

**Masz więcej niż 50 lat?
Zostań wolontariuszem!**

**WOLONTARIAT TO MOŻLIWOŚĆ WYKORZYSTANIA
POSIADANEGO DOŚWIADCZENIA. TO TAKŻE WYJŚCIE
Z OSAMOTNIENIA, WYPEŁNIENIE WOLNEGO CZASU
I ZADOWOLENIE Z BYCIA POTRZEBNYM I WAŻNYM DLA KOGOŚ.**

<Grażyna, 56 lat>

**Wolon-
tariat?**

**Warto
spróbo-
wać!**

Teresa (64 lata) zaangażowała się w akcję zbierania żywności dla ubogich rodzin, **Alicja** (74 lata) pomaga dzieciom w nauce czytania, **Halina** (59 lat) opiekuje się niepełnosprawną dziewczynką, **Kryśia** (59 lat) wspiera organizację w prowadzeniu księgowości, **Jerzyka** (61 lat) pracuje w hospicjum, **Stanisław** (68 lat) zbiera pieniądze na stypendia dla dzieci, **Barbara** (58 lat) odwiedza starszego pana chorego na stwardnienie rozsiane.

DO TEJ PORY MYŚLAŁAM, ŻE WOLONTARIAT
JEST TYLKO DLA OSÓB MŁODYCH, NIE WIEDZIAŁAM,
ŻE WOLONTARIUSZAMI MOGĄ ZOSTAĆ RÓWNIEŻ
OSOBY W MOIM WIEKU. MYŚLĘ, ŻE WIELE
STARSZYCH OSÓB NIE JEST TEGO ŚWIADOMYCH.

<Anna, 71 lat>

SPIS RZECZY

Wstęp	7
Kilka słów o wolontariacie	8
Wolontariat na emeryturze	16
Co zrobić, by zostać wolontariuszem?	20
Prawa i obowiązki wolontariusza	25
Wolontariat 50+. Wyniki badania	27
Organizatorzy	32

Wstęp

Dlaczego wolontariat 50+

Wolontariat może zaspokoić wiele ważnych potrzeb osób po pięćdziesiątym roku życia – i to zarówno tych starszych, które od lat są na emeryturze, jak też tych młodszych, które często pracują zawodowo i jeszcze nie przekroczyły progu starości. Warto pamiętać, że osoby 50+ mają imponujący zasób doświadczenia i tego, co jest nazywane mądrością życiową (wiedza ekspercka, rodzicielska, człowiecza i obywatelska). Z wiekiem rośnie także potrzeba bycia przydatnym i to jest kapitał dla wolontariatu – z którego szkoda byłoby nie skorzystać.

W odniesieniu do osób starszych często używam słowa, które funkcjonuje w świecie telefonów komórkowych. Zamiast „aktywizacji” mówię o „aktywacji” – o potrzebie ponownego włączenia się do głównego nurtu życia społecznego. Osoby starsze nie mogą pozostawać na uboczu, konieczny jest ich czynny udział w życiu zbiorowym: zabieranie głosu w sprawach, które ich dotyczą, współpraca zmierzająca do osiągnięcia wspólnych celów, zaangażowanie w sprawy społeczności lokalnych. Wolontariat jest doskonałą formą włączania osób 50+ do społeczeństwa.

W wolontariat wpisana jest zasada dobrowolności, zatem nikogo nie można zmusić do tego typu aktywności. Wszystkich tych, którzy odnajdą w sobie chęć pomagania innym, namawiam do sprowadzenia się w roli wolontariusza. Mam nadzieję, że wiele osób przekona się, że bezinteresowne działanie dla innych i z innymi wnosi w życie człowieka radość i entuzjazm, a dla osób 50+ stanowi prawdziwy zastrzyk młodości.

prof. dr hab. Zbigniew Woźniak

Zakład Badań Problemów Społecznych i Pracy Socjalnej Instytutu Socjologii UAM

Kilka słów o wolontariacie

Słowo „wolontariat” i „wolontariusz” są w Polsce stosunkowo nowe. Zaczęły być powszechnie używane dopiero w latach dziewięćdziesiątych XX wieku. Nie oznacza to jednak, że tradycja wolontariatu jest u nas tak krótka. Kiedyś używaliśmy po prostu innego określenia – mówiliśmy o pracy społecznej, pracy ochotniczej. Termin „praca społeczna” stracił na popularności ze względu na skojarzenia z czasami PRL-u, kiedy to był powszechnie używany w odniesieniu do akcji społecznych, w których udział był na ogół przymusowy, a cel nie zawsze czytelny.

Słowo **wolontariat** pochodzi od łacińskiego *voluntarius*, co oznacza „dobrowolny”. Dobrowolność pomagania jest jedną z podstawowych zasad wolontariatu.

Wolontariat to „pomoc od serca” – dobrowolna, świadoma i nieodpłatna praca na rzecz osób potrzebujących, z którymi nie łączą nas więzi rodzinne, koleżeńskie czy przyjacielskie. Tak więc istotą wolontariatu jest pomaganie osobom nieznanym – bez oczekiwania na odwzajemnienie udzielonej pomocy. Pomagamy, bo widzimy, że ktoś jest w trudnej sytuacji, potrzebuje naszego czasu, umiejętności, wsparcia czy towarzystwa. Aby zostać wolontariuszem, musimy chcieć pomagać innym – wolontariat jest dobrowolną formą aktywności, do której nikogo nie powinno się zmuszać. Zawsze musi to być świadoma decyzja.

**WOLONTARIAT TO RADOŚĆ Z TEGO POWODU, ŻE SIĘ KOMUŚ POMAGA
I ZARAZEM OBOWIĄZEK WYJŚCIA Z DOMU, DO LUDZI.**

<Alicja, 53 lata>

**WOLONTARIAT SPRAWIŁ, ŻE NIE CZUJĘ SIĘ SAMOTNA,
ŻE MAM CO ROBIĆ, NIE NUDZĘ SIĘ. NAJWIĘKSZĄ SATYSFAKCJĄ
JEST DLA MNIE TO, ŻE JESTEM POTRZEBNA.**
<Julia, 57 lat>

Wolontariusz wiele z siebie daje, ale także wiele otrzymuje w zamian. Wolontariatu nie powinniśmy postrzegać w kategoriach ofiary i poświęcenia, a raczej w kategoriach dzielenia się z innymi i własnego rozwoju. Praca wolontariusza przynosi wiele korzyści: zdobywamy nowe umiejętności, czujemy się potrzebni, wzrasta nasza samoocena, wchodzimy w nowe środowisko, zdobywamy znajomych i przyjaciół. Aktywność i radość z pomagania ma bardzo pozytywny wpływ na nasze samopoczucie i zdrowie. Wolontariat odmienia życie nie tylko osoby, która otrzymuje pomoc, ale także wolontariusza. Korzyści zawsze wynoszą obie strony.

Wolontariat jest najczęściej organizowany przez organizacje społeczne (fundacje i stowarzyszenia), organizacje kościelne czy instytucje publiczne (szkoły, szpitale, domy dziecka, domy opieki). Skuteczność i zasięg działań prowadzonych przez tego rodzaju podmioty w znacznej mierze zależy od zaangażowania i pracy wolontariuszy. Wiele organizacji społecznych nie zatrudnia pracowników – opiera swe działania na nieodpłatnej pracy wolontariuszy. W całej Polsce, także w Elblągu, działają centra i kluby wolontariatu, które zachęcają do podjęcia wolontariatu i pomagają znaleźć odpowiednie miejsce pracy (kierują wolontariuszy do instytucji i bezpośrednio do osób potrzebujących pomocy, prowadzą szkolenia, wydają poradniki).

