



Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung des EX-IN Kurs 2026/2027

Kosten für Teilnehmer

Die Teilnahme am EX-IN Kurs kostet insgesamt: **3.050,00 €**

So setzen sich die Kosten zusammen:

- 12 Module × 250,00 € = 3.000,00 €
- Zertifikatsgebühr = 50,00 €

Weitere mögliche Kosten:

Zusätzlich können noch weitere Kosten entstehen, zum Beispiel:

- Fahrtkosten zum Kurs
- Kosten für betriebliche Lernphase
- Übernachtungskosten

👉 Wichtig: Diese Kosten sollten Sie **gleich mit beantragen**.

Wichtiger Hinweis zum Antrag

Jeder Antrag muss **persönlich begründet werden**.

Das bedeutet:

- Warum möchten Sie den Kurs machen?
- Was ist Ihre aktuelle Lebenssituation?
- Was möchten Sie mit dem Kurs erreichen?

👉 Schreiben Sie das **individuell und ehrlich**

Wer kann die Kosten übernehmen?

Wenn Sie den Kurs nicht selbst bezahlen, gibt es verschiedene Möglichkeiten. Welche Stelle zuständig ist, hängt von Ihrer Situation ab, zum Beispiel:

- arbeiten Sie?
- sind Sie arbeitslos?
- sind Sie krank oder in Rente?



Mögliche Kostenträger sind:

- Agentur für Arbeit / Jobcenter
- Rentenversicherung
- Sozialamt
- Persönliches Budget
- Stiftungen
- Hilfsfonds
- Arbeitgeber oder Einrichtungen

Förderung durch die Agentur für Arbeit / Jobcenter

Diese Möglichkeit passt, wenn Sie:

- arbeitslos sind oder
- Arbeitslosengeld I oder II bekommen
- Erwerbsfähig von mehr als 3 Std./Tag sind

Sie können einen **Bildungsgutschein** beantragen.

👉 Wichtig:

- Sie müssen vorher ein Beratungsgespräch machen
- Die Weiterbildung muss als sinnvoll angesehen werden

Förderung durch die Rentenversicherung

Hier stellen Sie einen Antrag auf **Teilhabe am Arbeitsleben (LTA)**

👉 Wichtig:

Sie sollten in Ihrem Antrag erklären:

- dass Ihre psychische Erkrankung Ihre Arbeit erschwert
- dass Sie jetzt stabil genug sind, um den Kurs zu schaffen
- dass der Kurs Ihnen hilft, wieder arbeiten zu können

👉 Ziel ist immer: **(Wieder-)Einstieg ins Arbeitsleben**



Förderung durch das Sozialamt

Hier stellen Sie einen Antrag auf **Teilhabe am Eingliederungshilfe (Teilhabe am Leben)**

Diese Möglichkeit passt, wenn Sie:

- weniger als 3 Stunden täglich arbeiten können
- eine Behinderung oder psychische Erkrankung haben
- es um Teilhabe am Leben geht (nicht nur Arbeit!)

👉 Wichtig:

- Andere Kostenträger müssen zuerst geprüft werden
- Das Sozialamt hilft, wenn besondere Unterstützung nötig ist

Finanzierung durch ein Persönliches Budget (§ 29 SGB IX)

Das Persönliche Budget ist eine besondere Form der Unterstützung. Sie bekommen dabei **Geld statt einer festen Maßnahme** und können selbst entscheiden, wofür Sie es nutzen.

Sie können ein Persönliches Budget beantragen, wenn:

- Sie eine **Behinderung haben** oder
- von einer Behinderung bedroht sind

👉 Dazu zählen auch **psychische Erkrankungen**.

Wer ist zuständig?

Für das Persönliche Budget können verschiedene Stellen zuständig sein, zum Beispiel:

- Sozialamt, Rentenversicherung, Krankenkasse, Agentur für Arbeit, Pflegekasse

👉 Wichtig:

Sie müssen den Antrag **nur bei einer Stelle stellen**. Die Behörden klären dann untereinander, wer zuständig ist.

Wie funktioniert das Persönliche Budget?

