

Chci být DOBROVOLNÍKEM

v Olomouckém kraji



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

iCM

informační centrum
pro mládež
Prostějov

Úvodem

„Nejprve je třeba říci, že lidé si pomáhají od nepaměti, solidarita a vzájemná pomoc tvoří základ existence lidské společnosti. Každý z nás je v životě někdy dobrovolníkem.“

J. Tošner

Dobrovolnictví již pro naši společnost není neznámým pojmem, přesto mnozí tápou, co to vlastně dobrovolnictví je, jestli něco přináší i samotnému dobrovolníkovi a jestli dobrovolnictví není něco, „co se hodí jen pro osamělé a zakomplexované lidi“. Proto se také ICM Prostějov rozhodlo přispět touto brožurou k propagaci dobrovolnictví, a to nejen jako činnosti chvályhodné, kterou bezesporu je, ale také jako činnosti, která přispívá k osobnostnímu a profesnímu rozvoji samotného dobrovolníka.

Hlavním cílem brožury „Chci být dobrovolníkem (v Olomouckém kraji)“ je tedy nabídnout všem zájemcům v Olomouckém kraji základní informace o dobrovolnictví a možnostech, jak se do něj mohou přímo ve svém regionu zapojit. Brožura nemá být vyčerpávající encyklopedií, ale průvodcem, který podá základní informace o problematice dobrovolnictví a nasměruje zájemce na další literaturu a zdroje.

Dalším nezanedbatelným cílem je představit ty organizace v kraji, které potřebují pro svou činnost dobrovolníky. Řada z nich by totiž bez pomoci dobrovolníků ani nemohla existovat. Proto je podstatná část brožury věnována přehledu těchto organizací. Vytypovali jsme ty nejzajímavější a požádali je o informace a fotografie z jejich činnosti. Těší nás, že o uvedení v aktualizované brožuře projevily zájem i další organizace. Tímto bychom jim všem také chtěli za veškerou spolupráci poděkovat.

za tým ICM Prostějov
Kateřina Opatrná

Obsah

1. Co je dobrovolnictví	5
2. Pojem dobrovolnictví v ČR	6
3. Chci být dobrovolníkem	8
4. Co dobrovolnictví přináší dobrovolníkům	11
5. Formy a oblasti dobrovolnictví	13
6. Možnosti dobrovolnictví v zahraničí	17
7. Možnosti dobrovolnictví v ČR	19
8. Přehled vybraných organizací v Olomouckém kraji	21
Alfa handicap – sdružení občanů se zdravotním postižením přerovského regionu	22
Amelie, o.s.	24
ARPOK o.p.s.	26
Brontosauři v Himálajích	28
Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícččaty	30
Corazon o.s.	32
Český svaz ochránců přírody – Regionální sdružení Iris	34
Člověk v tísni o.p.s.	36
Dobrovolnické centrum Fakultní nemocnice Olomouc	38
Charita Olomouc	40
Charita Prostějov	42
Charita Zábřeh	44
Informační centrum pro mládež Prostějov	46
JIKA – Olomoucké dobrovolnické centrum, o.s.	48
KAPPA-HELP	50
Klub Salesiánského hnutí mládeže Prostějov	52
Maendeleo	54
Maltézská pomoc, o. p. s.	56
MOST ProTibet	58
Povzbuzení – Snoezelen Olomouc	60
Pro dotyk, z. s.	62
Rodinné centrum Heřmánek, z.s.	64
Rodinné centrum u Mloka	66
Rozvišť – Lesní dětský klub Bažinka	68
Sdružení D, z.ú.	70
Sdružení pro Holický les	72

Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých – oblastní odbočka Olomouc	74
Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých – oblastní odbočka Prostějov	76
Spolu Férově o. s.	78
SPOLU Olomouc	80
Středomoravská nemocniční a.s. – odštěpný závod Nemocnice Prostějov	82
Středomoravská nemocniční a.s. – odštěpný závod Nemocnice Šternberk	84
TyfloCentrum Olomouc, o. p. s.	86
ZAHRADA 2000 o. s.	88
Zdraví od malička, z.s.	90
z.s. InternetPoradna.cz	92

9. Použitá a doporučená literatura, seznam dalších zdrojů 94

Práci v Dobrovolnickém centru, která vyplňuje můj volný čas jednou za týden, s výjimkou zkouškového období, jsem si chtěla zkusit z jediného prostého důvodu: pomoci lidem od šedi a jednotvárnosti dní strávených na oddělení geriatric.

Povídání, hraní her, kreslení... chvíli se netrápím myšlenkami na nemoc, na chvíli zlepším myšlenky, mít pocit, že někdo poslouchá... to vše jim jako dobrovolnice mohu dát a mně to přináší vnitřní uspokojení a pocit radosti. Protože je skutečně krásné vidět úsměv na tváři člověka, který ještě před chvílí hořekoval, anebo slyšet hřejivé slova: „Slečno, to co děláte je skvělé, děkuji, že jsem chodíte.“

Nechci znevažovat práci sester, jejich práce je úžasná, skvělá a velmi náročná, pacienti si ji chválí, zároveň však dodávají, že bohužel nemají čas je poslouchat, respektive poslouchat jejich vzpomínky. Pravda je skutečně taková, že sestřičky „kmitají“ od rána do večera, aby pacientům zajistily pohodlí a dobrou péči, ale povídat si není kdy. A proto jsem velmi ráda, že jsem ty tři měsíce relativně pravidelně mohla docházet na oddělení geriatric. A jaký byl můj nejkrásnější dosavadní zážitek? Určitě s paní, takovou pohádkovou babičkou s velkýma, dobrosrdečnýmá očima skrytýma za obroučkami brýlí, která ze zdravotních důvodů nemohla mluvit, přesto se o to snažila, opravdu dlouho, dokud alespoň jedno slovo neřekla.

Lekla jsem se, že by se něco mohlo stát, určitě neměla mluvit a měla se šetřit! A já to teď slíznu! O to úžasnější pocit mě naplnil, když mi staniční sestra řekla, že je to naopak dobře, že je to jakási forma rehabilitace.

S tou paní už jsem se sice nikdy nesetkala, ale já nezapomenu na to, jak mě při odchodu chytila za ruku a chvíli ji s milým úsměvem podržela ve své. A přesně to je to, proč v dobrovolnické práci chci pokračovat dál. Mít pocit, že těm lidem nějakým způsobem pomáhám, bez ziskových důvodů. Ony veškeré peníze nenahradí ten pocit pomoci lidem, kteří si jen chtějí povídat...

*Eliška Liedermannová (studentka VOŠZ Olomouc)
Dobrovolnické centrum Fakultní nemocnice Olomouc*

1. Co je dobrovolnictví

- Výpomoc v útulku pro opuštěná zvířata?
- Charitativní sbírka pro nemocné děti?
- Sběr odpadků v okolí vlastního bydliště?
- Pravidelné vedení divadelního kroužku pro děti z dětského domova?
- Doučování dětí ze sociálně vyloučených komunit?
- Navštěvování seniorů v domově důchodců?
- Pomoc s úklidem po povodních?
- Správa webu turistického oddílu?
- Překládání článků o porušování lidských práv?
- Stavba školy v Tibetu?

Existuje mnoho podob dobrovolnictví a souběžně s tím i mnoho definic pro to, co dobrovolnictví vlastně je.

Většina definic však popisuje tři základní aspekty dobrovolnictví:

1. Dobrovolná činnost je **nepovinná**.
To, co dobrovolník dělá, dělá z vlastní (dobré) vůle.
2. Dobrovolná činnost **přináší užitek jiným lidem**.
Činnost dobrovolníka by měla přinášet prospěch druhým lidem, a to především těm, s kterými není dobrovolník v rodinném, přátelském či sousedském vztahu.
3. Za výkon dobrovolné činnosti **není poskytována hmotná odměna**.
Jedná se o činnost, kterou dobrovolník dělá bez nároku na hmotnou či finanční odměnu. To ovšem ještě neznamená, že dobrovolník ze své činnosti nemůže mít žádný prospěch.

2. Pojem dobrovolnictví v ČR

Největší a nejdelší tradici dobrovolnictví na našem území mají církevní charitativní organizace, jejichž posláním bylo a stále je pomáhat lidem v nouzi, lidem nemocným, starým a opuštěným. Jejich činnost však začaly postupně doplňovat i další dobročinné a filantropické spolky a nadace.

Jedním ze specifických milníků v historii dobrovolnictví u nás je doba Národního obrození, kdy došlo k významnému rozvoji spolkové činnosti. Křesťanské hodnoty byly stále živé, ale v této době byly národ a kultura důležitější než víra. Rychle vzrostl počet společností, nadací a spolků, které se věnovaly rozvoji národní kultury, umění, vědy a vzdělávání. Většina lidí se v nich angažovala jako dobrovolníci. Rostoucí trend pokračoval i po vzniku Československé republiky v roce 1918. Rozmach vývoje neziskového sektoru a dobrovolnictví však byl přerušen 2. světovou válkou a komunistický režim, který následoval od r. 1948, dobrovolnou činnost a celý spolkový život zastavil. Zapojení občanů do života společnosti bylo poté často pouze formální, vynucené režimem.

K obnovení činnosti nestátních neziskových organizací a myšlenky dobrovolnictví došlo až po roce 1989. V současné době se zvyšuje počet lidí, kteří se u nás zapojují do dobrovolnických projektů a programů, a zlepšuje se i obecné povědomí o dobrovolné činnosti.

Zákon o dobrovolnické službě

V České republice bylo dobrovolnictví upraveno od 1. ledna 2003 **Zákonem o dobrovolnické službě** (Zákon č. 198/2002 Sb.). Tento zákon byl s účinností od **5. června 2014 novelizován zákonem č. 86/2014 Sb.**

Zákon o dobrovolnické službě však **upravuje jen oblast formálního dobrovolnictví** a vztahuje se pouze na jeho určitou podobu. Úzce vymezená oblast dobrovolnictví, o které mluví zákon, se nazývá **dobrovolnická služba**. Na ni se pak vztahují i výhody a úlevy poskytované státem.

V rámci zákonem upravené dobrovolnické služby musí být dobrovolník **starší 15 let**,

musí s organizací podepsat **smlouvu o dobrovolné činnosti** a musí se věnovat činnosti v jedné z oblastí zmíněných v zákoně.

Organizace zase musí splnit podmínky pro akreditaci udělovanou Ministerstvem vnitra a musí ji na základě žádosti získat. Pokud je uznána, musí s dobrovolníkem uzavřít zmiňovanou smlouvu (podrobněji viz Zákon o dobrovolnické službě, který najdete například na www.mvcr.cz → Služby pro veřejnost → Dobrovolnická služba).

Největším propagátorem dobrovolnictví u nás je **HESTIA – Národní dobrovolnické centrum**. Jejím hlavním posláním je propagace, rozvoj a podpora dobrovolnictví v České republice. V souladu s tímto posláním realizuje řadu projektů zaměřených na rozvoj dobrovolnictví v různých typech organizací, má vlastní dobrovolnické programy a snaží se zviditelnit přínos dobrovolníků v médiích a zároveň jejich oceňováním dobrovolnickou cenou Křesadlo.

HESTIA – Národní dobrovolnické centrum **Metodické a vzdělávací centrum**

Adresa: Na Poříčí 1041/12 (palác YMCA), Praha 1, 110 00
Telefon: 224 872 075
E-mail: info@hest.cz
Web: www.hest.cz
Facebook – HESTIA – čiň dobro volně



3. Chci být dobrovolníkem

Kdo se může stát dobrovolníkem

Dobrovolníkem se může stát prakticky **kdokoliv, kdo se dobrovolně rozhodne věnovat část svého času, svých schopností a dovedností ve prospěch druhých a tuto činnost vykonává bezplatně**. Dobrovolníky tedy mohou být i mladí lidé mladší patnácti let, nebo dobrovolníci, kteří pracují pro organizaci, která nemá akreditaci Ministerstva vnitra. Každá organizace si však určuje, kdo a za jakých podmínek v ní může působit jako dobrovolník.

Zákon o dobrovolnické službě se nevztahuje na všechny typy dobrovolnictví!

Jak se stát dobrovolníkem

Je několik základních otázek, na které je třeba si odpovědět před tím, než se pustíte do dobrovolnické činnosti.

- **Proč se chci stát dobrovolníkem?**

Nedají se vyjmenovat všechny možnosti, které Vás mohou nasměrovat k dobrovolnictví, ale předtím, než se станete dobrovolníkem, je dobré si ujasnit, co Vás motivovalo a proč to chcete dělat.

Inspiroval Vás někdo z Vašich kamarádů nebo známých? Zaujal Vás projekt nějaké neziskové organizace? Máte spoustu volného času a chcete ho trávit smysluplně? Viděli jste reportáž v televizi nebo kampaň na Facebooku?

Ať už se tak stalo jakkoliv, chcete se stát dobrovolníkem a to je dobře.

- **Kolik času můžu dobrovolné činnosti věnovat?**

Jedna z prvních otázek, kterou můžete od většiny dobrovolnických organizací čekat, se bude týkat Vašich časových možností. Můžete být dobrovolníkem „jednorázovým“ nebo dlouhodobým či pravidelným? Je to jen na Vás, a tak „*neslibujte, co nemůžete dodržet*“.

- **Komu nebo kde bych chtěl pomáhat?**

Když víte, proč chcete být dobrovolníkem a kolik na to máte času, lépe se Vám vybírá oblast, ve které se chcete angažovat. Ať už si vyberete jakoukoliv oblast (humanitární, sportovní, kulturní, sociální, zdravotní, církevní, ekologickou atd.) nemusí to být Vaše definitivní volba.

• Jak vypadá dobrovolnictví v praxi?

Jaká je Vaše „parketa“ – co můžete a chcete nabídnout?

