

EHRENAMT? EHRENSACHE!

Informationen zum Ehrenamt
in Stuttgart



ZAHLEN UND FAKTEN



28,8 MILLIONEN MENSCHEN

engagieren sich freiwillig in ihrer Freizeit. Das sind

40 %

der Menschen in Deutschland.

SPORT UND BEWEGUNG



ist der am häufigsten gewählte Bereich. Danach folgen kulturelle und soziale Ehrenämter.



2 STUNDEN

pro Woche investiert die Mehrheit der Engagierten durchschnittlich in ihr Ehrenamt.

GESUNDHEITSFÖRDERND

ist das Engagement für andere ebenfalls: Ehrenamtliche Arbeit kann das Sterberisiko verringern und fördert die mentale Gesundheit.



EHRENÄMTER IM ÜBERBLICK



ICH ENGAGIERE MICH FÜR ÄLTERE MENSCHEN

Bildquelle: Engagement-Plattform der Aktion Mensch



WORUM GEHT ES?

Ehrenamtliches Engagement ist in der Altenhilfe unverzichtbar. Es ermöglicht zusätzliche Betreuung und Aktivitäten für ältere Menschen.

Durch ihre Zeit und Aufmerksamkeit geben Ehrenamtliche älteren Menschen einen wichtigen Halt und sind eine große Stütze.

WAS KANN ICH MACHEN?

Bei Freizeitaktivitäten, Spaziergängen, in der Hauswirtschaft oder bei sozialen Aktivitäten helfen und dabei wertvolle Gespräche führen.

WAS SOLLTE ICH MITBRINGEN?

- Interesse an anderen Menschen
- Empathie
- Geduld und Verständnis



... weil ich die Erfahrung gemacht habe, dass ältere Menschen oft einsam sind. Es ist mir ein Herzensanliegen, ihnen zu helfen und ihre Lebensqualität zu verbessern. Ich möchte dazu beitragen, dass sie sich wertgeschätzt fühlen und ein würdevolles Leben im Alter führen können.



ICH ENGAGIERE MICH FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Bildquelle: Engagement-Plattform der Aktion Mensch



WORUM GEHT ES?

Ehrenamtliches Engagement in diesem Bereich bedeutet, sich für das Wohl von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien einzusetzen.

Durch ihre Zeit und Aufmerksamkeit geben sie Kindern und Jugendlichen einen wichtigen Halt und tragen zur positiven Entwicklung bei.

WAS KANN ICH MACHEN?

Bildungsangebote, Nachhilfe, Betreuung, Freizeitgestaltung, soziale Unterstützung, sowie Familienhilfe und Patenschaften.

WAS SOLLTE ICH MITBRINGEN?

- Interesse und Empathie
- Geduld und Verständnis
- Freude daran Kinder, Jugendliche und Familien zu begleiten



*... weil ich daran glaube, dass sie unsere Zukunft sind.
Ich möchte dazu beitragen, dass Kinder und
Jugendliche ihre Potenziale entfalten können und
Familien Unterstützung in allen Lebenslagen erhalten.*



ICH ENGAGIERE MICH FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Bildquelle: Engagement-Plattform der Aktion Mensch



WORUM GEHT ES?

Ehrenamtliches Engagement in diesem Bereich bedeutet eine wertvolle und bereichernde Erfahrung zu machen. Die Ehrenamtlichen helfen Menschen mit Behinderungen, ihre Fähigkeiten zu entwickeln und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.

WAS KANN ICH MACHEN?

Begleitung und Unterstützung im Alltag, Organisation von Bildungs- und Trainingsprogrammen, Freizeitaktivitäten gestalten.

WAS SOLLTE ICH MITBRINGEN?

- Offenheit und Kontaktfreude
- Geduld und Verständnis
- Empathie



... weil ich überzeugt davon bin, dass jeder Mensch unabhängig von seinen Fähigkeiten oder Einschränkungen ein Recht auf Unterstützung und Teilhabe hat. Ich möchte dazu beitragen, Barrieren abzubauen und eine inklusive Gesellschaft zu fördern.



ICH ENGAGIERE MICH FÜR MENSCHEN MIT PSYCHISCHER BEEINTRÄCHTIGUNG

Bildquelle: Engagement-Plattform der Aktion Mensch



WURUM GEHT ES?

Durch ehrenamtliches Engagement in diesem Bereich erhalten Menschen mit psychischer Beeinträchtigung und/oder Suchterkrankung wertvolle Zeit und Aufmerksamkeit. Gleichzeitig wird ein positiver Beitrag dazu geleistet, die Gesellschaft für die Bedürfnisse dieser Menschen zu sensibilisieren.

WAS KANN ICH MACHEN?

Begleitung und Unterstützung im Alltag, Organisation von Bildungs- und Trainingsprogrammen, Freizeitaktivitäten gestalten.

WAS SOLLTE ICH MITBRINGEN?

- Toleranz und Offenheit
- Geduld und Verständnis
- Empathie



... weil ich davon überzeugt bin, dass hier mehr Unterstützung und Verständnis gefordert ist. Ich möchte dazu beitragen, dass Betroffene ihre Würde behalten, Zugang zu angemessener Behandlung haben und ihr Leben bestmöglich selbst gestalten können.



ICH ENGAGIERE MICH FÜR MENSCHEN MIT MIGRATIONS Hintergrund

Bildquelle: Engagement-Plattform der Aktion Mensch



WORUM GEHT ES?