Wolontariat może przybierać różne formy – nie zawsze jest to bezpośrednia praca z osobami potrzebującymi (opieka nad chorymi, organizowanie dzieciom czasu wolnego, towarzyszenie samotnym) – często wolontariusze wykonują czynności wspierające pracę instytucji czy organizacji działających na rzecz osób potrzebujących lub na rzecz rozwią-

zania konkretnych problemów społecznych (zbieranie funduszy, pomoc w organizacji konferencji i pikników dobroczynnych, kontakty z mediami, tłumaczenia, prace biurowe i fizyczne). Rodzaj wykonywanej pracy dobierany jest indywidualnie – w zależności od oczekiwań i predyspozycji osoby chcącej podjąć wolontariat. Kandydat na wolontariusza może wskazać takie zadania i obszary aktywności, w których będzie czuł się dobrze.

Wiek nie ma znaczenia – wolontariuszem można zostać mając zarówno 15, jak i 50 czy 78 lat. Nie ma górnej granicy wieku, do której można być wolontariuszem (w wypadku osób niepełnoletnich wymagana jest natomiast zgoda rodziców). Fakt, że grono wolontariuszy tworzą osoby w różnym wieku, jest niezwykle cenny – różnorodność umiejętności i doświadczeń sprawia, że wolontariusze mogą pomagać na wiele sposobów. W pewnych zadaniach lepiej sprawdzi się osoba młoda, ale są też takie, które lepiej powierzyć osobom dojrzałym, z bogatym bagażem doświadczeń życiowych. Wolontariusze po pięćdziesiątce są bardzo potrzebni!

**WOLONTARIAT POZWOLIŁ MI ROZWINĄĆ ZAINTERESOWANIA,
NA KTÓRE DO TEJ PORY, ZE WZGLĘDU NA PRACĘ, NIE MIAŁAM CZASU.**

<Krystyna, 59 lat>

Każdy z nas ma umiejętności i życiowe doświadczenie, które są cenne – dzięki którym możemy pomóc osobom potrzebującym, zmienić coś w naszym otoczeniu. Często osoby po pięćdziesiątce jako wolontariusze szukają takiej pracy, która pozwoli im wykorzystać doświadczenie zawodowe (np. emerytowani nauczyciele pracują w świetlicach dla dzieci, pomagają w lekcjach itd.). Inni natomiast decydują się na pracę związaną ze swoim hobby (np. emerytowana księgowka prowadzi zajęcia plastyczne). Bywa jednak i tak, że postanawiają sprawdzić się w zupełnie dla nich nowym działaniu. Oferta wolontariatu jest bardzo bogata – każdy bez względu na wykształcenie, wykonywany zawód – jest w stanie znaleźć coś dla siebie.

Wolontariat nie musi być czasochłonny – to wolontariusz decyduje, ile czasu chce i może przeznaczyć na pracę społeczną. Może to być jeden dzień lub kilka godzin tygodniowo – nawet jedna godzina jest cenna. Pracę wolontariusza można z powodzeniem łączyć z innymi zajęciami: pracą zarobkową, opieką nad wnukami, realizacją własnych zainteresowań, spotkaniami z przyjaciółmi czy udziałem w zajęciach edukacyjnych.

Warto rozwijać wolontariat!

Rozwijanie wolontariatu stwarza szansę na budowę nowej etyki życia zbiorowego – powrót do wartości, które zostały zepchnięte, uznane za mało efektywne.

Wolontariat to sprzeciw wobec egoizmu i braku wrażliwości, wobec bezrefleksyjnej i nieograniczonej konsumpcji, to także sprzeciw wobec przeliczania czasu tylko na pieniądze.

Wolontariat w centrum zainteresowania stawia człowieka, wiąże się także z obywatelskim sensem odpowiedzialności za

innych i współuczestnictwa w życiu zbiorowym.

Wśród wartości, pielęgnowanych i rozwijanych przez wolontariat, jest szacunek dla innych i służba drugiemu człowiekowi rozumiana jako zadanie, które sami sobie narzucamy i traktujemy bardzo serio. Wreszcie bezinteresowne pomaganie oznacza dzielenie własnego istnienia z istnieniem innych. Uczymy się przy okazji bardzo różnych rzeczy.

<prof. dr hab. Zbigniew Woźniak>

jesteśmy aktywni
dzielimy się sobą z innymi
wycinamy radość i uśmiech
niesiemy pomoc potrzebującym
wycinamy pozytywne zmiany w otoczeniu
zdobycyamy nowe umiejętności
czujemy dużą satysfakcję
zdobycyamy nowe znajomości, przyjaźnie
robimy coś naprawdę pozytecznego
działamy razem z innymi
jesteśmy kreatywni i pełni entuzjazmu
rozwijamy się
jesteśmy potrzebni
lepiej poznajemy siebie
pokonujemy własne ograniczenia

wolontariat

wyzwala pozytywną energię!

Wolontariat po pięćdziesiątce

Osoby po pięćdziesiątym roku życia to bardzo zróżnicowana grupa. W jej szeregach znajdziemy zarówno osoby w wieku przedemerytalnym, które są aktywne zawodowo, osoby bezrobotne, jak też osoby na emeryturze czy rencie. W każdej z tych grup motywacje do podjęcia wolontariatu i korzyści z tego rodzaju aktywności mogą być odmienne.

Wolontariat w wieku przedemerytalnym łączy z pracą zawodową.

Podjęcie wolontariatu w niewielkim wymiarze czasowym może stanowić dobrą odskocznnię od codziennej pracy. Wolontariat pozwala zrealizować te potrzeby, których praca zawodowa nie jest w stanie zaspokoić. Wnosi w życie poczucie sensu i społecznej użyteczności. Bardzo często wolontariat daje możliwość zdobycia umiejętności i doświadczeń przydatnych także w pracy zawodowej. Osoby, zbliżające się do wieku emerytalnego, poprzez wolontariat wchodzą w nowy obszar aktywności, budują pomost, który ułatwi im przejście na emeryturę.

Wolontariat na emeryturze i rencie.

Osoby, które są na emeryturze, nadal chcą być aktywne i potrzebne innym. Wiele z nich ma siły i chęć, aby jeszcze czegoś dokonać, pomóc tym, którzy są w trudnej sytuacji. Wolontariat pozwala twórczo i pożytecznie zagospodarować czas wolny, umożliwia dzielenie się zgromadzonymi umiejętnościami i życiowym doświadczeniem. Dla wielu osób jest sposobem na pokonanie samotności, nawiązanie nowych znajomości. Pomaganie innym jest także okazją do ciągłej nauki i rozwoju.

Wolontariat osób bezrobotnych.

Co prawda wolontariat nie rozwiązuje podstawowego problemu osób bezrobotnych, jakim jest brak pracy zarobkowej – jednak w sposób widoczny zwiększa szanse na znalezienie pracy. Zostanie wolontariuszem oznacza podjęcie aktywności, wyjście z domu, współpracę z innymi, a to ma ogromne znaczenie, zwłaszcza w wypadku osób długotrwale bezrobotnych. Wolontariusz zdobywa umiejętności, które może wykorzystać na rynku pracy. Jego praca ma sens, przynosi satysfakcję – wzmacnia poczucie własnej wartości.



