



**MAISON DE  
L'ORIENTATION**

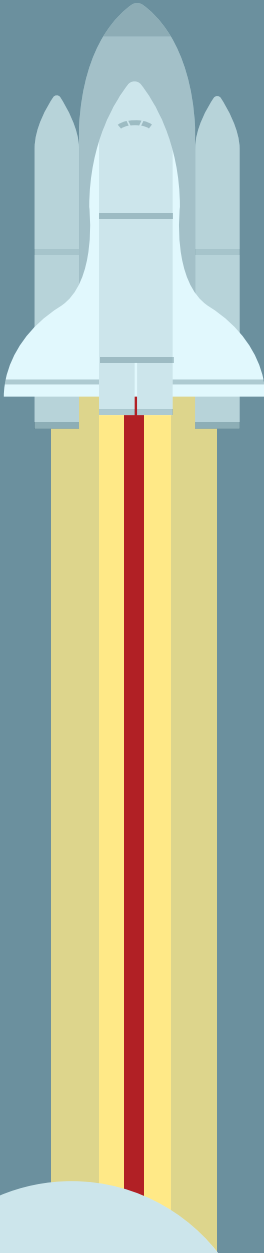
Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.



# **BOOST!**

## **GAP YEAR**





## **VORWORT**

Seite 3

## **GAP YEAR MÖGLICHKEITEN**

Seite 8

**EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT IN LUXEMBURG** Seite 9

**JUGENDLEITER\*IN FÜR FREIZEITAKTIVITÄTEN** Seite 10

**JUGENDLEITER\*IN FÜR PÄDAGOGISCHE AKTIVITÄTEN** Seite 11

**DIPLOM+** Seite 12

**ERSATZ IN GRUNDSCHULEN** Seite 13

**ARBEITEN IN LUXEMBURG** Seite 14

**PRAKTIKA IN LUXEMBURG UND IM AUSLAND** Seite 15

**FREIWillIGENDIENST** Seite 16

**WORK & TRAVEL** Seite 17

**DISCOVEREU & INTERRAIL** Seite 18

**SPRACHREISEN** Seite 19

**AU PAIR** Seite 20

**Wwoof** Seite 21

**ANDERE PLATTFORMEN FÜR FREIWillIGENTÄTICKEIT** Seite 22

**SELBSTSTÄNDIG REISEN** Seite 23

## **MIX & MATCH**

Seite 24

## **ZEITLEISTE**

Seite 25

## **PLANUNG**

Seite 27

## **KOMM ZU UNS**

Seite 29

## **NOTIZEN**

Seite 30

# VORWORT

Stell dir für einen Moment vor, dass du dich ein Jahr von deinem Alltag zurückziehst, um darüber nachzudenken, wer du bist und was dich im Leben begeistert. Wie du diese Zeit verbringst, liegt ganz bei dir. Du könntest reisen, arbeiten, dich ehrenamtlich engagieren, etwas Neues lernen – die Möglichkeiten sind endlos! Das ist eine großartige Gelegenheit, deine Interessen zu erkunden, neue Fähigkeiten zu entwickeln und wertvolle Lebenserfahrungen zu sammeln. Es gibt keinen einheitlichen Weg, all dies zu erreichen. Es gibt viele Möglichkeiten, Erfahrungen zu sammeln und selbstbewusster zu werden.

## WAS GENAU IST EIN GAP YEAR?

Ein Gap Year ist in der Regel ein Zeitraum von mehreren Monaten bis zu einem Jahr, in dem du eine Pause von Schule oder Arbeit machst, um dich auf persönliches Wachstum, Selbstfindung und neue Erfahrungen zu konzentrieren. In dieser Zeit kannst du reisen, ehrenamtlich arbeiten, jobben oder verschiedene Karrierewege erkunden – und dich dabei auf zukünftige akademische, berufliche oder persönliche Ziele vorbereiten. Du kannst dein Gap Year so gestalten, wie es am besten zu deinen Zielen und deiner persönlichen Situation passt.



Neugierig geworden? Dann bist du hier genau richtig! Diese Ausgabe von **Boost!** zeigt dir viele spannende Möglichkeiten, wie du ein Gap Year verbringen kannst – egal, ob in Luxemburg oder im Ausland.

## WAS SIND DIE VORTEILE EINES GAP YEARS?

- **Eine bessere Vorstellung davon bekommen, was du als Nächstes tun möchtest:** Nutze die Zeit, um darüber nachzudenken, wohin du in deiner zukünftigen Karriere gehen möchtest und was dich begeistert.
- **Wichtige Lebenskompetenzen sammeln:** Gewinne Reife, Selbstbewusstsein und Unabhängigkeit, indem du dich an neue Situationen anpasst.
- **Neue Interessen entdecken:** Probiere verschiedene Jobs, Hobbys und Aktivitäten aus, die dich für dein zukünftiges Studium oder deine Karriere inspirieren könnten.
- **Deinen Lebenslauf aufwerten:** Sammle praktische Erfahrungen, verbessere eine Fremdsprache oder engagiere dich ehrenamtlich, um deine Bewerbung bei Arbeitgebern und Universitäten hervorzuheben.
- **Neue Menschen und Kulturen kennenlernen:** Reise, arbeite oder engagiere dich im Ausland, um wertvolle Kontakte zu knüpfen und interkulturelles Verständnis zu entwickeln.
- **Deinen Horizont erweitern:** Verlasse deine Komfortzone und erlebe das Leben in einer völlig neuen Umgebung – ob zu Hause oder im Ausland.



