

UNIA

**Die Gewerkschaft.
Le Syndicat.
Il Sindacato.**

Ein Ratgeber

Jung und arbeitslos? Meine Rechte.



Symbol- und Abkürzungsverzeichnis:

ALK: Arbeitslosenkasse

ALV: Arbeitslosenversicherung

AVIG: Gesetz über die Arbeitslosenversicherung

AVIV: Verordnung über die Arbeitslosenversicherung

BBT: Bundesamt für Berufsbildung und Technologie

CV: Curriculum vitae (Lebenslauf)

EBA: Eidgenössisches Berufsattest

EFZ: Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis

EO: Erwerbsersatzordnung

RAV: Regionale Arbeitsvermittlungszentren

SECO: Staatssekretariat für Wirtschaft


SGB: Schweizerischer Gewerkschaftsbund

@ Internetlink

Stopp! Unbedingt vermeiden!

 Geh zur Seite **x**

! Nicht vergessen!

 Buchhinweis

Impressum

Herausgegeben von der Gewerkschaft Unia, Bereich Jugend, Weltpoststrasse 20, 3000 Bern 15;

Telefon 031 350 21 11, Fax 031 350 22 11; www.unia.ch/jugend

Redaktion: Jean Christophe Schwaab, Unia Jugend, mit Unterstützung der Arbeitslosenkasse Unia und der Abteilung Kommunikation und Kampagnen.

Für Bestellungen (gratis, solange Vorrat): jugend@unia.ch

Inhalt

A Wenn ich arbeitslos werde... Rechtliche Grundlagen

Warum muss ich mich bei der Arbeitslosenversicherung melden?	6
Die Anmeldung als Arbeitslose/r – Schritt für Schritt	7
Das muss ich in jedem Fall wissen	10
Das Regionale Arbeitsvermittlungszentrum (RAV)	11
Das Berufspraktikum	12
Die «zumutbare» Arbeit	13
Die Stellensuche	14
Rahmenfristen	15
Die Arbeitslosentaggelder	17
Krankheit, Erwerbsunfähigkeit	18

B Was tun, wenn...? Konkrete Fallbeispiele

Mir ist gekündigt worden	20
Ich habe gekündigt	21
Ich habe meine Lehre mit einem EFZ abgeschlossen/ Ich besitze eine Berufsmatur	22
Ich habe meine Lehre in einer Lehrwerkstätte oder eine Vollzeit-Berufsschule abgeschlossen	23
Ich habe eine höhere Ausbildung abgeschlossen	24
Ich habe die eidgenössische Matura bestanden	25
Ich habe gar keine Ausbildung	26
Ich finde keine Lehrstelle	27
Ich muss die Rekrutenschule machen	28
Ich bin schwanger	29
Ich habe wieder eine Stelle gefunden	30
Ich brauche Sozialhilfe	31
Ich habe Schulden	32

C Nützliche Informationen

Unia, meine Gewerkschaft	34
Unia in meiner Nähe	35
Die Unia Arbeitslosenkasse steht auf meiner Seite	36
Die Unia Arbeitslosenkasse in meiner Nähe	37
Mehr Infos	38
Stichwortverzeichnis	42

Editorial

Jugendarbeitslosigkeit ist kein Schicksal. Es ist aber ein ernst zu nehmendes Problem: Jedes Jahr sind Tausende von Jugendlichen betroffen. Die Gewerkschaft Unia setzt sich gegen Jugendarbeitslosigkeit ein. Sie wehrt sich insbesondere gegen Leistungskürzungen für junge Arbeitslose.

Es gibt mehrere Erscheinungsformen von Jugendarbeitslosigkeit: Kein Job, keine Ausbildungsstelle, keine Vollzeitstelle usw. Diese Broschüre hilft, die Grundzüge der Arbeitslosenversicherung und der Sozialhilfe zu verstehen. Sie erklärt, welche Schritte einzuleiten sind und was zu vermeiden ist. Sie legt die Rechte und Pflichten der jungen Arbeitslosen dar.

Danach erklärt sie anhand von konkreten Fallbeispielen, wie in bestimmten Fällen vorzugehen ist, und beantwortet die Fragen, welche sich die jungen Arbeitslosen stellen. Sie enthält auch eine Adressliste von Beratungsstellen und Gewerkschaften, an welche man sich wenden kann, um seine Rechte geltend zu machen.

Denn die Arbeitslosenversicherung ist ein Recht, auch für die Jugendlichen.

Jean Christophe Schwaab, Unia Bereich Jugend



A

A

**Wenn ich
arbeitslos werde...
Rechtliche
Grundlagen**

Warum muss ich mich bei der Arbeitslosenversicherung melden?

Wenn ich damit rechnen muss, arbeitslos zu werden, muss ich mich unverzüglich persönlich bei der für Arbeitslosigkeit zuständigen Behörde meiner Wohngemeinde melden. Es ist dabei egal, wie meine berufliche Situation aussieht: Lehrabschluss (☞ 22–23), Studiumsabschluss (☞ 24), Kündigung (☞ 20) oder ohne Ausbildungsplatz (☞ 26–27). In einigen Kantonen oder Städten muss ich mich direkt beim Regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV) melden. In jedem Fall kann ich die Arbeitslosenkasse, die für mich zuständig ist, frei wählen.

Sobald ich angemeldet bin und gewisse gesetzliche Bedingungen erfülle, habe ich Anspruch auf Arbeitslosentaggeld und weitere Versicherungsleistungen: Einzelgespräche, persönliche Beratung, Kurse, Ausbildungspraktikum usw. Häufig vergessen die Jugendlichen, sich beim RAV zu melden, oder machen es bewusst nicht (jede/r zweite meldet sich nicht an). In diesem Fall gibt es keine Leistungen und diese Jugendlichen erscheinen auch nicht in den offiziellen Arbeitslosenstatistiken.



Die Anmeldung als Arbeitslose/r – Schritt für Schritt

Schritt 1: Was ich auf jeden Fall tun muss: Mich bewerben, noch bevor ich wirklich arbeitslos bin.

Sobald ich weiss, dass ich keine Stelle bekomme oder dass mir gekündigt wird, muss ich unbedingt mit der Arbeitssuche beginnen.

! Ich behalte eine Kopie von all meinen Bewerbungen, Anfragen und schriftlichen Antworten, die ich erhalten habe (Briefe, E-Mails). Die telefonischen Anfragen und Vorstellungsgespräche fasse ich schriftlich kurz zusammen. Später werde ich diesen «Nachweis der persönlichen Arbeitsbemühungen» meinem Berater oder meiner Beraterin im RAV vorlegen müssen (☞ 11).

@ www.treffpunkt-arbeit.ch > auf Jobsuche > Jugendliche, www.getjobnow.ch,
Tipps für die Bewerbung: www.be-werbung.ch

📖 Bücher: «Arbeitslos, was tun?», «Job weg? So geht es weiter?» (☞ 41)

Schritt 2: Die Anmeldung als Arbeitslose/r

Ich melde mich auf dem Arbeitsamt meiner Wohnsitzgemeinde als Stellensuchende/r. In manchen kleinen Gemeinden erfolgt diese Anmeldung auf der Gemeindeverwaltung. In einigen Kantonen erfolgt die Anmeldung direkt beim Regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV).

Für die Anmeldung nehme ich folgende Unterlagen mit:

- meinen AHV-Ausweis
- meine Niederlassungs- oder Aufenthaltsbewilligung
- die Formulare E301 und/oder E303, falls ich aus einem EU- oder EFTA-Land stamme

! Ich kann meine Arbeitslosenkasse frei wählen (immer Verzeichnis verlangen).

Am Schluss erhalte ich ein Formular, das meine Anmeldung bestätigt. Dieses Formular benötige ich für die Schritte 3 und 4.

! Ich melde mich beim Arbeitsamt, der zuständigen Stelle für Arbeitslose oder dem RAV meiner Wohnsitzgemeinde, sobald ich weiss, dass ich arbeitslos werde; auf jeden Fall bevor ich bereits arbeitslos bin. So wird mein Dossier schneller bearbeitet. Zudem gibt es häufig Fristen, um Versicherungsleistungen zu beziehen.

