



# AKTIV WERDEN!

Hier findest du die Möglichkeit für ehrenamtliches Engagement und Beteiligung in Vorarlberg und Einsätze in Österreich.



[www.aha.or.at](http://www.aha.or.at)

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Bedeutung</b> .....	3
Warum sich freiwillig/ehrenamtlich engagieren?.....	3
Wo kannst du freiwillig tätig sein?.....	3
Versicherungsschutz für Freiwillige.....	3
<b>aha plus</b> .....	4
Was ist das aha plus?.....	4
<b>Freiwilligenzentren</b> .....	5
Bregenz: Bre!Ak Bregenz.....	5
Bregenz: Lebensraum Bregenz.....	5
Feldkirch: Büro für Ehrenamt.....	6
Frastanz: Domino s'Hus am Kirchplatz.....	6
Hard: Hard Dotspot.....	6
<b>Organisationen</b> .....	7
Katastrophen- und Rettungsdienste.....	7
Kirchlicher, religiöser Bereich.....	8
Kunst-, Kultur- und Freizeiteinrichtungen.....	9
Sozial- oder Gesundheitsinstitutionen.....	12
Flucht und Asyl in Vorarlberg.....	18
Sport und Bewegung.....	18
Umwelt, Natur- und Tierschutz.....	19
<b>Freiwillige Einsätze in Österreich</b> .....	23
<b>Aktiv werden in Vorarlberg</b> .....	20
... in der Gemeinde.....	20
Jugendbeirat.....	20
Klassensprechertreffen.....	20
Jugendbeteiligungstage.....	21
Jugendreferate.....	21
... in der Politik.....	21
... in einer Jugendorganisation.....	22
... international.....	22

# BEDEUTUNG

Freiwilligentätigkeit ist eine Leistung, die du freiwillig und ohne Bezahlung außerhalb des eigenen Haushalts erbringst.

Unter Freiwilligenarbeit versteht man die Mitarbeit bei einer Organisation, einem Verein oder einer Institution (Katastrophen- und Rettungsdienste, Tätigkeiten in Kunst-, Kultur- und Freizeiteinrichtungen, im religiösen Bereich, in Sozial- oder bei Gesundheitsinstitutionen etc.).

Du kannst dich auch in einer Jugendorganisation engagieren (eine Liste ist am Ende des Folders angeführt).

## Warum sich freiwillig/ehrenamtlich engagieren?

- Freude an der Tätigkeit
- Kontakt zu anderen Menschen
- etwas bewegen
- Arbeitserfahrung
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Pluspunkt im Lebenslauf

## Wo kannst du freiwillig tätig sein?

- Du kannst prinzipiell überall nachfragen, ob du freiwillig mithelfen kannst.  
Wende dich einfach direkt an Vereine, Organisationen, Geschäfte etc.
- Frag in deiner Gemeinde nach.

Wenn du eine Organisation kontaktierst, solltest du zuerst mit ihr klären, ob und in welchem Bereich du mithelfen kannst, ob es Bedarf an deiner Hilfe gibt und ob es entsprechende Aufgaben für dein Alter gibt.

Die folgende Liste ist eine Auswahl an Organisationen und Vereinen etc., bei denen du dich ehrenamtlich engagieren kannst. Die Liste wird laufend ergänzt und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Du kennst noch weitere Organisationen oder Projekte, die ehrenamtliche Unterstützung suchen? Schreib uns eine E-Mail: [aha@aha.or.at](mailto:aha@aha.or.at). Wir ergänzen den Info-Folder gerne.

## Versicherungsschutz für Freiwillige

Infos sowie Formulare findest du unter [www.vorarlberg.at/zukunft](http://www.vorarlberg.at/zukunft) ( → Versicherungsschutz für freiwillig Engagierte)

# AHA PLUS

Das neue Anerkennungssystem für engagierte Jugendliche in Vorarlberg.

## Was ist das aha plus?

aha plus ist ein Anerkennungssystem für Jugendliche, die sich freiwillig engagieren oder auf der Suche nach Engagementmöglichkeiten sind. 12- bis 24-Jährige mit Wohnsitz in Vorarlberg können mit dem aha plus Punkte (Points) für ihr Engagement sammeln und diese u. a. gegen eine wertvolle Anerkennung (Reward) einlösen.

Information & Anmeldung: [www.ahaplus.at](http://www.ahaplus.at)

## Kontakt

aha Jugendinformationszentrum Vorarlberg

Barbara Österle, Poststraße 1

6850 Dornbirn

Tel 05572-52212, [aha@aha.or.at](mailto:aha@aha.or.at)

[www.aha.or.at/plus](http://www.aha.or.at/plus)

# FREIWILLIGENZENTREN

Diese Vorarlberger Freiwilligenzentren helfen dir bei der Suche nach einer passenden Freiwilligentätigkeit.

## **Bregenz: Bre!Ak Bregenz**

Jugendservice Bregenz  
Johannes Feurstein, Belruptstraße 1  
6900 Bregenz,  
Tel 05574-4101663, [johannes.feurstein@bregenz.at](mailto:johannes.feurstein@bregenz.at)  
[www.bregenz.at/break](http://www.bregenz.at/break)

Tätigkeiten: Gegen Mithilfe in verschiedenen Einrichtungen (z. B. Kindergärten, Pflegeheimen, Stadtbücherei, Rotes Kreuz etc.) bekommst du Punkte, die du gegen Gutscheine fürs Kino, Pizza, Schwimmbad etc. eintauschen kannst.

