



# Family!Works!

Management für Karenz, Wiedereinstieg  
und Kinderbetreuung

## Impressum

Herausgeber:

AK Vorarlberg

Widnau 4

6800 Feldkirch

Österreich

T +43 (0)50 258 0

[kontakt@ak-vorarlberg.at](mailto:kontakt@ak-vorarlberg.at)

[ak-vorarlberg.at](http://ak-vorarlberg.at)

Druck:

Thurnher Druckerei GmbH,

6830 Rankweil

Bilder:

Ksenia Chernaya

[pexels.com](http://pexels.com)

Stand:

März 2026



Wie können wir die Karenz für uns am besten planen? Wie sieht mein Wiedereinstieg in den Beruf aus? Wie organisieren wir Arbeitszeiten und Kinderbetreuung? Schaffen wir das alles? Wir wissen, mit dem Nachwuchs kommen die Fragen.

Unsere Antwort: Sie schaffen das. Dafür helfen wir Ihnen bei der Planung von Karenz und Elternteilzeit, beim Wiedereinstieg in den Beruf und bei der Organisation von Arbeitszeiten und Kinderbetreuung. Damit Sie alles unter einen Hut bringen: Kind und Kegel und Karriere.



**Die AK Vorarlberg unterstützt Sie bei der Planung von Karenz, Wiedereinstieg und Kinderbetreuung.**

**Warum ist das wichtig?**

Ein schneller Wiedereinstieg nach der Karenz ist die Voraussetzung für eine kontinuierliche Erwerbsbiografie, bessere berufliche Chancen und finanzielle Absicherung.

## Ihre Rechte, unser Einsatz

**Die Arbeiterkammer als Expertin für Arbeitsrecht und Sozialrecht berät Sie in rechtlichen Fragen zu Karenz, Kinderbetreuungsgeld, Wiedereinstieg und mehr.**

### **Für Ihre soziale Sicherheit**

- Auf welche Familienleistungen haben wir nach der Geburt des Kindes Anspruch?
- Welche Kinderbetreuungsgeldvarianten gibt es? Worauf müssen wir bei einer Teilung mit dem anderen Elternteil achten? Gibt es eine Zuverdienstgrenze?
- Erwerbe ich aufgrund der Geburt des Kindes Pensionsansprüche? Was bedeutet Pensionssplitting?

### **Für Ihre Rechte im Job**

- Was heißt Mutterschutz und wie lange dauert dieser?
- Kann ich nach der Geburt Karenz in Anspruch nehmen und wie können wir diese teilen?
- Was bedeutet Elternteilzeit und wer kann sie in Anspruch nehmen? Kann sie von beiden Elternteilen in Anspruch genommen werden?
- Worauf muss ich beim Papamonat achten und welche Geldleistung erhalte ich in dieser Zeit?

### **AK Familie und Beruf**

Persönliche Beratung nach  
vorheriger Terminvereinbarung

T +43 (0)50 258-2600  
familie.beruf@ak-vorarlberg.at

*„Kinder sind ein Geschenk, eine Familie geht aber auch ins Geld. Das gemeinsame Angebot Family!Works! der AK Vorarlberg und der FAV ist für alle kostenlos – damit alle Eltern die Chance bekommen, Karenz, Wiedereinstieg und Kinderbetreuung gut zu planen.“*

**Mag. Eva Fischer-Schweigkofler**  
Abteilungsleiterin Familie und Beruf, AK Vorarlberg



## Gemeinsam planen: Ihr Weg in die Zukunft

Weil jede Familie einmalig ist: Die AK Bildungsberatung bietet Ihnen eine individuelle Begleitung, die genau auf Ihre Lebenssituation zugeschnitten ist. Wir begleiten Sie Schritt für Schritt bei Ihrem beruflichen Wiedereinstieg und stehen Ihnen verlässlich zur Seite. Sei es bei Fragen zur Aus- und Weiterbildung sowie Bildungsförderungen während und nach der Karenz. Zusätzlich informieren wir Sie über passende Möglichkeiten der Kinderbetreuung.

### Wir klären Ihre persönlichen Fragen

- Wie kann ich die Karenzzeit für meine berufliche Weiterbildung nutzen?
- Wo und wie erhalten wir finanzielle Unterstützung?
- Welche Kinderbetreuung (Kleinkind, Schule, Nachmittagsbetreuung) ist für uns passend?

### Berufs- und Kompetenzberatung

Sie wünschen sich einen beruflichen Neuanfang oder planen Ihr berufliches Comeback? Wir unterstützen Sie im Rahmen von maßgeschneiderten Einzelberatungen Ihr Potenzial zu entdecken. Dabei rücken wir Ihre persönlichen Stärken in den Vordergrund und finden Lösungen, um Familie und Beruf erfolgreich in Einklang zu bringen.

- **Beratung:** Persönlich oder telefonisch – als Ihre unkomplizierte erste Anlaufstelle.
- **Orientierung:** Wir kennen die Wege durch das Bildungsangebot.
- **Strategie:** Wir helfen bei Bewerbung, Selbstmarketing oder der Anerkennung von Abschlüssen.