### TIPPS & TRICKS

Schau dir Blogs oder Social-Media-Posts von anderen Leuten an, die ein Gap Year gemacht haben. Ihre Geschichten können dir Inspiration, wertvolle Ratschläge und praktische Tipps geben – von der Reiseplanung über Jobmöglichkeiten bis hin zu unerwarteten Abenteuern!

## WANN KANN ICH EIN GAP YEAR MACHEN?

Ein Gap Year ist ideal für Übergangsphasen in deinem Leben, zum Beispiel:

- nach der Schule und bevor du ein Studium (Bachelor, BTS, etc.) beginnst,
- zwischen dem Abschluss eines Bachelors und dem Start eines Masterstudiums,
- nach dem Abschluss deines Studiums und bevor du ins Berufsleben einsteigst,
- oder einfach dann, wenn du bereit für ein neues Abenteuer bist!

## ERFAHRUNGSBERICHT

Ein Gap Year öffnet die Tür zu unendlichen Möglichkeiten für Wachstum, Lernen und Selbstentdeckung. Hier ist ein Beispiel für eine Gap-Year-Erfahrung:


*„Mein Gap Year war genau das, was ich mir erhofft hatte. Ich konnte verschiedene Jobs ausprobieren, Geld verdienen, reisen und andere Kulturen kennenlernen. Im Laufe von anderthalb Jahren habe ich in einer Bar gearbeitet, in Grundschulen in ganz Luxemburg unterrichtet und schließlich drei Kontinente bereist. Diese Reise hat mir geholfen, mich für mein Studienfach zu entscheiden, und sie hat mich als Person geprägt und meine Karriereentscheidungen beeinflusst. Es war eine der prägendsten Erfahrungen meines Lebens.“*



## FRAG DICH SELBST!

Um mit der Planung deines Gap Years zu beginnen, ist es hilfreich, dir ein paar Fragen zu stellen. Diese können dir dabei helfen, deine Ziele, Vorlieben und Bedürfnisse herauszufinden:

FRAGEN	IDEEN
Was sind meine Beweggründe für ein Gap Year?	Möchtest du als Person wachsen, Karrierewege erkunden, neue Fähigkeiten erlernen, deinen Lebenslauf aufbessern oder einfach auf tanken? Es gibt keine falsche Antwort, es kommt ganz auf dich an!
Was sind meine Ziele?	Reisen, Freiwilligentätigkeit, Berufserfahrung sammeln, ein Praktikum machen oder eine Leidenschaft verfolgen: Das sind alles Optionen um deine Ziele zu verwirklichen.
Wo möchte ich mein Gap Year verbringen?	Möchtest du lieber in Luxemburg bleiben oder Chancen im Ausland ergreifen? Egal wohin du gehst, du wirst als Person wachsen und wertvolle Erfahrungen sammeln.
Wie kann ich mein Gap Year finanzieren?	Deine Pläne hängen von deinem Budget ab. Du kannst auf deine Ersparnisse zurückgreifen, einen Teilzeitjob vor oder während des Gap Years ausüben, oder du verfügst über die Unterstützung deiner Familie.
Welche Fähigkeiten oder Erfahrungen möchte ich sammeln?	Eine neue Sprache lernen, berufliche Fähigkeiten entwickeln, deine interkulturelle Kompetenz verbessern, oder Unabhängigkeit und Flexibilität gewinnen: das alles sind wertvolle Fähigkeiten, die dir langfristig helfen werden.

<p><b>Wie viel Zeit möchte ich meinem Gap Year widmen?</b></p>	<p>Dein Gap Year muss kein ganzes Jahr dauern. Überlege dir, ob ein paar Monate, ein Semester oder ein ganzes Jahr am besten zu deinen Plänen passt.</p>
<p><b>Welche Aktivitäten interessieren mich am meisten?</b></p>	<p>Von Freiwilligenarbeit und Praktika bis hin zu Reisen, Studieren oder Arbeiten: Es gibt unzählige Optionen. Du musst dich nicht nur für eine Option entscheiden!</p>
<p><b>Was sind meine langfristigen Ziele und wie kann mir ein Gap Year helfen, diese zu erreichen?</b></p>	<p>Nutze dein Gap Year, um mit Aktivitäten zu experimentieren, die mit deinen zukünftigen Karriere- oder persönlichen Zielen in Einklang stehen. Diese Zeit kann die Grundlage für deine nächsten Schritte schaffen und dich dabei unterstützen, deine langfristigen Ziele zu erreichen.</p>
<p><b>Sollte ich andere um Rat oder Unterstützung bitten?</b></p>	<p>Das Gespräch mit Familie, Freunden oder Mentoren kann dir neue Ideen bringen. Besonders inspirierend und hilfreich sind Erfahrungsberichte von Menschen, die selbst ein Gap Year gemacht haben.</p>
<p> <b>Füge hier deine eigenen Fragen hinzu:</b></p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Überlege dir welche Prioritäten und Ideen für dich wichtig sind, um dein Gap Year individuell zu gestalten.</p> <hr/> <hr/> <hr/>



## TIPPS & TRICKS

Die *European Youth Card* ist eine super Möglichkeit für junge Menschen, in ganz Europa Geld zu sparen, und deswegen auch perfekt für ein Gap Year. Sie kann dir auch Zugang zu einer extra Reiseversicherung bieten. Weitere Infos und Details zu den Bedingungen findest du auf [cartejeunes.lu](http://cartejeunes.lu).