**aha plus:** Die Punkte- sowie Gutscheinvergabe wird über das neue Anerkennungssystem aha plus organisiert.

Alter: ab 12 Jahren

## **Bregenz: Lebensraum Bregenz**

Lebensraum Bregenz  
Maria Köllemann  
Clemens-Holzmeister-Gasse 2,  
6900 Bregenz  
Tel 05574-52700-15, [maria.koellemann@lebensraum-bregenz.at](mailto:maria.koellemann@lebensraum-bregenz.at)  
[www.gib.bregenz.at](http://www.gib.bregenz.at),

Tätigkeiten: Das Projekt „GiB“ (Gemeinsam in Bregenz. Gemeinsam für Bregenz) vom Lebensraum Bregenz unterstützt Menschen, die sich freiwillig engagieren wollen. Z. B. Vermittlung zum Vorarlberger Familienverband – Bereich Babysittervermittlung, Weltladen, Mithilfe im Büro etc.

Alter: alle Altersgruppen

### **Feldkirch: Büro für Ehrenamt**

Jugendservice Feldkirch/Büro für Ehrenamt  
Mag. Heike Sprenger  
Schmiedgasse 5  
6800 Feldkirch  
Tel 05522-3041280, [ehrenamt@feldkirch.at](mailto:ehrenamt@feldkirch.at)

Tätigkeiten: Das Büro für Ehrenamt hilft dir bei der Suche nach der passenden Stelle, wenn du freiwillig tätig oder einfach in einem Verein aktiv werden willst.

Alter: alle Altersgruppen

### **Frastanz: Domino s'Hus am Kirchplatz**

Kirchplatz 4  
6820 Frastanz  
Tel 05522-5176940 (Di und Do Vormittag), [office@dominofrastanz.org](mailto:office@dominofrastanz.org)

Tätigkeiten: Spielplatzprojekte (Spielmobil, Spielstation) im Herbst und Frühling, Spielprojekte (Kinderbetreuungsprojekte, z. B. Frastanzer Herbstmarkt, offenes Singen, arbeiten mit SeniorInnen, Instrumente spielen, SprachpartnerInnen für „Ich gebe mein Deutsch weiter“

Alter: ab 15 Jahren

### **Hard: Hard Dotspot**

Offene Jugendarbeit Hard  
Verein Sozialsprengel Hard  
Ankergasse 24,  
6971 Hard  
Tel 05574-74544 oder 0650-8628687, [jugend@sprengel.at](mailto:jugend@sprengel.at)  
[www.sprengel.at](http://www.sprengel.at)

Tätigkeiten: Gegen Mithilfe in verschiedenen Einrichtungen (z. B. d'Werkstatt, Jugendtreffs, Kindergärten, Seniorenheim, Lebenshilfe, Pfarre, Sport- und Freizeitanlagen, Veranstaltungen in der Gemeinde etc.) bekommst du Punkte, die eingetauscht werden können (Kino, Kegeln, Döner, Strandbad, Eislaufplatz etc.).

Alter: 12 - 18 Jahre

### **Rankweil: MITANAND – Gemeinwesenstelle Rankweil**

Sozialzentrum Fuchshaus

Ringstraße 49

6830 Rankweil,

Tel 05-1755 547, [mitanand.rankweil@ifs.at](mailto:mitanand.rankweil@ifs.at)

[www.rankweil.at](http://www.rankweil.at), [www.ifs.at](http://www.ifs.at)

Tätigkeiten: Mitarbeit in verschiedenen Projekten, Haus- und Gartenhilfe bei alten Menschen, Siedlungs- und Spielplatzaktionen, Lesepaten, Babysitterdienste, Fahrdienst beim Rankweiler Senioren-Mittagstreff, Deutsch lernen mit Kindern und Erwachsenen, Freizeitgestaltung mit Flüchtlingsfamilien,...

Für manche Tätigkeiten bekommst du eine kleine Aufwandsentschädigung und für andere eine kleine Jause.

Alter: ab 14 Jahren

# ORGANISATIONEN

Diese Vorarlberger Organisationen freuen sich über interessierte Ehrenamtliche.

### **Katastrophen- und Rettungsdienste**

#### **Freiwillige Feuerwehr**

Landesfeuerwehrverband Vorarlberg

Florianistraße 1

6800 Feldkirch,

Tel 05522-3510, [office@lfv-vorarlberg.at](mailto:office@lfv-vorarlberg.at)

[www.lfv-vorarlberg.at](http://www.lfv-vorarlberg.at)

Tätigkeiten: Vorbereitung auf den aktiven Feuerwehrdienst, Kennenlernen der Feuerwehr (Grundlagen, Technik, Erste Hilfe), Gruppen- und Einzelbewerbe auf Landes-, Bundes- und internationaler Ebene, Zeltlager, Schi- und Seifenkisten-Meisterschaften sowie soziale Aktionen

Alter: Feuerwehrjugend ab 10 Jahren, aktive Feuerwehr ab 16 Jahren

## **Jugendrotkreuz**

Österreichisches Rotes Kreuz  
außerschulische Kinder- und Jugendgruppen  
Petra Gebhard  
Beim Gräble 10  
6800 Feldkirch  
Tel 0676-7770337, [petra.gebhard@gmx.at](mailto:petra.gebhard@gmx.at)  
[www.rotekreuz.at/vbg/jugend](http://www.rotekreuz.at/vbg/jugend)

Tätigkeiten: Erste Hilfe, Einblicke in den Rettungsdienst, Mitarbeit in der Gesundheitserziehung, Umweltschutz, Soziales, Erste Hilfe, Exkursionen, Zusammenarbeit mit „Blaulicht-Organisationen“  
Alter: Jugendgruppen ab 11 Jahren und Kindergruppen (in Alberschwende, Dornbirn und Lustenau) ab 7 Jahren

