

## Tipps für Freiwillige

**Die Mitarbeit von Freiwilligen ist für zahlreiche Vereine, Initiativen und Organisationen von unschätzbare Bedeutung. Und auch für Sie als Freiwillige/r soll Ihr Engagement eine bereichernde Erfahrung sein. Nachfolgend haben wir einige Tipps und Informationen zusammengestellt, die beim Einstieg in Ihr zukünftiges Engagement nützlich sind.**

### Motivation

Überlegen Sie, was Sie motiviert, einen Teil Ihrer freien Zeit zu spenden. Dann fällt es Ihnen leichter, den für Sie im Moment passenden Freiwilligeneinsatz zu finden. Was soll das freiwillige Engagement Ihnen zurückgeben? Möchten Sie etwas Neues lernen oder Ihre bisherigen Erfahrungen einsetzen? Gibt es Themen oder Personengruppen, für die Sie sich am liebsten engagieren wollen? Welche Tätigkeiten machen Ihnen Spass? Es ist gut und sinnvoll zu prüfen, bei welchem Einsatz Sie das erleben und zurückbekommen, was Ihnen wichtig ist.

### Zeitraumen

Wie viel Zeit möchten Sie für das freiwillige Engagement einsetzen? Wichtig ist es hier, ehrlich zu sich selbst und realistisch zu sein. Starten Sie lieber mit einem zunächst geringeren Umfang und stocken Sie später auf. Neben regelmässigen Einsätzen gibt es auch punktuelle oder kurzfristige Möglichkeiten, sich zu engagieren. Je nach Lebenssituation ist das eine oder andere passender. Es empfiehlt sich, in jedem Fall einen Einsatz zu wählen, der von den Arbeitszeiten her gut in Ihr Leben passt.

### Aufgabe und Erwartungen

Nutzen Sie das Erstgespräch mit der Einsatzorganisation, um Genaueres über Ihre konkreten Aufgaben als Freiwillige/r zu erfahren: Um welche Tätigkeiten geht es und welche Erwartungen hat die Organisation an Sie? Und: Entsprechen diese Erwartungen Ihren Vorstellungen und Wünschen? Scheuen Sie sich auch nicht Ihre eigenen Erwartungen und Wünsche anzusprechen. Das ermöglicht der Ansprechperson zu klären, ob und wie sie darauf eingehen kann.

### Begleitung während des Einsatzes

Klären Sie, wer während des Einsatzes Ihre Ansprechperson ist. Wie finden die Einarbeitung und später die Begleitung statt? Gibt es die Möglichkeit des Erfahrungsaustausches mit anderen Freiwilligen oder bietet die Organisationen Fortbildungen an?

### Entscheidungshilfen

Bevor Sie einen Einsatz definitiv zusagen, lohnt es sich, die Organisation und deren Arbeitsweise, Ihre Ansprechperson, das Team und Arbeitsklima kennenzulernen. Dafür kann zum einen das Erstgespräch mit der Kontaktperson dienen. Scheuen Sie sich aber auch nicht, nach einer Möglichkeit zum Schnuppern oder nach einer Probezeit zu fragen.

## **Spesenentschädigung**

Wir empfehlen Einsatzorganisationen grundsätzlich, Spesen zu entschädigen, damit Sie als Freiwillige/r nicht Geld aufwenden müssen, während Sie Zeit spenden. Fragen Sie die Kontaktperson, wie dies bei ihrer Organisation geregelt ist, ob und wie Auslagen, die Sie wegen und während des Freiwilligeneinsatzes haben (z.B. Tram-, Telefonkosten, Materialeinkauf, Kosten für Unternehmungen) zurückerstattet werden. Dann können Sie entscheiden, ob diese Regelung für Sie stimmig ist.

## **Versicherungsschutz**

Klären Sie, ob Sie bei eventuellen Haftpflichtschäden während Ihres Einsatzes über die Organisation haftpflichtversichert sind. Eine Unfallversicherung sollten Sie – auch unabhängig von der Übernahme eines Freiwilligeneinsatzes – über Ihren Arbeitgeber bzw. über Ihre Krankenkasse abgeschlossen haben. Wegen Ihres Unfallschutzes müssen Sie also nichts Zusätzliches unternehmen. Wenn Sie im Fahrdienst tätig werden, fragen Sie nach Ihrem Versicherungsschutz.

## **Verbindlichkeit**

Wenn Sie sich für einen Freiwilligeneinsatz entscheiden, verlässt sich die Organisation auf Sie. Halten Sie deshalb Absprachen und Vereinbarungen verbindlich ein und geben Sie rechtzeitig Bescheid, wenn Sie z.B. wegen Krankheit oder Ferien verhindert sind.

## **Ende des Einsatzes**

Jeder Freiwilligeneinsatz hat einmal ein Ende. Besprechen Sie ruhig bereits am Anfang, wie Ihr Engagement für alle Seiten wieder gut beendet werden kann und ob es eine Vorstellung gibt, wie lange Sie mindestens dabei bleiben sollten.

## **Dossier Freiwillig Engagiert**

Für Ihren beruflichen Werdegang oder spätere Tätigkeiten kann es sinnvoll sein, die Qualifikationen, die Sie sich bei Ihrem Freiwilligeneinsatz erworben haben, schriftlich vorlegen zu können. Sie können bei Abschluss oder bei Bedarf auch während Ihres Einsatzes das „Dossier Freiwillig Engagiert“ als Nachweisdokument bei der Einsatzorganisation anfordern.

Wenn Sie Fragen haben, können Sie sich jederzeit an uns wenden. Wir wünschen Ihnen viel Freude und schöne Erfahrungen in Ihrem freiwilligen Engagement!