- Chcete pracovat s lidmi, nebo sám?
- Chcete prospět tím, co umíte nebo čímkoliv jiným?
- Chcete pracovat v přírodě, nebo ve městě?
- Chcete pracovat duševně, nebo fyzicky?
- Chcete nabídnout sám sebe (zdravé ruce, bystrou hlavu), nebo svůj majetek?
- Chcete „odpočívat“, nebo „vypustit duši“?
- Nebo něco úplně jiného?

Jak si vybrat organizaci

Když jste si udělali představu o svých možnostech a míře svého nadšení a chuti, můžete směle začít hledat místo svého působení. Na internetu je samozřejmě nemalá nabídka organizací, které s dobrovolníky spolupracují a vyhledávají je nebo dobrovolnickou službu zprostředkovávají. Tady můžete začít. Rozhodně se pokuste vyhledat nejbližší dobrovolnické centrum, od něj se můžete nechat nasměrovat do konkrétní organizace či projektu.

Dobrovolnické centrum v Olomouckém kraji:

JIKA – Olomoucké dobrovolnické centrum, z. s.

Korespondenční adresa: Rooseveltova 84, Olomouc, 779 00

Sídlo: Horní náměstí 18, Olomouc – 1. patro

Telefon: 773 998 585

E-mail: jika.dobrovol@seznam.cz

Web: www.jikadobrovol.cz
[www.fb.com/JikaDC](https://www.facebook.com/JikaDC)



„Byla jsem překvapená, kolik je v Olomouci možností a zároveň smutná z toho, kolik sil v organizacích schází. Nevěděla jsem, co si vybrat, kam se přihlásit. Narazila jsem na Jiku – Olomoucké dobrovolnické centrum, domluvila si schůzku, a doufala, že mi poradí. Velmi mě potěšil zájem a péče Katky Křupkové a Jiřího Langa. Měla jsem tendenci vybrat to první, v čem bych snad mohla být užitečná, ale oni mě přesvědčili, že uvážlivý výběr je pro dobrovolníka – začátečníka – důležitý. ...“

dobrovolnice Hanka T.

Pokud nemáte možnost konzultace s dobrovolnickým centrem, anebo se Vám nechce tento mezikrok absolvovat, můžete sami hledat na internetu, poptat se známých, sledovat televizi atd.

Dobrovolníci většinou působí v nestátních neziskových organizacích, jako jsou např. spolky, obecně prospěšné společnosti, humanitární organizace, sportovní kluby, nadace, ale mohou se také uplatnit v dalších organizacích, které mohou mít nejrůznější zřizovatele (např. stát, samospráva nebo i podnikatelský subjekt, pokud je však jeho činnost veřejně prospěšná). Jedná se zejména o domovy důchodců, domy dětí a mládeže, dětské domovy, nemocnice.

Jakmile získáte kontakt na konkrétní instituci – kontaktujte ji. Pokud je v organizaci koordinátor dobrovolníků, máte částečně vyhráno, protože se dá předpokládat, že je organizace zvyklá pracovat s dobrovolníky. Pokud koordinátor neexistuje, neznamená to, že je všechno špatně. Mnoho organizací s dobrovolnictvím teprve začíná a musí jej nejprve začlenit do své struktury, což nejde ze dne na den. Každopádně v každé organizaci, která chce s dobrovolníky pracovat, bude někdo, s kým můžete vaši dobrovolnickou práci probrat a naplánovat.

Jak být dobrým dobrovolníkem – 5 rad pro začátek

1. Vždy mějte na paměti, že dobrovolníkem jste ve svém volném čase, a proto slibujte jen tolik času, kolik skutečně můžete poskytnout. Většina organizací ocení Vaši pravidelnost a spolehlivost.
2. Volte raději organizaci, která Vám je blíží (místně), protože i dojíždění může časem Vaši odhodlanost oslabovat.
3. Vyberte si organizaci podle svého zájmu. Téměř všichni dobrovolníci se shodnou na tom, že je dobrovolná práce baví.
4. Při výběru oblasti dobrovolnictví pamatujte i na to, že jsou oblasti, ve kterých můžete být dobrovolníkem, a stačí Vám na to dvě zdravé ruce. Jinde ale musíte disponovat konkrétními schopnostmi a dovednostmi a někdy je před započítáním Vaší dobrovolnické činnosti nezbytné absolvovat výcvik nebo školení.
5. Vždy při svém vstupu do organizace dbejte na to, abyste věděli, na koho se můžete obrátit s jakýmkoliv problémem, který se při Vašich dobrovolných aktivitách objeví: „*Nikdy si nic nenechávejte pro sebe! Ani radost ani starost!*“

4. Co dobrovolnictví přináší dobrovolníkům

„Věřte, že vše, co jako dobrovolníci děláte, má nějaký smysl. Možná to není vidět teď, ale v životě budete připraveni na spoustu věcí, na které za svou cestu narazíte...“

dobrovolnice Dagmar

Důvodů, proč se lidé stávají dobrovolníky, je celá řada. Někteří touží po tom, aby byli užiteční, jiní chtějí uplatnit své dovednosti a předávat zkušenosti, další chtějí nabídnout své přátelství nebo získat nové zkušenosti atd.

Ačkoliv tedy dobrovolníci nedostávají za svou práci žádnou finanční odměnu, přináší jim tato činnost:

- nové dovednosti – komunikační, jazykové, managerské, kreativní, ...
- osobní i profesionální růst
- příležitost využít své stávající dovednosti
- odbornou praxi
- plusový bod do životopisu – přidanou hodnotu při hledání zaměstnání
- radost z toho, že člověk přispívá svému okolí
- nové přátele
- pocit větší vlastní hodnoty
- respekt k rozdílnostem mezi lidmi
- možnost vyzkoušet si nové výzvy
- odbourání stresu
- zázemí pro realizaci svých vlastních nápadů a projektů
- zkušenosti v reálném životě (mimo školní lavice)
- pocit, že je možné ovlivňovat svět kolem sebe

Organizace si váží činnosti svých dobrovolníků, a proto se také snaží jejich činnost ohodnotit různými způsoby. Nabízí jim např. možnost účastnit se školení a seminářů, pořádají pro ně společné výlety, zapůjčují jim materiály, odbornou literaturu, vystavují jim potvrzení o praxi. Dobrovolnická centra navíc vydávají i certifikát o výkonu dobrovolnické služby.

Křesadlo – Cena pro obyčejné lidi, kteří dělají neobyčejné věci

S cílem ocenit dobrovolníky, zviditelnit dobrovolnictví, propagovat neziskový sektor a vzbudit v lidech zájem o dobrovolnou činnost i respekt k těm, kteří ji vykonávají, vznikla také cena Křesadlo.

Slavnostní předávání cen Křesadlo probíhá jednou za rok. Cenu může získat občan – fyzická osoba, která vykonává dobrovolnou činnost v kraji, regionu, městě, kde je cena udělována, tedy dobrovolník, který pomáhá v neziskové organizaci, nebo i nezávisle na organizaci.

V Olomouckém kraji je tato cena udělována od roku 2011. Více o ceně Křesadlo v Olomouckém kraji najdete na www.kresadlo-ok.cz.



5. Formy a oblasti dobrovolnictví

Formy dobrovolnictví

Dobrovolnictví má mnoho podob a forem. Jednotlivé dobrovolnické činnosti se mohou lišit v těchto aspektech:

- doba, kterou dobrovolník věnuje dané činnosti, např. 20 minut, 2 hodiny, 5 hodin
- frekvence, s jakou se dobrovolník dané činnosti věnuje, např. každý den, jednou týdně, 2x ročně
- co dobrovolník poskytuje v rámci své dobrovolné činnosti (čas, odborné znalosti, kontakty, technické dovednosti apod.)
- komu věnuje dobrovolník svůj čas, tzn. jaká specifika má jeho cílová skupina, např. senioři, děti, ...
- míra formalizovanosti dobrovolnictví, tj. zda dobrovolník vykonává danou činnost na základě smlouvy s organizací, nebo na základě domluvy mezi jednotlivci

Oblasti dobrovolnictví

Spektrum oblastí dobrovolnictví je široké a jednotlivé oblasti se mohou samozřejmě prolínat, ale pro zpřehlednění této problematiky zde využíváme dělení, které bylo formulováno v rámci Evropského roku dobrovolnictví v roce 2011.



Dobrovolnictví ve zdravotnictví

Ve zdravotnických zařízeních se osvědčily dobrovolnické činnosti jak ve formě dlouhodobých a pravidelných návštěv, tak i formou jednorázových akcí. Dobrovolníci se mohou věnovat individuálně jednomu pacientovi nebo pracovat s celou skupinou dětských nebo dospělých pacientů.

Přibývá i specifických dobrovolnických programů v náročných oborech, které se zaměřují na pomoc onkologickým pacientům, pacientům na ARO nebo v hospicové a paliativní péči.



Dobrovolnictví v sociálních službách

Dobrovolníci v sociálních službách vnášejí do vztahů s uživateli sociálních služeb moment přátelství, zkvalitňují nejen individuální přístup ke klientům, ale podílejí se na celkovém zkvalitnění sociálních služeb. Dobrovolníci však nenahrazují práci profesionálů, ani neposkytují přímo sociální službu.

„Dřív jsem neměla ponětí o tom, že existují nějaké sociální služby a už vůbec jsem nevěděla, co je to sociální práce, měla jsem to spojené akorát s úřadem práce či vyplácením dávek pro Romy. Díky studiu a dobrovolné činnosti na Charitě jsem získala na věc zcela jiný pohled. Díky dobrovolnictví jsem našla mezi romskými dětmi dva malé přátele...“

dobrovolnice Marcela



Dobrovolnictví v kultuře

Kulturní oblast zahrnuje celou škálu organizací, v kterých se angažují tisíce dobrovolníků. Často se sami ani za dobrovolníky nepovažují – ale všichni ti, kteří jsou členy neprofesionálních uměleckých souborů a spolků, organizují kulturní a společenské dění kolem sebe, ti, kteří se zabývají ochranou a revitalizací místních kulturních památek, i ti, kteří opatrují kroniky a tradice svých obcí – to jsou dobrovolníci v kultuře.



Dobrovolnictví ve sportu

Dobrovolníkem v oblasti sportu není ten, kdo dobrovolně sportuje, nýbrž ten, kdo dobrovolně ve svém volném čase umožňuje ostatním, aby se mohli do sportu zapojit.

Dobrovolníci ve sportu zajišťují nejrůznější činnosti nezbytné k provozování organizovaného sportu. Jedná se jak o práci vysoce odbornou, vázanou na určité vzdělání (trenéři, cvičitelé), tak také o práci nevyžadující odbornou způsobilost (pořadatelství, organizování, doprava, údržba atd.).



Dobrovolnictví s dětmi a mládeží

Toto téma je velmi široké a svým způsobem přesahuje do všech ostatních oblastí. Děti jsou v ČR chápány jako lidé do 18 let, mládež pak do 26 let věku. Organizace pracující s dětmi a mládeží se ve své činnosti nezaměřují pouze na vlastní členy, ale také na práci s neorganizovanou mládeží. Dobrovolnictví je pak základním předpokladem pro činnost těchto organizací.



Dobrovolnictví v ekologii

Dnes v této oblasti působí stovky větších i menších organizací a spolků. S nimi desítky tisíc dobrovolníků pečují o významné přírodní lokality, sázejí stromy, starají se o ohrožená zvířata, budují naučné stezky, provádějí strážní službu nebo se věnují ekologické výchově dětí a mládeže či osvětě široké veřejnosti.



Mezinárodní dobrovolnictví a rozvojová spolupráce

Mezinárodní dobrovolnictví je specifickým typem spojeným s mezinárodní spoluprací a mezikulturním vzděláváním. Dobrovolnické pobyty v zahraničí můžeme dělit podle délky pobytu na krátkodobé, střednědobé a dlouhodobé. Krátkodobé pobyty, tzv. „workcampy“, patří mezi nejoblíbenější především mezi mladými lidmi, kteří jich využívají zvláště v období letních měsíců. Střednědobé a dlouhodobé pobyty jsou většinou od dvou měsíců do jednoho roku (v některých případech i déle). Jedná se o dlouhodobější spolupráci s místní komunitou. Specifickým typem dlouhodobého dobrovolnictví je např. Evropská dobrovolná služba.



Dobrovolnictví při mimořádných událostech

V současné době působí v České republice dobrovolníci v krizových situacích zejména při povodních. Dobrovolnickou činnost pro zasažené obce zajišťují organizace, které působí na území celé republiky jako např. Charita, Diakonie ČCE, ADRA, Český červený kříž nebo Člověk v tísni.



Dobrovolnictví firem

Firemní dobrovolnictví vychází z úmyslu firmy poskytnout svým zaměstnancům čas a motivaci k dobrovolnické činnosti. Firma hradí náklady na čas svých zaměstnanců, uznává a oceňuje jejich dobrovolnickou činnost. Firemní dobrovolníci investují své úsilí, energii a nápady do veřejně prospěšných programů.

„Firemní dobrovolnictví je dnes pro stále větší množství firem smysluplná a běžná forma naplňování jejich společenské odpovědnosti. Zaměstnanci pomohou tam, kde je to opravdu potřeba a získají obohacující zkušenost s veřejně prospěšnou organizací,“ říká Veronika Němcová, manažerka platformy Byznys pro společnost, která organizuje v ČR Mezinárodní den firemního dobrovolnictví, tzv. Give & Gain Day.



Komunitní dobrovolnictví

„Komunita je místo, kde člověk může získat emocionální podporu, ocenění a praktickou pomoc v každodenním životě.“

O. Matoušek

Komunitní dobrovolnictví je tedy postaveno na jakékoliv činnosti, která je prospěšná pro členy dané komunity.

různorodost činností + sdílení společných hodnot
+ aktivní společenství = komunitní dobrovolnictví



Dobrovolnictví v církvích a náboženských společnostech

Jedná se o činnost, kterou na základě dobrovolnosti organizují různé církve a náboženské společnosti – zasahuje téměř do všech oblastí společenského veřejného života a zahrnuje i vše, co dělají jednotliví věřící či členové náboženských společností dobrovolně pro život a chod vlastní církve nebo náboženské společnosti.

