

Erlangen, 09. Februar 2026 – Mitteilung an Medien

Freiwilligen-Dienst bei der Lebenshilfe in Bayern

Trautner: Freiwillig engagierte Menschen sind ein Gewinn für alle!

Freiwillig eine Heldin, ein Held sein! Unter diesem Motto startet bei der Lebenshilfe in Bayern ab September wieder das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ). [Gleich bewerben!](#) „Junge Menschen, die sich freiwillig für andere engagieren, leisten einen wertvollen Dienst an der Gemeinschaft. Sie sind ein Gewinn für uns alle! Deshalb braucht es weiterhin gute Bedingungen für die Engagierten und ihre Einsatzstellen.“ Das betont die Lebenshilfe-Landesvorsitzende [Carolina Trautner](#) zum Bewerbungsstart für das neue Einsatzjahr 2026/2027.



Bild-Motiv „Hey, du Heldin!“ (© Lebenshilfe Bayern – Thomas Petz)

Tolle Chance für junge Leute

Ein Freiwilligen-Dienst bei der Lebenshilfe in Bayern ist vor allem für junge Menschen eine tolle Chance, sich nach der Schulzeit persönlich und beruflich zu orientieren und sich dabei gleichzeitig für Menschen mit Behinderungen einzusetzen.

Viele Plätze in ganz Bayern

Freiwillige können den Kleinsten in Krippen helfen, Kinder und Jugendliche in Kitas fördern, Erwachsene beim Wohnen und Arbeiten unterstützen oder sich in Kultur-

und Freizeittreffs engagieren. Es gibt Plätze in ganz Bayern. Viele Lebenshilfen haben mehrere Einsatzstellen in verschiedenen Einrichtungen.

Ein Freiwilligen-Dienst beginnt in der Regel am 1. September eines Jahres und dauert zwölf Monate. Teilnehmen können alle, die ihre Schulpflicht erfüllt haben. Für das FSJ gilt ein Alter von 16 bis 26 Jahre.

Seminare mit anderen Freiwilligen

In den Einsatzstellen stehen den Freiwilligen geschulte Ansprechpersonen zur Seite. Der Lebenshilfe-Landesverband Bayern begleitet den Freiwilligen-Dienst pädagogisch. Er veranstaltet Seminarwochen mit insgesamt bis zu 25 Bildungstagen. Freiwillige erhalten Taschengeld und sind sozialversichert. Ein Freiwilligen-Dienst kann für die meisten sozialen Berufe als Vorpraktikum anerkannt werden.

Jetzt für FSJ bewerben!

Wer sich für ein Freiwilliges Soziales Jahr ab September 2026 bei einer Lebenshilfe in Bayern interessiert, kann sich **ab sofort melden** bei seiner Lebenshilfe vor Ort oder beim Lebenshilfe-Landesverband Bayern.

Die Kontaktdaten, ein Anfrage-Formular und viele weitere Infos gibt es im Internet unter <https://freiwilligeinheld.de>.

Lebenshilfe-Landesverband Bayern: Teilhabe gestalten

Unter dem Motto „Miteinander – Wir gestalten Teilhabe“ setzt sich der Lebenshilfe-Landesverband seit 1962 als Dachorganisation der bayerischen Lebenshilfen insbesondere für Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Familien ein.

Heute hat der Verband mit Sitz in Erlangen gut 160 Mitgliedsorganisationen. Diese unterstützen, fördern und begleiten über 50.000 Menschen mit Behinderungen und deren Familien. Die Lebenshilfe Bayern hat ein umfassendes Netz kompetenter Hilfe aufgebaut – mit etwa 1000 Einrichtungen, Diensten und Beratungsstellen: Interdisziplinäre Frühförderstellen und Kindertageseinrichtungen, Förderschulen und Heilpädagogische Tagesstätten, Elternberatung, Wohnangebote und Werkstätten, Offene Hilfen und Familienentlastende Dienste, Kultur- und Freizeittreffs sowie Tagesstruktur für ältere Menschen mit Behinderungen.

Landesvorsitzende der Lebenshilfe Bayern ist Staatsministerin a. D. Carolina Trautner. Sie ist Mitglied des Bayerischen Landtages (MdL). Die Lebenshilfe ist bundesweit aktiv als Elternverband und Selbsthilfe-Vereinigung, als Fachverband und Trägerin von Einrichtungen der Behindertenhilfe.

Wir danken bereits vorab herzlich für Ihre Berichterstattung!