



# Jung & freiwillig aktiv

## in sozialen Vereinen

### Tipps und beste Adressen



# Bist Du bereit? Lass Dich ein!

Dachverband für Soziales und Gesundheit [www.dsg.bz.it](http://www.dsg.bz.it)





## Herausgeber

Dachverband für Soziales und Gesundheit (DSG)  
Dienststelle für das Soziale Ehrenamt  
39100 Bozen - Dr.-Streiter-Gasse 4 - Tel. 0471 324667  
www.dsg.bz.it – volontariat@dsg.bz.it



## Projekt und Umsetzung

In Zusammenarbeit mit den Mitgliedsorganisationen im Dachverband  
Texte, Gestaltung: S. Terzariol, G. Leimstädtner, B. Santa, E. Hörwarter  
Wir danken den jungen Freiwilligen Lorenzo, Elgyn, Max, Natasha, Irene,  
Daniel, Rebekka, Elisa, Daniela für die Erarbeitung der Texte.  
Titelbild: Gregor Khuen Belasi für DSG

Allgemeine Informationen und Fotos wurden von den Mitgliedsorganisationen  
des Dachverbandes zur Verfügung gestellt.  
Aktualisierte Version unter [www.dsg.bz.it](http://www.dsg.bz.it)  
Bei Angabe der Quelle und des Autors ist jede Art der Vervielfältigung erlaubt.

Infos: Dienststelle für das soziale Ehrenamt [www.dsg.bz.it](http://www.dsg.bz.it)

Publikationen u. a.: „Da-Sein- Leitfaden zur freiwilligen Arbeit“,  
„Mitmachen und Lernen - Bildungsmöglichkeiten in Sozialorganisationen“

## Ausgabe

Mai 2014

Diese Broschüre konnte realisiert werden durch die Unterstützung von:



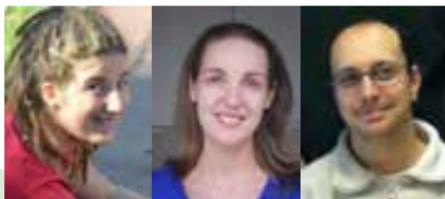
*Freiwilligenarbeit bedeutet, Personen unterschiedlichen Alters und verschiedener Herkunft kennen zu lernen, sich für Menschen in verschiedenen Situationen einsetzen und gemeinsam neue Zukunftsprojekte gestalten.*

*Zudem ist es eine persönliche Bereicherung, eine Erfahrung, die einem nicht nur im engen Kreis des Sozialen Ehrenamtes, sondern auch im Alltagsleben nützlich werden kann.*

*Wir alle erleben Momente der Schwäche und Einsamkeit. Auch du kannst wichtig sein, indem du deine Zeit und deine Nähe zur Verfügung stellst. Du machst es für die anderen, aber es hat auch auf dich positive Auswirkungen!*

*Elisa, Elgyn, Max \**

*\* Sie haben mit weiteren 7 jungen Freiwilligen zur Realisierung dieses Wegweisers beigetragen.*



*Dieser Wegweiser ist die Fortsetzung einer Aktion des Dachverbandes und der Mitgliedsorganisationen. Im Jahr 2010 hat die Aktion mit zirka zehn Projekten zur sozialen Freiwilligenarbeit für Jugendliche ab 15 Jahren begonnen.*

*Mit der Prämierung des "Cultura Socialis" Preises 2011 konnten mehr Sichtbarkeit, die Anerkennung der Stadt Bozen und viele Rückmeldungen von Interessierten bewirkt werden.*

*Inzwischen sind es über 40 Freiwilligenstellen in unseren Mitgliedsorganisationen für Jugendliche ab 15 Jahren und einige auch für über 18-Jährige.*

*Es braucht Zeit und geeignete Tätigkeiten. Viele junge Menschen warten nur darauf, eine Möglichkeit zum Aktivwerden zu bekommen. Gute Gründe um gemeinsam weiter zu machen!*

*Martin Telser, Präsident des Dachverbandes*





Gemeinsamer Urlaub

## Melde Dich:

39012 Meran  
Manzonistraße 31-33  
Tel. 0473 211423  
[www.afb.bz.it](http://www.afb.bz.it)  
[info@afb.bz.it](mailto:info@afb.bz.it)

Sektionen: Vinschgau,  
Burggrafenamt, Passeier, Bozen,  
Eisacktal, Wipptal, Pustertal

