

# Altersforum der Stadt Bern

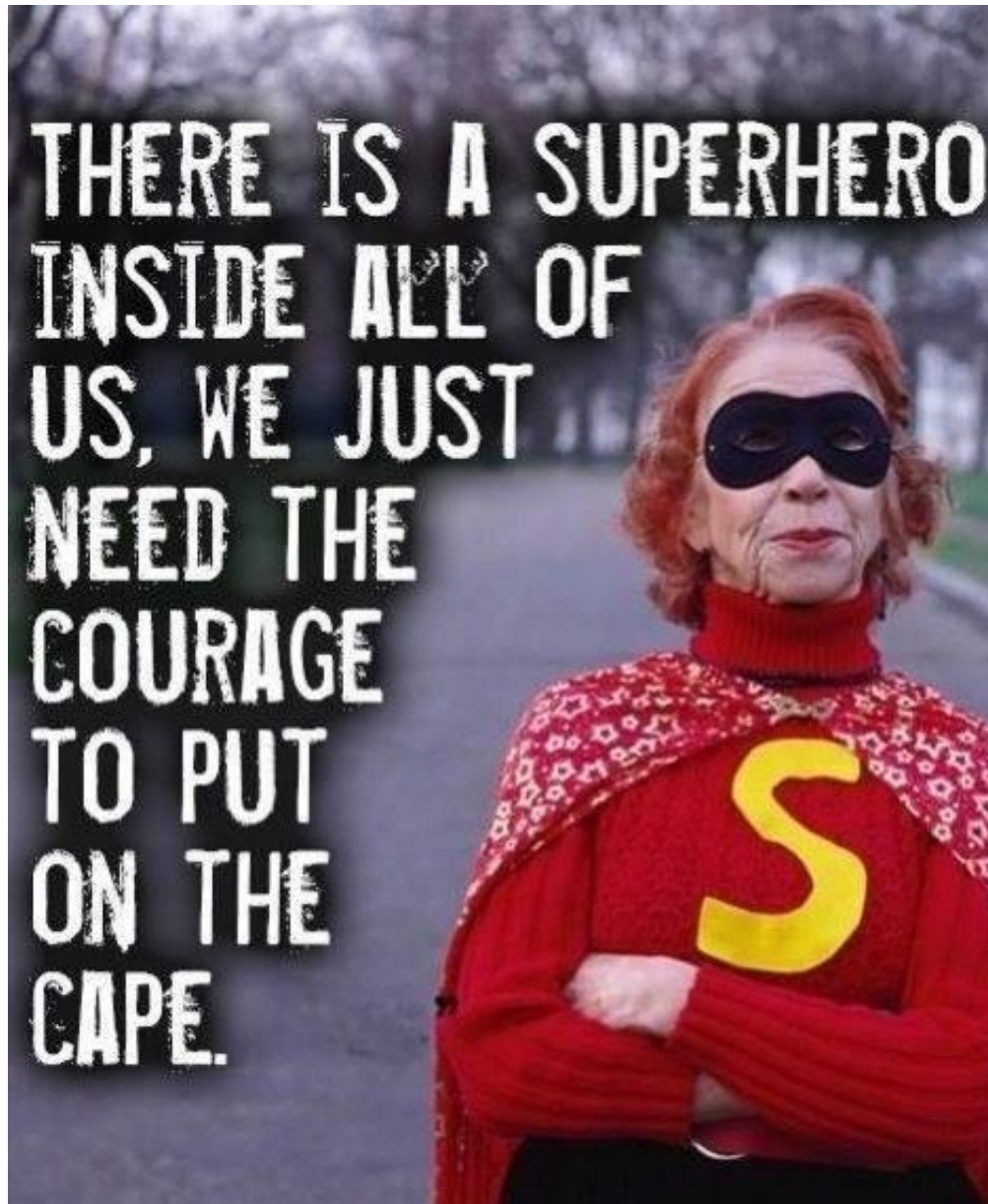
19. Mai 2015

## Workshop "Aktiv sein"

1. Angebote von Benevol Bern
2. Definition der Freiwilligenarbeit
3. Einsatzmöglichkeiten von A bis Z
4. Statistik Schweiz
5. BENEVOL-Standards
6. Auswirkungen des Freiwilligen Engagements
7. Internetadressen

