungen:

- Anspruch auf Arbeitslosengeld I nach dem SGB III oder
- Ausübung einer Beschäftigung, die als ABM nach dem SGB III gefördert worden ist
- Restanspruch auf Arbeitslosengeld I von mindestens 90 Tagen bei Aufnahme der geförderten Selbständigkeit
- Nachweis der Tragfähigkeit der Existenzgründung
- Darlegung der Kenntnisse und Fertigkeiten zur Ausübung der selbständigen Tätigkeit
- Positive Stellungnahme einer fachkundigen Stelle

- Beantragung der Förderung bei der Agentur für Arbeit vor Aufnahme der selbständigen Tätigkeit

Bestehen Zweifel an der unternehmerischen Eignung, kann die Agentur für Arbeit die Teilnahme an Maßnahmen zur Vorbereitung auf die Existenzgründung verlangen.

Nach neun Monaten kann für weitere sechs Monate der Zuschuss von 300 Euro geleistet werden, wenn eine intensive Geschäftstätigkeit nachgewiesen wird.

### Freiwillige Arbeitslosenversicherung

Bei der Aufnahme einer mindestens 15 Std./Woche umfassenden selbständigen Tätigkeit besteht die Möglichkeit der **freiwilligen Weiterversicherung in der Arbeitslosenversicherung**, wenn

- Sie innerhalb der letzten 24 Monate mindestens 12 Monate sozialversicherungspflichtig beschäftigt waren und auch Beiträge zur Arbeitslosenversicherung entrichtet wurden oder
- Sie **unmittelbar** vor der Existenzgründung Arbeitslosengeld I bezogen haben.

Der Antrag für die freiwillige Versicherung muss spätestens innerhalb einer einmonatigen Frist nach Aufnahme der Selbständigkeit bei der Agentur für Arbeit gestellt werden.

Freiwillige Weiterversicherungszeiten sind Versicherungspflichtzeiten und damit anwartschaftsbegründend. Das Versicherungspflichtverhältnis endet (nach derzeitigem Stand) allerdings spätestens mit Ablauf des 31.12.2010.

### Neuausrichtung der Beratungsförderung beim Bund und bei den Ländern

- Beratungsförderung **vor der Gründung**: Ländersache, in NRW Beratungsprogramm Wirtschaft (BPW)
- Beratungsförderung **nach der Gründung**: Bundessache, Gründercoaching Deutschland über die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW)

### Gründungsberatung vor Aufnahme der Selbständigkeit - Zirkelberatung

#### Gegenstand der Beratung

Entwicklung, Prüfung und Umsetzung von Gründungskonzepten **vor** der Gründung mit dem Ziel einer Vollexistenz

#### Zielgruppe

- GründerInnen im Alg I- oder Alg II-Bezug
- Berufsrückkehrende und Hochschulabsolventen, soweit eine vergleichbare Einkommenslage vorliegt

#### Beratungsform und Umfang

- Kombinierte Gruppen- und Einzelberatung
- Gruppengröße: mind. vier, max. sechs Personen
- Ein Tagewerk à acht Stunden pro Teilnehmenden

### Gründungsberatung nach Aufnahme der Selbständigkeit - Gründercoaching

- Seit 01.11.2007 bietet die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) ein über den europäischen Sozialfonds (ESF)-kofinanziertes Förderprogramm des Bundes „**Gründercoaching Deutschland**“ an.
- UnternehmerInnen aus dem Bereich der gewerblichen Wirtschaft und Angehörige wirtschaftsnaher Freier Berufe können Zuschüsse zu den Kosten der Coachingmaßnahme aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) erhalten. Die Gründung bzw. Übernahme darf zum Zeitpunkt der Antragstellung nicht länger als 5 Jahre zurückliegen.
- Das Gründercoaching Deutschland wird bundesweit angeboten. Anträge auf ein gefördertes Gründercoaching sind bei einem Regionalpartner/Startercenter NRW zu stellen.

#### Hinweis

#### Zur weiteren Information:

- Merkblatt: Hinweise und Hilfen zur Existenzgründung – Ein Wegweiser für den Schritt in die Selbständigkeit; Bundesagentur für Arbeit
- durchstarten: Existenzgründung; herausgegeben durch die Bundesagentur für Arbeit
- [www.kfw-mittelstandsbank.de](http://www.kfw-mittelstandsbank.de)

# Kinderbetreuung

Über die aktuellen Betreuungsmöglichkeiten an Ihrem Wohnort sollten Sie sich **rechtzeitig** vor dem Wiedereinstieg bei den jeweiligen Jugendämtern informieren.

