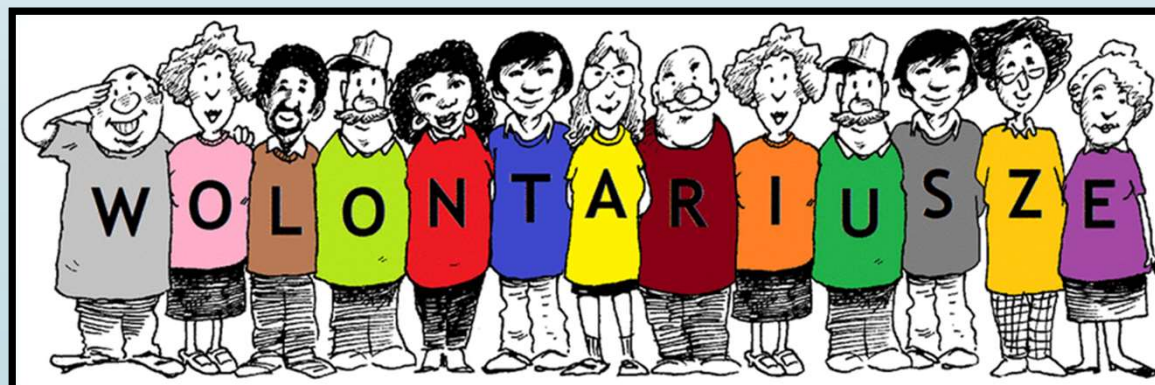




WOLONTARIAT



Co to jest wolontariat ?

Wolontariat polega na niesieniu pomocy potrzebującym – zarówno w kraju, jak i za granicą. To dobrowolna, świadoma i nieodpłatna praca na rzecz osób - nawet jeśli nie potrafią lub wstydzą się o nią prosić, oraz społeczności lub społeczeństw.

Wolontariuszem nazywa się osobę fizyczną, która bez wynagrodzenia i ochotniczo wykonuje dane świadczenia. Wolontariuszem może zostać każda osoba bez względu na wykształcenie, status zawodowy czy materialny, jednak kandydaci na wolontariuszy, którzy nie ukończyli 18 lat, muszą mieć pisemną zgodę prawnych opiekunów.

Innymi słowy, to wolontariusze są siłą napędową różnych akcji, inicjatyw, czy organizacji non-profit. Co więcej, to właśnie oni odgrywają znaczącą rolę w procesie kształtowania się społeczeństwa.



Chęć niesienia pomocy to nie tylko bardzo odpowiedzialne zadanie, ale również wymagające od nas – jako osób zaangażowanych w pomoc niesamowitej cierpliwości, wytrwałości i samokontroli. Pomoc można nieść na wielu płaszczyznach – w naszych lokalnych środowiskach otaczając troską i opieką osoby potrzebujące, a wśród nich ubogich, bezdomnych, chorych, niepełnosprawnych, rodziny, dzieci, seniorów. Poza działaniami prowadzonymi w miejscu zamieszkania – są inicjatywy prowadzone w ramach wolontariatu poza granicami kraju. Są one wyrazem ogromnej miłości i poświęcenia dla drugiego człowieka – bo osoby, które się w nie angażują zostawiają swoje dotychczasowe życie i jadą nieść pomoc tysiące kilometrów od swoich domów rodzinnych.





Jak najłatwiej zacząć przygodę z wolontariatem ?

Najłatwiej zacząć od postawienia sobie pytania – w jaką formę wolontariatu chciałbym się zaangażować? Jeśli nie wiemy co moglibyśmy robić jako wolontariusz warto wtedy dokonać lokalnych poszukiwań organizacji pozarządowych, które są obok nas i zapoznać się z ich działalnością.

