



**VODIČ ZA  
VOLONTIRANJE  
STARIJIH OSOBA**



# **VODIČ ZA VOLONTIRANJE STARIJIH OSOBA**

---

## **Vodič za volontiranje starijih osoba**

### **Izdavač:**

Novosadski humanitarni centar  
Arse Teodorovića 3, Novi Sad  
Tel. +381 21 423021 / 423024  
www.nshc.org.rs  
nshc@eunet.rs

### **Izveštaj pripremile:**

Danijela Korać-Mandić  
Svetlana Prokić

### **Lektura:**

Minja Lagator

### **Dizajn i prelom:**

Štamparija Stojkov

### **Fotografija na koricama:**

Abi Howard ([www.unsplash.com](http://www.unsplash.com))

### **Štampa:**

Štamparija Stojkov

## **Novi Sad, 2020. godina**

*Vodič za volontiranje starijih osoba* pripremljen je u okviru prekograničnog projekta „Inkluzivna zajednica“ čiji je cilj unapređenje socijalnih usluga za korisnike socijalne zaštite i osobe u riziku od siromaštva i isključenosti u Osijeku i Novom Sadu. Projekat tome doprinosi razvojem lokalnih institucionalnih kapaciteta i jačanjem saradnje pružalaca socijalnih usluga iz Hrvatske i Srbije.

Trajanje projekta je od 1. IV 2019. do 30. IX 2021. godine. Ukupan budžet projekta je 371.315,50 EUR, od čega je iznos EU sufinansiranja 315.618,17 EUR, a doprinos partnera 55.697,33 EUR.

Nosilac projekta je *DKolektiv* iz Osijeka u saradnji sa partnerima - Gradom Osijekom, Gradskim društvom Crvenog križa Osijek, Pokrajinskim zavodom za socijalnu zaštitu AP Vojvodine i Novosadskim humanitarnim centrom.

<https://www.interreg-croatia-serbia2014-2020.eu/>

Projekat je sufinansiran sredstvima EFRR i IPA II fondova Evropske unije.

Ova publikacija je nastala uz podršku Evropske unije. Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Novosadskog humanitarnog centra i ne može se smatrati da na bilo koji način odražava stavove Evropske unije.

# SADRŽAJ

<b>Uvod</b> .....	5
<b>O volontiranju</b> .....	7
<b>Volontiranje u trećem životnom dobu</b> .....	12
Volontiranje, zdravlje i društveni život .....	12
Dobrobiti volontiranja za starije osobe i za zajednicu .....	13
Razlozi da postanete volonter .....	14
<b>Organizacija inkluzivnih volonterskih programa</b> .....	18
Prepreke za volontiranje starijih osoba .....	19
Saveti za organizatore volonterskih programa .....	19
<b>Gde volontirati</b> .....	24
<b>Literatura</b> .....	28





Photo: Tiago Muraro

# UVOD

*Smisao života je pronaći svoj dar.  
Životno je delo razviti ga.  
Svrha života je pokloniti ga drugome.*  
**David S. Viscott**

*Vodič za volontiranje starijih osoba* nastao je sa ciljem podsticanja aktivnog učešća osoba treće životne dobi u zajednici i društvu uopšte.

Značaj volonterskog angažovanja starijih osoba je višestruk. Oni imaju vredno životno i radno iskustvo koje mogu da podele, a takođe imaju i više slobodnog vremena. Angažovanje u različitim volonterskim aktivnostima donosi dobrobit i njima i zajednici u kojoj žive. Volontiranjem stariji mogu da prepoznaju probleme i ukazuju na potrebe u svom okruženju, a zatim i da učestvuju u pružanju pomoći drugima. Volontiranje podstiče solidarnost među ljudima, čini zajednicu bolje povezanom i jačom i utiče na pozitivne promene u društvu.

U *Vodiču* su predstavljene osnovne informacije o pojmu volontiranja, dobrobiti koju ova vrsta angažovanja donosi i načinima na koje se stariji mogu uključiti u različite dobrotvorne aktivnosti. *Vodič* je istovremeno i resurs za organizatore volontiranja jer sadrži uputstva kako da se organizuju inkluzivne i volonterske aktivnosti prilagođene životnom dobu.

Nadamo se da će *Vodič* biti inspiracija i podstrek onima koji ga budu čitali - da se uključe u volontiranje, kao organizatori volonterskih programa ili kao volonteri.