In Kommunen ohne eigenes Jugendamt gibt das Kreisjugendamt Auskunft. Oder erkundigen Sie sich bei der Gleichstellungsbeauftragten Ihrer Kommune.

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren muss nach dem Kinder- und Jugendhilfegesetz und dem Gesetz über Tageseinrichtungen in Nordrhein-Westfalen ein Kindergartenplatz angeboten werden.

Für kleinere Kinder gibt es Betreuung in Kindertagesstätten, in privaten Kindergruppen oder durch Tagesmütter.

Größere Kinder können teilweise in Übermittag-Betreuung - die die Schulen anbieten - oder in Kinderhorten betreut werden.

Wenn Sie an einer Weiterbildungsmaßnahme der Agentur für Arbeit teilnehmen, können notwendige Kinderbetreuungskosten in Höhe von 130 € pro Kind und Monat übernommen werden.

Als Kinderbetreuungskosten gelten:

- Kosten für den Kindergarten/Hort
- Kosten für eine Tagesmutter
- Kosten für die Betreuung bei Nachbarn/Verwandten
- Kosten für die Kinderbetreuung beim Bildungsträger.

Zu den Kinderbetreuungskosten zählen nicht die Kosten für die Verpflegung.

## Hinweis

### Zur weiteren Information:

<http://www.handbuch-kindertagespflege.de/>

# Das sollten Sie wissen, wenn Sie Eltern werden

## Elternzeit – Weiterbeschäftigung – Arbeitslosigkeit

### Elternzeit und Weiterbeschäftigung

#### Vater und Mutter können beide Elternzeit beanspruchen

Die Elternzeit (früher „Erziehungsurlaub“) ist im Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz (BEEG) geregelt:

- Väter und Mütter können ihre Elternzeit bis zu 3 Jahre ganz oder teilweise gemeinsam nehmen.
- Während der Elternzeit können beide Elternteile je bis zu 30 Stunden/Woche erwerbstätig sein.
- Lehnt Ihr/e bisherige/r ArbeitgeberIn Ihren Wunsch, während der Elternzeit zu arbeiten ab, besteht die Möglichkeit, sich arbeitslos zu melden und **Arbeitslosengeld während der Elternzeit** zu beziehen. Ein Anspruch auf Arbeitslosengeld und Erziehungsgeld besteht aber **nur, wenn** sie alle auch für andere Arbeitslose geltenden Voraussetzungen erfüllen. Sie müssen den Vermittlungsbemühungen der Agentur für Arbeit für eine versicherungspflichtige Teilzeit-Beschäftigung zwischen 15 und 30 Stunden pro Woche **zur Verfügung stehen** und auch selbst alle Möglichkeiten nutzen wollen, um ihre Beschäftigungslosigkeit zu beenden. Wichtig ist, dass Ihre **Kinderbetreuung** regelmäßig gesichert ist und auf Nachfrage auch nachgewiesen werden kann. Denken Sie auch an eventuelle **Pendelzeiten**, die nicht zur Arbeitszeit gerechnet werden können!
- Das 3. Jahr der Elternzeit kann zeitversetzt zwischen dem 3. und 8. Lebensjahr des Kindes genommen werden.
- Die Arbeitszeit kann bis zu 2-mal während der gesamten Elternzeit reduziert werden.
- Nach Beendigung der Elternzeit besteht ein Rückkehranspruch zur vorherigen Arbeitszeit.

#### Was kann ich tun, um meinen Arbeitsplatz nach der Elternzeit zu erhalten?

Grundsätzlich haben Sie als Vater oder Mutter nach Ihrer Elternzeit einen Rechtsanspruch auf Ihren alten Arbeitsplatz. Sie sollten auf jeden Fall in **regelmäßigem**

**Kontakt** zu Ihrem/Ihrer bisherigen ArbeitgeberIn bleiben. So können Sie dort z. B. Urlaubs- und Krankheitsvertretungen übernehmen. ArbeitgeberInnen schätzen in der Regel diese Initiative. Sie können in Ihrem Unternehmen an angebotenen internen Fortbildungen teilnehmen oder Ihre Kenntnisse auch durch eigene Initiative auf einem aktuellen Stand halten. Falls Sie nach der Elternzeit bei Ihrem bisherigen Betrieb von einer Vollzeit- in eine Teilzeittätigkeit wechseln möchten, müssen Sie spätestens drei Monate vor Ende Ihrer Elternzeit einen Antrag auf Verringerung Ihrer Arbeitszeit bei Ihrem/Ihrer ArbeitgeberIn stellen.

