

## Freiwillige Mitarbeit beim Tel 143 – was heisst das konkret?

Sie interessieren sich für eine Mitarbeit bei der Dargebotenen Hand. Das freut uns sehr.

Es ist uns ein Anliegen, dass Menschen, die sich freiwillig engagieren möchten, den richtigen Ort für sich finden. Die nachfolgenden Informationen sollen dazu dienen, sich ein Bild zu machen, ob die Anforderungen unserer Institution mit Ihren inhaltlichen Vorstellungen und zeitlichen Kapazitäten übereinstimmen.

Sie durchlaufen zuerst ein mehrstufiges Aufnahmeverfahren. Die persönlichen Voraussetzungen für die Mitarbeit am Tel 143 sind: Lebenserfahrung (keine beruflichen Vorkenntnisse nötig), zeitliche Flexibilität, Offenheit und Toleranz, hohe Verbindlichkeit, Wunsch nach einem längerfristigen Engagement in einem Team von 90 Kolleginnen und Kollegen, Alter 30 bis 65 Jahre, Wohnort im Einzugsgebiet der Regionalstelle Zürich.

Der einjährige Ausbildungskurs ist kostenlos. Die KursteilnehmerInnen erhalten eine Einführung in die Gesprächsführung und setzen sich mit verschiedenen Lebensthemen sowie spezifischen Problemstellungen auseinander. Die Kurseinheiten bestehen aus einem Mix von theoretischen Inputs, persönlichem Erfahrungsaustausch und Rollenspielen.

Zeitaufwand:

- Teilnahme am 4-tägigen Einführungsseminar und drei Vertiefungswochenenden im laufenden Jahr (für die 10 externen Übernachtungen verrechnen wir einen Beitrag).
- regelmässige Teilnahme am wöchentlichen Kurs (Dienstag, 16.00 bis 18.15 Uhr ausser Frühlings-, Sommer- und Herbstferien gemäss Schulferienplan Stadt Zürich)
- zusätzlich mindestens 6 Dienste in Form von Praktika

Eine Mitarbeit am Tel 143 heisst:

- ein Dienst pro Woche à 5 Stunden plus Anreise- und Vorbereitungszeit
- davon 8 Nacht- und 8 Wochenenddienste pro Jahr
- regelmässige Teilnahme an der Gruppensupervision (ca. 12 Termine pro Jahr)
- Teilnahme an der internen Weiterbildung (2 Tage pro Jahr)
- jährliche Live-Supervision und ein Standortgespräch

Es ist uns wichtig, dass die Balance von Geben und Nehmen stimmt. Wir bieten:

- eine anspruchsvolle Aufgabe am Puls der Gesellschaft
- ein wertschätzendes Betriebsklima
- mehrheitlich 2er Besetzung im Dienst
- zwei gesellige Anlässe pro Jahr
- drei bis vier Institutionsbesuche pro Jahr
- interne Mitwirkungsmöglichkeiten (Forum der Freiwilligen, Vorstand, Arbeitsgruppen)
- grosszügige Spesenregelung sowie Beiträge an überregionale Weiterbildungen

Weitere Informationen finden Sie auf [www.zuerich.143.ch](http://www.zuerich.143.ch) und für Fragen sind wir gerne für Sie da: [zuerich@143.ch](mailto:zuerich@143.ch) oder Tel. 043 244 80 80