CaritasSozialpatenNewsletter



Liebe Freiwillige und sozial Engagierte!

Gerne senden wir euch unseren Newsletter mit folgenden Themen zu und wünschen euch allen einen gemütlichen und goldenen Herbst.

Ein kurzer Überblick, was euch in diesem Newsletter erwartet:

- Danke-Ausflug: Miteinander unterwegs
- Zehn Jahre Sprachtreff für Frauen in Bludenz: Gemeinsam lernen, wachsen und feiern
- In Erinnerung an Rainer
- Business Run in Bregenz mit starker Beteiligung von Sozialpaten
- Wandern mit LE.NA: Termine im Herbst
- Gut begleitet: Impulse für Begegnungen, Weiterbildungsangebote
- Sozialpat*innen gesucht …

Wir wünschen euch viel Freude beim Lesen unseres Newsletters und hoffen, das eine oder andere interessante Thema für euch gefunden zu haben!

Veronika, Celina, Eva, Gunther und Kathrin



Danke-Ausflug: Miteinander unterwegs

Bei strahlendem Herbstwetter folgten rund 40 Sozialpat*innen der Einladung zum diesjährigen Danke-Ausflug nach Schruns. Der Tag bot Zeit für Begegnungen, Austausch und gemeinsame Erlebnisse.

Beim Vitalbuffet im Hotel Vitalquelle bedankten sich Caritasdirektor Walter Schmolly und Bea Bröll, Fachbereichsleiterin der PfarrCaritas, für das große Engagement der Freiwilligen. Gestärkt ging es dann weiter: Die Ortsführung durch Schruns gab spannende Einblicke in Geschichte und Gegenwart von Schruns.

„Bei diesen Treffen entdeckt man nicht nur neue Menschen, sondern auch vertraute Orte neu. Wir als Koordinationsteam sind sehr dankbar für diese Begegnungen und für die Sozialpat*innen, die diesen Tag mit uns in Schruns verbracht haben.“

Ein herzliches Dankeschön an alle Sozialpat*innen für ihren wertvollen Einsatz und die vielen Stunden, die sie für andere Menschen schenken.



Zehn Jahre Sprachtreff für Frauen in Bludenz: Gemeinsam lernen, wachsen und feiern

Seit zehn Jahren ist der Sprachtreff für Frauen in Bludenz ein Ort der Begegnung. Hier kommen Frauen unterschiedlicher Herkunft zusammen, um Deutsch zu lernen, Erfahrungen auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen. Was 2016 in Kooperation des Sozialsprengel Raum Bludenz und den Sozialpatinnen der Caritas, mit Unterstützung der Stadt Bludenz, begonnen hat, ist für viele zu einem wichtigen Stück Alltag und gelebter Gemeinschaft geworden.

Beim Jubiläumsfrühstück in der Villa K blickten rund 25 Teilnehmerinnen auf viele gemeinsame Stunden zurück. Im Mittelpunkt standen die Begegnungen, die Gespräche und die Geschichten der Frauen, die den Treff über die Jahre geprägt haben. Der Sprachtreff bietet nicht nur Gelegenheit zum Sprachenlernen, sondern stärkt auch Selbstvertrauen, Teilhabe und das Gefühl, willkommen zu sein.
Möglich wird dieses Angebot durch das Zusammenspiel vieler engagierter Menschen. Sozialpatinnen begleiten den Treff seit Anfang an. Im Rahmen der Jubiläumsfeier wurden vier von ihnen, die aktiv im Einsatz sind, für ihr langjähriges Engagement von Vizebürgermeisterin Andrea Mallitsch gewürdigt: Bigi Mock und Iva Cibulka sind seit Beginn an dabei, Brigitte Newland engagiert sich seit 2020 sowie Brigitte Lienert, die seit 2023 Teil des Teams ist. Einen großen DANK an alle Freiwilligen, die sich im Laufe der Jahre beim Sprachtreff beteiligt haben.



In Erinnerung an Rainer

Ende Juni ist Rainer nach kurzer schwerer Krankheit verstorben. Mehr als fünf Jahre lang engagierte er sich als Sozialpate in einem Pflegeheim. Mit seiner Verlässlichkeit, seiner Hilfsbereitschaft und seiner ruhigen Art war er dort ein geschätzter Begleiter. Wo Unterstützung gebraucht wurde, war Rainer zur Stelle.