# GAP YEAR MÖGLICHKEITEN

Diese Broschüre stellt verschiedene Optionen vor, die du während eines Gap Years machen kannst. Jede Gelegenheit bietet dir eine einzigartige Erfahrung. Wir haben Logos hinzugefügt, um die verschiedenen Merkmale jeder Möglichkeit hervorzuheben. Die Logos helfen dir, schnell zu erkennen, worum es bei jeder Option geht:



Luxemburg



Ausland



Lernen & Entwicklung



Freizeit & Urlaub



Geld verdienen

Egal für welche Option du dich entscheidest, **persönliche Entwicklung und Lebenskompetenzen** gehören zu jeder Gap-Year-Erfahrung. Jede Aktivität wird dir helfen, zu wachsen, neue Dinge zu lernen und deinen Horizont zu erweitern.



## TIPPS & TRICKS

Während diese Broschüre einen hilfreichen Überblick über verschiedene Möglichkeiten im Gap Year gibt, empfehlen wir dir auch eigene Recherchen zu machen. Wir hoffen, dass diese Broschüre deine Neugier weckt und dich inspiriert!



# EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT IN LUXEMBURG



Ehrenamtliches Engagement bedeutet, deine Zeit und Energie für eine gute Sache einzusetzen und einen Unterschied in deiner Gemeinschaft zu machen. In Luxemburg gibt es viele verschiedene Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren. Du kannst in den Bereichen Tierschutz, Umweltschutz, Kultur, Sport, Bildung, Gesundheit, Sozialarbeit und humanitäre Hilfe mitwirken.

Ehrenamtliche Arbeit ermöglicht es dir nicht nur, zu einer inklusiveren Gesellschaft beizutragen, sondern auch an spannenden Aktivitäten teilzunehmen, neue Menschen kennenzulernen und wertvolle Fähigkeiten und Erfahrungen zu sammeln, während du deinen Lebenslauf aufwertest.

Die **Agence du Bénévolat** ist eine super Chance, Vereine, Projekte und Missionen zu entdecken, die zu deinen Interessen und Fähigkeiten passen. Ehrenamtliches Engagement bietet die Möglichkeit, anderen zu helfen und gleichzeitig neue Erfahrungen und persönliches Wachstum zu sammeln.



[benevolat.lu](http://benevolat.lu)

# JUGENDLEITER\*IN FÜR FREIZEITAKTIVITÄTEN



Wenn du gut mit Kindern umgehen kannst und Lust hast, während Ferienlagern oder bei ähnlichen Aktivitäten mitzuhelfen, gibt es viele Möglichkeiten für dich! Jedes Jahr fahren Kinder in Ferienlager und werden dort von Jugendlichen wie dir betreut! Durch deine Unterstützung bei der Betreuung kannst du dir ein kleines Taschengeld dazu verdienen. Denk daran, dass es kein volles Gehalt ist, sondern eine tolle Gelegenheit, neue Jobmöglichkeiten zu entdecken und Spaß zu haben.

Du fühlst dich angesprochen? Alles, was du brauchst, ist ein „Brevet Animateur“, das es in verschiedenen Stufen gibt. Das *Brevet A* ermöglicht es dir, bei Tagesaktivitäten von Jugendstrukturen oder Ferienaktivitäten von lokalen Gemeinden zu arbeiten. Wenn du 16 Jahre oder älter bist, kannst du auch mit dem *Brevet B* beginnen, das dir die Möglichkeit bietet, bei Feriencamps mitzuarbeiten. Diese Zertifizierungen werden von mehreren Organisationen in Luxemburg angeboten. Auf der Website [animateur.lu](http://animateur.lu) findest du alle anerkannten Organisationen sowie den Kalender der kommenden Kurse, für die du dich anmelden kannst.

**Erforderliche Sprache:** Luxemburgisch



**Service national  
de la jeunesse**



[animateur.lu](http://animateur.lu)

# JUGENDLEITER\*IN FÜR PÄDAGOGISCHE AKTIVITÄTEN



Du möchtest dein Engagement als Animateur auf die nächste Stufe bringen? Dann kannst du dich beim Nationalen Jugendwerk (SNJ) zum *Animateur Spécialisé* ausbilden lassen! Nach deiner Zertifizierung hast du die Möglichkeit, unter Vertrag in einer Vielzahl von Bereichen und Aktivitäten in den 5 SNJ-Jugendzentren zu arbeiten. Es ist ein spannender Schritt, deine Fähigkeiten zu erweitern und einen bedeutenden Einfluss auf deine Gemeinschaft zu haben.

Ziel der Ausbildung ist es, dir verschiedene sportliche und pädagogische Disziplinen zu zeigen, damit du später eine Gruppe von Jugendlichen begleiten kannst. Die Kurse werden auf Luxemburgisch abgehalten und richten sich an Personen, die während der Woche, am Wochenende oder in den Schulferien in einem SNJ-Zentrum arbeiten möchten.

