

**Mach  
mit!**

# FREIWILLIGES SOZIALJAHR

- Rettungsdienst
- Gesundheits- und  
Soziale Dienste
- Jugendarbeit



Gefördert aus den Mitteln des Sozialministeriums

 Bundesministerium  
Arbeit, Soziales, Gesundheit,  
Pflege und Konsumentenschutz



**ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ**

*Aus Liebe zum Menschen.*

Du möchtest dich sozial engagieren?



Du arbeitest gerne im Team?

Der Kontakt mit Menschen liegt dir?

Du möchtest ein Freiwilliges Sozialjahr absolvieren?

Dann bist du im Österreichischen Roten Kreuz genau richtig! 



## DAS FREIWILLIGE SOZIALJAHR FÜR DICH!



Rettungsdienst, Gesundheits- und Soziale Dienste, Jugendarbeit oder Flüchtlingsbetreuung – in diesen Bereichen kannst du dich im Rahmen des Freiwilligen Sozialjahres im Österreichischen Roten Kreuz einbringen.

Für den **Rettungsdienst** wirst du als **Sanitäter/in ausgebildet** und bist danach im Krankentransport und bei Notfalldiensten tätig. In den **Gesundheits- und Sozialen Diensten** kannst du dich der **Betreuung von Flüchtlingen und Vertriebenen** widmen oder dich im Besuchsdienst **älterer und kranker Menschen** annehmen. Du kannst deine Fähigkeiten auch in die Arbeit mit **Kindern und Jugendlichen** einbringen.

### So bewirbst du dich

Überlege dir, was deine Stärken sind und in welchem Tätigkeitsbereich du sie einsetzen willst. Nach der Bewerbung beim jeweiligen Landesverband besuchst du eine Reihe von Ausbildungsmodulen, die dich optimal auf die ausgewählte Tätigkeit vorbereiten. Danach kannst du das Österreichische Rote Kreuz durch dein Engagement unterstützen. Am Ende des Freiwilligen Sozialjahres erhältst du vom Österreichischen Roten Kreuz ein Zertifikat für die erworbenen Fähigkeiten und Kompetenzen.





## TÄTIGKEITSBEREICHE

(Nicht alle Tätigkeiten sind in jedem Bundesland möglich)

### RETTUNGSDIENST

### GESUNDHEITS- UND SOZIALE DIENSTE

- Behindertenhilfe
- Betreuung alter Menschen
- Betreuung von Kindern
- Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Senioren/Seniorinnen
- Betreuung von Flüchtlingen und Vertriebenen
- Betreuung von Obdachlosen
- Betreuung von Drogenabhängigen
- Betreuung von Menschen, die von Gewalt betroffen sind

## INFORMATIONEN

Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten findest du hier:

[www.rotekreuz.at/ich-will-helfen/freiwilliges-sozialjahr](http://www.rotekreuz.at/ich-will-helfen/freiwilliges-sozialjahr)

### Das sind die Ansprechpartner/innen in deinem Bundesland:

**LV Wien:** FSJ-Koordination, ☎ 01 79580 1337, ✉ [freiwilliges.sozialjahr@wrk.at](mailto:freiwilliges.sozialjahr@wrk.at)

**LV Burgenland:** Freiwilligenservice, ☎ 05 70144 9063, 05 70144 9065, ✉ [fsj@b.rotekreuz.at](mailto:fsj@b.rotekreuz.at),  
[www.freiwilligessozialjahr.info](http://www.freiwilligessozialjahr.info)

**LV Niederösterreich:** Lena Schierer, ☎ 059 144 50232, ✉ [fsj@n.rotekreuz.at](mailto:fsj@n.rotekreuz.at),  
[www.rotekreuz.at/noe/fsj](http://www.rotekreuz.at/noe/fsj)

**LV Oberösterreich:** Brigitte Steiner, ☎ 0732 7644 113, ✉ [personal@o.rotekreuz.at](mailto:personal@o.rotekreuz.at)  
[www.rotekreuz.at/ooe/fsj](http://www.rotekreuz.at/ooe/fsj)

**LV Steiermark:** Freiwilligenmanagement, ☎ 050 144 510115, ✉ [freiwillig@st.rotekreuz.at](mailto:freiwillig@st.rotekreuz.at)

**LV Salzburg:** FSJ-Koordination, ☎ 0662 8144 10 320, ✉ [fsj@s.rotekreuz.at](mailto:fsj@s.rotekreuz.at)

**LV Kärnten:** Nikolaus Regensburger, ☎ 050 9144 1066, ✉ [nikolaus.regensburger@k.rotekreuz.at](mailto:nikolaus.regensburger@k.rotekreuz.at)

**LV Tirol:** Helmut Kometer, ☎ 057144, ✉ [fsj@rotekreuz-tirol.at](mailto:fsj@rotekreuz-tirol.at)

**LV Vorarlberg:** Daniel Peter, ☎ 05522 77000 90 81, ✉ [fsj@v.rotekreuz.at](mailto:fsj@v.rotekreuz.at)

## HARD FACTS

**Alter:** ab 18 Jahren

**Einsatzdauer:** 9–12 Monate\*

**Wochenstunden:** 34 Wochenstunden  
im Zeitraum Montag bis Sonntag  
zwischen 6:00 und 20:00 Uhr

**Ab Oktober 2023:** KlimaTicket  
(für die FSJ-Dauer)

**Taschengeld:** ca. 500 €

**Versicherung:** Du bist kranken-, pensions- und unfallversichert und hast  
bis zum 24. Lebensjahr einen Anspruch auf Familienbeihilfe.

**Anrechnung als Zivildienst:** Junge Männer können sich das  
Freiwillige Sozialjahr als Zivildienst anrechnen lassen.  
(Mindestdauer 10 Monate)

\*Die Einsatzdauer ist vom Tätigkeitsbereich abhängig.



[www.rotekreuz.at/ich-will-helfen/freiwilliges-sozialjahr](http://www.rotekreuz.at/ich-will-helfen/freiwilliges-sozialjahr)

### IMPRESSUM

Österreichisches Rotes Kreuz, Generalsekretariat, Wiedner Hauptstraße 32, 1041 Wien.

ZVR-Zahl: 432857691. Tel.: +43 1 589 00–190, E-Mail: [service@rotekreuz.at](mailto:service@rotekreuz.at), [www.rotekreuz.at](http://www.rotekreuz.at).

Redaktion: Landesverband Oberösterreich, Mag. Ursula Fraisl. Fotos: ÖRK/Werner Asanger, ÖRK/Nadja Meister, ÖRK/Christoph Schuhmertl, ÖRK/LV Stmk/Felix Kodolitsch, Daouna Jeong/the Noun Project, Druck, Satz & Layout: Info-Media. Auflage März 2026