Die Anmeldung als Arbeitslose/r – Schritt für Schritt

Schritt 3: Sich beim RAV melden

Ich muss mich innerhalb der Frist, die mir das Arbeitsamt gesetzt hat, beim regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV) melden (ausser wenn – wie in einzelnen Kantonen – die Anmeldung direkt beim RAV erfolgt). Wenn ich keinen bestimmten Termin erhalten habe, muss ich spätestens innerhalb sieben Tagen dort vorbeigehen.

Die Adresse des RAV erhalte ich bei der Anmeldung auf dem Arbeitsamt.

@ Alle RAV-Adressen der Schweiz sind auch auf www.treffpunkt-arbeit.ch zu finden.

Für die Anmeldung nehme ich folgende Unterlagen mit:

- meinen AHV-Ausweis
- meine Niederlassungs- oder Aufenthaltsbewilligung
- die Formulare E301 und/oder E303, falls ich aus einem EU- oder EFTA-Land stamme
- mein(e) Diplom(e) (EFZ, EBA, Matura, Schulabschluss)
- den Nachweis meiner persönlichen Arbeitsbemühungen (s. Schritt 1)
- meinen Lehrvertrag und/oder das Schreiben, in dem steht, dass ich nach der Lehre nicht weiterbeschäftigt werde
- das Kündigungsschreiben, wenn mir gekündigt wurde
- meinen Arbeitsvertrag und meine Arbeitszeugnisse. ! Wenn mein Arbeitgeber mir kein Arbeitszeugnis gegeben oder ein nicht zutreffendes Zeugnis erstellt hat, kann ich mich als Gewerkschaftsmitglied bei meiner Gewerkschaft melden (☎ 34). Jede/r Arbeitnehmende hat Anspruch auf ein konformes Arbeitszeugnis. Die Gewerkschaft kann mir helfen, dieses Recht durchzusetzen.

Nebst diesen Dokumenten nehme ich auch das Formular mit (siehe Schritt 2), welches meine Anmeldung bestätigt.

Vom SECO bekomme ich jeden Monat das Formular «Angaben der versicherten Person». Es ersetzt die früher gebräuchliche Stempelkarte in den meisten Kantonen. Dieses muss ich monatlich meiner Arbeitslosenkasse ausgefüllt und unterschrieben einreichen.



Die Anmeldung als Arbeitslose/r – Schritt für Schritt

Schritt 4: Die Arbeitslosenkasse

Ich melde mich bei der Arbeitslosenkasse (☎ 36), damit mein persönliches Dossier eröffnet wird. Die Kasse entscheidet über meinen Anspruch auf Arbeitslosengeld und rechnet den Betrag aus, den sie mir monatlich überweisen wird.

Meine Arbeitslosenkasse wird nun einmal pro Monat das Formular «Angaben der versicherten Person» kontrollieren, bevor sie die Auszahlung vornimmt.

Für diesen 4. Schritt nehme ich folgende Unterlagen mit:

- die Bescheinigung der «Anmeldung zur Arbeitsvermittlung», die ich auf dem RAV erhalten habe
- den ausgefüllten und unterschriebenen «Antrag auf Arbeitslosenentschädigung», den ich vom RAV erhalten habe
- sämtliche Arbeitgeberbescheinigungen der letzten zwei Jahre oder Ausbildungsbescheinigungen/ Diplome/ EFZ/ EBA
- mein Entlassungs- oder Kündigungsschreiben oder das Schreiben, das die Beendigung meines Vertrags bestätigt
- meinen Arbeits- oder Lehrvertrag oder mein ehemaliges Anstellungsschreiben
- eine Wohnsitzbescheinigung und meine B- oder C-Aufenthaltsbewilligung, auf der meine genaue Adresse steht
- meine Lohnabrechnungen (für mind. zwölf Monate) der letzten Stelle
- meine Bank- oder Postkontonummer
- meinen AHV-Ausweis
- mein Dienstbüchlein (nur Schweizer)
- mein Familienbüchlein, falls ich Kinder habe

Je nach persönlicher Situation muss ich vielleicht noch andere Dokumente vorweisen.

Das muss ich in jedem Fall wissen

Sehr wichtig: keine Zeit verlieren!

Für fast alle, die sich arbeitslos melden, sieht das Gesetz eine Wartefrist vor. Das heisst, es dauert maximal sechs Monate (z. B. für Beitragsbefreite), bis die Kasse Arbeitslosengeld bezahlt. Während dieser Frist bin ich aber verpflichtet, alle von der Arbeitslosenversicherung verlangten Schritte (Stellensuche, Kontrolle) zu unternehmen, ohne jedoch Geld zu erhalten. Lehrlinge haben nach Beendigung ihrer Ausbildung keine Wartefrist.

@ www.alk.unia.ch > Arbeitslos – Was tun?

@ www.treffpunkt-arbeit.ch

Einige Grundregeln

Sobald ich arbeitslos gemeldet bin

- muss ich alle von meiner RAV-Beraterin oder meinem RAV-Berater festgelegten Termine einhalten
- muss ich mich überall vorstellen gehen, wo man mir die Möglichkeit dazu gibt; ich bin nicht verpflichtet, die Stelle anzunehmen, wenn sie unzumutbar ist (siehe unter «zumutbare Arbeit» 📖 13)
- muss ich regelmässig und ernsthaft eine Stelle suchen
- muss ich ALK und RAV laufend über Veränderungen meiner Situation informieren

! Wenn ich mich nicht an diese Regeln halte, kann ich sanktioniert werden: Meine Taggelder können dann gekürzt oder sogar im Wiederholungsfall wegen Vermittlungsunfähigkeit gestrichen werden!

! Wie lange kann ich Arbeitslosengeld beziehen?

Ich erhalte maximal 90 Taggelder, wenn ich eine Ausbildung von mehr als zwölf Monaten (mit oder ohne Erfolg) absolviert habe. Ich erhalte 200 Taggelder, wenn ich innerhalb der letzten zwei Jahre während mindestens eines Jahres ALV Beiträge bezahlt habe und das 25. Altersjahr noch nicht erreicht habe und keine Unterhaltspflichten gegenüber Kindern habe. Wenn ich das 25. Altersjahr zurückgelegt habe oder Unterhaltspflichten gegenüber Kindern habe, erhalte ich 260 Taggelder, wenn ich innerhalb der letzten zwei Jahre während mindestens eines Jahres ALV Beiträge bezahlt habe, und 400 Taggelder bei einer Beitragszeit von mindestens 18 Monaten.

Das Regionale Arbeitsvermittlungszentrum (RAV)

Aufgabe des RAV ist es, den Erwerbslosen bei der Stellensuche behilflich zu sein. Jedem und jeder Erwerbslosen wird zu diesem Zweck eine persönliche Beraterin oder ein persönlicher Berater zugewiesen.

Diese Person

- eröffnet ein Dossier, das Unterlagen für die Beratung und Stellenvermittlung enthält
- analysiert meine berufliche Situation und kann mir Vorschläge für den Besuch von Kursen oder für ein Praktikum machen
- klärt mich über die Verpflichtungen auf, die ich erfüllen muss, um in den Genuss der Leistungen der Arbeitslosenversicherung zu kommen
- hilft mir beim Ausfüllen der Formulare
- verabredet mindestens ein Beratungsgespräch pro Monat mit mir, an dem sie auch meine persönlichen Arbeitsbemühungen kontrolliert.

! Auf das Gespräch mit meiner Beraterin oder meinem Berater sollte ich mich vorbereiten. Ich muss mir überlegen, welche Art von Arbeit ich suche oder zumindest eine bestimmte Vorstellung darüber haben, und ich muss einen Lebenslauf vorbereiten, der einen guten Eindruck macht. Zudem muss ich genau sagen können, was ich kann und welches meine Fähigkeiten und Interessen sind.

! Ich kann bei meinem Berater oder meiner Beraterin auch einen Kursbesuch beantragen, der meine Chance auf dem Arbeitsmarkt verbessert. Wenn das RAV meinen Vorschlag ablehnt, mir aber viel daran liegt, kann ich das Problem meiner Gewerkschaft unterbreiten (☎ 34). Nach der Abklärung meines Falles kann sie mich vielleicht unterstützen.

Das Berufspraktikum

Möglicherweise wird man mir ein Berufspraktikum (in einem Betrieb oder einer Verwaltung) vorschlagen. Meine Anstellung erfolgt über das RAV; sie ist auf höchstens sechs Monate begrenzt. Es liegt durchaus in meinem Interesse, solche Angebote anzunehmen, denn sie geben mir Gelegenheit, berufliche Erfahrungen zu sammeln. Während dieser Zeit erhalte ich Taggelder von der Arbeitslosenversicherung und allenfalls Spesen.