**Erforderliche Sprache:** Luxemburgisch



**Service national  
de la jeunesse**



[erliewen.snj.lu](http://erliewen.snj.lu)

# DIPLOM+



Hast du ein Sekundarschuldiplom, ein Techniker-Diplom oder ein gleichwertiges Diplom und bist dir über deine zukünftigen Pläne noch unsicher oder fühlst dich noch nicht bereit für deinen ersten Job oder die Universität? Wenn ja, dann ist Diplom+ die perfekte Gelegenheit für dich! Dieses kurze Programm besteht aus mehreren Modulen, die es dir ermöglichen, dich jederzeit abzumelden und dennoch ein Zertifikat für die erfolgreich abgeschlossenen Module zu erhalten. Das Programm dauert bis zu drei Trimester und bietet dir:

- das Erlernen von multidisziplinären Fähigkeiten, die auf dem Arbeitsmarkt stark gefragt sind;
- das Erlernen von Soft Skills, die dich auf ein Hochschulstudium vorbereiten;
- Know-how für den Alltag;
- ein Praktikum, um die erworbenen Fähigkeiten anzuwenden.

Alle Details zu den Voraussetzungen und dem Bewerbungsprozess findest du auf der Website von Diplom+.



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de l'Éducation nationale,  
de l'Enfance et de la Jeunesse



[diplomplus.lu](https://diplomplus.lu)

# ERSATZ IN GRUNDSCHULEN



Interessierst du dich für eine Tätigkeit im Bildungsbereich? Ein Gap Year ist eine großartige Gelegenheit, um herauszufinden, ob das Unterrichten in Grundschulen der richtige Beruf für dich ist.

Du wirst dafür verantwortlich sein, Lehrerinnen und Lehrer zu vertreten, die in Luxemburgs Grundschulen vorübergehend abwesend sind. Diese Arbeit ist eine hervorragende Möglichkeit, Erfahrung im Klassenzimmer zu sammeln und mehr über das Bildungssystem zu lernen, während du gleichzeitig zur Ausbildung der Schülerinnen und Schüler beiträgst.

Mehr Informationen zu den Voraussetzungen und dem Bewerbungsprozess findest du auf der Website des Ministeriums für Bildung, Kinder und Jugend.

**Erforderliche Sprache:** Luxemburgisch, Französisch und Deutsch



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de l'Éducation nationale,  
de l'Enfance et de la Jeunesse



[men.public.lu](https://men.public.lu)

# ARBEITEN IN LUXEMBURG



Wenn du etwas Geld für ein späteres Studium sparen oder während deines Gap Years ein bisschen reisen möchtest, kannst du auch für ein paar Monate in Luxemburg arbeiten.

Zum Beispiel könntest du nach einem regulären Kurzzeitvertrag in Bereichen suchen, die dich interessieren. Das ist eine tolle Möglichkeit, erste Arbeitserfahrungen zu sammeln und potenzielle Karrierewege zu erkunden. Idealerweise hilft es dir, deine Entscheidungen zu treffen und herauszufinden, welche Richtung du einschlagen möchtest. Alternativ kannst du, wenn du kürzlich deinen Schul- oder Universitätsabschluss gemacht hast, innerhalb von 4 Monaten nach deinem Abschluss einen Ferienjob annehmen. Diese Verträge können bis zu 2 Monate pro Jahr dauern und sind eine großartige Möglichkeit, Geld für deine zukünftigen Pläne zu sparen.

Schau dir unsere Publikation **Boost! Ferienjobs, Studentenjobs & Minijobs** an, um dir einen vollständigen Überblick zu verschaffen! Die Arbeitnehmerkammer bietet dir eine Vielzahl von Ressourcen zu den verschiedenen Arten von Verträgen und den Arbeitsbedingungen für junge Menschen.



Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.



[maison-orientation.public.lu](https://maison-orientation.public.lu)

**YOU'LL  
NEVER  
WORK  
ALONE.**



CHAMBRE DES SALARIÉS  
LUXEMBOURG



[csl.lu](https://csl.lu)

# PRAKTIKA IN LUXEMBURG UND IM AUSLAND



Ein Praktikum im Ausland ist eine großartige Möglichkeit, berufliche Erfahrungen zu sammeln und gleichzeitig ein neues Land zu entdecken. Egal ob im Rahmen eines Studiums, eines Karrierewechsels oder auf der Jobsuche, ein internationales Praktikum kann deinen Lebenslauf aufwerten, deine Sprachkenntnisse stärken und deinen Horizont erweitern.

Eurodesk kann dir helfen, Möglichkeiten in Europa und darüber hinaus zu finden, einschließlich Praktika bei Institutionen wie der Europäischen Union, den Vereinten Nationen und vielen anderen.

Schau dir unsere Publikation **Boost! Praktika** an, um einen vollständigen Überblick zu erhalten!



[maison-orientation.public.lu](https://maison-orientation.public.lu)



[eurodesk.lu](https://eurodesk.lu)

# FREIWILLIGENDIENST



Bist du daran interessiert, dich bis zu 12 Monate lang vollzeitlich für ein gemeinnütziges Projekt zu engagieren? Wenn du zwischen 16 und 30 Jahre alt bist, könnte der Freiwilligendienst die perfekte Gelegenheit für dich sein! Dieses Vollzeitengagement ermöglicht es dir nicht nur, zu einer sinnvollen Sache beizutragen, sondern hilft dir auch, praktische Erfahrungen zu sammeln, persönlich zu wachsen und Fähigkeiten zu entwickeln, die deinen Lebenslauf bereichern können.

Die Teilnahme ist kostenlos, und du erhältst ein kleines Taschengeld sowie eine Versicherung während deines Einsatzes. Außerdem hast du die Flexibilität, die Dauer deines Engagements selbst zu wählen, die bis zu einem Jahr betragen kann. Die Mindestdauer deines Engagements hängt von dem ausgewählten Projekt ab. Am Ende deines Dienstes erhältst du ein Zertifikat.

