

# Informationen für Freiwilligendienstleistende 2025/2026

Hier findest du vieles, was du über den Freiwilligendienst wissen musst.

## Inhalt

Allgemein.....	2
Anmelden / Ummelden beim Melde-Amt.....	3
Arbeitskleidung.....	3
Arbeitszeit und Urlaub.....	3
Aufenthaltstitel.....	4
Aufgaben als Freiwilligendienst-Kraft.....	4
Aufgaben von Einsatzstelle und Träger.....	4
Entgelt (Bezahlung).....	5
Erstattung für Sprachkurse, Aufenthaltstitel, Zeugnisse.....	5
Fachhochschulreife.....	5
Fahrtkosten.....	6
Freiwilligendienst-Ausweis.....	6
Freiwilligendienst-Bescheinigung.....	6
Impfungen/Immunisierung.....	7
Kindergeld und Waisenrente.....	7
Seminare.....	7
Sozialversicherung.....	8
Hochschulstart (früher: Zentralstelle für die Vergabe von Studienplätzen).....	8
Vertragliche Vereinbarung.....	9
Bestätigungsformular.....	10
Steueridentifikationsnummer (Steuer-ID oder IdNr).....	10
Krankenkasse.....	11
Sozialversicherungsnummer (= Rentenversicherungsnummer).....	11
Bankverbindung.....	11
Behrung nach § 43 Infektionsschutzgesetz.....	12
Erstuntersuchung nach dem Jugendarbeitsschutzgesetz.....	12
Erweitertes Führungszeugnis & Selbstverpflichtungserklärung.....	13

# Informationen für Freiwilligendienstleistende 2025/2026

Hier findest du vieles, was du über den Freiwilligendienst wissen musst.

## **Der Text ist in einfacher Sprache geschrieben**

Vielleicht fragst du dich jetzt: Wer braucht eigentlich einfache Sprache? Die Antwort darauf ist einfach: Personen, die einen Text in schwerer Sprache nicht gut lesen und verstehen können. Dazu gehören zum Beispiel:

- Menschen, die Schwierigkeiten mit dem Lernen haben
- Menschen, die an Demenz erkrankt sind
- Menschen, deren erste Sprache nicht Deutsch ist
- Menschen, die aus anderen Gründen nicht gut lesen können

Das Ziel: Einfache Sprache soll Informationen für diese Personen einfacher verständlich machen. Informationen sind so für alle Menschen einfach verfügbar. Weniger Menschen sind auf Hilfe beim Verstehen angewiesen. Das ermöglicht eine selbstbestimmte Teilhabe in allen Lebensbereichen. Einfache Sprache und Inklusion sind also untrennbar miteinander verknüpft.

## **Allgemein**

Wir sind der DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e. V. Wir sind „Träger“ des Freiwilligendienstes. Wir organisieren und begleiten den Freiwilligendienst. Wir kümmern uns um alles, was mit dem Freiwilligendienst zu tun hat.

Ein Freiwilligendienst ist, wenn du in einer Einrichtung hilfst. Die Einrichtung wird auch „Einsatzstelle“ genannt. Diese Hilfe dauert meist 1 Jahr. Du kannst auch früher aufhören. Nach 6 Monaten zählt die Zeit trotzdem als Freiwilligendienst. Du kannst auch länger bleiben. Bis zu 18 Monate insgesamt.

Du kannst in 2 verschiedenen Freiwilligendiensten mitmachen: entweder im Freiwilligen Sozialen Jahr oder im Bundesfreiwilligendienst.

Die Abkürzung für Freiwilligendienste ist FD. Die Abkürzung für das Freiwilligen Soziale Jahr ist FSJ. Die Abkürzung für Bundesfreiwilligendienst ist BFD.

## **Anmelden / Ummelden beim Melde-Amt**

Du bist neu in Deutschland? Oder: Du bist für den FD in Deutschland umgezogen? Dann musst du deine neue Adresse dem Melde-Amt sagen. Das musst du sofort tun! In den ersten zwei Wochen nach deinem Umzug musst du dich beim Melde-Amt melden.