Neben seinem Ehrenamt war er ein Familienmensch. Mit großer Freude und sichtbarem Stolz erzählte er von seiner Frau und seiner Tochter. Auch im Freundes- und Verwandtenkreis war es für ihn selbstverständlich, füreinander da zu sein und zu helfen, wenn Hilfe benötigt wurde.
In besonderer Erinnerung bleiben die gemeinsamen Kaffeemomente und die offenen Gespräche bei den Reflexionstreffen. Seine Erfahrungen, seine Gedanken und sein feiner Blick für andere Menschen haben diese Begegnungen bereichert.
Wir sind dankbar für sein Engagement und die Zeit. Rainer wird uns fehlen. Wir werden ihn in dankbarer Erinnerung behalten.

Celina, Koordinatorin Region Feldkirch



Business Run in Bregenz mit starker Beteiligung von Sozialpaten

Freitagnachmittag Mitte September in Bregenz: bunte T-Shirts, Teamgeist, motivierende Musik und große Begeisterung. Kurz gesagt: Der Bodensee Business Run.

Auch heuer waren Mitarbeitende der Caritas aus verschiedenen Fachbereichen mit dabei. Besonders gefreut hat uns die Unterstützung von zwei freiwillig engagierten Sozialpaten, die sich bereit erklärt hatten, das Caritas-Team zu verstärken.
Unser besonderer Dank gilt Martin und Vladislav, die an diesem Tag nicht als Sozialpaten, sondern als Läufer für die Caritas unterwegs waren. Gemeinsam haben sie gezeigt, was Zusammenhalt und Engagement ausmachen.



Wandern mit LE.NA: Termine im Herbst

Bewegung, Gemeinschaft und Naturerlebnis stehen bei den Herbstwanderungen von LE.NA – Lebendige Nachbarschaft im Mittelpunkt. Bis Mitte November laden begleitete Wanderungen und Spaziergänge in ganz Vorarlberg dazu ein, gemeinsam aktiv zu sein und neue Kontakte zu knüpfen.

Die Wege sind sorgfältig ausgewählt, das Tempo angepasst und die Touren für Senior*innen gut machbar. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Empfohlen werden festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung, Getränke und eine kleine Jause. Änderungen aufgrund der Wetterlage sind vorbehalten. Mitgehen erfolgt auf eigene Verantwortung.

Wandern mit LE.NA – Goscht oh mit?

Do, 22. Oktober	**150 Höhenmeter,** Von Schlins über Klosterwald nach Bludesch (Treffpunkt: Schlins Abzweigung Jagdberg, 10.00 Uhr)
Mi, 28. Oktober	**100 Höhenmeter,** Wanderung Riedstüble Möggers (Treffpunkt: Eichenberg Lutzenreute, 9.50 Uhr)
Do, 5. November	**150 Höhenmeter,** Rundwanderung Alberschwende (Treffpunkt: Alberschwende Dorfplatz, 10 Uhr)
Di, 10. November	**100 Höhenmeter,** Rundum Bezau (Treffpunkt: Bezau Kloster, 10.20 Uhr)

Nähere Infos: Gertrud Hefel, Koordinatorin LE.NA: M 0676 88420 4018, E LE.NA@caritas.at, Erreichbarkeit: Mo und Do Vormittag



Gut begleitet: Impulse für Begegnungen, Weiterbildungsangebote

Begegnungen können viel bewirken, für andere und für einen selbst. Mit der Impulsreihe von herz.com, den Angeboten von Learn to Care oder einem Workshop im WirkRaum Dornbirn zur gewaltfreien Kommunikation erhalten Freiwillige Anregungen, Sicherheit und Unterstützung für ihr Engagement.