CHCIAŁAM SIĘ SPEŁNIĆ I ZREALIZOWAĆ.

<Jerzyka, 61 lat>

„Pracuję w hospicjum już pięć lat. Praca wolontariusza narodziła się w czasie choroby nowotworowej mojego męża. Już wtedy widząc nieszczęście tych ludzi, ich problemy, samotność, strach i rozpacz – pomyślałam, że jak się sprawdzę, to będę mogła im trochę pomóc. Przez pierwsze lata moi znajomi nie mogli uwierzyć, że pracuję za darmo i to w hospicjum. Ale ja sobie nie wyobrażałam, że po przejściu na emeryturę usiądę i będę oglądać telewizję. Chciałam się jakoś spełnić, zrealizować. Wolontariat zmienił moją filozofię życiową: moje problemy, które wydawały mi się tak wielkie, po wyjściu z hospicjum wydają mi się błahe, nie użalam się nad sobą”.



CHCIAŁAM POŻYTECZNIE WYPEŁNIĆ CZAS I ODWDZIĘCZYĆ SIĘ ZA POMOC.

<Barbara, lat 58>

Postanowiła zostać wolontariuszką, aby pożytecznie wypełnić czas wolny i odwdzięczyć się za pomoc, jaką sama kiedyś otrzymała, gdy była ciężko chora. Barbara od ponad pół roku odwiedza starszego, samotnego mężczyznę chorego na stwardnienie rozsiane. Pomaga w codziennych czynnościach i motywuje go do rehabilitacji i walki z chorobą. „Odczuwam ogromną satysfakcję i radość, gdy widzę, że Pan Zenon zmienia się – jak z każdą moją kolejną wizytą nabiera coraz większej chęci do życia”.



CHCIAŁAM BYĆ AKTYWNA I POTRZEBNA INNYM.

<Krysia, lat 59>

„Pracowałam jako księgowa w jednostkach samorządowych. Od kilku miesięcy jestem na emeryturze i próbuję być aktywna. W Centrum

Wolontariatu pomagam w prowadzeniu księgowości – czuję się potrzebna. Cieszę się, że po przejściu na emeryturę nie tracę kontaktu z zawodem, że jestem wśród ludzi. Zaczęłam nawet uczyć się obsługi komputera. Pomagam, bo wierzę, że na miłość, na odwzajemnienie pomocy trzeba zapracować”.



PO PRZEJŚCIU NA EMERYTURĘ CZUŁEM SIĘ ZAGUBIONY, MIAŁEM ZA DUŻO WOLNEGO CZASU.

<Stanisław, 68 lat>

Stanisław trafił do Fundacji Elbląg jako wolontariusz.

Jego głównym zadaniem było pozyskiwanie funduszy na stypendia dla niepełnosprawnych dzieci: kontaktowanie się z firmami i zachęcanie do wsparcia tej inicjatywy. Stanisław okazał się tak skuteczny, że po dwóch latach w dowód uznania otrzymał propozycję zatrudnienia. „Gdy przestałem pracować, to poczułem się taki trochę zagubiony, miałem za dużo wolnego czasu, nie mogłem sobie znaleźć miejsca. Wówczas usłyszałem, że jedna z fundacji szuka wolontariuszy. Poszedłem i zostałem ciepło przyjęty. Jak powiedziałem żonie, że znalazłem jakieś zajęcie, to odetchnęła z ulgą, bo być może stawałem się w domu trochę nieznośny” – żartuje Stanisław. „W Fundacji współpracuję głównie z osobami młodymi i jak widać nie zjedli mnie jeszcze, a wręcz przeciwnie, pozwalają się rozwijać, jestem świetnie traktowany, lubię przychodzić do pracy, sprawia mi to frajdę”.

Wolontariat na emeryturze

WOLONTARIUSZEM MOŻNA BYĆ W KAŻDYM WIEKU, NIE LICZY SIĘ BOWIEM LICZBA LAT, LECZ CHĘĆ NIESIENIA POMOCY INNYM. POTRZEBNY JEST TAKŻE WOLNY CZAS. Z TYCH WZGLĘDÓW PRZEJŚCIE NA EMERYTURĘ TO DOBRY MOMENT, BY POMYŚLEĆ O WOLONTARIACIE.

EMERYTURA – początek nowej drogi

Potocznie kojarzymy wejście w wiek emerytalny z przejściem na boczny tor – czyli wycofaniem się z dawnych aktywności, ograniczeniem kontaktów z innymi, zdecydowanym spowolnieniem tempa życia, zastużonym odpoczynkiem. Statystycznie, etap ten rozpoczynamy w Polsce w wieku około 56 lat – czyli bardzo wcześnie. W konsekwencji nasi emeryci należą do najmłodszych w Europie. Jeśli dodamy do tego postęp cywilizacyjny oraz idące za nim wydłużenie i poprawę jakości życia, uświadomimy sobie, że bycie na emeryturze trwa często 20-30 lat. Niestety rzadko postrzegamy moment przejścia na emeryturę jako początek drogi, podczas której możemy zdobywać nowe doświadczenia, realizować ważne dla nas cele i wciąż być aktywnymi. Z pewnością warto zastanowić się, jak sobie tę drogę wyobrażamy, po to, by móc jak najpełniej wykorzystać dany nam czas.

Psychologia traktuje wkroczenie w wiek emerytalny jako jeden z kolejnych, doświadczanych przez każdego z nas, kryzysów rozwojowych. Cykl życia człowieka składa się z wielu takich kryzysów – od pierwszego dnia w przedszkolu, kiedy to odrywamy się od rodziców, poprzez kolejne szczeble edukacji, usamodzielnienie się, założenie rodziny, wychowywanie dzieci, przeżywanie ich odejścia z domu itp. Określenie „kryzys rozwojowy” może przestraszyć swoim brzmieniem – kryzys kojarzy nam się bowiem powszechnie z czymś nieprzyjemnym, bolesnym. Przymiotnik „rozwojowy” wskazuje jednak na to, iż jest to specyficzny moment, kiedy człowiek w obliczu zmian, jakie zachodzą w jego życiu, musi podjąć pewien wysi-

tek, aby lepiej odnaleźć się w nowej sytuacji. Im bardziej twórczo, dojrzałe potrafi odpowiedzieć na zmiany – tym większe ma poczucie spełnienia i satysfakcji życiowej.

Przejęcie na emeryturę łączy się ze zmianą statusu społecznego. Przechodzimy pracować – codzienne, utrwalone przez lata przyzwyczajenia tracą rację bytu, żegnamy się z miejscem pracy i ludźmi, którzy to miejsce razem z nami współtworzyli. Wiele osób przeżywa w tej sytuacji uczucie pustki, osamotnienia i bycia niepotrzebnym. Czas, który przez ostatnie lata wypełniała praca oraz kontakty z kolegami, staje się czasem wolnym, z którym nie wiadomo co zrobić. Przewidując to, warto w świadomy sposób, już przed przejściem na emeryturę, zdecydować się na taką aktywność, która pozwoli nam dalej się rozwijać oraz zagwarantuje nam utrzymanie kontaktów międzyludzkich – ochroni nas przed samotnością. Takie podejście w znaczący sposób może zminimalizować zagubienie, jakie często przeżywają ludzie po przejściu na emeryturę.