So findest du das richtige Melde-Amt: Geh auf die Internetseite: <https://zufish.schleswig-holstein.de/>

Gib auf der Seite ein: die Postleitzahl deiner neuen Adresse. Und als Suchbegriff: Wohnung: Anmeldung/Ummeldung. Dann siehst du, welches das richtige Amt ist.

Bei manchen Melde-Ämtern kannst du direkt online deine neue Adresse angeben. Bei vielen Melde-Ämtern musst du einen Termin machen und hingehen. Zu dem Termin musst du mitbringen: einen gültigen Ausweis und eine „Wohnungsgeberbestätigung“.

Eine „Wohnungsgeberbestätigung“ ist ein Dokument. Du bekommst es von der Person, die dir die Wohnung gibt.

## **Arbeitskleidung**

Manchmal brauchst du in der Einsatzstelle besondere Kleidung zum Arbeiten. Diese Kleidung nennen wir Arbeitskleidung. Die Arbeitskleidung musst du nicht selbst kaufen. Die Einsatzstelle gibt dir die Arbeitskleidung. Du musst dafür nichts bezahlen. Manchmal musst du in der Einsatzstelle auch besondere Kleidung tragen, die dich schützt. Diese Kleidung nennen wir Schutzkleidung. Wenn du Schutzkleidung brauchst, gibt die Einsatzstelle dir auch diese. Auch für die Schutzkleidung musst du nichts bezahlen.

## **Arbeitszeit und Urlaub**

Im FD arbeitest du so viel wie jemand, der Vollzeit arbeitet. Manchmal kannst du auch weniger arbeiten. Das nennt man Teilzeit. Aber das ist nur möglich unter bestimmten Bedingungen.

In manchen Einsatzstellen musst du manchmal am Wochenende arbeiten. Aber mindestens jedes zweite Wochenende hast du frei. An Feiertagen musst du nicht arbeiten. Das sind Tage wie Weihnachten oder Neujahr. Wenn du 12 Monate im FD arbeitest, kannst du an 26 Arbeitstagen Urlaub machen. Das bedeutet, an diesen Tagen musst du nicht arbeiten.

## **Aufenthaltstitel**

Wenn du nicht aus der Europäischen Union (EU) kommst, kannst du auch einen FD bei uns machen. Bevor du anfangen kannst, musst du uns einen Beweis zeigen. Dieser Beweis sagt, dass du hier in Deutschland leben darfst. So ein Beweis ist ein Visum. Ein anderer Beweis ist eine Aufenthaltserlaubnis (eine Plastikkarte). Ein anderer Beweis ist eine Fiktionsbescheinigung (ein gefaltetes Papier). Diese 3 Beweise nennt man Aufenthaltstitel.

Aufenthaltstitel sind unterschiedlich. Manche Aufenthaltstitel erlauben dir Arbeit. Manche Aufenthaltstitel erlauben dir nur bestimmte Arbeit. Andere Arbeit ist dann verboten für dich. Für dich ist ein Aufenthaltstitel wichtig, der ein FSJ oder ein BFD erlaubt.

Wir haben mehr Information für dich zum Aufenthaltstitel. Bitte lese diese Informationen! Sie sind sehr wichtig. Du findest die Informationen in dem anderen Dokument. Das Dokument trägt den Namen Informationen zum Aufenthaltstitel.

## **Aufgaben als Freiwilligendienst-Kraft**

Du machst wichtige Arbeit. Deine Arbeit ist sehr wertvoll. Aber du darfst während deiner Zeit im FD keine Fachkraft ersetzen. Eine Fachkraft ist ein Mensch, der eine besondere Ausbildung hat. Das bedeutet: Du bist eine extra Hilfe. Du hilfst als zusätzliche Person bei einfacheren Aufgaben.

## **Aufgaben von Einsatzstelle und Träger**

Die Einsatzstelle hilft dir dabei, dich einzuarbeiten. Die Einsatzstelle sagt dir, wie du deine Arbeit tun sollst. Sie gibt dir alle Informationen, die du brauchst für deine Arbeit.

