

TIPPEK ÖNKÉNTESÉKET FOGADÓ SZERVEZETEKNEK



# Jó gyakorlatok, ötletek AZ ÖNKÉNTESSÉGRŐL



**Élethosszig tartó tanulás**

**Segítségnyújtás**

**Közösségi  
élmény**

**Hasznos  
elfoglaltság**

**Munkatapasztalat**

**Teljesebb élet**

**Érdekes feladat**



## Tartalomjegyzék

Projektismertető Mátyás Mónika	4
Kulcs-gondolatok az elmúlt időszak fejlesztői munkájáról dr. Baloghné Uracs Marianna – Kandikó Rita – Varga Andrea	5
Reflektorfényben az önkéntesség Interjúrészesetek – Kubik Anna - Kiss Balázs – Török László	6
Út a fogadó szervezetté váláshoz	9
10 jó tipp fogadó szervezeteknek	10
Lehetséges önkéntes életutak	11
Önkénteseink mondták...	12
Jó gyakorlatok önkéntesek szervezéséhez	13
Önkénteseket fogadó szervezetek - Veszprém megye	19
Kulcs-szakértőink elérhetőségei	20
Önkéntességgel kapcsolatos megyei kutatás	21

A kiadványban szereplő fotók  
az Önkéntességet Veszprém Megyébe! TÁMOP 5.5.2-09/3-2009-0016 projekt keretében  
megrendezett önkéntes akciókon készültek 2010-2011-ben,  
Ajkán, Nagyvázsonyban, Pápán és Veszprémben.





## A Veszprém megyei Önkéntes Centrum projekt ismertetője

### Tisztelt Olvasó!

Sok szervezet és szakember több évi közös munkájának eredménye, hogy az ország szinte minden megyéjében megvalósulhatott egy közel 2 éves fejlesztési folyamat, mely közelebb vitte az önkéntességet a lakossághoz és felkészítette az önkénteseket fogadni tudó szervezeteket.

Veszprém megyében műhelyfoglalkozásokkal, tapasztalatcserékkel, jogi és önkéntes menedzsment ismeretekkel igyekeztük felvértezni a szervezeteket. Megtanulhatták, hogyan értelmezzék szervezetükre az önkéntes törvényt, mit csinál egy önkéntes koordinátor (mi így értjük: = az önkénteseket koordináló személy) és hogyan lehet motiválni egy önkéntest.

Utcai standokhoz, intézményekbe szervezett nyílt napokra és konkrét feladatokra vártuk azokat az érdeklődőket, akik fogadó szervezetet kerestek.



2011- az önkéntesség európai éve

Az Európai Önkéntes Évhez kapcsolódóan az Önkéntes Centrum fejlesztési tevékenysége fokozottan hasznosult, ennek köszönhetően talán szolgáltatásainkat is többen vették igénybe. Ezt a hatást tovább fokozta az önkéntességről szóló rengeteg média-megjelenés – köszönet érte a médiában dolgozóknak!

Az Önkéntes Centrum csapata sokat tervezett és szervezett annak érdekében, hogy minél több helyre és minél több emberhez eljusson a hír: Önkéntesnek lenni jó!

Kívánok a megye lakosságának a 2012-es évben és a jövőben is sok lelkes önkéntest és érdekes önkéntes tevékenységet, mellyel tartalmasabbá, szebbé tesszük egymás életét!

Mátyás Mónika – szakmai vezető



## Kulcs-gondolatok az elmúlt időszak fejlesztői munkájáról

### **dr. Balogné Uracs Marianna - Tudatossá, életformává vált**

CIVILSZERVIZ Közösségfejlesztők Közhasznú Egyesülete, Pápa

Az önkéntesség a programban résztvevő számos helyi szervezet számára szinte életformává vált. Míg korábban nem figyeltünk oda kellőképpen egymás önkéntes tevékenységére, addig a programnak köszönhetően mi is tudatosabbá váltunk, és egymást erősítve végeztük a feladatokat. Olyan civilekkel találtunk így egymásra, akikkel rácsodálkozhattunk arra: hiszen közősek a céljaink, elképzeléseink, dolgozzunk közösen! A meglévő kistérségi civil összefogásunk is megerősödött a program által.

Számos fiatalnak nyitottunk ki egy új kaput azzal, hogy megmutattuk számukra az önkéntes munka szépségét. Sokuknak csodálatos új érzést jelentett az, hogy sérült társainak felolvashatott, segíthetett saját környezete megtisztításában, hozzájárulhatott kreativitásával a közösségi programok gazdagításához. Remélem, sokat dolgozhatunk még együtt fiatalokkal és idősebbekkel a különböző közösségi programokban.

### **Kandikó Rita - Mit is kaptam a kulcsszakértői munkától?**

„Fekete Sereg” Ifjúsági Egyesület, Nagyvázsöny

Egy utazás újabb állomása volt az elmúlt két év. Tudatosabban és mélyebben foglalkozhattam az önkéntességgel. Ismét sokat tanulhattam kulcsszakértő kollégáimtól az önkéntesektől és a fogadó szervezetektől. Segíthettem újabb szervezeteket felkészíteni önkéntesek fogadására, illetve újabb intézményekkel és önkormányzatokkal lehettem kapcsolatban az önkéntesség népszerűsítésének köszönhetően. Munkámat nagyban segítette 2011-es év az Európai Önkéntesség Év média kampánya, hiszen az emberek többet olvastak, hallottak, láttak az önkéntességben rejlő lehetőségekről. A környezetemben élő emberek nagy örömmre, tudatosabban kezdték el használni az önkéntes szó kifejezést. Felemelő érzés volt tudomásul vennem, hogy a mindennapi ifjúsági és civil kisteleplési munkám és az önkéntesség népszerűsítése egymást erősítette, néha hivatkoztak is a fogadó szervezetek erre a különös időszakra. Ezúton is szeretném megköszönni a lehetőséget, hogy én is az egyik kulcsszakértője lehettem a Veszprém Megyei Önkéntes Centrumnak.

Remélem ez a munka nem végállomása, hanem csak egy újabb állomás volt az önkéntesség népszerűsítését vezető úton. Már most várom az újabb kihívást, utazást az önkéntesség népszerűsítésére:-)!