In Luxemburg werden drei Freiwilligendienstprogramme vom Nationalen Jugendwerk (SNJ) koordiniert:

- Luxemburg: **Service volontaire national**
- Europa: **Service volontaire européen** (Europäisches Solidaritätskorps)
- Weltweit: **Service volontaire de coopération**

Besuche [volontaires.lu](http://volontaires.lu) um detaillierte Informationen über Freiwilligendienstmöglichkeiten zu erhalten.



**Service national  
de la jeunesse**



[volontaires.lu](http://volontaires.lu)



# WORK & TRAVEL



Work & Travel, auch bekannt als „Working Holiday“, ist ein kulturelles Austauschprogramm, das jungen luxemburgischen Staatsbürgern die Möglichkeit bietet, Neuseeland, Australien, Taiwan, Kanada, Chile, Südkorea und Japan zu entdecken. Das Programm wird vom Ministerium für auswärtige und europäische Angelegenheiten, Verteidigung, Entwicklungszusammenarbeit und Außenhandel entwickelt.

Das Hauptziel des Programms ist die Förderung des kulturellen und internationalen Austauschs. So wird Reisen zu mehr als nur Urlaub - es wird zu einer Chance für persönliches und kulturelles Wachstum! Durch das Eintauchen in neue Kulturen, das Ausprobieren verschiedener Berufe und das Sammeln praktischer Erfahrungen lernst du nicht nur dich selbst besser kennen, sondern findest auch heraus, was du in Zukunft machen möchtest.

Schau dir unsere Publikation **Boost! Work & Travel** an, um dir einen vollständigen Überblick zu verschaffen!



**MAISON DE  
L'ORIENTATION**

Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.



[maison-orientation.public.lu](https://maison-orientation.public.lu)



DIE REGIERUNG  
DES GROSSHERZOGTUMS LUXEMBURG  
Ministerium für auswärtige und europäische  
Angelegenheiten, Verteidigung,  
Entwicklungszusammenarbeit und Außenhandel



[mae.gouvernement.lu](https://mae.gouvernement.lu)

# DISCOVEREU & INTERRAIL



Suchst du nach einer aufregenden Möglichkeit, Europa während deines Gap Years zu erkunden? DiscoverEU und Interrail bieten einzigartige Gelegenheiten an, neue Länder und Kulturen zu entdecken!

- **DiscoverEU:** Wenn du 18 Jahre alt bist, kannst du dich für ein kostenloses Reiseticket über das DiscoverEU-Programm bewerben. Diese Initiative gibt jungen Europäern die Möglichkeit, den Kontinent in ihrem eigenen Tempo mit dem Zug zu erkunden.
- **Interrail:** Interrail-Pässe stehen Reisenden jeden Alters zur Verfügung und bieten flexible und erschwingliche Möglichkeiten, mit dem Zug durch ganz Europa zu reisen. Es gibt viele verschiedene Ticketoptionen, mit denen du eine Reise planen kannst, sodass sie in deinen Zeitplan und zu deinen Interessen passt.

Beide Optionen sind super Möglichkeiten für ein Gap Year und bieten dir die Chance, Europa mit dem Zug zu entdecken, während du Unabhängigkeit und Selbstvertrauen aufbaust.



[youth.europea.eu/discovereu](https://youth.europea.eu/discovereu)



[interrail.eu](https://interrail.eu)

# SPRACHREISEN



Während einer Sprachreise verbringst du Zeit im Ausland, um eine Sprache zu lernen, zu verbessern oder zu perfektionieren. Eine Sprachreise kann eine super Gelegenheit sein, eine Stadt, ein Land, und eine neue Kultur zu entdecken. Außerdem kann ein Sprachaufenthalt dein Selbstvertrauen stärken und deine Unabhängigkeit fördern.

Der Aufenthalt findet oft in einer Gastfamilie statt und dauert in der Regel zwischen 1 und 4 Wochen. Während dieser Zeit können auch Aktivitäten wie Ausflüge, Sport und kulturelle Veranstaltungen organisiert werden.

Für eine sichere und gut organisierte Erfahrung wird empfohlen, mit einer anerkannten Agentur zu reisen. Weitere Informationen zu Sprachaufenthalten und möglichen Agenturen findest du auf [jugendinfo.lu](http://jugendinfo.lu).



[Jugendinfo.lu](http://jugendinfo.lu)



[jugendinfo.lu](http://jugendinfo.lu)

# AU PAIR



Wenn du gerne mit Kindern arbeitest oder Erfahrung im Babysitten hast, kannst du als Au pair in einem anderen Land leben und wertvolle Erfahrungen sammeln. Du lebst bei einer Gastfamilie und kümmerst dich um ihre Kinder. So kannst du die lokale Kultur entdecken und deine Sprachkenntnisse verbessern. Während des Au-pair-Aufenthalts baust du auch eine enge Beziehung zu deiner Gastfamilie auf, was das kulturelle Verständnis fördert und deine Kommunikationsfähigkeiten stärkt. Es ist eine gute Gelegenheit, wenn du eine Karriere in den Bereichen Bildung, Kinderbetreuung oder soziale Dienste in Erwägung ziehst.