## Projekte für junge Freiwillige

### Begleitung von Menschen mit motorischen Einschränkungen

Mithilfe für unsere Mitglieder während Veranstaltungen und Ausflügen  
Zeitraum: an Wochenenden, das ganze Jahr über

### Kreativgruppe für Menschen mit Behinderung

Unterstützung von Menschen mit Behinderung bei Malarbeiten  
Ort: Meran – Zeitraum: immer Dienstag Nachmittag

### Weihnachtsmarkt und Flohmärkte

Mithilfe bei Handarbeiten und Sammelaktionen von Gebrauchtgegenständen  
Ort: in allen Sektionen

## Unsere Aktivitäten

Unser Hauptziel ist die Förderung der Menschen mit körperlicher Behinderung.

Einige Aktivitäten mit dem Ziel der sozialen Eingliederung:

- Freizeitaktivitäten und Fachberatungen
- Sensibilisierungsaktionen, z.B. zum Abbau architektonischer Hindernisse
- Transportdienste in ganz Südtirol

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen  
Recherchen: Architektonische Barrieren, Integration von Menschen mit Behinderungen



Verantwortliche  
für Freiwillige

Verena  
Wolf

## Melde Dich:

39100 Bozen  
Piacenzastraße 29a

Tel. 0471 204476

[www.aias-bz.it](http://www.aias-bz.it)

<http://infoclubbz.blogspot.com>

<http://ondaaias.blogspot.com>

[andrea@aias-bz.it](mailto:andrea@aias-bz.it)



Ferienaufenthalt 2012

## Projekte für junge Freiwillige

### Sommerzeit mit AIAS

Freizeitaktivitäten mit Menschen mit Behinderung  
Zeitraum: ab August

### Freiwillig das ganze Jahr über!

Mitmachen bei kreativen Freizeitaktivitäten: Samstagsclub, KreaLab, InfoLab  
Zeitraum: Herbst bis Frühjahr

### Meeres- und Bergaufenthalte 18+

Unterstützung vom Begleitpersonal - mit Einführungskurs  
Zeitraum: 14tägig, Ende Juni und Anfang August



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Andrea  
Di Curti

## Unsere Aktivitäten

- Wir setzen uns für Menschen mit Behinderung ein durch
- Organisation von Ausflügen und Ferienaufenthalten
- Kreativ- und Bildungswerkstätten
- Fachbibliothek zum Thema Behinderung

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen  
Recherchen: Thema Behinderung und Integration



Organspendertag - AIDO in der Schule

## Melde Dich:

39100 Bozen  
Grieserplatz 18  
Tel. 0471 285188  
[www.aido.it/Bozen](http://www.aido.it/Bozen)  
[altoadige@aido.it](mailto:altoadige@aido.it)

## Projekte für junge Freiwillige

### Organspende – Was sagen Jugendliche dazu?

Weltweite Recherche im Internet und Social Networks zum Thema Organspende  
Zeitraum: zu vereinbaren

### Gestaltung von Infomaterial

Jugendliche erarbeiten Flyer, Plakate ec. zum Thema Organspende  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Unterstützung bei Sekretariatsarbeiten

Mithilfe in der Archivpflege  
Zeitraum: Wochentage - zu vereinbaren

### Öffentliche Veranstaltungen

Mithilfe bei der Organisation von landesweiten Veranstaltungen  
Zeitraum: das ganze Jahr über

## Unsere Aktivitäten

Wir informieren über Organspenden für Transplantationszwecke und organisieren:

- Informationskampagnen und Öffentlichkeitsarbeit
- Sonderprojekte und Vorträge
- Kooperationen mit Krankenhausärzten und Sanitätern

### Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Recherchen zum Thema Organspende  
Teilnahme an Fachveranstaltungen und Bildungsprogrammen



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Annamaria  
Saviolo

## Melde Dich:

39100 Bozen  
Quireinerstraße 34  
Tel. 0471 283161  
[antea.bz@virgilio.it](mailto:antea.bz@virgilio.it)



Gesellschaftsspiele

## Projekte für junge Freiwillige

### Begleitung bei Transportdiensten

Unterstützung beim Transportdienst für Senior/innen zu den Ambulatorien  
Zeitraum: Wochentage – zu vereinbaren

### Aktivitäten am Vereinsitz

Gesellschaftsspiele oder Animation zur Förderung verschiedener Fähigkeiten  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Unterstützung bei Sekretariatsarbeiten

