Bundesministerium
Arbeit, Soziales, Gesundheit,
Pflege und Konsumentenschutz

FREIWILLIGENJAHR

EIN JAHR, DAS VERÄNDERT!



Was bringt dir ein Freiwilligenjahr?

Es soll dir vor allem helfen, dich beruflich im **Sozialbereich zu orientieren** und dich weiterzuentwickeln. Zugleich **fördert es dein freiwilliges soziales Engagement**.

Welche Formen gibt es?



Freiwilliges Sozialjahr:

- In Österreich
- Zwischen 6-12 Monate
- Schwerpunkte: Sozial- und Gesundheitswesen

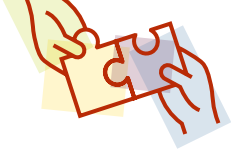
Freiwilliges Umweltschutzjahr:

- In Österreich
- Zwischen 6-12 Monate
- Schwerpunkte: Umwelt-, Natur- und Klimaschutz

Auslandsfreiwilligendienst:

- Weltweit
- Zwischen 6-12 Monate
- Schwerpunkte:
  - Gedenkdienst: Gedenken an die Opfer des Nationalsozialismus
  - Friedensdienst: Beiträge zur Friedenssicherung
  - Sozialdienst: Beiträge zur sozialen und wirtschaftlichen Entwicklung

Wer kann teilnehmen?



- ab 17 Jahren, bei besonderer Eignung auch früher
- keine einschlägige abgeschlossene Berufsausbildung im angestrebten Einsatzbereich
- Aufenthaltstitel in Österreich
  + Auslandsfreiwilligendienst: Wohnsitz in Österreich



Zeitliche Rahmenbedingungen

- Maximal 34 Wochenstunden
- 2 Tage Urlaub pro Einsatzmonat

Wo kannst du dich engagieren?

- **Freiwilliges Sozialjahr:** Rettungswesen, Krankenanstalten, Sozial- und Behindertenhilfe, Betreuung älterer Menschen, Unterstützung von Sucht- und Gewaltbetroffenen, Geflüchteten- und Obdachlosenhilfe sowie Kinder- und Jugendarbeit.
- **Freiwilliges Umweltschutzjahr:** Umweltbildung und -schutz, Natur-, Arten- und Tierschutz, ökologische Landwirtschaft, Biodiversität, nachhaltige Entwicklung und Entwicklungszusammenarbeit.
- **Gedenkdienst:** Bildungs- und Aufklärungsarbeit, wissenschaftliche Aufarbeitung, Arbeit mit Überlebenden und Opferverbänden sowie Altenbetreuung und Jugendarbeit.
- **Friedens- und Sozialdienst:** Bildungs- und Aufklärungsarbeit, Kinder-, Jugend- und Erwachsenenbildung, Sozial- und Behindertenhilfe, Unterstützung von Gewaltbetroffenen, Geflüchteten und Obdachlosen, Alten- und Krankenbetreuung sowie Infrastruktur-, Umwelt- und Nachhaltigkeitsprojekte.

Was bekommst du?

Während deines freiwilligen Einsatzes bist du finanziell und sozial abgesichert:

- **Taschengeld:** beim FSJ 75–100 % der Geringfügigkeitsgrenze, im Ausland 10–100 %
- **Sozialversicherung:** Kranken-, Unfall- und Pensionsversicherung
- **Familienbeihilfe:** bis 24
- **Klimaticket:** bei einem Dienst im Inland kostenlos für ganz Österreich

Wie wirst du begleitet?

Während deines Freiwilligenjahres erhältst du ein **pädagogisches Begleitprogramm** im Umfang von mindestens **150 Stunden**. Dazu gehören Reflexion, Persönlichkeitsbildung und fachspezifische Seminare.

Zusätzlich ist das gemeinsame E-Learning des BMASGPK zu absolvieren:
freiwilligenweb.at/freiwilligenjahr/e-learning/

Ersatz für den Zivildienst

Ein Freiwilligendienst kann bei einer ununterbrochenen Dauer von mindestens **10 Monaten** als Zivildienstersatz angerechnet werden.
Wichtig ist die Einhaltung der Fristen der Zivildienstserviceagentur (ZISA).
Weitere Informationen:
zivildienst.gv.at/kontakte/freiwilligendienste.html

So startest du



Du interessierst dich für ein Freiwilligenjahr?

1. Informiere dich über die **verschiedenen Programme** der anerkannten Träger.
2. Suche dir **Träger** aus, die dich interessieren.
3. Nimm mit den Trägern **direkten Kontakt** auf. Dort erhältst du weitere Informationen z.B. zu Einsatzstellen und Aufnahmeverfahren.

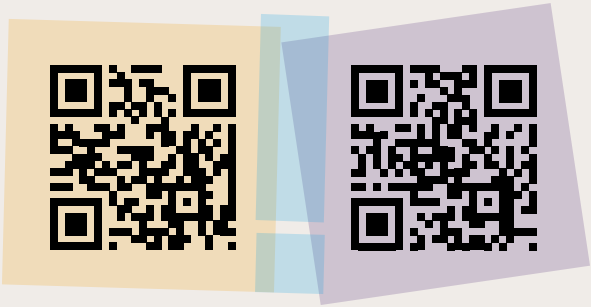
Anerkannte Träger:

Inland: freiwilligenweb.at/freiwilligenjahr/anerkannte-traeger-im-inland/
Ausland: freiwilligenweb.at/freiwilligenjahr/anerkannte-trager-ausland/

Das Freiwilligenjahr ist seit 2012 im Freiwilligengesetz geregelt. Als anerkanntes Freiwilligenjahr gilt ein Einsatz nur, wenn er die gesetzlichen Voraussetzungen erfüllt.

Noch Fragen?

Alle Informationen findest du auch unter:
freiwilligenjahr.at bzw. jugendumwelt.at.



Kontakt ins Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (Abteilung V/A/6, Freiwilligenangelegenheiten):



- Mag.a Helene Feldner, BA:
  helene.feldner@sozialministerium.gv.at
- Mag.a Miriam Hoffelner, BA:
  miriam.hoffelner@sozialministerium.gv.at
- Helena Tuider, LL.M. (WU):
  helena.tuider@sozialministerium.gv.at

Impressum
Medieninhaber, Verleger und Herausgeber:
Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMASGPK)
Stubenring 1, 1010 Wien
Autorinnen und Autoren: Abt. V/A/6
Fotonachweis: © iStock/trendmakers
Druck: BMASGPK; Stubenring 1, 1010 Wien
Wien, 2026

sozialministerium.gv.at