*Photo: Logan Weaver*



# O VOLONTIRANJU

Reč *volontiranje* nastala je od latinske reči *voluntas* koja znači slobodnu volju, želju ili sopstveni slobodan izbor. Pod volontiranjem se danas najčešće misli na ulaganje vremena, truda i znanja da se nekome pomogne i učini nešto dobro za zajednicu.

Prema Univerzalnoj deklaraciji o volonterizmu, volontiranjem se jačaju i čuvaju osnovne ljudske vrednosti – zajedništvo, briga i pomaganje; pruža se mogućnost svakom pojedincu da postane i bude odgovoran član zajednice da, pomažući drugima, uči i stiče vredna iskustva; volontiranjem se uspostavljaju veze koje umanjuju razlike među ljudima i stvaraju uslove za zajednički život.

U Zakonu o volontiranju Republike Srbije, volonterski rad je definisan kao organizovano, dobrovoljno pružanje usluge ili obavljanje aktivnosti od opšteg interesa, za opšte dobro ili za dobro drugog lica, bez isplate novčane naknade ili potraživanja druge imovinske koristi.

Osnovna razlika između volonterskog i plaćenog rada je u **motivaciji**. Volonteri su podstaknuti unutrašnjim motivima da urade nešto dobro, u skladu sa sopstvenim vrednostima, interesovanjima i ciljevima; pored toga, volonteri sami određuju u kojoj meri i koliko dugo mogu i žele da budu angažovani. Ako postoji naknada za volontere, ona služi da se pokriju troškovi volontiranja (npr. prevoz i użina za vreme angažmana). Radno vreme tokom volontiranja trebalo bi da bude kraće od radnog vremena i usklađeno sa potrebama, željama i mogućnostima volontera.

Važno je istaći i šta **nije volontiranje**: neplaćeno vreme provedeno na praksi ili stručnom usavršavanju; neplaćen rad izvan radnog odnosa; pružanje usluga koje je jedno lice dužno da pruži drugom u skladu sa zakonom; pru-

žanje usluga uobičajenih u porodičnim prijateljskim ili susedskim odnosima; izvršavanje sudskih, prekršajnih i drugih odluka nadležnih organa i druge vrste angažovanja opisane u Zakonu o volontiranju.

Volontiranje može biti **formalno** i **neformalno**. Formalno je uključivanje volontera u volonterski program neke organizacije i angažovanje u ispunjenju njenih ciljeva. Neformalno volontiranje podrazumeva lično angažovanje, bez posredovanja organizacije, u pružanju pomoći nekome ili preduzimanju neke akcije (npr. pomoć starijoj komšinici, odlazak u nabavku ili skupljanje smeća u kraju).

*Često potcenjujemo snagu dodira, osmeha, ljubazne reči, pažljivog slušanja, iskrenog komplimenta ili najmanjeg gesta brige za druge, a sve to može da preokrene nečiji život.*

**Leo Buscaglia**

*Gde god postoji ljudsko biće, postoji i prilika za dobrotu.*

**Seneka**

*Volontiranje je u osnovi ljudskog bića. Niko nije prošao kroz život bez tuđe pomoći.*

**Heather French Henry**

*Volonterizam je glas ljudi koji se sprovodi u delo. Volonterske aktivnosti oblikuju sadašnjost u budućnost na koju svi možemo biti ponosni.*

**Helen Dyer**

*Nikada ne sumnjajte da mala grupa pažljivih, posvećenih građana, može promeniti svet; zaista, to je jedina stvar koja ga je ikada i menjala.*

**Margaret Mead**

*Volonteri ne dobijaju platu, ne zato što njihov rad ne vredi, već zato što je neprocenljiv.*

**Sherry Anderson**

*Počni tamo gde jesi. Koristi ono što imaš. Uradi šta možeš.*

*Arthur Ashe*

*Volonteri ne moraju nužno da imaju vremena; oni jednostavno imaju srca.*

*Elizabeth Andrew*

*Najšira i možda najsmislenija definicija volontiranja: uraditi više nego što morate, jer to želite, zbog nekog dobrog cilja.*

*Ivan Scheier*



*Photo: Nikoline Arns*







# VOLONTIRANJE U TREĆEM ŽIVOTNOM DOBU

Stanovništvo Srbije je jedno od demografski najstarijih u svetu: svaki peti stanovnik je stariji od 65, a svaki sedmi mlađi od 15 godina. Starenje stanovništva je globalni proces, i mnoge zemlje suočavaju se sa povećanjem udela starijih u strukturi stanovništva. Predviđanja za evropski region govore da će do 2050. godine starije osobe činiti skoro jednu trećinu ukupne populacije.

