



Bundesamt  
für Familie und  
zivilgesellschaftliche Aufgaben



## **Zeit, das Richtige zu tun**

Informationen in Leichter Sprache  
zum Bundes-Freiwilligen-Dienst



Der Bundesfreiwilligendienst  
Zeit, das Richtige zu tun.

## Inhaltsverzeichnis

Der Bundes-Freiwilligen-Dienst	3
Wer kann beim BFD mitmachen?	4
Wo können Sie einen BFD machen?	4
Alles geregelt für Ihren Einsatz!	6
Unterstützung und Lernen	6
Taschen-Geld	7
Sozial-Versicherungen	7
Kinder-Geld	8
Zeugnis	8
Bekommen Sie Lust auf den BFD?	10
Wie finden Sie eine Einsatz-Stelle?	11

## Der Bundes-Freiwilligen-Dienst

Beim **Bundes-Freiwilligen-Dienst**, kurz BFD, können sich Menschen freiwillig einsetzen. Sie tun dabei Gutes für unsere Gesellschaft.

Im BFD können Sie zum Beispiel mitarbeiten

- in Kitas oder in Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen,
- in Sportvereinen und im Kulturbereich,
- oder im Natur-Schutz.

Der BFD kann 6 bis 18 Monate dauern. Ausnahmsweise kann der BFD bis zu einer Dauer von 24 Monaten verlängert werden, wenn dies im Rahmen eines besonderen pädagogischen Konzeptes begründet ist.

Sie brauchen dafür keine Ausbildung oder besondere Fähigkeiten. Sie können in Vollzeit mitarbeiten oder in Teilzeit mit kürzeren Arbeits-Tagen.

Eine Mitarbeit in Teilzeit ist nur bei manchen BFD-Einsatz-Stellen möglich.

## Wer kann beim BFD mitmachen?

Beim BFD können Sie mitmachen, wenn Sie mit der Schule fertig sind. Jede Person ist willkommen. Alter, Geschlecht, Herkunft oder Schul-Abschluss sind beim BFD egal.

## Wo können Sie einen BFD machen?

Es gibt ganz unterschiedliche Einsatz-Stellen für einen BFD. Hier ein paar Beispiele:



**Nele** organisiert Freizeit-Angebote und Sport-Aktionen für Kinder und Jugendliche.



**Joel** macht Sprach-Angebote und Aktionen in einem Café für Menschen aus unterschiedlichen Ländern.



**Leon** hilft in einer Natur-Schutz-Station, damit ein Fluss wieder natürlich fließen kann.

## Mögliche Bereiche für einen BFD:



## **Alles geregelt für Ihren Einsatz!**

Der BFD ist für viele junge Menschen eine tolle Erfahrung.

Deshalb soll der Start einfach sein, wenn Sie einen BFD machen möchten. Und alles ist dabei gut geregelt.

### **Unterstützung und Lernen**

In jeder Einsatz-Stelle gibt es eine Person, die dort für den BFD zuständig ist. Diese Person leitet Sie an und unterstützt Sie, wenn Sie dort einen BFD machen.

Zusätzlich bekommen Sie Fortbildungen. Dort treffen Sie auch Menschen, die an anderen Orten einen BFD machen.

### **Taschen-Geld**

Wenn Sie einen BFD machen, dann bekommen Sie ein Taschen-Geld. Das können bis zu 676 Euro sein.

Zusätzlich können Sie von der Einsatz-Stelle diese Dinge bekommen:

- Arbeits-Kleidung
- ein Zimmer zum Wohnen für die Zeit vom BFD
- Geld für Fahrt-Kosten
- Mittags-Essen oder Geld für Verpflegung

### **Sozial-Versicherungen**

Wenn Sie einen BFD machen, dann bekommen Sie eine Sozial-Versicherung.

Die Einsatz-Stelle zahlt die Geld-Beiträge

- für Ihre Renten-Versicherung,
- zur Unfall-Versicherung,
- für Ihre Kranken-Versicherung,
- zur Pflege-Versicherung
- und zur Arbeitslosen-Versicherung.

## **Kinder-Geld**

Wenn Sie einen BFD machen,  
dann können Ihre Eltern Steuern sparen  
oder weiter Kinder-Geld bekommen.

Das geht dann,  
wenn Sie  
24 Jahre alt sind oder jünger.

## **Zeugnis**

Nach Ihrem BFD bekommen Sie  
ein Zeugnis von der Einsatz-Stelle.

Im Zeugnis steht genau,  
was Sie dort gemacht haben.

Das kann Ihnen bei Bewerbungen helfen,  
zum Beispiel für einen Ausbildungs-Platz.



## Bekommen Sie Lust auf den BFD?

Der BFD ist für alle Menschen,  
die sich für die Gesellschaft einsetzen wollen.

Der BFD ist genau richtig für Sie,  
wenn Sie

- nach der Schule arbeiten wollen,
- die Zeit bis zum Start einer Ausbildung gut nutzen möchten,
- verschiedene Arbeiten kennenlernen wollen,
- schon arbeiten, aber etwas Neues ausprobieren möchten,
- ohne Druck Erfahrungen sammeln wollen,
- eine Pause vom Beruf machen und anderen Menschen helfen möchten
- schon in Rente sind und etwas Gutes tun möchten.

Mit dem QR-Code kommen Sie zur BFD-Berater-Datenbank. Sie können damit in Kontakt kommen mit Beraterinnen und Beratern, die für bestimmte Regionen zuständig sind.



## Wie finden Sie eine Einsatz-Stelle?

1.

Sie finden Informationen zu Tätigkeits-Feldern für einen BFD auf der Internet-Seite [www.bundesfreiwilligendienst.de](http://www.bundesfreiwilligendienst.de)

2.

Gehen Sie auf der Internet-Seite zum Bereich „Einsatz-Stellen-Suche“. Dort finden Sie Einsatz-Stellen für einen BFD über eine Deutschland-Karte mit Postleitzahlen-Suche. Sie können dort einen Such-Begriff eingeben und zusätzlich Tätigkeits-Felder auswählen.

3.

Sie können sich eine Einsatz-Stelle aussuchen und direkt dort ein Gespräch vereinbaren. So können Sie ein mögliches Tätigkeits-Feld besser kennenlernen.

4.

Haben Sie sich nach einem Gespräch für eine Einsatz-Stelle entschieden? Dann unterschreiben Sie eine Vereinbarung und können dort mit dem BFD starten.

# Über dieses Heft

## Herausgeber

Bundesamt für Familie  
und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA)  
An den Gelenkbogenhallen 2-6  
50679 Köln

[www.bundesfreiwilligendienst.de](http://www.bundesfreiwilligendienst.de)

Für weitere Fragen nutzen Sie unser  
Servicetelefon 0221 3673-0  
E-Mail: [service@bafza.bund.de](mailto:service@bafza.bund.de)

## Text in Leichter Sprache

capito Berlin

Stand: März 2026



[www.bafza.de](http://www.bafza.de)