1. Sie stellen einen Antrag
2. Ihr Bedarf wird gemeinsam besprochen
3. Es wird festgelegt, welche Unterstützung Sie brauchen
4. Sie erhalten eine **Zielvereinbarung**
5. Sie bekommen Geld und organisieren die Unterstützung selbst



Finanzierung durch Stiftungen

Es gibt viele Stiftungen, die unterstützen.

👉 Tipp:

- Suchen Sie im Internet nach passenden Stiftungen
- Informieren Sie sich gut über die Voraussetzungen

Unterstützung durch Arbeitgeber oder Einrichtungen

Vielleicht bekommen Sie Unterstützung:

- von Ihrem Arbeitgeber
- von einer Klinik oder Einrichtung
- von einer Werkstatt, Tagesstätte oder Kontaktstelle

👉 Besonders möglich, wenn Sie dort schon tätig sind oder Kontakte haben.

Kostenfreie Beratung (EUTB)

Wenn Sie Unterstützung bei der Antragstellung oder Fragen zur Finanzierung haben, können Sie sich an die **Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)** wenden.

Die Beratung ist **kostenfrei, unabhängig und vertraulich**.

Ein besonderer Vorteil ist, dass im Team der EUTB im Landkreis Rostock auch ein Genesungsbegleiter arbeitet:

👉 Immanuel Brenner

✉ E-Mail: brenner.eutb@pro-retina.de

☎ Mobil: 0151 72068135

Als ausgebildeter Genesungsbegleiter kennt er den EX-IN Kurs aus eigener Erfahrung und hat großes Verständnis für die Situation von Antragstellenden. Dadurch kann er Sie besonders gut unterstützen – sowohl fachlich als auch persönlich.

Sie erhalten Unterstützung bei:

- Fragen zur Finanzierung
- der Auswahl des passenden Kostenträgers
- der Formulierung von Anträgen



ANLAGE 1

Muster-Antrag auf Eingliederungshilfe (Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft)

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit beantrage ich Leistungen der Eingliederungshilfe nach dem SGB IX zur Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft. Ziel meines Antrags ist die Finanzierung des EX-IN Kurses 2026/2027.

Ich lebe seit mehreren Jahren mit einer psychischen Erkrankung, die immer wieder auftritt und meine Belastbarkeit sowie meine Möglichkeiten im Alltag und im Berufsleben deutlich einschränkt. Aufgrund dieser Erkrankung bin ich derzeit erwerbsgemindert und konnte in der Vergangenheit nicht dauerhaft am Arbeitsleben teilnehmen.

In letzter Zeit habe ich jedoch an Stabilität gewonnen und mich intensiv mit meiner Situation auseinandergesetzt. Ich habe gelernt, besser mit meiner Erkrankung umzugehen und fühle mich aktuell in der Lage, regelmäßig an dem Kurs teilzunehmen und diesen auch durchzuhalten.

Der EX-IN Kurs stellt für mich eine besonders geeignete Maßnahme dar, da er meine eigenen Erfahrungen mit psychischen Krisen einbezieht und als Stärke nutzt. Ich sehe darin eine wichtige Möglichkeit, meine Fähigkeiten weiterzuentwickeln, mehr Selbstvertrauen zu gewinnen und wieder aktiver am Leben teilzunehmen.

Aufgrund meiner gesundheitlichen Situation sind andere berufliche Wege für mich derzeit nur schwer umsetzbar. Der EX-IN Kurs bietet mir jedoch eine realistische Chance, mich schrittweise weiterzuentwickeln und zu prüfen, in welchem Umfang eine zukünftige Tätigkeit – eventuell auch auf dem ersten Arbeitsmarkt – wieder möglich ist.

Für mich steht neben einer möglichen beruflichen Perspektive vor allem die Stabilisierung meiner Lebenssituation und die Verbesserung meiner Teilhabe am gesellschaftlichen Leben im Vordergrund. Der Kurs kann mir dabei helfen, Struktur, Orientierung und langfristig eine neue Perspektive zu entwickeln.

Hilfsweise beantrage ich die Leistung in Form eines Persönlichen Budgets gemäß § 29 SGB IX.

Ich bitte Sie daher, meinen Antrag wohlwollend zu prüfen und mich bei der Finanzierung dieser für mich wichtigen Maßnahme zu unterstützen.