6. Možnosti dobrovolnictví v zahraničí

Dobrovolnické projekty v zahraničí nabízejí dobrovolníkům zajímavou kombinaci cestování, smysluplné práce a poznávání nových lidí z různých koutů světa. Dělit je můžeme podle délky pobytu na krátkodobé, střednědobé a dlouhodobé.

Workcamps

Krátkodobé projekty, tzv. „workcampy“, jsou zpravidla **dvou až třítydenní akce**, během které se **pět až dvacetičlenná skupina lidí z celého světa** podílí na výpomoci u veřejně prospěšných projektů. Obvykle se na workcampech pracuje pět dní v týdnu po dobu asi šesti hodin denně. Workcamps ale **nejsou jenom o práci** – výlety, sport a hlavně zábava mají v programu dostatek prostoru. Mezi největší organizace pořádající workcamps v České republice i zahraničí patří **INEX – Sdružení dobrovolných aktivit** nebo **Sdružení Duha**.

INEX – Sdružení dobrovolných aktivit

Adresa: Varšavská 30, Praha 2, 120 00

Telefon: 222 362 713

E-mail: inexsda@inexsda.cz

Obecné informace o workcampech v zahraničí: workcamp@inexsda.cz

EVS, středně a dlouhodobé projekty: evs@inexsda.cz; ltv@inexsda.cz

GLEN, rozvojové vzdělávání a dobrovolnictví: glen@inexsda.cz

Web: www.inexsda.cz

[www.fb.com/inexsda](https://www.facebook.com/inexsda)



Sdružení Duha

Adresa: Senovážne náměstí 24, Praha 1, 116 47

Telefon: 734 254 466

E-mail: workcampy@duha.cz

Web: www.trochujinak.cz



Střednědobé a dlouhodobé projekty trvají většinou **od dvou měsíců do jednoho roku** (v některých případech i déle). Jedná se o dlouhodobější spolupráci s místní komunitou na řešení určitého problému.

Evropská dobrovolná služba

Specifickým typem dlouhodobého dobrovolnictví je Evropská dobrovolná služba (EDS), která je od roku 2014 **součástí evropského programu Erasmus+**. EDS umožňuje mladým lidem zapojit se **individuálně** (1 dobrovolník – 1 vysílající organizace – 1 hostitelská organizace – 1 projekt) nebo ve skupinách (až 30 dobrovolníků v jedné či více hostitelských organizacích v rámci jednoho projektu) do dobrovolnických projektů konaných v zemích EU nebo partnerských zemích.

Projekty v délce 2 až 12 měsíců jsou zaměřeny na kulturu, děti a mládež, sport, sociální péči, umění, ekologii a mnohá další témata **a dobrovolníkem se může stát každý mladý člověk ve věku od 17 do 30 let.**

Mezinárodní databázi EDS projektů najdete na europa.eu/youth/evs_database. V této databázi najdete také kontakty na české akreditované vysílající organizace, které vám pomohou najít zahraniční EDS projekt. Databázi dobrovolných příležitostí najdete na europa.eu/youth/volunteering/project_en.

Dům zahraniční spolupráce – Národní agentura programu Erasmus+

Adresa: Na Poříčí 1035/4, Praha 1, 110 00
Web: www.naerasmusplus.cz
[www.fb.com/NAERASMUSPLUSCZ](https://www.facebook.com/NAERASMUSPLUSCZ)



Další zajímavé odkazy:

- Aktion Sühnezeichen Friedensdienste – www.asf-ev.de
- Brontosauři v Himálajích – www.brontosaurivhimalajich.cz
- Databáze last-minute projektů – lastminute.eurodesk.eu
- Service Civil International – www.sci.ngo
- Tamjdem – www.tamjdem.cz
- Tandem – www.tandem-org.cz

7. Možnosti dobrovolnictví v ČR

Dobrovolnické projekty v České republice nabízejí dobrovolníkům možnost zapojit se do aktivit nejen v místě bydliště, ale také možnost cestovat a poznávat jiné kouty naší republiky a také nové lidi z různých koutů světa, zejména v rámci krátkodobějších projektů.

Workcampy a víkendovky

Krátkodobé projekty, tzv. „**workcampy**“, jsou zpravidla **dvou až třítýdenní akce**, během které se **pěti až dvacetičlenná skupina lidí z celého světa** podílí na výpomoci u veřejně prospěšných projektů.

Specifickými krátkodobými projekty jsou potom tzv. „**víkendovky**“ neboli víkendové akce mezinárodní skupiny dobrovolníků na pomoc českým neziskovkám, památkám, přírodě apod. Každá víkendová akce zpravidla začíná pátečním odpolednem a končí v neděli po poledni.

Mezi organizace pořádající víkendovky a workcampy v České republice patří např. *Hnutí Brontosaurus* nebo *Tamjdem*.

Hnutí Brontosaurus

Adresa: Hvězdová 10, Brno, 602 00

Telefon: 774 976 407, 734 392 735

E-mail: hnuti@brontosaurus.cz

Web: www.brontosaurus.cz

www.fb.com/hnutibrontosaurus



Akce památky – víkendovky: www.akcepamatky.cz

Akce příroda – víkendovky: www.akcepriroda.cz

Tamjdem, o.p.s.

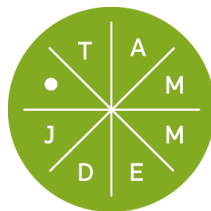
Adresa: Jednořadá 1052/51, Praha 6, 160 00

E-mail: tamjdem@tamjdem.cz

Workcampy: workcampy@tamjdem.cz

Víkendovky: vikendy@tamjdem.cz

Web: www.tamjdem.cz
www.fb.com/Tamjdem



Další zajímavé odkazy:

- 72 hodin (pro lidi, přírodu a místo, kde žiješ) – www.72hodin.cz
- Budupomáhat.cz – www.budupomahat.cz
- databáze dobrovolnických možností v celé ČR – databaze.dobrovolnik.cz
- databáze krátkodobých profesionálních dobrovolnických příležitostí – www.umsemumtam.cz
- Národní potravinová sbírka – www.potravinypomahaji.cz
- Uklidme Česko – www.uklidmecesko.cz

8. Přehled vybraných organizací v Olomouckém kraji

V této kapitole najdete přehled vybraných organizací v Olomouckém kraji, které pro svou činnost dobrovolníky využívají nebo chtějí využívat, a také ty, které mohou dobrovolnickou činnost zájemcům zprostředkovat.



Alfa handicap – sdružení občanů se zdravotním postižením přerovského regionu

Adresa: Náměstí Svobody 1963/4, Přerov 750 02
Telefon: 581 206 925 , 739 504 512
E-mail: alfaprerov@centrum.cz
Web: www.alfaprerov.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Poskytujeme registrované služby osobní asistence v přerovském regionu. Tato terénní služba je poskytována v bydlišti uživatelů v různém časovém období dle písemných smluv. Fakultativní službou je půjčovna kompenzačních pomůcek, organizujeme volnočasové aktivity pro osoby se zdravotním postižením, např. Alfaolympiády, Dny zdravotně postižených, společenské večery, zájezdy a jiné.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

Nepravidelné krátkodobé doprovody osobám se zdravotním postižením – nejvíce vozíčkářům mimo službu osobní asistence na volnočasové aktivity, procházky, různé návštěvy, k lékaři apod.

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – dle přání žadatelů může být např. 2x týdně 3 hodiny, nebo také nárazově dle jejich potřeb – vždy dohodou v dostatečném předstihu.



Amelie, z.s.

Adresa: Amelie, z.s., Centrum Amelie Olomouc,
Horní náměstí 367/5, Olomouc 779 00
Telefon: 739 005 123
E-mail: amelie.olomoucko@amelie-zs.cz
Web: www.amelie-zs.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Centrum Amelie Olomouc poskytuje bezplatnou psychosociální pomoc onkologicky nemocným a jejich blízkým. Nabídka služeb zahrnuje odborné psychologické a sociální poradenství a skupinové tvořivé, hudební či pohybové aktivity.

Součástí psychosociální pomoci onkologicky nemocným a jejich blízkým je také akreditovaný dobrovolnický program, který probíhá na Onkologické klinice Fakultní nemocnice Olomouc a v Centru Amelie Olomouc. Dobrovolníci působící na onkologickém oddělení připravují pro pacienty skupinové tvořivé a hudební aktivity nebo působí jako společníci u lůžka, kdy si s pacienty povídají, předčítají jim nebo hrají společenské hry. V olomouckém Centru Amelie se dobrovolníci podílejí na realizaci skupinových aktivit pro klienty nebo organizují kulturně-společenské akce pro veřejnost.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- společník u lůžka pro onkologicky nemocné na lůžkovém oddělení Onkologické kliniky Fakultní nemocnice Olomouc
- skupinové tvořivé, hudební či pohybové aktivity pro onkologicky nemocné na lůžkovém oddělení Onkologické kliniky Fakultní nemocnice Olomouc nebo v Centru Amelie Olomouc
- podávání informací o službách organizace a poskytování podpory čekajícím nemocným na ambulantní části Onkologické kliniky FN Olomouc
- organizace kulturně-společenských akcí pro veřejnost
- pomoc s propagací a údržbou Centra Amelie Olomouc

Formy zapojení dobrovolníků

- pravidelně – 1–2 hodiny týdně nebo dle časových možností dobrovolníka
- nepravidelně – dle časových možností dobrovolníka
- jednorázově



ARPOK o.p.s.

Adresa: U Botanické zahrady 4, Olomouc, 779 00
Telefon: 581 111 907
E-mail: grv@arpok.cz
Web: www.arpok.cz
[www.fb.com/ARPOK.Olomouc](https://www.facebook.com/ARPOK.Olomouc)



Zaměření a hlavní činnost organizace

Jsme nezisková organizace, která přináší do škol globální rozvojové vzdělávání. Pomáháme učitelům, jak učit aktuální témata dneška (např. chudoba, migrace, odpovědná spotřeba), a otevřeně o nich mluvíme se žáky. O těchto tématech informujeme i veřejnost, a tak podporujeme otevřenou a tolerantní společnost a aktivní zapojení lidí do dění kolem sebe.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoci s organizací a propagací *Rozvojových večerů* – přednášek pro veřejnost o globálních tématech a cizích zemích
- zapojit se do přípravy a lektorování programů globálního rozvojového vzdělávání
- pomoci s překlady, tvorbou databází, vyhledáváním informačních podkladů pro programy a projekty globálního rozvojového vzdělávání
- účastnit se akcí pro veřejnost přípravou osvětových aktivit a her pro děti i dospělé
- pomoci s realizací olomoucké části kampaně *Česko proti chudobě* vytvářením a vedením série akcí pro veřejnost (www.ceskoprotichudobe.cz)

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – jednou za dva týdny; jednou za měsíc

Dobrovolníci velmi pomohli při organizaci akce Vánoční živá knihovna v Knihovně města Olomouce.

Stali se živými slovníky, jež dětem v knihovně překládaly povídání studentů z různých zemí světa o tom, jak se v jejich rodné zemi slaví Vánoce.



Brontosauři v Himálajích

Adresa: Nad Lánem 23, Olomouc, 779 00
Telefon: 603 534 730
E-mail: info@brontosaurivhimalajich.cz
Web: www.brontosaurivhimalajich.cz
Facebook – Brontosauři v Himálajích



Zaměření a hlavní činnost organizace

Hnutí Brontosaurus pomáhá stavět školu v Malém Tibetu ve vesnici Mulbekh (severní Indie). Jsme jediná česká organizace, jejíž rozvojový projekt spolufinancuje 14. Dalajláma.

Mulbekh leží vysoko v indických Himálajích protkaná po staletí buddhistickou tradicí. Místní obyvatelé zde dvacet let provozují školu, aby poskytli základní vzdělání svým dětem v jejich rodném prostředí. V průběhu dalších deseti let chtějí obyvatelé zlepšit kvalitu poskytovaného vzdělání a zvětšit kapacitu školy ze 150 na 400 dětí. Brontosauři pomáhají obyvatelům v rozvoji školy poskytováním finančních darů, odborně asistují v jejím rozvoji a zajišťují pomoc od českých dobrovolníků (v průběhu posledních 5 let vyslali přes stovku dobrovolníků, mezi nimiž jsou české osobnosti jako například Světlana Nálepková).



Cesta do Himálají je pro dobrovolníky úžasnou zkušeností, při které mohou poznat zblízka kulturu Malého Tibetu a zároveň udělat něco dobrého. V průběhu pobytu bydlí dobrovolníci u rodin dětí ze školy, mohou vyrazit s dětmi na školní piknik nebo se zúčastnit různých oslav, které ve vesnici probíhají. Kontakt lidí rozdílných kultur vede k vytvoření reálnějšího pohledu na život na druhé straně planety a poučení na obou stranách.



Společně s námi můžete odjet do Himálají pomáhat jako dobrovolník v následujících kategoriích



• Prázdninový dobrovolník

Jedná se o čtrnáctidenní výuku nebo pomoc na stavbě realizovanou skupinou dobrovolníků na začátku letních prázdnin bez velkých nároků na schopnosti dobrovolníků.

• Akademický dobrovolník

Jedná se o minimálně dvoutměsíční výuku podle dohody nad tématem výuky nebo školních osnov realizovatelnou kdykoliv v průběhu školního roku s požadavkem na pedagogické zkušenosti dobrovolníka.

• Odborný asistent

Jedná se o různé formy spolupráce, při které dobrovolník asistuje ve školním rozvoji. Hledáme inženýra, dělníka, tesaře, manažera, učitele, podnikatele, právníka atd., kteří mají praxi.