### **Varga Andrea - Centrumban az önkéntesség**

Kristály-völgy Egyesület, Ajka

Kulcsszakértőként az elmúlt időszak tapasztalatai meghatározóak voltak civil létemben. Abban a kitüntetett helyzetben voltam, hogy egyik oldalon segítséget nyújthattam más szervezeteknek abban, hogy felismerjék az önkéntes munka értékeit, hogy széles társadalmi réteghez eljusson az önkéntes munka hasznosságának híre, míg a másik oldalon gyakorlati önkéntesként erőt, tudást, tapasztalatot meríthettem a többiek eredményeiből, már megélt gyakorlatlaiból. A munkakapcsolatokon túlmutató barátságokra tettem szert ennek a programnak a megvalósítása során. Tudom, bármerre, bármilyen területre sodor is az élet, a felmerülő kihívások megoldásához csak civil szervezetek támogatásával fogok hozzá.



## Reflektorfényben az önkéntesség

„Az élet igazi értelme az önkéntesség..”

**Kubik Anna** Kossuth-díjas színművész

Az önkéntesség, az önkéntes munka régóta része Kubik Anna Kossuth-díjas színművészeknek. Az Ósiben született művész nő sok fellépést vállal ellenszolgáltatás nélkül, hogy örömet szerezzen másoknak.

- Ha a színházam éppen nem tart rám igényt, mindenhová, ahova meghívnak, szívesen és örömmel megyek, mert én ebben látom az élet igazi értelmét. Ahol tudjuk, segítsük egymást! Az önként végzett munkának van a legtöbb haszna, öröme, hozadéka az egyén és a közösség számára is. Ez a hozzáállás az életem, személyiségem része, nem álságos, felvett modor. Számtalan mód adódik arra, hogy segítsünk és szabad estéimet szívesen töltöm ezzel.

Alkalmat pedig könnyen lehet találni, ha igazán keressük, folytatta a színművész nő, jó szívvel idézve fel a pécsi nőegylet tavaly év végi rendezvényét, amikor is nagyon nehéz sorsú, szegény gyerekeknek szerveztek karácsonyi műsort. A jótékonyági rendezvényen sok millió forint gyűlt össze, hiszen az előadásra – amit önkéntes alapon vállaltak a fellépők – cégek is képviseltették magukat, akik a jó ügy mellé álltak, s anyagiakkal is támogatták a gyerekeket.

Kubik Anna legutóbb a badacsonytomaji bazalttemplomban lépett fel önkéntes alapon, ezen a rendezvényen az orgona felújításához kérték a résztvevők támogatását. A színész nő számára az önkéntesség, mások segítése boldogságot jelent, de azt tapasztalja, egyáltalán nem könnyű rávenni az embereket az önkéntességre.

Viszont akit sikerül bevonnunk ebbe a tevékenységbe, az annyira megszereti, hogy folytatja. Olyan ajándékot adunk ilyenkor másoknak önmagunkból, amire máskor nincs lehetőségünk – magyarázta a színész nő, aki szerint ugyan az embereket nem mindig könnyű önkéntes munkára ösztönözni, de „elég egy ember, aki be tudja vonni őket a körbe”. A fiatalokat tapasztalata szerint gyorsan rá lehet venni az ellenszolgáltatás nélküli munkára, ők nem érzik tehernek, inkább még bulinak is tartják ezt az elfoglaltságot.

Gyakorlati, kézzel fogható haszna is van az önkéntes munkának – jól jön például, ha pályát kell választani, plusz pont lehet egy felvételi eljárásban, új munka elnyerésénél – vetjük fel, amitől berzenkedik egy kissé a színész nő.

„Én nem tudok ilyen praktikus lenni, ez nem erős oldalam. Eszembe se jut, hogy az önkéntes munkával járó lelki ajándékon túl mást is remélhetek tőle. Szellemi, mentális muníciót ad számomra, ami az egészségemre is kihatással van. A segítés, mások öröme végzett tevékenység a jól végzett munka érzetét adja. A szakmámhoz szigorúan hozzátartozna ez is. Azt szoktam mondani a kollégáimnak, hogy ha egy ilyet elvállalok, akkor mindig kapok érte valamilyen ajándékot a Jóistentől. És mindig duplán kapom vissza.”



Az önkéntesség ajándék, mint egy mosoly-  
**Kiss Balázs** kalapácsvető olimpiai bajnok

„Aki ad, sokkal többet kap vissza” – ezzel a kulcsmondatával fogja meg az önkéntesség lényegét Kiss Balázs kalapácsvető olimpiai bajnok. Az Adakozó (Bob Burg és John David Mann) című sikeres amerikai üzleti könyvet minden gyerekkel el kellene olvasatni, mondja, az idézett mondat is innen való. A könyv arról szól, hogy mennyire nagy a különbség a karitatív adakozás és az adakozó gondolkodásmód között. A ma már üzleti vállalkozásaival foglalkozó sportoló szerint azért érdemes már ifjú korban elolvasni ezt a munkát, mert így sokkal jobban értenék az „adakozás”, az önkéntesség lényegét, fontosságát, sokkal könnyebben alakulna ki belső késztetésük.

Az önkéntesség csak akkor ér valamit, ha „ingyen” adják, belső indítatásból. A jutalmazás vagy a kötelezőség korrumpálja a célt. Az önkéntes munka olyan, mint az ajándék vagy a mosoly: csak akkor ér valamit, ha magunktól adjuk. Egy egészséges társadalomban ezt nem lehet előírni. Ezért is értelmetlen, paradoxon a kötelező önkéntes munka. Azzal, hogy kötelezővé teszik, még a legjobb szándékú embernek is kedvét szeghetik- vélekedik az olimpiai bajnok.

Kiss Balázs az egyik legértékesebb „vagyonával”, a szabadidejével adakozik. Minden nyáron visszatérő vendég többek között egy balatoni olimpiai táborban, ahol a gyerekeknek mesél a sportról, olimpiáról, a nehézségekről, sikerről, kudarcról, igyekszik átadni tapasztalatait, válaszol a kérdésekre. Önmagából ad egy kicsit a fiataloknak.