Wir sind der Träger. Das bedeutet: Wir kümmern uns um die pädagogische Begleitung. Pädagogische Begleitung bedeutet, wir helfen dir beim Lernen und Verstehen. Du kannst uns alles fragen. Du kannst zu uns kommen, wenn du Sorgen hast oder wenn du Probleme hast. Wir sind auch bei Konflikten für dich da. Wenn du Hilfe brauchst und nicht mit der Einsatzstelle reden möchtest, kannst du zu uns kommen. Wir helfen dir. Was du uns erzählst, bleibt bei uns. Wir erzählen es nicht weiter. Das nennt sich Schweigepflicht.

Wir machen auch die FD-Seminare. Das sind Treffen mit anderen Freiwilligen, bei denen du mehr lernen kannst.

## **Entgelt (Bezahlung)**

Das Entgelt ist deine Bezahlung für den FD. Du bekommst jeden Monat 540 Euro. Das ist Geld für deine Arbeit. Wenn du einen kostenlosen Platz zum Wohnen von deiner Einsatzstelle bekommst, bekommst du weniger Geld. Dann bekommst du 490 Euro jeden Monat.

Du hast einen Aufenthaltstitel, der dir nur einen FD erlaubt. Der Aufenthaltstitel erlaubt dir keine andere Arbeit. Dann bekommst du etwas mehr Geld. Du bekommst dann 855 Euro jeden Monat. Oder du bekommst dann 670 Euro, wenn du einen kostenlosen Platz zum Wohnen von deiner Einsatzstelle bekommst.

Wenn du 27 Jahre alt bist oder älter, bekommst du 50 Euro mehr im Monat.

## **Erstattung für Sprachkurse, Aufenthaltstitel, Zeugnisse**

Du hast einen Aufenthaltstitel, der dir nur einen FD erlaubt. Der Aufenthaltstitel erlaubt dir keine andere Arbeit. Dann erstatten wir dir einige Kosten. Wir geben dir das Geld zurück, dass du bezahlst für Deutsch-Sprachkurse, Gebühren für Aufenthaltstitel und die Anerkennung oder Übersetzung von Zeugnissen aus anderen Ländern. Wir erstatten dir bis zu 300,- € insgesamt. Dafür brauchen wir von dir die Rechnung oder Quittung im Original. Und wir brauchen einen Beweis, dass du bezahlt hast (Screenshot/Foto vom Kontoauszug). Schreib uns gerne, wenn du Kosten erstattet haben möchtest.

## **Fachhochschulreife**

Du möchtest mit dem FD deine Fachhochschulreife bekommen. Dann ist es wichtig, dass du 12 Monate lang arbeiten kannst. Also denke gut nach, wann du anfangen und wann du aufhören willst.

## **Fahrtkosten**

Für den Freiwilligendienst musst du manchmal mit dem Zug oder mit dem Bus zu Seminaren fahren. Für diese Fahrten kannst du eine spezielle Karte kaufen. Diese Karte nennt sich Bahncard 25. Mit der Bahncard 25 bezahlst du oft weniger, wenn du Zugtickets und Bustickets kaufst. Das Geld für diese Karte und für die Tickets bekommst du von deiner Einsatzstelle zurück.

Oder du kannst ein anderes Ticket kaufen. Das ist ein Ticket, mit dem du überall in Deutschland fahren kannst. Du kannst überall Bus und Züge im Nahverkehr fahren. Du kannst damit keine schnellen Züge fahren, die IC oder ICE heißen. Dieses Ticket kostet dich 15 Euro im Monat. Das Ticket nennen wir Freiwilligendienst-Ticket. Du kannst dieses Ticket bei einer Firma namens NAH.SH bestellen. Du bekommst später eine Information von uns. Die Information erklärt, wie du das Ticket bestellst.

Andere Fahrtkosten bekommst du nicht zurück.

## **Freiwilligendienst-Ausweis**

Du bekommst eine Karte vom Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA). Die Karte heißt Freiwilligendienst-Ausweis. Mit dieser Karte bekommst du manchmal Dinge billiger. Zum Beispiel musst Du manchmal weniger Geld bezahlen, wenn Du ins Kino gehst. Das ist wie bei einer Karte für Schüler und Schülerinnen. Es gibt eine Webseite im Internet. Auf dieser Webseite stehen Orte, wo du Dinge billiger bekommst. Du kannst auch neue Orte auf die Webseite schreiben. Aber nur, wenn der Ort noch nicht auf der Webseite steht. Die Webseite heißt: [www.fuer-freiwillige.de](http://www.fuer-freiwillige.de).