## **Wasserrettung**

Österreichische Wasserrettung Landesverband Vorarlberg  
Florianistraße 1  
6800 Feldkirch  
Tel 05522-3510410, [office@v.owr.at](mailto:office@v.owr.at)  
[www.vorarlberg.owr.at](http://www.vorarlberg.owr.at)

Tätigkeiten: Ausbildung zum/zur RettungsschwimmerIn, Ausbildung in Erster Hilfe, Überwachungsdienst in den Schwimmbädern, wöchentliches Training, Teilnahme an nationalen und internationalen Meisterschaften, Jugendveranstaltungen und Übungen, Ausbildung im Schnorcheltauchen, ab 15 Jahren Gerätetauchen, ab 17 Jahren AnwärterIn für die Einsatzmannschaft.  
Alter: ab 13 Jahren

## **Kirchlicher, religiöser Bereich**

### **Jugend in der Evangelischen Pfarrgemeinde**

Tel 05572-22056  
[pfarramt@evang-dornbirn.at](mailto:pfarramt@evang-dornbirn.at), [michael.meyer@evang-dornbirn.at](mailto:michael.meyer@evang-dornbirn.at),  
[katharina-von-rogall@evang-dornbirn.at](mailto:katharina-von-rogall@evang-dornbirn.at)  
[www.ejoe.at](http://www.ejoe.at)

Tätigkeiten: Workshops, Games und neue Orte, Party & Music, Gottesdienst, meine Rolle in meiner Mitarbeit reflektieren, ...  
Treffpunkt: Evangelische Heilandskirche Dornbirn, Rosenstraße 8 (neben Musikschule), jeden Dienstag von 17:30 bis 19:30 Uhr  
Alter: ab 14 Jahren (Jugendliche jeder Religion sind willkommen)



## **Katholische Jugend und Jungschar Vorarlberg**

[kj-und-jungschar@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:kj-und-jungschar@kath-kirche-vorarlberg.at)

[www.kj-und-jungschar.at](http://www.kj-und-jungschar.at)

Tätigkeiten: Freizeitangebote für Kinder und Jugendliche wie Reisen, Miniwochen, Spielefeste, Sternsinger Aktion, Gruppenleiterschulungen, Kinder- und Jugendchöre, Jugendgottesdienste, soziale Aktionen wie 72 Stunden ohne Kompromiss

Alter: alle Altersgruppen

## **Kunst-, Kultur- und Freizeiteinrichtungen**

### **aha Jugendteams**

aha

Poststraße 1

6850 Dornbirn

Tel 05572-52212, [aha@aha.or.at](mailto:aha@aha.or.at)

[www.aha.or.at/jugendteams-im-aha](http://www.aha.or.at/jugendteams-im-aha)

Tätigkeiten:

**Info-Team:** Info-Peers informieren ihre MitschülerInnen über aktuelle Themen & Aktionen aus der Jugendinfo.

Alter: 15 – 18 Jahre

**Multimediateam:** Die Mitglieder vom Multimediateam berichten und gestalten. Sie suchen immer nach neuen kreativen Ideen und gestalten z.B. nimMi-Cards, drehen Videos, machen Fotos oder schreiben Berichte.

Alter: 15 – 20 Jahre

**Moderationsteam:** ModeratorInnen führen durch Veranstaltungen des aha, aha plus und der aha card.

Alter: 15 – 20 Jahre

**EFD-MentorInnen:** Die EFD-MentorInnen haben selbst einen Europäischen Freiwilligendienst absolviert und unterstützen nun Jugendliche, die aus dem Ausland in Vorarlberg einen Freiwilligendienst absolvieren.

Alter: ab 18 Jahren

### **Amateurtheater**

Landesverband Vorarlberg für Amateurtheater

Jahngasse 10/3

6850 Dornbirn

Tel 05572-31070 oder 0660-6566836, [info@lva-theaterservice.at](mailto:info@lva-theaterservice.at)

[www.lva-theaterservice.at](http://www.lva-theaterservice.at)

Tätigkeiten: in den regionalen Mitgliedsgruppen mithelfen -

Garderobendienste, Ausschank, Kassa, Technik, Bühnenbau, Requisite etc.

Beim Landesverband teilweise auch Mithilfe in der Organisation z. B. beim Jugendtheaterwochenende

Alter: alle Altersgruppen

### **INDO - Jugendinfo Dornbirn**

Amt der Stadt Dornbirn

Jugendabteilung

Rathausplatz 2

6850 Dornbirn,

Tel 05572-3064404, [christa.kohler@dornbirn.at](mailto:christa.kohler@dornbirn.at)

[www.dornbirn.at](http://www.dornbirn.at) > Leben in Dornbirn > Jugend

Tätigkeiten: Schreiben, Fotografieren, Workshops, Planung

Alter: 14 – 19 Jahre

### **Jugendzentren, Jugendtreffs**

[www.vorarlberg.at](http://www.vorarlberg.at) (› Jugend und Senioren › Jugend › Jugend in Vorarlberg › Jugendzentren in den einzelnen Bezirken)

Mitarbeiten oder Mitgestalten beim Jugendtreff in deiner Gemeinde

### **Musikverbände**

Vorarlberger Blasmusikverband

[www.vbv-blasmusik.at](http://www.vbv-blasmusik.at)

Chorverband Vorarlberg [www.chorverbandvlbg.at](http://www.chorverbandvlbg.at)

Werde aktiv und musiziere mit oder hilf dem Musikverein deiner Wahl bei Events etc.