Mit freundlichen Grüßen



ANLAGE 2

Muster-Beispiel für Begründungen im Antrag beim Sozialamt

Beispiel 1: Langfristige Erkrankung und Teilhabe am Leben

Ich bin seit längerer Zeit von einer psychischen Erkrankung betroffen, die mein Leben stark beeinflusst. Immer wieder gibt es Phasen, in denen ich mich zurückziehen muss und nicht belastbar bin. Dadurch war es mir bisher kaum möglich, eine stabile berufliche Situation aufzubauen.

Trotz dieser Schwierigkeiten habe ich den Wunsch, mein Leben aktiv zu gestalten und nicht dauerhaft ausgeschlossen zu sein. Ich möchte wieder mehr am Leben teilnehmen und eine Aufgabe haben, die mir Sinn gibt.

Der EX-IN Kurs ist für mich besonders geeignet, weil er meine Lebensrealität berücksichtigt. Meine Erfahrungen werden nicht als Schwäche gesehen, sondern als Stärke. Das ist für mich ein neuer und wichtiger Ansatz.

Ich habe in letzter Zeit an Stabilität gewonnen und traue mir zu, den Kurs zuverlässig zu absolvieren. Gleichzeitig ist der EX-IN Kurs für mich aktuell eine sehr wichtige und realistische Möglichkeit, trotz meiner weiterhin bestehenden Erkrankung wieder eine berufliche Perspektive zu entwickeln und am Arbeitsleben teilzunehmen.

Durch den Kurs erhoffe ich mir mehr Stabilität, Selbstvertrauen und eine klare Perspektive. Mein Ziel ist es, langfristig wieder arbeiten zu können – wenn möglich auch auf dem ersten Arbeitsmarkt.

Beispiel 2: Wiederkehrende psychische Erkrankung und Stabilisierung

Ich lebe seit mehreren Jahren mit einer psychischen Erkrankung, die immer wiederkehrt. Es gibt Zeiten, in denen es mir besser geht, aber auch Phasen, in denen ich stark eingeschränkt bin. Diese Schwankungen machen es für mich schwer, dauerhaft am Arbeitsleben teilzunehmen.

In den letzten Jahren habe ich gelernt, meine Erkrankung besser zu verstehen und mit ihr umzugehen. Trotzdem bleibt die Unsicherheit, dass sich mein Zustand wieder verschlechtern kann. Deshalb ist es für mich wichtig, eine Tätigkeit zu finden, die zu meiner Lebenssituation passt und in der ich meine Erfahrungen sinnvoll einsetzen kann.

Der EX-IN Kurs bietet mir genau diese Möglichkeit. Ich kann meine eigenen Erfahrungen mit Krisen nutzen, um andere Menschen zu unterstützen. Gleichzeitig stärkt mich der Kurs selbst, weil ich meine Fähigkeiten weiterentwickle und mehr Sicherheit gewinne.

Mein Ziel ist es, wieder am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen und – wenn möglich – auch auf dem ersten Arbeitsmarkt tätig zu sein. Der Kurs ist für mich ein wichtiger Schritt, um Stabilität zu erreichen und eine langfristige Perspektive zu entwickeln.



ANLAGE 3

Muster-Beispiel für Begründungen für Leistung zur Teilhabe am Arbeitsleben bei der Rentenversicherung

Ich lebe mit einer psychischen Erkrankung, die immer wieder auftritt und mein Leben sowie meine beruflichen Möglichkeiten stark beeinflusst. In der Vergangenheit war es mir deshalb nicht möglich, dauerhaft am Arbeitsleben teilzunehmen.

In letzter Zeit habe ich jedoch an Stabilität gewonnen und gelernt, besser mit meiner Erkrankung umzugehen. Ich fühle mich aktuell in der Lage, regelmäßig am EX-IN Kurs teilzunehmen und diesen auch erfolgreich zu absolvieren.

Aufgrund meiner Situation sind andere berufliche Wege für mich derzeit nur eingeschränkt möglich. Der EX-IN Kurs stellt für mich daher eine besonders geeignete und realistische Möglichkeit dar, wieder eine berufliche Perspektive zu entwickeln.

Mein Ziel ist es, langfristig wieder am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen und – wenn möglich – auch auf dem ersten Arbeitsmarkt tätig zu sein.