

# Checkliste für Freiwillige – Menschen mit Behinderung

## 1. Vorbereitung

Welche Dinge tun Sie gerne?

**Zum Beispiel:**

- Mit anderen Menschen reden
  - Mit Pflanzen oder Tieren arbeiten
  - Essen vorbereiten
  - Mit Kindern spielen
  - Älteren Menschen zuhören
  - Handwerkliche Dinge
  - Spiele spielen
  - Mit Computer und Technik umgehen
  - Sachen sortieren und ordnen
  - Lesen und schreiben
  - Anderes
- 

Welche Dinge wollen sie nicht tun?

---

## 2. Aufgaben & Zeit

Wie oft möchten Sie helfen?

**Zum Beispiel:**

- Jeden Tag
- 1 -mal die Woche
- Alle 2 Wochen
- 1-mal im Monat
- Unregelmäßig, zu besonderen Anlässen

Wann haben Sie Zeit?

- In der Woche nach der Arbeit

**Wann**

- In der Woche auch tagsüber

**Wann**

**An bestimmten Wochentagen**

- Montag
- Dienstag
- Mittwoch
- Donnerstag
- Freitag
- Samstag
- Sonntag

Können Sie allein zum Einsatz-Ort kommen?

- Ja
- Nein

**Zum Beispiel:**

- Zu Fuß
- Mit Bus und Bahn

Mit dem Auto

**Können sie Bus und die Bahn allein benutzen?**

Ja       Nein

**Kann Sie jemand zum Einsatz-Ort bringen?**

Ja       Nein

Name:

**Können Sie einen neuen Weg lernen?**

Ja       Nein

### Aufgabe

Ich kenne die Einsatzstelle und die Ansprechperson.

Ich weiß, welche Unterstützung ich brauche.

Die Aufgaben sind verständlich erklärt.

Ich kann Pausen machen, wenn ich sie brauche.

Ich weiß, wie lange der Einsatz dauert.

### 3. Barrierefreiheit

Ich kann die Räume gut erreichen.

Arbeitsmaterialien sind für mich verständlich.

Digitale Infos (E-Mails, Formulare) kann ich gut lesen.

---

#### 4. Kommunikation

- Ich weiß, an wen ich mich wenden kann.
  - Ich kann Fragen stellen, wenn etwas unklar ist.
  - Ich bekomme Rückmeldung zu meiner Arbeit.
- 

#### 5. Zusammenarbeit

- Ich fühle mich im Team willkommen.
  - Das Team hilft mir bei Bedarf.
  - Ich werde nicht überfordert.
- 

#### 6. Reflexion & Feedback

- Ich sage, was gut läuft und was schwerfällt.
  - Ich bespreche, was angepasst werden kann.
  - Ich bekomme Unterstützung bei neuen Aufgaben.
-