Atlanta kalapácsvető magyar bajnoka csaknem egy évtizedig élt Amerikában, Los Angelesben, s ott nem kötelező az önkéntesség, mégis nagyon sokan művelik. Nagyon érdekes, meséli, hogy pont egy olyan társadalomban, ahol létezik a „pénzt csinálni” kifejezés, s ahol a legtöbbet hallani, hogy „semmi sincs ingyen”, éppen ott látni a legtöbb adakozást, önkéntességet. Az egyetemen ők is rendszeresen részt vettek különböző rendezvényeken, hogy a saját programjaikra (például az atlétikához) pénzt, támogatókat gyűjtsenek. Kiss Balázs szerint fontos felismerni, hogy mi visz előre, mi tesz igazán boldoggá.



„Aki mindig mindent pénzért csinál, az előbb-utóbb mindent megtesz a pénzért.”

Napoleon Hill amerikai író azt mondta: „A nagy tettek nagy áldozatokkal járnak, de még egyetlen nagy tett sem fakadt önzésből” – idézte a Magyar Olimpiai Bizottság tagja, megjegyezte: Magyarországon az emberek még nincsenek hozzászokva az önkéntes segítséghez, adakozáshoz, ezért sokan nem is tudják mire vélni, s az első reakciónk, hogy a mögöttes szándékot keresik.



Az állatkertet szeretik az önkéntesek!

**Török László**, igazgató - Kittenberger Kálmán Növény-és Vadaspark

A Kittenberger Kálmán Növény-és Vadasparkban többször is megfordultak csoportosan önkéntesek: szemétszedés, kertészeti feladatok ellátása – ezek az egyszerűbben megszervezhető, kivitelezhető feladatok.

- Volt itt nyugdíjas klub, amelyik rendbe tette a virágágyásokat, erdészek, akik a Fejes-völgyi területünkön a cserjéket vágták ki, szabadították meg a fákat a felnövekvő aljnövényzettől. Egy másik önkéntes csapat tavasszal több száz facsemete elültetésében segédkezett. Nyáron a Zoo-táborban volt egy-egy önkéntesünk, aki a gyerekek felügyeletébe, tábor szervezésébe segített be. Korlátozott számban idén az állatápolók mellé is fogadtunk önkénteseket – sorolta Török László állatkertigazgató, aki elismeréssel szólt az önkéntesekről.

- Csak jó tapasztalatunk van róluk. Az idei volt az első esztendő, amikor ilyen nagy számban érkeztek az állatkertbe önkéntesek, bár a veszprémi vadaspark életében az önkéntesség nem új keletű. A veszprémi állatkert alapjait maguk a veszprémiek tették le, a szó jó értelmében vett társadalmi munkában: mint ahogy a korabeli képeken és felvételeken látható, a két kezükkel alakították ki a park egy részét. A korabeli elmondások alapján az első állatok is felajánlásként kerültek ide a nyitásra. Erdészek, vadászok hozták be az árván maradt kis őzeket, szarvasborjúkat és madárfiókákat.

Török László elmondta: az önkéntesek az állatkert számára hasznos munkát végeznek, s ugyanakkor az önkénteseknek is jóleső érzés, hogy a közösségért tettek valamit. A nyugdíjasok mesélték neki a virágágyások felújítása után, mennyire örültek, hogy kellemes környezetben, jó társaságban mozoghattak egy kicsit. Az állatkertnek pedig megoldódott egy feladata, amire nem tudott volna annyi időt, energiát, embert szentelni, mint a nyugdíjasklub.

- Az önkéntességnek akkor van értelme véleményem szerint, ha mindkét fél számára hasznos a munka. Csak azért, hogy valakit idehívjunk, ő meg ki tudja pipálni a feladatot – ennek nincs értelme. Mindig komolyan vesszük a felajánlást, ha valaki szemetet szed a Gulya-dombon, akkor mi biztosítjuk a szállítókonténert, és a védőkesztyűt is. Tapasztalatunk szerint az önkéntesek is komolyan veszik a feladatot.

Külföldi példákkal a hosszú éveig külhonban dolgozó Török László szerint óvatosan kell bánni: nem biztos, hogy kategorikusan ki lehet jelteni, hogy külföldön nagyobb a hajlandóság az önkéntességre. Lehetnek a háttérben más, társadalmi, szociális okok is. Míg például egy német nyugdíjas könnyebben megteheti, hogy idejét karitatív tevékenységnek szentelje, addig Magyarországon sokan a nyugdíjuk kiegészítéseket dolgoznak. Ugyanilyen helyzetben vannak a diákok: gyakran a nyári munkával szerzik meg a pénzt tankönyvre, tandíjra, nem mindig engedhetik meg maguknak, hogy ne kérjenek pénzt a munkájukért.

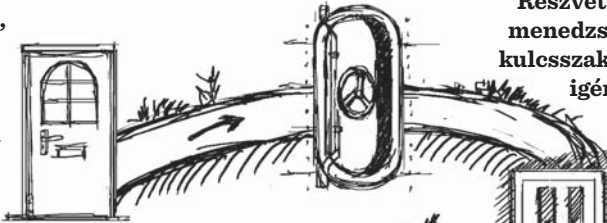
- Az állatkertnek szerencséje van, mert úgy tűnik, ez egy szeretett intézmény, ide szívesen jönnek az önkéntesek. Néha több is a felajánlás, mint amennyit fogadni tudunk – osztotta meg pozitív tapasztalatait velünk Török László.





## Út a fogadó szervezetté váláshoz

Elhatározás,  
szervezeti  
döntés  
önkéntes  
fogadásáról



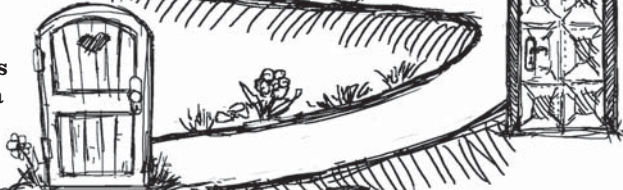
Részvétel egy önkéntes  
menedzsment képzésen/  
kulcsszakértői tanácsadás  
igénybevétele

Önkéntes  
feladatok részletes  
kibontása



Biztosítsuk  
az önkéntes  
fogadásához a  
feltételeket

Önkéntes  
fogadása



Toborzás/  
meghirdetés

Útkereszteződéshez  
értél.

Értékelj és  
válassz új utakat!