Mithilfe in der Archivpflege  
Zeitraum: Wochentage – zu vereinbaren



Verantwortliche  
für Freiwillige

Ugo  
Lovati

Verantwortlicher  
für Freiwillige

Franco  
Murano

## Unsere Aktivitäten

Wir bieten für Senior/innen folgende Initiativen und Betreuung an:

- Bewegungstraining
- Kreative, kulturelle, handwerkliche Aktivitäten
- Fachvorträge
- Transportdienste

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Recherchen: Aktives Altern, Sozialprojekte, Gesundheit



Gesund wandern in Lana

## Melde Dich:

39011 Lana  
A. Hoferstraße 2, beim  
Gesundheits- und Sprengel  
Tel. 0473 553080  
[www.freiwillige.it](http://www.freiwillige.it)  
[fsd-freiwillige@bzgbga.it](mailto:fsd-freiwillige@bzgbga.it)

## Projekte für junge Freiwillige

### Begleitung der Gruppe "Gesund wandern in Lana" 18+

Senior/innen bei Spaziergängen in der Umgebung des Dorfes begleiten  
Zeitraum: von Frühling bis Herbst

### Essen auf Rädern in Ulten 18+

Essen auf Rädern bis zu den fernsten Bauernhöfen  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Gesellschaft leisten 18+

Sich mit Senior/innen unterhalten, sie zum Arzt begleiten, "ratschen" ...  
Zeitraum: das ganze Jahr über

## Unsere Aktivitäten

Wir helfen Familien in Not, Senior/innen und Menschen in schwierigen Lebenssituationen. Unser Einsatzgebiet ist der Sprengel Lana von Tscherm's bis Proveis, von Gargazon bis ins Ultental in Zusammenarbeit mit der gleichnamigen Sozialgenossenschaft.

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen  
Recherchen zu den Themen Aktives Altern,  
Behinderung und soziale Notlagen



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Claudia  
Egger

## Melde Dich:

39100 Bozen  
G. Galileistraße 4/a  
Tel. 335 5452470  
[www.aadh.it](http://www.aadh.it)  
[info@aadh.it](mailto:info@aadh.it)



Ferienaufenthalt am Meer

## Projekte für junge Freiwillige

### Lauf "Wir wandern zusammen - Camminiamo insieme"

Mithilfe bei der Planung und Durchführung zu Sensibilisierungsaktionen  
Zeitraum: Mai - Juni

### Gemeinsam wachsen

Mithilfe bei Freizeitaktivitäten (Konzerte, Kino, Theater, Sport)  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Neue Menschen, neue Ideen

Austausch und Anregungen für Neues in unserem Verein  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Gemeinsam ans Meer! 18+

Mithilfe während der Meeresaufenthalte an der Adriaküste  
Zeitraum: 2 Turnusse (Juli - August)



Verantwortlicher  
für Freiwillige  
Massimo  
Alemi

## Unsere Aktivitäten

Seit 37 Jahren ist die soziale Integration von Personen mit Behinderung unser Ziel.

Unsere Freizeitinitiativen reichen von Begleitung und Betreuung bei Ausflügen, Sommeraufhalten bis hin zu Sport-, Kino- und Theaterveranstaltungen.

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Recherchen zum Thema Behinderung  
Individuelle Erfahrungen und Gespräche



Sensibilisierungsaktion

## Melde Dich:

39100 Bozen  
Baristraße 14/a  
Tel. 0471 932200  
[www.propositiv.bz.it](http://www.propositiv.bz.it)  
[info@propositiv.bz.it](mailto:info@propositiv.bz.it)

## Projekte für junge Freiwillige

### Grafische Neugestaltung von Informationsflyern

Informationen zu Initiativen des Vereins  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Aktualisierung der Website

Infos auf den neuesten Stand bringen und Eingabe von News  
Zeitraum: nach Vereinbarung

### Sensibilisierungsevents

Mithilfe bei der Planung und Durchführung von Events (z. B. Konzerte)  
Zeitraum: das ganze Jahr über

## Unsere Aktivitäten

Unsere Ziele sind:

- Prävention und Aufklärung zu HIV und AIDS
- Verbreitung von korrekten Informationen, Beratungen
- Organisation von Sensibilisierungsinitiativen

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen  
Freiwillige Ferieneinsätze der Provinz Bozen  
Recherchen zu Infektionskrankheiten und deren Prävention



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Antonella  
Diano

## Melde Dich:

39100 Bozen  
 G. di Vittoriostraße 33  
 Tel. 335 7522487  
[www.volontarius.it](http://www.volontarius.it)  
[daniel.brusco@volontarius.it](mailto:daniel.brusco@volontarius.it)



