



Wie finde ich das richtige Ehrenamt / Engagement für mich?

Sie möchten sich in Ihrer Freizeit freiwillig engagieren?

Das ist eine sehr gute Idee! Es gibt für jede*n das richtige Engagement. Sie müssen nicht das Erstbeste nehmen. Für welches Engagement Sie sich auch entscheiden, wichtig ist, dass Sie dabei Freude haben und Ihre Zeit für sich sinnvoll nutzen.

Sie wissen noch nicht so ganz genau, wie und wofür Sie sich engagieren möchten?

Die nachfolgenden Fragen und Hinweise sollen Ihnen helfen, Ihre Wünsche und Interessen für sich selbst zu verdeutlichen. Gerne helfen wir Ihnen dabei und stehen Ihnen beratend zur Seite.

- Welches sind meine Motive? Was wünsche ich mir besonders: gesellschaftliche Mitgestaltung, soziale Kontakte, Spaß in der Freizeit, Gutes für andere tun zu können, meine Kenntnisse und Erfahrungen zu erweitern oder weiter zu geben, einen Ausgleich zu meinem Beruf ...?
- Worum geht es mir: ein konkretes Thema, um den Kontakt zu anderen Menschen, um das Prestige, um aus meinem Alleinsein heraus zu kommen, um meine Freizeit sinnvoll zu nutzen ...?
- Welche Interessen habe ich? Was ist mein Steckenpferd: Umweltschutz, Musik, Nachbarschaftshilfe, Förderung von Kindern, Älteren, Familien ...?
- Welche Talente könnte ich einbringen: Zuhören, Erklären, Vorlesen, handwerkliches Arbeiten, Organisieren, Kochen, Moderieren, Begleiten, Informieren, Beraten, Kontakte knüpfen ...?
- Wie möchte ich mich engagieren: eigenständig, im Team, entscheidend, auf Anweisung ... ?
- Wie viel Zeit möchte ich einsetzen: Stunden, Tage, Wochen, einmalig, regelmäßig ... ?
- Wo möchte ich mich engagieren: in meinem Stadtteil, Ort, Landkreis, landesweit ... ?
- In wie weit spielt meine Gesundheit mit - physisch und psychisch?

Für das (erste) Gespräch in einer Einrichtung / einem Verein / einem Projekt über Ihr mögliches Engagement möchten wir Ihnen folgende Tipps mit an die Hand geben:

- Formulieren Sie selbstbewusst Ihre Wünsche und Vorstellungen.
- Besuchen Sie die Einrichtung, bevor Sie für eine Tätigkeit zusagen. Lernen Sie das Umfeld, die Kolleginnen und Kollegen und das Arbeitsklima kennen. Fragen Sie gegebenenfalls nach den Möglichkeiten einer „Schnupperphase“ oder eines Probearbeitens.
- Fragen Sie nach den Zielen (der Philosophie) der Einrichtung. Haben Sie die gleichen Ziele?
- Fragen Sie nach einer konkreten Aufgabenbeschreibung, und halten Sie diese, wenn möglich, schriftlich fest. Das verhindert Missverständnisse.
- Klären Sie, wer Ihr(e) Ansprechpartner(in) ist und wer Sie einarbeitet und begleitet. Fragen Sie nach regelmäßigen Gesprächen, Austauschrunden, etc., damit Sie eine Möglichkeit für den gegenseitigen Austausch haben, aber auch um Rückmeldungen geben und erhalten zu können.
- Klären Sie, ob Ihnen Auslagen (z.B. Telefonkosten) erstattet werden bzw. Ihr Aufwand (z.B. Fahrtkosten) entschädigt werden kann.
- Erkundigen Sie sich, ob es Weiterbildungs- oder Fortbildungsmöglichkeiten für Sie gibt.
- Bitten Sie um einen Engagement-Nachweis. Für Ihren beruflichen Werdegang kann es sinnvoll sein, die Art, Dauer und den Ort der freiwilligen Tätigkeit als Qualifizierung nachzuweisen.
- Klären Sie inwieweit Sie bei Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit durch eine Unfall- und eine Haftpflichtversicherung abgesichert sind.
- Hand aufs Herz. Haben Sie sich genauso Ihr Engagement vorgestellt? Seien Sie ehrlich mit sich selbst und gegenüber der Einrichtung. Und nehmen Sie sich Zeit für Ihre Entscheidung.
- Seien Sie fair. Versprechen Sie nichts, was Sie nicht halten können und halten Sie Abreden ein. Geben Sie bitte frühzeitig Bescheid, wenn Sie einmal keine Zeit haben; aber auch, wenn Sie Ihr Engagement wieder beenden möchten.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg.

Kontakt

Koordinierungsstelle für ehrenamtliche Arbeit
Sandra Pragmann & Gerlinde Wozniak
Hopfengarten 2 / 27356 Rotenburg (Wümme)
Tel. 04261 983-2859 und 04261 983-2862
E-Mail: ehrenamt@lk-row.de

