

# Caritas &Du



**Freiwillig** etwas bewirken.

Die Caritas baut auf Menschen, die sich freiwillig engagieren. So kann die Wirkung der Caritas vervielfacht werden. Sie helfen mit, dass Menschen in Not geholfen werden kann.

Durch Ihren freiwilligen Einsatz setzen Sie Ihre persönlichen Fähigkeiten für einen guten Zweck ein. Als „Dankeschön“ können Sie vom „Abenteuer Caritas“ viele neue Erfahrungen, Bereicherungen und Eindrücke mitnehmen. Das Wichtigste ist jedoch die Gewissheit, dass Sie durch Ihr persönliches Engagement anderen Menschen helfen können.

Stellen auch Sie Ihr Wissen, Ihr Know-How und Ihre Zeit zur Verfügung. Wir suchen Menschen wie Sie. Rufen Sie uns an! Nicht irgendwann, jetzt gleich. Wir beraten Sie gerne!

Gemeinsam können wir erreichen, dass Menschen in Not nicht alleine bleiben!

*Herzliche Dank!*  
*Franz Küberl*

**Franz Küberl**  
**Caritasdirektor**

## Interesse, Motivation und Zeit!

Mit welcher Organisation wollen Sie zusammen arbeiten?

Am Anfang Ihrer Reise zur freiwilligen Mitarbeit stehen der Wunsch sich sozial zu engagieren, einen Beitrag zur Linderung von Not und Armut zu leisten oder praktische Erfahrungen in der sozialen Arbeit zu sammeln.

Die Motive karitativ tätig zu werden, sind oft genauso vielfältig wie die Lebenssituationen, in denen diese Entscheidung getroffen wird.

Ist die Entscheidung erst einmal gefallen, stellt sich oft die Frage, in welcher Organisation Sie sich engagieren wollen.

Diese Frage hat Sie in die **Caritas** geführt und wir heißen Sie in der Servicestelle Freiwilliges Engagement herzlich willkommen!

Wir sind eine wichtige Anlaufstelle für soziales Engagement in der Steiermark. Wir sehen uns als Vermittlerin zwischen Ihnen und den Menschen, die in ihrem täglichen Leben Hilfe und Unterstützung brauchen.

Egal was Sie beitragen wollen, wo Ihre Interessen, Ihre Stärken und Erfahrungen liegen und wie viel Zeit Sie einbringen können - in der Caritas finden Sie unterschiedlichste Möglichkeiten sich sozial zu engagieren.

Wir haben uns zum Ziel gesetzt, gemeinsam mit Ihnen die optimale und passende Aufgabe für Sie zu finden und Sie dabei zu begleiten.



"Schon lange habe ich nach einer Möglichkeit gesucht karitativ tätig zu sein. Die Servicestelle Freiwilliges Engagement der Caritas hat mir in einem persönlichen Gespräch Aufgaben vorgeschlagen, in denen ich jetzt mein berufliches Wissen und meine Erfahrung einbringen kann."

**Werbedesignerin, Graz**  
**Freiwillige Mitarbeiterin in der Caritas**

## Was möchten & können Sie beitragen?

Die Aufgabenfelder für Freiwillige sind so vielfältig wie die Notlagen der Menschen.

Freiwilliges soziales Engagement bedeutet, sich persönlich für Menschen einzusetzen, die Hilfe und Unterstützung brauchen. Angefangen bei Kindern und Jugendlichen in schwierigen Situationen, wohnungslosen oder arbeitssuchenden Menschen, Menschen mit Behinderung, AsylwerberInnen, alten und pflegebedürftigen Menschen oder Menschen mit Suchterfahrung - die Notlagen der Menschen sind genauso unterschiedlich wie die Möglichkeiten sie zu unterstützen.