! Ich gelte während des Praktikums nach wie vor als arbeitslos und muss meine Stellensuche fortführen. Falls ich eine Stelle finde, kann ich das Praktikum sofort verlassen.

! Wenn ich den Eindruck habe, dass ich im Rahmen meines Praktikums ausgenutzt werde, melde ich mich bei meiner Gewerkschaft (☎ 34).

Gemäss Art. 64a Abs. 1 Bst. b AVIG erhält der Bundesrat die Kompetenz, beitragsbefreite Personen nach Schul- und Studienabgang im Falle erhöhter Arbeitslosigkeit während der besonderen Wartezeit von 120 Tagen an Berufspraktika teilnehmen zu lassen. Gemäss Art. 6 Abs. 1ter AVIV können versicherte Personen, die das 30. Altersjahr noch nicht vollendet haben, während der Wartezeit an einem Berufspraktikum teilnehmen, wenn die durchschnittliche Arbeitslosenquote der vergangenen 6 Monate in der Schweiz 3,3 %* übersteigt.

Übersteigt die durchschnittliche Arbeitsquote den Wert von 3,3 %*, erlässt das SECO eine Weisung, dass Berufspraktika während der Wartezeit gewährt werden können. Fällt die Quote auf unter 3,3 %*, wird dies ebenfalls mittels Weisung publiziert; Berufspraktika während der Wartezeit können dann noch bis zum Ende des folgenden Monats bewilligt werden. Angefangene Praktika können während der ganzen Dauer gemäss Praktikumsvereinbarung bzw. Verfügung weitergeführt werden. Als angefangen gilt ein Praktikum, wenn die schriftliche Vereinbarung zwischen Arbeitgeber, versicherter Person und der zuständigen Amtsstelle unterzeichnet ist (vgl. KS AMM, Rz I10). (*Das SECO sieht vor, die Quote auf 4,3 % zu erhöhen.)

- Die versicherte Person darf zum Zeitpunkt des Arbeitsbeginns das 30. Altersjahr noch nicht vollendet haben.
- Wie bereits heute möglich kann das Berufspraktikum vom RAV angeboten werden, oder die versicherte Person tritt mit einem Stellenangebot an das RAV heran. Aufgrund des engen Zeitrahmens empfiehlt es sich, möglichst rasch ein passendes Praktikum zu suchen.
- Auch bei Teilnahme an einem Berufspraktikum während der Wartezeit sind die Versicherten bei der Suva obligatorisch gegen Unfälle versichert.

Das RAV kann mir eine oder mehrere Arbeitsstellen vorschlagen. Ich darf sie nur dann ablehnen, wenn sie nicht «zumutbar» sind.

Das Gesetz umschreibt ganz genau, wann eine Stelle als zumutbar gilt, zum Beispiel:

- Sie muss den berufs- und ortsüblichen, insbesondere den gesamt- oder normalarbeitsvertraglichen Bedingungen entsprechen (kein Lohndumping!).
- Sie darf nicht einen Arbeitsweg (mit öffentlichen Verkehrsmitteln) von mehr als zwei Stunden für die Hinfahrt und zwei Stunden für die Rückfahrt vom Wohnort zum Arbeitsort verursachen.
- Sie darf von mir nicht verlangen, dass ich beliebig über die garantierte Beschäftigung hinaus für die Arbeit zur Verfügung stehe (also eine Art Arbeit auf Abruf).
- Für unter 30-jährige gilt jedoch, dass Ihnen von Beginn der Arbeitslosigkeit an zugemutet werden kann, auch Stellen ausserhalb ihrer bisherigen Tätigkeit anzunehmen.
- Unzumutbar wäre ein Lohn der weniger als 70% des versicherten Verdienstes beträgt (es sei denn, ich erhalte von der Arbeitslosenkasse Kompensationszahlungen). Der versicherte Verdienst wird aufgrund des Einkommens vor der Arbeitslosigkeit ermittelt. Die Arbeitslosenkasse oder das RAV können genau Auskunft geben, wie hoch er ist.


! Bei Zweifeln frage ich bei der Arbeitslosenkasse (☎ 36) nach. Sie wird mich informieren, ob ich eine Arbeit annehmen muss oder nicht. Wurde mir die Stelle vom RAV zugeteilt, so erkundige ich mich beim RAV.

! Wenn mir eine unzumutbare Arbeit angeboten wird, melde ich es unverzüglich meiner Gewerkschaft (☎ 34), damit sie mir allenfalls helfen kann.



Die Stellensuche

Es gibt kein vorgeschriebenes Minimum an Bewerbungen. Ich muss mich jedoch wirklich bemühen, eine Stelle zu finden. Die Bewerbungen müssen über den ganzen Monat verteilt sein.

 Büchlein: «Bewerbungsfahrplan» (👉 41)

Buch: „Stellensuche mit Erfolg, Verlag Beobachter“ (👉 41)

Der Katalog des Verlags SVB enthält zahlreiche Bücher über die Stellensuche

@ www.svb-asosp.ch/medienshop/index.htm > Laufbahn & Karriere > Stellensuche/
Bewerbung

@ www.be-werbung.ch (Tipps für die Bewerbung)

Stopp! Es ist zwecklos, am ersten Tag des Monats 15 Bewerbungen abzuschicken, dafür in den folgenden vier Wochen keine einzige mehr.

! Die Stellensuche muss konstant und glaubwürdig sein.

Stopp! Ebenso nutzlos ist es, eine Reihe spontaner Telefonanrufe an irgendwelche Arbeitgeber zu starten. Ich muss mich gezielt für Stellen bewerben, die auch meinen Fähigkeiten entsprechen.

! Ich nutze meine Chancen viel besser, wenn ich auf eine konkrete Stellenausschreibung antworte. Solche Bewerbungen machen sich auch in meinem Dossier gut. Achtung: Zum Teil lohnt sich eine Nachfrage nach offenen Stellen, weil nicht alle Stellen in Zeitungen oder im Internet ausgeschrieben werden.

! In gewissen RAV's gibt es Informatikstationen, wo alle freien bei den RAV's angemeldeten Stellen im Kanton einzusehen sind.

Wenn meine Bemühungen als ungenügend beurteilt werden (quantitativ: zu wenig; qualitativ: Bewerbung für Stellen, welche meinem Profil nicht entsprechen), riskiere ich eine Sanktion: Möglicherweise erhalte ich eine Zeit lang kein Arbeitslosengeld.

Wenn ich in meinem erlernten Beruf keine Stellenangebote finde, bin ich dazu aufgefordert, auch ausserberuflich Stellen zu suchen.

Es gibt zwei Arten von Rahmenfristen: Die Beitragsrahmenfrist (oder Rahmenfrist Beitragszeit) und die Leistungsrahmenfrist.

Beitragsrahmenfrist

Die Rahmenfrist Beitragszeit bezieht sich auf den Zeitraum von zwei Jahren vor meiner Anmeldung bei der Arbeitslosenversicherung. Um von der Arbeitslosenversicherung Leistungen zu erhalten, muss ich innerhalb dieser zweijährigen Rahmenfrist während mindestens zwölf Monaten eine beitragspflichtige Beschäftigung ausgeübt haben, ausser ich war von der Beitragspflicht befreit (☞ 16). Die Dauer der Beschäftigung während dieser Zeit ist ausschlaggebend für die Höchstzahl meiner Taggelder. Als Lehrling habe ich Anspruch auf die ALV, auch wenn ich das Beitragsalter nicht erreicht habe (aber in den letzten zwei Jahren während mehr als zwölf Monaten im Lehrbetrieb tätig war).

! Beitragsrahmenfristen und Befreiung von Beitragszeit sind ein sehr kompliziertes Thema: Meine Arbeitslosenkasse (☞ 36) kann mich über Details informieren, inwieweit ich die Beitragszeit erfülle oder davon befreit bin.

Leistungsrahmenfrist

Die Leistungsrahmenfrist ist die Zeitspanne, während der ich Anspruch auf die Leistungen der ALV habe. Sie beginnt in der Regel ab dem Datum meiner Anmeldung und dauert genau zwei Jahre (☞ 7-9).

