



### Sozialpat\*innen sind Wegbegleiter\*innen auf Zeit

Jeder Mensch kennt das Gefühl, sich in einer Lage zu befinden, die alleine nicht zu bewältigen ist.

Sozialpat\*innen sind speziell geschulte Freiwillige, die in schwierigen Zeiten für Menschen in Not da sind.

Sie unterstützen Betroffene, die von sozialen Einrichtungen, Gemeinden oder Pfarren betreut werden und ergänzen so deren Hilfsangebote.

## Wir verbinden Menschen

### Sie möchten sich selbst als Sozialpate/-patin engagieren?

- Sie lassen sich vom Schicksal anderer Menschen berühren?
- Es liegt Ihnen etwas daran, sich um den/die Nächste/n zu kümmern, wenn diese/r Hilfe braucht?
- Sie können gut zuhören und scheuen sich nicht, aktiv auf Menschen zuzugehen?
- Sie sind kommunikativ und konfliktfähig?

**Melden Sie sich bei uns – unsere regionalen Koordinator\*innen informieren Sie gerne!**

#### Bezirk Bregenz

Gunther Grass  
M 0676-88420 4015  
gunther.grass@caritas.at

#### Bezirk Dornbirn

Miretta Schneider  
M 0676-88420 4016  
miretta.schneider@caritas.at

#### Bezirk Feldkirch

Jacqueline Maux  
M 0676-88420 4011  
jacqueline.maux@caritas.at

#### Bezirk Bludenz

Veronika Winsauer  
M 0676-88420 4014  
veronika.winsauer@caritas.at

sozialpate@caritas.at  
www.sozialpate.at

**Caritas  
&Du**

# Caritas

PfarrCaritas

## Sozialpaten

Frauen und Männer helfen,  
wo Hilfe gebraucht wird



Caritas Vorarlberg  
www.caritas-vorarlberg.at



### Sozialpat\*innen engagieren sich als Freiwillige und unterstützen Menschen in besonderen Lebenssituationen.

Sozialpat\*innen helfen Betroffenen und deren Angehörigen unbürokratisch. Sie können zuhören und sich einfühlen und kennen öffentliche Einrichtungen. Durch ihr Da-Sein und ihre Begleitung stärken sie Menschen in schwierigen Lebenssituationen.

### Bei Einsamkeit und Isolation

Sozialpat\*innen helfen, soziale Kontakte aufzubauen oder neue Freizeitmöglichkeiten zu entdecken. Sie begleiten Menschen bei einem Spaziergang in der Natur, ins Café oder zu Veranstaltungen.

### Bei der Suche nach Gesprächspartner\*innen

Oftmals ist Zuhören schon die größte Hilfe. Sozialpat\*innen haben ein offenes Ohr für Sorgen, Nöte und Anliegen der Menschen.



### Bei Behördenwegen

Sozialpat\*innen begleiten zu Ämtern, Ärzt\*innen oder anderen Einrichtungen und sind beim Ausfüllen von Anträgen behilflich.

### Bei der sozialen Integration

Sozialpat\*innen helfen bleibeberechtigten Personen bei der Anbindung an Vereine, beim Kontakt zum Wohnumfeld, begleiten sie zu Terminen und unterstützen beim Lernen der deutschen Sprache.

### Beim Absolvieren der Lehre

Sozialpat\*innen unterstützen junge bleibeberechtigte Menschen beim Absolvieren der Lehre. Sie begleiten zu Terminen und helfen beim Lernen für die Berufsschule oder für Sprachkurse.

## Schulungsmodule für Interessierte

### Basismodule

#### „Ich mach mit“ Freiwillig engagiert als Sozialpate/-patin

Warum engagiere ich mich für Menschen in besonderen Lebenssituationen? Was motiviert mich? Was treibt mich an? Welche Vorteile und Rahmenbedingungen habe ich als Freiwillige\*r der Caritas?