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně



Půl roku života s projektem Brontosauři v Himálajích se příjezdem do Mulbekhu změnil v nejintenzivnější a nejkrásnější 2 týdny mého života. Zásahu na tom mají hlavně děti, které hýřili radostí z naší přítomnosti, a které se na 2 týdny staly středem mého světa. Dále místní obyvatelé se svou obětavostí, pohostinností a laskavostí, a v neposlední řadě všichni ostatní dobrovolníci, které považuju za nejzajímavější a nejinspirativnější lidi, které jsem do té doby potkal. Nikdy nezapomenu. To samé přeju Vám všem, kteří se na toto dobrodružství vydáte. Směle do toho.

Lukáš Dibelka

Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícěrčaty

Adresa: Náves Svobody 41, Olomouc 779 00
Telefon: 739 428 048
E-mail: dvojcata@dvojcata.net
Web: www.dvojcata.net
www.fb.com/centrumprodvojcata



Zaměření a hlavní činnost organizace

Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícěrčaty nabízí podporu a pomoc rodinám s dvojčaty a vícěrčaty z celé ČR.

Nabízíme poradenství a předporodní kurzy pro rodiče dvojčat. Pořádáme akce a výlety, ale i pravidelná klubová setkávání. Máme knihovnu a půjčovnu potřeb pro dvojčata. Pravidelně pořádáme dvojčatovské burzy. Spolupracujeme se studenty VŠ a vedeme diplomové práce. Členové týmu se vzdělávají a účastní se seminářů a konferencí, kde informují o problematice rodin s vícěrčaty.



Klub dvojčat funguje od r. 2002 (nepravidelná setkávání rodin s dvojčaty), od r. 2007 probíhají pravidelná setkání a předporodní kurzy. Od r. 2008 navíc nabízíme poradnu. V r. 2009 jsme se stali účastníky na odborných akcích a vedeme diplomové práce. Z důvodu nárůstu klientů a zájmu o aktivity Klubu dvojčat vzniká v r. 2010 samostatné o.s., které provozuje Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícěrčaty.

Organizace je držitelem certifikátu Společnost přátelská rodině, Místo přátelské rodině a Baby Friendly Certificate.

Od května 2014 jsme rozšířili nabídku o dobrovolnický program *Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty*, kdy dobrovolník dochází 1x týdně přímo do rodiny s dvojčaty/ trojčaty na 2-3 hodiny.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- vedení kroužků
- asistence rodinám s vícerčaty
- pomoc s administrativou
- pomoc při organizování akcí pro veřejnost
- pomoc s úklidem herny a kanceláří
- jednorázová výpomoc při velkých opravách a úklidech (mytí oken, malování, ...)
- pomoc s propagací (na různých akcích)
- pomoc s psaním projektových žádostí

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – dle domluvy a dle nabídnuté dobrovolnické služby
 - asistence rodičům s vícerčaty – 1x týdně 4 hodiny, 1x měsíčně
 - pomoc při programech – 1x měsíčně 4 hodiny
 - pomoc při větších akcích – 4x za rok 8 hodin
 - pomoc s propagací – 1x měsíčně 3 hodiny
 - pomoc s úklidem – 1x týdně 2 hodiny
 - administrativa – 1x týdně 3 hodiny



Corazon z.ú.

Adresa: Ostravská 31, Olomouc, 779 00
Areál s koňmi: Velký Týnec (směr Tršice)
Telefon: 603 194 700, 731 724 766
E-mail: corazoncentrum@gmail.com
Web: www.corazon-os.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Věnujeme se volnočasovým aktivitám pro děti i rodiny s dětmi v našem areálu s koňmi, poníky a dalšími zvířaty.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc při prezentaci organizace (Den otevřených dveří, Den dětí aj.)
- pomoc při vedení kroužků mládeže nebo maminek s dětmi
- pomoc při příměstských táborech (práce s dětmi nebo vedení koní, které se týká zkušených jezdců)
- pomoc s pracemi v areálu a na zahradě
- krmení a ošetřování zvířat

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – 2 hodiny týdně, záleží na domluvě

Když mi to čas dovolí, ráda zajedu do areálu, kde se pořád něco děje, kde můžu pomoci se zvířaty nebo se odreagovat v přírodě nějakým úklidem.

dobrovolnice Iveta



Český svaz ochránců přírody – Regionální sdružení Iris

Adresa: Husovo nám. 67, Prostějov, 796 01
Telefon: 582 338 278
E-mail: iris@iris.cz
Web: www.iris.cz
Facebook – Ekocentrum Iris Prostějov



Zaměření a hlavní činnost organizace

Cílem a posláním Českého svazu ochránců přírody je ochrana přírodních hodnot v naší krajině ve spojení s ekologickou výchovou.

Formou besed, exkurzí, výletů, osvětových akcí a podobně se snažíme působit na veřejnost a podporovat tak utváření dobrého vztahu k přírodě. Zapojujeme děti i dospělé do mezinárodních akcí, např. *Clean up the Word* (Uklidíme svět) a do praktické ochrany přírody. V naší péči je trvale více než 30 maloplošných chráněných území. Obnovujeme ovocný sad na Kosíři, organizujeme podzimní výsadby stromů, rekonstruujeme studánky na Prostějovsku.



Pořádáme také osvětové akce velkých i malých rozměrů. Naše největší akce jsou *Den Země* a *Den stromů* konané v Prostějově na náměstí. Z menších, ale zato početně větších akcí jsou nejoblíbenější exkurze, výlety a stezky pro rodiče i děti. Ročně se našich akcí účastní přes 4500 lidí.



Český svaz ochránců přírody působí v Prostějově přes 30 let, samotné Regionální sdružení Iris funguje pod tímto názvem od roku 2001.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc na akcích pro školy
- zajištění aktivit pro děti i dospělé na propagačních akcích jako *Den Země* a *Den životního prostředí*
- pomoc při organizaci aktivit pro rodiče s dětmi (výlety, exkurze, besedy, ...)
- práce na chráněných územích
- obnova ovocného sadu
- projekt *Den pro přírodu*
- projekt *Uklidme svět*

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – jeden den v týdnu



Člověk v tísní o.p.s.

Adresa: Rostislavova 26, Prostějov, 796 01
Telefon: 739 220 906
E-mail: pavlina.kolarikova@clovekv tisni.cz
Web: www.clovekv tisni.cz/olomouc
[www.fb.com/ClovekVTisniPobockaOlomouc](https://www.facebook.com/ClovekVTisniPobockaOlomouc)



Zaměření a hlavní činnost organizace

Organizace Člověk v tísní o.p.s. se zaměřuje na pomoc osobám a především rodinám, které se ocitly v těživé sociální situaci prostřednictvím níže uvedených služeb:

- terénní programy
- sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi
- komunitní práci
- podpora vzdělávání
- kariérní poradenství

Výhody dobrovolnictví:

- potvrzení o praxi v jedné z největších neziskových organizací v ČR
- proplácení jízdného z místa bydliště
- supervizní a metodická podpora
- možnost účasti na akcích pořádaných pro dobrovolníky a na akcích s dětmi
- možnost dalšího vzdělávání
- dlouhodobá spolupráce

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- individuální doučování dětí z Prostějova a okolních vesnic přímo v jejich rodinách
- pomoc při organizování volnočasových aktivit pro děti

Formy zapojení dobrovolníků

- pravidelně – 2 hodiny týdně



Dobrovolnické centrum Fakultní nemocnice Olomouc

Adresa: I. P. Pavlova 6, Olomouc, 779 00
Telefon: 603 299 398
E-mail: kristyna.chudikova@fnol.cz
Web: www.fnol.cz/dobrovolnicke-centrum_76.html
www.facebook.com/dobrovolnici.olomouc



Zaměření a hlavní činnost organizace

Dobrovolnický program funguje v nemocnici od konce roku 2014 a za tu dobu se osvědčil jako jeden z nástrojů, který prostřednictvím lidského kontaktu dobrovolníka s pacientem napomáhá aktivizaci, motivaci a psychické podpoře hospitalizovaných pacientů, přispívá k efektivnější organizaci práce a času personálu pro odbornou činnost i ke zlepšení celkové atmosféry nemocnice.

Poslání programu:

- přispět ke zlepšení psychosociálních podmínek pacientů na lůžkových odděleních a pomáhat dětem, dospělým i starým lidem k překonání dobystrávené v nemocnici
- pomáhat nemocnému překonat náročné chvíle v nemoci a přispět i k lepšímu průběhu a efektu léčby
- být pro dobrovolníky z řad studentů nenahraditelnou klinickou sociální prací s klienty v obtížných životních situacích
- program je určen i mladým lidem, kteří se chtějí seznámit se zdravotnickou profesí
- nabízí také starším občanům či důchodcům možnost nějak vyplnit svůj čas, realizovat se a být stále aktivní v péči o druhé

S dobrovolnickou činností jsme začali na Oddělení geriatric a Dětské klinice. Prvními zájemci byli studenti VOŠZ a FZV Olomouc. Nyní již pomáháme na Neurologické klinice, 3. interní klinice a Hemato-onkologické klinice. V současné době je v našem centru zaregistrováno přes 40 zájemců o pravidelnou činnost a přes 85 o tu nepravidelnou. Mezi zájemci se objevují studenti různých fakult UP Olomouc, pracující a také lidé v důchodovém věku.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- různé druhy pomoci na jednotlivých odděleních podle toho, jak se navzájem personál a zájemce o práci domluví. A také podle potřeb jednotlivých oddělení.
- dělání společnosti starším pacientům
- drobné výtvarné dílny, trénování paměti, korálkování
- výplň času pacientů dlouhodobě upoutaných na lůžko – stolními hrami, četbou knih
- doprovod pacientů na vyšetření, na procházky v areálu nemocnice
- společnost dětem – malování, kreslení a hraní her
- pomoc při organizaci jednorázových akcí pro pacienty či veřejnost (např. Oslava mezinárodního dne seniorů se ZŠ Heyrovského Olomouc; výpomoc dobrovolníků při Halloweenském a Mikulášském odběru krve na Transfuzním oddělení; Mikulášská nadílka pro pacienty od dobrovolníků a mediků LF UPOL; Vánoce s dobrovolníky na Hemato-onkologické klinice, ...)

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – jedenkrát až dvakrát týdně na 2–3 hodiny



Charita Olomouc

Adresa: Wurmova 5, Olomouc, 771 11
Telefon: 585 221 127, 733 755 899
E-mail: info@olomouc.charita.cz
Web: www.olomouc.charita.cz
[www.fb.com/charita.olomouc](https://www.facebook.com/charita.olomouc)

charita
OLOMOUC

Zaměření a hlavní činnost organizace

Charita Olomouc je nestátní nezisková církevní organizace, která je začleněna do sítě charit působících na území České republiky. Byla zřízena olomouckým arcibiskupem v roce 1992 a svoji činnost vyvíjí v oblasti olomouckého regionu. Úzce spolupracuje s dalšími neziskovými organizacemi, úřady a také s farnostmi.

V současnosti provozuje pět středisek poskytujících sociální a zdravotní služby specificky zaměřené podle cílových skupin:

- Středisko sv. Vincence pro duševně nemocné
- Středisko sv. Alžběty pro tělesně handicapované
- Středisko Samaritán pro lidi bez domova
- Středisko sv. Kryštofa pro krizovou pomoc
- Středisko Khamoro pro etnické menšiny



Mimo dlouhodobých možností dobrovolnické služby uvítáme pomoc i při jednorázové či krátkodobé pomoci (s přípravou kulturních programů, duchovních aktivit a dalších akcí).



A tak jsem šla o Vánocích na charitu, nabídla svou pomoc a čas, a od toho Štědrého dne se ze mě stal dobrovolník. Lidé žijící na ulici pro mě přestali být problém a žádost o drobné ve mně nebudí představu žebrání, ale žádost o kontakt.

dobrovolnice Veronika

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit



- **Středisko Samaritán pro lidi bez domova**
 - asistence terénního pracovníka
 - víkendové vydávání jídla pro lidi bez domova
 - volnočasové a vzdělávací aktivity pro lidi bez domova
 - vydávání materiální pomoci
 - výpomoc s chodem šatníku
- **Středisko sv. Vincence pro lidi s duševním onemocněním**
 - asistence při kurzu vaření
 - společnost pro volné chvíle uživatelů
 - aktivity v dramaklubu
 - vedení PC kurzu
 - volnočasové aktivity pro uživatele
- **Středisko sv. Alžběty pro lidi s tělesným handicapem**
 - návštěvy seniorů
 - organizace a příprava společných akcí a výletů pro seniory
 - pomoc s administrativní činností
- **Středisko Khamoro pro etnické menšiny**
 - individuální doučování romských dětí
 - vedení tanečního kroužku pro děti
 - výuka hudební výchovy nebo hry na hudební nástroj
- **Jednorázová nebo krátkodobá pomoc**
 - pomoc s výrobou a benefičním prodejem adventních věnců
 - šití kostýmů pro Tříkrálovou sbírku
 - pomoc s přípravou a realizací sbírek

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – záleží na možnostech dobrovolníka a konkrétní dobrovolnické činnosti

Charita Prostějov

Adresa: Martinákova 9, Prostějov, 796 01
Telefon: 582 344 524
E-mail: info@prostejov.charita.cz
Web: www.prostejov.charita.cz
www.fb.com/prostejov.charita



Zaměření a hlavní činnost organizace

Charita Prostějov je nestátní neziskovou organizací, která pomáhá sociálně potřebným občanům, seniorům a osobám se zdravotním handicapem, organizuje veřejné sbírky a koordinuje humanitární pomoc v Prostějově a jeho okolí. Jde o církevní organizaci s vlastní právní subjektivitou, která vznikla díky aktivitám prostějovských věřících v roce 1991, a jejíž zřizovatelem je olomoucký arcibiskup.