Das **Teilzeit- und Befristungsgesetz** (TzBfG) schreibt vor, dass Ihr/e ArbeitgeberIn Ihnen spätestens vier Wochen vor Ende Ihrer Elternzeit schriftlich mitteilen muss, ob er/sie Ihren Antrag akzeptiert. Männer und Frauen sollten nach ihrer Elternzeit diese rechtliche Chance nutzen, um nicht arbeitslos zu werden.

Auskünfte erhalten Sie hierzu auch bei Arbeitnehmerververtretungen, Arbeitnehmerorganisationen oder der Gleichstellungsbeauftragten Ihrer örtlichen Kommune.

## Arbeitslosigkeit nach der Elternzeit

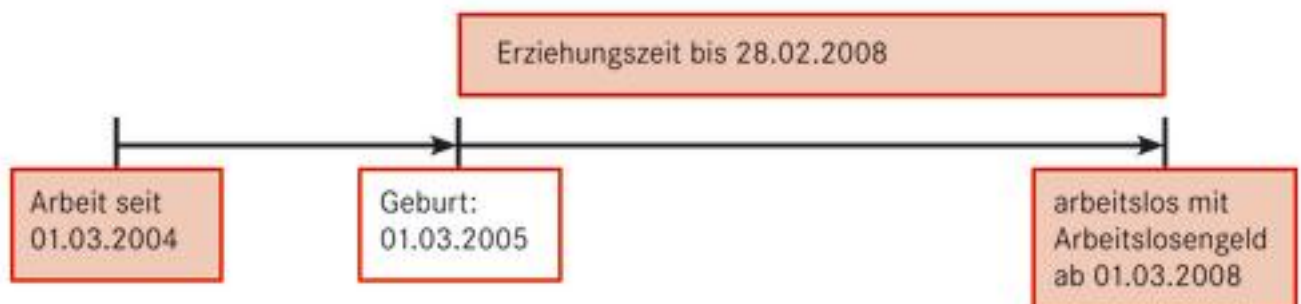
### Was Sie tun müssen, wenn Sie arbeitslos werden

Falls es in Ihrem Betrieb nach der Elternzeit keine für Sie realisierbare Arbeitsmöglichkeit gibt, Sie aber mindestens 15 Stunden/Woche arbeiten möchten und können, müssen Sie sich spätestens drei Monate vor Ende der Elternzeit arbeitslos melden. Dabei prüft die Agentur für Arbeit, ob Sie einen Anspruch auf Arbeitslosengeld haben. Sie bekommen Arbeitslosengeld, wenn Sie in den **letzten zwei Jahren** mindestens **zwölf Monate** versicherungspflichtig gearbeitet oder ein Kind **unter drei Jahren** betreut haben. Die Betreuungszeit und auch der Bezug von Mutterschaftsgeld begründen aber nur dann einen Anspruch auf Arbeitslosengeld, wenn Sie unmittelbar vor der Kinderbetreuungszeit versicherungspflichtig gearbeitet oder Arbeitslosengeld bezogen haben.

Ihr Anspruch auf Arbeitslosengeld bleibt Ihnen aber nicht unbegrenzt erhalten. Bitte erkundigen Sie sich möglichst vor der Entbindung bei Ihrer zuständigen Agentur für Arbeit, wann Sie sich nach der Familienphase spätestens wieder arbeitslos melden müssen, um Ihren Anspruch auf Arbeitslosengeld nicht zu verlieren. Das folgende Beispiel soll Ihnen eine erste Orientierung geben.

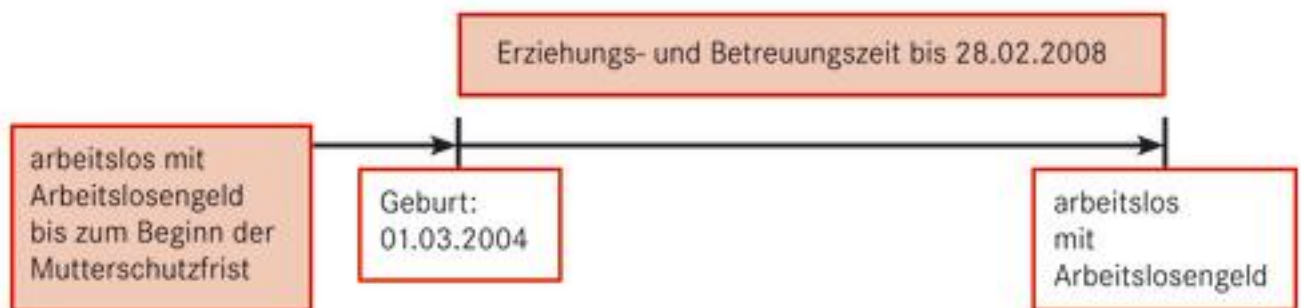
#### Beispiel 1:

Frau X arbeitete seit 01.03.04 (ein Jahr), bis zur Geburt des Kindes am 01.03.05. Anschließend nahm sie die Elternzeit für drei Jahre in Anspruch. Eine Weiterbeschäftigung beim Arbeitgeber war nicht möglich, da eine gewünschte Teilzeitbeschäftigung nicht realisiert werden konnte.