## **Freiwilligendienst-Bescheinigung**

Wenn du bei uns einen FD machst, kannst du eine Bestätigung dafür bekommen. Diese Bestätigung nennt sich Freiwilligendienst-Bescheinigung. Es ist ein Dokument. Auf der Bestätigung steht dein Name. Und es steht darauf, dass du den FD machst. Es steht auch darauf, wann du den FD machst. Und wo du den FD machst. Wenn du möchtest, kann auch darauf stehen, wie viel Geld du im FD bekommst.

Du brauchst diese Bestätigung für verschiedene Sachen. Zum Beispiel für die Familienkasse. Oder für eine Schule oder Universität. Dort musst du oft zeigen, was du gemacht hast. Du sagst uns, wenn du eine Bestätigung brauchst. Aber du bekommst die Bestätigung nur, wenn du vorher die vertragliche Vereinbarung mit uns unterschreibst.

Wenn du mit dem Freiwilligendienst fertig bist, bekommst du noch etwas: Du bekommst eine Abschluss-Bestätigung. Und du bekommst ein Zertifikat. Das ist ein besonderes Dokument. Darauf steht, was du im FD gearbeitet hast. Und wie gut du den FD gemacht hast. Das Zertifikat hilft bei Bewerbungen für Ausbildung oder Studium.

## **Impfungen/Immunsierung**

Du musst manchmal Impfungen haben, wenn du in einer Einsatzstelle arbeiten willst. Impfungen sind kleine Spritzen vom Arzt. Sie helfen dir, nicht krank zu werden. Manchmal muss der Arzt prüfen, ob die Impfung bei dir wirkt. Das nennt man Immunsierung. Bevor du mit deiner Arbeit anfängst, frage bei deiner Einsatzstelle: Du brauchst meistens eine Impfung gegen Masern. Und sie sagen dir, ob sie prüfen müssen, ob die Impfung bei dir wirkt. Denke daran, rechtzeitig zu fragen. Rechtzeitig heißt: mehrere Wochen bevor du mit dem FD anfängst.

## **Kindergeld und Waisenrente**

Deine Eltern bekommen bisher für dich Kindergeld? Dann bekommen sie auch Kindergeld für dich, wenn du einen FD machst. Du wohnst alleine und bekommst das Kindergeld selber? Dann bekommst du es auch, wenn du einen FD machst.

Du bekommst Waisenrente, weil deine Eltern oder ein Elternteil gestorben sind? Dann bekommst du auch Waisenrente im FD. Wie viel Waisenrente du bekommst, hängt von deinem Entgelt beim FD ab. Das Entgelt ist das Geld, das du für deine Arbeit beim FD bekommst.

## **Seminare**

Im FD gehst du zu Seminaren. Ein Seminar ist ein Treffen mit anderen Freiwilligen, wo man etwas lernt. Du gehst zu vier Seminaren. Jedes Seminar dauert fünf Tage. Die Seminare sind in verschiedenen Häusern in Schleswig-Holstein. Bei den Seminaren bist du immer mit den gleichen Leuten zusammen. Es sind etwa 30 Leute. Du musst an den Seminaren teilnehmen. Du musst bei den meisten Seminaren auch dort schlafen.

Du machst auch Seminare zu Hause im Internet. Das nennt man Online-Seminar. Die Online-Seminare dauern ein oder zwei Tage. Da lernst du etwas über deine Arbeit. Zum Beispiel, was du tun darfst und was deine Einsatzstelle tun muss.

## **Sozialversicherung**

Während des Freiwilligendienstes bist du sozial-versichert. Das bedeutet: Du musst in einer deutschen gesetzlichen Krankenkasse angemeldet sein. Aber du musst nichts zahlen. Das zahlen wir für dich. Sozial-versichert sein bedeutet: Wir zahlen Geld für dich in die Renten-Versicherung. Wir zahlen Geld für dich in die Arbeitslosen-Versicherung. Wir zahlen Geld für dich in die Kranken-Versicherung. Wir zahlen Geld für dich in die Pflege-Versicherung. Du kannst nicht in einer Familien- oder in einer privaten Kranken-Versicherung bleiben. Das geht nicht, wenn du den Freiwilligendienst machst. Denn bei dem Freiwilligendienst bekommst du Entgelt. Und für das Entgelt muss Sozial-Versicherung bezahlt werden.

