



Nachdenkhilfe auf dem Weg zu einem freiwilligen Engagement

So manches Ehrenamt steht eines Tages vor der Tür und schwupps, ist man drin. Zufrieden, glücklich und vielleicht für lange Zeit. Aber es gibt auch Lebenslagen, in denen man ganz bewußt etwas ändern möchte. Etwas fehlt oder es sind freie Zeiten für Neues da. Vielleicht ist es nur für eine begrenzte Zeit, vielleicht aber auch für einen neuen Lebensabschnitt. Dieser Leitfaden ist als eine Art Grübelhilfe und Anregung gedacht. Nehmen Sie sich ein gutes Getränk, machen Sie es sich gemütlich und schau Sie mal, was man sich alles so fragen – und beantworten könnte.

Was erhoffe ich mir/erwarte ich eigentlich von einem freiwilligen Engagement?

- Erfahrungen sammeln mit...., Neues oder neue Menschen kennenlernen
- Kontakt zu anderen Menschen, ggf. aus anderen Gruppen/Schichten knüpfen
- Meine Kompetenzen und Fähigkeiten sinnvoll einbringen, erweitern oder nicht verlieren
- Etwas zurückgeben, Anderen helfen
- oder ich bin es einfach leid, dass mir die Decke auf den Kopf fällt, oder...

Ich bringe mit Kenntnisse und Fertigkeiten:

- Welche Aufgaben oder Herausforderungen gelingen mir gut, um was mache ich lieber einen Bogen?
- Was würde ich gerne bei einem Engagement einsetzen? Und was kommt gar nicht in Frage?

Fähigkeiten:

- Was schätzen meine Freunde, Familie, gute Bekannte da besonders an mir?
- Mit welchen meiner Fähigkeiten würde ich mich bei einem freiwilligen Engagement gut fühlen?

Welche Erfahrungen aus meinem (Berufs-)Leben sind mir besonders wichtig oder wertvoll?

Das bringe ich auch noch mit:

- Ich könnte mich in folgenden Sprachen verständigen:
- Ich habe besondere Ausbildungen z.B. zum Übungsleiter, Rettungssanitäter...
- Führerschein/e, PC-Kenntnisse (was und wie sicher?) und...

Freiwilligenzentrum Chemnitz

Reitbahnstraße 23, 09111 Chemnitz

Telefon: 0371 834456-71, Fax: 0371 834 456-43

E-Mail: fwz@caritas-chemnitz.de Internet: www.aktiv-in-chemnitz.de



Caritasverband
für Chemnitz und
Umgebung e.V.



Erinnerung an frühere Engagements:

- Was war gut, worauf kann ich locker verzichten?

Wo könnte ich das Richtige finden? - Beispiele

- Menschen begleiten, unterhalten, betreuen, anleiten, unterrichten, Gespräche führen- auch in schwierigen Situationen
- Flüchtlinge, Migranten, Asylbewerber direkt oder indirekt unterstützen, begleiten, Sprachförderung, Integrations- oder Orientierungshilfe geben, anleiten
- Bei Projekten, Veranstaltungen, ggf. auch in der Öffentlichkeit mitarbeiten
- Mit PC, im Büro, mit Papier arbeiten
- Handwerklich oder ganz praktisch arbeiten, z.B. Transporte übernehmen oder bei Spenden helfen
- Einsatz für Umwelt/Natur/Tiere
- Anleitungen für Menschen aller Altersstufen und Herkunft sind gefragt z.B. bei Bildung, Sprache, Freizeit, Spiel, Sport, Basteln, kreativem Tun, Malen, Kochen, etc...

Für wen/was würde ich mich gerne einsetzen?

- Kinder, Jugendliche, Familien, Senioren, Einzelpersonen oder Gruppen
- Menschen mit Handicap, in speziellen Situationen oder mit speziellen Problemen/Anliegen, kranke Menschen
- Menschen mit Migrationshintergrund, Flüchtlinge, Asylbewerber
- oder für Umwelt/Tiere/Natur

Nicht zu vergessen: Rahmenbedingungen für Ihr Engagement

z.B. Häufigkeit, zeitlicher Umfang, bestimmte Tage oder Tageszeiten, Stadtteil, Fahrkostenersatz, Versicherung und –
was ist mir für meine Entscheidung sonst noch wichtig?

Kein Problem, wenn das ein bisschen viel war und Sie mit Ihrem Getränk längst fertig sind. Sicher haben Sie jetzt aber das Eine oder Andere in die engere Wahl genommen oder ausgeklammert, also sind Sie auf Ihrem Weg schon weitergekommen. Fein. Und jetzt? Wenn Sie mögen, bietet sich der Button „Freiwillige /Einsatzmöglichkeiten“ an mit einer Vielzahl von Einsatzmöglichkeiten, abrufbar nach verschiedenen Kriterien (Tätigkeiten, Personengruppen Stadtteile). Oder Sie greifen zurück auf Informationen von anderer Seite, wo jemand gebraucht wird. Oder Sie machen einfach einen Termin für die Sprechstunde im FWZ, dann gehen wir sehr gerne gemeinsam den Weg mit Ihnen zu Ihrem freiwilligen Engagement weiter.

Freiwilligenzentrum Chemnitz

Reitbahnstraße 23, 09111 Chemnitz

Telefon: 0371 834456-71, Fax: 0371 834 456-43

E-Mail: fwz@caritas-chemnitz.de Internet: www.aktiv-in-chemnitz.de



Caritasverband
für Chemnitz und
Umgebung e.V.