! Wenn ich Anspruch auf Arbeitslosentaggeld habe, erhalte ich innerhalb dieser zwei Jahre höchstens 400 Taggelder! Die Leistungsrahmenfrist ist die Frist, innerhalb derer ich die Leistungen beziehen kann.

Rahmenfristen


Befreiung von der Beitragszeit

In bestimmten Fällen habe ich aber trotzdem das Recht, mich arbeitslos zu melden, auch wenn ich noch gar nie Beiträge entrichtet habe oder keine beitragspflichtige Beschäftigung von zwölf Monaten innerhalb der Rahmenfrist Beitragszeit nachweisen kann:

- Wenn ich mehr als zwölf Monate eine Schule oder berufliche Weiterbildung absolviert (Matura, Hochschulabschluss, u. ä.) und in der Schweiz seit mindestens zehn Jahren **(ununterbrochen oder nicht)** Wohnsitz habe. Wenn ich gleichzeitig in Ausbildung und in einem Arbeitsverhältnis war, kommt nur eine teilweise Befreiung in Frage: In diesem Fall informiert mich meine ALK. **Ab Beginn der Arbeitslosigkeit gilt eine Wartezeit von 120 Tagen.**
- Wenn ich während den zwei letzten Jahren wegen Krankheit, Unfall oder Schwangerschaft mehr als zwölf Monate zu 100% arbeitsunfähig gewesen bin und ich meinen Wohnsitz zu dieser Zeit in der Schweiz hatte.
- Wenn ich einen Auslandsaufenthalt ausserhalb der EU/EFTA von über einem Jahr gemacht habe, um dort einer Erwerbstätigkeit nachzugehen (mind. zwölf Monate), kann ich Anspruch auf Arbeitslosenentschädigung haben.
- Wenn ich hingegen einen Aufenthalt in einem EU- oder EFTA-Staat gemacht habe, muss ich mich im Land meiner letzten Beschäftigung als arbeitslos melden. Das gilt aber nur für SchweizerInnen und EU- oder EFTA-BürgerInnen. Zudem sind GrenzgängerInnen in ihrem Wohnsitzland gegen Arbeitslosigkeit versichert, auch wenn sie Beiträge in der Schweiz entrichtet haben. Nicht-SchweizerInnen oder Nicht-EU/EFTA-BürgerInnen müssen die Beitragszeit in der Schweiz erfüllt haben, um Anspruch auf ALV-Leistungen in der Schweiz zu haben.



Grundsätzlich habe ich Anspruch auf Arbeitslosentaggelder, welche 70 % oder 80 % meines durchschnittlichen vorherigen Lohnes entsprechen. Ich erhalte fünf Taggelder pro Woche (von Montag bis Freitag). Die Auszahlung erfolgt durch meine Arbeitslosenkasse.

! Wenn ich arbeitslos werde, erhalte ich nicht sofort Taggelder. Und Taggelder bekomme ich nicht ewig: höchstens 200 Taggelder, wenn ich das 25. Altersjahr noch nicht zurückgelegt habe und keine Unterhaltspflichten gegenüber Kindern habe; und höchstens 400 Taggelder, falls ich älter als 25 Jahre alt bin oder Unterhaltspflichten gegenüber Kindern habe. Es gibt häufig eine Wartefrist. Und Taggelder bekomme ich nicht ewig: höchstens 400 Taggelder während zwei Jahren (Leistungsrahmenfrist  15).

Die Unterlagen, die es für die Auszahlung der Taggelder braucht

Ende Monat erhalte ich das Formular Angaben der versicherten Person vom SECO direkt zugesandt. Ich muss es ausfüllen und anschliessend der Arbeitslosenkasse senden, damit diese die Höhe meiner Taggelder berechnen kann.

! Wenn ich das Formular nicht erhalten habe, muss ich unverzüglich beim RAV anrufen. Man schickt mir dann ein spezielles Formular.

Die Taggelder werden mir auf der Grundlage des korrekt ausgefüllten Formulars und meiner Arbeitsbemühungen ausbezahlt.

Die Pauschalansätze

Wenn ich nie einen Lohn bezogen habe, wird mein Anspruch anhand eines Pauschalbetrags festgelegt. Die angegebenen Beiträge können je nach Monat unterschiedlich sein, die Abzüge für Sozialversicherungen sind nicht berücksichtigt.

Krankheit, Erwerbsunfähigkeit

Wenn ich länger krank bin, gibt mir die ALV nur innerhalb 30 aufeinander folgenden Kalendertagen Taggelder (= max. 22 Taggelder). Während der zweijährigen Leistungsrahmenfrist kann ich höchstens 44 Arbeitstage Taggelder wegen Arbeitsunfähigkeit beziehen.

Bei meiner Anmeldung beim RAV (☞ 11) schlägt man mir unter Umständen den Abschluss einer Verdienstausfallversicherung vor. Weil sie in der Schweiz nicht obligatorisch ist, ist sie nicht empfehlenswert, denn sie ist sehr teuer.



B

B

Was tun wenn...?

Konkrete Fallbeispiele

Was tun, wenn...?

Mir ist gekündigt worden

Als Gewerkschaftsmitglied gehe ich als erstes zur Gewerkschaft Unia (☎ 34), um überprüfen zu lassen, ob meine Kündigung rechtlich korrekt war und ob meine Rechte respektiert worden sind. Auch wenn ich missbräuchlich entlassen wurde, werde ich meine Stelle nicht wieder bekommen. Im besten Fall erhalte ich aber eine Entschädigung.

Um in den Genuss von Arbeitslosengeld zu kommen, muss ich in der Regel in den letzten zwei Jahren mindestens zwölf Monate gearbeitet haben. So oder so gehe ich aber nach den Schritten 1 bis 4 vor (☎ 7–9).

! Ich nutze meine Kündigungsfrist, um eine neue Stelle zu suchen. Tue ich das nicht, muss ich mit Sanktionen rechnen. Das bedeutet, dass ich während einer bestimmten Zeit, die bis zu 60 Werktage dauern kann, kein Arbeitslosengeld erhalte.

! Mein Arbeitgeber, der mir gekündigt hat, muss mir die für die Stellensuche notwendige Zeit zur Verfügung stellen, z. B. mir frei geben, damit ich an ein Vorstellungsgespräch gehen kann.

Wartetage und Leistungen der Arbeitslosenversicherung ab Beginn des Anspruches

Personen ohne Unterhaltspflichten

Versicherter Verdienst	Bis 3000 Fr.	3001–5000 Fr.	5001–7500 Fr.	7501–10416 Fr.	Ab 10417 Fr.
Allgemeine Wartetage	0	5	10	15	20

Personen mit Unterhaltspflichten für ein oder mehrere Kinder, welche jünger als 25 Jahre alt sind

Versicherter Verdienst	Bis 5000 Fr.	Ab 5001 Fr.
Allgemeine Wartetage	0	5

Betrag mein Bruttolohn bei einer 100%-Stelle weniger als 3000.– Fr. entfällt die Wartefrist. Diese Grenze wird um 1000.– Fr. für das erste Kind und um 500.– Fr. für jedes weitere erhöht. Betrag mein Bruttolohn bei einer 100%-Stelle weniger als 140.– Fr. pro Arbeitstag, beträgt das Taggeld 80% meines letzten Lohnes.

Ich habe gekündigt

Stopp! Nie selber die Stelle aufgeben und kündigen, bevor man einen neuen Arbeitsvertrag unterzeichnet hat! Wenn ich arbeitslos bin, weil ich ohne Zusicherung einer neuen Stelle den jetzigen Job gekündigt habe, streicht mir die Arbeitslosenversicherung für eine Zeit lang die Leistungen. Es kann nämlich als «schweres Verschulden» gewertet werden und die Sanktion in Form der Einstellung meiner Anspruchsberechtigung kann 31 bis 60 Tage dauern!

! Bin ich mit meinem Arbeitgeber in einen Konflikt geraten und möchte ich deswegen kündigen, wende ich mich am besten an meine Gewerkschaft Unia (☞ 34). Habe ich aus einem nachweisbaren, wichtigen Grund gekündigt (z. B. aus gesundheitlichen Gründen, obwohl ich nicht arbeitsunfähig bin), so kann ich nicht sanktioniert werden.

So oder so gehe ich nach den Schritten 1 bis 4 vor (☞ 7–9) und nutze die Kündigungsfrist, um eine neue Stelle zu suchen (☞ 14).