Pályakezdő  
önkéntesek

Senior  
Önkéntes Program  
(SVP)

Európai  
Önkéntes Szolgálat  
(EVS)

?

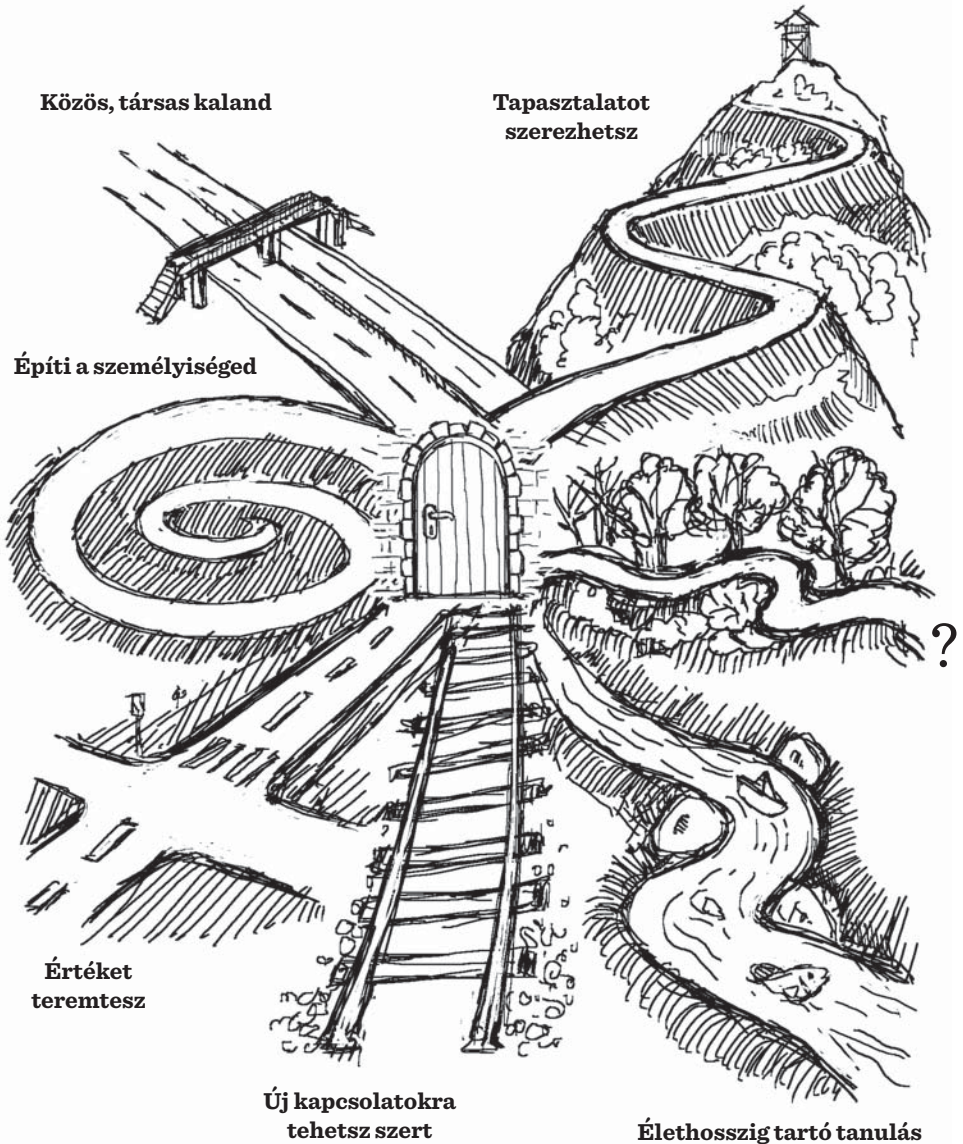


## 10 jó tipp fogadó szervezeteknek

1. Kell egy jó cél!
2. A gondolat felmerülését kövesse vezetőségi mérlegelés és döntés!
3. Kell hozzá némi infrastruktúra (pl. mobiltelefon, internet)!
4. Szükséges hozzá szervező ember (=önkéntes koordinátor)!
5. A munkaeszközök biztosítása a fogadó szervezetek feladata!
6. Hirdesd kreatívan az önkéntes lehetőséget!
7. Nyiss adatbankot a jelentkező önkéntesekről!
8. Gondolj az önkéntes fejlődését segítő személy felkészítésére (=mentor)!
9. Adjunk teret a közös értékelésnek!
10. Előre tervezzük meg a jutalmazást!



## Lehetséges önkéntes életutak Az önkéntesség...





## Önkénteseink mondták - Ők már kipróbálták

„Azért szeretek önkéntes lenni, mert nagyon szeretek másoknak segíteni és adni. A másik fontos ok, hogy hasonló érdeklődésű emberek járnak ide, ezért sok-sok jó barátot lehet találni.”

Vizmeg Tímea

“Mert van még a világon, amit nem láttál és nem hallottál.”

Kukoda Vilmos

„Azért szeretek önkéntes lenni, mert segíthetek másokon, ezáltal hasznosnak érzem magam. Nagyon jó a közösség, szeretek itt lenni, és sok barátot lehet szerezni.”

Mátainé Hidi Szilvia

„Határozd el, hogy mindenképp jól fogod érezni magad! Különben nincs értelme az önkéntességnek.”

Farkas Tibi

„Jó érzés olyanokon segíteni, akik rászorulnak vagy más egyéb módon szükségük van a segítségre. Általában az ilyen tevékenység során sok hasonló gondolkodású, segítő szándékú ember gyűlik össze, ebből fakadóan néha a munka szórakozásnak tűnik.”

Mátai Attila

„Merj belevágni, nincs veszteni valód, hisz életre szóló barátságokra találsz!”

Piltman Balázs

„Vágj bele, nincs vesztenivalód!”

Mátis Viktor

„Az önkéntes munka számomra olyan tevékenységet jelent, amit szívesen, örömmel végzek. Mindeközben segítséget nyújtok az arra rászorulóknak. Amióta önként vállalt feladatokat végzek, rengeteg olyan embert ismertem meg, akiket hasonló gondolkodásuk miatt megszerettem, így barátokra találtam.”

Katona Ágnes

„Ha kihagyod, a te bajod!”