## **Radio Proton – das freie Radio**

ICH BIN EIN FREIES MEDIUM

Jahngasse 10

6850 Dornbirn,

Tel 05572-201777, [proton@radioproton.at](mailto:proton@radioproton.at)

[www.radioproton.at](http://www.radioproton.at)

Tätigkeiten: Das Recht auf freie Meinungsäußerung - das bietet Proton - das freie Radio, d.h. DIY-Mitmachradio, Proton hält seine Studiotür offen für alle Menschen, die ihre Musik, ihre Gedanken und Ideen vorstellen wollen, egal ob in der Mutter-, Vater- oder Landessprache; Freies Radio ist selbst gemachtes Radio: Das Team von Proton - das freie Radio zeigt dir, wie die Studioteknik bedient wird, Interviews geführt und Sendungen geschnitten werden. UKW Frequenzen: 104,6 Raum Bludenz, 104,3 Raum Feldkirch, 101,1 Raum Dornbirn, 92,7 Raum Bregenz  
Alter: ab 16 Jahren

## **team.reflect**

SUPRO - Werkstatt für Suchtprophylaxe

Am Garnmarkt 1

6840 Götzis,

Tel 05523-54941, [info@reflect.at](mailto:info@reflect.at)

<http://team.reflect.at>

Tätigkeiten:

- Smartphone- & Game Guide (Erwachsenen Computer- & Konsolenspiele und Apps erklären, Spiele und Apps testen, etc.)
- KENNiDI Barteam (Mixen von alkoholfreien Cocktails, Teilnahme an Workshops und Mithilfe bei Veranstaltungen, Workshops im alkoholfreien Mixen geben)
- Medienprojekt REFLECT AND ACT! CAMPUS (gemeinsam mit anderen Jugendlichen in Workshops Ideen mit Foto und Video umsetzen)
- Suchthaufen (Infos holen zu den Themen Sucht, Alkohol, Nikotin, Medien und Cannabis)

Alter: ab 14 Jahren

## **Plan B – Verein für junge Erwachsene**

Alte Landstraße 15a  
6700 Bludenz  
[plan.b.verein@gmail.com](mailto:plan.b.verein@gmail.com)  
[www.planbverein.at](http://www.planbverein.at)

Tätigkeiten: Organisation von Veranstaltungen, Persönlichkeitsentwicklung und Auseinandersetzung mit gesellschaftskritischen Themen und dazugehörige Events (Vorträge, Ausflüge, ...) gehören ebenfalls zu den Schwerpunkten  
Alter: 18 bis 30 Jahre

## **Sozial- oder Gesundheitsinstitutionen**

### **AIDS-Hilfe**

AIDS-Hilfe Vorarlberg  
Kaspar-Hagen-Straße 5  
6900 Bregenz  
Tel 05574-4652, [contact@aidshilfe-vorarlberg.at](mailto:contact@aidshilfe-vorarlberg.at)  
[www.aidshilfe-vorarlberg.at](http://www.aidshilfe-vorarlberg.at)

Tätigkeiten: Infostände betreuen, Verteilaktion  
Alter: ab 18 Jahren

### **Aktion Leben**

Aktion Leben Vorarlberg  
Dr. Anton Schneiderstraße 3  
6850 Dornbirn,  
Tel 05572-33256 (Mo & Mi 8 bis 11 Uhr), [aktion.leben.vbg@aon.at](mailto:aktion.leben.vbg@aon.at)  
[www.aktionleben-vorarlberg.at](http://www.aktionleben-vorarlberg.at)

Tätigkeiten: Mithilfe am „Tag des Lebens“, z. B. Verkauf von Überraschungspaketen, an Schulen über den Verein informieren, Präsentationen  
Alter: ab 16 Jahren

### **Blinden- und Sehbehindertenverband Vorarlberg**

Blinden- und Sehbehindertenverband Vorarlberg  
Ingrüne 12  
6858 Schwarzach  
Tel 05572-58221, [erholungszentrum@bsvv.at](mailto:erholungszentrum@bsvv.at)  
[www.bsvv.at](http://www.bsvv.at)

Tätigkeiten: Fahrdienste, Begleitdienste bei Ausflügen im Sommer, Begleitdienste bei Schneeschuhwanderungen und Langlaufen im Winter, Mithilfe bei Sammlungen, Gartenarbeiten  
Alter: ab 18 Jahren (Die Person sollte im Besitz eines Führerscheins sein!)

### **Lebenshilfe**

Lebenshilfe Vorarlberg

Frick Christine  
Gartenstraße 2  
6840 Götzis,  
Tel 05523-506-10044, [verein@lhv.or.at](mailto:verein@lhv.or.at)  
[www.lebenshilfe-vorarlberg.at](http://www.lebenshilfe-vorarlberg.at)

Tätigkeiten: Mithilfe zur Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit Behinderungen (z. B. Spazieren gehen, Spielenachmittage, kreative Unterstützung in den Werkstätten, Unterstützung bei der Landessammlung)  
Alter: ab 16 Jahren

### **Netz für Kinder**

Netz für Kinder  
Frau Thaler-Feuerstein Ruthilde  
Tel 051755-57, [thaler-feuerstein.ruthilde@ifs.at](mailto:thaler-feuerstein.ruthilde@ifs.at)  
[www.netz-fuer-kinder.at](http://www.netz-fuer-kinder.at)

Tätigkeiten: Babysitten, Freizeitgestaltung oder Lernhilfe bei Kindern/Jugendlichen in schwierigen Lebenslagen. Unterstützung bei Benefizveranstaltungen im Bereich Schule, Vereine u.v.m.  
Alter: ab 16 Jahren

### **ÖZIV – Landesverband Vorarlberg, Interessenvertretung für Menschen mit Behinderungen**

ÖZIV Landesverband Vorarlberg  
St.-Anna-Straße 2a  
6900 Bregenz,  
Tel 05574-45579, [oeziv.vorarlberg@ziviberg.at](mailto:oeziv.vorarlberg@ziviberg.at)  
[www.oeziv.org](http://www.oeziv.org)