Starenje stanovništva donosi brojne izazove. Okruženje je često neprilagođeno potrebama starijih osoba, nedostaje međugeneracijska solidarnost i javlja se diskriminacija po osnovu starosti. Treće životno doba donosi niz promena (odlazak u penziju, zdravstveni problemi, teža pokretljivost, gubitak bračnog partnera i dr.) čije posledice mogu biti gubitak socijalnih kontakata, izolacija i usamljenost.

## ***Volontiranje, zdravlje i društveni život***

Da bi starenje bilo pozitivno iskustvo, potrebno je omogućiti uslove za zdrav i bezbedan život starijih i njihovo učešće u životu zajednice. Kvalitet života starijih u direktnoj vezi je sa zajednicom u kojoj žive i sa kvalitetom veza koje imaju sa drugim ljudima. Pozitivno okruženje može povoljno uticati na starije osobe, ali i oni takođe mogu da doprinesu stvaranju boljih uslova u svom okruženju.

Postoji značajna pozitivna veza između fizičkog i mentalnog zdravlja i volonterskog angažovanja. Analiza podataka iz stručnih radova potvrđuje da je kod volontera zadovoljstvo životom veće, a depresija manje učestala, nego kod osoba istih godina koje ne volontiraju. Jedna studija pokazala je da su stariji volonteri koji su bili angažovani u radu sa decom u osnovnoj školi,

imali veću fizičku snagu i kognitivne sposobnosti, od svojih vršnjaka koji nisu volontirali (Fried i sar. 2004). Produktivne aktivnosti u starijem dobu, kao što su volontiranje i radni angažman, smanjuju rizik od smrtnosti koliko i fizičke aktivnosti (Glas i sar. 1999). Takođe je otkriveno da osobe koje volontiraju imaju niži rizik od Alchajmerove bolesti i da volontiranje u starijem dobu može umanjiti simptome hroničnih bolesti.

## ***Dobrobiti volontiranja za starije osobe i za zajednicu***

Za ljude u trećem životnom dobu veoma je dobra uključenost u aktivnosti zajednice, jer im pomaže da učvrste društvene veze i unaprede kvalitet života. Pomaganje drugima takođe jača prijateljstva i mreže podrške na koje se stariji mogu osloniti, naročito tokom velikih životnih promena. Volontiranje poboljšava fizičko funkcionisanje i emocionalno zdravlje starijih osoba, pruža određene društvene prednosti i dobro je za mentalno zdravlje, jer ima važnu ulogu u oporavku od fizičkih i mentalnih oboljenja, a takođe je i značajna podrška kod hroničnih bolesti.

Mnogi ljudi u poznim godinama života shvataju da su, prolazeći kroz promene poput suočavanja sa hroničnim bolestima, pružanja nege drugoj osobi i slično, primorani da se povuku iz društvenih aktivnosti. Ako se u takvim situacijama starijima olakša da ostanu povezani i uključeni u dešavanja u svom okruženju, može im pomoći da izbegnu izolaciju i ostanu uključeni u društveni život i u širem smislu. Za neke ljude je uključivanje u život zajednice izlaz iz usamljenosti. Volontiranje tokom velikih životnih promena može smanjiti rizik od izolacije i biti „sidro“ koje starije povezuje sa zajednicom.

Volonterskim radom starije osobe mogu drugima da prenose znanje i iskustva, mogu da se osećaju korisnima. Takođe mogu da stvaraju mrežu podrške, smanje depresiju i usamljenost. Volontiranje pomaže jačanju samopoštovanja i samopouzdanja, podstiče na aktivnost, donosi prilike za zabavu i ispunjenje, opuštanje, izlaz iz svakodnevne rutine i razvija kreativ-

nost. Pored toga, volontiranje pruža priliku za upoznavanje novih ljudi, kultura, zanimanja, pogleda na svet i životnih prilika, te za vežbanje društvenih, komunikacijskih i drugih veština. Volontiranjem se jačaju i čuvaju osnovne ljudske vrednosti - tolerancija, solidarnost, zajedništvo i pomaganje drugima, umanjuju se razlike među ljudima i zajednički stvaraju bolji uslovi za život. Volontiranjem svako dobija mogućnost da postane odgovoran član zajednice i da, pomažući drugima, uči i stiče vredna iskustva.<sup>1</sup>

Da bi stariji ljudi volontirali, potrebno je da oni to vide kao pozitivnu priliku. Stariji mogu da daju suštinski doprinos svojoj zajednici - od posete komšijama koji su bolesni ili sami, do volontiranja u dobrotvornim organizacijama. U svoj volonterski rad mogu da uključe ceo spektar znanja, veština, talenata i životnih iskustava.

