

## Ge-Mit: Gemeinwohl gestalten – Generationen zusammenführen – Miteinander aktiv sein

**Ceno baut Brücken zwischen den Generationen:  
Bei Ge-Mit Köln engagieren sich Jung und Alt  
gemeinsam für eine sinnvolle Sache.**

Freiwilligen jeden Alters ermöglicht Ge-Mit Köln,  
für ein besseres Miteinander aktiv zu werden. Der  
Freiwilligendienst aller Generationen ist eine neue  
Form des bürgerschaftlichen Engagements.

Soziale Einrichtungen können mit dem Freiwilligen-  
dienst Ge-Mit Köln neue Impulse setzen.

### Unser Angebot für Freiwillige und soziale Einrichtungen:

- Wir beraten Interessierte bei ihrem sozialen Engagement
- Wir beraten Einrichtungen, die sich Unterstützung in ihrer Arbeit wünschen
- Wir knüpfen den Kontakt zwischen Freiwilligen und Einsatzstellen
- Wir sind zu allen Fragen rund um den Freiwilligendienst für Sie da
- Wir bieten Austausch und Qualifizierung für Freiwillige und Einrichtungen

**Freiwilligendienst Ge-Mit Köln:  
eine sinnvolle Aufgabe –  
ein Gewinn für alle Beteiligten!**

Ge-Mit Köln wird gefördert von:



Ein Programm vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

### Die wichtigsten Informationen auf einen Blick:

- 6 bis 24 Monate
- 10 bis 20 Stunden / Woche
- Einstieg jederzeit möglich
- Haftpflicht- und Unfallversicherung
- Begleitende Seminare
- Engagement-Zertifikat
- Aufwandsentschädigung



**Sind Sie interessiert? Rufen Sie uns einfach an!**

#### Kontakt

**Ceno & Die Paten e.V.**  
Melanie Möllenbeck  
Agnes Boeßner  
Gebrüder-Coblenz-Str. 10  
50679 Köln  
Telefon 02 21-800 83 70  
Telefax 02 21-800 83 71

#### Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft  
Konto 70 30 200  
BLZ 370 205 00  
[www.ceno-koeln.de](http://www.ceno-koeln.de)  
[ge-mit@ceno-koeln.de](mailto:ge-mit@ceno-koeln.de)



# Ge-Mit Köln



**Generationen miteinander  
im Freiwilligendienst**

# Generationen miteinander – gehen Sie mit!

„Der Freiwilligendienst gibt mir eine feste Struktur in der vielen freien Zeit - so ist der Ruhestand wie noch mal ein neues Leben!“ *Christiane Richter (66)*



„Es war total interessant, mit so vielen unterschiedlichen Menschen zu arbeiten - und mir ist mein Berufswunsch klar geworden!“  
*Laura Müller (20)*

## Entdecken Sie mit uns etwas Neues!

- Sie sind offen für Begegnungen mit Menschen und haben Interesse, andere Lebenswelten kennen zu lernen?
- Sie wollen sich neu orientieren, z.B. von der Schule in den Beruf oder nach dem Beruf und der Familienphase?
- Sie möchten Sinnvolles tun und sich für eine gute Sache engagieren?

## Freiwillige sind da, wo Menschen gebraucht werden!

- Sie betreuen Kinder in der Kindertagesstätte oder in der Ganztagschule
- Sie helfen älteren Menschen im Seniorenheim oder zu Hause
- Sie lesen Schülern vor oder helfen bei den Hausaufgaben
- Sie unterstützen behinderte oder kranke Menschen in ihrem Alltag
- Sie setzen eigene Ideen um oder entwickeln neue

„Auch wenn ich schon in Pension bin, fühle ich mich für den Ruhestand zu jung.“  
*Ulrich Otto Bauer (56)*



## Das Wichtigste für Freiwillige:

- In einem persönlichen Gespräch überlegen wir gemeinsam mit Ihnen, wo und wie Sie sich engagieren können
- Sie entscheiden, wie viel Zeit Sie investieren wollen: 10 bis 20 Stunden pro Woche über 6 bis 24 Monate
- Sie können jederzeit beginnen
- Sie erhalten eine monatliche Aufwandsentschädigung und sind versichert
- In Seminaren bei Ceno lernen Sie andere Freiwillige kennen und erfahren mehr über soziale Themen
- Sie erhalten zum Abschluss ein Zertifikat über Ihr freiwilliges Engagement

## Wer kann teilnehmen?

- 50+** Menschen nach Berufs- und Familienphase, die eine sinnvolle Aufgabe suchen und ihre Erfahrungen und Fähigkeiten einsetzen wollen
- 16+** Jugendliche und junge Erwachsene zwischen Schule und Beruf, die praktische Erfahrungen sammeln möchten
- und** Menschen in einer Orientierungsphase, die persönliche Freiräume nutzen wollen

## Das Wichtigste für soziale Einrichtungen:

- Sie erfahren Entlastung in Ihrer alltäglichen Arbeit
- Sie können zusätzliche Angebote schaffen oder neue Ideen realisieren
- Sie lernen die Freiwilligen vorab kennen und prüfen, ob Sie zusammenpassen
- Sie arbeiten die Freiwilligen ein und gewährleisten die fachliche Begleitung
- Außer einer Pauschale für den Einsatz der Freiwilligen entsteht für Sie kein Verwaltungsaufwand

*Zwei Generationen – ein Team:*

*Jung und Alt arbeiten bei Ge-Mit Köln zusammen*