Tätigkeiten: Haussammlung auf Provisionsbasis im August, Mithilfe bei Veranstaltungen für unsere Mitgliederkinder  
Alter: ab 14 Jahren

### **Pensionistenverband**

Pensionistenverband Vorarlberg  
Rathausstraße 11  
6900 Bregenz,  
Tel 05574-45995, [vorarlberg@pvoe.at](mailto:vorarlberg@pvoe.at)  
[www.vorarlberg.pvoe.at](http://www.vorarlberg.pvoe.at)

Tätigkeiten: Es gibt zwei konkrete Projekte des PVÖ Vorarlberg für Jugendliche:

Projekt „senior goes social network“- Jugendliche helfen SeniorenInnen im Umgang mit dem Internet, Projekt „Generationenfreundschaft“ - Jugendliche besuchen SeniorenInnen

Alter: ab ca. 12 Jahren (mit Einverständnis der Eltern)

### **Soziale Berufsorientierung Vorarlberg, gemn.GesmbH**

6840 Götzis, Wirtschaftspark  
Tel 0664-8240141  
[info@sbov.at](mailto:info@sbov.at), [www.sozialesjahr.at](http://www.sozialesjahr.at)

Tätigkeiten: Arbeit mit Menschen mit Behinderung, mit Kindern, Jugendlichen und alten Menschen, in der Flüchtlingshilfe, Schülerbetreuung, Arbeitsinitiative ...

Alter: 18 bis 24 Jahre

### **Sozialzentren**

Frag beim Pflegeheim, Altersheim, Sozialzentrum in deiner Nähe nach, ob du dich freiwillig engagieren kannst. Die sozialen Einrichtungen findest du unter [www.sozialinfo.or.at](http://www.sozialinfo.or.at) (› 21 Themenbereiche› Pflege, Betreuung und Assistenz› Suche)

Tätigkeiten: Besuchsdienste

Alter: alle Altersgruppen

## **Special Olympics Österreich – Sub Fachverband Vorarlberg**

Sportdirektor/GF Heinrich Olsen

Am Garnmarkt 3 I OG,

6840 Götzis

Tel 0664-4210939, [sportdirektor@specialolympics.at](mailto:sportdirektor@specialolympics.at)

[www.specialolympics.at/vorarlberg.html](http://www.specialolympics.at/vorarlberg.html)

Tätigkeiten: Als Unified PartnerIn in verschiedenen Sportarten und Bewerben mitmachen (Unified heißt aus dem Englischen übersetzt „einheitlich“. Dies soll bedeuten, dass durch die Zusammensetzung eines Teams mit einem/einer SportlerIn mit einer intellektuellen Beeinträchtigung und SportlerInnen ohne Beeinträchtigung ein Team geschaffen wird.) Mitarbeit- und Gestaltung von/bei Special Olympics Veranstaltungen in Vorarlberg und darüber hinaus.  
Alter: ab 14 Jahren

## **Spielgruppen, Eltern-Kind-Zentren**

Frag bei der Spielgruppe in deiner Nähe nach, ob du freiwillig mithelfen kannst. Alle Spielgruppen in Vorarlberg findest du unter [www.spielgruppe.at](http://www.spielgruppe.at) (→Verzeichnis).

Tätigkeiten: Mithilfe bei der Kinderbetreuung, Spielen

Alter: ab 14 Jahren

## **Südwind**

Südwind Regionalstelle Vorarlberg

Radetzkystraße 3

6850 Dornbirn,

Tel 05572-29752, [suedwind.vbg@suedwind.at](mailto:suedwind.vbg@suedwind.at)

[www.suedwind-agentur.at/vbg](http://www.suedwind-agentur.at/vbg)

Tätigkeiten: Südwind-AktivistInnen: Du setzt dich für faire Arbeitsbedingungen weltweit ein, Planung und Durchführung von Aktionen.  
Alter: ab 14 Jahren

## **Volkshilfe**

Volkshilfe Vorarlberg

Anton-Schneiderstraße 19,

6900 Bregenz

Tel 05574-48853 oder 0664-5254175 (Frau Senn), [volkshilfe-vlbg@aon.at](mailto:volkshilfe-vlbg@aon.at)

<http://volkshilfe-vlbg.at>

Tätigkeiten: Mithilfe bei Verkaufsaktionen

Alter: ab 14 Jahren

## **Vorarlberger Familienverband**

Vorarlberger Familienverband

Bergmannstraße 14  
6900 Bregenz,  
Tel 05574-47671, [info@familie.or.at](mailto:info@familie.or.at) oder  
Lukas Moosbrugger, Tel 05574-4767114 oder 0676-83373311,  
[lukas.moosbrugger@familie.or.at](mailto:lukas.moosbrugger@familie.or.at)  
[www.familie.or.at](http://www.familie.or.at)

Tätigkeiten: Mithilfe bei verschiedenen Projekten und Veranstaltungen, z. B. Familienfeste, Sportveranstaltungen für Kinder, Workshops & Kurse etc.  
Alter: alle Altersgruppen

### **Vorarlberger Kinderdorf, EHRENAMT mit KINDERN**

für Hilfen in ganz Vorarlberg: FAMILIENIMPULSE  
Tel 0676-4992078, [i.hauer@voki.at](mailto:i.hauer@voki.at)  
[www.vorarlberger-kinderdorf.at/familienimpulse](http://www.vorarlberger-kinderdorf.at/familienimpulse)

Tätigkeiten: einfach Freizeit mit Kindern verbringen, z.B. draußen/drinnen spielen oder auf den Spielplatz gehen, mit Babys spazieren, vorlesen, basteln, Sprachlernspiele spielen oder auch beim Spielbus mithelfen (ab 15 Jahren).  
Alter: ab 16 Jahren