Noch etwas ist wichtig: Du darfst 1 Monat vor dem Freiwilligendienst nicht arbeiten. Das bedeutet arbeiten, wo du Geld in die Sozial-Versicherung zahlen musst.

## **Hochschulstart (früher: Zentralstelle für die Vergabe von Studienplätzen)**

Hochschulstart ist eine Stelle, die Studienplätze vergibt. Früher hieß diese Stelle ZVS. Jetzt heißt sie Hochschulstart. Wenn du einen FD machst und gleichzeitig einen Studienplatz bei Hochschulstart bekommst, musst du den FD nicht abbrechen. Du kannst den FD zu Ende machen. Danach kannst du bei Hochschulstart einen "Antrag auf bevorzugte Auswahl" stellen. "Bevorzugte Auswahl" bedeutet, dass du sicher einen Platz in deinem Wunsch-Studienfach bekommst. Aber es ist nicht sicher, an welchem Ort du studieren kannst. Für den Studienort kannst du einen extra Antrag stellen. Hochschulstart gibt dir mehr Informationen dazu. Manchmal kannst du dich direkt bei Universitäten und Fachhochschulen für ein Studienfach einschreiben. Es kann sein, dass es auch dort eine "bevorzugte Auswahl" gibt. Das musst du aber in jedem Fall extra nachfragen.

## Vertragliche Vereinbarung

Du machst einen Freiwilligendienst. Dafür gibt es von uns eine vertragliche Vereinbarung. Die Vereinbarung ist zwischen deiner Einsatzstelle, dir und uns. In der Vereinbarung steht, was du machen musst und was wir machen müssen. In der Vereinbarung steht auch, was deine Einsatzstelle machen muss. Das ist wie ein Arbeitsvertrag.

Du bekommst die Vereinbarung von uns. Die Vereinbarung gibt es 3 Mal. Alle 3 Vereinbarungen sind gleich. Du musst alle 3 Vereinbarungen unterschreiben. Wenn du jünger als 18 Jahre alt bist, muss auch die Person unterschreiben, die für dich zuständig ist. Danach gibst du uns die Vereinbarungen zurück. Wir sorgen dafür, dass die anderen die Vereinbarungen auch unterschreiben. Du bekommst eine Vereinbarung zurück, die alle unterschrieben haben.

Im BFD gibt es eine ähnliche Vereinbarung. Die Vereinbarung schließt du mit dem Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben. Der DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e. V. und die Einsatzstelle, wo du arbeitest, unterschreiben auch.

## Bestätigungsformular

Wir geben dir auch noch ein Formular. Das Formular heißt „Bestätigungsformular“. Dort trägst du Informationen über dich ein. Du sagst uns auf dem Formular, welches der drei Dinge richtig ist. Die drei Dinge sind:

1. Der Freiwilligendienst ist dein erster Job, bei dem du für die Sozial-Versicherung angemeldet bist.
2. Du machst jetzt schon einen Job. Es ist ein kleiner Job. Kleine Jobs nennen wir "*geringfügige Beschäftigungen*". Du bist für den kleinen Job bei der Sozial-Versicherung angemeldet. Aber du bist dort nur „*pauschal sozialversichert*“. Das ist eine besondere Art von Sozial-Versicherung.
3. Du machst jetzt schon einen Job, bei dem du für die Sozial-Versicherung angemeldet bist. Du bist dort normal sozial-versichert. Aber du hörst mit dem Job auf, einen Monat bevor der Freiwilligendienst anfängt.

Nur eins der Dinge ist richtig. Du bist unsicher, was richtig ist? Dann frag uns gerne.

**Achtung! Du darfst 1 Monat vor dem Start deines Freiwilligen-Dienstes keinen Job haben, für den Sozial-Versicherung bezahlt wird.** Aber es gibt eine Ausnahme: Du darfst einen kleinen Job haben, bei dem du „*pauschal sozialversichert*“ bist. Diesen Job nennen wir "*geringfügige Beschäftigung*". Diese Jobs sind okay. Aber: Du musst deine Einsatzstelle und uns über diesen Job informieren. Das heißt: Du musst uns sagen, dass du diesen Job hast. Das ist sehr wichtig.