CZAS na wolontariat

Dobrym pomysłem na aktywność i osobisty rozwój osób po pięćdziesiątym roku życia jest zaangażowanie się w wolontariat. W Stanach Zjednoczonych i wielu krajach Unii Europejskiej taka aktywność osób po pięćdziesiątce jest standardem. Większość z nich doskonale radzi sobie z łączeniem pracy zawodowej, obowiązków rodzinnych z rolą wolontariusza. Zakończenie pracy zawodowej postrzegane jest jako dobra sposobność do większego zaangażowania się w działania społeczne: zrobienia czegoś dla społeczności, w której się mieszka, ofiarowania wolnego czasu potrzebującym. W Polsce wolontariat osób po pięćdziesiątce cały czas cieszy się niewielką popularnością. Na pewno warto to zmienić.

WOLONTARIUSZ po pięćdziesiątce

Osoby po pięćdziesiątce to bardzo zróżnicowana grupa. Czynnikiem różnicującym jest nie tylko duża rozpiętość wieku, ale także bogactwo doświadczeń życiowych, wiedzy i umiejętności gromadzonych z upływem lat. Doświadczenie życiowe i posiadane umiejętności są nieocenioną wartością, którą osoby starsze mogą wykorzystać w pracy wolontariusza. Wolontariusze po pięćdziesiątce często angażują się w pomoc osobom

w podobnym wieku – pracują w hospicjach, domach pomocy społecznej, odwiedzają osoby samotne. Wielu z nich decyduje się na pracę z dziećmi i młodzieżą lub też udziela porad, pomaga zbierać fundusze, żywność czy organizuje imprezy społeczne. Ich doświadczenie, dojrzałość emocjonalna, gotowość do brania odpowiedzialności za drugiego człowieka sprawiają, że bardzo dobrze radzą sobie oni w roli wolontariusza. Osoby będące na emeryturze dysponują jeszcze inną, rzadką w dzisiejszych czasach wartością – czasem wolnym. To właśnie ten czas pozwala im na głębokie zaangażowanie się w wolontariat, regularną pomoc innym.

Mówiąc o wolontariacie, warto pamiętać także o ograniczeniach. W starszym wieku mogą pojawić się bariery uniemożliwiające podjęcie się tego rodzaju aktywności (stan zdrowia, obowiązek opieki nad wnukami lub innymi członkami rodziny, zła sytuacja materialna itd.).

WOLONTARIAT to wymiana

Bezinteresowna pomoc udzielana przez wolontariuszy ma realny wpływ na jakość życia wielu osób i jakość funkcjonowania organizacji społecznych. Dzięki pracy wolontariuszy może istnieć większość organizacji pozarządowych (fundacji i stowarzyszeń) działających na rzecz osób potrzebujących. Różnorodność aktywności, w jakie można się włączyć w ramach wolontariatu, sprawia, że praktycznie każdy znajdzie tu coś dla siebie. Warto jednak zadbać o to, by zajęcie, które chcemy wybrać – odpowiadało naszym potrzebom, umiejętnościom, stanowi zdrowia. Gdy jesteśmy aktywni zawodowo, często nie mamy czasu na rozwijanie naszych talentów czy zainteresowań. Wolontariat na emeryturze stanowi ku temu świetną okazję; może być sposobem na to, by dalej się rozwijać, niosąc przy tym pomoc innym. Dlaczego warto to robić?

Wolontariat jest wymianą: wiele dajemy z siebie, ale równie wiele otrzymujemy w zamian. Bezinteresowna pomoc innym przynosi ogromną satysfakcję, sprawia, że czujemy się potrzebni i ważni dla osoby bądź osób, którym pomagamy. Wspieranie innych wspiera nas samych – umacnia poczucie własnej wartości, motywuje do podejmowania kolejnych działań. Zaangażowanie się w pracę pozazawodową i pozarodzinną umożliwia świadome wywieranie wpływu na otaczającą nas rzeczywistość. Daje po-

czucie bycia aktywnym członkiem społeczeństwa. To wszystko sprawia, że wolontariusze 50+ postrzegani są jako osoby samodzielne i zaradne. Wolontariat to także okazja do zdobycia nowych umiejętności bądź też rozwijania tych, dla których zabrakło nam czasu w okresie aktywności zawodowej. Podnosi to naszą atrakcyjność w oczach najbliższych, przyczyniając się często do poprawy relacji w rodzinie.

Wolontariat daje również szansę na zawarcie znajomości, włączenie się do nowej grupy. Współpraca z innymi wolontariuszami, angażowanie się w życie organizacji doskonale wypełnia pustkę, jaką przeżywamy w związku z odejściem z pracy. Wolontariat pozwala nam również z dystansem spojrzeć na nas samych – nasze własne problemy i trudności. Często nabierają one zupełnie innego znaczenia, gdy zestawimy je z problemami innych ludzi. Wolontariat uświadamia nam również, że poza pracą i rodziną jest jeszcze olbrzymia, niewykorzystana przez nas przestrzeń, w której moglibyśmy się realizować. Im więcej ról społecznych pełnimy, im większej liczby działań w różnych obszarach podejmujemy się, tym większą mamy szansę na to, że będą one dla nas satysfakcjonujące i przyczyniać się będą do naszego dobrego samopoczucia.

POKONAĆ OBAWY

Często w sytuacji, gdy mamy zacząć coś nowego, nachodzą nas obawy: Czy sobie poradzę? Czy to na pewno dla mnie? Jest to całkiem naturalne, ale w takich momentach nie można dopuścić, by obawy powstrzymały nas przed działaniem. Lepiej skoncentrujmy się na pozytywnych zmianach, jakie podjęcie nowej roli może wnieść do naszego życia i po prostu spróbujmy. Jeśli po jakimś czasie uznamy, że nie odnajdujemy się w roli wolontariusza, że to jednak nie to – wówczas jesteśmy świadomi z czego rezygnujemy.

Osoby po pięćdziesiątce mogą być aktywne i rozwijać się na wiele sposobów. Wolontariat jest jedną z wielu możliwych form aktywności. Zachęcam do wolontariatu, wierząc, że pomaganie innym wnosi nową jakość do naszego życia, sprawia, że czasem „fruwamy z radości”. Na pewno warto spróbować!

<Karolina Pniewska, psycholog>

Co zrobić, by zostać wolontariuszem?

**OTWARTOŚĆ NA DZIAŁANIA WOLONTARIUSZY
WYKAZUJE DZIŚ WIELE ORGANIZACJI, INSTYTUCJI I OSÓB,
DLA KTÓRYCH DOBROWOLNA I BEZPŁATNA
POMOC DRUGIEGO CZŁOWIEKA JEST NA WAGĘ ZŁOTA.**

Jak zrobić pierwszy krok?