Impulsreihe für Besuchsdienste im Rahmen von herz.com – Bewegende Begegnungen Feldkirch

22. Oktober: Kommunikation. Damit Begegnung zur Freude wird, Mag.a Marlies Enenkel-Huber
29. Oktober: Eigene Grenzen erkennen und schwierige Situationen meistern, Sandra Küng und Thomas Hebenstreit
5. November: Humor in der Begleitung, Sepp Gröfler
19. November: Seelsorge, Sinnfragen, Sterben, Tod und Trauer, Wilfried M. Blum

jeweils von 17 bis 19 Uhr, Caritas Zentrale, Wichnergasse 22, Feldkirch

Information und Anmeldung: Thomas Hebenstreit, PfarrCaritas Vorarlberg, M 0676 88420 4024, E thomas.hebenstreit@caritas.at

Engagiert bleiben – mit Wissen, das im Alltag weiterhilft

Wer Menschen freiwillig begleitet, kennt die schönen, aber auch die herausfordernden Seiten des Engagements. Manchmal geht es um schwierige Gespräche, persönliche Grenzen, Einsamkeit oder die Frage, wie man gut unterstützen kann, ohne sich selbst zu überfordern. Learn to Care (www.learn-to-care.eu) bietet kostenlose, praxisnahe Online-Kurse zu genau solchen Themen. Die Inhalte sind verständlich aufbereitet und können flexibel im eigenen Tempo genutzt werden – dann, wenn ein Thema gerade relevant ist.

Kurs-Tipp: Engagiert bleiben, ohne auszubrennen
Am Montag, 23. November 2026, von 18:30 bis 20:30 Uhr gibt es in der VHS Götzis, Haus Bildung am Garnmarkt, einen kostenlosen Einführungskurs. Er gibt praktische Impulse zu Selbstfürsorge und Grenzen im freiwilligen Engagement und bietet gleichzeitig einen kompakten Einblick in die Lernplattform. Hier anmelden: www.vhs-goetzis.at

Einführungsworkshop in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg mit Karin Mokrosch
Worte können Fenster sein oder Mauern
Wir betrachten unsere Art zu sprechen vielleicht nicht als “gewalttätig”. Dennoch führen unsere Worte oft zu Verletzung und Leid bei uns selbst und bei anderen. Dieser Workshop soll helfen, auf unseren sprachlichen Ausdruck und unsere Art zuzuhören, aufmerksam zu werden.

27. November, 14 bis 18 Uhr
Wirkraum Dornbirn, Bahnhofstraße 9

Infos und Anmeldung:
Sandra Küng, M: 0676 884204013, E sandra.kueng@caritas.at



Sozialpat*innen gesucht….

Wir sind auf der Suche nach Sozialpat*innen für Begleitungen in ganz Vorarlberg. Suchst du eine neue Herausforderung? Neugierig? Falls du Interesse hast oder jemanden kennst, der für diese wertvolle Arbeit geeignet ist, melde dich gerne bei uns!

Gesucht im Bezirk Bregenz

- Eine ältere, gesundheitlich beeinträchtigte Frau aus Bregenz sucht eine verständnisvolle Sozialpatin, die mit ihr etwas Zeit verbringt und kurze Spaziergänge macht. Die Treffen können wöchentlich oder auch vierzehntägig sein.

- Eine sehr offene und sympathische Dame, die tagsüber öfter allein ist, hätte gerne in dieser Zeit eine Sozialpatin für Spaziergänge und zum Plaudern. Sie ist sehr naturverbunden und fit. Die Treffen sollten möglichst wöchentlich sein. (Wolfurt Umgebung)

- Eine Mutter aus Afghanistan, die mit ihrer Familie zusammenwohnt, tut sich schwer mit Deutsch lernen und sucht eine geduldige Sozialpatin, die mit ihr einfache Konversation übt. Die Treffen können wöchentlich oder auch vierzehntägig sein. (Hard Umgebung)

Bitte meldet euch bei Gunther
M 0676 88420 4015, E gunther.grass@caritas.at

Gesucht im Bezirk Dornbirn

- Mehrere Frauen und Männer aus unterschiedlichen Herkunftsländern, alle wohnhaft in Dornbirn, suchen für unterschiedliche Sprachniveaus eine Lernbegleitung.

- Eine sehr offene und kreative Frau (55 Jahre alt), wohnhaft im Senecura Herrenried in Hohenems, sucht (wenn möglich) eine kreative Sozialpatin. Sie bastelt und malt sehr gerne, spielt Karten, ist täglich mit dem Fahrrad unterwegs oder freut sich über kleine Ausflüge. Sie ist auch mit den öffentlichen Verkehrsmitteln mobil. Spazieren kann sie nur kurze Strecken. Auch wenn nicht alle Interessen abgedeckt werden, freut sie sich über Gesellschaft.