Važno je omogućiti da ljudi, u kasnijem životnom dobu, mogu da nastave da pomažu i učestvuju u životu zajednice.

### **Razlozi da postanete volonter:**

- ◆ **Volontiranje smanjuje usamljenost.** *Uključivanjem u volonterske aktivnosti imaćete priliku da upoznate druge volontere - ljude različitih godina, slične Vama i da steknete nove prijatelje.*
- ◆ **Volontiranje je kvalitetno provedeno vreme.** *Često se život penzionera svodi na boravak u kući i sedenje pred televizorom. Volontiranjem će Vam dan biti ispunjen kvalitetnim sadržajima. Možete se baviti čime želite i istovremeno pomagati drugima.*
- ◆ **Volontiranje poboljšava mentalno i fizičko zdravlje.** *Nisu retki primeri ljudi čije se zdravstveno stanje znatno popravilo nakon uključivanja u neke volonterske aktivnosti. Volontiranje ublažava simptome hroničnih bolesti, smanjuje rizik od depresije i Alchajmerove bolesti.*

---

<sup>1</sup> Mali vodič kroz volontiranje, [www.dku.efst.hr/mali-vodic-kroz-volontiranje](http://www.dku.efst.hr/mali-vodic-kroz-volontiranje)

- ◆ **Volontiranje Vas drži u pokretu.** Svaka volonterska obaveza zahteva od Vas da se krećete i budete fizički aktivni, što se pozitivno odražava na fizičko i mentalno zdravlje.
- ◆ **Volontiranje Vas motiviše da organizujete svoj dan.** Kao volonter, moraćete da planirate svoje obaveze, ustajete, oblačite se i odlazite negde u određeno vreme. Kada ljudi nemaju obaveze, mogu postati bezvoljni i depresivni. Volontiranje čini dane ispunjenim i zanimljivim.
- ◆ **Volontiranje unapređuje veštine.** Volontirajući imate priliku da se bavite čime želite i da svoje znanje prenosite na druge, da ispoljite kreativnost i unapredite društvene i druge veštine koje imate i koristite ih u volonterskom radu.
- ◆ **Volontiranje povećava samopouzdanje i samopoštovanje.** Uključivanje u različite aktivnosti dovodi do većeg samopouzdanja i samopoštovanja. Osećaćete se korisno i dobro jer ste aktivni i pomažete drugima.
- ◆ **Volontiranje podstiče bolje snalaženje u novim tehnologijama.** Uključivanje u rad neke organizacije često zahteva korišćenje pametnih telefona, računara i sl, makar za komunikaciju među volonterima i osobljem. Volontiranje Vas može podstaći da koristite imejl, aplikacije kao što su Viber i Messenger i mnogo toga drugog.
- ◆ **Volontiranje pruža osećanje smisla i svrhe.** Nakon što odu u penziju, neki ljudi imaju osećaj da je njihov život izgubio smisao. Volontiranje obezbeđuje da se osećanje smisla i svrhe očuva.
- ◆ **Volontiranje skreće pažnju sa problema.** Volonterskim radom usmereni ste na okruženje i druge ljude, a niste toliko fokusirani na svoje unutrašnje stanje, probleme i strahove. Možete da sagledate svakodnevnicu iz druge perspektive, uvidite da niste sami, da postoje i veći problemi... Korisni ste jer nekome činite dobro i samim tim se i Vi osećate dobro.



*Photo: Todd Cravens*





# ORGANIZACIJA INKLUZIVNIH VOLONTERSKIH PROGRAMA

Organizatori volonterskog rada mogu biti pravna lica iz javnog i privatnog sektora. Najčešće su to organizacije čiji osnovni cilj nije sticanje dobiti (neprofitne organizacije). Privredna društva i javna preduzeća, državni i organi lokalne samouprave, takođe mogu organizovati volonterske programe. Važno je istaći da je zakonom zabranjeno organizovanje volontiranja u cilju sticanja dobiti, već to moraju biti aktivnosti od javnog interesa, koje doprinose poboljšanju kvaliteta života građana.