V současné době Charita Prostějov poskytuje tyto služby:

- **Zdravotní služba** je odborná zdravotní péče, která je indikovaná praktickým lékařem nebo nemocnicí a která je poskytována přímo v domácím prostředí.
- **Pečovatelská služba** poskytuje svým uživatelům podporu, pomoc a péči při zachování jejich přirozeného životního prostředí. Usiluje o to, aby co nejdéle setrvali ve svém domácím prostředí při zachování důstojných životních podmínek.
- **Odlehčovací služby** mají za cíl odlehčit těm, kteří se starají o své blízké – seniory či osoby se zdravotním handicapem. Je vhodné ji využít, pokud si pečující rodina potřebuje něco vyřídit, potřebuje si odpočinout nebo nastala naléhavá situace.
- **Chráněné bydlení** – cílem této služby je pomoci osobám s mentálním, popř. v kombinaci s tělesným postižením začlenit se do běžného života, pomoci osamostatnit se od svých rodičů, kteří se o ně celý svůj život starali. Naše chráněné bydlení je unikátní v tom, že je určené pro rodiče a jejich dospělé děti.
- **Denní stacionář** poskytuje pomoc a podporu dospělým osobám s psychickým onemocněním v samostatném životě v jejich vlastním prostředí
- **Charitní šatník** pro lidi bez domova, lidi z azylových domů a sociálně slabé rodiny.
- **Půjčovna kompenzačních pomůcek** – zapůjčení pomůcek, které jsou součástí komplexní domácí péče a jsou potřebné ke každodennímu životu zdravotně znevýhodněných osob.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit



• Zapojení dobrovolníků v odlehčovací službě a chráněném bydlení

- doprovázení klientů (seniorů, osob se zdravotním handicapem) – společné rozhovory a naslouchání, předčítání knih a novin, hraní společenských a stolních her, procházky po okolí, doprovody na sportovní a kulturní akce
- dohled a doprovod klientů na celodenních výletech a na pobytových rekreacích
- asistence při nácviu a činnostech vedoucích k získání a k rozvoji nových kompetencí u klientů a při skupinových tvořivých či pohybových aktivitách

• Zapojení dobrovolníků v Denním stacionáři

- doprovod klienta při pochůzkách po Prostějově (úřady, lékař, ...)
- nácviu úklidu, nákupu, vyhledávání informací
- při zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- pomoc při realizaci rukodělných kroužků – keramika, pedig
- pomoc u sportovních aktivit
- doprovod na výlety

• Další zapojení dobrovolníků do činnosti organizace

- pomoc při přípravě a realizaci veřejných sbírek (*Postní almužna, Akce cihla, Tříkrálová sbírka, ...*)
- pravidelná pomoc při příjmu, třídění a výdeji oblečení v šatníku
- pomoc s údržbou zahrady sloužící k odpočinku klientů
- pomoc při třídění pet věček



Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně
 - 5 hodin týdně charitní šatník (4 hod. v úterý příjem a výdej, 1 hod. v týdnu třídění oblečení)
 - dle časových možností a po vzájemné domluvě

Charita Zábřeh

Adresa: Žižkova 15, Zábřeh, 789 01
Telefon: 736 529 295
E-mail: dobrovolnik@charitazabreh.cz
Web: www.charitazabreh.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Charita Zábřeh je nestátní neziskovou organizací, která poskytuje zdravotní péči, sociální služby, organizuje humanitární pomoc a koordinuje dobrovolnickou službu v jižní části okresu Šumperk. Meziroční počet klientů je více než 1300 osob v celkem 72 obcích.



Organizujeme tyto služby:

- **Domácí zdravotní péče**

Jde o profesionální ošetrovatelskou službu, která funguje jako smluvní zdravotnické zařízení jednotlivých zdravotních pojišťoven.

- **Sociální služby**

Střediska ambulantních i terénních služeb pro seniory a lidi s postižením. Charita Zábřeh je registrovaným poskytovatelem služeb sociální péče i prevence.

- **Humanitární a sociální pomoc**

Podpora solidarity ve společnosti, organizování finančních i materiálních sbírek na pomoc u nás i v zahraničí.

- **Dobrovolnické centrum Charity Zábřeh**

Posláním dobrovolnického centra je rozšiřovat myšlenku dobrovolnictví a proměňovat ji v konkrétní pomoc a podporu tomu, kdo ji potřebuje.

- **Zaměstnávání zdravotně znevýhodněných osob v chráněném pracovním prostředí pro lidi se zdravotním postižením a psychickým onemocněním.**

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- doprovázejí klienty – společné rozhovory, čtení, naslouchání, hraní společenských her, vycházky, společenské akce apod.
- účastní se denního programu, pomáhají při:
 - činnostech vedoucích k osobnostnímu rozvoji uživatelů (aktivity s prvky arteterapie, dramaterapie a muzikoterapie)
 - pracovních činnostech (košíkářství, batika, práce s keramickou hlínou, práce s drobnými materiály apod.)
 - organizování akcí (plesy, výlety, návštěvy muzeí, galerií apod.)
 - pracích na tématech (rozšiřování všeobecných znalostí)
 - práci na PC
- sběr vršků od PET lahví
- pomoc při humanitární sbírce
- pomoc rodinám s dětmi s postižením

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – podle možností dobrovolníka



Informační centrum pro mládež Prostějov

Adresa: Komenského 17, Prostějov, 796 01
Telefon: 582 302 553
E-mail: info@icmprostejov.cz
Web: www.icmprostejov.cz
www.facebook.com/icmprostejov
www.twitter.com/icmprostejov



informační centrum
pro mládež
Prostějov

Zaměření a hlavní činnost organizace

Posláním Informačního centra pro mládež (ICM) Prostějov je poskytovat bezplatně informace a poradenství (nejen) mladým lidem z oblastí jako jsou vzdělávání, práce, dobrovolnictví, cestování, volný čas, EU apod.

ICM spravuje vlastní webové stránky a vytváří zajímavé informační materiály. Také nabízí doplňkové služby pro veřejnost: přístup na internet, černobílý i barevný tisk, kopírování, vazbu dokumentů, prodej slevových karet ISIC a mnohé další. ICM pravidelně pořádá soutěže, workshopy a besedy, zapojuje se do mezinárodních projektů a nabízí mladým lidem výstavní prostory v Galerii pro duši.



V ICM Prostějov působí i zahraniční dobrovolníci v rámci Evropské dobrovolné služby (EDS), kteří např. připravují multikulturní podvečery a nabízejí bezplatné jazykové konverzace a tandemy. ICM Prostějov také umožňuje českým zájemcům o EDS zúčastnit se jí v zahraničí.



Zřizovatelem ICM Prostějov, které funguje již od roku 2001, je Spolek přátel Cyrilometodějského gymnázia v Prostějově.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- sběr, třídění a aktualizace informací (zejména regionálních)
- psaní článků pro web ICM (i reportáže, pozvánky apod.)
- přispívání na facebookovou stránku ICM
- pomoc při organizování akcí pro veřejnost
- příprava a realizace menších i větších projektů
- výpomoc zahraničním dobrovolníkům při jejich aktivitách
- mentoring a výuka češtiny zahraničních dobrovolníků

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – záleží na domluvě, alespoň jednou až dvakrát týdně



JIKA – Olomoucké dobrovolnické centrum, z.s

Korespondenční adresa: Rooseveltova 84, Olomouc, 779 00
Sídlo: Horní náměstí 18, Olomouc – 1. patro
Telefon: 773 998 585
E-mail: jika.dobrovol@seznam.cz
Web: www.jikadobrovol.cz
www.fb.com/JikaDC



Zaměření a hlavní činnost organizace

JIKA – Olomoucké dobrovolnické centrum, z.s (dále jen DC) vzniklo v květnu 2005 a jeho úkolem je v souladu s jeho cíli realizovat, koordinovat a podporovat aktivity, projekty a programy v uvedené oblasti.

Vytváří databáze zájemců o dobrovolnickou práci a přijímajících organizací a pomáhá jim s umístěním do těchto organizací, které si

dobrovolníci na základě svých zájmů a předpokladů zvolí. Dále připravuje vzdělávací programy, semináře, výcviky dobrovolníků a koordinátorů dobrovolníků, stejně jako kurzy, v kterých je dobrovolnictví jedním z hlavních témat, a zajišťuje všechny nutné administrativní činnosti.



Dobrovolnictví je nedocenitelné zvláště proto, že umožňuje klientům kontakt s přirozeným sociálním prostředím, přináší nové nápady, zkušenosti, nadšení a nabízí klientům neformální vztah a kontakt. Dobrovolníci mohou docházet za klienty nejen do zařízení, ve kterých jsou umístěni (nemocnice, léčebny dlouhodobě nemocných, psychiatrické léčebny, domovy pro seniory, zařízení pro děti ze sociálně slabých rodin, kluby pro seniory apod.), ale i do jejich domácností – tím eliminují jejich sociální vyloučení.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- asistence klientům
- společníci seniorů
- doučování
- volnočasové aktivity
- doprovody
- ekologické aktivity
- jednorázové akce v zařízeních pro děti
- jednorázové akce v zařízeních pro seniory – LDN, domovy pro seniory, kluby pro seniory apod.

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – dle domluvy podle časových možností dobrovolníka nebo přijímající organizace

V současné době máme sepsané dohody o spolupráci ve 41 přijímajících organizacích, ve dvanácti pracujeme na základě dvou akreditací MV ČR.

Každá přijímající organizace si určuje podmínky, které mají splňovat dobrovolníci v ní umístění – např. trestní bezúhonnost, potřeba zdravotního průkazu či výpisu z rejstříku trestů, supervizní setkání apod. Tato dohoda může být průběžně doplňována a aktualizována.



KAPPA-HELP

Adresa: nám. Přerovského povstání 1, Přerov, 750 02
Telefon: 773 821 001
E-mail: office@kappa-help.cz
Web: www.kappa-help.cz



KAPPA-HELP
centrum sociální prevence

Zaměření a hlavní činnost organizace

Hlavním posláním organizace KAPPA-HELP je pomoc lidem, kteří se dostali do těživé sociální situace a hrozí jim vyloučení na okraj společnosti – ať již z důvodů užívání drog, chudoby nebo života v sociálně vyloučené lokalitě. Kromě pomoci takto ohroženým skupinám se věnuje preventivním aktivitám určeným převážně pro děti a mladé lidi a vzdělávání veřejnosti i jednotlivých profesních skupin – zejména pedagogů, vychovatelů, metodiků prevence a dalších odborných skupin.

Cíle organizace:

- realizace programů sociální prevence a integrace v oblastech závislostí, sociálního vyloučení, etnických minorit a nezaměstnaných osob
- realizace programů léčby, snižování rizik a resocializace pro osoby ohrožené drogovou závislostí, alkoholismem nebo patologickým hráčstvím
- realizace programů primární prevence a vzdělávání v oblastech sociálně-nežádoucích jevů, xenofobie a sociálního vyloučení
- realizace kulturních a popularizačních aktivit, které slouží k podpoře soužití mezi majoritou a minoritními skupinami
- spolupráce se státními i nestátními institucemi z regionu Přerovska i celé ČR

Programy a poskytované služby:

- Zařízení Kontaktního a poradenského centra KAPPA-HELP v Přerově
- Terénní programy (Přerov, Lipník nad Bečvou, Hranice, Kojetín a jejich okolí)
- Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež – METRO v Přerově
- Poradenské centrum pro problémy se závislostmi v Kojetíně
- Program primární prevence a vzdělávání (Olomoucký kraj)
- Specializační studium pro školní metodiky prevence (celá Česká republika)
- Centra pomoci a bezpečí v Přerově

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

Dobrovolníci jsou připravováni koordinátorem a jsou vysíláni do jednotlivých služeb a programů KAPPA-HELP, kde se ve spolupráci s týmem pracovníků podílejí na zajišťování pomoci lidem v obtížných životních situacích.

- dobrovolníci pracují v našich jednotlivých programech a službách s nezaměstnanými, osobami sociálně slabými, příslušníky národnostních menšin, osobami po výkonu trestu odnětí svobody, drogově závislými, osobami trpícími domácím násilím
- poskytují pomoc při péči o děti a mládež v jejich volném čase
- pomáhají při pořádání kulturních a sbírkových charitativních akcí

Formy zapojení dobrovolníků

- pravidelně – krátkodobě i dlouhodobě s ohledem na různorodé potřeby služeb organizace, v níž je dobrovolník zařazen, a dále na základě individuálního přístupu k potřebám a možnostem dobrovolníka, obvykle minimálně 1x týdně.

Popůl roce seznamování se s náplní práce, chodem organizace, činností pracovníků a v neposlední řadě s cílovou skupinou, se stala dobrovolnice rovnocenným partnerem a pomocníkem v činnosti organizace a získala mnohé zkušenosti a dovednosti. Jak sama zhodnotila, zkušenosti v rámci této praxe jsou k nezaplacení a jejich přínos a využitelnost pro budoucnost je maximální. Jediné, co je třeba mít, je chuť se zapojit a dát k dispozici trochu svého volného času. Odměnou jsou zážitky a dobrý pocit z nezištné pomoci a podpory těm, kteří to skutečně potřebují.



Klub Salesiánského hnutí mládeže Prostějov

Adresa: Filipcovo náměstí 4, Prostějov, 796 01
Telefon: 732 470 118
E-mail: ceskpetr@gmail.com
Web: www.shmpv.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Klub Salesiánského hnutí mládeže Prostějov je křesťanská nestátní nezisková organizace, která připravuje mladé lidi pro výchovnou činnost mezi dětmi a mládeží v duchu salesiánského preventivního systému sv. Jana Boska a pořádá celoročně akce pro děti a mládež.



Dobrovolníci – animátoři – prochází tříletou formací. Cílem těchto setkání je připravit animátory k převzetí odpovědnosti za vedení tábora či jiných akcí, přípravu těchto aktivit, k převzetí role zdravotníka nebo např. instruktora sportovních aktivit apod. Náplň těchto školení spočívá mimo jiné ve formování týmu, umění spolupráce, poznávání vlastní role ve společnosti...



