

Caritas &Du

So bekommt
Zusammenhalt
ein Gesicht.

Freiwillig helfen.
Gemeinsam
Gutes tun!





Ihr Talent ist gefragt!

Wir suchen Mitmenschen

- ... die ihre Fähigkeiten und Erfahrungen für andere einsetzen möchten
- ... die kontaktfreudig sind und Zusammenarbeit schätzen
- ... die regelmäßig bzw. gelegentlich einige Stunden Zeit schenken wollen
- ... die etwas bewegen und ihre Zeit sinnvoll nützen wollen

Wir bieten

- ... Kontakt mit Menschen in besonderen Lebenssituationen
- ... eine fixe Ansprechperson vor Ort (Freiwilligenkoordinator*in)
- ... eine gute Einführung in Ihre Tätigkeit sowie Fortbildungen
- ... Haft- und Unfallversicherung
- ... Kostenerstattungen für spezielle Aufwendungen

Ihr Talent ist gefragt

... um mit Musik anderen Freude zu schenken



Servicestelle Freiwilligenarbeit

T 05522-200 1041

freiwilligenarbeit@caritas.at

Besonders älteren Mitmenschen bringt Musik viel Vergnügen und Abwechslung in den Alltag.

Als freiwillig tätige*r Musikant*in ermöglichen Sie bei **„Musik schenkt Freude“** durch Ihre Auftritte in sozialen Einrichtungen, bei Benefizkonzerten oder Seniorennachmittagen sowie durch gemeinsames Singen und Musizieren unbeschwerte Momente für Pensionist*innen. Sie machen kleine Feste oder besondere Anlässe zu einem Erlebnis.



... um den Energiebedarf in den Griff zu bekommen

Beratungsstelle Existenz & Wohnen

T 05522-200 1727

energiesparcheck@caritas.at

Ihr Einsatz beim **„Energiespar-Check“** ist gefragt! Für jene Menschen, die finanziell kaum über die Monatsrunde kommen, sind Ausgaben für Strom, Heizung und Wasser oft ein großer Posten im kleinen Haushaltsbudget. Steigende Kosten bringen viele Familien in Vorarlberg finanziell an ihre Belastungsgrenze.

Mit einer Einschulung sind Sie vor Ort in Haushalten unterwegs, um Einsparungspotentiale zu erfassen, den Familien bei der Umstellung zu helfen und durch Einsatz von Energiesparartikeln die Kosten zu reduzieren. Sie sind hier genau richtig, wenn Sie handwerkliche Erfahrung haben und Freude an der Weitergabe Ihres Wissens.

Ihr Talent ist gefragt

... um Menschen ein offenes Ohr zu leihen



**Sozial- und
Integrationspat*innen**

T 05522-200 4000

sozialpate@caritas.at

Jeder Mensch kennt das Gefühl, sich in einer ausweglosen Lage zu befinden. **Sozial- und Integrationspat*innen** stehen Mitmenschen in solch schwierigen Lebenssituationen zur Seite.

Sie machen Besuchsdienste und Freizeitbegleitung, Spaziergänge mit betagten Menschen und helfen berechtigten Flüchtlingen bei ihren Integrationsritten. Kindern und älteren Menschen vorlesen ist ebenfalls sehr gefragt. Vorlesen aktiviert schönste Kindheitserinnerungen bei Älteren, Kindern hilft es ihren Wortschatz wertvoll zu erweitern.



... um schwierige Zeiten auszuhalten

Hospiz Vorarlberg

T 05522-200 1100

hospiz@caritas.at

„Leben bis
zuletzt!“

Als ehrenamtlich tätige*r Mitarbeiter*in der **Hospiz Vorarlberg** begleiten Sie Mitmenschen mit einer lebensbedrohlichen Erkrankung sowie deren Angehörige während dieser schwierigen Lebensphase – unabhängig vom Stadium der Erkrankung bis zur Zeit des Abschiednehmens und der Trauer.

Sie geben mit Ihrer Anwesenheit Halt und gehen auf die Bedürfnisse der Betroffenen ein. Einmal ist es das Zuhören oder Erzählen, im anderen Fall vielleicht ein Teilen der Stille oder Trost spenden für die Angehörigen. Eine fachliche, umfangreiche Einschulung bereitet Sie sorgfältig auf diesen besonderen Einsatz vor.

Ihr Talent ist gefragt

... um das Ankommen in
unserem Land zu erleichtern



Flüchtlingshilfe

M 0676-88420 4033

freiwilligenarbeit-flh@caritas.at

Als Freiwillige*r sind Sie für **geflüchtete Menschen** eine wichtige Brücke zur heimischen Bevölkerung. Zu Beginn steht der Spracherwerb ganz oben auf der Bedarfsliste, dann folgen soziale Kontakte und die Frage, wie sie hier eine neue Existenz aufbauen können.

Als Freiwillige*r helfen Sie Asylwerber*innen bei Hausaufgaben, beim Lernen von Deutsch und Mathematik. Eine große Unterstützung ist die Begleitung zu Ärzten und Behörden. Aber auch der kulturelle Austausch und die Freizeitgestaltung sind essenzielle Bedürfnisse von geflüchteten Menschen.