Wartetage und Leistungen der Arbeitslosenversicherung ab Beginn des Anspruches

Personen ohne Unterhaltspflichten

Versicherter Verdienst	Bis 3000 Fr.	3001–5000 Fr.	5001–7500 Fr.	7501–10 416 Fr.	Ab 10 417 Fr.
Allgemeine Wartetage	0	5	10	15	20

Personen mit Unterhaltspflichten für ein oder mehrere Kinder, welche jünger als 25 Jahre alt sind

Versicherter Verdienst	Bis 5000 Fr.	Ab 5001 Fr.
Allgemeine Wartetage	0	5

Betrug mein Bruttolohn bei einer 100%-Stelle weniger als 3000.– Fr. entfällt die Wartefrist. Diese Grenze wird um 1000.– Fr. für das erste Kind und um 500.– Fr. für jedes weitere erhöht. Die Sanktionen hingegen werden unabhängig vom Lohn verhängt. Betrug mein Bruttolohn bei einer 100%-Stelle weniger als 140.– Fr. pro Arbeitstag, beträgt das Taggeld 80% meines letzten Lohnes.

Was tun, wenn...?

Ich habe meine Lehre mit einem EFZ abgeschlossen/ Ich besitze eine Berufsmatur

Drei Monate vor dem Ende meines Lehrvertrags muss mir mein Arbeitgeber schriftlich mitteilen, ob er mich weiter beschäftigt oder nicht. Bei Problemen melde ich mich bei der Gewerkschaft Unia (☎ 34).

So oder so gehe ich nach den Schritten 1 bis 4 vor (☞ 7–9).

! Wenn mir für die Zeit nach der Lehre eine Stelle im Betrieb in Aussicht gestellt wird, verlange ich eine schriftliche Bestätigung.

! Ich nutze die Zeit, die mir noch verbleibt, um die Stellensuche aufzunehmen. Mein Arbeitgeber muss mir die dazu notwendige Zeit zur Verfügung stellen (☞ 14).

Wartetage und Leistungen der Arbeitslosenversicherung ab Beginn des Anspruchs

	Ohne Unterhaltspflichten	Mit Unterhaltspflichten für ein oder mehrere Kinder oder für Arbeitslose über 25 Jahre
So lange muss ich warten	0 Tage	0 Tage
Das erhalte ich pro Arbeitstag	80% von 63.50 Fr.**	80% von 127.– Fr. **

**Diese Beträge können variieren. Ich kann mich bei meiner Arbeitslosenkasse erkundigen.

! Wenn ich nach der Lehre einen Monat lang fest angestellt bin und somit einen deutlich höheren Lohn habe, dann ist mein Arbeitslosengeld auch höher. Darum: Selbst wenn der Lehrbetrieb mich nicht längerfristig beschäftigen kann, ist es sinnvoll, mindestens einen Monat Weiterbeschäftigung auszuhandeln.



Broschüre für Lehrlinge/Lehrtöchter: www.getjobnow.ch > Broschüre für Lernende



Buch: «Lehrling: wie weiter?» (☞ 41)

Ich habe meine Lehre in einer Lehrwerkstätte oder eine Vollzeit-Berufsschule abgeschlossen

Unter der Bedingung, dass meine Ausbildung länger als ein Jahr gedauert hat und ich sie mit dem eidgenössischen Fähigkeitszeugnis (EFZ), dem eidgenössischen Berufsattest (EVA), Berufsdiplom oder Handelsdiplom (nicht aber der Berufsmatur! 📖 22) abgeschlossen habe, stehen mir gemäss der Tabelle die Leistungen der ALV zu. Obwohl ich nie Beiträge entrichtet habe, bin ich berechtigt, von der ALV Leistungen zu erhalten, wenn ich tue, was in den Schritten 1 bis 4 (📖 7-9) beschrieben ist.

Wartetage und Leistungen der Arbeitslosenversicherung ab Beginn des Anspruchs

	Ohne Unterhaltspflichten	Mit Unterhaltspflichten für ein oder mehrere Kinder oder für Arbeitslose über 25 Jahre
So lange muss ich warten	120 Tage *	120 Tage *
Das erhalte ich pro Arbeitstag	80% von 63.50 Fr.**	80% von 127.- Fr.**

* Es gibt nur Wartetage, wenn keine zwölf Monate beitragspflichtige Beschäftigung vorliegt

** Diese Beträge können variieren. Ich kann mich bei meiner Arbeitslosenkasse erkundigen.



Was tun, wenn...?

Ich habe eine höhere Ausbildung abgeschlossen

Ich habe eine Universität, eine Fachhochschule oder eine höhere Kaderschule während mindestens sechs Semester besucht und die Ausbildung erfolgreich abgeschlossen. Obwohl ich in den letzten zwei Jahren keine oder zu wenig Beiträge entrichtet habe, bin ich berechtigt, von der ALV Leistungen zu erhalten, wenn ich tue, was in den Schritten 1 bis 4 (☞ 7–9) beschrieben ist.

Wartetage und Leistungen der Arbeitslosenversicherung ab Beginn des Anspruchs

	Ohne Unterhaltspflichten oder weniger als 25 Jahre	Mit Unterhaltspflichten	Arbeitslose über 25 ohne Unterhaltspflichten
So lange muss ich warten	120 Tage	125 Tage	125 Tage
Das erhalte ich pro Arbeitstag	80% von 78.50 Fr.**	80% von 153.– Fr.**	80% von 153.– Fr.**

**Diese Beträge können variieren. Ich kann mich bei meiner Arbeitslosenkasse erkundigen.

Ich habe die eidgenössische Matura bestanden

Die folgenden Bestimmungen gelten nicht für all jene, die eine Berufsmatur haben (☞ 22).

Obwohl ich in den letzten zwei Jahren keine oder zu wenig Beiträge entrichtet habe, bin ich berechtigt, von der ALV Leistungen zu erhalten, wenn ich tue, was in den Schritten 1 bis 4 (☞ 7–9) beschrieben ist.

Wenn ich 120 Tage, also ungefähr sechs Monate, warten muss, schlägt man mir vielleicht ein Beschäftigungsprogramm vor, das Motivationssemester genannt wird. In diesem Fall erhalte ich eine Entschädigung von 400.– Fr. pro Monat. Die Tage, die ich in diesem Programm verbringe, werden von meinen 120 Wartetagen abgezogen (Berufspraktikums für unter-30-jährigen ☞ 12).

@ www.motivationssemester.ch www.treffpunkt-arbeit.ch > Auf Jobsuche > Jugendliche.

Die Höhe meiner Taggelder variiert je nach Alter (unter oder über 25) ziemlich stark.

Wartetage und Leistungen der Arbeitslosenversicherung ab Beginn des Anspruchs

	Keine Unterhaltspflichten und weniger als 25	Mit Unterhaltspflichten oder mehr als 25
So lange muss ich warten	120 Tage	120 Tage
Das erhalte ich pro Arbeitstag**	80% von 63.50 Fr.	80% von 127.– Fr.

**Diese Beträge können variieren. Ich kann mich bei meiner Arbeitslosenkasse erkundigen.

Was tun, wenn...?

Ich habe gar keine Ausbildung

Alle diese Fälle werden gleich behandelt:

- Ich besitze überhaupt keine berufliche Ausbildung.
- Ich habe die Schule verlassen und besitze kein Abschlusszeugnis.
- Ich habe meine Lehre in den ersten zwölf Monaten abgebrochen
(ab dem 12. Monat ☞ Ich habe gekündigt ☞ 21) und habe keine neue Stelle gefunden.

! Ich nehme unverzüglich Kontakt mit der Berufsberatung meines Wohnsitzkantons auf.
@ www.berufsberatung.ch (☞ 38). Dort werden mir zahlreiche Lösungsvorschläge gemacht.

Muss ich mich trotz der Unterstützung durch die Berufsberatung arbeitslos melden, gehe ich nach den Schritten 1 bis 4 vor (☞ 7–9).

Wenn ich 120 Tage, also ungefähr sechs Monate, warten muss, schlägt man mir vielleicht ein Beschäftigungsprogramm vor, das Motivationssemester genannt wird. In diesem Fall erhalte ich eine Entschädigung von 400.– Fr. pro Monat. Die Tage, die ich in diesem Programm verbringe, werden von meinen 120 Wartetagen abgezogen.