Damit Sie in dieser Vielfalt die passende Aufgabe für sich finden, haben wir die Möglichkeiten unseren Zielgruppen und deren Bedürfnissen entsprechend dargestellt:

1. Kinder & Jugendliche
2. Familien
3. Menschen in existenziellen Notlagen und schwierigen Situationen
4. Menschen ohne Arbeit oder Wohnung
5. Alte Menschen
6. Menschen mit Behinderung
7. Menschen aus anderen Kulturkreisen
8. Internationaler Freiwilligeneinsatz

Innerhalb dieser Gruppierungen gibt es zahlreiche Möglichkeiten zu helfen. Um Ihnen einen Eindruck über die unterschiedlichen Aufgabenfelder zu geben, haben wir auf den kommenden Seiten einige davon genauer unter die Lupe genommen.

Einen Gesamtüberblick finden Sie auf:  
**[www.caritas-steiermark.at/freiwillig](http://www.caritas-steiermark.at/freiwillig)**



"Schon immer haben mich andere Kulturen fasziniert. Durch meine freiwillige Mitarbeit habe ich die perfekte Möglichkeit mich karikativ zu engagieren und gleichzeitig Menschen anderer Kulturen kennen zu lernen."

**Freiwillige im Bereich Freizeitbegleitung für Kinder und Jugendliche des Projektes „SIQ“ - Sport, Integration und Qualifikation**

## Aufgabenbereiche für Freiwillige

mit Kindern und Jugendlichen, Familien und Menschen in existentiellen Notlagen.

### Kinder & Jugendliche

Kinder und Jugendliche brauchen Menschen wie Sie zur Unterstützung beim Lernen und zur gemeinsamen Freizeitgestaltung.

Caritas-Einrichtungen wie Wohn-einrichtungen für Frauen und Familien, Wohngemeinschaften für Jugendliche, Flüchtlingsunterbringungen oder das Lerncafé mit seinem Sommerprogramm können mit der Unterstützung freiwilliger MitarbeiterInnen spezielle zusätzliche Programmpunkte anbieten.

### Familien

Zur Entlastung in Familien tragen neben dem Lernen mit Kindern die Hilfe in der Kinderbetreuung, das gemeinsame Spielen und Kochen sowie mögliche Bring- und Abhol-dienste für Kinder wesentlich bei.

### Menschen in existentiellen Notlagen

Menschen in besonderen Notlagen bedürfen der unterschiedlichsten Hilfen. Die unterstützenden Einrichtungen, die in diesen Momenten zur Verfügung stehen, sind die Sozialberatung, das Marienstüberl, die Notschlafstellen, die Marienambulanz und viele mehr.

Alle Einrichtungen freuen sich über engagierte Freiwillige, denn es gibt viel zu tun: Vom Abholen der Lebensmittel, der Vorbereitung und Ausgabe von Essen über die Unterstützung bei medizinischen Tätigkeiten, Übernahme von Rezeptionsdiensten, Kleiderausgabe, Möbeltransporte bis zur Begleitung bei Amtswegen und der Unterstützung bei rechtlichen Angelegenheiten ist Ihr Engagement eine große Bereicherung für alle und herzlich willkommen.



"Ich finde es schön, wie die freiwilligen MitarbeiterInnen den Garten mitgestalten!"

**Bewohnerin in einem Senioren- & Pflegewohnhaus**

## Aufgabenbereiche für Freiwillige

mit alten Menschen, Menschen mit Behinderung, Menschen aus anderen Kulturkreisen und im internationalen Einsatz.

### **Alte Menschen**

Alt zu werden muss nicht heißen einsam zu sein. Tragen Sie in Form von Besuchen, gemeinsamen Spaziergängen, Kartenspielen oder Zeitunglesen bei allein lebenden alten Menschen und bei BewohnerInnen im Senioren- und Pflegewohnhaus zur Abwechslung bei.

### **Menschen mit Behinderung**

Gemeinsame Freizeitgestaltung wie Schwimmen, Turnen, Kochen, Spielen oder kreative Aktivitäten stehen am Programm der regelmäßigen Gruppentreffen.

### **Menschen aus anderen Kulturkreisen**

Freiwillige SprachbegleiterInnen in Ergänzung zum Kursunterricht ermöglichen beim Spracherwerb gezielte Kommunikation.

