

Eine Betroffene erzählt

"Ich wurde zu einem für mich belastenden Termin begleitet. Die Begleitperson strahlte sehr viel Ruhe und Stärke aus, sodass ich mich im Vorgespräch schon beruhigen konnte. Ich konnte den Termin leichter durchstehen. Ich fühlte mich in meiner Person wertgeschätzt, verstanden und besser wahrgenommen."

Eine Freiwillige erzählt

"Ich finde das Projekt *mitgehn* sehr sinnvoll. Ich mag auch das Setting, den Rücken zu stärken und vermittelnd da zu sein, sich aber auch abgrenzen zu können. Genau sowas habe ich mir für die Pension vorgestellt. Es ist schön, Menschen unterstützen zu können."



Kontakt

Interessiert?

Als Freiwillige*r oder als Betroffene*r?

Dann melden Sie sich bei:

Projektkoordinatorin *mitgehn*
Elisabeth Mascher
M 0676-88420 4012
elisabeth.mascher@caritas.at

Fotonachweise: Nell Leidiger, Shutterstock
Textauszüge und Zitate übernommen aus:
Armutskonferenz (Hrsg): 2022: *mitgehn*: Toolkit

Caritas

Sozialpaten

 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

 DIE ARMUTSKONFERENZ.

Caritas

Sozialpaten

mitgehn

Freiwillige begleiten
zu Terminen



Bei *mitgehn* unterstützen **Freiwillige als stille Begleiter*innen** Menschen in schwierigen Lebenssituationen bei **Terminen** auf Ämtern und Behörden, in Gesundheitseinrichtungen und Schulen, bei Vermieter*innen, Arbeitgeber*innen, Banken, Versicherungen, sozialen Einrichtungen u.v.m. Durch die Begleitung werden Betroffene dabei unterstützt, besser zu ihren Ansprüchen zu kommen und Termine mit **weniger Ängsten, Stress** und psychosozialen **Druck** wahrzunehmen.

mitgehn ermöglicht ein **kurzes und zeitlich flexibles freiwilliges Engagement**. Eine Begleitung besteht aus drei Teilen: einem Vorgespräch, das kurz vor der Begleitung stattfindet, der Begleitung selbst und einem Nachgespräch im Anschluss. Danach ist der konkrete Freiwilligeneinsatz beendet.



Warum das Angebot von *mitgehn* nutzen?

Es ist schwer für Sie, alleine zu einem Termin zu gehen?

Sie haben schlechte Erfahrungen gemacht?

Wenn jemand mitgeht,

- fühlt man sich sicherer
- ist man ruhiger
- wird man ernster genommen
- wird einem besser zugehört

Sie werden bei Ihrem Termin von Freiwilligen begleitet,

- die einfühlsam agieren
- die vertrauenswürdig sind
- die für Ihre Anliegen ein offenes Ohr haben
- die Mut machen und stärken

freiwillig - unbürokratisch - kostenlos

mitgehn als Freiwillige*r unterstützen

Sie begleiten Menschen zu einem Termin, den diese nicht alleine wahrnehmen möchten. Durch Ihre Anwesenheit unterstützen Sie die Betroffenen dabei, besser zu ihren Ansprüchen zu kommen. Durch ihr „Dasein“ geben Sie Halt und Sicherheit und gleichzeitig fördern Sie die Autonomie der Person, die Sie begleiten.

Wir bieten Ihnen:

- eine zeitlich flexible Freiwilligentätigkeit
- die Möglichkeit, einen Einblick in die Lebensrealität von anderen Personen zu bekommen
- eine Ansprechperson bei Fragen und Anliegen
- Austausch- und Reflexionstreffen
- eine Einschulung
- einen Freiwilligenausweis
- Fahrtkostenersatz und Versicherungsschutz