@ www.motivationssemester.ch www.treffpunkt-arbeit.ch > Auf Jobsuche > Jugendliche.

Die Höhe meiner Taggelder variiert je nach Alter (unter 20, 20 bis 25 oder über 25) ziemlich stark.

Wartetage und Leistungen der Arbeitslosenversicherung ab Beginn des Anspruchs

Mein Alter	Ohne Unterhaltspflichten			Mit Unterhaltspflichten			
	< 20	>20 <25	> 25	< 20	>20 <25	>25	>25
So lange muss ich warten	120 Tage	120 Tage	120 Tage	120 Tage	120 Tage	120 Tage	120 Tage
Das erhalte ich pro Arbeitstag	80% von 20.– Fr.	80% von 51.– Fr.	80% von 102.– Fr.	80% von 40.– Fr.	80% von 102.– Fr.	80% von 102.– Fr.	80% von 102.– Fr.

** Die monatlich ausbezahlten Beträge können variieren. Ich kann mich bei meiner Arbeitslosenkasse erkundigen.

Ich finde keine Lehrstelle

Nach der obligatorischen Schule:

- Ich habe keinen Ausbildungsplatz gefunden.
- Ich habe keine Anschlusslösung (z. B. 10. Schuljahr).
- Ich habe eine Zulassungsprüfung nicht bestanden.

! Ich nehme unverzüglich Kontakt mit der Berufsberatung meines Wohnsitzkantons auf.

@ www.berufsberatung.ch (☎ 38). Dort werden mir zahlreiche Lösungsvorschläge gemacht. Ich schaue mir die Lehrstellenbörse meines Kantons an.

@ www.lehrstellenboerse.ch

@Chance 06: Die Lehrstellenwebseite des Bundes: www.chance06.ch

Muss ich mich trotz der Unterstützung durch die Berufsberatung arbeitslos melden, gehe ich nach den Schritten 1 bis 4 vor (☎ 7–9).

Wenn ich 120 Tage, also ungefähr sechs Monate, warten muss, schlägt man mir vielleicht ein Beschäftigungsprogramm vor, das Motivationssemester genannt wird. In diesem Fall erhalte ich eine Entschädigung von 400.– Fr. pro Monat. Die Tage, die ich in diesem Programm verbringe, werden von meinen 120 Wartetagen abgezogen.

@ www.motivationssemester.ch oder www.treffpunkt-arbeit.ch > Auf Jobsuche > Jugendliche

Die Höhe meiner Taggelder variiert je nach Alter (unter 20 oder 20 bis 25) ziemlich stark.

Wartetage und Leistungen der Arbeitslosenversicherung ab Beginn des Anspruchs

Mein Alter	Ohne Unterhaltspflichten		Mit Unterhaltspflichten	
	< 20	>20 <25	< 20	>20 <25
So lange muss ich warten	120 Tage	120Tage	120 Tage	120 Tage
Das erhalte ich pro Arbeitstag	80% von 20.– Fr.	80% von 51.– Fr.	80% von 40.– Fr.	80% von 102.– Fr.

**Diese monatlich ausbezahlten Beträge können variieren. Ich kann mich bei meiner Arbeitslosenkasse erkundigen.

Was tun, wenn...?

Ich muss die Rekrutenschule machen

In diesem Fall gehe ich nach den Schritten 1 bis 4 vor (☞ 7–9).

Wenn die Zeit zwischen der Anmeldung bei der ALV und dem Beginn der Rekrutenschule (sowie Unter- oder Offizierschule) kurz ist (ca. drei Monate), kann meine Chance sehr klein sein, einen Arbeitsplatz zu finden. Meine Arbeitslosenkasse wird mich orientieren, ob:

1. ich als vermittelbar eingestuft werde und Anspruch auf Arbeitslosengeld habe oder ob
2. ich als nicht vermittelbar und daher ohne Anspruch auf Arbeitslosengeld beurteilt werde. Nach der Rekrutenschule habe ich hingegen Anspruch auf Arbeitslosengeld.

! Ich nutze diese Zeit, um eine Stelle zu suchen. Ideal wäre natürlich, schon einen Arbeitsvertrag in der Tasche zu haben, bevor ich die Rekrutenschule antrete. Ansonsten kann ich mich während der Rekrutenschule an den Sozialdienst der Armee wenden. Er ist verpflichtet, den Rekruten bei der Stellensuche zu helfen. Zudem kann ich beim Verwalter meiner Rekrutenschule oder bei meinem Kompaniekommandanten einen Urlaub beantragen, um an ein Bewerbungsgespräch zu gehen.

Stopp! Wenn ich während der Rekrutenschule keinen Job suche, kann ich bei einer späteren Anmeldung beim Arbeitsamt sanktioniert werden.

Wenn ich direkt nach meiner Lehre in die Rekrutenschule muss (☞ 22).

Ich bin schwanger

Wenn ich während der Arbeitslosigkeit schwanger werde, muss ich meiner Arbeitslosen-kasse und dem RAV möglichst schnell ein Arztzeugnis vorlegen, aus dem der Geburts-termin ersichtlich ist.

Zwei Monate vor der voraussichtlichen Geburt kann ich die Arbeitssuche einstellen. Einen Monat nach der Geburt muss ich wieder beginnen, eine Stelle zu suchen. Eine zumutbare Arbeit muss ich aber erst dann annehmen, wenn mein Arzt oder meine Ärztin damit einverstanden ist.

Mein Taggeldanspruch hängt von der Situation ab, in der ich mich befinde (siehe dazu die vorherigen Seiten).

! Wenn ich vor der Geburt während mindestens fünf Monaten gearbeitet und während mindestens neun Monaten AHV-Beiträge entrichtet habe, habe ich Anspruch auf Mutterschafts-Erwerbsersatz während 14 Wochen. Die Gewerkschaft Unia hat eine Broschüre zum Mutterschaftsurlaub veröffentlicht: «Erwerbstätig und schwanger – was ich wissen muss». Ich kann sie in verschiedenen Sprachen bei frauen@unia.ch oder bei meinem Unia-Regionalsekretariat (☎ 35) gratis beziehen.

@www.unia.ch > Arbeit und Recht > Gleichstellung > Schwangerschaft und Mutterschaft
www.alk.unia.ch > Versicherung Mutterschaft



Was tun, wenn...?

Ich habe wieder eine Stelle gefunden

Egal ob es sich um eine feste oder nur vorübergehende Beschäftigung handelt, informiere ich unverzüglich meine Arbeitslosenkasse und meine/n RAV-BeraterIn, indem ich eine Kopie des Anstellungsvertrags schicke.

Wenn ich eine feste Stelle antreten kann, muss ich im letzten Monat meiner Arbeitslosigkeit keine Bewerbungen mehr nachweisen.

Als Gewerkschaftsmitglied melde ich es auch meiner Gewerkschaft, damit die Beiträge angepasst werden können (☞ 34).

! Ganz allgemein sollte der Arbeitslosenkasse jede Änderung möglichst schnell mitgeteilt werden.

Ich will einige Ferientage

Als arbeitslose Person habe ich ein Recht auf Ferien. Für jede 60-tägige Kontrollperiode habe ich Anspruch auf fünf kontrollfreie Tage. Dies entspricht vier Wochen Ferien pro Jahr. Ich muss diese Ferien der Arbeitslosenkasse und dem RAV 14 Tage im Voraus melden.

! Während dieser kontrollfreien Zeit muss ich mich zum Beispiel nicht bewerben.

! Ich kann dieses Ferienguthaben «aufsparen» (z. B. zwei Wochen Ferien nach 120 Tagen kontrollierter Arbeitslosigkeit). Ich kann die Ferien aber nicht im Voraus beziehen! Zudem muss ich mindestens fünf Tage auf einmal nehmen (Ausnahme: Feiertage).



Ich brauche Sozialhilfe

Ist mein Einkommen zu klein um davon zu leben, habe ich Anrecht auf Sozialhilfe. Dafür muss ich mich nicht schämen!

