



# FREIWILLIGES SOZIALES JAHR

Wenn junge Menschen nach der Schule noch unschlüssig sind, welchen Berufsweg sie einschlagen möchten, ist das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) eine ideale Gelegenheit, um erste Erfahrungen in der Arbeitswelt zu sammeln. Ob im Bereich Bildung, Pflege oder Jugendarbeit – die Möglichkeiten sind vielfältig. Ein FSJ dauert in der Regel zwischen zehn und 18 Monaten und kann von Menschen im Alter von 16 bis 26 Jahren absolviert werden. In der Lindauer Zeitung sprechen einige FSJ'lerinnen und FSJ'ler über ihre bisherigen Erkenntnisse.

## Herausforderungen meistern

LINDAU - Lisa Müller wusste nach ihrem Realschulabschluss vergangenes Jahr nicht direkt, wie es nun konkret weitergeht. Klar war zunächst nur, „dass ich in der Region bleiben und einfach mal was anderes machen wollte. Am besten etwas, das mit Menschen zu tun hat“, erzählt die 17-Jährige. Unter dem Begriff Tagespflege habe sie sich damals zwar nicht viel vorstellen können, aber da sie sich früher oft um ihren Opa kümmerte, entschied sie sich für eine Tätigkeit in der Altenpflege.

Zusammen mit Hannah Ružbacká betreut sie täglich meist 16 Seniorinnen und Senioren in der Sozialstation Lindau. Dabei stehen neben gemeinsamem Frühstück und Mittagessen auch eine Zeitungsrunde oder Backen auf dem Programm. Freitags wird zudem zusammen mit allen Gästen gekocht. „Man lernt viel dazu. Klar gibt es auch mal Situationen, die herausfordernd sind, aber auch diese Erfahrungen sind wertvoll. Man baut Berührungsängste sehr schnell ab“, weiß die 18-jährige Hannah. Außerdem stehe den FSJ'lern bei Fragen immer eine Fachkraft zur Seite.



Lisa Müller (li.) und Hannah Ružbacká bereiten unter anderem regelmäßig Kaffee und Kuchen für die Gäste vor. FOTOS: BALZER/JOH

„Der Umgang mit den Menschen bringt einem was fürs ganze Leben“, betont Lisa. Und fügt lachend an: „Und der Blick aufs Bankkonto ist auch schön!“ Was sowohl Hannah als auch Lisa schätzen, sind die flachen Hierarchien: Beide fühlten sich vom ersten Tag an von allen voll akzeptiert.

Paul Weishaupt hatte sich entschieden, nach dem Gymnasium neue Erfahrungen in einem FSJ zu sammeln. „Meiner Meinung nach ist das eine sehr gute Methode, neue Dinge und auch neue Leute kennenzulernen. Unter den vielen verschiedenen Richtungen hat mich das Soziale sehr überzeugt“, so der 19-Jährige. Die Wahl der Einsatzbereiche in der Sozialstation Lindau fiel ihm aber nicht leicht: „In den beiden Tagespflegen erlebt man immer Neues und lernt den Umgang mit älteren Menschen, die nicht mehr ohne Hilfe leben können. Am meisten hat mich allerdings der Bereich Essen auf Rädern angesprochen.“

Hierbei sei der Ablauf relativ gleich, aber dennoch immer spannend. Der Tag beginnt mit dem „Packen“

der vier Autos. Dabei werden die ca. 140 bestellten Mahlzeiten sortiert und in die Öfen geladen. Anschließend folgt das Ausliefern. Zwischen den täglich anwesenden vier Fahrern werden die dementsprechend vier Touren zugeteilt. „So ist es möglich, Kunden im Bereich von Hergensweiler und Nonnenhorn bis zur Lindauer Insel zu beliefern. Es ist immer wieder schön, ein paar Sätze zu wechseln und ihnen ein warmes Essen mit Nachtisch zu bringen. Ich habe gelernt, wie man mit älteren Leuten in bestimmten Situationen umgeht. Da in diesem Job immer wieder unerwartete Ereignisse passieren können, weiß man am Morgen nie, was einen erwartet.“

Der Träger für das FSJ bei der Sozialstation Lindau ist die FSD Südbayern, Freiwillige Soziale Dienste mit Sitz in München. „Das monatliche Taschengeld unserer FSJ'ler liegt bei 713 Euro. Das FSJ kann jederzeit begonnen werden, üblich ist meist der 1. September eines Jahres. Ein späterer Einstieg ist aber auch möglich“, erklärt Georg Schwarz, Verwaltungsleiter der Sozialstation. DAB

## Verantwortung übernehmen

LINDENBERG - „Ich habe mich schon früher sehr für soziale Berufe interessiert und habe mich daraufhin spontan für einen Weg im sozialen Bereich entschieden. Im Internet habe ich viel über den Beruf der Heilerziehungspflege gelesen und bin neugierig geworden. Da bin ich auf die Idee gekommen, ein FSJ zu absolvieren“, erklärt Sophia Specht, wie der Weg zu ihrer derzeitigen Pflegetätigkeit bei der Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung e.V. begann. Im Wohnheim der Lebenshilfe in Lindenberg habe sie dann eine Stelle bekommen.

Parallel zu der praktischen Arbeit war sie beim paritätischen Wohlfahrtsverband angemeldet und konnte dort begleitend Schulungen besuchen. „Ich hatte einige interessante Schulungen. Zum Beispiel mit dem Thema psychische Erkrankungen, wie Depression und Schizophrenie. Man bekommt mehr Einblick und Verständnis für Menschen mit psychischen Krankheiten.“ Da ihr FSJ während der Coronapandemie stattfand, waren Treffen in Präsenz sehr selten. Dennoch habe sie viele neue Leute kennengelernt und eine gute Zeit erlebt.