Kocka, azaz Lepold Antal

## Vágj bele Te is!





## Jó gyakorlatok önkéntesek szervezéséhez

A következő oldalakon bevált recepteket teszünk közzé,  
melyeket önkénteseket fogadó szervezeteknek  
ajánlunk kipróbálásra.

Az alábbi bevált ötleteket



**kifőztük...**

**kipróbáltuk...**

**...és működnek!**

Ajánljuk másoknak is!

Kérdés esetén keresd a főszakácsot!



## SZERVEZETI NYÍLT NAP

'toborzás'

**Célja:** leendő önkéntesek és fogadó szervezetek egymásra találásának segítése

**Célcsoportja:** leendő önkéntesek

### Hozzávalók:

- A megfelelő szervezet kiválasztása, előzetes egyeztetések (lehetőleg a szervezet vezetőjével). Akkor jó, ha elkötelezettek az önkéntesség iránt, nem most kell őket meggyőzni.
- A fogadó szervezet szándékainak és felkészültségének számba vétele: milyen tevékenységre és milyen típusú önkénteseket keresnek; felkészültek-e már arra, hogy valóban fogadjanak önkénteseket; van-e önkéntes koordinátoruk, aki a jelentkezőkkel foglalkozni tud, végiggondolták-e, mit kezdenek a jelentkezőkkel.
- A nyílt nap programjának és helyszínének egyeztetése: ki mutatja be a szervezetet, miről beszél és milyen hosszan (!), meg lehet-e nézni a gyakorlatban valamilyen helyszínt, tevékenységet.
- A leendő önkéntesek körének pontos meghatározása: fiatalok, nyugdíjasok, munkanélküliek, férfiak, nők, stb.
- A megbeszéltek alapján a meghívó elkészítése, egyeztetése, majd kiküldése annak megfelelően, kit akarunk elérni. (Ha nyugdíjasokat: a helyi újságban, tv-ben, nyugdíjas szervezeteken keresztül, ha diákokat: az iskolák, kollégiumok, pedagógusok, közösségi portálok segítségével, stb.)
- Nagyon fontos a helyi sajtót is hívni, tudósítsanak az eseményről, hiszen így azok is értesülhetnek, akik éppen nem tudtak elmenni, de érdeklődnek.
- Pótolhatatlan a személyes kapcsolatokon, közösségeken keresztül való szervező munka is!
- A helyszín berendezése, szükséges technika (pl. hangosítás, projektor, CD-lejátszó, stb.) biztosítása.
- A jó hangulathoz hozzájárulhat egy kis enni-innivaló (pl. tea-pogi)
- A fogadó szervezet tegye meg a reklámját, és adjon az érdeklődőknek elérhetőséget is (önkéntes koordinátor).
- Ne legyen hosszú az esemény, minél több szó essen a gyakorlati önkéntes munkáról.
- Beszéljünk az eddigi tapasztalatokról is, ha lehet, hívhatunk olyan személyt is, aki már dolgozott az adott szervezetnél önkéntesként, és saját tapasztalatairól be tud számolni.
- Mindenki érezze jól magát, legyen kedve itt önkénteskedni!

### Mi sül ki belőle?

Aktív önkéntesek, akik munkára jelentkeznek az adott szervezetnél.

Kipróbálta: CIVILSZERVIZ Közösségfejlesztők Közhasznú Egyesülete, Pápa

## INTÉZMÉNYEN KERESZTÜLI TOBORZÁS

**Célja:** fiatalok érdekeltté tétele önkéntesség vállalására

**Célcsoportja:** a város középiskolásai

Az önkéntesség pápai elterjesztésének egyik fő célcsoportjával a középiskolás diákokat választottuk. Elérésükre a legbiztosabb módot kerestük meg: helybe mentünk, azaz az iskolákba. Már a kezdetekkor megfogalmazódott bennünk, hogy ha csak beállítunk hozzájuk azzal, hogy legyetek önkéntesek, legjobb esetben is részvét-teli mosollyal fogadtak volna minket, hisz sem rólunk, sem az önkéntességről nem tudtak semmit. Így hát igyekeztünk konkrét témával megszólítani őket, ami épít az érdeklődési körükre, az osztályukra, mint közösségre és annak együttműködésére.

### **Előkészítés:**

Leültünk pápai civil szervezetekkel, iskolákkal, egyházakkal, hogy ők milyen feladatra várnának önkéntes diákokat. Az igényekből egy figyelemfelkeltő plakátot készítettünk, amelyen az önkéntes feladatokon kívül a fogadó szervezetek is szerepeltek.

### **Iskolai óra módszerei:**

Kellett egy jó téma, mely a 45 perc vezérfonalát adta. Mi egy leendő pápai ifjúsági ház létrehozásába és az abban való részvételre szerettük volna bevonni a diákokat, hiszen ez saját maguk, vagy a barátaik, osztálytársaik révén minden diákot érintetté változtatott.

Kellett egy jó módszer, körítés: mivel a diákok úgyis a neten, vagy a tévén lógnak, ezért innen választottunk színteret. Így esett a választás a Mónika - showra, mert azt vagy szerették, vagy utálták, tehát érzelmi töltése mindenképpen volt a témának.

Bevittünk pár (nagyszerű) babzsákot az iskolai termekbe, az osztályt pedig két csoportra osztottuk. Egyik fél az ifjúsági ház létrehozása és a segítség ellen, másik fél mindezek mellett gyűjtötte össze az érveit, majd választott képviselőjük által vitába szálltak egymással. A vége többnyire az lett, hogy „műsoridőn” kívül is még győzködtek egymást, viszont mindezek következtében az eléjük tett önkéntes plakátot, kétséget kizáróan érdeklődéssel nézgettek, és többen azonnal fel is iratkoztak önkéntesnek.

### **Mi sült ki belőle?**

A diákok igenis nyitottak, csak jó témában, jó módszerrel, jó helyen, jó fej embereknek kell megszólítani őket, és ebből a legfontosabb az utolsó tényező.

