

NDR 2 Moment mal

Montag bis Freitag 18:15 Uhr, Samstag und Sonntag 9:15 Uhr



Julia Heyde de López, Evangelische Radiokirche

Sonntag, 7. April 2024

Name und E-Mail-Adresse eintragen, noch ein paar Klicks, und schwupps ist man angemeldet für „kurz und gut“. Der Newsletter der Diakonie Hamburg ist genau das Richtige für Menschen, die nicht viel Zeit haben, sich aber trotzdem sozial engagieren wollen, erklärt Helena Radman, Fachreferentin fürs Ehrenamt.

„Es geht um kurzfristiges Engagement, einmalig etwas aushelfen, vielleicht bei einem Fest, einem Sommerfest, Adventsfest. Man kann sogar als Nikolaus die Geschenke verteilen in der Vorweihnachtszeit über „kurz und gut“.

Daneben bietet die Diakonie auch noch zwei andere Formate an: „hin und wieder“ und „Dauerbrenner“, wo entsprechend mehr Zeit für die ehrenamtliche Tätigkeit eingeplant wird.

„Wir haben unsere Angebote alle digital dargestellt auf unserer Webseite mitmenschlichkeit.de/ehrenamt, da kann man den Bereich anklicken, der einen interessiert, und da kommen alle laufenden Angebote, supereinfach, da kann man so eine Interessensbekundung ausfüllen und, zack, das geht an die Einrichtung und da hat man sich schon angemeldet.“

Hilfe in der Suppenküche, Unterstützung von Geflüchteten oder Besuche im Seniorenheim – die Einsatzmöglichkeiten sind vielfältig. Welche Voraussetzungen braucht es für das Ehrenamt?

„Im Grunde genommen gar keine. Es ist wichtig, erstmal richtig Lust zu haben, sich zu engagieren, auf Menschen einzulassen, aber sehr selten sind bestimmte Voraussetzungen notwendig. Und wenn, sag ich mal, für was Anspruchsvolleres, wie Telefonseelsorge zum Beispiel, da gibt es erstmal eine Schulung im Vorfeld, und man wird auch laufend professionell begleitet von Freiwilligenkoordinatorinnen und -koordinatoren, also, da wird man nicht ins kalte Wasser geschmissen.“

Interessierte sollten wissen: In der Diakonie engagiert man sich immer *für* Menschen und *mit* Menschen zusammen, betont Helena Radman. Und sie ist überzeugt: das Ehrenamt wirkt auch auf die Freiwilligen zurück.

„Ich finde, oft ist man so überfordert, das merke ich auch selber, von vielen schlechten Nachrichten, die um einen so herum sind, und man fühlt sich einfach ohnmächtig. Und ich finde, gerade das Ehrenamt oder das Engagement, jemand anderem was Gutes zu tun, das gibt einem wieder die Kraft und dieses Gefühl, Mensch, ich kann was

bewirken, ich kann was ändern, und da kann man sich am Ende des Tages sagen, so, ich hab einen Unterschied gemacht.“

Aktuelle Angebote für ehrenamtliche Tätigkeiten im Raum Hamburg gibt es online bei der Diakonie Stiftung MitMenschlichkeit.