Online-Plattformen können dir helfen, eine Gastfamilie zu finden. Wir empfehlen, verschiedene Plattformen zu erkunden, um den besten Treffer für deine Bedürfnisse zu finden. Hier findest du zwei Optionen, um Au-pair-Stellen im Ausland zu finden:

 [Aupair.com](https://www.aupair.com)

 [Aupairworld.com](https://www.aupairworld.com)



## TIPPS & TRICKS

Spezielle Agenturen können dir helfen, eine Gastfamilie an deinem Wunschort zu finden. Sie vermitteln dich an Familien, die zu deinen Vorlieben und Fähigkeiten passen. Wir empfehlen dir, eigene Recherchen auf verschiedenen Plattformen anzustellen, um deine Optionen und Agenturen zu erkunden.

# WORLDWIDE OPPORTUNITIES ON ORGANIC FARMS



WWOOF vernetzt weltweit Freiwillige mit Bio-Bauernhöfen, um nachhaltige Landwirtschaftspraktiken kennenzulernen und in ländlicheren Gegenden zu arbeiten. Freiwillige arbeiten in der Regel 4 bis 6 Stunden am Tag im Austausch für Unterkunft und Verpflegung. Die Aufgaben können von der Ernte und dem Pflanzen von Kulturen, Feldarbeit, DIY-Projekten, Kochen bis hin zur Tierpflege reichen. Diese Plattform ist ideal für diejenigen, die gerne im Freien arbeiten und bei einer Gastfamilie oder in einer Gemeinschaft leben möchten. So hast du die Chance, neue Leute kennenzulernen, neue Fähigkeiten zu erlernen und eine Verbindung zu Natur aufzubauen.

Die Möglichkeiten variieren je nach Art des Hofes, Standort und Saison, wodurch jede Erfahrung einzigartig ist.

Für weitere Informationen zu Bio-Bauernhofaufenthalten und WWOOF-Organisationen besuche:



[wwoof.net](http://wwoof.net)

## ANDERE PLATTFORMEN FÜR FREIWILLIGENTÄTIGKEIT



Freiwilligentätigkeiten bieten dir eine wertvolle Möglichkeit, dein Gap Year zu bereichern. Du kannst in lokale Kulturen eintauchen, Gemeinden unterstützen und einzigartige Erfahrungen sammeln, die du nicht nur durch Reisen machen würdest. Du kannst neue Fähigkeiten erlernen, unvergessliche Erinnerungen sammeln und Menschen aus der ganzen Welt kennenlernen.

Viele Freiwilligenprojekte bieten Unterkunft und Verpflegung als Gegenleistung für deine Unterstützung an, was sie zu einer kostengünstigen Option für alle mit einem kleineren Budget macht. Es gibt viele Möglichkeiten, die deinen Interessen und Zielen entsprechen: Biologische Landwirtschaft, Unterrichten, Tourismus und Gemeindeprojekte sind nur einige Beispiele.

Die meisten Freiwilligenplattformen verlangen einen jährlichen Mitgliedsbeitrag, um Zugang zu den Gastgeberlisten zu erhalten. Es lohnt sich, die verschiedenen Plattformen zu vergleichen und Bewertungen zu lesen, um sicherzugehen, dass du das Richtige für dich findest. Hier einige Beispiele:

 [Worldpackers.com](https://www.worldpackers.com)

 [Workaway.info](https://www.workaway.info)

 [HelpX.net](https://www.helpx.net)

# SELBSTSTÄNDIG REISEN



Selbstständig zu reisen kann deine Gap Year-Erfahrung sehr bereichern. Es gibt dir die Freiheit, die Welt in deinem eigenen Tempo und auf deine eigene Art zu entdecken. Du kannst zum Beispiel eine Rucksacktour, einen Roadtrip oder einen Aufenthalt an einem Ort, den du schon immer besuchen wolltest, machen. Die Entscheidung liegt ganz bei dir!

Unabhängiges Reisen gibt dir die Möglichkeit, deine Komfortzone zu verlassen, neue Leute kennenzulernen und das Leben aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Es lässt sich gut mit anderen Gap Year Optionen wie Freiwilligenarbeit, dem Erlernen einer neuen Sprache oder Work & Travel kombinieren.

Diese Kombinationen machen dein Gap Year noch wertvoller, da du mehrere Möglichkeiten hast, dich weiterzuentwickeln. Du kannst Resilienz aufbauen, Problemlösungskompetenzen entwickeln und Selbstvertrauen gewinnen. Das sind wichtige Fähigkeiten für deine persönliche und berufliche Zukunft.



## TIPPS & TRICKS

Wenn du nach deinem Gap Year weiter studieren möchtest, solltest du frühzeitig mit der Suche beginnen. Auch für den Bewerbungsprozess solltest du genügend Zeit einplanen. Nutze dein Gap Year, um herauszufinden, was du danach machen möchtest. Vergiss nicht, die Fristen und administrativen Schritte im Auge zu behalten, damit ein reibungsloser Übergang gewährleistet wird.

# MIX & MATCH

Wie du siehst, bietet dir ein Gap Year viele Optionen und Erfahrungsmöglichkeiten, sowohl in Luxemburg als auch im Ausland. Während eines Gap Years brauchst du dich nicht auf eine Option zu beschränken!

Du könntest zum Beispiel mit einem Kurzezeitjob in Luxemburg beginnen, um Geld zu sparen und wertvolle Berufserfahrung zu sammeln. Danach kannst du dich ehrenamtlich im Ausland engagieren und auf eigene Faust reisen, um neue Kulturen kennenzulernen und deine Unabhängigkeit zu entwickeln. Nach deiner Rückkehr hast du die Möglichkeit, dein Studium fortzusetzen oder ins Berufsleben einzusteigen. Du wirst mit vielen neuen Erfahrungen, Fähigkeiten und unvergesslichen Erinnerungen zurückkehren.