Volonterski programi su svi programi koji, pružajući doprinos u rešavanju problema u zajednici, u realizaciju uključuju volontere. Neke organizacije civilnog društva u celosti se zasnivaju na volonterskom radu, dok druge imaju poseban deo koji se bavi organizacijom i upravljanjem volonterskim radom.

Volonterski programi, procedure prijavlivanja i prijema volontera trebalo bi da budu otvoreni za sve i prilagođeni volonterima različite starosti. U procesu da li neko može da obavlja volonterske zadatke, godine starosti su manje značajne od socioekonomskog statusa i zdravstvenog stanja volontera. Ipak, stavovi o starijima često su zasnovani na predrasudama, što može predstavljati prepreku za njihovo uključivanje. Organizatori volontiranja ponekad imaju otvorene volonterske pozicije samo za određenu starosnu grupu volontera, npr. mlade, što je jedna od prepreka za ravnopravno učešće starijih u zajednici.

Sa druge strane, inkluzivni volonterski programi su otvoreni za sve uzraste i podstiču međugeneracijsko povezivanje. To se naročito odnosi na uključivanje ljudi koji su teže pokretljivi, slabijeg vida i sluha i onih koji ne koriste moderne informacione i komunikacijske tehnologije. Volonterski programi koji uključuju starije osobe oslanjaju se na korišćenje postojećih veština,

umesto na razvoj novih, i veoma su prilagodljivi raznim promenama koje se dešavaju u životu volontera. Na ovaj način uslovi za volontiranje prilagođavaju se realnosti trećeg doba kao perioda u kom se dešavaju značajne i višestruke, a često i iznenadne, životne promene. Važno je omogućiti volonterima iz različitih starosnih grupa da se upoznaju i provode vreme zajedno; stariji volonteri treba da osećaju da su deo nečega i da se njihovo iskustvo poštuje i ceni.

## ***Prepreke za volontiranje starijih osoba***

Brojne su potencijalne prepreke za volontiranje starijih osoba, koje organizatori volontiranja mogu na vreme da predvide i spreče. Ukoliko su informacije o volontiranju nedovoljno jasne, a procedure prijave i odabira volontera komplikovane, stariji će se ređe prijavljivati. To se odnosi i na korišćenje novih tehnologija (npr. onlajn prijave ili oglasi na društvenim mrežama) koje starije osobe možda ne koriste. Fizičke prepreke za volontiranje, udaljeno i nedostupno mesto volontiranja ili vreme koje ne odgovara rasporedu starijih osoba, takođe mogu predstavljati prepreku. Za starije je važna podrška u pokrivanju troškova koji nastaju prilikom učešća u volonterskom radu, te je eventualna nemogućnost organizatora da te troškove pokrije takođe važna. Ne treba zaboraviti da stariji često strahuju da neće biti prihvaćeni zbog svojih godina, ili da će preuzeti suviše obaveza koje neće moći da ispune.

## ***Saveti za organizatore volonterskih programa***

- ◆ ***Posmatrajte volontiranje kao priliku.*** *Angažovanjem volontera organizacije mogu da pruže bolje usluge i urade više, a da pri tom smanje troškove. Znanja i veštine volontera su resurs za organizatore volontiranja. Volontiranje je prilika za zajednicu da uoči i rešava različite probleme i da proširi i učvrsti mrežu poznanstava i podrške među svojim članovima.*