Ein gemeinsames Fest

## Projekte für junge Freiwillige

### Fest zum Tag des Flüchtlings

Mithilfe beim Fest mit Menschen verschiedene Nationalitäten/Kulturen  
 Zeitraum: Mai – Juni

### Aktivitäten in der Tagesstätte für Obdachlose

Mithilfe bei der Organisation von Sportturnieren, Kinobesuche, Workshops, Spiele, Besichtigungen  
 Zeitraum: das ganze Jahr über

### Hilfsköche gesucht 16+

Mithilfe bei der Vorbereitung der Mahlzeiten für den Bahnhofspark  
 Zeitraum: das ganze Jahr über, nach Vereinbarung

### Zivildienst 18+



Verantwortlicher  
 für Freiwillige

Daniel  
 Brusco

## Unsere Aktivitäten

Wir setzen uns für die Rechte und Würde von Menschen in schwierigen Lebenslagen ein. Wir bieten landesweit Begleitung, Gespräche und Unterstützung in folgenden Bereichen an:

- Streetwork und Aufnahmestrukturen
- Kunst und Freizeit
- Sozialer 24-h-Notdienst

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen  
 Zivildienst – Europäischer und Internat. Freiwilligendienst  
 Recherchen zum Thema Flüchtlinge



## Melde Dich:

39100 Bozen  
Aostastraße 25  
Tel. 0471 200588  
[www.auserbz.org](http://www.auserbz.org)  
[presidio@auserbz.org](mailto:presidio@auserbz.org)  
Sektion: Meran

## Projekte für junge Freiwillige

### Junge Sommerzeit mit AUSER

Mithilfe bei Animation und Freizeitaktivitäten im Sitz oder in Seniorenheimen  
Zeitraum: Sommermonate

### Helfende Hände

Begleitung von Senior/innen beim Einkaufen oder gemeinsam spazieren, usw  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Seniorenclub "La Ruota" Bozen

Animation und Gruppenspiele im Seniorenclub  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Seniorenwohnheime und KH-Abteilung Geriatrie 18+

Unterstützung der dort tätigen Freiwilligen nach Ausbildungslehrgang  
Zeitraum: das ganze Jahr über

## Unsere Aktivitäten

Wir fördern soziale Integration, Solidarität und Selbstständigkeit durch

- Unterstützung im Haushalt
- Fachberatungen
- Transportdienste
- Freizeitaktivitäten – Musik, Kultur, Ausflüge und Aufenthalte

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen  
Monitoring-Projekte zum Thema Aktives Altern



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Irene  
Pampagnin

## Melde Dich:

39100 Bozen

Schießstandweg 36

Tel. 0471 442323

[www.blindenzentrum.bz.it](http://www.blindenzentrum.bz.it)

[katharina.schmidhammer@](mailto:katharina.schmidhammer@blindenzentrum.bz.it)

[blindenzentrum.bz.it](http://blindenzentrum.bz.it)



Gerüchen und Geräuschen auf der Spur

## Projekte für junge Freiwillige

### Viele Stimmen um besser zu sehen

Vorlesen und Audioaufnahme von Texten aus Zeitschriften und Büchern

Zeitraum: das ganze Jahr über

### Du siehst, was ich hören kann

Begleitung bei Ausflügen oder Veranstaltungen an Wochenenden

Zeitraum: das ganze Jahr über

### Ein gemeinsames Fest

Gemeinsam mit uns organisiert eine Gruppe von Jugendlichen den Tag

Zeitraum: Frühling – Sommer



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Katharina  
Schmidhammer



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Veronika  
Joas

## Unsere Aktivitäten

Das Blindenzentrum ist ein Ort der Begegnung, wo Blinde, Sehbehinderte, aber auch Sehende Kommunikation und Erfahrungsaustausch sowie Selbständigkeit pflegen können.