Es geht vor allem um Flexibilität. Ein Gap Year gibt dir die Freiheit, das zu tun, was dich wirklich begeistert. Du kannst Arbeit, Lernen und Reisen auf eine Weise kombinieren, die zu deinen Zielen und Interessen passt.



## TIPPS & TRICKS

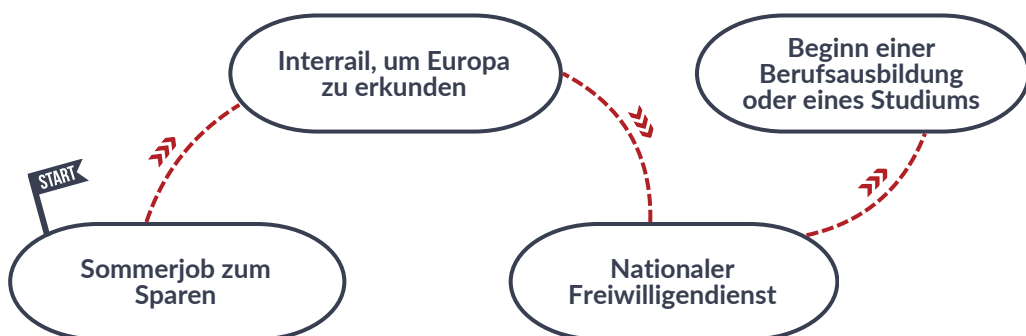
Es gibt viele Online-Agenturen, die dir gegen eine Gebühr bei der Organisation deines Gap Years helfen können. Die eigenständige Planung und Strukturierung deines Gap Years kann jedoch dein Gefühl von Unabhängigkeit stärken und deine Erfahrung persönlicher machen. Zum Beispiel kannst du die hier vorgestellten Optionen mit selbstständigem Reisen kombinieren, um eine einzigartige und flexible Erfahrung zu schaffen. Wenn du dich allerdings für eine Agentur entscheidest, stelle zuerst sicher, dass sie einen guten Ruf hat und in dein Budget passt.



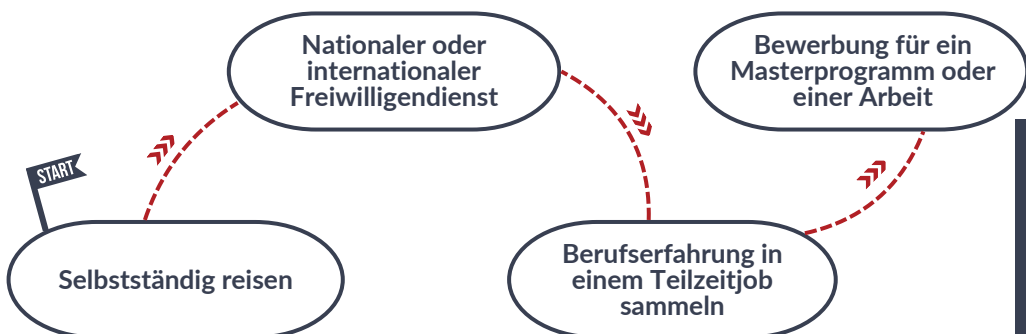
# ZEITLEISTE

Jeder Mensch ist einzigartig, mit eigenen Zielen und Vorlieben, was jedes Gap Year zu einer persönlichen Reise macht. Diese, nicht verbindlichen Zeitpläne, zeigen dir die Vielfalt und Möglichkeiten auf, wie dein Gap Year aussehen könnte. Denk daran, dass es keine perfekte Formel gibt – es geht darum, den Weg zu finden, der am besten zu dir passt. Hier sind einige Beispiele:

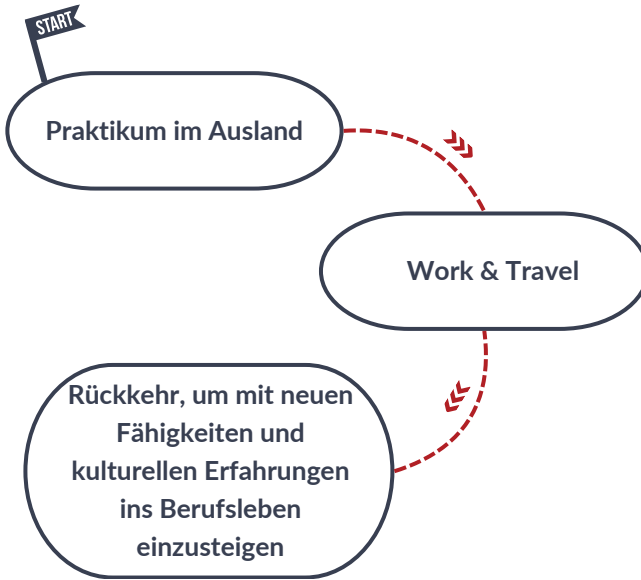
## NACH DER SEKUNDARSCHULE >>>



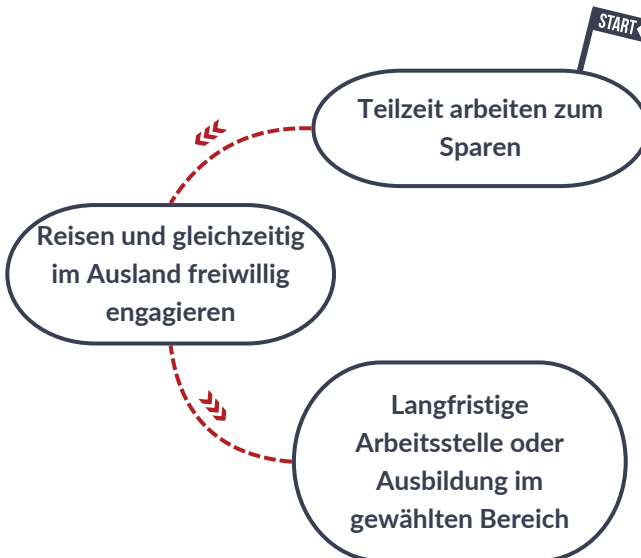
## NACH EINEM BACHELOR >>>



## NACH EINEM MASTER >>>



## SONSTIGES >>>



# PLANUNG

Nachdem du nun verschiedene Möglichkeiten in Luxemburg und im Ausland kennst, ist es an der Zeit, dein eigenes Gap Year zu planen. Recherchiere weiter und sprich mit deiner Familie und deinen Freunden um vielleicht noch mehr Möglichkeiten zu entdecken.



Meine Gründe für ein Gap Year:	<hr/> <hr/> <hr/>
Meine Ziele während des Gap Years:	<hr/> <hr/> <hr/>
Die Dauer meines Gap Years:	<hr/> <hr/> <hr/>
Wie ich mein Gap Year finanzieren werde:	<hr/> <hr/> <hr/>

Aktivitäten,  
die ich  
machen  
möchte:

---

---

---

---

Orte und/  
oder Länder,  
die ich sehen  
möchte:

---

---

---

---

Meine Ziele  
nach dem Gap  
Year:

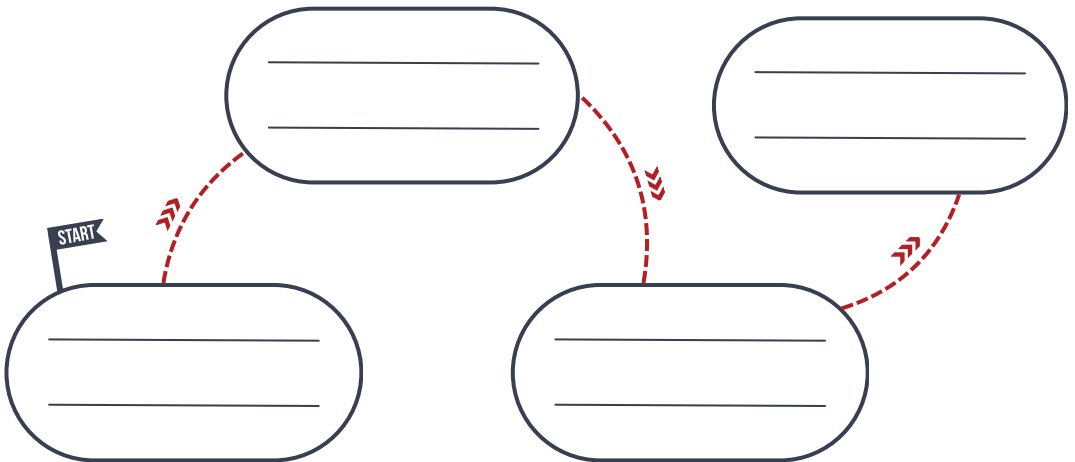
---

---

---

---

## MEINE EIGENE ZEITLEISTE



# KOMM ZU UNS

Wenn du noch immer etwas unsicher bist, kannst du gerne in der Maison de l'orientation vorbeikommen. Wir können dir bei deiner Recherche helfen und dir möglicherweise andere Optionen für dein Gap Year zeigen.

Bleib auf dem Laufenden und informier dich über unsere Veranstaltungen über unseren Linktree:



[Linktree MO](#)

## BERATUNGSSTELLE DER MAISON DE L'ORIENTATION

Schau dir unsere Öffnungszeiten hier an:



[Beratungsstelle](#)



[maison-orientation.public.lu](https://maison-orientation.public.lu)



[info.jeunesse@m-o.lu](mailto:info.jeunesse@m-o.lu)



29, rue Aldringen  
L-1118 Luxemburg

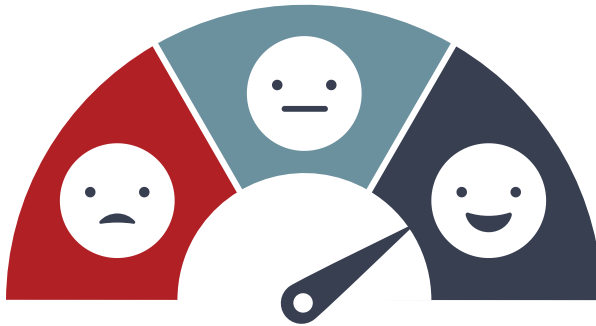


(+352) 8002 - 8181





# FEEDBACK



Hilf uns mit ein wenig Feedback,  
indem du diesen QR-Code scannst  
oder [hier](#) klickst!



## Impressum

Datum: 03/2025

ISBN: 978-2-49673-345-7



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de l'Éducation nationale,  
de l'Enfance et de la Jeunesse



**MAISON DE  
L'ORIENTATION**

Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.