- ◆ **Upoznajte potrebe starijih ljudi.** *Različiti ljudi imaju različita interesovanja i znanja: neki se bave pletenjem, a neki biciklizmom. Volontiranje treba da ima smisla i da pomaže, a da bismo znali kakav doprinos starije osobe mogu da daju kao volonteri, moramo ih najpre upoznati. Razgovarajte sa starijima o tome šta ih zanima i kako provode dane. Prihvatite i to da ne želi svako da bude volonter.*
- ◆ **Prihvatite različitosti.** *Kada stariji razmišljaju o tome da li da volontiraju, može im se učiniti da nemaju potrebne veštine ili znanje, ili da nisu naročito druželjubivi i društveni. Možda misle da će se od njih očekivati da uvek budu puni energije, pozitivni i spremni da pomognu. Treba im objasniti da su za volontiranje sasvim dovoljna znanja i veštine prosečne osobe. Sa nekoliko decenija životnog iskustva, stariji sigurno imaju znanja i veštine koje drugima mogu biti od pomoći. Volonterski zadaci bi trebalo da budu prilagođeni svakom pojedinačno, kako bi svako našao za sebe ono što mu odgovara.*
- ◆ **Smislite nove volonterske aktivnosti sa starijima.** *Raspitajte se šta bi stariji mogli volonterski da rade, neka i oni daju ideje i predloge. Jer, oni ipak najbolje znaju šta žele da rade. Omogućite im da volontiraju kraće vreme, bez velikog obavezivanja. Stariji često nemaju prethodno iskustvo volontiranja te je važno povezati njihovo znanje i veštine sa volonterskim zadacima. Potrebno je sačiniti manji opis volonterskih poslova da bi starijima bilo sasvim jasno šta se od njih očekuje. Korisno je organizovati i radionicu na kojoj će se razgovarati o zadacima i razmeniti mišljenja.*
- ◆ **Pružite jasne informacije.** *Strah i nejasna očekivanja često su uzrokovani manjkom informacija. Zato se potrudite da informacije budu dostupne i lako razumljive, konkretne i kratke. Stariji mogu biti zbunjeni terminom „volontiranje“ i oklevati da se u to upuste, pa dobro informisanje može da smanji njihov otpor. Poziv za volontiranje može biti preširok i nejasan u vezi sa tim kakve se aktivnosti planiraju. Stoga je važno da se opiše procedura kako se postaje volonter i kakve obaveze i odgovornosti ta po-*

zicija nosi. Treba naglasiti da li volonterske aktivnosti zahtevaju specifične veštine i da li volonter može sam da izabere šta bi želeo da radi.

- ◇ **Promovišite volontiranje.** Bez promocije, teško ćete naći starije ljude voljne da volontiraju. Budite kreativni i isprobajte koji načini promocije donose najbolje rezultate. Na primer, sakupite priče o tome kako ljudi volontiraju i šta ih motiviše - i objavite ih. Preporuka „od usta do usta“ je takođe dobar način. Mislite i o mrežama u koje su volonteri već uključeni – raspitajte se mogu li se i preko njih podeliti informacije. Izaberite javne događaje na kojima možete promovisati volontiranje. Podelite flajere i brošure u bibliotekama, zdravstvenim i kulturnim ustanovama. Neka i sami volonteri budu promoteri volontiranja.
- ◇ **Sarađujte sa organizacijama koje okupljaju starije.** Raspitajte se koje organizacije u vašoj zajednici okupljaju starije članove. Ako na taj način podelite informacije o volonterskim pozicijama i mogućnostima, lakše ćete doći do volontera. I same starije osobe mogu među sobom širiti informacije.
- ◇ **Napravite ugovor o volonterskom radu.** Ugovor o volontiranju treba da bude kratak i jasan. Volonteri moraju da znaju tačno šta će da rade i koje su im odgovornosti i prava. Takođe, i organizator volontiranja treba da definiše očekivanja od volontera. Volonterima je potrebno napraviti identifikacionu karticu sa fotografijom i imenom.
- ◇ **Motivišite volontere.** Zahvalite volonterima na doprinosu: organizujte događaje samo sa tim ciljem. Pokažite da ste ponosni na njih. Napravite oglasnu tablu sa informacijama vezanim za volontere i porukama namenjenim njima. Koristite volonterske priče u medijima jer mogu motivisati druge i učiniti da se volonteri osećaju uvaženo. Angažujte koordinatore volontera, slušajte šta volonteri imaju da vam kažu, ukažite im poverenje i dajte im odgovornosti.





Photo: BBC Creative



Name:

Email:

Phone:

Connect



## GDE VOLONTIRATI

Ovo su samo neke od organizacija koje u Novom Sadu nude mogućnost volonterskog angažovanja:

**Novosadski volonterski servis** je servis koji omogućava spajanje volontera i organizacija kojima su oni potrebni. Servis je, osim na mlade i kulturu, usmeren i na organizatore volonterskih aktivnosti u sportu, zdravstvu i socijalnoj zaštiti, ekologiji i zaštiti životne sredine. Na njihovom sajtu možete videti oglašene volonterske pozicije u Novom Sadu i prijaviti se za ono što vas interesuje.