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen  
Zivildienst - Sozialdienst

Recherchen zum Thema Sehbehinderungen  
Individuelle Erfahrungen und Gespräche:

<http://www.blindenzentrum.bz.it/943.html>



Kunsthandwerkliches Arbeiten beim CIRS

### Melde Dich:

39100 Bozen  
Frontkämpferstraße 3/2  
Tel. 0471 271707  
[cirs.bz@virgilio.it](mailto:cirs.bz@virgilio.it)

### Projekte für junge Freiwillige

#### Wir lernen gemeinsam 18+

Einführung der Arbeitsgruppe in die Tätigkeiten der Strick- und Kunstwerkstätten

Zeitraum: das ganze Jahr über nach Vereinbarung - mit Ausbildungslehrgang

#### Ein Schaufenster unserer Werkstätten 18+

Mithilfe bei der Organisation und Führung unseres Ladens in der Stadtmitte

Zeitraum: das ganze Jahr über nach Vereinbarung – mit Ausbildungslehrgang

### Unsere Aktivitäten

Wir helfen Menschen mit einer psychischen Erkrankung bei der Wiedereingliederung in die Arbeitswelt. Unsere zwei Tätigkeitsbereiche sind die Werkstatt für Kunsthandwerk (Dekoration, Keramik und Glas) und die Werkstatt für Strickwaren.

Weiters führen wir einen kleinen Laden in der Stadtmitte.

### Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen

Recherchen zur psychischen Gesundheit



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Doris  
Cicchetti

## Melde Dich:

39100 Bozen  
Latemarstraße 8  
Tel. 0471 974431  
[www.ehk.it](http://www.ehk.it)  
[info@ehk.it](mailto:info@ehk.it)



Ferienwoche in den Bergen

## Projekte für junge Freiwillige

### Übersetzungshilfe 18+

Mithilfe im Sekretariat beim Übersetzen von Texten in dt. oder it. Sprache  
Zeitraum: das ganze Jahr über

### Musik- und Kreativwochen 18+

Begleitung von hörgeschädigten Kindern und ihren Familien  
Zeitraum: Sommermonate - mit Bildungsplenum

### Italienisch- und Englisch-Übungen 18+

mit deutschsprachigen hörgeschädigten Kindern - in unserem Wohnheim  
Zeitraum: während des Schuljahrs

### Mitarbeit bei verschiedenen Projekten

Zeitraum: das ganze Jahr über



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Ulrike  
Oberstolz

## Unsere Aktivitäten

Wir bieten Eltern von hörgeschädigten Kindern Unterstützung in verschiedenen Bereichen wie Arbeit, Alltag, Freizeit durch

- die Zusammenarbeit mit verschiedenen Diensten
- Freizeitaktivitäten
- Familienwochen und Kurse
- Wohnheim für Jugendliche in Bozen

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen  
Recherchen zum Thema Hörbehinderung



Mitmachen beim Sporttag

## Melde Dich:

39100 Bozen  
Josef Mayr Nusser Straße 58  
Tel. 0471 976541

[www.gwb.bz.it](http://www.gwb.bz.it)  
[info@gwb.bz.it](mailto:info@gwb.bz.it)

Werkstätten  
in Bozen und Meran

## Projekte für junge Freiwillige

### Werkstätten in Bozen

- Räumlichkeiten barrierefrei umgestalten
  - Erstellung eines leicht lesbaren Katalogs für Menschen mit Behinderung
  - Tag der offenen Tür zur Präsentation der Aktivitäten unserer Werkstätten
  - Website und "Charta der Werte" zur Information aller Interessierten
- Zeitraum: 2 Wochen nach Vereinbarung

### Werkstätten in Meran

- Mitarbeit bei Gruppenarbeiten
  - Unterstützung des Personals (z. B. beim Lehren neuer Aufgaben)
  - Begleitung bei Freizeitaktivitäten (Ausflüge, Sportaktionen, usw.)
- Zeitraum: Sommermonate - nach Vereinbarung

### Unsere Aktivitäten

Wir bieten Menschen mit einer Behinderung die Eingliederung in die Arbeitswelt an und befähigen, trainieren, ermutigen sie durch einfache Industriearbeiten und Fertigung von handgewebenen Teppichen.

### Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Zivildienst

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen

Recherchen zu Behinderung, Arbeitseingliederung, Kreativwerkstätten



Verantwortliche  
für Freiwillige  
Silvia  
Fontana

**Melde Dich:**

39100 Bozen  
 Dr.-Streiter-Gasse 4  
 Tel. 0471 312424  
[www.join-life.it](http://www.join-life.it)  
[info@join-life.it](mailto:info@join-life.it)



Denn Selbsthilfe ist weit mehr als nur Probleme wälzen!