**Fr, 26. März 2021, 14 bis 18 Uhr**  
**CaritasCenter Feldkirch,**  
**Reichsstraße 173**  
**Fr, 24. Sep. 2021, 14 bis 18 Uhr**  
**WirkRaum Dornbirn,**  
**Bahnhofstraße 9**

#### Miteinander und Füreinander Grundlagen der Kommunikation und Gesprächsführung

In diesem Workshop lernen die Teilnehmer\*innen anhand zahlreicher Übungen und Beispiele aus der Praxis unterschiedliche Formen der Kommunikation und der hilfreichen Gesprächsführung kennen.

**Fr, 16. April 2021, 14 bis 18 Uhr**  
**CaritasCenter Feldkirch,**  
**Reichsstraße 173**  
**Fr, 15. Okt. 2021, 14 bis 18 Uhr**  
**WirkRaum Dornbirn,**  
**Bahnhofstraße 9**

#### Hilfreiche Hilfe Begleitung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen

Wie Not hat auch Hilfe unterschiedliche Facetten. Wann sind Menschen für andere hilfreich? Welche Qualitäten zeichnen Menschen aus, die andere unterstützen und begleiten? In diesem Workshop geht es um Möglichkeiten, Chancen, Herausforderungen und Grenzen einer hilfreichen Hilfe und Begleitung.

**Fr, 30. April 2021, 14 bis 18 Uhr**  
**CaritasCenter Feldkirch,**  
**Reichsstraße 173**  
**Fr, 5. Nov. 2021, 14 bis 18 Uhr**  
**WirkRaum Dornbirn,**  
**Bahnhofstraße 9**

### Vertiefungsmodule

#### Wenn nicht alles rund läuft ... Mit Machlosigkeit und Frustrationen umgehen

Die Begleitung von Menschen in herausfordernden Lebenssituationen ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Neben positiven Erfahrungen erleben freiwillig engagierte Menschen auch schwierige Situationen, in denen sie an ihre Grenzen kommen und Gefühle von Unsicherheit, Hilflosigkeit und Frustration erleben.

**Fr, 28. Mai 2021, 14 bis 18 Uhr**  
**Caritashaus Feldkirch,**  
**Wichnergasse 22**

#### Soziales Land Vorarlberg Überblick der wichtigsten Angebote und Träger\*innen

Wie ist das soziale Netz in Vorarlberg aufgebaut? Welche Hilfsangebote können bei welchen Problemlagen in Anspruch genommen werden? Welches sind die wichtigsten Sozialorganisationen in Vorarlberg und wie können sie genutzt werden?

**Mi, 17. Nov. 2021, 18:30 bis 21 Uhr**  
**WirkRaum Dornbirn,**  
**Bahnhofstraße 9**

#### Lerntipps und Lernstrategien Für mehrsprachige Lernende

Wie lernt das Gehirn? Wie kann man sich Wörter am besten merken? Welche Lernstrategien kommen dem Lern-Stil einzelner Lernender entgegen und unterstützen diesen?

**Mi, 1. Dez. 2021, 18 bis 21 Uhr**  
**Caritashaus Feldkirch,**  
**Wichnergasse 22**

#### Alter: Chancen und Herausforderungen

Dieser Workshop befasst sich mit den Veränderungen, die das Alter-Werden mit sich bringt. Durch ausgewählte Beispiele und Übungen erfahren Sie die Herausforderungen aber auch Chancen des Alltags im Alter.

**Fr, 14. Jän. 2022, 14 bis 18 Uhr**  
**Caritashaus Feldkirch,**  
**Wichnergasse 22**

Ebenfalls können andere Veranstaltungen aus dem LernWerkstatt Programm als **Vertiefungsmodule** besucht werden. Genauere Informationen dazu finden Sie in der LernWerkstatt Broschüre 2021.

**Nähere Infos**  
**Eva Fitz**  
T 0676-88420 4021  
lernwerkstatt@caritas.at