Jede Person, welche ein ungenügendes Einkommen zum Leben hat, hat Anspruch auf Sozialhilfe, es sei denn, ihre Eltern oder (erwachsenen) Kinder können sie finanziell unterstützen. Eine reiche Tante tangiert zum Beispiel meinen Anspruch auf Sozialhilfe nicht, da sie mir gegenüber keine Unterhaltspflicht hat. Die Sozialhilfe ist kantonal geregelt. Um meinen Antrag zu stellen, melde ich mich beim Sozialamt meiner Wohnsitzgemeinde. AsylbewerberInnen haben nur ein reduziertes Recht auf Sozialhilfe.

! Jede zweite Person, welche Recht auf Sozialhilfe hat, verzichtet darauf, weil sie sich schämt, resigniert hat oder den Behörden misstraut. Sozialhilfe ist aber ein Recht!

@www.sozialinfo.ch und www.sozialinfo.ch > Links



Was tun, wenn...?

Ich habe Schulden

Als Arbeitslose/r muss ich damit rechnen, dass mein Einkommen abnimmt.
Darum: Achtung vor Schulden!

Ich mache mein Budget mit allen Ausgaben (die Beratungszentren geben Formulare dazu ab) und vergleiche es mit meinem Einkommen. Falls ich Schulden habe, nehme ich unverzüglich Kontakt mit einem Beratungs- und Entschuldungszentrum auf (Adressen auf: www.schulden.ch)

! Einige Ratschläge:

- Die Steuern per Akkontozahlung begleichen. So gibts keine böse Überraschung!
- Rechnungen sofort zahlen.
- Alle wiederkehrenden Ausgaben (Miete, Krankenkasse...) per Dauerauftrag zahlen: So muss man nicht mehr daran denken.
- Nie sein Konto «plündern» im Hinblick auf die nächste Taggeld- oder Lohnzahlung! Vielleicht ist eine Rechnung vergessen worden...

Stopp! Ich vermeide die privaten «Beratungsfirmen», welche mir versichern, meine Schulden tilgen zu können. Oft passiert das Gegenteil.

Tipps, um mein Budget zu erstellen oder bei Verschuldung:

@www.schulden.ch



C

c

Nützliche Informationen

Unia, meine Gewerkschaft

Unia setzt sich gemeinsam mit ihren Mitgliedern für die Interessen aller Arbeiterinnen, Arbeiter und Angestellten ein. Unia engagiert sich für fortschrittliche Gesamtarbeitsverträge (GAV) und sozialere Gesetze. Sie vertritt die Interessen aller Arbeitnehmenden bis hin zu Kaderangestellten und bietet ihren Mitgliedern Beratung, Rechtsschutz und weitere professionelle Dienstleistungen.

Mit rund 200 000 Mitgliedern und fast 100 Sekretariaten ist Unia die grösste Gewerkschaft in der Schweiz. Die Anstellungsbedingungen von gegen einer Million Menschen sind in Gesamtarbeitsverträgen geregelt, die von der Unia ausgehandelt werden.

Unia steht für zentrale Werte wie gerechte Arbeitsbedingungen, soziale Sicherheit, internationale Solidarität und ein Wirtschaftssystem, das sich an den Bedürfnissen der Menschen orientiert.

! Als Erwerbslose/r sollte ich dennoch Gewerkschaftsmitglied bleiben. Mein Beitrag kann reduziert werden, aber ich habe nach wie vor Zugang zu allen Dienstleistungen. Ich melde mich bei meinem Regionalsekretariat, damit meine Beiträge angepasst werden können. Wenn ich wieder eine Stelle gefunden habe, melde ich mich wieder.

@www.unia.ch > Regionen, www.unia.ch/jugend
Kontakt: Gewerkschaft Unia, Bereich Jugend,
Weltpoststrasse 20, 3000 Bern 15;
031 350 21 11, jugend@unia.ch oder eine der
rund hundert lokalen Geschäftsstellen.



Unia in meiner Nähe

Aargau Bachstr. 41, Postfach 3918, 5001 Aarau, T +41 848 333 003, aargau@unia.ch

Bern Monbijoustr. 61, 3001 Bern, T +41 31 385 22 22, bern@unia.ch

Biel-Seeland/ Solothurn Murtenstr. 33, Postfach 1792, 2501 Biel, T +41 32 329 33 33, biel-solothurn@unia.ch

Fribourg route des Arsenaux 15, 1705 Fribourg, T +41 26 347 31 31, fribourg@unia.ch

Genève chemin Surinam 5, case postale 288, 1211 Genève 13, T +41 22 949 12 00, geneve@unia.ch

Neuchâtel avenue de la Gare 3, case postale, 2001 Neuchâtel, T+41 32 729 30 29, neuchatel@unia.ch

Nordwestschweiz Rebgasse 1, Gewerkschaftshaus, 4005 Basel, T +41 61 686 73 00, nordwestschweiz@unia.ch

Ostschweiz-Graubünden Lämmisbrunnenstr. 41, 9000 St. Gallen, T +41 71 227 25 88, ostschweiz-graubuenden@unia.ch

Ticino via Canonica 3, casella postale 5650, 6900 Lugano, T +41 91 910 50 70, ticino@unia.ch

Transjurane rue des Moulins 19, case postale 1042, 2800 Delémont, T +41 32 421 60 60, transjurane@unia.ch

Vaud place de la Riponne 4, case postale 7667, 1002 Lausanne, T +41 21 310 66 00, vaud@unia.ch

Valais rue de la Dent-Blanche 9, 1950 Sion, T +41 27 322 60 48, valais@unia.ch

Zentralschweiz St. Karlstr. 21, Postfach 4864, 6002 Luzern, T +41 41 249 93 00, zentralschweiz@unia.ch

Zürich-Schaffhausen Stauffacherstr. 60, Postfach 1544, 8026 Zürich, T +41 44 299 25 25, zuerich-schaffhausen@unia.ch



Die Unia Arbeitslosenkasse steht auf meiner Seite

Die Unia Arbeitslosenkasse ist die grösste gewerkschaftliche Arbeitslosenkasse der Schweiz. Wir sind eine offene Arbeitslosenkasse und stehen allen Arbeitslosen, also auch Nicht-Gewerkschaftsmitgliedern, zur Verfügung.

Die Unia Arbeitslosenkasse verfügt über ein breites und dezentrales Zahlstellennetz (www.alk.unia.ch > Zahlstellenverzeichnis) und ist in der ganzen Schweiz immer in der Nähe zu erreichen. Die Zufriedenheit der Versicherten steht für sie im Mittelpunkt. Effizienz und Qualität zeichnen ihre tägliche Arbeit aus.

Sie verfügt über qualifiziertes Personal mit fachlichen, sozialen wie methodischen Kompetenzen.

@www.alk.unia.ch

Kontakt: Arbeitslosenkasse Unia, Weltpoststrasse 20, 3000 Bern 15
arbeitslosenkasse@unia.ch oder eine regionale Zahlstelle.

Die Unia Arbeitslosenkasse in meiner Nähe

Adressen der regionalen Zahlstellen der Unia-ALK in der Deutschschweiz

Aargau Buchserstrasse 4, 5001 Aarau, T +41 62 834 82 42, F +41 62 834 82 40, aarau.alk@unia.ch

Bern Monbijoustrasse 61, Postfach 1111, 3000 Bern 23, T +41 31 385 22 55, F +41 31 385 22 54, bern.alk@unia.ch

Biel – Seeland – Solothurn Murtenstrasse 33, 2501 Biel, T +41 32 329 33 00, F +41 32 329 33 03, biel.alk@unia.ch

Friburg route des Arsenaux 15, 1705 Fribourg, T +41 26 347 31 33, F +41 26 347 31 40, fribourg.cc@unia.ch

Nordwestschweiz Rebgasse 1, 4005 Basel, T +41 61 686 73 73, F +41 61 686 73 75, basel1.alk@unia.ch

Ostschweiz – Graubünden Grabenstrasse 5, 7002 Chur, T +41 81 284 44 71, F +41 81 285 16 29, chur.alk@unia.ch;
Teufenerstrasse 8, Postfach 2163, 9001 St. Gallen, T +41 71 220 32 70, F +41 71 220 32 72, st-gallen.alk@unia.ch

Wallis Sebastiansplatz 2, Postfach 284, 3900 Brig, T +41 27 922 47 40, F +41 27 922 47 45, brig.alk@unia.ch

Zentralschweiz St. Karlstrasse 21, 6002 Luzern, T +41 41 248 70 20, F +41 41 248 70 29, luzern.alk@unia.ch