Ehrenamtliches Engagement in diesem Bereich bedeutet, Menschen aus unterschiedlichen Kulturen und mit unterschiedlichen Traditionen kennenzulernen. Ehrenamtliche helfen den Menschen, sich im Alltag zurecht zu finden, sich zu integrieren und ermöglichen ihnen Chancengleichheit.

WAS KANN ICH MACHEN?

Alltagsbegleitung, Sprachvermittlung, Hilfe beim Spracherwerb, Bewerbungstraining, Patenschaften, Unterstützung in den Unterkünften.

WAS SOLLTE ICH MITBRINGEN?

- kulturelle Offenheit
- Geduld
- Toleranz



... weil ich durch mein Engagement dazu beitragen möchte, dass Menschen mit Migrationshintergrund ihre Potenziale entfalten können. Gemeinsam können wir voneinander lernen und miteinander wachsen.



ICH ENGAGIERE MICH FÜR MENSCHEN IN SCHWIERIGEN LEBENSLAGEN



Bildquelle: Engagement-Plattform der Aktion Mensch

WORUM GEHT ES?

Ehrenamtliches Engagement in diesem Bereich bedeutet, individuelle Teilhabe, Integration und stabile demokratische Strukturen zu fördern.

Der Einsatz der Ehrenamtlichen ist ein wichtiger Motor für unsere Gesellschaft und leistet einen wertvollen Beitrag.

WAS KANN ICH MACHEN?

Frühstücksausgabe, Kleider sortieren und ausgeben, Beratung und Begleitung, Alltagsunterstützung, Freizeitorganisation.

WAS SOLLTE ICH MITBRINGEN?

- Empathie
- Offenheit gegenüber anderen Lebenskonzepten
- Belastbarkeit und psychische Stabilität



... weil ich davon überzeugt bin, dass niemand allein gelassen werden sollte. Das Leben bringt unerwartete Herausforderungen wie Krankheit, Verlust oder finanzielle Schwierigkeiten. Ich möchte Menschen in schwierigen Lebenslagen Unterstützung, Trost und Hoffnung bieten.



ICH ENGAGIERE MICH DIGITAL

Bildquelle: Engagement-Plattform der Aktion Mensch



WORUM GEHT ES?

Ehrenamtliches Engagement in diesem Bereich bedeutet eine sehr flexible Möglichkeit, sich zu engagieren, ohne direkt vor Ort präsent sein zu müssen. Als wertvolle Ergänzung zum traditionellen Ehrenamt ermöglicht es den Ehrenamtlichen, ihre Fähigkeiten und Interessen effektiv einzusetzen.

WAS KANN ICH MACHEN?

Lerntandem digital, Wordpress- und Homepageseiten pflegen, Öffentlichkeitsarbeit für unterschiedliche Bereiche und vieles mehr.

WAS SOLLTE ICH MITBRINGEN?

- digitales Know-How
- Offenheit für soziale Belange
- Kreativität



... weil ich glaube, dass ich hier meine Kompetenzen sehr flexibel einbringen kann. Ich kann Menschen oder Einrichtungen unterstützen und das bequem von zu Hause aus und wann es zeitlich passt.



ICH ENGAGIERE MICH FÜR NACHHALTIGKEIT

Bildquelle: Engagement-Plattform der Aktion Mensch



WORUM GEHT ES?

Ehrenamtliches Engagement in diesem Bereich bedeutet, sich für Umwelt und Klima stark zu machen. Nachhaltigkeit ist ein wichtiges Thema, das uns alle betrifft. Indem wir bewusst handeln und uns für nachhaltige Praktiken einsetzen, können wir gemeinsam einen positiven Wandel bewirken.

WAS KANN ICH MACHEN?

Bäume pflanzen, Energieberatung, Gärten- und Hochbeete gestalten, Müll sammeln, sich für Tiere einsetzen, im Second Hand Laden helfen

WAS SOLLTE ICH MITBRINGEN?

- Hands-Up-Mentalität
- Lust auf praktisches Arbeiten



... weil ich glaube, dass wir die Verantwortung tragen, unseren Planeten für zukünftige Generationen zu erhalten. Jeder kleine Beitrag zählt und ich möchte meinen Teil dazu beitragen, eine lebenswerte und gesunde Umwelt zu bewahren.



FREIWILLIGENZENTRUM CALEIDOSKOP

DAS ABENTEUER KANN BEGINNEN.

Wir als Freiwilligenzentrum bringen Menschen zusammen, die sich im Alltag nie begegnen würden.

Engagement heißt unterwegs zu sein, um mitzugestalten. Es macht das Leben reicher und bunter, es bringt Spaß und Anerkennung. Viele Ehrenamtliche berichten, dass sie durch ihr Engagement neue Fähigkeiten entdeckt haben. Wir geben dir einen Überblick über die vielfältigen Angebote bei uns und gemeinsam finden wir ein Engagement, das zu dir passt.

MELDE DICH GERNE BEI UNS. WIR FREUEN UNS AUF DICH!



Bildquelle: Freiwilligenzentrum Caleidoskop

FREIWILLIGENZENTRUM CALEIDOSKOP

Web: www.caleidoskop-stuttgart.de

E-Mail: ehrenamt@caritas-stuttgart.de

Tel.: 0711 213216-70

IMPRESSUM

Herausgeber: Freiwilligenzentrum Caleidoskop | Brennerstraße 36 | 70182 Stuttgart

Gestaltung, Text- und Bildredaktion: Julia Herschberger, Martina Kelm

Bildquelle Cover: Naassom Azevedo auf Unsplash