IntegrationspatInnen begleiten Menschen in alltäglichen Situationen und erleichtern die Integration. Die Unterstützung bei der Organisation von Kulturevents, Turnieren und Sportmodulen sind weitere Möglichkeiten in diesem Bereich.

### **Internationaler Einsatz**

Sie können Ihr Engagement in ausgewählten sozialen Projekten der Partnerorganisationen im Ausland - z.B. in Bosnien-Herzegowina, Rumänien und Tansania - einbringen. Dabei stehen drei verschiedene Programme mit unterschiedlichen Anforderungsbedingungen und Mindstdauer zur Auswahl.

### **Kontakt**

Freiwilliges Engagement  
Tel 0316 8015 - DW 230 oder 272  
[freiwillige@caritas-steiermark.at](mailto:freiwillige@caritas-steiermark.at)



"Vor wenigen Monaten hätte ich noch nicht gedacht, dass ich mit Unterstützung und Schulung durch die Caritas selbst ein eigenes Projekt für Kinder mit Migrationshintergrund in meinem Wohnviertel auf die Beine stellen kann. So überschreiten wir Grenzen wirklich."

**Teilnehmerin und Freiwillige bei der Entwicklung eines regionalen Integrationsprojektes**

## Eigene Ideen gemeinsam realisieren

Eigene Projekte mit Unterstützung oder Begleitung der Caritas umsetzen.

### Eigeninitiative & neue Ideen

Viele Menschen nehmen in ihrem Umfeld ein Problem wahr, zu dessen Lösung sie gerne beitragen möchten.

In diesem Fall unterstützen wir Sie gerne - mit unserem Wissen und unserer Erfahrung - bei der Entwicklung eines Projektes oder beim Aufbau, der Koordination und Begleitung von freiwilligen Gruppen in Ihrem Umfeld, Ihrer Gemeinde oder Region.

### Besuchs- und Begleitprojekte

Außerdem gibt es die Möglichkeit bereits erprobte Caritas-Projekte wie LEBE-Besuchsdienst, Sozios-Begleitprojekt, ein Begegnungscafé oder Integrationsprojekte in Ihrer Umgebung zu realisieren.

### Kreative Hilfe

Ihre Kreativität kann auch der Beginn eines Partnerschaftsprojektes mit einer Einrichtung sein. Sei es, dass verschiedene Produkte hergestellt, in einem selbstorganisierten Bazar verkauft werden und der Erlös einer Einrichtung zu Gute kommt. Sei es, dass in Absprache mit einer Caritas-Einrichtung konkrete Produkte für BewohnerInnen produziert werden.

Wir freuen uns sehr über neue Ideen, Ihre Eigeninitiative und über jeden Wunsch sozial aktiv zu werden!

### Kontakt

Freiwilligenprojekte  
Tel 0316 8015 - DW 258 oder 283  
freiwilligenprojekte@caritas-  
steiermark.at



"Motiviert durch die Verantwortung aus meinem Glauben und aus Mitgefühl organisiere und leiste ich in meiner Pfarre gemeinsam mit engagierten Frauen und Männern vielfältige Hilfe für Menschen in sozialen Nöten und erlebe dabei die große Freude, dass Bedrückte wieder aufatmen und lächeln können. Bei der Haussammlung, oft mühevoll und doch so reich an schönen Begegnungen, stärkt mich der Gedanke an die vielen Menschen, die so wie ich unterwegs sind und an jene, denen mit dem Geld geholfen werden wird, in der ganzen Steiermark und auch in meiner Pfarre. Darauf bin ich stolz und das gibt mir Schwung zum Weitertun."

**Ehrenamtliche Sozialkreisleiterin und Haussammlungsverantwortliche in einer Pfarre**

## Freiwillige Mitarbeit in der Pfarre

Täglich kleine und große Wunder bewirken.

### Caritas in der Pfarre

Jede Pfarre - weltweit - ist auch eine Anlaufstelle bei sozialen Nöten. Hier finden sich Menschen ein, die Hilfe brauchen ebenso wie Freiwillige, die mit ihrem sozialen Engagement helfen wollen.

