

# Tipps für Freiwillige

Die Mitarbeit von Freiwilligen ist für zahlreiche Vereine, Initiativen und Organisationen von unschätzbbarer Bedeutung. Auch für Sie als Freiwillige:r soll der Einsatz positiv und bereichernd werden. Die nachfolgenden Tipps und Informationen helfen Ihnen dabei.

## Motivation

Überlegen Sie, was Sie motiviert, freiwillig tätig zu werden. Dann fällt es Ihnen leichter, den passenden Freiwilligeneinsatz zu finden. Was soll das Engagement Ihnen geben? 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?

## Zeitraumen

Wie viel Zeit möchten Sie für das freiwillige Engagement aufwenden? Seien Sie realistisch: Starten Sie lieber in kleinem Umfang und stocken Sie später auf. Neben regelmässigen Einsätzen gibt es auch punktuelle oder kurzfristige. Je nach Lebenssituation passt das eine oder andere besser.

## Aufgaben und Erwartungen

Nutzen Sie das Erstgespräch mit der Einsatzorganisation, um mehr über Ihre konkreten Aufgaben zu erfahren: Um welche Tätigkeiten geht es? Welche Erwartungen hat die Organisation an Sie? Und: Entspricht dies Ihren Vorstellungen und Wünschen? Teilen Sie auch Ihre eigenen Erwartungen mit. So kann Ihre Ansprechperson darauf reagieren.

## Einarbeitung und Begleitung

Klären Sie folgende Fragen: Wer ist während des Einsatzes Ihre Ansprechperson? Wie findet die Einarbeitung statt? Wie werden Sie später begleitet? Gibt es einen Erfahrungsaustausch mit anderen Freiwilligen? Bietet die Organisation Fortbildungen an?

## Entscheidungshilfe bei längeren Einsätzen

Lernen Sie die Organisation und deren Arbeitsweise, Ihre Ansprechperson und das Team kennen. Vielleicht können Sie sogar schnuppern?

## Spesenentschädigung

Fragen Sie, ob und wie Spesen während Ihres Einsatzes (z.B. Fahrtkosten, Material) entschädigt werden.

## **Versicherungsschutz**

Klären Sie ab, ob die Organisation eine Haftpflichtversicherung auch für Freiwillige abgeschlossen hat. Für die Unfallversicherung sind Sie selbst zuständig.

## **Verbindlichkeit und Dauer des Einsatzes**

Wenn Sie einen Freiwilligeneinsatz zusagen, verlässt sich die Organisation auf Sie. Geben Sie deshalb rechtzeitig Bescheid, wenn Sie z.B. wegen Krankheit oder Ferien verhindert sind. So kann sich eine Vertrauensbasis bilden. Fragen Sie schon am Anfang, welche Dauer für Ihren Einsatz vorgesehen ist.

## **Tätigkeitsnachweis**

Für Ihren beruflichen Werdegang oder spätere Tätigkeiten kann es sinnvoll sein, die Qualifikationen, die Sie bei Ihrem Freiwilligeneinsatz erwerben, zu dokumentieren. Klären Sie, ob Ihre Einsatzorganisation das «Dossier freiwillig engagiert» ausstellt.

Bei weiteren Fragen können Sie sich jederzeit an uns wenden. Viel Freude bei Ihrem freiwilligen Engagement!