Kipróbálta: CIVILSZERVIZ Közösségfejlesztők Közhasznú Egyesülete, Pápa



## CIVIL ÖSSZETARTÁS KATASZTRÓFA HELYZETBEN

'S.O.S-önkéntesség'

**Célja:** azonnali segítségnyújtás katasztrófa helyzetben.

**Célcsoportja:** minden segítő szándékú, idejét, energiáját nem sajnáló civil vagy lakos.

### Hozzávalók:

- Keressünk egy olyan kommunikációs lehetőséget, aminek segítségével azonnal elérhetünk több száz, vagy akár több ezer embert (facebook, iwiw).
- Üzenőfalra rakjuk ki, hogy miben és helyileg hol várunk azonnali segítséget.
- Ha van helyi televízió, juttassuk el a felhívásunkat.
- Készítsünk mihamarabb listát azokkal a telefonszámokkal, akiknek a segítségét igénybe kell vennünk (intézmények, szervezetek, vezetők).
- Vegyük fel a kapcsolatot a katasztrófavédőkkel, vagy a kompetens szervezetekkel és minden nap egyeztessünk velük.
- Az önkéntesek jelentkezéseit is tartsuk nyilván (név, e-mail, telefonszám).
- Tartsunk stábülést az elvégzett és elvégzendő feladatokról.
- Pontosán fogalmazzuk meg, hogy ki milyen feladatot, milyen határidőre vállal, és végez el.
- Indítsunk blogot, ahol mindig a legfrissebb információkat közöljük.
- Minden tevékenységnek legyen külön felelőse, nem hibázhatunk.
- Bármilyen nehéz is ilyen helyzetben, az adminisztrációra fordítsunk kiemelt figyelmet (papír nélkül ne fogadjunk be, és ne adjunk ki semmit).
- Az összegyűjtött információkat osszuk meg saját stábunkkal, és az illetékes szervezetekkel.
- Információkkal felvértezve tudunk bármilyen helyzetre gyorsan reagálni.

### Mi sül ki belőle?

Ütöképes csapat, akik hathatós segítséget tudnak nyújtani nehéz helyzetben.

Kipróbálta: „Kristály-völgy” Egyesület, Ajka, kétszáz lelkes önkéntes, száznál több bajba jutott család





## ÖNKÉNTES KLUB

'tapasztalatscere'

**Célja:** a tapasztaltabb önkéntesek megosztják élményeiket egymás között és tapasztalataikkal segítik a leendő önkénteseket.

### **Célcsoportja:**

- Azok a fiatalok (13-30 év közöttiek) illetve ifjúságsegítők korhatár nélkül, akiket az Európai Önkéntes Szolgálat (EVS) érdekel.
- Exönkéntesek akik népszerűsítik egyesületünket és az Európai Önkéntes Szolgálatot kortársaik körében.
- Olyan fiatalok mesélnek a lehetőségről, akik részt vettek a programban, így sokkal hitelesebbek, mintha egy szakember mesélne róla.
- Maguk a fiatal kortársak osztják meg tapasztalataikat kortársaiknak nem-formális módszerekkel (kiscsoportban beszélgetnek), ez a programunk újszerűsége.

### **Hozzávalók:**

- A találkozón egy nagy helyiségre van szükség,
- Több kiskört alakítunk ki székekből, esetleg földön plédekkel, ahol a témafelelősök ülnek és a résztvevők maguk döntenek el, hogy mit szeretnének hallgatni.
- Az élménybeszámolóknak 30 perces időkeretet adunk, majd újabb 3-4 témát (országot) választunk, amiről egy másik önkéntes mesél, ilyenkor egy újabb csoportba mennek a résztvevők. Így nagyobb a lehetőségük, hogy több emberrel megismerkedjenek.
- A találkozó akkor lehet sikeres, ha 2 facilitátor tudja vezetni a programot. Segíthet elindítani a kiscsoportos beszélgetéseket és az időkeretre is odafigyel.
- A találkozó alatt ihatnak teát és kekszet is ehetnek a résztvevők.

### **Mi sül ki belőle?**

- Azok az önkéntesek, akik a találkozón ott voltak és utána indulnak EVS-re, nagy segítség ez a találkozó, mert megismerkedhet olyan fiatalokkal, akik szintén hamarosan útra indulnak, így tudnak tapasztalatot cserélni, kapcsolatot tartani egymással.
- Egy eredményes módszer, ezért a jövőben is tervezzük a találkozó megszervezését.
- Egy nagy bábeli kavalkád, – mi ezért is szeretjük ezt a programot, a fiatalnak is tetszik a nyüzsgés és a nemzetközi lehetőség.
- A találkozó után mindig marad 1-2 komoly érdeklődő EVS-re.

### **Egy hasznos tanács:**

- A találkozó buktatója lehet, hogy nem jönnek az önkéntesek, így fontos a jó reklám és a személyes, telefonos megkeresés is!

Kipróbálta: „Fekete Sereg” Ifjúsági Egyesület



## ÖNKÉNTESK ELISMERÉSE

'elismerés'

### Célja:

- Az önkéntesek motivációjának fenntartása.
- Visszajelzés a közösség felé arról, hogy mennyire fontos a közösségért végzett önkéntes munka.
- Az önkéntesség presztízisének emelése.

### Célcsoportja:

- A szervezetnek/intézménynek/önkormányzatnak sokat segítő, vagy egy különlegesen nehéz feladatot bevállaló önkéntes – bármilyen korosztályból.
- Egy települési, vagy szervezeti közösség önkénteseinek elismerése .

### Hozzávalók:

- Odafigyelés az önkéntesekre.
- Célszerű folyamatosan gyűjteni az egy-egy tevékenységben résztvevő önkéntesek nevét – ebben sokat segíthet, ha a program során jelenléti ívet használunk az önkéntesekkel kapcsolatban.
- Évente legalább egy, de akár több alkalommal is kereshetünk módot az köszönetnyilvánításra; oklevéllel, emléklappal, önkéntes díjjal vagy polgármesteri köszönő levéllel:  
A Halimbai Önkormányzat polgármestere fejléces, hivatalos levélben köszöni meg egy-egy önkéntes segítségét, melyet postán küldenek ki az önkéntesnek.

### Mi sül ki belőle?

- A visszajelzések szerint ezt az egyszerű gesztust értékeli az önkéntesek: van, aki otthon őrzi a levelet, és van olyan fiatal is van, aki kitette a szobája falára.  
Ezzel súlyt adhatunk a közösségért végzett önkéntességnek, presztízse lesz a vállalásnak.