Hlavním cílem Klubu SHM Prostějov je připravit mladé lidi na smysluplnou cestu životem, kterou vidíme v duchovních hodnotách, dobrých vztazích, umění spolupráce i uvědomění *Nejsem tu sám*.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- vedení táborů během školního roku i prázdnin
- příprava a organizace akcí během roku (výlety, dětský den, setkávání mladých, ...)
- vedení sportovních aktivit – lyžování, snowboarding, běžky, cyklistika, turistika, stolní tenis, ...
- práce v oratoři – příprava her, vedení kroužků, doučování
- práce zdravotníka
- vaření na táborech a akcích
- údržba aut a materiálu
- úklid a údržba salesiánských turistických základen Stará Voda a Annaberg v Jeseníkách

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně

Službě salesiánského animátora předchází dlouhodobá příprava. Tvoříme výchovné společenství, v němž se každý podle svých sil a schopností podílí na připravovaných akcích. Nárazově vítáme dobrovolníky, kteří by mohli vařit a pomáhat s technickým zabezpečením táborů a akcí.



Maendeleo

Adresa: Jeremiášova 521/7, Olomouc, 779 00
Telefon: 775 910 817
E-mail: info@maendeleo.cz
Web: www.maendeleo.cz
Facebook – Maendeleo



Zaměření a hlavní činnost organizace

„Maendeleo, pomoc ke svépomoci“ založila v roce 2011 skupina mladých lidí, převážně studentů a absolventů oboru Mezinárodní rozvojová studia na Univerzitě Palackého v Olomouci. Jsme nezisková organizace, která pomáhá ke svépomoci chudým lidem žijícím na planině Usangu ve východoafrické Tanzanii. Náš největší projekt Podpora farmaření kombinuje vzdělávání s poskytováním mikropůjček a prosazuje udržitelné metody hospodaření s půdou. Pomáháme dlouhodobě a koncepčně, s důrazem na udržitelnost všech našich aktivit. Pomáháme jen aktivním, pracovitým a čestným lidem.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc s administrativou
- pomoc při organizování akcí pro veřejnost
- pomoc s fundraisingem
- pomoc s PR a osvětou veřejnosti
- pomoc s účetnictvím organizace
- pomoc s prezentací organizace na různých akcích po republice (představení i přednášky)
- administrace webových stránek / web design
- výpomoc s anglickými překlady
- při dlouhodobé a bezproblémové spolupráci možnost vyjet do terénu
- seberealizace / vlastní projekty

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově – výpomoc s akcemi, fundraisingem apod. (možnosti i mimo Olomouc)
- pravidelně – na schůzce 1x týdně v Olomouci (v rozsahu cca 2–5 hodin)

Jsmе malá nezisková organizace fungující na dobrovolnické bázi, proto nabízíme širokou škálu činností, kterým se naši dobrovolníci mohou věnovat. Dobrovolníci Maendelea získají náhled do kompletního fungování organizace. V našem týmu uvítáme šikovné a kreativní posily jakéhokoliv věku. :-). Dbáme na efektivitu a filosofii poskytování rozvojové pomoci, více se dočtete na našich webových stránkách.

Zuzana Břehová, dobrovolnice



Maltézská pomoc, o. p. s.

Adresa: Wurmova 7, Olomouc, 779 00

Telefon: 732 662 658

E-mail: olomouc@maltezenskapomoc.cz

Web: www.maltezenskapomoc.cz

Facebook – Centrum Olomouc, Maltezenská pomoc o.p.s.



Maltézská pomoc, o. p. s.

Zaměření a hlavní činnost organizace

Maltézská pomoc, obecně prospěšná společnost, je renomovaná organizace pomáhající v České republice široké škále potřebných lidí. Jako charitativní a humanitární organizace Suverénního řádu maltézských rytířů zakládá svou činnost na nepřetržité 900leté tradici pokorné pomoci trpícím.



Základním cílem Maltézské pomoci je služba trpícím a potřebným v duchu křesťanské lásky k bližnímu. Výsledkem naší činnosti je pomoc osobám v začlenění se do života společnosti v rámci fyzických i psychických možností konkrétního jedince. Chceme předcházet či zmírňovat sociální izolaci klientů. Služby poskytujeme v prostředí, které je klientovi blízké a není pro něj nepříjemné. Součástí našich služeb je rovněž asistenční služba. Všechny služby jsou poskytovány na území České republiky.

Maltézská pomoc pečuje o mládež, nemocné, vozíčkáře, děti z dětských domovů, opuštěné staré lidi, vězně, chudé rodiny, lidi starající se o příbuzné postižené Alzheimerovou chorobou, děti s kombinovaným postižením, poutníky s postižením, lidi postižené přírodními katastrofami a další potřebné.

Maltézská pomoc má v ČR 12 center:

Praha

Mělník

Přerov

Jeseník

Brno

Pardubice

Otrokovice

Uherské Hradiště

Olomouc

České Budějovice

Žatec

Šumperk

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit



- **Pomoc osamoceneným seniorům a osobám se zdravotním postižením**

Dobrovolník pravidelně přichází za potřebnou osobou do domácnosti nebo pobytového zařízení.

Dobrovolník, jako společník, podporuje člověka v aktivitách, do kterých by bez jeho přispění nemohl vstoupit.

- **Pomoc pečujícím při hlídání nemocných a zdravotně postižených**

Dobrovolník dochází do rodiny, kde dočasně zastoupí pečovatele a odlehčení mu od velké zátěže při opatrování dlouhodobě nemocné osoby nebo osoby se zdravotním postižením, čímž pečujícímu nabízí možnost dočasného odpočinku.

- **Sociálně aktivizační programy pro děti, mládež a podporu rodiny**

Dobrovolník pravidelně dochází do rodiny a zapojuje se do trávení volného času s dětmi nebo pomáhá při jejich doučování.

- **Dopisování s vězni**

Projekt je určen pro osoby ve výkonu trestu odnětí svobody a jeho hlavním cílem je snížit negativní vlivy pobytu ve věznici, a to hlavně sociální izolaci, prostřednictvím pravidelného písemného kontaktu s dobrovolníkem.

- **Pomoc zdravotně postiženým osobám při jednorázových akcích**

Dobrovolník pomáhá např. s přípravou akce, doprovází nemocného či zdravotně postiženého člověka na výlet či pouť.

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – obvykle 1x týdně 2 hodiny, možná je i individuální domluva



MOST ProTibet

Adresa: Wurmova 7, Olomouc, 779 00
Telefon: 604 314 775
E-mail: tomas@protibet.cz
Web: www.protibet.cz
www.facebook.com/protibet/
twitter.com/mostprotibet
https://www.instagram.com/most_protibet/



Zaměření a hlavní činnost organizace

Posláním organizace MOST ProTibet je podpora vzdělanosti a zlepšování životních podmínek tibetských dětí, malých buddhistických mnichů a mnišek, nomádů a tibetských seniorů. Zabýváme se rozvojovou a humanitární pomocí v indickém Himálaji a Tibetu, podporujeme místní školy a řemeslné tradice. Působíme na více jak 10 místech v Himálaji, mezi naše projekty v zahraničí patří Adopce ProTibet, Koza ProTibet, Škola ProTibet nebo Lékaři ProTibet. Pro českou veřejnost i školy pořádáme pravidelné kulturní a vzdělávací akce. Pořádáme Festival ProTibet ve více jak 45 městech České republiky, fundraisingovou akci Café ProTibet, pro veřejnost, muzea, knihovny, kina a školy nabízíme přednášky, workshopy, výstavy a další vzdělávací aktivity.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- administrativa
- pomoc při organizování akcí
- zajištění akcí
- vedení projektů

Formy zapojení dobrovolníků

- pravidelně – dvakrát týdně, v případě důležitých akcí častěji

Aneta začala v MOSTu jako dobrovolník, věnovala se především administrativní práci, pomáhala při prodeji na festivalech a poté se rozhodla, že stráví půl roku v indickém Himálaji, kde se věnovala výuce angličtiny. Učila malé buddhistické mnichy a moc si to užila.



Povzbuzení – Snoezelen Olomouc

Adresa: Mariánská 853/7, Olomouc, 779 00

Telefon: 734 549 248

E-mail: info@povzbuzeni.cz

Web: www.povzbuzeni.cz
www.fb.com/snoezelen.olomouc



MULTISMYSLOVÉ
RELAXAČNÍ
CENTRUM

Zaměření a hlavní činnost organizace

Povzbuzení, z. s. je nezisková organizace, která v Olomouci provozuje multismyslové relaxační centrum Snoezelen Olomouc.

Principem metody „snoezelen“ je prostřednictvím zrakových, sluchových, čichových a hmatových podnětů vytvořit bezpečné stimulační prostředí, které plní funkci relaxační, poznávací a interakční.



Mezi naše návštěvníky patří především rodiče na mateřské a rodičovské dovolené, rodiny se členem se zdravotním postižením/znevýhodněním, rodiny s malými dětmi a senioři. Vítán je však každý, kdo cítí potřebu uvolnění a relaxace.



V multismyslovém relaxačním centru Snoezelen Olomouc nabízíme individuální programy pro děti, dospělé i celou rodinu, skupinové programy pro děti z MŠ a ZŠ, program pro děti se speciálními potřebami či zdravotním znevýhodněním, adaptační program s prvky Montessori pedagogiky, pravidelné kroužky a kurzy (muzikodílny, relaxační cvičení aj.) a nepravidelné akce – např. pohádkové čtení a přednášky.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc při organizování přednášek a akcí pro veřejnost
- vedení kroužků
- výpomoc při skupinových programech
- pomoc s propagací (roznos letáků, pomoc na informačním stánku)
- pomoc s fundraisingem
- grafické práce
- další dle domluvy

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – vedení kroužků – 1x týdně 1 hodina

Na počátku naší činnosti jsme věnovali úsilí vybudování našeho centra, které by se bez řady dobrovolníků neobešlo. Když už se zdálo, že našim členům docházejí síly, vždy se objevil třeba i nečekaný dobrovolník, který svým nadšením přispěl k tomu, že do naší společné práce vliv novou mizu. To vidím jako velký přínos dobrovolníků – nový pohled, nové nápady a inspirující chuť zapojit se.

Mgr. Jana Málková, předsedkyně Povzbuzení, z. s.



Pro dotyk, z. s.

Adresa: Lesnice 210, Zábřeh, 789 01
Telefon: 776 011 547
E-mail: info@prodotyk.cz
Web: www.prodotyk.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Motto: „Chceme, aby jemný dotyk koňského chřípí a psí oči dávaly naději a radost, aby studený psí čenich zahřál u srdce a aby nohy našich koní dávaly sílu nohám lidským...“

Poskytujeme hipoterapii, canisterapii a felinoterapii pro jednotlivce i pro organizace (ústavy, domovy důchodců, LDN, hospice, dětské domovy). Máme zpracovány zábavné i výukové programy pro školky, školy, dětská a mateřská centra, dětské domovy apod. Připravujeme i akce pro veřejnost. Věnujeme se také parajezdeckví a usilujeme o skutečnou integraci postižených dětí i dospělých.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- asistent hiporehabilitace
- práce na farmě
- pomoc při organizování zábavných a výukových programů pro děti i dospělé

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – asistent při hiporehabilitaci dvakrát týdně, vždy v úterý a čtvrtek, cca 12–16 hodin



Rodinné centrum Heřmánek, z.s.

Adresa: náves Svobody 49, Olomouc, 779 00
Telefon: 777 007 279
E-mail: rc-hermanek@seznam.cz
Web: www.rc-hermanek.cz
www.facebook.com/rchermanek



Zaměření a hlavní činnost organizace

Posláním rodinného centra (RC) Heřmánek je posilovat nezastupitelnou roli rodiny ve společnosti.

Provozujeme hernu s každodenním dopoledním programem – zpívání, tvoření, cvičení pro rodiče s dětmi, adaptační program pro děti před nástupem do mateřské školy, odpolední volnočasové aktivity pro všechny generace.

Dále nabízíme poradenské a vzdělávací služby – poradny, kurzy, besedy, semináře, workshopy primárně zaměřené na rodinu, výchovu dětí, návrat na trh práce po aktivním rodinném čase, sladování rodiny a profese. Během aktivit pro rodiče je zajištěno i hlídání dětí s programem.



V RC Heřmánek může být dobrovolníkem každý, kdo fandí rodině! Studenti/studentky, rodiče na mateřské a rodičovské dovolené, tety, strýcové, babičky i dědové...

V našem centru uvítáme každého, kdo nechce sám sedět doma a je ochoten udělat něco pro druhé...

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc při organizování akcí pro rodiče s dětmi v herně i venku
- pomoc při přípravě a realizaci prezentačních akcí pro veřejnost
- pomoc se zajištěním programu – vedení kroužků (jazyky, tvoření,
- cvičení a další volnočasové aktivity)
- hlídání dětí
- administrativní práce
- úklidové práce
- grafické práce a péče o webové stránky
- další dle domluvy

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně

Při jízdě s kočárkem po olomoucké městské části Holice jsem s chutí pročítala nástěnku s programem Heřmánku, a jakmile Jolanka dosáhla věku čtyř měsíců, hned jsme přišly na cvičení pro miminka. Zásluhou báječné atmosféry, podle hesla „Neprohloupí, kdo jednou vstoupí – Heřmánek už neopustí!“ jsme rády zůstaly a pravidelně se účastníme různých akcí. S nadšením přiložím ruku k dílu, kde je potřeba, aby Centrum stále tak skvěle fungovalo a přinášelo radost dětem i rodičům a přátelům rodiny při vzájemném pobavení a rozptýlení. Díky předčasnému porodu mám osobní zkušenost s občanským sdružením Nedoklubko a ráda jsem laickou poradkyní v projektu Mámy pro mámy.