Pomyśl, co jest dla ciebie ważne, co chciałbyś robić, czy jest coś, co chciałbyś zmienić. Następnie usiądź przed komputerem i poszukaj organizacji, która pozwoli ci realizować te cele. Wolontariusze mogą robić bardzo różne rzeczy, zajmować się osobami starszymi, zwierzętami, prawami człowieka, ochroną środowiska, kulturą, sztuką czy cyfryzacją. Można zaangażować się na stałe, albo na chwilę. Coraz popularniejszy jest też e-wolontariat, który pozwala pomagać zza ekranu komputera.

Dobrze jest odpowiedzieć sobie na pytania typu:

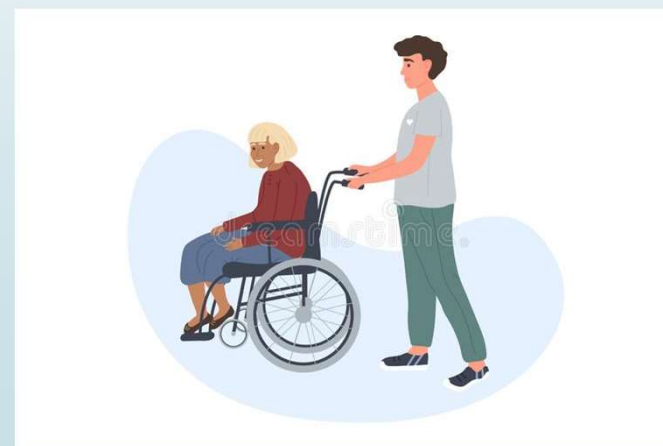
- czy wolę pracować z dziećmi, czy z osobami starszymi?
- czy wolę wykonywać prace biurowe?
- z kim łatwiej nawiązuję kontakt?
- czy lubię działać zespołowo, czy indywidualnie?


Warto też określić, ile czasu jesteśmy w stanie poświęcić na pracę w wolontariacie (ile godzin, ile dni w tygodniu, miesiącu).



Dlaczego warto być wolontariuszem?


- Wolontariat daje poczucie celu.
- Mamy możliwość poznania wielu wartościowych ludzi.
- Rozwijamy swoje zdolności interpersonalne.
- Zyskujemy doświadczenie, które prawdopodobnie doceni przyszły pracodawca.
- Czerpiemy ogromną satysfakcję z pomagania innym.
- To także pomysł na spędzanie wolnego czasu.
- Wolontariat to także praca nad samym sobą.





Praca wolontariusza to najwspanialsza forma pomocy, jaką można sobie wyobrazić. Pełne zaangażowanie bez oczekiwania materialnego wynagrodzenia. Są jednak korzyści, których na pieniądze nie da się przeliczyć; choćby uśmiech dziecka podczas niesienia mu pomocy czy wdzięczność osoby potrzebującej. Aby wyrazić uznanie dla pracy wolontariuszy na całym świecie Międzynarodowy Dzień Wolontariusza obchodzony jest od 1986 roku z inicjatywy ONZ.

pomaganie innym – dla mnie jest to punkt najważniejszy. Jeśli należysz do ludzi, którzy nie przechodzą obojętnie wobec krzywdy ludzkiej i cierpienia zwierząt, wolontariat to rozwiązanie właśnie dla Ciebie. Możesz wykorzystać swoją dobrą wolę i wrażliwość pomagając np. w hospicjum, szpitalu lub domu opieki. Poczujesz się potrzebny, zniknie uczucie bezradności i braku życiowego celu. Dzielenie się dobrocią daje prawdziwą radość i poczucie sensu, której nie zapewnią Ci prestiżowe stanowisko czy wysokie zarobki. Dlatego warto pomagać za darmo przy inicjatywach, które są nam szczególnie bliskie i możemy w ten sposób przyczynić się do ogólnie pojętego robienia dobra.



