



## **Frivillig i FK Sydsjælland 05**

**Er det dig vi kigger efter ?**



**11 gode grunde til at blive frivillig!**



**# 1 Karriere** Frivilligt arbejde gavner karrieren. Flere danske virksomheder vil fremover brande sig selv på en ansvarlig og social profil. Derfor bliver frivilligt arbejde et vigtigt element på CV'et, fordi virksomhederne i højere grad vil se efter medarbejdere, der deler virksomhedens værdier og som kan være med til at styrke den sociale profil. En undersøgelse blandt 200 danske erhvervsledere viser, at 82 % af lederne finder det positivt, hvis en jobansøger har opnået ledererfaring gennem frivilligt arbejde.

**# 2 Kompetenceudvikling** Frivillighed er en alternativ vej til nye kompetencer inden for kommunikation og samarbejde, arbejde i teams, ledelse og projektarbejde.

### # 3 Erhvervs erfaring

Frivillighed er en anden vej til at indhente erfaringer med samarbejde, projektledelse, koordinering og ledelse. Frivilligt arbejde er lige så værdifuldt som lønarbejde. Selvom du ikke får en krone for dit frivillige arbejde, oparbejder du erfaring og færdigheder, som du kan bruge i erhvervslivet. En undersøgelse blandt 200 danske erhvervsledere viser, at 81 % af lederne vurderer, at frivilligt arbejde styrker unges erhvervsmuligheder.



**# 4 Management** Frivilligt arbejde er bedre end dyre ledelseskurser. Bankdirektøren for Depfa Banks, Gerhard Bruckermann, hævder, at frivilligt arbejde ofte er bedre end dyre ledelseskurser på europæiske og amerikanske business-skoler. Bruckermann benytter frivilligt arbejde til at (ud)danne bankens medarbejdere. For ifølge bankdirektøren er bankdrift "People's Business", så de sociale kompetencer kommer i første række.

**# 5 Ledelse** Frivillige bliver ledere. En undersøgelse blandt 200 danske erhvervsledere, der har været aktive inden for foreningsarbejde, viser, at tre ud af fire chefer mener, at frivilligt arbejde har gavnet deres karriere. Hele 61 % af cheferne mener, foreningslivet har gjort dem til bedre ledere.



**# 6 Kompetencer** Bliv frivillig og få træning i nærvær, kommunikation og rummelighed. I den amerikanske softwarevirksomhed Salesforce.com får hver medarbejder fire betalte dage om måneden til at udføre frivilligt arbejde.

**# 7 Læring** 'At lære er at leve'. Som frivillig kan du udvikle dig og lære inden for en myriade af områder: Kulturforskelle, sygdomme, handicaps, økonomi, organisation, miljø, dyr, samfundsforhold, demokrati og meget andet. Find ud af, hvad du ønsker at lære mere om. Der er helt sikkert et frivilligt arbejde, der matcher dine ønsker. Ellers kan du lære at skabe dit eget frivillige arbejde selv!



**# 8 Coaching** Hjælp andre til at udvikle deres potentialer og skabe nye muligheder for sig selv. Som frivillig kan du være coach for andre mennesker og hjælpe dem med deres problemer og udfordringer i livet. Hvis du elsker at hjælpe andre mennesker med at udvikle sig, er coaching måske din indgangsvinkel til det frivillige arbejde? Coaching er en specifik metode/teknik til at frigøre muligheder i andre mennesker. Som frivillig kan du både fagligt og personligt udvikle dine kompetencer som coach.



**# 9 Mentoring** Øs af din personlige viden og erfaring – en anden kan have glæde af den. Mentoring stammer fra det årtusind gamle epos Odysseen, hvor Mentor var den mand, Odysseus betroede sin søns udvikling til, inden han drog i krig om Troja. Mentor blev således en rollemodel, der kan lære fra sig samt videregive viden og inspiration til personlig og faglig vækst for en anden. Den, der lærer af Mentorens erfaringer og viden, kaldes en mentee. Mentoring bruges i dag bl.a. inden for

foreninger, erhvervslivet og på ungdomsuddannelser. Nogle foreninger bruger frivillige som mentorer for nydanskere. Skolerne bruger frivillige mentorer blandt eleverne til at hjælpe andre elever gennem uddannelsen. Sidder du inde med viden og erfaringer, som en anden kunne have glæde af? Som frivillig kan du glæde en anden med din viden og dine erfaringer.

**# 10 Teamwork** Frivilligt arbejde forbedrer medarbejderinitiativer, teamwork, sociale kompetencer og samarbejdsevner. En britisk undersøgelse af ca. 1.000 universitetsstuderende i London viser, at 71 % af de studerende mener, at frivilligt arbejde har gjort dem bedre til at arbejde i teams.

**# 11 Networking** Frivilligt arbejde giver dig mulighed for at møde mange forskellige nye mennesker. Som frivillig får du nye kontakter og venskaber. Det øger dine beskæftigelsesmuligheder, fordi dit nye netværk kan give hints om job og give dig gode referencer til kommende arbejdsgivere. Med et nyt og større netværk i den frivillige verden vokser også kredsen af venner og datingmuligheder.





FK Sydsjælland er en fodboldklub baseret på frivillighedens principper, altså – uden frivillige ingen klub !!

Klubben har brug for al hjælp, vi laver arrangementer og aktiviteter af enhver art og størrelse – kendskab til fodbold er ikke et krav.

Arrangementer / opgaver / aktiviteter kunne eksempelvis være:

- Indendørs stævner, som regel 2 gange i vinter halvåret.
- Udendørs stævner og fodboldskoler.
- Fastelavn
- Mødestedet – hvor ungerne mødes, spiser og har det sjovt sammen
- Træning, kampe og andre hold aktiviteter
- Ledelse af klubben
- Ledelse af projekter, eks. Ny multibane eller flere omklædningsrum til Lov stadion
- Sponsor pleje
- Drift Klubhus
- Osv...

Hvis dette har vakt din interesse er næste skridt at tage kontakt til enten dit træner team eller ledelsen i klubben.

Klubbens E-mail : [Fksyd05@gmail.com](mailto:Fksyd05@gmail.com)

Klubbens formand : Pia Nygaard,  
[tommia@stofanet.dk](mailto:tommia@stofanet.dk)  
Tlf. 4097 2121  
Toften 43 Mogenstrup  
4700 Næstved