### Beispiel 2:

Frau X bezieht Arbeitslosengeld bis zur Entbindung am 01.03.2004. Die anschließende Elternzeit wird als versicherungspflichtige Zeit gerechnet und begründet einen neuen Arbeitslosengeldanspruch.



**Das bedeutet für Sie, dass Sie sich spätestens bis zum vierten Geburtstag Ihres jüngsten Kindes bei der Agentur für Arbeit arbeitslos melden müssen, um Ihren Anspruch auf Arbeitslosengeld nicht zu verlieren.**

### Warum muss ich mich drei Monate vor Beginn der Arbeitslosigkeit melden?

Sie müssen sich drei Monate vor Beginn der Arbeitslosigkeit mit Ihrer Agentur für Arbeit in Verbindung setzen, damit Sie in Arbeit vermittelt werden können oder mit Ihnen eine Strategie für den beruflichen Wiedereinstieg entwickelt werden kann.

Um sich arbeitslos melden zu können, müssen Sie in der Lage sein, zu marktüblichen Arbeitszeiten mindestens 15 Stunden pro Woche versicherungspflichtig zu arbeiten. Erfahren Sie von Ihrer Arbeitslosigkeit später als drei Monate vorher, so müssen Sie sich innerhalb von drei Tagen nach dem Bekanntwerden arbeitslos melden. Sollten Sie diese Frist versäumen, tritt eine Sperrzeit (= Alg I wird nicht gezahlt) von 1 Woche ein.

Sie selbst können nach dem **Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz** Ihr Arbeitsverhältnis zum Ende der Elternzeit nur unter Einhaltung einer Kündigungsfrist von drei Monaten vor Ablauf der Elternzeit kündigen. Dies ist dann auch der späteste Zeitpunkt, zu dem Sie sich bei der

Agentur für Arbeit melden müssen, damit keine Sperrzeit eintritt.

**Bitte beachten Sie unbedingt, dass Sie in der Regel auch mit einer Sperrzeit rechnen müssen, wenn Sie Ihr Arbeitsverhältnis selbst kündigen.**

Die Agenturen für Arbeit sind verpflichtet, triftige Gründe bei einer Kündigung durch die ArbeitnehmerInnen streng zu prüfen. Näheres erfahren Sie aus dem Merkblatt 1 für Arbeitslose, das Sie in jeder Agentur für Arbeit oder im Internet unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) kostenlos erhalten.

### Elterngeld

Seit dem 01.01.2007 gibt es ein Elterngeld, welches Eltern beziehen können, die ihr Kind in den ersten 12 bzw. 14 Lebensmonaten betreuen. Die wesentlichen Regelungen sind:

- Die Höhe des Elterngelds liegt bei 67 % des wegen der Erziehung wegfallenden Einkommens, allerdings höchstens 1.800 Euro und mindestens 300 Euro. Der erziehende Elternteil muss die Arbeitszeit reduzieren; die Wochenarbeitszeit darf maximal 30 Std. betragen.

- Das Elterngeld kann für die Dauer von 12 Monaten gezahlt werden; nimmt auch der zweite Elternteil für mindestens zwei Monate Erziehungszeit in Anspruch, kann 14 Monate lang gezahlt werden. Vor der Geburt erwerbstätige Alleinerziehende erhalten das Elterngeld für 14 Monate.
- Das Elterngeld kann auch auf den doppelten Zeitraum (bis zu 28 Monate) gestreckt werden; es wird dann der halbe Betrag/Monat gezahlt.
- Für die Berechnung des Elterngelds ist das Durchschnittseinkommen der letzten 12 Monate vor der Geburt des Kindes maßgebend.
- Für Geringverdienende gibt es ein erhöhtes Elterngeld. Ist das zugrunde liegende Nettoeinkommen geringer als 1000 Euro/Monat, wächst der Einkommensersatz auf bis zu 100 %. Je 20 Euro geringeren Einkommens erhöht sich die Ersatzrate um jeweils 1 %.
- Während der ersten 12 Monate erfolgt keine Anrechnung auf Sozialleistungen und Wohngeld.
- Das Elterngeld ist für die Einkommenssteuer progressionsrelevant. Das bedeutet, es wird zum Einkommen hinzugerechnet und bestimmt die Höhe des Steuersatzes. Selbst wird es nicht versteuert und ist abgabenfrei.