Jeśli brakuje Ci kontaktu z innymi ludźmi, dzięki wolontariatowi możesz odbudować więzi społeczne i poczuć się częścią wspólnoty. Pomaganie przy zbiórkach charytatywnych (np. WOŚP), w kościele czy organizacjach działających na rzecz zwierząt lub środowiska (np. Greenpace), pozwoli Ci nawiązać ciekawe znajomości z ludźmi wyznającymi podobne wartości. Możesz zyskać prawdziwych przyjaciół, a także rozwiniesz umiejętności interpersonalne i społeczne, co jest niezwykle przydatne w poszukiwaniu dobrej pracy.

Dlaczego warto być wolontariuszem? Pracując na rzecz organizacji charytatywnych, schronisk czy placówek medycznych, możesz zyskać nowe umiejętności i nauczyć się zawodu pod okiem profesjonalistów. Wolontariat uczy sprawnej organizacji obowiązków, zarządzania czasem, wystąpień publicznych i pracy zespołowej. Dodatkowo zyskasz umiejętność radzenia sobie w stresujących sytuacjach, ponadto staniesz się bardziej odpowiedzialny i opanowany. Takie kompetencje ułatwią Ci znalezienie pracy, dlatego warto wpisać udział w wolontariacie w cv. Ponadto po zakończeniu wolontariatu Twój pracodawca może przedłużyć z Tobą współpracę, tym razem już za odpowiednie wynagrodzenie.

Jeśli nie wiesz co zrobić z wolnym czasem, chcesz rozwijać swoje zainteresowania i czujesz potrzebę pomagania, wolontariat jest doskonałym rozwiązaniem dla Ciebie. Poświęcając swój czas dla innych, nie tylko zyskujesz wiele nowych umiejętności, ale przede wszystkim podejmujesz nowe wyzwanie, które przyniesie Ci satysfakcję i radość.

Wśród nominatów wolontariatu można wymienić m.in. satysfakcję, poczucie przynależności, często słowa wdzięczności, doświadczenie zawodowe. Osoby podejmujące trud wolontariusza kierują się różnymi pobudkami, jednak nie można odmówić im jednego – wysokiej motywacji wewnętrznej. Taka praca często wymaga ogromnego zaangażowania i dyscypliny, a także umiejętności zarządzania czasem.

Możemy w ten sposób spłacić swój dług społeczny „ktoś kiedyś pomógł mi, to ja pomogę następnej osobie”,

Wolontariat opiekuńczy

Pomaganie jest piękne!

ZOSTAŃ WOLONTARIUSZEM!
Wolontariat w opiece domowej oraz w placówkach ochrony zdrowia i pomocy społecznej

NAJBLIŻSZE SZKOLENIE DLA WOLONTARIUSZY:

wolontariatopiekunczy.pl

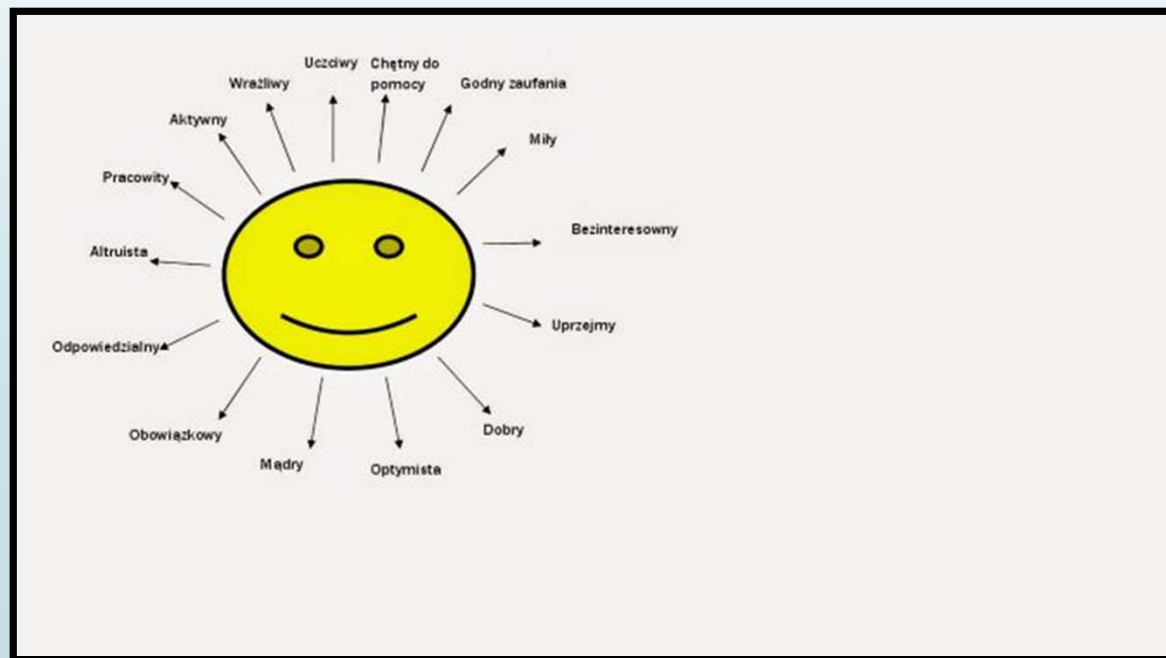
ASOS 2014-2020
Lubią Pomagać
MISYJAN PRZEKAZAŁ