<https://www.nvs.rs/>

**Volonterski centar Vojvodine** teži da se volonterski rad prepozna i prihvati kao sredstvo za razvoj pojedinca i društva organizovanjem volonterskih akcija i širenjem dobrobiti volontiranja među ljudima. Njihova vizija je da stvore stabilno društvo zasnovano na solidarnosti, miru, ljubavi, nenasilnoj komunikaciji, poštujući razlike i život u harmoniji sa prirodom.

<https://www.volontiraj.rs/>

**Udruženje Seniori** okuplja starije osobe i nudi im mogućnost učešća u muzičkoj, literarnoj, folklornoj i dramskoj sekciji, u izletima i putovanjima i volontersko angažovanje u raznim događajima.

<https://www.facebook.com/udruzenje.seniori>

**Novosadski humanitarni centar** je dobrotvorna organizacija koja od 1998. godine doprinosi stvaranju humanog društva pružanjem podrške ugroženom stanovništvu, podsticanjem aktivizma građana, istraživačkim radom i obrazovanjem. Svaka volonterska pomoć je dobrodošla, a za volontiranje se možete prijaviti na sajtu organizacije.

<https://nshc.org.rs/>

**Centar Srce** bavi se pružanjem psihološke podrške osobama u krizi i prevencijom samoubistva. Njegovi volonteri su ljudi različitih profila, uzrasta, zanimanja i interesovanja. Ako ste zainteresovani da pomažete u ovom važnom zadatku, na sajtu ćete naći sve potrebne informacije i prijavu za volontiranje.

<https://www.centarsrce.org/>

**Crveni krst Novog Sada** ima višedecenijsko iskustvo u humanitarnom radu u različitim oblastima i sa različitim ugroženim kategorijama stanovništva. Ako želite da postanete njihov volonter, sve informacije o prijavi možete naći na njihovom sajtu ili doći lično sredom u 20h (Pionirska 12).

[www.gockns.org.rs](http://www.gockns.org.rs)

**Udruženje za zaštitu životinja Novi Sad - SPANS** je udruženje koje se zalaže za zaštitu svih životinja, naročito napuštenih pasa i mačaka. Ukoliko ste ljubitelj životinja i želite da slobodno vreme provedete pomažući njima, možete se raspitati putem mejla: [uzzns.spans@gmail.com](mailto:uzzns.spans@gmail.com) ili Facebook stranice Udruženja.



*Photo: Vladimir Soares*





# LITERATURA

*Mali vodič kroz volontiranje*, Centar za društveno korisno učenje (pristupljeno na: [www.dku.efst.hr/mali-vodic-kroz-volontiranje](http://www.dku.efst.hr/mali-vodic-kroz-volontiranje), 6. II 2020)

Silvia Rusac, Gordana Dujmović, *Volontiranje u starijoj životnoj dobi*, Nova prisutnost 12 (2014) 2, 279-293, (pristupljeno na <https://hrcak.srce.hr/125631>, 6. II 2020)

Todorović, N, *Stariji i volontiranje* (2016), (pristupljeno na: [www.socijalnoukljucivanje.gov.rs](http://www.socijalnoukljucivanje.gov.rs), 6. II 2020)

*Volunteering and Older Adults, final report*

[https://volunteer.ca/vdemo/EngagingVolunteers\\_DOCS/Volunteering\\_and\\_Older\\_Adults\\_Final\\_Report\\_2013.pdf](https://volunteer.ca/vdemo/EngagingVolunteers_DOCS/Volunteering_and_Older_Adults_Final_Report_2013.pdf)

*Senior volunteering - Involving and activating seniors in local community*, Baltic Region Healthy Cities Association (2016)

Sheila R. Zedlewski, Simone G. Schaner, *Older Adults Engaged as Volunteers*, <https://www.urban.org/sites/default/files/publication/50556/311325-Older-Adults-Engaged-as-Volunteers.PDF>

Kate Jopling, Dan Jones, *Age-friendly and inclusive volunteering: Review of community contributions in later life*, Centre for Ageing Better (2018)

Sarah Stevenson, *Five Reasons Seniors Should Volunteer Their Time* (2014) <https://www.aplaceformom.com/blog/9-26-14-reasons-seniors-volunteer/>