Zürich – Schaffhausen Siehe unter www.alk.unia.ch > Zahlstellenverzeichnis > Zürich – Schaffhausen

Mehr Infos

Mehr Infos auf dem Internet

Allgemeine Links zum Thema Arbeitslosigkeit und Stellensuche:

Unia-Arbeitslosenkasse: www.alk.unia.ch

Berufswahl und Lehrstellensuche: www.berufsberatung.ch

Tipps für die Bewerbung: www.be-werbung.ch

Das Berufsbildungsportal: www.berufsbildung.ch

Berufsberatung: www.svb-asosp.ch

Lehrstellenbörse: www.lehrstellenboerse.ch

www.treffpunkt-arbeit.ch

www.getjobnow.ch

www.motivationssemester.ch

www.sozialinfo.ch

www.laufbahn-portfolio-berufslernende.ch (S&B Institut)

Gewerkschaften

Gewerkschaft Unia: www.unia.ch

Unia-Jugend: www.unia.ch/jugend

Schweizerischer Gewerkschaftsbund (SGB): www.sgb.ch

SGB-Jugendkommission: www.gewerkschaftsjugend.ch

Gewerkschaftsportal über Berufsbildung: www.bildungsgewerkschaften.ch

Der Bund

Bundsamtsamt für Berufsbildung und Technologie (BBT): www.bbt.admin.ch

Staatssekretariat für Wirtschaft (SECO): www.seco.admin.ch

Überregionale Projekte

Projekt Arbeitsmarktbeobachtung Ostschweiz – Aargau

www.amosa.net/Jugend.htm

Bildungsregion Zentralschweiz: www.beruf-z.ch

www.jugendarbeitslosigkeit.ch

www.schulden.ch

Die Kantone

Kanton	Berufsberatung /Lehrstellen	Arbeitsamt
AG	www.ag.ch > Beratungsdienste > Berufs- und Laufbahnberatung für Jugendliche www.vitaminl.ch Lehrstellennachweis: www.ag.ch/lena/de/pub/index.php	www.ag.ch > Arbeitsvermittlung (RAV)
AI	www.ai.ch/de/bildung/beratungsdienstred/berufsberatpass	www.ai.ch > Verwaltung > Ämter > Arbeitsamt
AR	www.ar.ch > Bildung und Arbeit > Berufs- und Laufbahnberatung	www.ar.ch > Bildung und Arbeit > Arbeitsamt
BE	www.erz.be.ch > Berufsberatung Lehrstellennachweis: www.erz.be.ch/site/lena	www.be.ch > Themen > Arbeitslosigkeit
BL	www.bl.ch > Bildung, Kultur und Sport > Amt für Berufsbildung Lehrstellennachweis beider Basel: www.lenabb.ch	www.bl.ch > Gesundheit und Arbeit > Amt für Industrie, Gewerbe und Arbeit
BS	www.bs.ch/schulen.htm Lehrstellennachweis beider Basel: www.lenabb.ch	www.bs.ch/arbeit.htm
FR	www.fr.ch/osp/de	appl.fr.ch/spe
GL	www.gl.ch > Bildung und Kultur > Höheres Schulwesen und Berufsbildung www.lehrstellen-gl.ch www.biz-gl.ch	www.gl.ch > Volkswirtschaft und Inneres
GR	www.gr.ch > Institutionen > Verwaltung > Amt für Berufsbildung Lehrstellennachweis: www.lena.gr.ch	www.gr.ch > Institutionen > Verwaltung > Amt für Industrie, Gewerbe und Arbeit
LU	www.lu.ch/index/bkd_berufs_erwachsenenbildung.htm Lehrstellennachweis: www.lena-lefi.ch	www.wira.lu.ch
NW	www.nw.ch/de/bildung	www.nw.ch > Wirtschaft/Tourismus > Arbeitsmarkt
OW	www.ow.ch/de/bildung	–

Kanton	Berufsberatung /Lehrstellen	Arbeitsamt
SG	www.berufsberatung.sg.ch Lehrstellennachweis: www.lena.sg.ch	www.sg.ch > Wirtschaft > Arbeit
SH	www.sh.ch > Lebensbereiche > Gesellschaft > Bildung	www.sh.ch > Lebensbereiche > Arbeit
SO	www.so.ch/de/pub/departemente/dbk/abb.htm Lehrstellennachweis: www.lena.so.ch	www.so.ch > Themen A – Z > Arbeitslosigkeit
SZ	www.lehrstellen-sz.ch	www.sz.ch/arbeit
TG	Lehrstellennachweis: www.lenatg.ch	www.awa.tg.ch
UR	www.ur.ch/berufsberatung lehrstellen.ur.ch	www.ur.ch > Lebensbereiche > Arbeit
VS	www.vs.ch > Erziehung, Kultur und Sport > Dienststelle für Berufsbildung www.vs-orientation.ch	www.vs.ch > Stellenbörse
ZG	www.zug.ch/biz	www.zug.ch/kwa
ZH	www.berufsberatung.zh.ch www.mehrlehrstellen.ch Lehrstellennachweis: www.lena.zh.ch	www.rav.zh.ch

Bücher

«**Job weg? So geht es weiter**», Verlag Beobachter 2011, ISBN 978-3-85569-447-1,
www.beobachter.ch

«**Laufbahn-Portfolio für Berufslernende**», Verlag S&B, 2010, ISBN 978-3-905153-88-0

«**Stellensuche mit Erfolg**», Verlag Beobachter 2005, ISBN 978-385569-389-4,
www.beobachter.ch

«**Arbeitslos. Wie weiter?**», Verlag S&B, 2005, ISBN 978-3-905153-78-1
www.s-b-institut.ch

«**Lehrlingsrechte von A bis Z – Ich kenne meine Rechte**». Herausgegeben von der
Jugendkommission des SGB, 2005, www.gewerkschaftsjugend.ch

«**Stellensuche: Bewerbungsfahrplan**». Herausgegeben vom Schweizerischen Arbeiter-
hilfswerk (SAH). Gratis auf www.sah.ch bestellen.

Stellensuche für Lehrlinge und LehrabgängerInnen: Broschüre «**get job now**» vom BBT:
www.getjobnow.ch > Broschüre für Lernende

Der Katalog des Verlags SVB enthält zahlreiche Bücher und Broschüren über Stellen-
suche und Berufswahl: @ www.svb-asosp.ch/medienshop/index.htm



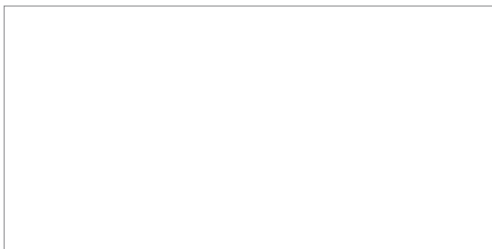
Stichwortverzeichnis

	Seite
Anmeldung bei der ALV	6–9
Arbeitsamt	7, 8, 39, 40
Arbeitslosenkasse	7, 9, 13, 15, 17, 29, 30, 36, 37
Arbeitsunfähigkeit	18
Armee	28
Ausbildungsplatz	26, 27
Beitragsfrist	15
Berufsberatung	27, 38–40
Berufsmatur	22
Berufsschule	23
Budget	32
Dauer der Leistungen der ALV	10, 15
Eidgenössische Matura	25
Ferien	30
Gewerkschaft	4, 8, 11, 12, 13, 20, 21, 22, 30, 34, 38
Hochschulstudium	24
Kantone	39–40
Krankheit	18
Kündigung	20, 21
Lehrstelle	22, 27, 38–40
Leistungen der ALV	6, 15, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27
Lernende/Lehrlinge	22
Motivationssemester	26, 27
Mutterschaft	29
Praktikum	12
Rahmenfrist	15, 16
Regionales Arbeitsvermittlungszentrum (RAV)	8, 11
Rekrutenschulen	28
Sanktion	10, 14, 20, 21, 28
Schulden	32
Schwangerschaft	29
Sozialhilfe	31
Stellensuche	14, 38, 41
Taggeld	17
Verdienstausfallversicherung	18
Wartefrist	10, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27
Zumutbare Arbeit	10, 13, 29

Unia Zentralsekretariat

Weltpoststrasse 20
CH-3000 Bern 15
T +41 31 350 21 11
jugend@unia.ch
www.unia.ch

Unia in meiner Nähe:

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for users to input information about Unia locations near them.