CSONGRÁD MEGYEI ÖNKÉNTES CENTRUM
TALENTUM ALAPÍTVÁNY

# IDŐSKÉNT IS AKTÍVAN!

## AZ ÖNKÉNTESSÉGRŐL SZENIOROKNAK

Talentum alapítvány

SZÉCHENYI 2020

MAGYARORSZÁG KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális Alap

BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

# *IDŐSKÉNT IS AKTÍVAN!*

# *AZ ÖNKÉNTESSÉGRŐL SZENIOROKNAK*

**Felelős kiadó:**

Talentum Alapítvány az Önkéntesség Támogatásáért
B. Balogh Edit
Szeged, 2019

**Szerkesztők:**

Rossu-Hegyi Katalin

**Design, tördelés:**

Innovariant Nyomdaipari Kft.

A kiadvány az EFOP-1.3.5-16-2016-00211 számú pályázati támogatás keretében valósult meg.

Talentum alapítvány

Önkéntes centrum Csongrád megye

*A kiadvány célja, hogy olyan szépkorú személyek részére nyújtson hasznos tanácsokat, információkat, akik érdeklődnek az önkéntesség iránt, szeretnék megőrizni aktivitásukat, és szerepet vállalnának a környezet és társadalom formálásában.*

# *KEDVES OLVASÓ!*

Ahogy haladunk előre az életben, úgy hajlamosak vagyunk egyre több mindent feladni, és begyűrűzik életünkbe a haszontalanság érzése, az elmagányosodás veszélye. Viszont nem igaz, hogy idősebbként nem lehetünk hasznos tagjai a társadalomnak; ahogy az sem, hogy egy bizonyos életkort betöltve nyugodtan leülhetünk, mert már semmiért sem vagyunk felelősek, és elvárhatjuk, hogy majd mások cselekedjenek helyettünk. A szeniorok felbecsülhetetlen tudás birtokában vannak, amit csak hosszú évek kemény munkájával, megpróbáltatásaival lehet elérni. Úgy hívják: ***élettapasztalat.*** Ezt a tudást nem érdemes veszni hagyni, vagy csak szűk családi körünkre korlátozni; törekedni kell, hogy idősebb korban erőnkhöz mérten közösségi szinten is aktívak maradjunk. Megfelelő lehetőségekkel, irányítással hozzájárulhat egy szebb környezet, egy jobb társadalom kialakításához. Ennek kiváló módja az önkéntes tevékenységek vállalása.

***Kívánjuk, hogy a kiadvány elolvasásával Ön is kedvet kapjon hozzá!***

# AZ ÖNKÉNTESSÉGRŐL

Az önkéntesség a társadalmunk, környezetünk javát, épülését szolgáló tevékenység, amit szabad elhatározásból, anyagi ellenszolgáltatás nélkül végzünk.

Az önkéntesség számos formában megnyilvánulhat, és ezek zöméhez nincs szükségünk különösebb képzettségre, csak észre kell vennünk környezetünkben, ***kinek van szüksége egy segítő kézre.*** Lehet ez egy ***mindennapi, apró jócselekedet,*** de szervezett formában számos intézmény munkáját segíthetik önkéntesek, pl. múzeum, színház, kórház, tűzoltóság.

Önkéntes tevékenységet végezhetünk ***egyénileg, vagy csoportosan*** is. Számos példa van arra, hogy egy idős (nyugdíjas) klub tagjai összefognak, és közösen szerveznek önkéntes programokat, pl. közösen lefestik az iskola kerítését, vagy közreműködnek a helyi művelődési ház kulturális programjának megszervezésében, fogyatékos gyermekek számára tartanak kézműves foglalkozásokat.

Magyarországon és Európában önkéntes tevékenységet kizárólag a nonprofit szektor javára végezhetünk, és az önkéntesek munkája nem válthatja ki az aktív, fizetett dolgozó szerepét, csupán kiegészítheti azt.

Lehet eseményszerűen, egy-egy alkalommal vállalni feladatokat, de van mód rendszeres, hosszútávú önkéntességre is. Ez esetben sor kerülhet akár az önkéntes és a fogadószervezet között önkéntes szerződés megkötésére.

# AZ ÖNKÉNTESSÉG TÖRVÉNYI KERETEI

A közérdekű önkéntes tevékenységről szóló 2005. évi LXXXVIII. törvény szabályozza, intézményesíti az önkéntes jogviszonyt. Ez a szabályozás tisztázza a fogadószervezetek és az önkéntesek feladatait, felelősségi körét, és mindkét felet ösztönzi az önkéntes tevékenység vállalására. Biztosítékot jelent a szervezet és az önkéntes számára, ha írásban foglalt önkéntes szerződést kötnek. Ebben tisztázásra kerül a feladatkör, a vállalt felelősségek, és az esetleges juttatások.

***Ezek lehetnek:***

- munkaruházat, védőfelszerelés
- utazás, szállás, étkezés biztosítása, megtérítése
- védőoltás, szűrővizsgálat
- felnőttoktatás költségei
- az önkéntes tulajdonában vagy használatában álló eszköz működtetéséhez szükséges feltételek biztosítása, megtérítése
- önkéntes tulajdonában lévő állat ellátásának, képzésének biztosítása, megtérítése
- pénzbeli jutalom, melynek éves összege nem haladja meg a kötelező legkisebb munkabér mindenkori havi összegének húsz százalékát.