Gdy już zdecydowaliśmy, że chcemy sprawdzić się w roli wolontariusza, powinniśmy dotrzeć do organizacji czy osób indywidualnych, które potrzebują naszej pomocy. Sposobów na pierwszy krok jest wiele. Oto kilka podpowiedzi:

- 1.** Jeśli słyszeliśmy o interesujących i wzbudzających nasze zaufanie inicjatywach, akcjach społecznych realizowanych w naszym mieście przez fundacje, stowarzyszenia, organizacje kościelne czy samorządowe – to najprostszym sposobem będzie znalezienie adresu takiej instytucji i zgłoszenie chęci zostania wolontariuszem, wsparcia prowadzonych przez nią działań. Ta metoda sprawdza się szczególnie w odniesieniu do osób, które mają sprecyzowane zainteresowania i chciałyby wesprzeć konkretną sprawę, konkretne organizacje (np. zajmujące się ekologią, prawami kobiet czy pomocą dzieciom z trudnych środowisk).
- 2.** Dobrym sposobem jest też skorzystanie z pomocy znanych nam osób, które pracują lub są wolontariuszami w organizacjach pozarządowych, kościelnych czy samorządowych. Pomogą nam one wejść w środowisko i zorientować się, czy my także możemy znaleźć dla siebie interesującą formę pracy wolontarystycznej. W takich przypadkach – kiedy mamy oparcie znajomej osoby – łatwiej nam będzie zrobić pierwszy krok.

3. Możemy także zgłosić się do najbliższej organizacji pozarządowej, domu kultury czy kółka przy parafii i zadeklarować się jako osoba chętna do podjęcia pracy wolontarystycznej. W tym wypadku może się jednak okazać, że prowadzona przez te podmioty działalność nie za bardzo nas interesuje lub też przedstawiona propozycja współpracy nie odpowiada naszym oczekiwaniom.

4. Najprostszą drogą do zostania wolontariuszem jest udanie się do Regionalnego Centrum Wolontariatu (RCW) na ul. Związku Jaszczurczego 17, w Elblągu . Większość osób nie zna zbyt dobrze działalności organizacji i instytucji, które zajmują się udzielaniem pomocy innym – dlatego nie wie, w jaki sposób mogłaby włączyć się w ich działania. Nie każdy też wie, co chciałby robić jako wolontariusz. Z tych względów skorzystanie z pomocy Centrum Wolontariatu jest dobrym pomysłem

Działalność RCW to przede wszystkim prowadzenie swego rodzaju pośrednictwa pracy dla wolontariuszy. Do Centrum spływają informacje od organizacji, instytucji i osób indywidualnych potrzebujących pomocy, w efekcie Centrum Wolontariatu jest w stanie zaoferować szeroki wachlarz możliwości pracy w różnych obszarach.

Warto pamiętać, że teoretycznie wolontariuszem może zostać każdy, jednak nie każdy nadaje się do każdej pracy. Dlatego też zadaniem Regionalnego Centrum Wolontariatu jest dostosowanie oferty pracy do wieku, sprawności, umiejętności i możliwości czasowych wolontariusza. Liczy się przy tym przede wszystkim chęć pomagania oraz znalezienie wolnego czasu.

Procedura przyjmowania wolontariuszy przez RCW

W Regionalnym Centrum Wolontariatu w Elblągu procedura przyjmowania kandydatów na wolontariuszy i udzielania informacji jest zawsze taka sama. Każda osoba traktowana jest indywidualnie – może przedstawić swoje potrzeby i oczekiwania, i zostanie wysłuchana. Takie podejście ułatwia wybranie odpowiedniej oferty wolontariatu, tak aby obie strony – zarówno korzystający z pomocy, jak i sam wolontariusz – były zadowolone.

1. Spotkanie, rozmowa

Na pierwszym spotkaniu kandydat na wolontariusza dowiadyuje się, z jakimi prawami i obowiązkami wiąże się wolontariat i zapoznaje się z ak-

tualnymi ofertami pracy dla wolontariuszy. Przeprowadzana jest z nim także rozmowa, której celem jest poznanie oczekiwań i preferencji co do poszukiwanego zajęcia oraz umiejętności wolontariusza. Rozmowa składa się z wielu pytań, gdyż bardzo często okazuje się, że przez swoją skromność kandydat nie mówi o wielu swoich umiejętnościach, cechach osobowych czy doświadczeniach życiowych, bo nawet nie jest świadomy, że jest to jego atut, wartość, którą może wykorzystać jako wolontariusz. W efekcie im więcej kandydat o sobie opowie, tym łatwiej jest uruchomić dalszy dobór oferty wolontariatu.

2. Szkolenia

Każdy, kto zaferował chęć zostania wolontariuszem, przechodzi szkolenia organizowane przez Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu. Podczas zajęć zyskuje wiele praktycznych informacji dotyczących pracy w charakterze wolontariusza. Dowiaduje się o swoich prawach, a także o spoczywającej na nim odpowiedzialności, która wynika z bycia dla kogoś pomocną dłońią.

3. Dobór oferty wolontariatu

Szkolenie kończy się doбором odpowiedniej dla danego kandydata oferty wolontariatu. Każda działalność wolontarystyczna ma za zadanie podnieść jakość życia innych ludzi. Wachlarz możliwości, dzięki którym taki efekt można uzyskać, jest ogromny.

Regionalne Centrum Wolontariatu w swoich ofertach ma średnio kilkadziesiąt zgłoszeń od instytucji i organizacji, które poszukują wolontariuszy oraz dziesiątki zgłoszeń indywidualnych od osób potrzebujących pomocy, między innymi dzieci niepełnosprawnych, osób starszych.

Centrum dysponuje ofertami między innymi z zakresu:

- >> wszelkich prac opiekuńczych nad osobami starszymi i niepełnosprawnymi,
- >> pomocy w pracach porządkowych,
- >> udziału w kampaniach społecznych i różnego rodzaju akcjach,
- >> pomocy osobom bezrobotnym,
- >> kolportażu pism i ulotek,
- >> pozyskiwania funduszy,

- >> obsługi komputera,
- >> współtworzenia serwisów internetowych,
- >> prac w infoliniach,
- >> pomocy w renowacji zabytków,
- >> prowadzenia ćwiczeń ruchowych i zabaw z dziećmi upośledzonymi,
- >> przygotowywania i prowadzenia specjalistycznych szkoleń,
- >> oraz wiele, wiele innych.

Warto podkreślić, że Regionalne Centrum Wolontariatu otrzymuje oferty od organizacji, instytucji czy osób, które zna i z którymi stale współpracuje – a to zwiększa pewność, że wolontariusz trafi do przyjaznego miejsca, gdzie uzyska pomoc i wsparcie.

4. Wsparcie i monitoring

Wolontariusz, przeszkolony przez RCW i skierowany do wybranej organizacji/instytucji czy osoby indywidualnej zawsze może zwrócić się do Centrum Wolontariatu z prośbą o pomoc w rozwiązaniu problemu, na który napotyka w trakcie wykonywanej pracy. Zawsze może liczyć na wsparcie. Zdarza się też, że wolontariusz nie będzie zadowolony ze współpracy z daną organizacją. W takich przypadkach ma prawo zrezygnować i zwrócić się do RCW z prośbą o znalezienie nowej oferty.

Centrum Wolontariatu prowadzi stały monitoring pracy wolontariuszy w instytucjach i organizacjach, jak też pomocy udzielanej osobom indywidualnym, daje to obu stronom poczucie bezpieczeństwa i stałej opieki sprawowanej przez RCW.

5. Edukacja i integracja

Regionalne Centrum Wolontariatu pozostaje w kontakcie z wolontariuszami, którzy za jego pośrednictwem podjęli się pracy społecznej. Organizowane są dodatkowe szkolenia, spotkania integracyjne, obchody Międzynarodowego Dnia Wolontariusza oraz inne akcje, dzięki którym promowana jest idea wolontariatu. Skala tej dodatkowej oferty zależy od funduszy pozyskanych przez RCW.