Freiwillige übernehmen gemeinsam mit der Caritas wichtige Aufgaben für Menschen in Not.

Sie leisten direkte Hilfe in unmittelbarer Umgebung und bauen so ein tragfähiges, soziales und nachbarschaftliches Netz auf. Die Hilfe wirkt vielfältig und konkret.

Die Haussammlung bildet die unverzichtbare Basis zur Umsetzung vieler Hilfsangebote vor Ort und Einrichtungen der Caritas.

Darüber hinaus gibt es Angebote wie Beratung und Unterstützung von Menschen in existentiellen und

finanziellen Notlagen, Kleider- und Lebensmittelausgaben für sozial Schwächere oder das Sammeln von Sachspenden für Menschen in Krisensituationen.

Caritasarbeit in der Pfarre braucht Menschen, die in ihrer unmittelbaren Umgebung Nächstenliebe leben möchten.

### Kontakt

Caritas und Pfarren  
Tel 0316 8015 - DW 252  
caritasundpfarren@caritas-steiermark.at

**[www.caritas-steiermark.at/pfarren](http://www.caritas-steiermark.at/pfarren)**

Caritas Haussammlung  
Tel 0676 88015 - DW 252  
**[www.caritas-steiermark.at/haussammlung](http://www.caritas-steiermark.at/haussammlung)**



"Die Begegnung mit Menschen, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen und daher unsere Hilfe und Fürsorge brauchen, ist für mich eine Bereicherung und bestärkt mich, alles zu tun, dass möglichst viele Menschen solche Begegnungen und Erfahrungen erleben!"

**Freiwillige Mitarbeiterin und Initiatorin im Rahmen eines Firmenprojektes beim Mittagessen-Kochen in einer betreuten Übergangswohn Einrichtung**

## Firmen zeigen soziales Engagement

### Corporate Social Volunteering

Das Interesse an freiwilligem Engagement nimmt auch in der Wirtschaft zu. Aus diesem Grund stellen immer mehr Unternehmen neben Geld- oder Sachspenden auch die Zeit und das Engagement ihrer MitarbeiterInnen zur Verfügung.

Unter dem Begriff „Corporate Social Volunteering“ bietet die Caritas Unternehmen eine Form der Kooperation an. Dabei werden in Absprache mit den Unternehmen Freiwilligenprojekte entwickelt. Die möglichen Projekte werden auf die Firmen und deren Wünsche bzw. Möglichkeiten angepasst und mit ihnen abgestimmt.

MitarbeiterInnen haben dabei die Möglichkeit, sich in sozialen Projekten zu engagieren.

Einsatzmöglichkeiten wie gemeinsames Kochen, Begleitung oder Organisation bei einem Ausflug mit BewohnerInnen, der Bau eines Spielplatzes für eine Mutter-Kind-Einrichtung oder die Renovierung eines Zimmers in einer Wohneinrichtung lassen die MitarbeiterInnen über den eigenen Tellerrand blicken und Erfahrungen in einer meist unbekannteren Lebenswelt machen.

Die Voraussetzung für gelungene Firmenprojekte ist ein soziales Bewusstsein des Unternehmens und die Bereitschaft, MitarbeiterInnen im Rahmen ihrer Arbeitszeit in ihrem sozialen Engagement zu fördern.

#### **Kontakt**

Freiwilliges Engagement  
Tel 0316 80 15 - DW 272  
[freiwillige@caritas-steiermark.at](mailto:freiwillige@caritas-steiermark.at)



"Meine Projektgruppe und ich haben das Laufwunder deswegen organisiert, weil wir es toll fanden, dass die SchülerInnen durch sportliche Aktivität und Motivation mal aus dem Klassenzimmer rauskamen und gleichzeitig Geld für Menschen in Not spendeten. Also somit war es einmal eine Abwechslung für die SchülerInnen und gleichzeitig eine Chance Gutes zu tun."

**Schülerin der HLW Sozialmanagement,  
Verantwortliche für das Organisationsteam Laufwunder**

## youngCaritas

Jugendlichen mit sozialem Interesse steht ein ganzer actionPool zur Verfügung.