Doris Widmer, Geschäftsleiterin

# Freiwilliges Engagement ohne Altersbeschränkung



# Angebote des Vereins Benevol Bern

- Erstberatung und Abklärungsgespräche mit Freiwilligen
- Beratung von Einsatzorganisationen
- Vermittlung von Freiwilligen an die Mitglied-Organisationen (NPO) der Bereiche: Bildung, Kultur, Gesundheits- und Sozialwesen, Kirche, Sport, Umweltschutz
- Weiterbildung für KoordinatorInnen
- Herausgabe des Bulletins infoBENEVOL
- Qualitätssicherung der Einsätze
- Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung
- Schreibdienst

# Freiwilliges Engagement ist Gold wert



Freiwilliges Engagement ist Gold wert

**BeneVol Bern**  
Die Agentur für Freiwillige

# Definition der Freiwilligenarbeit

- selbstbestimmte Einsätze ausserhalb der eigenen Kernfamilie
- formell oder informell
- unentgeltlich, mit Spesenentschädigung
- zeitlich begrenzt
- regelmässig oder sporadisch
- zum Nutzen anderer
- zum eigenen Nutzen
- geleistet in Non-Profit-Organisation

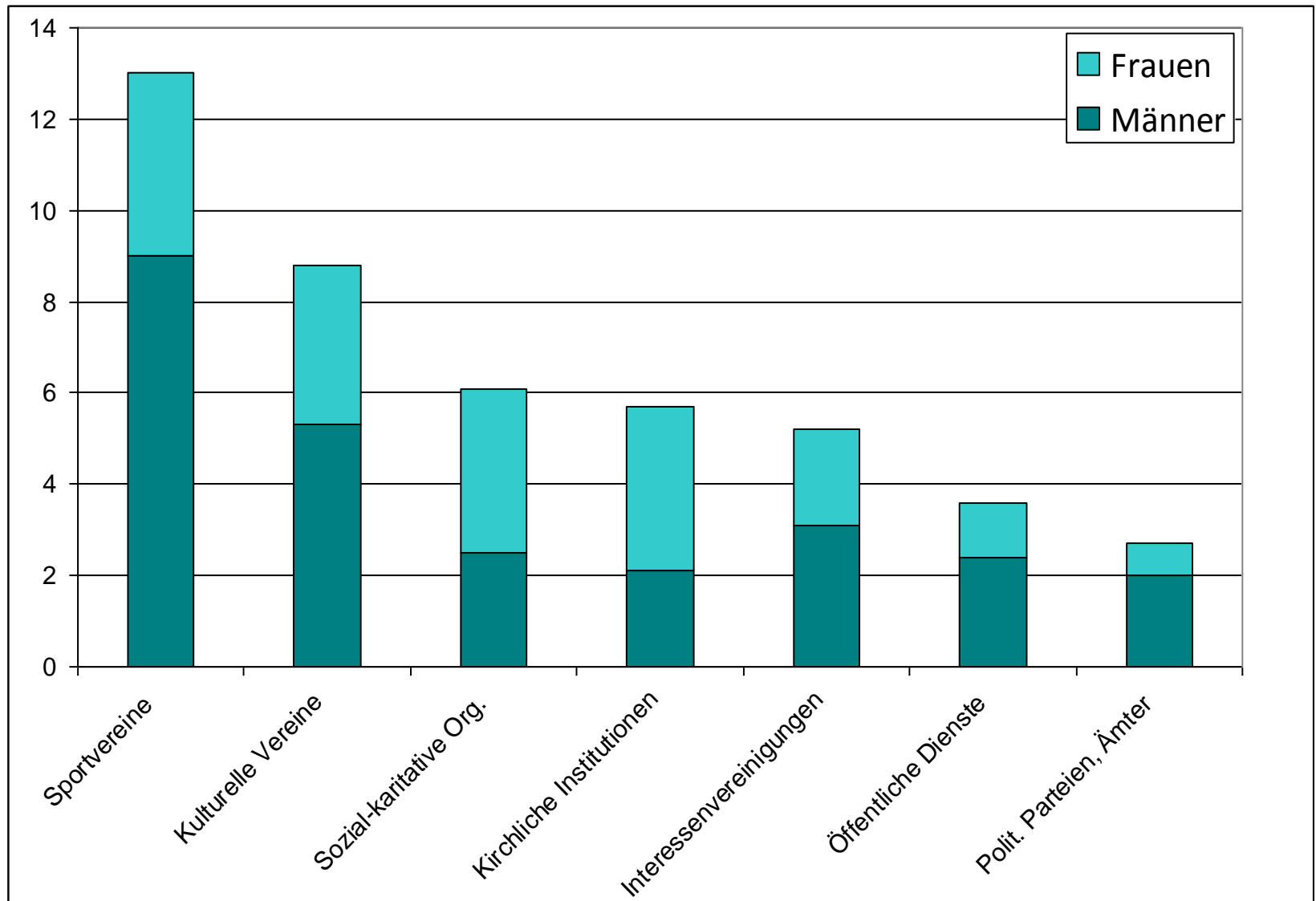
# Statistik der Freiwilligenarbeit in der Schweiz