### Továbbfejlesztési lehetőségek:

- Lehet rendezvényekhez kötni és nyilvánossá tenni az önkéntesek elismerését: mindenkinek köszönetet mondva és 1-1 embert kiemelve, akinek a közösség (pl. falunapon, képviselőtestületi ülésen, stb.) adjuk át az oklevelet.
- Nagyobb létszámú önkéntes csapat esetében célszerű korosztályonként kiemelni 1-1 önkéntest.
- Ha az elismeréshez ajándék is kapcsolódik (pl. könyvtulvány, bögre, kiránduláson való részvétel), azt már jutalmazásnak tekinthetjük – ekkor se feledjük, hogy szóban is köszönetet mondjunk, mert az elismerő szavaknak néha nagyobb ereje, hatása van, mint a jutalomnak.

Kipróbálta: Halimba Község Önkormányzata

Szervezeti adatok		Kapcsolattartó		
Szervezet neve	Város	Önkéntesekért felelős	E-mail címe	
			Telefon	
Veszprém Megyei Műzeumi Igazgatóság Civilszerviz Közösségfejlesztők Közhasznú Egyesülete	Veszprém	Vidi Nándorné	alfa@vmmuzeum.hu	06 88/426 081
Pápai Amatőr Művészeti Mozgalomért Alapítvány	Pápa	dr. Balogné Uracs Marianna	tudasszinter@jmkpapa.hu	06 20/469 7744
Szentgál Község Önkormányzata	Pápa	dr. Balogné Uracs Marianna	tudashalo@lobonet.hu	06 20/469 7744
Jókai Mór Művelődési Központ Krisztály-völgy	Pápa	Pintérné Kundermann Györgyi	jegyzo@szentgal.hu	06 88/506520
Terület- és Vidékefejlesztési Egyesület	Ajka	Veszpréminé Turtsányi Valéria	valeniaturtsanyi@jmkpapa.hu	06 20/333 7588
Fogjunk Össze Értük -Szülők a Gyermekekért KHE Nők a Balatonért Egyesület	Pápa-Borsosgyőr Csopak	Varga Andrea, Németh Ervinné	kristaly@ajkanet.hu	06 70/940 4368
Bakonyalja Baráti Egyesület Magyarországi Cigányok	Döbrönte	Lukács Katalin	lukaeskatalin@globonet.hu	06 30/936 8692
Függeltnél Erdekvedelmi Szövetsége Kollégium Zirc	Pápa	Szauer Rózsa	szauerrozsaa@nabe.hu	06 30/474 4233
Eletet Segítő Alapítvány	Zirc	Sós Andrásné	sosmari@freemail.hu	06 30/282 8961
Balaton-felvidéki Nemzeti Park Igazgatósága Füredi Játékszín KH Alapítvány	Veszprém	Holdosiné Bánhegyi Ildikó	holdosineildiko@freemail.hu	06 20/203 0800
Veszprém Megyei Civil Hálózatokért Közhasznú Egyesület	Csopak Balatonfüred	Müller Anikó	amullern@freemail.hu	06 70/320 1633
Veszprém-Cserhathi Társaskör Kulturális Egyesület	Veszprém	Kisfalvi R. Krisztina	eletetsegito@gmail.com	06 70/943 6824
Aki Majonért Műemlék Alapítvány Vahur Ajka és Térsége Allatvédő Egyesület	Csopak Balatonfüred	Petróczi Imre	petroczi@bfnp.kvwm.hu	06 30/491 0095
Veszprém Megyei Természetbarát Szövetség Balatonalmádi Szociális Alapszolgáltatási Központ	Balatonalmádi	Benke Györgyné	civilfured@citromail.hu	06 87/789 511
	Veszprém	Hudi Zsuzsa	hudi.zsuzsa@vpmegye.hu	06 20/490 5579
	Veszprém	Palkóné Jády Melitta	attilamelitta@citromail.hu	06 20/487 0984
	Zirc	Vajda Eszter	vajdaszti@freemail.hu	06 20/621 9904
	Ajka	Mag Éva	mageva@freestart.hu	06 70/451 9782
	Veszprém	Mag Éva	mageva@freestart.hu	06 70/451 9782
	Balatonalmádi	Melnecsikné Vati Judit	csaladsegitobalmadi@chello.hu	06 88/542 554



## Kulcsszakértőink elérhetőségei:

---

Mátyás Mónika

Kör Alapítvány - Veszprém

e-mail: matyas.mm@gmail.com • Tel.: 03 30/974 9597

---

dr. Balogné Uracs Marianna

CIVILSZERVIZ

Közösségfejlesztők Közhasznú Egyesülete – Pápa

e-mail: tudashalo@globonet.hu • Tel.: 06 20/469 7744

---

Varga Andrea

„Kristály-völgy” Egyesület - Ajka

e-mail: kristaly@ajkanet.hu • Tel.: 06 70/940 4368

---

Kandikó Rita

„Fekete Sereg” Ifjúsági Egyesület - Nagyvázsony

e-mail: karita@fekete-sereg.hu • Tel.: 06 30/423 9737

---

Önkéntes Centrum

Csalán Környezet- és Természetvédő Egyesület - Veszprém

e-mail: onkentescentrum@csalan.hu • 06 30/468 4994

---





## Az önkéntesség jelensége és jelentősége Veszprém megyében, az önkéntes munkát végzők és végezni szándékozók körében

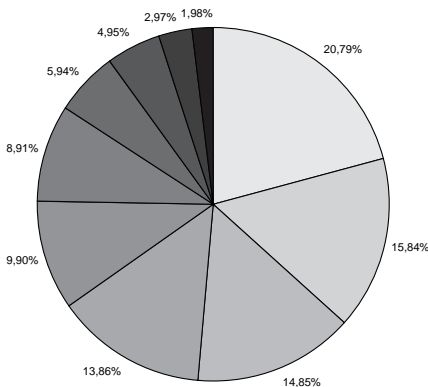
Készítette: Balatoni Integrációs Közhasznú Nonprofit Kft.  
Társadalomtudományi Kutatócsoport - Rövid kivonata

A kérdőív kitöltésének pillanatában a válaszadók kevesssel több, mint egyharmada végzett valamilyen önkéntes munkát, ugyanakkor az önkéntes munkát már végző adatközlők több mint ötöde volt már kedvezményezettje, hasznélvezője önkéntes munkának. Jelen minta alapján az önkéntes munka motivációja alapvetően tradicionális, közösségi természetű, annak segítő mivolta és hasznossága domborodik ki elsősorban, ezzel együtt az újszerű, reflexív motiváció is megjelenik, vagyis a kapcsolatépítési szándék, az önkéntes munka kihívásának való megfelelés, a tudásvágy és tapasztalatszerzés, az élményhatás, mintegy önmaguk kipróbálása segítő szerepkörben.

