

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2007)  
**Heft:** 3

## Werbung

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Eigne ich mich für Freiwilligenarbeit?

(joe) Freiwillig tätig zu sein, ist eine anspruchsvolle Aufgabe: Sei es wegen des Aufwandes oder der mitunter schwierigen Lebenssituationen, in die Freiwillige Einblick erhalten. Aber wer eignet sich für einen solchen Einsatz? Die folgenden Fragen sind nicht tierisch ernst gemeint, könnten aber einen Anhaltspunkt geben.

1. Was würde ich tun, wenn mein Nachbar mich bittet, ihn beim Schriftverkehr und seinen monatlichen Zahlungen zu unterstützen?

- a) Ich finde, das sollte ein Angehöriger machen. (1)
- b) Ich erkundige mich, ob Pro Senectute Kanton Zürich einen entsprechenden Dienst anbietet und mich durch Fachwissen und Begleitung unterstützt, falls ich meinem Nachbarn zusage. (3)
- c) Das mache ich sofort und putze dem Nachbarn auch gleich noch die Wohnung. (2)

2. Welchen Gewinn habe ich, wenn ich Freiwilligenarbeit leiste?

- a) Ich kann eine Kleinigkeit verdienen. (1)
- b) Ist kein Gewinn für mich, sondern Aufopferung für andere. (2)
- c) Ich engagiere mich für eine gute Sache, erhalte dafür keinen Lohn, aber eine Spesenentschädigung und Anerkennung beispielsweise in Form von Weiterbildung. (3)

3. Ich habe freie Zeit, die ich sinnvoll nutzen möchte.

Was mache ich?

- a) Ich setze ein Inserat in die Zeitung und biete meine Dienste an. (2)
- b) Ich erkundige mich bei einer Non-Profit-Organisation, welche Varianten von Freiwilligentätigkeiten es gibt, lasse mich beraten und optimal einsetzen. (3)
- d) Ich reise, sehe fern oder lese ein Buch. (1)

4. Wie viel Zeit möchte ich pro Woche investieren für Freiwilligenarbeit?

- a) Etwa 5 Stunden, auf keinen Fall mehr als 10 Stunden, das wäre mir zu viel. (3)
- b) So wenig wie möglich. (1)
- c) So viel wie möglich. (2)

Auflösung:



Unsere Freiwillige: Elfriede Kohler (67) interessiert sich für Literatur, Sprachen und Reisen. Sie singt in einem russisch-orthodoxen Chor und übt dafür zu Hause. Bei Pro Senectute engagiert sie sich seit einem Jahr als Freiwillige im Treuhanddienst.

## Ich interessiere mich für ein freiwilliges Engagement

Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf, um mich über die Möglichkeiten zu informieren und allenfalls mit mir ein Gespräch zu verabreden

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Bitte Talon senden an:

Jolanda Oelke  
Pro Senectute Kanton Zürich  
Forchstrasse 145  
Postfach 1381  
8032 Zürich

9-12 Punkte: Sie eignen sich bei Pro Senectute Kanton Zürich!  
5-8 Punkte: Vielleicht sollten Sie zuerst einen Kurs zum Thema «Abgrenzung» besuchen!  
1-4 Punkte: Sie haben wahrscheinlich mehr Freude, wenn Sie ein Buch lesen.