„Die Arbeit mit den Menschen gefiel mir sehr gut, sodass ich während des FSJ beschloss, die Ausbildung zur Heilerziehungspflegerin zu machen. Die Arbeit ist wirklich sehr abwechslungsreich, und da ich so nette Kolleginnen und Kollegen im Team hatte, fiel es mir leicht, mich dort gleich sehr wohl zu fühlen“, betont Sophia. „Im Sommer haben wir zum Beispiel schöne Spaziergänge gemacht, holten für jeden ein Eis und konnten es zusammen im Stadtpark genießen. Es war schön, mit den Bewohnern wieder



Mit der Zeit bekommt man ein gutes Gespür für die Bedürfnisse und Gefühle der Bewohnerinnen und Bewohner. FOTO: STEFAN TRAUTMANN

etwas zu unternehmen. Wir waren auch gemeinsam Kutsche fahren.“

Auf der Gruppe ist es stets abwechslungsreich, da die Bewohner sehr unterschiedlich sind: „Mit der Zeit bekommt man ein gutes Gespür für die Bedürfnisse und Gefühle der Bewohner. Es wurde mir von Anfang an viel Vertrauen entgegengebracht und ich durfte schnell Verantwortung übernehmen. Die Zeit mit den Menschen zu verbringen, erfüllt mich unglaublich und zeigt mir, dass der Beruf sehr wertvoll ist!“ Es seien auch oft die kleinen Dinge, die zu großer Wertschätzung führen können: „Mit einer Bewohnerin habe ich ei-

nen Blumenkranz gebunden. Sie hat sich unglaublich gefreut und stolz den anderen gezeigt.“

Insbesondere im Bereich der Pflege hat sich Sophia schnell wohlfühlt. Anfangs sei es ein ungewohntes Gefühl gewesen, so nah am Menschen zu arbeiten und ihn zu pflegen. Mit der Zeit stellte sie aber fest, dass ihr das liegt und dass es eine Bereicherung für sie darstellt. Gerade bei Menschen mit starker körperlicher Beeinträchtigung könne man durch basale (die Sinne ansprechende) Angebote einen einfacheren Zugang finden.

„Es gibt natürlich wie in jedem Beruf auch nicht so schöne Seiten und es gab Zeiten, in denen es anstrengend war. Dennoch bin ich dankbar für die Zeit und die Erfahrungen, die ich im FSJ gemacht habe. Jetzt bin ich in meiner Ausbildung zur Heilerziehungspflegerin im zweiten Jahr und freue mich auf die Zukunft“, so Sophia Specht. DAB

„Zeit mit den Menschen zu verbringen, erfüllt mich unglaublich!“



Paul Weishaupt liefert mit großer Freude dutzende Essen aus.



sinnvoll  
INKLUSIVE

JETZT BEWERBEN! MACH ETWAS SINNVOLLES! KOMM ZUR LEBENSHILFE LINDAU!



Die Lebenshilfe Lindau ist ein soziales Dienstleistungsunternehmen. Mit über 250 Mitarbeitern begleiten und fördern wir im Landkreis Lindau Menschen mit Behinderungen.

Möchtest Du Dich orientieren, wo Deine Stärken sind? Dann mach ein FSJ in der Lebenshilfe!

Lebenshilfe  
LINDAU  
www.lh-lindau.de

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung e.V. Kreisvereinigung Lindau

Personalmanagement Lauenbühlstraße 67 88161 Lindenberg Werner.stempfle@lh-lindau.de Tel. 08381/8907-121

Sozialstation  
Lindau (B) e.V. | GmbH

Wir bieten in diesem Jahr ein  
Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) für  
- Essen auf Rädern  
- Tagespflege

www.sozialstation-lindau.de

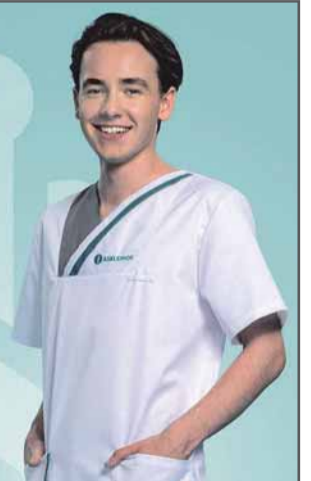
Leiblachstrasse 8a, 88131 Lindau  
Tel. 08382 9674 11

schwäbische  
KLEINANZEIGEN

schwäbische.de/kleinanzeigen

ICH BIN DABEI,  
WEIL ICH HIER  
WAS MIT SINN  
MACHE

ASKLEPIOS  
KLINIK LINDAU



ASKLEPIOS. Als einer der größten privaten Klinikbetreiber in Deutschland verstehen wir uns als Begleiter unserer Patient:innen – und als Partner unserer Mitarbeitenden. Wir bringen zusammen, was zusammengehört: Nähe und Fortschritt, Herzlichkeit und hohe Ansprüche, Teamwork und Wertschätzung, Menschen und Innovationen.

Wir suchen laufend

Bundesfreiwilligendienstleistende /  
Freiwilliges Soziales Jahr Leistende (w/m/d)

Haben wir Ihr Interesse geweckt?  
Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

Asklepios Klinik Lindau  
Herr Richard Hockl, Pflegedienstleitung  
Friedrichshafener Straße 82 · 88131 Lindau  
Tel.: 08382/276-3000 · E-Mail: r.hockl@asklepios.com

jobs.schwaebische.de