### **Weltladen**

Weltladen Bregenz  
Birgit Burtscher  
Heldendankstraße 44  
6900 Bregenz,  
Tel 05574-82602  
[www.weltladenbregenz.at](http://www.weltladenbregenz.at)

Unter [www.weltlaeden.at](http://www.weltlaeden.at) (→ Weltläden & Weltcafé → Weltläden → Vorarlberg) findest du alle Weltläden in Vorarlberg. Frag auch im Weltladen in deiner Nähe nach, ob es eine Möglichkeit gibt, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Tätigkeiten: Mithilfe im Einkauf/Verkauf, Ladendekoration  
Alter: ab 15 Jahren



## **youngCaritas**

youngCaritas Vorarlberg

Wichnergasse 22

6800 Feldkirch

Tel 05522-200-1065 oder 0664-8240133 (Margaritha Matt)

[youngcaritas@caritas.at](mailto:youngcaritas@caritas.at)<http://vbg.youngcaritas.at>

Tätigkeiten: Mithilfe bei diversen Projekten oder Workshops wie z. B. youngCaritas-Speaker in der Anti-Rassismus-Arbeit, oder als LernunterstützerIn in einem der sechs Lerncafes der youngCaritas. Neben verschiedenen Großprojekten, gibt es die Möglichkeit an unterschiedlichen Workshops teilzunehmen. Es gibt Workshops zu den Themen Armut, Flucht, Vielfalt (er)leben, Social Skills. Als youngCaritas-Speaker haben Jugendliche sogar die Möglichkeit selber einen Workshop zu gestalten.

Alter: ab 12 Jahren

## **Zämma leaba z'Götzis – Ehrenamt und Koordination**

Sozialdienste Götzis Gesellschaft mbH

Büro Zämma leaba

Hannelore Peter

Schulgasse 5

6840 Götzis

Tel 05523-64050-406 oder 0664/2449277, [buer@zaemmleaba.goetzis.at](mailto:buer@zaemmleaba.goetzis.at)

[www.hdg-vorarlberg.at](http://www.hdg-vorarlberg.at)

Bürozeiten: jeden Dienstag von 08:30 – 11:30 Uhr oder nach Vereinbarung

Tätigkeiten: Zämma leaba z'Götzis unterstützt Menschen jeden Alters, die sich

- im Haus der Generationen (Besuchs- und Spaziergängerdienst, Ausflüge mit BewohnerInnen u.v.m.),
- in Ehrenamtsprojekten (z.B. Fahrdienst für die Tagesbetreuung, LesepatInnen Schulen, Revitalisierung Parcours, Spielenachmittag u.v.m.),
- in der Gemeinde (z.B. Vereinsmesse, Willkommenstag u.v.m.) oder
- in der Region am Kumma (z.B. Helfer- bzw. SeniorInnenbörse, Vermittlung Babysitter u.v.m.)

freiwillig engagieren möchten.

Alter: alle Altersgruppen

## Flucht und Asyl in Vorarlberg

[www.aha.or.at/flucht](http://www.aha.or.at/flucht) und [www.handinhandinvorarlberg.at](http://www.handinhandinvorarlberg.at): Informiere dich über das Thema und erfahre, wie du dich für Asylsuchende einsetzen kannst.

## Sport und Bewegung

### Sportvereine

Kontakt: ASVÖ [www.vsv.at](http://www.vsv.at) (› Vereine › Vereinsort oder Sportart auswählen)

und ASKÖ [www.askoe-vorarlberg.at](http://www.askoe-vorarlberg.at): Vereinsübersicht

Tätigkeiten: Werde aktiv und übe eine Sportart aus oder hilf beim Sportverein deiner Wahl bei Veranstaltungen etc.

Willst du Sport in einem Verein, Club oder in der Schule betreiben? Unter [www.aha.or.at/freizeit/sport](http://www.aha.or.at/freizeit/sport) findest du Verbände und Sportarten in Vorarlberg.

## **Umwelt, Natur- und Tierschutz**

### **Alpenvereinsjugend**

Alpenvereinsjugend Vorarlberg

[www.alpenverein.at/jugend](http://www.alpenverein.at/jugend)

[jugend.vorarlberg@alpenverein-vlbq.at](mailto:jugend.vorarlberg@alpenverein-vlbq.at)

Tätigkeiten: Unterstützung des Alpenvereins bei diversen Gruppen- oder Umweltaktivitäten wie z. B. Wanderwegerhaltung, Flurreinigung, Klettergartensanierung oder Teilnahme an Wander- und Kletterausbildungen oder an Aufforstungsaktionen

Alter: ab 12 Jahren

### **Naturfreundejugend**

Naturfreunde Vorarlberg

Dr.-Anton-Schneider-Straße 19

6900 Bregenz,

Tel 05574-45781, [vorarlberg@naturfreunde.at](mailto:vorarlberg@naturfreunde.at)

[www.vorarlberg.naturfreunde.at](http://www.vorarlberg.naturfreunde.at)

Tätigkeiten: Betreuung und Organisation von Workcamps und Einzelveranstaltungen, Standbetreuung auf der Schau! Dornbirn, Mitarbeit in sämtlichen Gremien der Naturfreundejugend als SchriftführerIn, RechnungsprüferIn, BeisitzerIn, Entwicklung und Durchführung von spezifischen Jugendangeboten und Umweltprojekten, Betreuung der mobilen Kletterwand und Slacklineanlage, Betreuung in den örtlichen Klettergruppen, Begleitung auf Wanderungen, Betreuung von Kinderschikursen, aktive Mitarbeit in einer Fotogruppe, Organisation von Foto-Veranstaltungen, aktive Mitarbeit beim Aufbau einer Slacklinegruppe, Website-Betreuung, Mitarbeit im Facebook-Team, Mitarbeit im Bereich Presse und Öffentlichkeitsarbeit.

