



MY VOLUNTEERING-GUIDE – Sonderedition

HILF UNS DABEI, MENSCHEN ZU VERBINDEN UND IHR LEBEN ZU VERBESSERN!

Ehrenamtliches Engagement trotz Ausgangssperren und Kontaktbeschränkungen: So kannst Du auch in Zeiten von COVID-19 einen positiven Beitrag für die Gesellschaft leisten

Neugierig geworden? Dann lies weiter und erfahre mehr über:

- die aktuell umsetzbaren vielfältigen Aktivitäten
- Deine Möglichkeiten, selber einen Beitrag zu leisten
- potenzielle Partnerorganisationen

Ehrenamtliches Engagement trotz Ausgangssperren und Kontaktbeschränkungen

Digital:

3 Spendenaktionen

4 Online Bäume pflanzen

5 Sozialverbände digital unterstützen

6 Digitales Engagement in Deiner Gemeinde

7 Online-Kartierung von entlegenen Gebieten

8 Online-Mentoring

Analog:

9 Nachbarschaftshilfe

10 Briefe an sozial isolierte Menschen schreiben

11 Blut spenden

12 Hilfsgüter selber herstellen

SPENDENAKTIONEN

WORUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Finanzielle Stabilität spielt für gemeinnützige Organisationen eine entscheidende Rolle. Bei Spendenaktionen kannst Du Gelder für einen bestimmten Zweck und/oder eine Organisation Deiner Wahl sammeln.

Zeitaufwand:

Laufzeit der Spendenaktion
+ 2 – 3 Stunden
Vorbereitungszeit



ÜBLICHER ABLAUF DER AKTIVITÄT:

- Suche eine gemeinnützige Partnerorganisation
- Definiere den Zweck Deiner Spendensammelaktion (gemeinsam mit Deiner Partnerorganisation)
- Stelle ein Team aus motivierten Kollegen zusammen, die Dich bei der Organisation der Aktion unterstützen
- Lege ein Datum oder einen Zeitraum für die Online-Spendenaktion fest
- Mache mit Bekanntheiten, die den guten Zweck unterstützen, auf Deine Aktion aufmerksam
- Entscheide Dich für Kommunikationsinhalte und überlege Dir, über welche sozialen Medien Du sie verbreiten möchtest
- Richte Online-Fundraising-Kanäle ein (betterplace, PayPal MoneyPool, Konto der Partnerorganisation, sonstige)
- Schicke E-Mails an Deine Kollegen, in denen Du sie an Deine Spendenaktion erinnerst und sie dazu aufrufst, Dich bei Deiner Online-Kampagne zu unterstützen oder zu spenden
- Schnapp Dir das Geld für Deinen guten Zweck!

Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.



TIPP:

Bei Spendenaktionen ist die richtige Kommunikation der Schlüssel zum Erfolg. Nutze alle verfügbaren Online-Kommunikationskanäle (z. B. Yammer, E-Mails, myVideo), um auf Deine Spendenaktion aufmerksam zu machen. Bitte Deinen Vorgesetzten, Dich zu unterstützen. Rühre die Werbetrommel und berichte von Deinem Projekt! **#myGVD**



SCHON GEWUSST?

Manche Vorgesetzte stocken die Spendeneinnahmen ihrer Mitarbeiter auf. Setze Dich dafür ein, dass das bei Deiner Aktion der Fall ist – z. B. indem jede Mitarbeiterspende von der Länderorganisation verdoppelt wird.

ONLINE BÄUME PFLANZEN

Zeitaufwand:

½ Stunde für die Spende
+ 1 – 2 Stunden für die
Budgetklärung



WORUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Aktuell kannst Du selber keine Baumpflanzaktion starten. Aber: Einige Organisationen bieten Dir die Möglichkeit, online für das Baumpflanzen zu spenden und so zum Klimaschutz beizutragen. Im Rahmen unserer „Mission 2050“ wollen wir jährlich eine Million Bäume pflanzen.

ÜBLICHER ABLAUF DER AKTIVITÄT:

- Informiere Dich auf der onetwotree-Microsite über die Baumpflanzaktionen von Deutsche Post DHL Group
- Stelle sicher, dass Du über das notwendige Spendenbudget verfügst
- Organisiere eine Spendenaktion mit Deinen Kollegen, falls Du finanzielle Hilfe benötigst
- Finde eine Partnerorganisation
- DPDHL Group arbeitet eng mit Plant-for-the-Planet zusammen:
<https://www.plant-for-the-planet.org/de/spenden/dhl>

NACH DER SPENDE:

- Verfolge das Pflanzen und Entwicklung der Bäume wenn möglich online und teile die Informationen mit Deinem Netzwerk und den Spendern
- Falls Du ein Spendenzertifikat erhältst, kannst du es ebenfalls in einem Online-Beitrag teilen

Wirf einen Blick in die verfügbaren myNet-Materialien – zum Beispiel in den Leitfaden zum Bäume pflanzen – oder informiere Dich auf der Microsite

<https://onetwotree-dpdhl.com/>.

