



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Tento článek vznikl v rámci projektu „Podpora a rozvoj sociální práce v Kraji Vysočina, registrační číslo projektu CZ.03.2.63/0.0/0.0/15_007/0007828“, který je spolufinancován Evropským sociálním fondem. Jedna z klíčových aktivit projektu je zaměřena na podporu dobrovolnické služby.

Plujeme na stejné vlně – jsme tu pro druhé a zároveň jsme sami sebou

Vyzkoušeli jste dělat něco bez mzdy, dobrovolně, pro radost někoho druhého? Je jedno, jestli dobrovolník sází stromky, trénuje mládež, organizuje dětský tábor nebo dochází za opuštěnými nemocnými seniory nebo dětmi. Vždy jde o jedno – dělat dobro. A toho není nikdy dost.

Jednou z mnoha aktivních organizací v Kraji Vysočina, která se může pyšnit bohatou škálou programů pro rodinu a kde mohou dobrovolníci pracovat je **Centrum pro rodinu Vysočina, které sídlí v Jihlavě na Chlumově ulici.**

Oslovili jsme paní ředitelku, Ing. Slávku Dokulilovou, aby nám pověděla, jakým aktivitám se věnuje.

Naše hlavní nabídka jsou vzdělávací a preventivní programy pro rodiče, sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, doprovázení a vzdělávání pěstounů, asistované kontakty nebo asistované předávání dětí, programy Návštěvy a Dětem, které nabízí dobrovolnické centrum, vzdělávací programy pro školní děti a mládež, podílíme se na přípravách snoubenců na svatbu. Tyto stále aktivity doplňujeme společenskými a kulturními akcemi pro rodiny v průběhu celého roku. Naše práce je zaměřena především na rodiče dětí do ukončení povinné školní docházky, ale pracujeme i se samotnými žáky, s mládeží, s mladými lidmi, v rámci dobrovolnických programů také se seniory a lidmi s handicapem.

Na webových stránkách uvádíte: „Děláme všechno pro to, aby byla šťastná každá rodina“, daří se to?

Děláme pro to všechno, co je v našich silách. Samozřejmě, že se to nedaří vždy. Některým rodinám stačí velmi málo, aby se mohly cítit spokojené, jiné potřebují větší podporu a delší čas. O to větší radost ale máme z každého kroku vpřed, z každého – i drobného úspěchu, který se „našim“ rodinám podaří dosáhnout. Ale hlavně – naším úkolem je každou rodinu podpořit a doprovodit, pomoci jí najít správný směr nebo způsob řešení situace, to zásadní a nejtěžší nakonec zůstává na nich samotných.

Co jsou programy Návštěvy a Dětem, které jsou rozděleny na služby Kamarád a Spolu nám popsala vedoucí dobrovolnického centra Mgr. Marie Kárová.

Ve službě **Kamarád** se dobrovolníci pravidelně scházejí s dětmi, s kterými se učí, hrají si, povídají, podporují je a motivují – jsou prostě kamarádem. Jedním z cílů je, aby se děti lépe začlenily do kolektivu, což s sebou nese další pozitivita – např. zlepšení školních výsledků. Dobrovolník není pro dítě autoritou – učitelem, rodičem... jde opravdu o přátelský vztah. Většinou služba Kamarád probíhá u nás v Centru, ale také na základních školách nebo přímo v domácnosti.

V rámci programu **Návštěvy** dobrovolníci navštěvují staré lidi v Domovech pro seniory, Alzheimer-centrum, Domovy s pečovatelskou službou, ODN v jihlavské nemocnici nebo chodí dobrovolníci přímo



do domácností. Dobrovolníci dělají osamoceným lidem společnost. Hodinka týdně dělá naprosté divy – vykouzlí úsměv, pohazení, předčítání knížky, povídání, procházky, modlitbu, hraní na hudební nástroj, smích i slzy – to vše hřeje u srdce. Babičkám a dědečkům dobrovolníci vnášejí do života naději, úsměv, radost. Zní to nadneseně, nepravděpodobně? Může, ale pravdou je, že když přijdeme za starými lidmi, dýchne na nás samota. Staří lidé se potřebují vyprávět, sdílet svoje radosti, a na druhé straně také starosti, svěřit se s tím, co je trápí. Dobrovolníci prolamují tyto ledy smutku, chladu a neužitečnosti.

Jak se daří získávat nové dobrovolníky?

Dobrovolníci mají zájem, jejich zpětná vazba je pozitivní a radostná. Nejedná se jen o pozitivní zpětnou vazbu od dobrovolníků, ale také od uživatelů, jimiž jsou senioři, děti a v neposlední řadě také jejich rodiče. Na podzim probíhá na jihlavských středních školách preventivní program, při kterém studentům představíme dobrovolnickou činnost a nabídneme jim stát se dobrovolníkem. Neuvěříte, jak obrovský je zájem pomáhat lidem. V současné době máme opravdu hodně dobrovolníků a dělá nám to obrovskou radost! Dobrovolníci jsou tedy především mladí lidé, studenti jihlavských středních škol.

Chcete říci, že dobrovolnictví je pro mladé „cool“?

Mladí lidé jsou fakt báječní. Pravidelně každý týden si najdou chvíli času a vyráží dělat společnost lidem, kteří to potřebují. Přesně tak! Smekám klo-

bouk dolů před nimi, neřeknou „nemám čas“, najdou si chvíli. Nejsou žádní odborníci, přesto však dělají něco, co se nedá koupit. Jednoduše věnují svůj volný čas, pozornost, energii tam, kde je potřeba.

Máte společná setkání samotných dobrovolníků?

Ano určitě. Trávit čas s dobrovolníky je skvělá záležitost, neskutečně obohacující, odpočinková, radostí naplňující. Například pořádáme pro dobrovolníky **VÍKENDOVKU** – je to víkend pro dobrovolníky strávený v přírodě – probíhá tam často arteterapie nebo muzikoterapie, večery plné hudby, her, zábavy. Jde o zábavu, ale také zde proběhne vzdělávání, případně supervize, aktivity pro rozvoj sociálních dovedností a schopností. S dobrovolníky máme také akci **PŘESPÁVÁNÍ** – dobrovolníci přijdou k nám do Centra. Společně si povídáme, jíme, zpíváme, smějeme, podíváme se na pěkný film a spíme ve spacácích na zemi. V rámci našeho setkávání jsou dobrovolníci odměňováni také materiálními věcmi, jako jsou trička, sešity, časopisy, připínáčky, záložky apod.

Určitou odměnou je pro dobrovolníky možnost vzdělávat se, tj. zúčastnit se jednou za dva měsíce tematického **SEMINÁŘE** (témata jako empatie, řešení konfliktů, asertivita, přátelské vztahy, odolnost vůči stresu, manipulaci atd.).

Popřejme tedy Centru pro rodinu Vysočina v Jihlavě mnoho dalších vydařených akcí, nápadů a inspirací pro svou činnost. Přijďte i vy posílit **řady dobrovolníků na Vysočině a rozdávat radost potřebným, zažít pocit radosti a smysluplně trávit volný čas.**

Podrobné informace týkající se dobrovolnické činnosti najdete na www.kr-vysocina.cz/socialniportal.asp, pod záložkou dobrovolnictví nebo na tel. 564 602 844 – Mgr. Hambálková, odbor sociálních věcí KrÚ Kraje Vysočina.


Kraj Vysočina