



**#BAYERN
GEMEINSAM
STARK**

FSJ in Bayern

stmas.bayern.de



Freiwilliges Soziales Jahr

Dein Erfahrungsjoker in Bayern

■ LIEBE JUGENDLICHE

Prüfungen vorbei, Abschluss in der Tasche – was jetzt? Du bist unter 27 Jahre alt und möchtest neue Erfahrungen machen? Dann zieh deinen ErFahrungSJoker und mach ein FSJ in Bayern! Du übernimmst damit Verantwortung, trainierst deine Sozialkompetenz und engagierst dich für unser Gemeinwohl. Ich bin überzeugt: Ein FSJ ist immer eine Bereicherung.



Beim FSJ verbindest du Spaß mit Sinn, findest Orientierung und Selbstvertrauen und lernst nebenbei deine Stärken kennen. Informiere dich auf unserer Webseite, finde eine ansprechende Aufgabe und überzeuge dich selbst!

Mit deinem Einsatz stärkst du den sozialen Zusammenhalt in unserer Heimat. Denn beim FSJ dreht sich alles um den Dienst am Nächsten, zum Beispiel in Einrichtungen für Kinder und Jugendliche, für Menschen mit Behinderung, Seniorinnen und Senioren, in Sport, Kultur, Politik und Denkmalpflege. Da ist für jede und jeden was dabei!

Jährlich machen im Freistaat rund 4.000 Menschen ein FSJ. Sei auch du dabei und ergreife jetzt deine Chance!

A stylized, handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke.

Ulrike Scharf, MdL

Bayerische Staatsministerin für Familie, Arbeit und Soziales
weitere stellvertretende Ministerpräsidentin

Fragen zum Freiwilligen Sozialen Jahr



Was bringt mir ein Freiwilliges Soziales Jahr?

Das FSJ ist dein Erfahrungsjoker. Ein Jahr zum Mitmachen, Mitfühlen, Mitgestalten. Ein Jahr zum Ausprobieren – beruflich und persönlich. Dein Träger begleitet dich. Gemeinsam findet ihr eine Einsatzstelle, die zu dir passt. Dort sammelst du neue Kenntnisse, lernst praktische Fähigkeiten und bekommst Einblicke in soziale Berufe. Ein FSJ zeigt, was in dir steckt. Du packst an. Du übernimmst Verantwortung. Du gehst auf Menschen zu – und wachst mit jeder Begegnung. Das macht dich stark. Und zeigt Arbeitgebern: Auf dich kann man zählen.

Welche Voraussetzungen muss ich mitbringen?

Wer die sogenannte „Vollzeitschulpflicht“ – neun Schuljahre – hinter sich hat, kann loslegen – bis zum Alter von 27.

Wie lange dauert ein FSJ?

Das FSJ dauert in der Regel ein Jahr – mindestens sechs Monate, höchstens 18. In Einzelfällen sind auch 24 Monate möglich. Teilzeit geht übrigens auch – mit mehr als 20 Stunden pro Woche. Dafür braucht es das Okay von Träger und Einsatzstelle. In Bayern startet das FSJ meistens am 1. September. Manche Träger bieten auch andere Einstiegstermine an. Am besten fragst du direkt dort nach.

FSJ ...

Drei Buchstaben, viele Möglichkeiten: FSJ steht für Freiwilliges Soziales Jahr – und für echtes Engagement. Für Verantwortung, Gemeinschaft, neue Perspektiven. Nutze die Zeit nach der Schule für dich – und für andere.

Ob in der Kita, im Sportverein oder in einer sozialen Einrichtung: Du entscheidest, wo du dich einbringst. Ein FSJ ist immer ein Gewinn – für dich und für Bayern.

Gibt es Anerkennung für mein Engagement?

Für dein FSJ bekommst du ein Taschengeld. Wie viel genau – das sagt dir dein Träger. Manche Einsatzstellen bieten zusätzlich Verpflegung, Unterkunft und Arbeitskleidung oder zahlen dir einen Zuschuss, zum Beispiel für Bus oder Bahn. In Bayern bekommst du außerdem die Ehrenamtskarte – mit vielen Vergünstigungen. Nach deinem Einsatz bekommst du ein qualifiziertes Zeugnis. Und: In der Regel läuft auch das Kindergeld für deine Eltern weiter.

Wie kann ich mich bewerben?

Ganz einfach: Die Träger helfen dir weiter. Sie haben Infos zu den Einsatzstellen und sagen dir, was du für deine Bewerbung brauchst. Die Gespräche starten meist im Frühjahr. Für ein FSJ im Ausland gilt: Je früher, desto besser – am besten ein Jahr im Voraus bewerben.



Gibt es Weiterbildungsmöglichkeiten?

Während deines FSJ nimmst du in Vollzeit an mindestens 25 Bildungstagen teil – bei einem FSJ von 12 Monaten. Die Seminare organisiert dein Träger. Sie kosten dich nichts, bringen dich aber weiter: mit spannenden Workshops, neuen Themen und vielen anderen FSJlerinnen und FSJlern, mit denen du dich austauschen kannst.

Wer kann Einsatzstelle werden?

Wer Freiwillige im FSJ einsetzen will, muss bestimmte Voraussetzungen erfüllen und braucht eine Vereinbarung mit einem zugelassenen Träger – was genau wichtig ist und welche Kosten auf die Einsatzstelle zukommen, erfährt man direkt beim Träger.

Erfahrungsberichte



„Ich kenne mich schon richtig gut aus. Trotzdem lerne ich jeden Tag was Neues.“

Barbara, 19,
Bibliothek

„Es ist mega, wie schnell die Kinder Rechnen, Lesen und Schreiben lernen. Ich bin ganz stolz, wenn sie mich was fragen.“

Calvin, 19,
Kinderhort





„Endlich habe ich mal den Kopf frei. Dadurch weiß ich jetzt auch, was ich will – BWL studieren.“

Stephanie, 20,
Tagungshaus

„Ich traue mich jetzt viel mehr als am Anfang. Alle sind für mich da. Das gebe ich gern zurück.“

Tamara, 19,
Schule für Kinder
und Jugendliche
mit Behinderung



Herausgeber:

Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales

Winzererstr. 9, 80797 München

E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@stmas.bayern.de

Bürgerservice Tel.: 089 12 61 16 60

E-Mail: buergerservice@stmas.bayern.de

In Kooperation mit

Landeskonferenz FSJ Bayern

In der Landeskonferenz FSJ Bayern sind alle zugelassenen Träger des FSJ in Bayern vertreten. Die Landeskonferenz FSJ Bayern organisiert die Zusammenarbeit der bayerischen FSJ-Träger unter Beteiligung des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales.

Infos unter: fsj.bayern.de

Gestaltung:

CMS – Cross Media Solutions GmbH

Druck:

Appel & Klinger Druck und Medien GmbH

Gedruckt auf umweltzertifiziertem Papier
(FSC, PEFC oder vergleichbares Zertifikat)

Stand:

April 2026

Artikelnummer:

1001 0751

Bildnachweis:

© Kzenon, fotolia.com (Titelseite);

© StMAS/Nötel (Innenseiten)

Dem Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales wurde durch die berufundfamilie gemeinnützige GmbH die erfolgreiche Durchführung des audits berufundfamilie® bescheinigt: berufundfamilie.de



BAYERN DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter der Telefonnummer 089 12 22 20 oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.



Hinweis: Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich sind während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen oder Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.