**Projekte für junge Freiwillige****Join-Life - junge Selbsthilfe 18+**

- Neue Ideen und Inputs, um bei jungen Erwachsenen für Selbsthilfe zu werben
  - Planung und Durchführung von Veranstaltungen zur jungen Selbsthilfe
  - Praktische Mitarbeit bei Selbsthilfeevents
- Zeitraum: das ganze Jahr über, vorwiegend aber in den Sommermonaten

**Selbsthilfegruppen in Südtirol**

- Datenaktualisierung der bestehenden Selbsthilfegruppen
- Versand von Infomaterial zur Selbsthilfe

Zeitraum: das ganze Jahr über, vorwiegend aber in den Sommermonaten



Verantwortliche für Freiwillige

Julia  
Kaufmann



Irene  
Gibitz

**Unsere Aktivitäten**

Als professionelle Beratungsstelle zur Selbsthilfe im Dachverband für Soziales und Gesundheit bieten wir südtirolweit Kontakte, Information und Beratung rund um das Thema Selbsthilfegruppen. Wir unterstützen aktiv bei der Gruppengründung und bieten infrastrukturelle Hilfen, Begleitung von Gruppen sowie Fortbildungs- und Sensibilisierungsangebote im Bereich Selbsthilfe.

**Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen**

Praktika für Student/innen, Themenvertiefungen



Wanderung in den Bergen

## Melde Dich

39031 Bruneck

Dantestraße 4

Tel. 0474 530266

[www.lichtung-girasole.it](http://www.lichtung-girasole.it)

[lichtung@dnet.it](mailto:lichtung@dnet.it)

## Projekte für junge Freiwillige

### Aktualisierung der Website

Mithilfe im Sekretariat für die Eingabe von News

### Neue Ideen, neue Inputs

Grafische Gestaltung von Informationsmaterial von Jugendlichen für Jugendliche

### Gemeinsame Freizeitbeschäftigungen

Begleitung bei Ausflügen, Samstag und Sonntag

## Unsere Aktivitäten

Wir setzen uns ein für

- die Interessen von Menschen mit psychischer Erkrankung
- Präventionsaktionen, Förderung der sozialen Eingliederung
- Informations- und Sensibilisierungsarbeit
- Beratungen und Initiativen in Form von Selbsthilfe und diverser Freizeitaktivitäten

## Weitere Möglichkeiten

Recherchen zum Thema psychische Gesundheit



Verantwortliche  
für Freiwillige

Monika  
Gasser

## Melde Dich:

39042 Brixen  
Bahnhofstraße 29  
Tel. 342 1558844  
[www.punkt.it](http://www.punkt.it)  
[info@punkt.it](mailto:info@punkt.it)



Gemeinsam schafft man vieles!

## Projekte für junge Freiwillige

### Young Power At Work! 16+

Mitarbeit in Arbeitsintegrationsprojekten  
Zeitraum: das ganze Jahr über, vorwiegend aber in den Sommermonaten

### Creativ Multikulti! 16+

Mitarbeit Stoffwerkstatt für Frauen mit Migrationshintergrund – Mühlbach  
Zeitraum: das ganze Jahr über



Verantwortliche  
für Freiwillige

Christine  
Sonja Hofer

## Unsere Aktivitäten

Unser Ziele sind die Integration, Beratung, Begleitung und Förderung von Menschen mit

- Behinderung
- Abhängigkeitserkrankungen
- psychischen Erkrankungen
- Migrationshintergrund

mit dem Ziel ihre beruflichen und persönlichen Kompetenzen weiterzuentwickeln in Zusammenarbeit mit der Sozialgenossenschaft RENOVAS.

## Weitere Möglichkeiten zum Mitmachen

Praktika für Oberschüler/innen und Student/innen

### Irene (25 J.)

Während dem zweiten Jahr der Oberschule habe ich die weite Welt des sozialen Ehrenamtes kennengelernt und habe bei einem Verein für Menschen mit Behinderung angefangen. Ich war mit der Animation einer Gruppe von 4-5 Kindern beschäftigt. Auch wenn ich das nur an einem Nachmittag in der Woche machte, war es eine recht anspruchsvolle Tätigkeit, die sehr viel Geduld, Konzentration und Ausdauer erfordert.

Diese Erfahrung hat mich zweifellos beeinflusst und deshalb habe ich mich für das Soziale entschlossen - eine völlig andere Richtung als in der ich mich ausgebildet habe - und eine Stelle als Koordinatorin von Freiwilligen in einem Verein angenommen. Meine Erfahrungen als Freiwillige waren mir daher nützlich um die Organisation und die Motivation besser zu verstehen, welche Freiwillige dazu bewegt ihre Zeit anderen zu widmen.



