

benevol



**Sie möchten sich freiwillig  
engagieren?**

# Was ist Freiwilligenarbeit?

**Freiwilligenarbeit ist ein gesellschaftlicher Beitrag an Mitmenschen und Umwelt. Sie wird unentgeltlich und zeitlich befristet geleistet. Freiwilligenarbeit ergänzt und bereichert die bezahlte Arbeit, tritt aber nicht in Konkurrenz zu ihr.**

## **Welche Standards gelten für die Freiwilligenarbeit?**

- durchschnittlich max. 6 Stunden pro Woche
- Spesen sollen vergütet werden
- kein Stundenlohn
- Versicherung für Freiwillige (in Betriebshaftpflicht eingeschlossen)
- Nachweis der Freiwilligenarbeit: [dossier-freiwillig-engagiert.ch](https://www.benevol.ch/dossier-freiwillig-engagiert)

## **Was bringt Ihnen die Freiwilligenarbeit?**

- Sie lernen neue Lebens- und Arbeitsbereiche kennen
- Sie tun etwas für sich, indem Sie etwas für andere tun
- Sie knüpfen neue Kontakte und bewegen etwas gemeinsam mit anderen
- Sie erweitern Ihre Kompetenzen

### Wie entscheiden Sie sich für eine Freiwilligenarbeit?

Freiwilligenarbeit soll Spass machen. Setzen Sie dort an, wo Ihre Stärken sind. Schenken Sie Ihre Zeit und Energie einer Organisation, welche Sie mit gutem Gefühl unterstützen können. Freiwilligenarbeit ist eine Herzensangelegenheit.

- Nehmen Sie sich für die Wahl Ihres Einsatzes genügend Zeit.
- Klären Sie die gegenseitigen Erwartungen vor Antritt des Einsatzes. Idealerweise erhalten Sie von der Organisation eine Einsatzvereinbarung, in der Ihre Tätigkeit sowie Ihre Rechte und Pflichten beschrieben werden.
- Klären Sie die Rahmenbedingungen Ihres Einsatzes:
  - Arbeitszeit
  - zuständige Ansprechperson und Einführung in die Tätigkeit
  - Spesenvergütung
  - Versicherung
  - Mitsprachemöglichkeiten
  - Zugang zu Räumlichkeiten und Arbeitsmitteln
  - Nachweis durch DOSSIER FREIWILLIG ENGAGIERT  
[dossier-freiwillig-engagiert.ch](https://dossier-freiwillig-engagiert.ch)

### Wo lassen sich Einsatzmöglichkeiten finden?

- Kostenlos und einfach via [benevol-jobs.ch](https://benevol-jobs.ch)
- Ohne Internet-Zugang: Vier Mal im Jahr erscheint im St.Galler Tagblatt, im Sarganserländer, im Werdenberger&Obertoggenburger sowie in der Zürichsee-Zeitung der benevol-Stellenanzeiger mit sämtlichen gemeldeten Freiwilligen-Einsatzmöglichkeiten in der Region.
- Bei Fragen kontaktieren Sie benevol St.Gallen.

# benevol

## Haben Sie weitere Fragen zur Freiwilligenarbeit?

**Kontaktieren Sie uns:**

**benevol St.Gallen**

Marktplatz 24

9000 St.Gallen

Tel. 071 227 07 60

[info@benevol-sg.ch](mailto:info@benevol-sg.ch)

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

[facebook.com/benevol.sg](https://facebook.com/benevol.sg)

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

[prix-benevol.ch](http://prix-benevol.ch)

[zeitboerse.ch](http://zeitboerse.ch)

[benevol-shop.ch](http://benevol-shop.ch)

[tandem-sg.ch](http://tandem-sg.ch)