## Kostenloser Workshop: Zukunft mit Plan So gelingt der berufliche Wiedereinstieg

Ein beruflicher Wiedereinstieg nach der Karenz oder Kindererziehung wirft oft Fragen auf: Zurück in den alten Job oder Zeit für etwas völlig Neues? Wir helfen Ihnen, Ihre neuen Perspektiven zu ordnen.

- **Gemeinsamer Auftakt:** Sie legen das Fundament für Ihre Rückkehr in den Arbeitsalltag.
- **Individueller Fokus:** Weiterführende persönliche Beratung direkt im Anschluss.
- **Klarheit:** Struktur für Ihren neuen Alltag.
- **Ganzheitlichkeit:** Fokus auf Beruf und Privatleben.



### Wir sind für Sie da.

Haben Sie Fragen zu Ausbildungswegen oder Bildungsförderungen? Wir unterstützen Sie dabei, Ihren individuellen Bildungs- und Karriereweg zu finden.

### AK Bildung und Karriere

Persönliche Beratung nach vorheriger Terminvereinbarung

T +43 (0)50 258-4150  
bildung@ak-vorarlberg.at

## Starkes Netzwerk: Familie und Beruf im Fokus

**Brücken bauen für Vorarlberg:** Im Rahmen von Family!Works! ist die FAV Drehscheibe zum Thema Vereinbarkeit von Familie und Beruf und vernetzt Unternehmen, Institutionen sowie Personen mit Betreuungspflichten. Wir setzen Impulse für die Gestaltung und Verankerung von familienfreundlichen Rahmenbedingungen in Vorarlberg und berücksichtigen das Thema entlang des gesamten Erwerbslebens – von der Kinderbetreuung bis zur Pflege von Angehörigen. So entstehen konkrete Lösungen, die Vorarlberger:innen unterstützen und Organisationen helfen, Fachkräfte zu gewinnen und langfristig zu halten. Job und Familie gut vereinbaren zu können, bedeutet, Arbeitskräftepotenziale von Frauen und Männern besser zu nutzen.

### Impulse & Workshops

- Arbeitgeber:innen im öffentlichen und privaten Bereich spielen eine wichtige Rolle für eine gelingende Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Wir organisieren mit Ihnen abgestimmte Formate, um das Potenzial von Personen mit Betreuungspflichten im Arbeitsleben besser zu nutzen.
- Wir vermitteln unterstützende Angebote für Führungskräfte, Personalverantwortliche und Mitarbeitende.

### Wissenstransfer & Sensibilisierung

- Organisation und Durchführung von Vorträgen, Workshops und themenspezifischen „Unternehmens-Talks“.

### Ihre Drehscheibe für eine moderne Arbeitswelt in Vorarlberg

Damit gute Ideen auch dort ankommen, wo sie gebraucht werden, vernetzen wir die relevanten Akteur:innen im Bereich Vereinbarkeit von Familie und Beruf regelmäßig miteinander.

*„Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist ein entscheidender Faktor für einen starken Wirtschafts- und Lebensraum. Die FAV bringt Unternehmen, Institutionen und Personen mit Betreuungspflichten zusammen, damit Vorarlberg weiterhin zukunftsfähig bleibt.“*

**Markus Metzger**

Geschäftsführer, FAV – Fördergesellschaft Arbeitsmarkt Vorarlberg

**Sie möchten mit uns gemeinsam ein passendes Format für Ihre Organisation entwickeln?**

Wir bieten Ihnen die Plattform für Austausch, Moderation und Ergebnissicherung.

**Kontakt FAV –  
Fördergesellschaft  
Arbeitsmarkt Vorarlberg**

Information und  
Terminvereinbarung  
T +43 (0)50 258 8700  
[info@fav.at](mailto:info@fav.at)  
[www.fav.at](http://www.fav.at)





*„Als Land Vorarlberg ist es unser Ziel, Eltern beim beruflichen Wiedereinstieg nach oder während der Kindererziehung zu unterstützen und zu begleiten. Das Projekt Family!Works! leistet dazu mit seinem individuellen Beratungs- und Unterstützungsangebot einen wichtigen Beitrag. Mit vielfältigen Angeboten sollen bestmögliche Rahmenbedingungen geschaffen werden. Dies ist auch mit Blick auf den anhaltenden Fachkräftebedarf für den Wirtschaftsstandort Vorarlberg von zentraler Bedeutung.“*

**Landesrat Mag. Marco Tittler**  
Vorarlberger Landesregierung

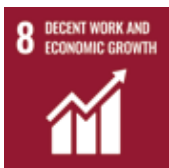
## AK Elternkalender

### Alle Termine im Griff



Der ideale Wegweiser durch Schwangerschaft, Karenz und Elternteilzeit für alle Mamas und Papas, die gerne den Überblick behalten – mit den wichtigsten arbeits- und sozialrechtlichen Regelungen, Fristen und Termine rund um Themen wie Mutterschutz, Karenz, Kinderbetreuungsgeld, Elternteilzeit.

[elternkalender.arbeiterkammer.at](http://elternkalender.arbeiterkammer.at)



**Die Family!Works!**  
Beratungen für Eltern  
vor und nach der Karenz  
unterstützen die Ver-  
wirklichung mehrerer  
Ziele der nachhaltigen  
Entwicklung (SDGs).

gefördert aus Mitteln  
des Landes Vorarlberg