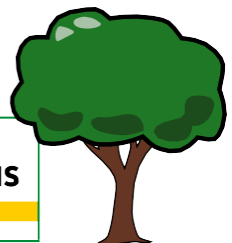


TIPP:

Einige Organisationen, darunter Mongabay, bieten Online-Sponsoring an: Die Spender können das Pflanzen und die Entwicklung der Bäume online verfolgen.



MISSION 2050
ZERO EMISSIONS
GOGREEN



SOZIALVERBÄNDE DIGITAL UNTERSTÜTZEN



WURUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Unterstütze gemeinnützige Organisationen, indem Du ihre neu entwickelten Websites, Apps, Videos und andere digitale Produkte evaluierst. Mit Deinem Engagement unterstützt Du Deine Partnerorganisation dabei, Menschen auch virtuell zu erreichen und vergrößerst so ihren Wirkungskreis.

Zeitaufwand:

1-20 Stunden

ÜBLICHER ABLAUF DER AKTIVITÄT:

- Suche online eine gemeinnützige Organisation oder Einrichtung – z. B. das Schweizerische Rote Kreuz oder die Vereinten Nationen (Klicke hier für weitere Online-Informationen)
- Vergewissere Dich, dass Du die erforderliche Sprache sprichst und über die notwendigen digitalen Kompetenzen verfügst
- Registriere Dich ganz unkompliziert und werde Testnutzer
- Du wirst gelegentlich kontaktiert und mit notwendigen Informationen versorgt
- Hab Spaß, lerne Neues dazu und unterstütze gemeinnützige Organisationen mit Deinem Engagement!

Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf

www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.



SCHON GEWUSST?

Die Vereinten Nationen bieten eine große Online-Plattform an, auf der Ehrenamtliche und Organisationen gezielt zusammenfinden können. Das Angebot ist umfassend und vielfältig: Du kannst von überall weltweit ehrenamtlich arbeiten und benötigst nur Deinen Computer dafür. Die Ehrenämter werden je nach wöchentlichem Aufwand in verschiedene Kategorien unterteilt: 1 bis 5 Stunden, 6 bis 10 Stunden oder 11 bis 20 Stunden.

DIGITALES ENGAGEMENT IN DEINER GEMEINDE

WURUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Die Gemeinden stehen momentan vor zahlreichen Herausforderungen – vor allem wenn es darum geht, die Bevölkerung trotz Kontaktbeschränkungen mit Informationen zu versorgen. Besonders ältere Menschen fühlen sich häufig isoliert und vom Gemeinschaftsleben abgeschnitten.

Zeitaufwand:

Mindestens 2 Stunden
+ 1 – 2 Stunden Vorbereitungszeit



ÜBLICHER ABLAUF DER AKTIVITÄT:

- Mache Dich mit den wichtigsten Informationskanälen in Deinem lokalen Umfeld vertraut: z. B. die offizielle Gemeinde-Website oder Social-Media-Seiten von Politikern und medizinischen Einrichtungen
- Stelle sicher, dass Dir die Kontaktinformationen Deiner Gemeindemitglieder vorliegen
- Überlege Dir, wer in Deinem Umfeld Unterstützung braucht und wie diese aussehen könnte: Einige Menschen benötigen z. B. Informationen in bestimmten Sprachen, müssen analog über aktuelle Entwicklungen informiert werden oder möchten wissen, welche Informationskanäle sie am besten nutzen können
- Bereite die Informationen bedarfsgerecht auf
- Stelle Deiner Zielgruppe die Informationen zur Verfügung – per Telefon, in Papierformat oder via E-Mail
- Setze Deine Fähigkeiten zielgerichtet ein und tu mit Deiner Arbeit etwas Gutes!

Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.



TIPP:

Falls in Deiner Gemeinde viele ältere Menschen leben, könnte sich eine erste Kontaktaufnahme schwierig gestalten. In manchen Ländern hängen ehrenamtliche Helfer ihre Hilfsangebote für ältere und bedürftige Menschen (inklusive der eigenen Kontaktdaten) an den Briefkästen von Mehrfamilienhäusern aus. Das könntest Du ebenfalls ausprobieren!

Ein weiterer Pluspunkt? Du schließt neue Kontakte in Deiner Nachbarschaft!