Junge Leute können eine große Ressource für die Gesellschaft sein, indem sie monatlich nur eine Stunde ihrer Zeit anderen widmen und zugleich auch sich selbst, denn Freiwilligenarbeit bedeutet Wohlbefinden für andere aber auch für sich selbst!

### Max (29 J.)

Ich persönlich halte folgenden Satz in Ehren:  
„Freiwilligenarbeit zu leisten ist eine Bereicherung im Sinne von Erfahrungen, durch die man befähigt wird immer mehr und immer unterschiedlichere Erfahrungen zu machen“.



Mir wurde bewusst, dass das Leben eine Verkettung von Umständen und Erfahrungen ist, nicht immer positive, aber ohne die wir nicht das wären, das wir sind. Wenn ich nicht dazu eingeladen worden wäre ein Volontariat bei einem Verein zu machen, wo ich gleich erkannt habe, dass mein Beitrag nicht so notwendig war, dann hätte ich mich nicht auf die Suche nach einer anderen, für mich passenden Möglichkeit des sozialen Ehrenamtes gemacht. Seht ihr wie aus einer scheinbar negativen Erfahrung sich etwas Positives entwickeln kann!?

Es hat mir geholfen meine Grenzen zu erkennen. Ein Volontariat ist eine Erfahrung, die man einmal im Leben machen und ausprobieren muss, mit dem Mut Neues zu wagen und dann zu entscheiden: „Ist es etwas für mich?“

## Elisa (17 J.)



*Hilfe, ich bin eine Freiwillige! Ich habe es mir nicht ausgesucht, es ist einfach passiert. Und seitdem kann ich nicht mehr*

*aufhören! Nun mal ganz im Ernst: nirgendwo sonst konnte ich in meinem ganzen Leben derart positive Gefühle und so viel Bereicherndes erleben. Das mag wie ein rhetorischer Satz klingen, ist aber so.*

*Ich arbeite nun vorwiegend mit Kindern, habe aber vorher Erfahrungen in verschiedensten Bereichen gesammelt. Dazu gehörte der Aufnahmedienst für Frauen in Not, die Essensausgabe, Sprachkurse für Migranten. Dadurch konnte ich viele für mich neue und fremde Lebenswelten, Personen und Gefühle kennenlernen. Ich bin dadurch viel selbstbewusster geworden und konnte vieles lernen.*

*Das Helfen, der direkte Kontakt mit anderen, die Interaktion, all das hat meine eigene Haltung gegenüber der Welt verändert. Soziales Ehrenamt erzeugt Unmengen an Hoffnung!*

## Lorenzo (18 J.)

*Hallo, ich heiße Lorenzo, wohne in Bozen und besuche eine soziale Oberschule. Ich habe mich dafür entschieden einem Verein für Senior/innen zu helfen.*

*Anfangs hatte ich Angst und machte mir Sorgen, aber mit der Zeit habe ich gemerkt, dass ich immer offener wurde. Vor allem wurde ich viel zufriedener. Als Freiwilliger hilft und gibt man. Man bekommt aber auch viel zurück. Im Verein wurde ich herzlich aufgenommen, alle haben mir auf meinem Weg mit guten Ratschlägen geholfen.*

*Viele schulfreie Nachmittage verbringe ich zusammen mit Senior/innen. Wir sitzen beisammen, trinken etwas gemeinsam und unterhal-*



*ten uns, spielen Karten und machen Gymnastik. Eine schöne Erfahrung war auch der Versuch im Seniorenheim mitzuhelfen. Dort habe ich gelernt Geduld zu haben, den anderen zuzuhören und sie zu verstehen. Aber vor allem habe ich gelernt, dass wir alle uns gegenseitig brauchen!*

## Nachweis zum sozialen Ehrenamt

### Zur Anerkennung deines freiwilligen Einsatzes und der dabei erworbenen Kompetenzen

Habt ihr bei einer der hier beschriebenen Projekte mitgemacht? Wollt ihr weitere Erfahrungen als Freiwillige sammeln? Fragt einfach nach dem **Nachweis zum sozialen Ehrenamt!**

Dort werden eure Daten sowie eure Tätigkeiten als Freiwillige eingetragen. Habt ihr auch Aus- und Weiterbildungen besucht, so werden auch diese Angaben hier Platz finden. Dies alles wird beim Erstellen eures Lebenslaufes sowie für die Schule und die Arbeit sehr nützlich sein. Der Nachweis eures freiwilligen Einsatzes zeigt und bescheinigt all eure ehrenamtlich ausgeübten Funktionen und Aufgaben.