Erhebung Bundesamt für Statistik, SAKE 2013

- 33 Prozent der Bevölkerung üben eine institutionalisierte oder informelle Freiwilligenarbeit aus
- Frauen und Männer sind fast gleich stark engagiert, jedoch in anderen Bereichen
- 665 Mio. Std. pro Jahr. Vergleich zur bezahlten Arbeit im gesamten Gesundheits- und Sozialwesen 755 Mio. Std.
- Geldwert: 27 Milliarden Franken

# Institutionelle Freiwilligenarbeit in Prozent der Wohnbevölkerung

Bundesamt für Statistik, SAKE 2010



# Einsatzmöglichkeiten von A bis Z

- Ausflüge mit behinderten Menschen
- Aufgabenhilfe
- Bachbett reinigen
- Begleiten von sehbehinderten Menschen
- Besuche im Altersheim
- Ehrenamt in einem Verein (kulturell, sozial etc.)
- Fahrdienst
- Flüchtlingsbetreuung
- Gespräche mit Nachbarn
- Hecken pflanzen



# Einsatzmöglichkeiten von A bis Z

- Jugendliche bei Lehrstellensuche unterstützen
- Kirche (Besuche, Mithilfe bei Anlässen)
- Kinobesuch mit psychischkranken Menschen
- Mithilfe in Entwicklungshilfsorganisationen
- Nachbarschaftshilfe
- Spaziergänge
- Sportanlässe, Sponsoringlauf
- Tierschutz (Fledermäuse, Frösche, Vögel usw.)
- Vorlesen
- Zentrum für Asylsuchende
- .....

# **BENEVOL-Standards**

Schweizerische Rahmenbedingungen für die bewusste  
Gestaltung von erfolgreichen Freiwilligeneinsätzen

1. FWA als Teil der Organisationsphilosophie
2. Anerkennung der Freiwilligenarbeit
3. Rahmenbedingungen
4. Begleitung der Freiwilligen
5. Instrumente

# Auswirkungen des freiwilligen Engagements

Studie der Uni und ETH Zürich, Feb. 2015

## Resultate der Nationalfondsstudie

- weniger Stress und Burnoutsymptome
- gesteigertes psychisches, soziales und emotionales Wohlbefinden
- trotz zusätzlicher Belastungen zufriedener als Erwerbstätige ohne Engagement
- Menschen empfinden sich als gesund, wenn sie sozial eingebunden sind und ihr Tun Sinn macht

Zahlreiche Studien aus den USA belegen: Rentner haben insgesamt eine **bessere Gesundheit, wenn sie sich freiwillig engagieren**

# Drittes Berner Speeddating für Freiwillige

## 22. und 23. Oktober 2015



# Internetadressen

Benevol Bern

[www.benevolbern.ch](http://www.benevolbern.ch)

Deutschschweizer Dachverband der Fachstellen FWA

[www.benevol.ch](http://www.benevol.ch)

Internetplattform

[www.benevol-jobs.ch](http://www.benevol-jobs.ch)

Nachweis

[www.dossier-freiwillig-engagiert.ch](http://www.dossier-freiwillig-engagiert.ch)

# Freiwilliges Engagement macht in jedem Alter Spass



# Ratespiel

stimmt = grün

stimmt nicht = rot

1. Ist Benevol eine Fluggesellschaft?
2. Es werden in der Schweiz pro Jahr 665 Mio. Std. Freiwilligenarbeit geleistet.
3. Um sich freiwillig zu engagieren, muss man pensioniert sein.
4. Freiwilligenarbeit darf man nur dort leisten, wo man berufliche Kompetenzen hat.

# Ratespiel

**stimmt = grün**      **stimmt nicht = rot**

5. Ist die Anerkennung das wichtigste Motiv um Freiwilligenarbeit zu leisten?
6. Im Sozial- und Gesundheitsbereich wird am meisten Freiwilligenarbeit geleistet.
7. Ist das Leisten von Freiwilligenarbeit eine gesundheitliche Belastung für Pensionierte?