SCHON GEWUSST?

Für einige Menschen ist dies möglicherweise der einzige Weg, mit anderen in Kontakt zu treten – gestalte das Ganze daher gerne etwas kreativer

ONLINE-KARTIERUNG VON ENTLEGENEN GEBIETEN



WORUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

In Krisensituationen stehen die Behörden mancher Länder vor dem Problem, dass insbesondere für ländliche Gegenden keine zuverlässigen Kartendaten vorliegen, die ihnen Informationen über die Einwohner liefern. Mit der Online-Kartierung unterstützt Du sie dabei, einen besseren Überblick zu gewinnen und den Menschen in der Gegend gezielter helfen zu können.

Zeitaufwand:

Mindestens 1 Stunde
+ 1 Stunde Vorbereitungszeit

GOHELP

MIT DER HOT-SOFTWARE ARBEITEN

- HOT steht für Humanitarian OpenStreetMap Team
- Erstelle hier Dein OpenStreetMap-Benutzerkonto
- Nimm an dem einstündigen Online-Tutorial teil (klicke hier, um auf die Website zu gelangen)
- Rufe den HOT Tasking Manager auf und verschaffe Dir einen Überblick über die Projekte
- Entscheide Dich für ein Projekt und lies Dir die Projektbeschreibung und -anleitung unter dem Reiter „Instructions“ sorgfältig durch. Wenn Du Dir bei etwas unsicher bist, wirf einen Blick in den Reiter „Questions and Comments“
- Trage Karteninformationen mithilfe des ID-Editors ein. Kartiere Objekte (Gebäude oder Straßen) entsprechend der Projektbeschreibung
- Denk daran, neu hinzugefügte Informationen regelmäßig zu speichern und mit dem Hashtag #DHLmappers zu versehen. Vergiss nicht, anschließend die Prüffunktion zu aktivieren!
- Mit der Online-Kartierung trägst Du dazu bei, dass hilfsbedürftige Familien für Behörden und Organisationen besser sichtbar werden. Ist das nicht eine tolle Motivation?

Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.



TIPP:

Diese ehrenamtliche Arbeit kannst Du jederzeit von überall auf der Welt und für jedes Land weltweit erledigen. Du brauchst nur eine stabile Internetverbindung.



SCHON GEWUSST?

Nach dem verheerenden Erdbeben in Nepal 2015 erfasste die OpenStreetMap-Community umgehend wichtige Geoinformationen im gesamten Gebiet. So konnten viele Dörfer die dringend benötigte Hilfe erhalten.

ONLINE-MENTORING



Zeitaufwand:

Mindestens 1 Stunde
+ 2 Stunden Vorbereitungszeit

WURUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Beim Mentoring teilst Du Deine Fähigkeiten, Erfahrungen und Dein Wissen mit anderen Menschen und unterstützt sie dabei, sich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln. Besonders in diesen Zeiten müssen wir weiterhin im Austausch bleiben, damit wir gemeinsam an dieser Krise wachsen können. Schnapp Dir Deinen Computer, Dein Tablet oder Dein Handy und bleib aktiv mit anderen in Kontakt!

MENTORINGMASSNAHMEN:

- Es gibt zwei Hauptformen des Mentorings: Einzel- oder Gruppentraining
- Schüler- und Studentenmentoring: junge Menschen beim Übergang in den Beruf begleiten und sie dabei unterstützen, die in der Arbeitswelt erforderlichen Kompetenzen und Einstellungen zu entwickeln
- Mentoring eines „Teach For All“-Fellows oder eines Jugendlichen aus einem SOS-Kinderdorf: einen ambitionierten jungen Menschen dabei unterstützen, Führungs-, Projekt- und Managementskills zu entwickeln
- Wende Dich an Deinen lokalen oder regionalen GoTeach-Koordinator, der Dich mit unseren Programmpartnern in Kontakt bringt

MENTOREN SOLLTEN GUT ERREICHBAR UND VERFÜGBAR SEIN, UM NACH BEDARF FLEXIBEL HILFSTELLUNG LEISTEN ZU KÖNNEN.

- Lege Rahmenbedingungen und Regeln fest
- Identifiziere relevante Themen und/oder Schwächen und definiere Ziele
- Lege den Umfang Deines zeitlichen Engagements und die Termine für die Mentoringsitzungen fest
- Nimm Dir die Zeit, Fortschritte kontinuierlich zu dokumentieren

Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.



TIPP:

Virtuelle Tools wie Skype, Zoom oder WhatsApp ermöglichen es Dir, die Sitzungen per Videotelefonie abzuhalten.