Táňa Klimešová, maminka „dobrovolnice“



Rodinné centrum u Mloka

Adresa: Lafayettova 47/9, Olomouc, 779 00
Telefon: 739 201 206
E-mail: rcumloka@p-centrum.cz
Web: www.p-centrum.cz/rodinne-centrum-u-mloka/



Zaměření a hlavní činnost organizace

V Rodinném centru U Mloka cíleně a aktivně pracujeme s rodinami a jejich dětmi ve věku 5–15 let.

Nabízíme podporu rodičům při výchově jejich dětí a pomoc rodině ve vzájemné komunikaci a při potížích ve škole. Podporujeme rodinu tak, aby byla schopna tyto situace řešit sama.



Jsme sociální služba, která je poskytována bezplatně. Nabízíme podporu a nácvik rodičovských a sociálních dovedností formou individuální a skupinové práce.

Mohou se na nás obrátit rodiny s dětmi v sociálně nepříznivé situaci (např. výchovné potíže, komunikační problémy, narušené vztahy mezi rodiči a dětmi, působení dlouhodobého stresu, traumat, sociální vyloučení atd.).



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit



- **pět P** (Pomoc, Přátelství, Podpora, Péče a Prevence)
- **pravidelné schůzky dítěte s odborně vyškoleným dobrovolníkem – partákem** – obsahem schůzky jsou aktivity, na kterých se dvojice shodne a baví je; schůzky se konají pravidelně jednou týdně na dvě hodiny
- **doučování** – dobrovolník doučuje dítě, které má obtíže s prospěchem a přípravou do školy – jedná se o doučování vybraných předmětů ZŠ a také o podporu dobrého vztahu ke škole a k učení – schůzky se konají pravidelně jednou týdně na jednu hodinu
- **kluby** – dobrovolník je zapojen do realizace socioterapeutických skupinových aktivit – schůzky se konají pravidelně jednou týdně na dvě hodiny

Formy zapojení dobrovolníků

- pravidelně – **pět P** – 2 hodiny týdně; **doučování** – 1 hodina týdně; **klub** – 2 hodiny týdně



Do programu jsem vstupovala s očekáváním, že obohatím své schopnosti v oblasti práce s dětmi, což se mi splnilo.



Mám dobrý pocit ze smysluplné aktivity.



Naučil jsem se větší toleranci, trpělivosti ve vztahu k sobě i ostatním.

Pět P je dobrý způsob, jak smysluplně trávit čas.



Naučil jsem se vymezovat si hranice.

Začala jsem si více vážit své rodiny a přátel.



Chtěla jsem být nějak pro někoho užitečná.



Rozvišť – Lesní dětský klub Bažinka

Adresa: Vodní 82/2, Horka nad Moravou, 783 35

Telefon: 725 027 940

E-mail: lmshorka@gmail.com

Web: www.bazinka.cz
www.fb.com/Rozvist



Zaměření a hlavní činnost organizace

Lesní dětský klub Bažinka je lesní mateřská školka pro děti od dvou do šesti let. Školka vznikla z iniciativy rodičů a pedagogů, kteří proto založili občanské sdružení Rozvišť.



Bažinku najdete „u jezírek“ – v úžasné krajině Vodního parku, který se nachází u Horky nad Moravou poblíž hřbitova (směr Skrbeň).

Většinu času trávíme s dětmi venku – v lese, u řeky, u jezírek či tůňek. Předností školky je malý kolektiv 12–15 dětí, s dětmi jsou po celý den dva zkušení pedagogové.

Naším zázemím je maringotka vybavená dětským nábytkem, odpočívací plochou s kobercem a především krásnými krbovými kamny na dřevo. Bažinka je členem Asociace lesních MŠ (www.lesnims.cz).



Zápis dětí do Bažinky probíhá průběžně. Nabízíme možnost docházky jeden nebo více dní v týdnu či celý týden. Děti mohou zbytek týdne pokračovat v docházce do státní školky, do které dosud chodí. V létě pořádáme příměstské tábory pro děti od 4 do 6 let.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- vedení odpoledních kroužků
- asistent/ka pedagoga
- svoz dětí z Olomouce (jen pravidelně)
- pomoc s propagací a administrativou
- organizace akcí pro rodiny s dětmi (dětské dny, výlety)
- údržba maringotky a pozemku (sekání a hrabání trávy, sekání dřeva, natírání, opravy)
- výsadba stromů a keřů, tvorba přírodního hřiště na pozemku
- úklid černých skládek v okolí – jarní brigáda
- výroba didaktických pomůcek
- fotografování, vytvoření propagačního videa
- úprava webových stránek

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – podle typu činnosti a podle časových možností

Jako dobrovolníci (a také rodiče lesního školáčka) se pravidelně účastníme pomocných prací a brigád, aby se nám společně podařilo vytvořit pro naše děti krásné a bezpečné prostředí nejen v zázemí útulné maringotky s terasou, ale i v jejím okolí (budování kompostu, sázení stromů a keřů, ...).

Vždy je příjemná, přátelská nálada, strávíme krásný den v přírodě, děti jsou spokojené, hrají si na vzduchu a pomáhají. Součástí je vždy připravený zdravý oběd (příprava na ohni, kamnech) a buchta od některé z maminek.

Je krásné vidět, jak nám pod rukama roste prostředí, ve kterém naše děti tráví celý týden. Navíc učíme i příkladem naše děti, že je „normální“ pomáhat a nic za to nečekat.

Jsou to nádherné dny celé rodiny díky pracovníkům lesní školky, kteří svoji práci dělají především pro děti a srdcem!

maminka tříletého Jakuba



Sdružení D, z.ú.

Adresa: 17. listopadu 1126/43, Olomouc, 779 00

Telefon: 736424457

E-mail: nemecekjan@sdruzenid.cz
naceste.koordinatorbb@gmail.com

Web: www.sdruzenid.cz
Facebook – Sdružení D



sdružení D

Zaměření a hlavní činnost organizace

Jsme nestátní nezisková organizace, jejíž vzdělávací činnost začala v roce 2000.

Naším hlavním pilířem jsou interaktivní prožitkové programy pro děti předškolního a školního věku a studenty středních škol. Tyto programy jsou zaměřeny jak na oblast prevence rizikového chování, tak na oblast sociálního a osobnostního rozvoje nebo rozvoje čtenářské gramotnosti.



Od roku 2012 provozujeme také vlastní prostor – Dramacentrum – který eliminuje rušivé faktory školského prostředí, díky čemuž jsou naše programy efektivnější. Programy uskutečňujeme také přímo ve školách.

Od roku 2013 realizujeme dobrovolnický program vrstevnického provázení Na cestě, který pracuje s dětmi z dětských domovů a z náhradní rodinné péče. Dobrovolník se s klientem setkává vždy na 2–3 hodiny týdně. Náplň schůzek se odvíjí od konkrétních potřeb provázeného, které si pod naším vedením formuluje do svého individuálního plánu. Doba vrstevnického provázení trvá nejméně 6 a nejdéle 24 měsíců.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- provázení dětí z dětských domovů a z náhradní rodinné péče v rámci programu Na cestě – společné schůzky ve dvou s náplní dle potřeb provázeného

Formy zapojení dobrovolníků

- pravidelně – 2–3 hodiny týdně po dobu nejméně 6 měsíců, nejdéle však 24 měsíců

Od první schůzky uběhl necelý rok a čtvrt našeho společného setkávání.

Zatímco Filip šel do programu, aby si upevnil svoji vůli, naučil se říkat ne, poznal něco zajímavého a aktivně trávil svůj volný čas, já si přála poznat někoho nového, komu bych mohla být oporou, ukázat mu svět svými očima a společně s ním měla možnost sdílet zážitky, ale také strach a obavy.

Nejvíce času jsme strávili povídáním a procházením se po Prostějově i Olomouci. Zároveň jsme zhlédli bezdomovecké divadlo, zašli si do kina na Kobry a užovky, hráli squash, plavali, běhali a skákali do písku. Oběma se nejvíce vryla vzpomínka na jedno propršené odpoledne, kdy jsme se před deštěm neschovali, ale naopak vyrazili do prostějovského parku zaházet si s frisbee.

Na Filipovi obdivuji jeho gentlemanskou povahu, umění naslouchat, že dokáže být super společníkem, zajímá se, doptává, má přehled a odložil strach i z cestování a komunikování s lidmi.

Pro mě byla tato setkávání velkým přínosem a aktivizací mých zkušeností.

dobrovolnice Kateřina z programu Na cestě



Sdružení pro Holický les

Adresa: Náves Svobody 41/38 , Olomouc, 779 00

Telefon: 776 174 447

E-mail: holickyles@seznam.cz

Web: www.holickyles.cz

Facebook – Sdružení pro Holický les



Zaměření a hlavní činnost organizace

Jedná se o nepolitické, dobrovolné, nezávislé sdružení fyzických osob.

Hlavním cílem občanského sdružení je vyvíjet aktivity směřující k realizaci Holického lesa a jeho řádnému využívání, monitorovat činnost orgánů veřejné správy a informovat veřejnost o vývoji projektu.



Holický les je projekt sportovně rekreační zóny o celkové rozloze 100 ha na jihu města Olomouce. Klíčovou část – výsadbu 72 000 stromů na rozloze 33 ha – se podařilo zrealizovat v roce 2013. Nyní je usilováno o zpřístupnění území formou lávky přes železnici pro pěší a cyklisty a o vybudování cyklostezky propojující území s centrem města.

Občanské sdružení pořádá pravidelné akce jako Novoroční procházka, Jarní úklid, Podzimní drakiáda.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc při organizování akcí pro veřejnost
- pomoc při úklidu území Holického lesa

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově



Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých – oblastní odbočka Olomouc

Adresa: I. P. Pavlova 69, Olomouc, 779 00
Telefon: 585 427 750, 778 412 710
E-mail: olomouc-odbocka@sons.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Jsme zapsaný spolek pomáhající nevidomým a jinak zrakově postiženým občanům, případně jejich rodinným příslušníkům či přátelům při řešení nepříznivé životní situace z důvodu zrakového handicapu.

Odbočka podporuje setkávání, navazování kontaktů a vzájemnou motivaci, pomáhá k integraci do společnosti. Členy odbočky jsou nevidomé, slabozraké a další osoby starší 15 let, které o členství požádaly.



Nabízíme a zajišťujeme přednášky a besedy, návštěvy kulturních akcí, víkendové ozdravné pobyty, jednodenní zájezdy, každý čtvrtek setkání v klubovně. Zdarma poskytujeme dvě registrované služby: sociálně-právní poradenství a sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením.

Dobrovolníci pomáhají především na společných akcích pro členy naší odbočky. Někteří nárazově, jiní pravidelně. Vše záleží na společné domluvě a možnostech dle volného času dobrovolníků. Velkou pomocí je i např. doprovod na hudební koncerty vážné hudby, kam pravidelně docházíme, kdy večer při zhoršené viditelnosti potřebují klienti doprovod až domů. Stává se, že dobrovolník chce pomáhat pouze jednomu klientovi, jejich setkávání je pak na osobní domluvě dle potřeb. Náš koordinátor dobrovolníků je se všemi v kontaktu a domlouvá jednotlivé akce.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc při organizování větších setkání s členy odbočky
- pomoc s administrativou
- pomoc při organizování akcí pro veřejnost
- pomoc při organizování a prodeji veřejné sbírky Bílá pastelka
- pomoc při prezentaci odbočky
- pomoc při fundraisingu
- pomoc při sportovních akcích vhodných pro zrakově postižené
- po odborném proškolení – doprovody klientů při společných akcích, či později individuálně po domluvě s klientem

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – dle potřeby a možností dobrovolníků po osobní domluvě



Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých – oblastní odbočka Prostějov

Adresa: Svatoplukova 15, Prostějov, 796 01
Telefon: 582 331 254
E-mail: prostějov-odbocka@sons.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Naše odbočka poskytuje tyto sociální služby:

- sociálně-právní poradenství
- prezentace pomůcek včetně předvedení a zapůjčení
- aktivizační služby a dopomoc (doprovod k lékaři, na klubové akce apod.)
- předčítání černotiskového materiálu včetně třídění dokumentace
- drobnou pomoc v domácnosti



V rámci dobrovolnictví si klienti i dobrovolníci rozšiřují obzory a navazují přátelství.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- doprovod klientů na klubové akce, výlety apod.
- pomoc na oblastních shromážděních, prezentačních a jiných akcích v rámci naší odbočky a TyfloCentra
- vedení na aktivizačních akcích (pedig a keramika)
- další možnosti zapojení se do činnosti v rámci odbočky

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – 10 hodin týdně



Spolu Férově, z. s.

Adresa: Myslbekova 429/9, Olomouc, 779 00
Telefon: 721 434 875
E-mail: spoluferove@gmail.com
Web: www.fb.com/SpoluFerove



Zaměření a hlavní činnost organizace

Naše organizace se věnuje:

- podpoře myšlenky fair trade na území města Olomouce a jeho okolí
- pořádání veřejných akcí a zvyšování povědomí o konceptu fair trade
- motivování veřejnosti k odpovědné spotřebě
- rozšiřování povědomí veřejnosti o pracovních podmínkách v rozvojových zemích
- globálnímu rozvojovému vzdělávání veřejnosti
- doplňkové prodejní činnosti fair trade výrobků



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc při prodejních akcích (zajištění prodejního stánku, podávání informací, příprava fair trade občerstvení)
- vedení workshopů
- příprava doprovodného programu na veřejnou akci (kvízy, hry pro děti)

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově



SPOLU Olomouc

Adresa: Dolní náměstí 38, Olomouc, 779 00
Telefon: 585 237 194
E-mail: spolu@spoluolomouc.cz
Web: www.spoluolomouc.cz



SPOLU Olomouc

Zaměření a hlavní činnost organizace

Posláním SPOLU Olomouc je podporovat lidi se zdravotním, primárně s mentálním postižením v olomouckém regionu, aby mohli žít a seberealizovat se v běžných životních podmínkách obvyklých pro jejich vrstevníky.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- vedoucí/asistent v pravidelných skupinových programech
- pomoc při organizování jednodenních programů
- pomoc s administrativou

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – 1x týdně, dle délky pravidelného skupinového programu 1,5 hodiny – 5 hodin



Středomoravská nemocniční a.s.