### Hinweis

**Informationsbroschüren** zum Thema „Elterngeld und Elternzeit“ erhalten Sie beim Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 11018 Berlin, Tel. 0 18 05/77 80 90 oder als Download unter [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

Weitere Informationen erhalten Sie über das Servicetelefon des BMFSFJ unter Tel. 01 80/1 90 70 50 (Mo.-Do. von 9.00 – 18.00 Uhr).

Im Internet finden Sie unter [www.bmfsfj.de/Elterngeldrechner/](http://www.bmfsfj.de/Elterngeldrechner/) ein Programm, mit dem Sie Ihr Elterngeld berechnen können.

## Rente

Ob Single, Alleinerziehende, nichterwerbstätige Mutter, Teilzeit- oder Vollzeitbeschäftigte - jede Frau benötigt für ihre eigene Lebenssituation die passende Information. Sie können sowohl die Grundzüge der gesetzlichen Rentenversicherung als auch die neuen Regelungen der staatlich geförderten Eigenvorsorge bei den nachfolgend genannten Organisationen erfahren.

### Beratung durch die Rentenversicherungsträger

Unter [www.deutsche-rentenversicherung-bund.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-bund.de) sind die Angebote sämtlicher Rentenversicherungsträger zusammengefaßt.

Versicherte und Rentner können online rund um die Uhr Informationen abfragen und Anträge stellen.

Die Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See ist ebenfalls unter dieser Webadresse vertreten. Über die Rentenversicherung hinaus informiert die Knappschaft-Bahn-See unter ihrer Internetadresse [www.kbs.de](http://www.kbs.de) über ihr weiteres Leistungsspektrum wie Kranken-, Pflegeversicherung, Medizinisches Netz, Minijob-Zentrale und Renten-Zusatzversicherung.

### Die Anschriften für den Bereich NRW

Deutsche Rentenversicherung Westfalen  
48125 Münster  
Servicetelefon: 0800 1000 48011  
[www.deutsche-rentenversicherung-westfalen.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-westfalen.de)

Deutsche Rentenversicherung Rheinland  
40194 Düsseldorf  
Servicetelefon: 0800 1000 48013  
[www.deutsche-rentenversicherung-rheinland.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-rheinland.de)

Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See  
Hauptverwaltung  
Pieperstraße 14-28  
44789 Bochum  
Servicetelefon: 0800 1000 48080  
[www.kbs.de](http://www.kbs.de)

Wenn Sie Fragen zur Rente haben:  
Erkundigen Sie sich auch bei Ihrer Stadt oder Gemeinde nach Sprechstunden der Rentenversicherungsträger.

# Weitere Beratungsstellen

Neben den Beratungs- und Informationsangeboten der Agentur für Arbeit gibt es in vielen Städten und Gemeinden weitere Stellen, die Ihnen zum Thema Frau und Beruf weiterhelfen:

- Gleichstellungsstellen bei den Städten und Gemeinden
- Frauenberatungsstellen
- Treffs für Alleinerziehende
- Elternvereine
- Arbeitslosenberatungsstellen
- Sozialberatungsstellen bei Caritas oder Diakonie

Bundesministerium für Arbeit und Soziales  
Bürgertelefon (gebührenpflichtig: 14 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz)  
Arbeitsrecht, Arbeitsmarkt und Arbeitsförderung  
[www.bmas.bund.de](http://www.bmas.bund.de)

<b>Thema</b>	<b>Telefonnummer</b>
Fragen zu Teilzeit, Altersteilzeit, Minijobs	0180 5 6767-14
Fragen zu Arbeitsmarktpolitik und -förderung	0180 5 6767-12
Fragen zum Arbeitsrecht	0180 5 6767-13
Fragen zu Unfallversicherung, Ehrenamt	0180 5 6767-11
Fragen zur Rente	0180 5 6767-10
Infos für behinderte Menschen	0180 5 6767-15

Welche Beratungsstellen es in Ihrer Nähe gibt, erfahren Sie bei Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung oder bei den Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt in den Agenturen für Arbeit.

# Meine Notizen

**Herausgeber  
Stab Chancengleichheit am Arbeitsmarkt  
Postfach 11 30  
40001 Düsseldorf**