Az önkéntes munka területei széles skálán mozognak. A tradicionális motiváció felülreprezentáltságából fakadóan alapvetően szociális, idősellátás, idősgondozás, gyermek- és ifjúsági szolgáltatások, részben állatvédelemmel, környezet- és természetvédelemmel kapcsolatosak, de megjelennek az egészségügyi, ezen belül a szenvedélybeteg ellátás, a kulturális, ezen belül különböző programszervezési, az oktatás-nevelési, de akár a fizikai munkával való segítség szolgáltatása is.

Az effektív önkéntes munkán kívül jelentős szerepet kap az adományozás és adománygyűjtés. Viszonylag érintetlen terület maradt azonban a jogvédelem, az egyenlő bánásmód, a nők, a halmozottan hátrányos helyzetű emberek jogvédelmi problematikája, vagy akár az állatok jogai. A megye önkéntes tevékenységének speciális metszetét szolgáltatja a 2010 októberében bekövetkezett vörösiszap katasztrófa károsultjain történő segítés.

**Az elvégzett önkéntes munka jellege**



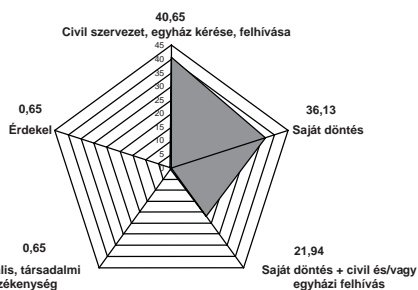
- Alapvetően szociális, karitatív, humanitárius
- Alapvetően gyermek, ifjúsági, közösségi
- Alapvetően környezet- és természetvédelem, környezeti nevelés
- Alapvetően fizikai természetű önkéntes munka (fűnyírás, gyümölcszedés, takarítás, rakodás stb.)
- Rendezvény és programszervezés
- adminisztratív, szellemi munka
- Lelkisegély, önismereti, személyiségfejlesztő
- Bármilyen, ami hasznos, és másokon segített
- Alapvetően állatvédelem
- Alapvetően idősgondozás, idősek ellátása



Az önkéntes munkát végzők és végezni szándékozók körében viszonylag magas az önkéntességgel kapcsolatos általános ismeretszint. Csaknem mindenki hallott például arról, hogy 2011 évet az EU önkéntesség évévé nyilvánította, de azzal is szinte mindenki tisztában van, hogy az önkéntesség honi társadalmi beágyazottsága még mindig mérsékelt. Sokkal kevesebb önkéntes van, mint amennyire szükség lenne azzal párhuzamban, hogy ebben a vonatkozásban az elmúlt egy évtizedben javarészt ők is javulás jeleit tapasztalták. Lényeges kutatási eredmény, hogy az önkéntes munkát nem valamiféle viszonzás ellenében végzik, hanem mert fontosnak ítélik. A köszönet, a hála, az önkéntes tevékenység megbecsülése természetesen érzékeny kérdés a számukra, de közel sem döntő szempont.

Az adatközlők körén belül számottevő azok aránya, akiknek valamelyik felmenője már végzett önkéntes munkát. Ezt mintegy mintakövetésnek is tekinthetjük azzal együtt, hogy nyilván annak személyre szólóan érthető kulturális, morális és értékrendi feltételeinek meg kell lenni, ami nélkül a mintakövetés nem teljesülhetne.

#### Milyen kezdeményezésre végezne önkéntes munkát?



5. ábra

Az önkéntes munka helyszíne alapvetően a saját település, vagy annak környéke, ha közvetlen segítségnyújtásról van szó. A területiségnek nincs befolyásoló ereje, ha az önkéntesség az adományozás metszetében fejeződik ki. A többség a saját belső indíttatás mellett valamilyen civil szervezet, vagy intézmény felhívása alapján, esetleg annak szervezésén belül képzelel az önkéntes tevékenységet, a spontaneitás ebben az esetben inkább másodlagos. Ez egyézersmind azt is jelenti, hogy az önkéntes munkavégzés célválasztásában és a munkavégzők aktivizálásában a civil szervezetek szerepe és felelőssége megkülönböztetetten nagy.

Azok, akik a kérdőív felvételéig nem végeztek még önkéntes munkát, de a jövőben végeznének, igen hasonló attitűd, érték és gondolkodásmintázatokat képeznek azokkal, akik már gyakorlóik az önkéntes munkának. Megítélésük szerint szükség van az önkéntességre, amivel párhuzamban kevesen vannak az önkéntes tevékenységet végzők. Körükben is magasnak adódott az önkéntességgel kapcsolatos általános ismeret-, és tájékozottsági szint.

Készítették: Dombi Gábor, Kulics Beatrix, Oláh Miklós, Retz Tamás

## Impresszum

A kiadványt írták:  
dr. Baloghné Uracs Mariann,  
Kandikó Rita,  
Mátyás Mónika,  
Varga Andrea

Kiadta:  
Csalán Környezet- és Természetvédő Egyesület  
8200 Veszprém, Rákóczi F. u. 3.  
Tel.: 88/578-390 Fax: 88/578-391  
E-mail: [csalan@csalan.hu](mailto:csalan@csalan.hu) [www.csalan.hu](http://www.csalan.hu)  
Adószám: 18925238-2-19  
Bankszámlaszám: 11600006-00000000-02978495

Tördelés, grafika: Eckert László  
Készült: 2011-ben

Köszönjük a projekt megvalósításához nyújtott segítséget  
Bertalan Nikolettnek, Németh F. Bernadettnek, Sánta Krisztinának és  
az Eötvös Károly Megyei Könyvtárnak!



TÁMOP 5.5.2 -09/3-2009-0016  
Önkéntességet Veszprém megyébe!



Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



MAGYARORSZÁG MEGÚJUL



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.