– odštěpný závod Nemocnice Prostějov

Adresa: Mathonova 291/1, Prostějov, 796 04
Telefon: 582 315 541 – nemocnice
732 410 909 – koordinátorka programu
E-mail: dobrovolnictvi@nempv.cz
Web: nemocniceprostejov.agel.cz/oddeleni/ldn.html



Zaměření a hlavní činnost organizace

Cílem dobrovolnické služby v nemocnici je zlepšovat psychosociální podmínky pacientů. Nejedná se však o žádnou terapii, ale o přátelskou návštěvu lidí, kteří dobrovolně navštěvují nemocné. Díky pravidelným návštěvám pomohou dobrovolníci pacientům čelit nejen nepříjemným pocitům spojeným s nemocí, ale také změně odlišného životního rytmu vyplývajícího z chodu nemocnice.



Dobrovolníci přinášejí sociální a lidský kontakt, pomoc při překonávání sociálních a technických bariér a samozřejmě zpřijemňují pobyt pacientům po celou dobu jejich hospitalizace. Dobrovolnická činnost však není jen přínosem pro pacienty, ale obohacuje i dobrovolníky samotné. Získají totiž jiný pohled na svět a často mění svůj žebříček hodnot.

Dobrovolníkem může být každý, komu je víc než 18 let a má čistý trestní rejstřík a kdo zároveň chce ze své dobré vůle ve svém volném čase a bez nároku na finanční odměnu vykonávat činnost ve prospěch jiných lidí.

Dobrovolnický program prozatím probíhá pouze na oddělení Léčebny dlouhodobě nemocných.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- trávit s pacienty volný čas (povídáním, předčítáním knih a novin, hraním stolních her, procházkami, ...)

Mimo tyto tradiční aktivity mohou dobrovolníci přijít i s vlastním nápadem, jak zpestřit čas dlouhodobě hospitalizovaným pacientům.

Formy zapojení dobrovolníků

- pravidelně – dle možností dobrovolníka (1 hodina týdně, 2x týdně)



Středomoravská nemocniční a.s.

– odštěpný závod Nemocnice Šternberk

Adresa: Jívavská 20, Šternberk, 785 01
Telefon: 587 800 280
E-mail: andrea.vacova@nst.agel.cz
Web: nemocnicesternberk.agel.cz



Zaměření a hlavní činnost organizace

Nemocnice Šternberk je zdravotnické zařízení, které zajišťuje zdravotní péči lůžkovou i ambulantní pro obyvatele Olomouckého kraje – Šternberska, Uničovska, Litovelska.

Dobrovolnický program je realizován převážně na oddělení Léčebny dlouhodobě nemocných, která je zaměřena na následnou péči o pacienty, kteří sem přicházejí z akutních oddělení nemocnice – zejména interního, neurologického a traumatologického. Poskytujeme péči širokému spektru pacientů po traumatech, cévních mozkových příhodách a infektech.



Během pobytu na oddělení je pokračováno v započaté léčbě a rehabilitaci, s cílem zlepšení fyzické i psychické kondice. Důraz je kladen na obnovu soběstačnosti v takové míře, aby se klienti mohli vrátit do domácího prostředí.

Dobrovolnický program podporuje léčebný režim, upevňuje a rozvíjí sociální kontakty. Dobrovolníci pacientům zpříjemňují pobyt v nemocnici a přispívají ke zlepšení jejich prožívání a psychického stavu.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- individuální práce s jedním klientem
- práce ve skupině
- forma společníka
- aktivizační techniky
- volnočasové aktivity
- výtvarná a hudební sezení
- trénování paměti
- trénování jemné a hrubé motoriky
- podpurná rehabilitační a logopedická cvičení – zpěv, recitace
- doprovod na vycházce
- pomoc při přípravě kulturních akcí

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – 2 hodiny 1x týdně



TyfloCentrum Olomouc, o. p. s.

Adresa: I. P. Pavlova 69, Olomouc, 779 00

Telefon: 585 423 737

E-mail: info@tyflocentrum-ol.cz

Web: www.tyflocentrum-ol.cz
www.fb.com/tyflocentrum.ol

TyfloCentrum
O L O M O U C

Zaměření a hlavní činnost organizace

TyfloCentrum Olomouc a jeho regionální střediska v Prostějově, Přerově a v Šumperku podporují osoby se zrakovým a kombinovaným postižením v aktivním přístupu k životu, povzbuzují jejich vůli k osobnímu růstu a posilují jejich nezávislost.

Tyflocentrum poskytuje služby lidem s těžkým zrakovým postižením ve třech základních okruzích:

- Odborné poradenství
- Sociálně aktivizační služby
- Sociální rehabilitace



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- asistence klientům (doprovody k lékaři, na vycházky, ...)
- pomoc při organizování akcí pro klienty
- pomoc při organizování akcí pro veřejnost (osvěta, benefiční koncerty, ...)
- vedení kurzů, kroužků, aktivit

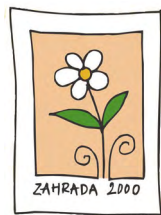
Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně



ZAHRADA 2000 z. s.

Adresa: Na Mýtince 32, Jeseník, 790 01
Telefon: 584 401 195
E-mail: info@zahrada2000.cz
Web: www.zahrada2000.cz
plus.google.com – Zahrada 2000
Facebook – Zahrada 2000



Zaměření a hlavní činnost organizace

ZAHRADA 2000 je zřizovatelem sociálně-rehabilitačního centra, které kvalifikovaně poskytuje několik registrovaných sociálních služeb osobám s chronickým duševním onemocněním na Jesenícku, je akreditovanou vzdělávací institucí s řadou vlastních vzdělávacích a rekvalifikačních programů a je zaměstnavatelem více než 30 OZP na vymezených chráněných pracovních místech.



Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- asistence klientům
- fundraising
- antistigmatizační kampaně

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – dle dohody



Zdraví od malička, z.s.

Adresa: Bílovice - Lutotín
Telefon: 734 607 183
E-mail: zdraviodmalicka@seznam.cz
Web: www.zdraviodmalicka.cz
Facebook – Zdraví od malicka, z.s.



Zaměření a hlavní činnost organizace

Kdo jsme?

Skupina rodičů z Prostějova a okolí, kteří se zajímají o zdravý životní styl a harmonický rozvoj dětí po všech stránkách.

Co je našim cílem?

Podporovat zdravý růst a pohodu dětí od malička a být přitom nápomocni rodičům i dalším vychovatelům. Podporovat rozvoj osobnosti dítěte po všech stránkách. Podporovat vštěpování základních životních hodnot, zdravých mezilidských vztahů a ohleduplnosti k životnímu prostředí. Podporovat zdravý životní styl, zařazování zdravých potravin a vyvážené stravy do dětských jídelníčků. Propagovat pohybové aktivity, zejména v přírodě. Pomáhat najít nejlepší cesty ve výchově našich dětí k jejich i naší spokojenosti.

Proč?

Protože vše podstatné pro život začíná už od malička.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- pomoc v oblasti propagace akcí (roznáška letáčků, oslovování a zvaní rodičů)
- pomoc při veřejných akcích (organizace, administrativní výpomoc)
- hlídání dětí po dobu přednášky pro rodiče (příprava aktivit pro děti a realizace)
- administrativní práce, evidence, pomoc při vyhledávání kontaktů na cílové skupiny rodičů
- vedení kroužků zaměřených na dětské aktivity s rodiči – cvičení, hudba, jazyky apod.
- výpomoc při výletech do přírody a pobytech v přírodě pro rodiče a děti.

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově



z.s. InternetPoradna.cz

Adresa: Wurmova 7, Olomouc, 779 00
Telefon: 587 406 126, 736 447 248
E-mail: restart@internetporadna.cz
Web: www.internetporadna.cz
[www.fb.com/InternetPoradna.cz](https://www.facebook.com/InternetPoradna.cz)



Zaměření a hlavní činnost organizace

Posláním organizace je za pomoci moderních informačních technologií přispívat k sociálnímu začleňování, zaměstnávání a vzdělávání osob v nepříznivé sociální situaci včetně vzdělávání odborníků v sociální oblasti.

Jednotlivé sekce o.s. InternetPoradna.cz:

- **iPoradna**

Poradenství na internetu nejen pro osoby s postižením, jehož cílem je poskytovat celorepublikově a pod adresou www.iporadna.cz odborné sociální poradenství a informační servis.

- **Poradna pro osoby se zdravotním znevýhodněním a pro seniory**

Posláním naší poradny je informovat a podpořit osoby se zdravotním postižením a seniory při řešení jejich nepříznivé sociální situace tak, aby ji co nejsamostatněji zvládly vyřešit a mohly se ve svém životě co nejvíce společensky uplatnit.

- **Služba sociální rehabilitace Restart**

Posláním služby sociální rehabilitace je podporovat dospělé osoby se zdravotním postižením (tělesné, duševní, kombinované), které se nacházejí v nepříznivé sociální situaci. Tyto lidi vedeme k samostatnému a zodpovědnému zvládání běžných životních situací (hledání práce, bydlení, nastavování denního režimu), a to formou ambulantní i terénní.

- **Telefonická krizová pomoc – Olomoucká linka důvěry**

Služba poskytuje telefonickou a internetovou krizovou pomoc lidem, kteří se nacházejí v krizové či obtížné životní situaci. Cílem je poskytnout uživatelům v bezpečném prostředí anonymitu, vedení a podporu, které by vedly k pocitu úlevy a ke zvýšení jejich schopnosti zvládnout akutní stavy a zvažovat jejich řešení.

Konkrétní činnosti, do kterých se mohou dobrovolníci zapojit

- vedení skupinových aktivit – ergoterapie, muzikoterapie, arteterapie, workshopy a přednášky
- individuální setkávání s uživateli – naučit je fotografovat, pracovat s grafickými programy, jak vytvořit webové stránky apod.; pomoc s aktivním trávením volného času
- příprava a účast na PR a fundraisingových akcích – např. při benefiční akci Rally kachničky
- zodpovídání dotazů na internetovém poradenství – v oblasti práva, psychologie, medicíny, občanských záležitostí (nutné mít vystudovaný daný obor a orientovat se v problematice)

Formy zapojení dobrovolníků

- nárazově
- pravidelně – záleží na dohodě s konkrétním uživatelem a na možnostech dobrovolníka (např. 1 hodina týdně nebo více)



9. Použitá a doporučená literatura, seznam dalších zdrojů k tématu dobrovolnictví

Publikace a další materiály

Bergerová, Marcela; Červenková, Renáta. *Obyčejní lidé dělají neobyčejné věci*. Praha : Hestia, 2005.

Boček, Josef; Lochman, Ondřej. *Dobrovolně přes hranice : Praktický návod pro začínající organizace*. Praha, 2012.

Brumovská, Tereza; Seidlová Málková, Gabriela. *Mentoring : výchova k profesionálnímu dobrovolnictví*. Praha : Portál, 2010.

Dobrovolnictví. Praha : Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2009.

Frič, Pavol; Vávra, Martin. *Tři tváře komunitního dobrovolnictví: neformální pomoc, organizovaná práce a virtuální aktivismus*. Praha : Agnes : Hestia, 2012.

Helping Yourself by Helping Others : *Evropský vzdělávací modul o dobrovolnictví : Manuál pro lektory*. Eurodesk, 2012.

Krejša, Zdeněk. *Průřezová témata. Výchova k dobrovolnictví : příklady dobré praxe*. Praha : Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2012.

Průvodce dobrovolnictvím v Jihočeském kraji a v regionu Českokrumlovsko. Český Krumlov : CPDM Český Krumlov, o.p.s. a ICOS Český Krumlov, o.s., 2011.

Šimková, Svatava. *Dobrovolníci mění svět : sborník příkladů dobré praxe : Evropský rok dobrovolnictví*. Praha : Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2011.

Tošner, Jiří; Sozanská, Olga. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Praha : Portál, 2006.

Zákon č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě.

Zákon č. 86/2014 Sb., kterým se mění zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické službě), ve znění pozdějších předpisů.

Weby

www.dobrovolnik.cz – stránky shrnující informace o dobrovolnických aktivitách a možnostech pro dobrovolníky i organizace

www.hest.cz – stránky HESTIA – Národního dobrovolnického centra

www.mvcr.cz/dobrovolnicka-sluzba.aspx – sekce stránek Ministerstva vnitra ČR k dobrovolnické službě

www.eurodesk.cz – Evropská informační síť pro mládež – sekce Dobrovolnictví

www.zapojme.se – staňte se čestným občanem městečka Dobrovody, zábavný e-learning Vás zasvěťí do tajů aktivního občanství (Modul č. 6 – Nemusíme, chceme)

www.nebudovcan.cz – projekt na podporu aktivního občanství, pět tematických vzdělávacích modulů formou e-learningu či audio knihy (Modul č. 5 – Dobrovolnictví)

www.dobrapraxe.cz/cz/tema/dobrovolnictvi – příklady dobré praxe (z ČR i zahraničí) v databázi Národní sítě Zdravých měst ČR

Redakční úprava:

Grafická úprava:

Kateřina Opatrná

Anna Müllerová

Chybí vaše organizace v seznamu organizací,
které pracují s dobrovolníky,
a chtěli byste, aby byla v seznamu uvedena?

Kontaktujte nás na e-mailu
info@icmprostejov.cz

Brožura *Chci být dobrovolníkem (v Olomouckém kraji)* – aktualizace 2016 byla vydána v rámci projektu Informačního centra pro mládež (ICM) Prostějov v roce 2016 a byla finančně podpořena MŠMT ČR.