Braucht ihr für die Schule weitere Bestätigungen für **Bildungsguthaben**? Auch diese könnt ihr selbstverständlich bekommen, mit detaillierten Angaben der erworbenen Fähigkeiten und Kompetenzen

**Erfahrungen — Esperienze**

Begleitung, Zusammenarbeit  
Compagnia, organizzazione

Projekt - Progetto

Ort, Zeitraum und Dauer (h) - Luogo, periodo e ore

Funktion / Verantwortung - Ruolo / Responsabilità

## Bestätigung Freiwilligenarbeit

Braucht ihr für die Schule weitere Bestätigungen für die Anerkennung von Bildungsguthaben? Auch diese werden im Verein ausgehändigt, mit genauen Angaben der erworbenen **Fähigkeiten und Kompetenzen** (z.B. Teamarbeit, Kommunikation, Mithilfe, ....)

Neue Fähigkeiten und Kompetenzen geben eurem Einsatz als junge Freiwillige noch mehr Wert und fördern die Motivation.

Dieser Raster gilt für Ausbildungen sowie für die Arbeit: die wichtigsten Angaben kommen dann in eurem **Lebenslauf** hinein und können auch euren Arbeitgebern vorgelegt werden.

Freiwillig sein bedeutet Mehrwert für das Leben gewinnen!



**Bestätigung Freiwilligenarbeit**

Datum: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Geburtsort/datum: \_\_\_\_\_

Von (Früher) \_\_\_\_\_ Teil in folgenden Organisationen (Bestimmung, Anzahl):

als Koordinator/Präsidentin: \_\_\_\_\_ durchgeführt

Zitrusen + Beerenstunden: \_\_\_\_\_

ausgeführten Tätigkeiten: \_\_\_\_\_

Name des Verantwortlichen: \_\_\_\_\_

Beachte Weiterbildungen/Tagungen (TZG, von - bis, Stunden):

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

**Erworben Fähigkeiten/Kompetenzen:**  
(z.B. Arbeiten in der Gruppe, Planen von Aufgaben, Einhalten der Vereinssatzung, Züchtungsmaßnahmen, Verantwortungsbewusstsein, ...)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

STAMPF! des Vereins und Unterschrift des Verantwortlichen:

\_\_\_\_\_

\* Diese Bestätigung kann von der Schulbehörde zur Anerkennung von Bildungsguthaben eingegliedert werden

Dieser Wegweiser beinhaltet zahlreiche Angebote zur Freiwilligenarbeit und wurde eigens für Jugendliche ab 15 Jahren erarbeitet. Einige dieser Angebote eignen sich für Jüngere, andere hingegen erst Over18 (siehe Kürzel **18+**).

Die Vereine bieten dir ein erstes **Orientierungsgespräch**, klare Informationen, Aufgabenbeschreibung, Bezugspersonen, Versicherungsschutz, Formulare zur Eintragung der schulischen Bildungsguthaben, und manche bieten auch eine Grundausbildung an, damit du noch besser auf deine neue Aufgabe vorbereitet bist.

Am Ende deines Einsatzes erhältst du vom Tutor den **Nachweis** zum sozialen Ehrenamt für die Eintragung deiner geleisteten Beiträge und Ausbildungen: dieser Nachweis kann an der Schule, sowie für Arbeitsbewerbungen zusammen mit dem Lebenslauf vorgewiesen werden. Dein Tutor im Verein wird dir nach Anfrage auch die Bestätigung der in den Freiwilligenaktivitäten erworbenen **Kompetenzen** (etwa Verantwortung, Teamarbeit, aktives Zuhören, Organisationsfähigkeiten, usw.) ausstellen.

Für dich ist dies eine wichtige Entscheidung und erfordert viel Mut. Trau dich ruhig!

Für weitere Infos und den Austausch von Kontakten melde dich telefonisch, per E-Mail, oder schau einfach bei uns im Büro vorbei. Wir freuen uns!

Simonetta Terzariol, Georg Leimstädtner

Dienststelle für das Soziale Ehrenamt  
Dachverband für Soziales und Gesundheit  
39100 Bozen - Dr.-Streiter-Gasse 4 - Tel.  
0471 324667  
[www.dsg.bz.it](http://www.dsg.bz.it) – [volontariat@dsg.bz.it](mailto:volontariat@dsg.bz.it)