Wolontariat nie jest tylko dla młodych!

Oferta dla osób po pięćdziesiątym roku życia

W 2006 roku Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu we współpracy z Akademią Rozwoju Filantropii w Polsce uruchomiło specjalny program dla osób po pięćdziesiątce zainteresowanych wolontariatem. Celem tych działań było zwiększenie liczby starszych wolontariuszy i pokazanie, jak wielki potencjał dla działań społecznych tkwi w tej grupie wiekowej.

Aby poznać oczekiwania i postawy osób po pięćdziesiątce wobec wolontariatu zrealizowane zostało badanie, powstała także specjalna oferta szkoleń i warsztatów dla kandydatów na wolontariuszy (m.in. z zakresu obsługi komputera oraz komunikacji interpersonalnej). Przeszkolona grupa osób 50+ rozpoczęła już pracę wolontarystyczną. Starsi wolontariusze świetnie sprawdzili się w nowej dla nich roli. Ich odpowiedzialność, cierpliwość, entuzjazm, doświadczenie życiowe i zawodowe sprawiają, że są nieocenioną pomocą i wsparciem dla innych.

Gdzie uzyskać informacje?

Wszystkich zainteresowanych podjęciem wolontariatu lub uzyskaniem szczegółowych informacji na ten temat zapraszamy do Regionalnego Centrum Wolontariatu, mieszczącego się w Elblągu, przy ul. Związku Jaszczurczego 17, na parterze budynku hotelu robotniczego.

Można do nas także zadzwonić na bezpłatną infolinię: 0 800300594 lub na numer telefonu: 055 236 27 16.

Codziennie, od poniedziałku do piątku, od godz. 9.00 do 16.00, pomocą służą pracownicy RCW: Anna Garbarska-Werner i Gabriela Zimirowska.

Prawa i obowiązki wolontariusza

Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie przyznaje wiele praw wolontariuszom i określa ich obowiązki.

Wolontariusz ma prawo do:

- >> **świadczenia pomocy** na rzecz organizacji pozarządowych, organizacji kościelnych oraz instytucji publicznych, wyłączonej prowadzonej w tych podmiotach działalności gospodarczej;
- >> **zawarcia porozumienia** z podmiotem, na rzecz którego wykonuje pracę:
 - > jeśli wolontariat trwa krócej niż 30 dni, wystarczy ustne porozumienie (na żądanie wolontariusza może być sporządzone pisemnie),
 - > jeśli wolontariat trwa dłużej niż 30 dni, musi zostać zawarte porozumienie pisemnie (jego treść powinna obejmować: zakres obowiązków wolontariusza, okres trwania i możliwość rozwiązania porozumienia);
- >> **uzyskania pisemnego zaświadczenia** o zakresie pracy oraz opinię na temat jej wykonywania;
- >> **ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW):**
 - > jeżeli świadczenie trwa krócej niż 30 dni, obowiązek opłacenia ubezpieczenia ciąży na korzystającej z usług wolontariusza organizacji,
 - > jeśli porozumienie zawarte zostało na okres powyżej 30 dni, koszty ubezpieczenia przejmuje na siebie państwo,
 - > wolontariusze mają prawo na takich samych zasadach jak pracownicy etatowi korzystać ze świadczeń zgodnie z ustawą o zaopatrzeniu z tytułu nieszczęśliwych wypadków lub chorób zawodowych powstałych w szczególnych okolicznościach; Zakład Ubezpieczeń Społecz-

nych dokonuje wypłaty świadczeń na wniosek poszkodowanego, poparty dołączoną dokumentacją;

- >> **informacji o ryzyku dla zdrowia i bezpieczeństwa** wynikającego z tytułu wykonywanych czynności oraz o zasadach ochrony przed zagrożeniami;
- >> **informacji o zasadach bezpiecznego wykonywania świadczenia** oraz gwarancji bezpiecznych i higienicznych warunków pracy – na zasadach określonych w odrębnych przepisach, dotyczących innych pracowników;
- >> **informacji o swoich prawach i obowiązkach**;
- >> **zwrotu kosztów podróży i delegacji służbowych** na takich samych warunkach, jak inni pracownicy (ustawa dopuszcza jednak możliwość zwolnienia organizacji z obowiązku zwrotu wymienionych kosztów na podstawie pisemnego oświadczenia wolontariusza); ponadto ustawa daje możliwość finansowania również innych kosztów dotyczących pracy wolontariuszy (opłacenie ubezpieczenia zdrowotnego, opłacenie szkoleń dla wolontariusza, zwrot innych kosztów ponoszonych przez wolontariusza), jednak jest to dobrowolny wybór organizacji.

Obowiązkiem wolontariusza, określonym w ustawie, jest **posiadanie kwalifikacji i spełnianie wymagań** odpowiadających rodzajowi wykonywanych świadczeń, szczególnie jeżeli takie wymagania wynikają z innych przepisów (np. wolontariusze wykonujący czynności medyczne, choćby zastrzyki, muszą mieć kwalifikacje zgodne z przepisami opieki zdrowotnej). Jeśli organizacja/institucja korzystająca z pracy wolontariusza ma jakieś szczególne wymagania – najczęściej zaznacza to w ofercie dla wolontariuszy lub organizuje specjalistyczne szkolenia.

Wolontariat 50+. Wyniki badania

Polskie społeczeństwo, podobnie jak populacje innych krajów europejskich, starzeje się. Blisko jedna trzecia Polaków, czyli ponad 12 milionów, to ludzie powyżej pięćdziesiątego roku życia – w 2030 roku wskaźnik ten wzrośnie aż do 45% (dane GUS-u). Zachęcanie osób starszych do wolontariatu stanowi szansę dla starzejących się społeczeństw na pełniejsze wykorzystanie posiadanych przez nie umiejętności i wolnego czasu. A dla samych osób po pięćdziesiątce jest to doskonała okazja do aktywności i rozwoju.

Niestety, jeśli przyjrzymy się statystykom dotyczącym wolontariatu w Polsce, to musimy stwierdzić, że stosunkowo **mało osób po pięćdziesiątce angażuje się w wolontariat**. Badania Stowarzyszenia KLON/JAWOR potwierdzają, że najczęściej wolontariuszami zostają osoby młode (studenci i uczniowie). Wiek, podobnie jak wykształcenie i poziom dochodów, jest ważnym czynnikiem, który wpływa na poziom zaangażowania społecznego. Im wyższe wykształcenie i poziom dochodów, tym większe zaangażowanie w wolontariat. Natomiast w najstarszych grupach wiekowych zmniejsza się zaangażowanie w pracę społeczną.

W 2006 roku Akademia Rozwoju Filantropii i Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu uruchomiły program „**Same plusy. Wolontariat 50+**”, którego podstawowym celem było zachęcenie osób po pięćdziesiątym roku życia z Elbląga i powiatu elbląskiego do podjęcia wolontariatu oraz wypracowanie metod współpracy ze starszymi wolontariuszami.

Ważnym elementem programu było badanie mające na celu zebranie informacji na temat motywacji, obaw i dostrzeganych korzyści z wolontariatu przez osoby 50+, a także rozpoznanie możliwości współpracy organizacji/institucji ze starszymi wolontariuszami. Badaniem objęto 300 osób po pięćdziesiątym roku życia i 70 organizacji/institucji (kwestionariusze, wywiady pogłębione).

