

**DONNERSTAG -  
ENDLICH  
WOCHEN  
ENDE!**

4 Tage-Woche Lohnarbeit, das reicht! Viel zu arbeiten bringt Stress und Burnout. Die Anzahl der gearbeiteten Stunden sagt nichts über die erbrachte Leistung aus. Die Soziologin Frigga Haug\* betont, vier Stunden Erwerbsarbeit sind genug!

**Für alle, die mehr wissen wollen: Politische Jugendbildung im Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten – Fachgruppe Arbeit & Lebensperspektive**

**[POLITISCHE-JUGENDBILDUNG.DE/FG/ARLE](https://www.politische-jugendbildung.de/fg/arle)**

\* Die Vier-in-einem-Perspektive als Leitfaden für Politik,  
[inkrit.de/frigga/documents/da291\\_fh.pdf](https://www.inkrit.de/frigga/documents/da291_fh.pdf)

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**AdB**  
Arbeitskreis deutscher  
Bildungsstätten e.V.



**SAG ES**

**LAUT!**

Geschlechtersensible und diskriminierungsarme Sprache tragen zu Reduzierung von Diskriminierungen und Gewalt bei. Für eine Kommunikation ohne Ausschlüsse. Nenne die weiblichen Formen mit, nutze das geschlechtliche \* (Sternchen), um zu zeigen, dass sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in deinem Bewusstsein sind. Unterlasse Verallgemeinerungen von Zugehörigkeiten und diskriminierende Zuschreibungen. Interveniere, wenn Diskriminierungen genannt werden.

**Für alle, die mehr wissen wollen: Politische Jugendbildung im Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten – Fachgruppe Arbeit & Lebensperspektive**

**POLITISCHE-JUGENDBILDUNG.DE/FG/ARLE**

Mehr Tipps und Anregungen: [genderleicht.de](http://genderleicht.de)

---

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**AdB**  
Arbeitskreis deutscher  
Bildungsstätten e.V.



**HEUTE  
SCHON  
GESCHEITERT?**

Das Scheitern in der Berufs- und Lebensplanung kennen viele Menschen. Die Lebensplanung sollte sich nicht nur am Arbeitsmarkt orientieren. Wichtig sind die Interessen, Fähigkeiten und Wünsche, die du mitbringst. Sie sollten Grundlage deiner Entscheidungen sein. Es geht selten nur geradeaus, Umwege gehören dazu. Wer nicht bereit ist zu scheitern, fängt auch nichts Neues an.

**Für alle, die mehr wissen wollen: Politische Jugendbildung im Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten – Fachgruppe Arbeit & Lebensperspektive**

**[POLITISCHE-JUGENDBILDUNG.DE/FG/ARLE](https://politische-jugendbildung.de/fg/arle)**

---

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**AdB**  
Arbeitskreis deutscher  
Bildungsstätten e.V.

**DIE  
WÜRDE  
DES MENSCHEN IST  
UNAN  
TASTBAR.**

Von der Vision zur Wirklichkeit. Konkret soll dafür gesorgt werden, dass jeder Mensch am gesellschaftlichen und Erwerbsarbeitsleben gleichberechtigt und selbstbestimmt teilhaben kann. Inklusion verlangt, dass alle in den Genuss dieses Zustands kommen – unabhängig von Herkunft, Alter, Geschlecht, Religion, Behinderungen, Bildung, sexueller Orientierung oder anderen individuellen Aspekten.

**Für alle, die mehr wissen wollen: Politische Jugendbildung im Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten – Fachgruppe Arbeit & Lebensperspektive**

**[POLITISCHE-JUGENDBILDUNG.DE/FG/ARLE](https://www.politische-jugendbildung.de/fg/arle)**

Quelle: [bgw-online.de/de/ueberuns/inklusion/inklusion\\_node.html](https://www.bgw-online.de/de/ueberuns/inklusion/inklusion_node.html)

---

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**AdB**  
Arbeitskreis deutscher  
Bildungsstätten e.V.



**DAS IST  
NUR  
EINE  
PHASE!**

LSBTIQ\*-Jugendliche (lesbisch, schwul, bisexuell, trans\*, inter\* und queer) haben ihr äußeres Coming-out im Durchschnitt zwischen 17 und 19 Jahren. Über 60% der Jugendlichen wissen aber spätestens mit 16 Jahren, ob sie LSBTIQ\* sind. Damit sie sich früher einer Person anvertrauen können, braucht es Ansprechpersonen, Vorbilder und ein offeneres Klima in der Gesellschaft.

## **Für alle, die mehr wissen wollen: Politische Jugendbildung im Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten – Fachgruppe Arbeit & Lebensperspektive**

**[POLITISCHE-JUGENDBILDUNG.DE/FG/ARLE](https://www.politische-jugendbildung.de/fg/arle)**

Quelle: Deutsches Jugendinstitut: Coming Out (2015),  
[dji.de/fileadmin/user\\_upload/bibs2015/DJI\\_Broschuere\\_ComingOut.pdf](https://dji.de/fileadmin/user_upload/bibs2015/DJI_Broschuere_ComingOut.pdf)

---

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**AdB**  
Arbeitskreis deutscher  
Bildungsstätten e.V.

**TRANS\***  
**INTER\***  
**NONBINÄR**  
**DU VERSTEHST**  
**NUR BAHNHOF?**

Manche Menschen sind Frauen, manche sind Männer und andere wiederum sind trans\*, inter\* oder etwas ganz anderes. Niemand ist ja hundertprozentig weiblich oder männlich. Jede Person versteht ihr Geschlecht auf ganz eigene Weise, auch wenn dafür manchmal erst ganz neue Worte geschaffen werden müssen.

**Für alle, die mehr wissen wollen: Politische Jugendbildung im Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten – Fachgruppe Arbeit & Lebensperspektive**

**[POLITISCHE-JUGENDBILDUNG.DE/FG/ARLE](https://politische-jugendbildung.de/fg/arle)**

Quelle: Glossar für sexuelle und geschlechtliche Vielfalt (o. D.),  
[queer-lexikon.net/category/queer-lexikon/glossar/](https://queer-lexikon.net/category/queer-lexikon/glossar/)

---

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**AdB**  
Arbeitskreis deutscher  
Bildungsstätten e.V.



**JOB  
NICHT  
BEKOMMEN?**

Bei einer Bewerbung um einen Ausbildungsplatz oder eine Stelle sollte für die Auswahl die Eignung ausschlaggebend dafür sein. Tatsache ist, dass Ausbildungssuchende mit bspw. türkischem Namen seltener eine Rückmeldung und häufiger eine Absage als Bewerber\*innen mit deutschem Namen trotz gleicher Eignung erhalten. Gegen Rassismus im Arbeitsmarkt!

**Für alle, die mehr wissen wollen: Politische Jugendbildung im Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten – Fachgruppe Arbeit & Lebensperspektive**

**[POLITISCHE-JUGENDBILDUNG.DE/FG/ARLE](https://politische-jugendbildung.de/fg/arle)**

Quelle: [svr-migration.de/publikationen/diskriminierung-am-ausbildungsmarkt](https://svr-migration.de/publikationen/diskriminierung-am-ausbildungsmarkt)

---

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**AdB**  
Arbeitskreis deutscher  
Bildungsstätten e.V.