Alter: ab 16 Jahren

### **Tierheim**

Vorarlberger Tierschutzheim

Martinsruh 5

6850 Dornbirn

Tel 05572-29648, [info@tierheim.vol.at](mailto:info@tierheim.vol.at)

[www.tierheim.vol.at](http://www.tierheim.vol.at)

Tätigkeiten: Mithilfe bei Veranstaltungen (z. B. Service, Aufbau), Haussammlung (November), Tierheim-Magazin auflegen bzw. verteilen, Pflegeplätze für operierte oder aufzuziehende Tiere, Handwerksarbeiten

Alter: ab 18 Jahren (teilweise mit Erlaubnis der Eltern auch früher)

# AKTIV WERDEN IN VORARLBERG

## ... in der Gemeinde

Du möchtest etwas in deiner Gemeinde tun und z. B. einen Fußballplatz, einen Jugendtreff, einen Proberaum auf die Beine stellen? Erkundige dich bei deinem Gemeindeamt/Rathaus oder informiere dich unter [www.vorarlberg.at/zukunft](http://www.vorarlberg.at/zukunft), wie dich deine Gemeinde zum Thema Jugendarbeit unterstützt.

## Jugendbeirat

Oft besteht ein Jugendbeirat aus jeweils einem oder zwei Mitgliedern des örtlichen Jugendvereins oder VertreterInnen der Offenen Jugendarbeit. Auch Jugendliche können in dieses Gremium bestellt werden. Ein Jugendbeirat kann z. B. Angebote koordinieren oder über die Verteilung von Geldmitteln entscheiden. Oft haben Jugendliche eine beratende Funktion in der Gemeindepolitik, z. B. im Jugendausschuss.

Liste der Jugendbeiräte/-komitees der Städte:

### **Dornbirn: Stadtjugendbeirat**

[www.dornbirn.at/leben-in-dornbirn/jugend/stadtjugendbeirat/](http://www.dornbirn.at/leben-in-dornbirn/jugend/stadtjugendbeirat/)

### **Feldkirch: Feldkircher Jugendbeirat**

[www.feldkirch.at/jungesfeldkirch/mittadin/feldkircher-jugendbeirat](http://www.feldkirch.at/jungesfeldkirch/mittadin/feldkircher-jugendbeirat)

### **Hohenems: Stadtjugendbeirat**

[www.hohenems.at/de/stadt-hohenems/abteilungen-und-einrichtungen/gruppe1/jugend](http://www.hohenems.at/de/stadt-hohenems/abteilungen-und-einrichtungen/gruppe1/jugend)

### **Bludenz: Jugendbeirat**

[www.bludenz.at/bildung-soziales/jugendreferat/jugend-in-bludenz/jugendbeirat.html](http://www.bludenz.at/bildung-soziales/jugendreferat/jugend-in-bludenz/jugendbeirat.html)

## Klassensprechertreffen

In manchen Gemeinden/Städten werden KlassensprecherInnen bestimmter Schulstufen und ihre StellvertreterInnen ins Gemeindeamt/Rathaus eingeladen. Dort diskutieren sie ihre Anliegen mit PolitikerInnen. Informiere dich bei deiner Gemeinde!

## Jugendbeteiligungstage

Jugendbeteiligungstage können in deiner Gemeinde stattfinden. Hier entscheiden von Anfang an Erwachsene UND Jugendliche. Informationen findest du unter [www.vorarlberg.at/zukunft](http://www.vorarlberg.at/zukunft). Rege in deiner Gemeinde an, dass Jugendbeteiligungstage stattfinden.

## Jugendreferate

In den Städten Vorarlbergs und in vielen Gemeinden gibt es JugendreferentInnen, die ein offenes Ohr für deine Anliegen haben. In manchen Gemeinden erhalten Jugendliche kostenlose Unterstützung für die Umsetzung ihrer Projekte. Dabei wird deine Idee auf die Umsetzung hin geprüft, ein Konzept geschrieben und/oder Menschen gesucht, die bei dem Projekt mithelfen. Dieses Coaching wird von der Gemeinde/Stadt finanziert.

### Liste der Jugendreferate der Städte:

Bregenz: Jugendservice Bregenz [www.jugendservice.bregenz.at](http://www.jugendservice.bregenz.at)

Dornbirn: JugendDornbirn [www.jugendornbirn.at](http://www.jugendornbirn.at)

Feldkirch: Jugendservice Feldkirch [www.jungesfeldkirch.at](http://www.jungesfeldkirch.at)

Hohenems: Jugend- und Familienreferat [www.hohenems.at](http://www.hohenems.at) (→ Stadtverwaltung → Gruppe 1 → Jugend- und Familienreferat)

Bludenz: Jugendreferat der Stadt Bludenz

[www.bludenz.at/bildung-soziales/jugendreferat.html](http://www.bludenz.at/bildung-soziales/jugendreferat.html)

## ... in der Politik

### Jugendorganisationen der Parteien

Junge Grüne Vorarlberg: <http://vbg.junge-gruene.at>

Junge Volkspartei: [www.facebook.com/jvp.vorarlberg](http://www.facebook.com/jvp.vorarlberg)

Ring Freiheitlicher Jugendlicher Vorarlberg: [www.rfjvorarlberg.at](http://www.rfjvorarlberg.at)

Junge Generation in der SPÖ: [www.facebook.com/junge.generation](http://www.facebook.com/junge.generation)