SCHON GEWUSST?

Mentoring ist nicht gleich Coaching! Mentoring erfolgt über einen längeren Zeitraum und zielt auf die Entwicklung einer Person ab, während beim Coaching die Leistungsorientierung im Fokus steht. Erfahrungsgemäß und je nach Bereich der ehrenamtlichen Tätigkeit, hat ein langfristiges Engagement wie Mentoring eine nachhaltige Wirkung.

GOTEACH

NACHBARSCHAFTSHILFE



WORUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Um die Corona-Pandemie einzudämmen, gelten für das gesellschaftliche Leben weltweit strenge Beschränkungen. Im Rahmen der Nachbarschaftshilfe kannst Du Menschen in Deiner Nachbarschaft helfen, die besonders unter den Auswirkungen der häuslichen Isolation leiden und Unterstützung brauchen: zum Beispiel, indem Du für sie einkaufst oder die Kinderbetreuung übernimmst.

Zeitaufwand:

Mindestens 1 Stunde
+ ½ Stunde Vorbereitungszeit



SCHON GEWUSST?

In manchen Ländern gibt es Online-Nachbarschaftsplattformen, auf denen Helfer und Hilfsbedürftige zusammenfinden können: z. B. „www.nebenan.de“ in Deutschland



ÜBLICHER ABLAUF:

- Überlege Dir, welche Zielgruppe Du unterstützen möchtest. Viele Menschen können Deine Hilfe gut gebrauchen: ältere, vorerkrankte oder behinderte Menschen oder Personen, die sich vorsorglich in Quarantäne befinden – aber auch diejenigen, die unsere Gesellschaft derzeit am Laufen halten, z. B. Supermarktmitarbeiter, Ärzte oder Krankenschwestern
- Veröffentliche Dein Hilfsangebot in den sozialen Medien oder hänge Zettel in Deiner Nachbarschaft aus: Gib unbedingt Deine Kontaktdaten an, damit Deine Zielgruppe sich mit Dir in Verbindung setzen kann. Denk daran, dass nicht alle Menschen mit der digitalen Welt vertraut sind und biete Deine Hilfe daher nicht nur über Online-Kanäle an
- Orientiere Dich am Unterstützungsbedarf: vom Lebensmitteleinkauf für Deine Nachbarn über die Kinderbetreuung bis hin zum Fahrservice – halte Dich dabei an die örtlichen Vorschriften
- Sei stolz auf Dich – Du bist ein wahrer Lokalmatador!

Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.

Überlege Dir, welche spezifischen Regeln in Deinem Land oder auch in unserem Unternehmen gelten!

Hier findest Du das myNet-Special zu Covid-19!

TIPP:

- In manchen Ländern hängen ehrenamtliche Helfer ihre Hilfsangebote für ältere und bedürftige Menschen (inklusive der eigenen Kontaktdaten) an den Briefkästen von Mehrfamilienhäusern aus.
- Probiere das aus!
- Ein weiterer Pluspunkt? Du schließt neue Kontakte in Deiner Nachbarschaft!
-
-
-

PAKETE UND SELBST GESCHRIEBENE BRIEFE AN SOZIAL ISOLIERTE MENSCHEN SCHICKEN



Zeitaufwand:
1 Stunde

WURUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Aktuell ist Abstand das Gebot der Stunde – wir als Logistikdienstleister halten die Gesellschaft am Laufen und stellen unter Beweis, dass wir Menschen erfolgreich verbinden und ihr Leben verbessern. Warum nicht über die Logistikkette hinausdenken und selbst geschriebene Briefe oder Pakete an sozial isolierte Menschen schicken?

ÜBLICHER ABLAUF:

- Entscheide Dich für eine Zielgruppe – z. B. ältere Menschen, Mitarbeiter im Gesundheitswesen oder allein lebende Verwandte
- Suche eine Partnerorganisation – z. B. ein Krankenhaus, eine Pflegeeinrichtung, einen Kindergarten oder ein Seniorenheim
- Mache Dich mit den Vorschriften der Organisation vertraut
- Gewinne weitere Kollegen oder Familienmitglieder als Helfer
- Informiere Deine Kollegen über die Einrichtung und versorge sie mit den nötigen Informationen (z. B. Name und Anschrift des Empfängers)
- Schreibe einen Brief oder bereite ein Überraschungspäckchen vor, um Deiner Zielgruppe eine Freude zu machen
- Versende Pakete und Briefe und stecke andere mit Deinem Enthusiasmus an!

Sobald der Ablauf der Aktion feststeht, kann sie mit wenig Vorbereitungszeit regelmäßig auch in Zusammenarbeit mit anderen Organisationen durchgeführt werden!

Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.



TIPP:

Hast du Kinder? Dann binde sie doch mit ein und lass sie ebenfalls Briefe schreiben oder Bilder für die Empfänger malen!



Menschen in Pflegeeinrichtungen freuen sich sehr über regelmäßige Besuche der Kinder und Enkelkinder. Ein Brief oder Paket kann den persönlichen Kontakt nicht ersetzen, macht den Alltag in Isolation jedoch ein wenig bunter und abwechslungsreicher.



BLUT SPENDEN

WORUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Blutspenden retten Leben: Ohne sie könnten Operationen nicht durchgeführt, Schwerverletzte nicht versorgt und zahlreiche Krebskranke nicht behandelt werden.

Besonders in diesen Zeiten ist es wichtig, Blut zu spenden – sofern Du die Voraussetzungen erfüllst. Mit Deiner Blutspende kannst Du einem schwer kranken Menschen aus Deiner näheren Umgebung unmittelbar helfen – und im Notfall sogar Dir selber.



Zeitaufwand:

1 Stunde



ABLAUF:

- Verschaffe Dir einen Überblick über die Blutspendestellen in Deiner Stadt, z. B. Krankenhäuser oder Standorte des Roten Kreuzes
- Berücksichtige die notwendigen Voraussetzungen in Deinem Land
- Stelle sicher, dass Du körperlich fit genug bist, um Blut zu spenden
- Vereinbare einen Termin mit der Blutspendeorganisation
- Nimm Dir etwas zu essen mit und denk daran, dass Du unmittelbar nach der Blutspende nicht selber fahren solltest
- Sei stolz darauf, dass Du mit Deiner Blutspende Menschen in Deinem Umfeld helfen kannst!

Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.

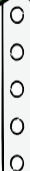


SCHON GEWUSST?

Im Durchschnitt benötigen 4 von 5 Menschen während ihres gesamten Lebens eine Bluttransfusion.

TIPP:

In einigen Ländern werden genesene COVID-19-Patienten dazu aufgefordert, Blutplasma zu spenden. Offensichtlich kann ihr Plasma schwer kranken Menschen helfen. Überprüfe online, ob es in Deiner Stadt ähnliche Aufrufe gibt!



HILFSGÜTER SELBER HERSTELLEN



Zeitaufwand:
Mindestens 2
Stunden

WORUM GEHT ES BEI DER AKTIVITÄT?

Viele unserer Stärken und Fähigkeiten kommen im Arbeitsalltag gar nicht zum Einsatz. Wir gehen ihnen eher hobbymäßig nach. Das können Fähigkeiten in den Bereichen Handwerk, Kochen, Nähen oder andere Aktivitäten sein, die in diesen Tagen wichtig sind.



ABLAUF:

- Überlege Dir, mit welchen Deiner Fähigkeiten Du dich engagieren kannst: z. B. Nähen, kreative Kunst für Kinder, Hilfspakete für Obdachlose schnüren – sogar Kochen oder Backen kann hilfreich sein!
- Finde heraus, wo Deine Produkte und Deine Unterstützung benötigt werden: z. B. über Gruppen oder Aufrufe in den sozialen Medien
- Besorge die Materialien, Werkzeuge oder Zutaten, die Du für Deine Aktivität brauchst
- Stelle sicher, dass Du Dich bei den Aktivitäten an bestimmte Richtlinien hältst: z. B. an Nähanleitungen oder die Mindestfüllmenge für Hilfspakete
- Rühre die Werbetrommel und teile Deine Ergebnisse über die sozialen Medien mit Deiner Familie, Deinen Freunden und Kollegen
- Denk daran, im Anschluss Deinen Projektbericht auf www.volunteering-dpdhl.com hochzuladen.

TIPP:

Überzeuge Deine Kollegen davon, bei der Aktion mitzumachen! Mache einen kleinen Wettbewerb daraus und teile Deine Ergebnisse regelmäßig mit anderen. So stärkst Du gleichzeitig den Teamgeist.



SCHON GEWUSST?

Innerhalb kürzester Zeit gingen über Online- und Offlinekanäle zahlreiche Hilfsangebote von gemeinnützigen Organisationen und Einzelpersonen ein. So konnten Einrichtungen, Familien oder hilfsbedürftige Menschen mit allem Nötigen versorgt werden. Das wohl bekannteste Beispiel sind Atemschutzmasken.

Deutsche Post DHL Group
Kommunikation, Nachhaltigkeit & Marke
53250 Bonn
Deutschland
[volunteering-dpdhl.com](https://www.volunteering-dpdhl.com)

Stand: 04/2020