Ein Au-Pair ist kein Job. Dafür wird keine Sozial-Versicherung bezahlt. Du kannst bis zum Beginn des FD im Au-Pair arbeiten.

## Steueridentifikationsnummer (Steuer-ID oder IdNr)

Die Steueridentifikationsnummer wird auch Steuer-ID oder IdNr genannt. Die IdNr ist eine Nummer mit 11 Ziffern. Du kennst die Nummer nicht? Dann kannst du im Internet fragen, dass man dir die Nummer schickt. Du fragst auf dieser Seite: <https://www.bzst.de>  
Oder du fragst beim Finanzamt in deinem Ort nach. Die IdNr schreibst du auf das „Bestätigungsformular“.

Wenn du neu in Deutschland bist, musst du dich erst beim Melde-Amt anmelden. Du musst dich beim Melde-Amt in deinem Wohnort anmelden (Lies bei dem Punkt „Anmelden/Um-melden beim Melde-Amt“, wie das geht). Erst danach kannst du deine IdNr bekommen.

## Krankenkasse

Für den Freiwilligendienst musst du in einer Krankenkasse sein. Du bezahlst nichts für die Krankenkasse. Der Arbeitgeber bezahlt deine Krankenkasse. **Die Krankenkasse muss eine deutsche gesetzliche Krankenkasse sein.**

Es gibt auch private Krankenkassen. Aber: Du darfst **nicht** in einer privaten Krankenkasse sein. Du darfst auch **nicht mehr in der „Familienversicherung“** sein. Das bedeutet: Du darfst nicht mehr bei deinen Eltern mitversichert sein. Du sagst uns, bei welcher Krankenkasse du bist. Du schreibst das auf das „Bestätigungsformular“.

Du hast noch keine deutsche Krankenkasse? Es gibt verschiedene gesetzliche Krankenkassen. Du kannst dir aussuchen, in welcher Krankenkasse du sein möchtest. Eine Liste mit Krankenkassen findest du hier: <https://www.krankenkassen.de/gesetzliche-krankenkassen/krankenkassen-liste/> Viele Menschen sind bei einer dieser Krankenkassen versichert: AOK Nordwest, IKK, Barmer, Techniker Krankenkasse, DAK. Was du tun musst: Du suchst dir eine Krankenkasse aus. Du gehst auf die Homepage der Krankenkasse. Du suchst nach „Mitglied werden“. Dann findest du ein Formular für Mitgliedschaft. Das Formular füllst du aus. Du brauchst Hilfe dafür? Dann schreib uns!

## Sozialversicherungsnummer (= Rentenversicherungsnummer)

Die Sozial-Versicherungs-Nummer hat 12 Zeichen. Sie besteht aus Zahlen und einem Buchstaben. Deine Krankenkasse und die Renten-Versicherungs-Anstalt können dir die Nummer sagen. Die Sozial-Versicherungs-Nummer schreibst du auch auf das „Bestätigungsformular“. Wenn du die Sozial-Versicherungs-Nummer noch nicht hast: Das ist nicht schlimm. Du kannst sie uns auch später schreiben.

## Bankverbindung

Die Bezahlung für den Freiwilligendienst bekommst du nicht als Bargeld. Du bekommst das Geld auf ein Bankkonto. Du kannst bei einer deutschen Bank deiner Wahl ein Konto eröffnen. Viele Banken verlangen keine Gebühren von Freiwilligen. Wir fragen dich auf einem Papier nach dem Namen der Bank und deiner Kontonummer (IBAN).

Du hast noch kein Bankkonto in Deutschland? Du brauchst Hilfe dafür? Dann schreib uns!

## Belehrung nach § 43 Infektionsschutzgesetz

Wenn du zum ersten Mal beruflich mit Essen zu tun hast, brauchst du eine Belehrung. Eine Belehrung ist wie eine Schulung. Die Belehrung nennt sich „*Erstbelehrung nach § 43 Infektionsschutzgesetz*“ oder „*Hygieneschulung*“. Du lernst den Schutz vor Infektionen. Du brauchst die Belehrung für den FD. Die Belehrung macht das Gesundheits-Amt. Du musst die Belehrung kurz vor dem FD machen. Nicht früher als 3 Monate vor dem FD!

