

# Freiwillige haben's gut!

„Nur wenige  
wissen, wie viel man  
wissen muss, um zu  
wissen, wie wenig  
man weiß.“

Werner  
Heisenberg

So geht's zu den Angeboten für Freiwillige

Die Bildungsangebote sind  
in Zusammenarbeit mit der  
**PfarrCaritas und Nächstenhilfe**  
entstanden und gelten für ...

... freiwillige MitarbeiterInnen der  
Caritas Erzdiözese Wien

... ehrenamtliche MitarbeiterInnen  
in den Pfarren

... Besuchs- und Begleitdienste

... pflegende Angehörige

... **Casa** Leben im Alter Freiwillige



# Folgende Themengebiete stehen für dich bereit:

Als freiwillige/r MitarbeiterIn hast du's gut. Du hast die Chance, kostenfrei an vielen Weiterbildungen, Vorträgen und Veranstaltungen teilzunehmen und kannst dabei bereits Gelerntes vertiefen oder Neues entdecken.

**So geht's  
zum Bildungs-  
programm**

Die aktuellen Kurse und Termine findest du unter [freiwillige.caritas-wien.at/freiwillige-habens-gut](https://freiwillige.caritas-wien.at/freiwillige-habens-gut)



Oder einfach den QR-Code abfotografieren.

## Rückfragehinweis

**Freiwilliges Engagement**  
Mommengasse 35, 5. Stock  
1040 Wien  
Tel. 01-259 20 49-2550  
[schenkezeit@caritas-wien.at](mailto:schenkezeit@caritas-wien.at)



### Gut beginnen

Du bist neu bei der Caritas Wien oder hast deine freiwillige Tätigkeit gewechselt? Dann bieten wir dir Fortbildungen und Vorträge zu Themen, die dich bei deinem Start gut unterstützen. Außerdem kannst du bei Veranstaltungen die Caritas und andere Freiwillige besser kennenlernen.



### Kommunikation & Sprache(n)

Du möchtest neue Sprachen lernen oder bereits vorhandene vertiefen? Kommunikation in unterschiedlichen Facetten ist interessant für dich? Dann findest du hier, was du suchst. Ob Englisch, Farsi, Deutsch oder „richtiges“ Zuhören – wir bieten jedes Jahr unterschiedliche Kurse für dich an.



### Wissen erweitern

In der Caritas Wien kommst du mit unterschiedlichsten Zielgruppen in Kontakt. Je nachdem, welches Aufgabengebiet du gewählt hast, findest du hier Workshops, die dich in deiner aktuellen Tätigkeit gut unterstützen und dir Hintergrundinformationen bieten. Z.B.: Sicherheit im Umgang mit dem Rollstuhl, Tools für die Lernhilfe oder Informationen rund ums Thema „Demenz“.



### Entspannung & Ausgleich

Du hast Lust, dir mit anderen Freiwilligen gemeinsam Gutes zu tun und Neues zu entdecken? Hast du schon mal Lach-Yoga ausprobiert oder möchtest deinen Rücken stärken? Dann bist du hier richtig!



### Austauschen & Vertiefen

Du willst einmal mit anderen Freiwilligen und ausgebildeten ExpertInnen darüber sprechen, wie es dir mit deiner Aufgabe geht? Tipps austauschen und Lösungen für Probleme gemeinsam erarbeiten? Dann besuche eine der unterschiedlichen Gesprächsrunden oder Supervisionen.



### Schwerpunktthema

In regelmäßigen Abständen laden wir zu unterschiedlichen Schwerpunkt-Themen wie z.B. Nachhaltigkeit in der Freiwilligenarbeit. Wir informieren dich rechtzeitig über den jeweiligen Themenschwerpunkt. Gib uns Bescheid, welche Themen für dich interessant sind.



### Ausflüge & Events

Bist du schon mit einer Draisine gefahren oder hast einen Wetterballon gestartet? Magst du mal wieder einen interessanten Film im Kino sehen oder ein Konzert genießen? Feiere bei der Elisabethmesse mit anderen Freiwilligen, oder stoß bei Punsch auf die Weihnachtszeit an! Wähle selbst aus den unterschiedlichen Angeboten. Wir freuen uns, dich zu treffen!

### Impressum

Herausgeberin, f. d. Inhalt verantwortlich: Caritas der Erzdiözese Wien; Fotos: Caritas, Marlene Fröhlich; Druck: druck.at, Wien, 2/2020

**Ein regelmäßiger  
Blick lohnt sich!**