Prezentujemy wybrane wyniki badania:

>> Czy wolontariat 50+ jest popularny wśród osób po pięćdziesiątce?

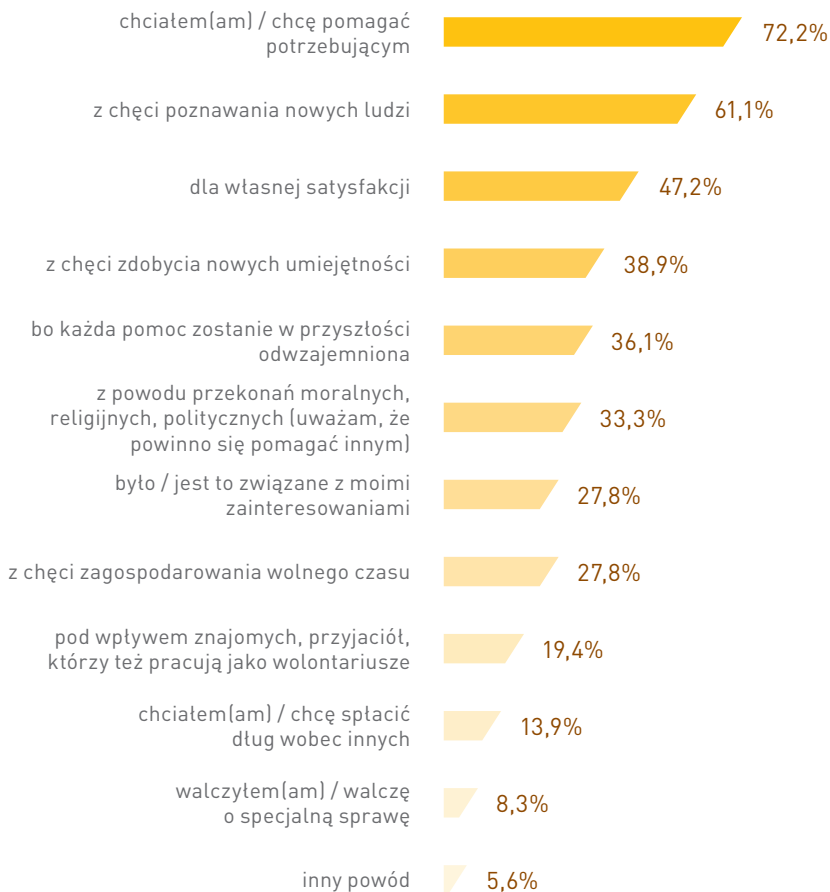
Spośród wszystkich badanych – **83,6% osób 50+ spotkało się z terminem „wolontariat”, a 16,4% nigdy nie słyszało tego słowa.** Termin ten nie dla wszystkich był jasny i zrozumiały. Badani silnie utożsamiali wolontariat z ofertą aktywności dla ludzi młodych – wiele osób stwierdziło, że nie zdawały sobie sprawy, że wolontariuszami mogą być ludzie starsi. Część respondentów nie była świadoma tego, że wolontariat oznacza nieodpłatną pracę, pewnej grupie badanych wolontariat kojarzył się z przymusową pracą społeczną – znaną im z epoki PRL-u.

36 osób badanych (12,5%) pracowało lub pracuje jako wolontariusz lub wolontariuszka. Większość wolontariuszy po pięćdziesiątce były to osoby na emeryturze i rencie – zazwyczaj dobrze wykształcone i stosunkowo młode: ponad połowa wolontariuszy nie przekroczyła 60 lat. Wolontariusze nieznacznie lepiej postrzegali swoją sytuację materialną od ogółu badanych, natomiast wyraźnie lepiej od ogółu badanych ocenili swój stan zdrowia. Co ciekawe, wolontariusze 50+ ina czej patrzą na starość: postrzegają ten etap jako czas rozwoju i podejmowania wyzwań, gdy tymczasem pozostali badani widzą starość przede wszystkim jako okres odpoczynku i wycofania.

>> Dlaczego wolontariat?

Najczęściej wymienianym przez wolontariuszy 50+ powodem podjęcia pracy społecznej była **chęć pomocy potrzebującym (72,2%)**, w dalszej kolejności pragnienie poznania nowych ludzi (61,1%) i własna satysfakcja (47,2%).

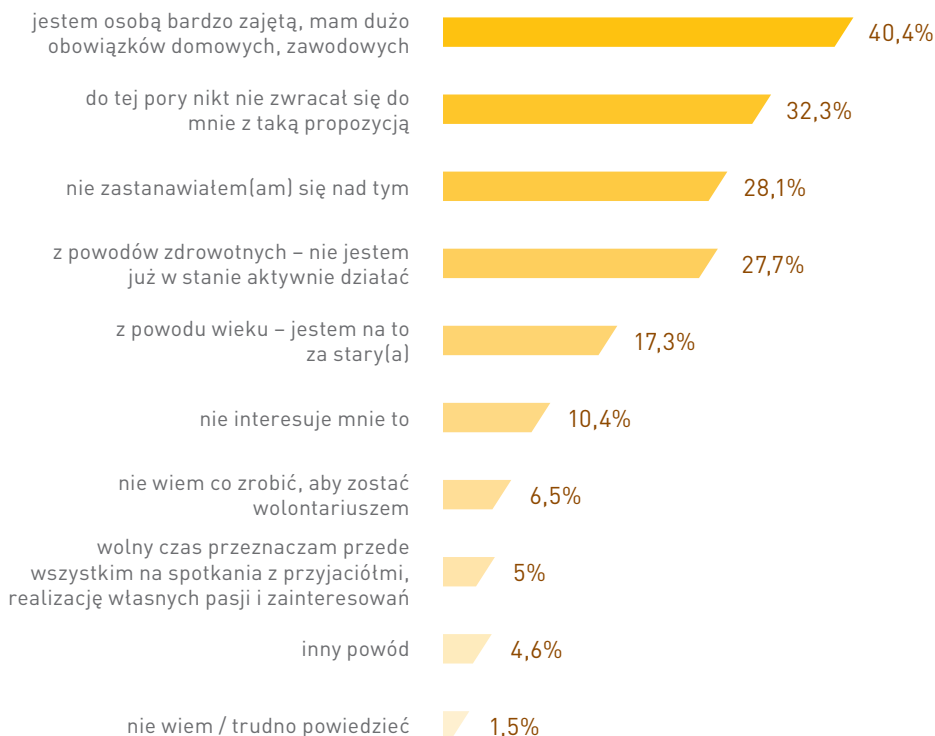
Z jakich powodów zdecydował(a) się Pan(i) zostać wolontariuszem?



>> Powody niewielkiego zaangażowania

Osoby 50+, które nigdy nie pracowały jako wolontariusze, uzasadniają ten fakt przede wszystkim **innymi obowiązkami** (40,4%). Zastanawiające, że spora część badanych (32,3%) zgłaszała, iż nie są wolontariuszami, bo nikt się do nich z taką propozycją nie zwracał, a aż 28,1% osób nigdy się nad tym nie zastanawiało. Blisko 7% nie wie, co zrobić, by zostać wolontariuszem. Dane te pokazują przede wszystkim potrzebę informowania osób po pięćdziesiątce o możliwościach podjęcia wolontariatu.