Junos – junge liberale NEOS: <http://junos.at/vorarlberg>

### ... in einer Jugendorganisation

#### Jugendorganisationen im Landesjugendbeirat

Aktion kritischer Schüler\_innen Vorarlberg: <http://vorarlberg.aks.at>  
Alpenvereinsjugend Vorarlberg: [www.alpenverein.at/jugend/](http://www.alpenverein.at/jugend/) ( > Vorarlberg)  
Chorverband Vorarlberg: [www.chorverbandvlbg.at](http://www.chorverbandvlbg.at)  
Die Jungen Grünen: <http://vbg.junge-gruene.at>  
Gewerkschaftsjugend Vorarlberg: [www.oegj.at](http://www.oegj.at) ( > Bundesländer > Vorarlberg)  
Junge Volkspartei Vorarlberg: [www.facebook.com/jvp.vorarlberg](http://www.facebook.com/jvp.vorarlberg)  
Katholische Jugend und Jungschar Vorarlberg: [www.kath-kirche-vorarlberg.at/jugend](http://www.kath-kirche-vorarlberg.at/jugend)  
Kolpingjugend: [www.kolpingjugend.at](http://www.kolpingjugend.at)  
Landesfeuerwehrjugend: [www.lfv-vorarlberg.at](http://www.lfv-vorarlberg.at)  
Landjugend – Jungbauernschaft Vorarlberg: [www.vbglandjugend.at](http://www.vbglandjugend.at)  
Marianische Studentenkongregation: Prior Markus Stark, Tel 05574-71461-0  
Naturfreundejugend: <http://vorarlberg.naturfreunde.at>  
Österreichisches Jugendrotkreuz: [www.jugendrotkreuz.at](http://www.jugendrotkreuz.at)  
Ring Freiheitlicher Jugendlicher Vorarlberg: [www.rfjvorarlberg.at](http://www.rfjvorarlberg.at)  
Sozialistische Jugend Vorarlberg: [www.sj-vlbg.at](http://www.sj-vlbg.at)  
Vorarlberger Blasmusikjugend: [www.vbv-blasmusik.at](http://www.vbv-blasmusik.at)  
Vorarlberger Mittelschüler-Cartellverband: [www.vmcv.at](http://www.vmcv.at)  
Vorarlberger Pfadfinder und Pfadfinderinnen: <http://typo.pfadis-vorarlberg.com>  
Vorarlberger Pennalien: [www.verbindungen.at](http://www.verbindungen.at)  
Vorarlberger Schülerunion: <http://vbg.schuelerunion.at>

### ... international

#### EU-Programm ERASMUS+: Jugend in Aktion

aha  
Veronika Drexel  
Poststraße 1  
6850 Dornbirn  
Tel 05572-52212-18, [veronika.drexel@aha.or.at](mailto:veronika.drexel@aha.or.at)  
[www.aha.or.at](http://www.aha.or.at)

Tätigkeiten: Organisation eines Projekts mit Jugendlichen aus einem anderen europäischen Land, z. B. eine Jugendbegegnung

Alter: von 13 – 30 Jahren

**Tipp:** Auf [www.aktivwerden.at](http://www.aktivwerden.at) findest du Organisationen in Österreich bei denen du dich ehrenamtlich engagieren kannst.

# FREIWILLIGE EINSÄTZE IN ÖSTERREICH

## **JUMP – Jugend-Umwelt-Plattform**

1090 Wien, Spittelauer Lände 5

Tel 01-31304-2015

[office@jugendumwelt.at](mailto:office@jugendumwelt.at), [www.jugendumwelt.at](http://www.jugendumwelt.at)

Das **Freiwillige Umweltjahr (FUJ)** bietet dir die Möglichkeit zum Engagement bzw. zur Berufsorientierung bei Einsatzstellen im Umwelt-, Naturschutz- und Nachhaltigkeitsbereich in ganz Österreich.

Du kannst dabei verschiedene ökologische Berufsfelder in der Praxis ausprobieren und dich gleichzeitig für die Umwelt engagieren.

Alter: ab 17 Jahren

Dauer: FUJ 6 bis 12 Monate

## **Verein zur Förderung freiwilliger sozialer Dienste**

Freiwilliges Soziales Jahr in Österreich

Regionalstelle Tirol

6020 Innsbruck, Riedgasse 9

Tel 0676/8776-3920 oder 0676/8776-3921

[office.innsbruck@fsj.at](mailto:office.innsbruck@fsj.at), [www.fsj.at](http://www.fsj.at)

Tätigkeiten: Einsatz in der Behinderten-, Alten-, Kinder- und Jugendbetreuung sowie in Flüchtlings- bzw. Obdachloseneinrichtungen

Einsatzort: Österreich

Alter: 18 (teilweise auch ab 17) bis 24 Jahre





Angaben ohne Gewähr: Für diesen Info-Folder wurden von den MitarbeiterInnen des aha Informationen eingeholt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Qualität des Angebotes kann von uns keine Gewähr übernommen werden. Zudem wurden alle angeführten Links auf ihre Seriosität überprüft und waren zu diesem Zeitpunkt frei von illegalen Inhalten. Da diese Seiten nachträglich verändert werden können, distanzieren wir uns von den Inhalten fremder Seiten und übernehmen keinerlei Haftung. Die Auflistung erfolgt ohne Wertung und Empfehlung.

Stand Oktober 2017/sh

Mit Unterstützung des Landes Vorarlberg und der Städte Dornbirn, Bregenz, Bludenz.

**aha Dornbirn**  
Poststraße 1  
6850 Dornbirn  
Tel: 05572-52212  
aha@aha.or.at

**aha Bregenz**  
Belruptstraße 1  
6900 Bregenz  
Tel: 05574-52212  
aha.bregenz@aha.or.at

**aha Bludenz**  
Mühlgasse 1  
6700 Bludenz  
Tel: 05552-33033  
aha.bludenz@aha.or.at