### actionPool

Wenn Du zwischen 14 und 30 Jahren alt bist, Interesse an sozialen Themen und Projekten hast und Engagement zeigen willst, dann kannst du dich im youngCaritas actionPool aktiv einbringen.

Der actionPool ermöglicht es Dir, einen aktiven Beitrag für die Gesellschaft zu leisten.

Wie in allen anderen Einsatzgebieten der Freiwilligenarbeit entscheidest Du selbst, wie viel Zeit und Engagement Du für ein soziales Projekt oder eine Aktion aufbringen willst.

Sobald die youngCaritas eine Aktion oder ein Projekt startet und Deine Hilfe braucht, meldet sie sich bei Dir und Du entscheidest, ob Du bei dieser Aktion mitmachen willst.

Wenn Du gerade keine Zeit oder Lust hast, machst Du vielleicht beim nächsten Mal mit!

### Mögliche Aufgaben im actionPool

Flashmob zum Thema Hunger, einen Raum im Flüchtlingsquartier renovieren, gemeinsam einen Flohmarkt durchführen, organisatorische Aufgaben bei youngCaritas-Events, Aktionen und Events dokumentieren oder eigene Ideen und Vorschläge einbringen!

### Kontakt

youngCaritas  
Tel 0316 8015 - DW 248 oder 283  
young@caritas-steiermark.at



"Meine Aufgabe ist es, Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund im Lerncafé Lend bei ihren Hausaufgaben, Tests und Schularbeiten zu unterstützen. Das schönste Gefühl ist es, wenn mir die Kinder von guten Noten berichten und ich ihre großen Fortschritte beobachten kann."

**Pädagogik-Studentin, Freiwillige im Lerncafé  
als Unterstützung in der Lernbetreuung**

## Was Sie für Ihr Engagement erwarten können

Sobald Ihr Bedürfnis nach sozialem Engagement gestillt ist, werden Sie sich fragen, was Sie für Ihr Engagement erwarten oder welchen persönlichen Nutzen Sie daraus ziehen können?

Die Menschen selbst und auch die Caritas danken Ihnen für Ihr sinnvolles und wichtiges Engagement. Denn mit Ihrem Engagement leisten Sie einen unverzichtbaren Beitrag für eine solidarische Gesellschaft.

Die Caritas unterstützt Sie in Ihrem Engagement und möchte Ihnen durch konkrete Leistungen danken:

- Fundierte Einführung in die Aufgabenbereiche
- Fachliche und persönliche Begleitung

- Erfahrungsaustausch und Reflexion
- Schulungen, Weiterbildungen und regelmäßige Informationen
- Gemeinschaftsaktivitäten und Ausflüge
- Unfall- und Haftpflichtversicherung
- Bestätigung Ihres freiwilligen Engagements

Zögern Sie bitte nicht und machen Sie den nächsten Schritt: Die Menschen freuen sich auf Ihre Unterstützung und Begleitung und wir uns auf Ihr Interesse und Ihre Kontaktaufnahme!

### **Kontakt**

Freiwilliges Engagement  
Tel 0316 8015 - DW 230 oder 272  
[freiwillige@caritas-steiermark.at](mailto:freiwillige@caritas-steiermark.at)

# Erst wenn ihr von euch selber gebt, gebt ihr wahrhaft.

**Khalil Gibran, Der Prophet**  
**„Vom Geben“**

Für den Inhalt:  
Caritas der Diözese Graz-Seckau  
Freiwilliges Engagement  
Carmen Brugger, Karin Schleipfner  
Grabenstraße 39, 8010 Graz

Tel 0316 8015-0  
[freiwillige@caritas-steiermark.at](mailto:freiwillige@caritas-steiermark.at)  
[www.caritas-steiermark.at/freiwillig](http://www.caritas-steiermark.at/freiwillig)

Layout und Text:  
Catharina Schwingenschlögl

Fotos: Birgit Hofstadler  
Grafische Umsetzung: Josef Url  
Produktion: Dorrong OG