satysfakcja – wiąże się nierozdzielnie z pomaganiem innym. Satysfakcja i duma z samego siebie, że jestem dobrym człowiekiem, wartościową jednostką społeczną, bo potrafię pracować dla dobra ogółu bez wynagrodzenia. Nie jestem egoistą.



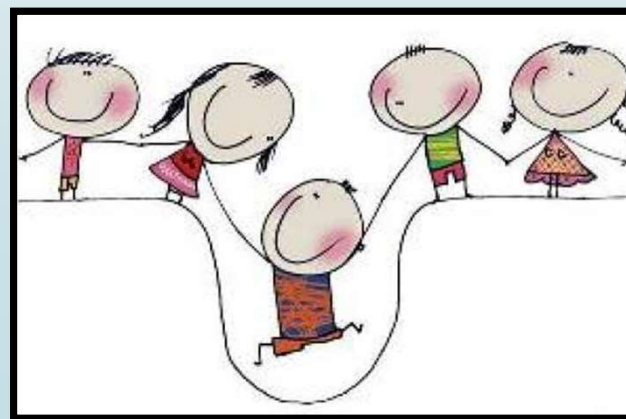
Cechy wolontariusza

- ▶ dużo optymizmu i chęci do działania
- ▶ motywacja do niesienia pomocy potrzebującym
- ▶ umiejętność wygospodarowania wolnej chwili
- ▶ odwaga i brak barier psychicznych
- ▶ odpowiedzialność
- ▶ wrażliwość
- ▶ systematyczność



Przede wszystkim, cechą, którą uważam za najważniejszą, jest chęć do działania, do niesienia pomocy oraz wsparcia koleżanek i kolegów wolontariuszy. Jest takie stare powiedzenie, że z niewolnika nie będzie pracownika. Odnosić się może ono także do pracy wolontarystycznej, która jest dobrowolna i tylko szczerze chęci mogą sprawić, że dana osoba weźmie udział w akcjach, szkoleniach, pojedzie do dzieci. To szalenie ważne, aby robić dobre rzeczy bez jakiegokolwiek nacisku i z własnej woli.

Z chęcią do działania nieodzownie wiąże się Wasze optymistyczne nastawienie. Optymizm, optymizm i jeszcze raz optymizm. Patrząc na życie przez różowe okulary, świat staje się piękniejszy i prostszy niż nam się wydaje. Gdy się uśmiechamy, zarażamy innych swoją pozytywną energią. Przyjazne nastawienie do grupy, ich opiekunów i innych wolontariuszy, sprawia, że atmosfera jest lepsza, a współpraca przebiega poprawnie.