- In Hohenems suchen mehrere Frauen für unterschiedliche Anliegen Sozialpat*innen. Die Klientinnen freuen sich über leichte Spaziergänge, Ausflüge oder Besuche. Ebenfalls werden Sozialpat*innen gesucht, die gerne Kartenspielen oder mit jemandem in der Stadt Kaffee trinken.

Bitte meldet euch bei Eva
M 0676 88420 4016, E eva-maria.fitz@caritas.at

Gesucht im Bezirk Feldkirch

- In Feldkirch wohnt eine sehr engagierte 71-jährige Dame, die sich eine Sozialpatin wünscht. Sie fühlt sich oft einsam und würde gerne etwas unternehmen – spazieren gehen, Kaffee trinken, kleine Ausflüge machen. Sie interessiert sich für Sprachen, andere Kulturen und Länder.

- In Götzis sucht Frau D. eine Sozialpatin zum Spazieren gehen. Oft fehlt ihr die Motivation dafür, sich allein auf den Weg zu machen. Sie wünscht sich jemanden, der mit ihr an die frische Luft geht und kleinere Spaziergänge unternimmt.

- Ein junger Mann im Rollstuhl möchte Deutsch lernen. Er lebt erst seit zwei Jahren in Österreich und würde gerne die Sprache üben. Vormittags wäre es für ihn ideal.

Bitte meldet euch bei Celina
M 0676 88420 4011, E celina.pfanner@caritas.at

Gesucht im Bezirk Bludenz

- Frau H. ist über 90 Jahre alt. Sie ist fast immer zu Hause und freut sich sehr, wenn sie jemand besucht und es ein bisschen Abwechslung im Alltag bringt. Deutsch kann sie nicht, aber sie ist mit einem Strahlen dabei, wenn z.B. jemand mit ihr einfache Kartenspiele spielt, mit ihr etwas malt oder einfach Musik hört. (Bludenz, z.B. eine Stunde/Woche oder nach Absprache)

- Zwei junge Frauen, die seit zwei Jahren in Österreich leben, wünschen sich jemanden, der sie beim Deutsch lernen unterstützt. In ihrer Heimat war ein Schulbesuch nicht möglich, daher haben sie erst in Vorarlberg etwas lesen und schreiben gelernt. Das braucht viel Übung und sie wollen neben ihrer Arbeits-/Ausbildungstätigkeit aktiv dranbleiben. (zeitlich nach Absprache, z.B. einmal wöchentlich Mo oder Fr Nachmittag oder am Wochenende in Bludenz).

- Der junge Herr K. ist ein sehr motivierter Mann. Er spricht viele Sprachen, darunter auch recht gut Deutsch. Mit Lesen und Schreiben hat er allerdings Schwierigkeiten und sucht jemanden, der sich am Wochenende eine Stunde Zeit nehmen möchte, um mit ihm zu üben.

Bitte meldet euch bei Veronika
M 0676 88420 4014, E veronika.winsauer@caritas.at

Weitere Anfragen sind auf der Homepage https://www.caritas-vorarlberg.at/spenden-helfen/pfarren/sozialpaten/dringend-gesucht zu finden.

Impressum/Kontakt

Herausgeber: Sozialpaten Vorarlberg, Wichnergasse 22, 6800 Feldkirch
Fotonachweise: Shutterstock, privat, Caritas Vorarlberg, Stadt Bludenz

Veronika Winsauer
Teamleiterin Sozialpaten und Vorlesepaten
Koordination Sozialpaten Bezirk Bludenz
M 0676 88420 4014
E veronika.winsauer@caritas.at

Eva-Maria Fitz
Koordination Sozialpaten Bezirk Dornbirn
M 0676 88420 4016
E eva-maria.fitz@caritas.at

Gunther Grass
Koordination Sozialpaten Bezirk Bregenz
M 0676 88420 4015
E gunther.grass@caritas.at

Celina Pfanner
Koordination Sozialpaten Feldkirch
M 0676 88420 4011
E celina.pfanner@caritas.at