**Frage bei deiner Einsatzstelle, ob sie eine Belehrung macht oder organisiert.** Wenn sie das nicht macht, frage beim **Gesundheits-Amt** nach einem Termin. Viele Gesundheitsämter bieten auch eine **Online-Belehrung im Internet** an. Du musst Geld für die Belehrung bezahlen. Das Geld bekommst du zurück, von deiner Einsatzstelle.

Du weißt nicht, wo das nächste Gesundheitsamt ist? Dann kannst du auf dieser Seite nach dem nächsten Gesundheitsamt suchen: <https://tools.rki.de/PLZTool/>

Wenn du früher schon eine Belehrung gemacht hast, brauchst du nur eine Auffrischung. Eine Auffrischung ist eine Erinnerung an den Lernstoff. Die Auffrischung passiert in der Einsatzstelle.

Nach der Teilnahme an der Belehrung: Schick uns den Beweis für deine Teilnahme zu.

## Erstuntersuchung nach dem Jugendarbeitsschutzgesetz

Wenn du jünger als 18 Jahre alt bist, brauchst du einen Gesundheits-Nachweis. Das nennt man "*Ärztliche Bescheinigung für die Erstuntersuchung nach dem Jugendarbeitsschutzgesetz*". Das Gesetz für junge Arbeitende sagt, dass du das brauchst. Der Nachweis zeigt, dass du gesund genug bist, um im FD zu arbeiten. Es gibt ein Formular für den Nachweis. Du bekommst das Formular beim Amt in deiner Stadt oder Gemeinde. Du musst deinen Ausweis zeigen, um das Formular zu bekommen. Bitte gehe mit dem Formular zu einem Arzt oder einer Ärztin deiner Wahl. Der Arzt oder die Ärztin muss das Formular ausfüllen. Dann schick uns das Formular zu.

## Erweitertes Führungszeugnis & Selbstverpflichtungserklärung

Du machst deinen FD in einer Einrichtung, wo Kinder, Jugendliche oder Menschen mit Behinderungen betreut werden. Dann brauchst du ein *“erweitertes Führungszeugnis”*. Das ist ein Dokument. Das Dokument zeigt: Hast Du etwas gemacht, das in Deutschland nicht erlaubt ist? Du musst das *“erweiterte Führungszeugnis”* in deiner Einsatzstelle zeigen.

Bitte hole das erweiterte Führungszeugnis erst, wenn wir dich schriftlich darum bitten. Wir geben dir dann ein Formular, das du dafür brauchst. Mit dem Formular kannst du das *erweiterte Führungszeugnis* kostenlos bekommen. Du bekommst das erweiterte Führungszeugnis beim Amt in deiner Stadt oder Gemeinde. Das Führungszeugnis ist nur 3 Monate lang gültig. Deswegen: Beantrage das erweiterte Führungszeugnis erst 3 Monate vor deinem FD-Beginn. Nicht früher!

Die *Selbstverpflichtungserklärung* ist auch ein Dokument. Du musst es ausfüllen und unterschreiben. Mit deiner Unterschrift auf der *Selbstverpflichtungserklärung* versprichst du uns, dass du noch nie wegen bestimmter Verbrechen verurteilt wurdest. Außerdem versprichst du uns, dass du uns sofort sagst, wenn du wegen eines Verbrechens angeklagt wirst. Wir geben dir die *Selbstverpflichtungserklärung*, wenn du sie brauchst.

### Du hast Fragen? Du brauchst Hilfe? Dann melde dich bitte bei uns:

Anschrift: DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e. V.  
Freiwilligendienste  
Klaus-Groth-Platz 1  
24105 Kiel

E-Mail: [DeinFreiwilligendienst@drk-sh.de](mailto:DeinFreiwilligendienst@drk-sh.de)  
Tel.: 0431 5707-445 // -444 // -442  
Fax: 0431 5707-448  
Web: [www.freiwillig.sh](http://www.freiwillig.sh)

**Dein Freiwilligendienst-Team beim DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e. V.**

Stand: September 2025