Na swojej drodze wolontariusze, spotykają ludzi różnego pokroju, o różnych typach osobowości, dlatego muszą każdego dnia uczyć się tolerancji. Wolontariusz musi być otwarty na innych ludzi. Taka cecha bardziej pomaga aniżeli przeszkadza w życiu. Kolejny raz podkreślę: przyjazne nastawienie i zwykła koleżeńskość potrafią działać cuda w relacjach międzyludzkich!

Z powyższym nieodzownie wiąże się inna szczególna cecha: odpowiedzialność. Dotyczy to własnych zachowań oraz zachowań osób, nad którymi sprawujemy pieczę na projekcie bądź naszych wolontariuszy towarzyszących. Niedozwolone są zachowania, które mogą zarówno przysporzyć nam problemów lub zaszkodzić naszemu zdrowiu lub życiu.



Rodzaje wolontariatu

Można wyróżnić kilka rodzajów wolontariatu – z uwzględnieniem formy pomocy, czasu oraz charakterystyki wolontariuszy lub osób, którym niesiona jest pomoc. Oto przykładowe rodzaje wolontariatu:


wolontariat indywidualny – polega na pomocy poszczególnym osobom. Wolontariusze dotrzymują towarzystwa swoim podopiecznym, pomagają im załatwiać różne sprawy, wykonywać prace domowe, czytać, pisać czy organizować czas wolny;

wolontariat grupowy (praca z grupą) – polega na pomocy w organizacji zajęć np. w świetlicach (odrabianie lekcji z dziećmi) czy w domach seniora;

wolontariat okolicznościowy, akcyjny – polega na jednorazowym udziale w zorganizowanej akcji. Może to być np. działalność na rzecz lokalnej społeczności (zbiórka żywności czy odzieży, festyn, kwesta, impreza okolicznościowa, zbiórka pieniędzy itp.);

wolontariat stały – wolontariusz jest związany przez dłuższy czas z daną organizacją i wykonuje dla niej określone prace. Wolontariusz stały może mieć np. pod opieką osobę w hospicjum bądź dziecko w domu dziecka, które regularnie odwiedza;

wolontariat za granicą – może to być np. wolontariat w Afryce albo wolontariat europejski. Zwykle w zamian za pracę na rzecz danej organizacji i pomoc lokalnej społeczności wolontariusze otrzymują zakwaterowanie, często wyżywienie, a czasem nawet bilety lotnicze, kieszonkowe i kurs języka urzędowego obowiązującego w danym kraju;



wolontariat misyjny – to jedna z form wolontariatu zagranicznego. Organizacją takich wyjazdów zajmuje się np. Polska Akcja Humanitarna. Wolontariusze misyjni pracują w domach dziecka lub szkołach, prowadząc lekcje języka angielskiego, zajęcia plastyczne czy organizując czas wolny. Wolontariuszami misyjnymi są często psycholodzy, nauczyciele, lekarze (wolontariat medyczny), informatycy;

workcamp – to kolejna forma wolontariatu zagranicznego. Polega na uczestnictwie w kilkutygodniowym projekcie, takim jak sadzenie drzew, praca z dziećmi czy ludźmi starszymi, stawianie płotów czy remontowanie budynków;

wolontariat europejski EVS – to część Programu Erasmus+. Osoby w wieku od 18 do 30 lat uczestniczą w projektach zagranicznych, by pomagać przy akcjach ekologicznych, kulturalnych czy socjalnych;

wolontariat dla młodzieży – skierowany jest do młodzieży przed 18 rokiem życia. Odbywa się pod opieką osoby dorosłej i polega np. na czytaniu książek osobom chorym, akcjach porządkowych czy uczestnictwie w kwestach i zbiórkach; wolontariat pracowniczy (wolontariat w firmie) – polega na wspieraniu przez przedsiębiorcę wybranych organizacji pozarządowych, fundacji czy osób potrzebujących.

Dziękuję za uwagę 😊

Paulina Derda
Klasa 8b