...um selbst-
verständlich
zusammen-
zuleben

**Servicestelle
Freiwilligenarbeit**

T 05522-200 1041

freiwilligenarbeit@caritas.at

„Teilhabe
ermöglichen.“

Sie unterstützen durch Ihr Engagement in der Region Bludenz **Menschen mit Beeinträchtigung** bei ihren kreativen und sportlichen Tätigkeiten, an ihren Arbeitsstätten oder im Wohn- und Freizeitbereich. Unser Ziel ist es, eine selbstverständliche Teilhabe an gesellschaftlichen Aktivitäten zu ermöglichen.

Dank Ihrer Hilfe kann auf individuelle Bedürfnisse von Menschen mit Beeinträchtigung besser eingegangen werden. Ob die praktische Hilfe im Alltag, bei Freizeitgestaltung und Ausflügen oder als „Türöffner*innen“ für Vereine – in Beziehung treten kann durch Sie leichter gelingen.

Dein Talent ist gefragt

... um die Welt ein
kleines Stück besser zu machen



Hast du Lust bei der young-Caritas oder den Kinder- bzw. Jugendbotschafter*innen mitzumachen?

Die **youngCaritas** bietet jede Menge Aktionen. Dort ist dein Einsatz für die gute Sache sehr abwechslungsreich. Du setzt dich mit Fragen von sozialer Gerechtigkeit auseinander, erlebst soziale Themen ganz nah, eignest dir Wissen an und nutzt interessante Lernfelder, um dich selbst zu erproben.

„Ich mach was!“

youngCaritas
T 05522-200 4000
youngcaritas@caritas.at

Den **Kinder- und Jugendbotschafter*innen** für die UN-Kinderrechte und globalen Nachhaltigkeitsziele (SDG) ist es ein Herzensanliegen, dass alle Kinder und Jugendlichen weltweit eine gerechte Chance auf ein gutes Leben haben. Nur wer dafür aktiv ist, kann auch etwas verändern!

Um auf ihre Anliegen aufmerksam zu machen, sind sie sehr einfallreich. Sie gestalten Workshops, sind in direktem Austausch mit Jugendlichen in Äthiopien, erstellen Filmclips, organisieren Pressekonferenzen und Aktionen auf der Straße. Sie freuen sich, dich kennenzulernen!



Kinder- und Jugendbotschafter*innen
M 0664-208 0451
jubos@caritas.at

„Laber net!
Tua was!“

Ihr Talent ist gefragt

... um bei Kindern
die Lernfreude zu wecken



Caritas Lerncafés
T 05522-200 4040
lerncafe@caritas.at

Die **Caritas Lerncafés** sind landesweit ein kostenloses Angebot, wenn Familien kein Geld für Nachhilfe haben, die Wohnsituation ungeeignet für das Lernen ist oder die Deutschkenntnisse des Kindes für den Schulerfolg noch nicht ausreichen.

Sie helfen den Kindern bei ihren Hausaufgaben und Testvorbereitungen, stärken deren Selbstvertrauen und sind dadurch ein wertvoller Motivationsfaktor für die Kids.

„Gemeinsam geht
viele besser!“



Ein **Internationaler Freiwilligeneinsatz** eröffnet Ihnen eine besondere Möglichkeit. Unsere Lernsätze im Ausland bieten die Chance in landwirtschaftlichen Projekten, Bildungseinrichtungen oder der medizinischen Versorgung tätig zu werden.

In Zusammenarbeit mit langjährigen Partner*innen bieten wir Einsatzorte in Äthiopien, Armenien, Ecuador und Mosambik an. Der Einsatz bietet Ihnen die Möglichkeit etwas Sinnvolles für sich und andere zu leisten, ein Land und seine Menschen kennenzulernen sowie Erfahrungen zu sammeln und eigene Kompetenzen zu stärken.

... um bei
weltweiten
Themen
mitzuwirken

Caritas
Auslandshilfe
M 0664-434 6658
int.freiwilligeneinsatz@caritas.at

Jung, interessiert und top motiviert ...



Kontakt Zivildienst

T 05522-200 1052
zivi.vbg@caritas.at

Freiwilliges Sozialjahr

M 0664-823 0142
info@sbov.at

Zivildienst, Freiwilliges Soziales Jahr oder ein Praktikum bei der Caritas

So einfach geht's:

- Du suchst einen Zivildienst- oder Praktikumsplatz?
- Du möchtest ausprobieren, ob die soziale Arbeit für dich eine berufliche Perspektive ist?
- Die Caritas bietet mit ihren vielfältigen Einsatzmöglichkeiten – in ganz Vorarlberg – ein breites Betätigungsfeld in der sozialen Arbeit.
- Um eine passende Einsatzstelle zu finden, macht es Sinn, selbst aktiv zu werden!

Und vieles mehr ...

Die **Caritas Vorarlberg** bietet viele Möglichkeiten, um freiwillig mitzuwirken. Erzählen Sie uns von Ihrer persönlichen Idee oder Ihrem Anliegen, wie Sie sich eine Zeitspende vorstellen können.

Infos zu aktuellen Aktivitäten erhalten Sie auf unserer Homepage oder im direkten Gespräch mit uns.



www.caritas-vorarlberg.at

„Wir freuen
uns auf Sie
und dich!“

Servicestelle Freiwilligenarbeit

T 05522-200 1041
freiwilligenarbeit@caritas.at

**Caritas
&Du**