# MIÉRT JÓ AZ ÖNKÉNTESSÉG?

Az önkéntesség számos ***pozitív hatással*** van mind az egyénre, mind a környezetre. Erősíti a társadalmi ***összetartást,*** segít abban, hogy aktívak maradjunk, ne szakadjunk ki a közösségi életből – így tehetünk leginkább az időskori elmagányosodás ellen. Az új helyzetek, emberek, események segítenek testileg és szellemileg ***fittnek maradni,*** javít a közérzeten, csökkentik a fásultságot.

Az önkéntesség kiváló lehetőség arra, hogy szakmánkat, tapasztalatainkat kötetlenebb módon, csupán a munka kedvéért, a társadalom formálásáért gyakoroljuk, és az évek során megszerzett tudás ne rozsdásodjon be. Nemes ügy, ha az önkéntességen keresztül a jövő generációjának adjuk át szakmai tudásunkat, illetve mentoráljuk őket életpályájukon.

Tanulhatunk új dolgokat, bekapcsolódhatunk olyan területek munkájába, amelyeket már korábban ki akartunk próbálni, de eddig nem volt rá alkalmunk.

# HOL TUDOK JELENTKEZNI ÖNKÉNTESNEK?

Ha megérett a döntés, hogy vállalunk önkéntes feladatot, érdemes tájékozódni a kiszemelt fogadószervezetnél a lehetőségekről; továbbá számos eseményről, alkalomról gyűjthetünk információt az interneten. Vannak kifejezetten szeniorok részére kiírt önkéntes programok, pályázatok, amelyekre célszerű jelentkezni.

Ha nincs ötletünk, hogy milyen típusú önkéntességbe kapcsolódjunk be, úgy javasolt felkeresni a Csongrád Megyei Önkéntes Centrumot, ahol szakemberek segítségét vehetjük igénybe a legjobb megoldások megtalálásában, önkéntes lehetőségek közvetítésében.

***Fogadószervezetek***

*A fogadóhely azoknak a szervezeteknek, intézményeknek a neve, akik önkénteseket fogadnak, önkéntesekkel működnek együtt, hogy tevékenységeiket megvalósítsák. Ezek lehetnek civil szervezetek, nonprofit, önkormányzat, állami vagy egyházi intézmények, akik kisebb vagy akár egész nagy számban is dolgoznak együtt önkéntesekkel.*

*A fogadószervezeteknek jogában áll meghatározni, hogy bizonyos tevékenységekre milyen önkéntest keresnek – sőt, vannak olyan esetek, amikor csak előzetes felkészítést, képzést követően lehet munkába állni. Erről a fogadószervezetek időben adnak tájékoztatást, illetve ők, vagy az önkéntes centrumok rendszeresen szerveznek tematikus képzéseket, melyek elvégzése után alkalmas lesz a résztvevő az adott területen való önkéntességre.*

# CSONGRÁD MEGYEI ÖNKÉNTES CENTRUM

Az Önkéntes Centrumban önkéntességhez kapcsolódó információk egy helyen megtalálhatók, tapasztalt szakemberek válaszolnak a felmerülő kérdésekre. Az Önkéntes Centrum által nagyon sok szervezet és intézmény hirdeti azokat a tevékenységeket, amire önkénteseket várnak. A centrumok ezeket összegyűjtik, rendszeresen frissítik, napra készen tartják.

Ajánlott személyesen felkeresni az Önkéntes Centrumot, ahol egy rövid beszélgetés után egy regisztrációs lapot töltünk ki Önnel, amivel bekerül az önkéntes adatbázisunkba, és a későbbiek folyamán értesíteni tudjuk az önkéntes lehetőségekről. Ezen kívül megadjuk a fogadószervezetek elérhetőségeit, ajánlunk képzési lehetőségeket, konkrétumok esetén pedig kiközvetítjük a célhelyre, programra.

*Várjuk szeretettel irodánkba!*

# HOGYAN LESZ AZ ÖTLETBŐL ÖNKÉNTES TEVÉKENYSÉG?

1

Megszületik az ötlet, hogy önkéntes szeretne lenni.

2

Keresse fel a szegedi Önkéntes Centrumot!

3

Személyes regisztráció, rövid beszélgetés által információt kap az önkéntességről. Bekerül az önkéntes adatbázisba, így a későbbiek során is kapcsolatban maradunk és tájékoztatjuk az önkéntes alkalmakról.

4

Megismerheti az épp aktuális lehetőségeket, betekintést nyer a fogadószervezetek adatbázisába. Kiválasztja a számára szimpatikus lehetőségeket, amelyeket segítünk Önnek priorizálni, mérlegelni.

Ezt követően már önállóan, tanácsokkal ellátva indul a választott fogadószervezethez személyes találkozásra.

5

6

Amennyiben a tevékenység megkívánja, a fogadószervezet egy felkészítő képzést tart az Ön részére; ha hosszú távra tervez, önkéntes szerződést köt Önnel.

Megkezdi az önkéntes tevékenységet.

7

8

Az önkéntesség végén vagy időközönként értékelheti magát és látni fogja, hogy mennyi mindent tanult, mennyi emberrel megismerkedett, mennyi közösségi élményben volt része.

## ELÉRHETŐSÉGEK

Csongrád Megyei Önkéntes Centrum

6722 Szeged, Kálvária sgt. 14.

(Bibliotéka épülete)

Telefon: +36 (20) 365 1561 , +36 (62) 228 931

E-mail: onkentes@talentumonkentes.hu

www.talentumonkentes.hu

## MŰKÖDTETŐ SZERVEZET

Talentum Alapítvány az Önkéntesség Támogatásáért

6725 Szeged, Földmíves u. 19.

CSONGRÁD MEGYEI ÖNKÉNTES CENTRUM
TALENTUM ALAPÍTVÁNY