

Inhalt

Arbeitslos – was nun? – Vorwort 2.

1. Die Kündigung flattert ins Haus: vor Beginn der Arbeitslosigkeit 4

Beendigung des Arbeitsverhältnisses 4

Nach Erhalt der Kündigung 4

Frühzeitige Arbeitsuchmeldung 5

Resturlaub nehmen! 6

ALG und Steuerklasse 6

Krank am Ende der Beschäftigung? 7

2. Bei der Arbeitslosmeldung 8

„Eigentliche“ Arbeitslosmeldung 8

Fast 50 Jahre oder älter? 8

Aufgepasst: Formulare, Formulare... 8

3. Das Arbeitslosengeld reicht nicht zum Leben 9

Ergänzendes Arbeitslosengeld II /

„Hartz IV“ 9

Wohngeld oder Kinderzuschlag

beantragen! 12

4. Im Arbeitslosengeldbezug 13

Wie hoch ist mein ALG I? 13

Wie wird das ALG I berechnet? 13

Wie lange habe ich Anspruch

auf ALG I? 15

Nebenverdienst während

der Arbeitslosigkeit 17

5. Fordern und Fördern durch die Arbeitsagentur 19

Zumutbarkeitsregeln: Welche Stellenangebote

muss ich akzeptieren? 19

Sperrzeiten vermeiden 21

Ratschläge zu Bewerbungsschreiben

und zum Vorstellungsgespräch 21

Eingliederungsvereinbarung

und Eigenbemühungen 24

Welche Unterstützung bei der

Arbeitssuche kann ich erwarten? 26

6. Kurzarbeitergeld (Kug):

Wenn dem Betrieb die Arbeit ausgeht 29

7. Pflicht zur Mitwirkung

und Erreichbarkeit 30

Mitwirkungspflichten und mehr 30

Erreichbar sein 30

8. Rechte haben

und Recht durchsetzen! 32

Wichtige Tipps zum Umgang mit den

Arbeitsagenturen und Jobcentern 32

Erwerbslos – aber nicht wehrlos! 33

9. Guter Rat und Informationen

für Arbeitslose 36

10. Anhang 38