Dlaczego nie pracuje / nie pracował(a) Pan(i) jako wolontariusz?



>> Pozytywne doświadczenia współpracy

Spośród 70 badanych organizacji i instytucji – 29 współpracuje lub współpracowało z wolontariuszami powyżej pięćdziesiątego roku życia i są z tej współpracy zadowoleni. Większość z nich (20 podmiotów) dostrzega różnicę między współpracą z wolontariuszami mającymi 50 lat i więcej a współpracą z młodszymi wolontariuszami.

Najczęściej jako cechy osób młodych wskazują większą aktywność, kreatywność i znajomość nowych technologii, umiejętność pisania wniosków, ale także na słomiany zapal i brak doświadczenia. Natomiast osoby starsze, choć mają nawyki i przyzwyczajenia, są mniej przebojowe, jednak charakteryzuje je odpowiedzialność, cierpliwość, obowiązkowość, dyspozycyjność, wrażliwość i doświadczenie życiowe, a to – zdaniem naszych rozmówców – są nieocenione zalety przy podejmowaniu współpracy.

Pozostałe instytucje – nie współpracujące ze starszymi wolontariuszami – jako główny powód braku zaangażowania seniorów wymieniają brak chętnych w tym wieku wśród zgłaszających się wolontariuszy (47,5%). Inne wskazywane przyczyny to: brak zapotrzebowania na pracę wolontariuszy (25%) i przekonanie, że młodzi wolontariusze lepiej się sprawdzają (12,5 %).

Wiele wskazuje także na to, że organizacje są bardziej otwarte na współpracę i zaangażowanie osób starszych, niż wynika to z przypuszczeń i opinii osób po pięćdziesiątym roku życia.

- > Aż 91,5% organizacji twierdzi, że „osoby starsze mają sporo wolnego czasu, dlatego warto zachęcać je do wolontariatu”.
- > 88% badanych instytucji i organizacji społecznych zgadza się ze zdaniem, że „wiek wolontariusza nie ma znaczenia, liczą się tylko umiejętności”.
- > 49 spośród 70 badanych organizacji widzi możliwość większego zaangażowania starszych wolontariuszy w działania instytucji.

Informacja o organizatorach

Broszura została wydana jako element kampanii edukacyjnej prowadzonej w ramach programu „Same plusy. Wolontariat 50+” wdrażanego w okresie od września 2006 roku do grudnia 2007 roku przez Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu i Akademię Rozwoju Filantropii w Polsce.

Podstawowym celem programu jest promocja wolontariatu w grupie osób powyżej pięćdziesiątego roku życia i wypracowanie modelu rozwijania wolontariatu 50+. Projekt zakłada realizację czterech bloków działań:

- >> **Realizacja badania postaw wobec wolontariatu 50+** wśród 300 osób po pięćdziesiątym roku życia oraz wśród 70 instytucji i organizacji społecznych z Elbląga i powiatu elbląskiego.
- >> **Przeprowadzenie szkoleń i warsztatów** dla osób po pięćdziesiątym roku życia przygotowujących do pracy w charakterze wolontariusza.
- >> **Powołanie lokalnego partnerstwa na rzecz rozwoju wolontariatu 50+** utworzonego przez instytucje z Elbląga i powiatu elbląskiego.
- >> **Realizacja kampanii edukacyjnej i promującej** wolontariat wśród osób 50+, instytucji i opinii publicznej w Elblągu i powiecie elbląskim. Do wolontariatu zachęcać będzie wystawa fotografii i film prezentujący sylwetki starszych wolontariuszy, a także plakaty i broszury.

Program jest finansowany przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej ze środków Funduszu Inicjatyw Obywatelskich oraz przez Fundację Grupy TP.

Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce

Stowarzyszenie Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce jest niezależną, nienastawioną na zys organizacją pozarządową działającą od 1998 roku. Działania Akademii skierowane są przede wszystkim do organizacji pozarządowych, grup obywatelskich i przedsiębiorców.

Prowadzimy działania w sześciu obszarach programowych:

- > rozwój społeczności lokalnych,
- > aktywność młodzieży,
- > aktywność osób starszych,
- > społeczne zaangażowanie biznesu,
- > przedsiębiorczość społeczna,
- > filantropia indywidualna.

Więcej informacji: www.filantropia.org.pl

Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu

Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu rozpoczęło swoją działalność w 1999 roku. i jest niezależną, apolityczną niedochodową organizacją filantropijną kierującą się interesem społeczności lokalnej Elbląga i regionu elbląskiego. Naszym celem jest zwiększanie aktywności społecznej obywateli, umożliwianie im podejmowania działań w charakterze wolontariuszy oraz zwiększanie wiedzy z zakresu wolontariatu i upowszechnianie idei pracy wolontarystycznej.

Więcej informacji: www.wolontariat.org.pl/elblag

Publikacja została wydana w ramach programu „Same plusy. Wolontariat 50+” finansowanego ze środków Rządowego Programu – Fundusz Inicjatyw Obywatelskich oraz ze środków Fundacji Grupy TP.

Opracowanie tekstów: Beata Tokarz, Gabriela Zimirowska,
Redakcja: Beata Tokarz
Konsultacja: Tomasz Schimanek
Korekta: Monika Anna Twardziak

© Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce 2007
Projekt graficzny i skład: rzeczyobrazkowe.pl

**WOLONTARIAT WNIÓSŁ RADOŚĆ W MOJE ŻYCIE.
NAJWIĘKSZĄ SATYSFAKCJĘ SPRAWIA MI
UŚMIECH I ZADOWOLENIE OSOBY, KTÓREJ POMAGAM.**
<Władysława, 64 lata>

Żyjemy coraz dłużej i dłużej pozostajemy sprawni. Przejście na emeryturę nie powinno zamykać furtki do aktywności, podejmowania nowych wyzwań. Każdy z nas z wiekiem zdobywa coraz więcej umiejętności i doświadczeń życiowych, którymi może dzielić się z innymi. Na emeryturze jest na to czas. Starsi wolontariusze na całym świecie dokonują realnej zmiany w życiu milionów osób, udzielają wsparcia i pomocy – wnoszą nieoceniony wkład w życie lokalnych społeczności.

**DOŁĄCZ DO GRONA WOLONTARIUSZY. BĄDŹ AKTYWNY
– DLA SIEBIE I DLA INNYCH. NA PEWNO MASZ WIELE
POMYSŁÓW I MARZEŃ. ZREALIZUJ CZĘŚĆ Z NICH JAKO
WOLONTARIUSZ. Z NAMI MOŻESZ ZROBIĆ PIERWSZY KROK.**

Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu

ul. Związku Jaszczurczego 17, Elbląg, tel. 0 55 236 27 16

bezpłatna infolinia: 0 800 300 594

e-mail: elblag@wolontariat.org.pl

www.wolontariat.org.pl/elblag

organizatorzy



AKADEMIA ROZWOJU
FILANTROPII W POLSCE
Academy for the Development of Philanthropy in Poland

finansowanie

FUNDUSZ INICJATYW
obywatelskich

tp
fundacja grupy TP

patroni medialni

dziennik
ELBLĄSKI

intersenior
gazeta internetowa

senior.pl

TELEWIZJA
ELBLĄSKA

portEl.pl
Elbląska Gazeta Internetowa