





Dobrovolnictví může dát životu smysl. Kde a jak začít?

Štěpánka na hudebním festivalu organizovala auta na parkovišti. Starší dáma, měla-li problém s počítačem, mohla se obrátit na Roberta. Iva si chodila povídat s pacienty hospice.

Ti všichni a tisíce dalších lidí v Brně se věnovali nebo věnují dobrovolnické činnosti, kdy bez nároku na odměnu (nebo za vstupenku na festival, za ubytování a stravu a podobně) ve svém volném čase prospívají druhým. Kdo by se k nim chtěl přidat, může načerpat inspiraci například na chystaných Dnech dobrovolnictví na konci dubna.

Činnost dobrovolníků je rozmanitá jako život sám. Na počátku pandemie covidu-19 vstoupili tito lidé víc do obecného povědomí, když vozili seniorům nebo nemocným nákupy, šli roušky, hlídali děti zdravotníků nebo pomáhali v nemocnicích a domovech pro seniory. Poté se strhla lavina zájmu po tornádu na Břeclavsku a Hodonínsku v roce 2021 a loni

po příchodu desítek tisíc uprchlíků z Ukrajiny. Různé neziskové organizace ale služeb dobrovolníků využívají dlouhodobě. Zapojit se lze v České republice, ale i v zahraničí, což může být výhodné třeba pro studenty – je to pořádná lekce v samostatnosti, možnost naučit se v krátkém čase spoustu dovedností a procvičit si jazyk. Některé mezinárodní programy, např. Evropský sbor solidarity, dokonce účastníkům hradí cestovné a přispívají na bydlení a jídlo. Kdo má přesnou představu, čemu by se chtěl věnovat, najde si cestu sám. Neškodí ale využít služeb profesionálů, např. Regionálního dobrovolnického centra Jihomoravského kraje (dc67.cz, rozhovor s jeho ředitelkou čtete na straně 20), Dobrovolnického centra Ratolesti Brno (ratolest.cz/dobrovolnicke-centrum) nebo MUNI pomáhá (munipomaha.cz) a dalších. Tyto organizace mimo jiné propojují zájemce a ty, kteří potřebují pomoc, školí dobrovolníky a jejich koordinátory, poskytují informační a právní servis a pořádají osvětové akce.

Hezké chvíle s pacienty i válečnými veterány

Petrův uvítáte konkrétní tipy, kam investovat svůj volný čas a energii, v DobroCentru u sv. Anny (facebook.com/DCusv.Anny) mají stále dveře dokořán. „Nejčastěji si dobrovolníci s pacienty jen tak povídají, někdy jim čtou, případně s nimi hrají hry, mohou i něco vyrábět. Pokud je hezké počasí a stav pacientů to dovolí, mohou s nimi jít ven,“ popisuje manažerka dobrovolnického programu Svatava Kalná. Kromě pravidelných spolupracovníků do nemocnice dochází lidé, kteří se zapojují do jednorázových akcí typu tvořivé dílny, divadlo, zpívání s kytarou nebo promítání foto-grafií z cest.

Paměť národa sbírá a publikuje vzpomínky válečných veteránů, politických vězňů, disidentů a pamětníků historických událostí. Pokud pak tito respondenti (mnohdy vyššího věku) nebo jejich rodiny potřebují na oplátku s něčím pomoci, Paměť národa na ně myslí a její dobrovolníci asistují potřebným s nákupy či vyzvedáváním léků, organizují setkávání pamětníků nebo zprostředkovávají právní a psychologickou pomoc (pomoc.pametnaroda.cz). Mámy klidně i se svými dětmi a také babičky jsou vítány v organizaci HOST – Home start Česká republika (hostcz.org). Předávají své rodičovské zkušenosti rodinám často ze sociálně znevýhodněného prostředí, např. jim ukazují, jak si hrát a komunikovat s dětmi, jak s nimi trávit volný čas, mohou poradit ohledně vaření, nákupů, hospodaření s penězi, hygienických návyků a podobně. Více nabídek hledejte na webech zmíněných dobrovolnických center, a možná má takový program i vaše firma. Zuzana Gregorová, foto na straně 18; DobroCentrum Pátrání po činnosti, která vám sedne FNUSA, na stranách 19 a 21; Petr Vozák a přinese dobrý pocit a naplnění, můžete tedy začít i u svého šéfa. ■

Dobrovolnické aktivity podporuje i Magistrát města Brna dotacemi z rozpočtů odboru zdraví a odboru sociální péče. Odbor zdraví bude letošní projekty teprve posuzovat, odbor sociální péče brněnským zastupitelům navrhuje schválit podporu pro 5 projektů organizací ADRA, Diecézní charita Brno, Dobrovolnické centrum Motýlek, Paspoint a Ratolest Brno v celkové výši 470 tisíc korun.

Když někdo chce pomáhat, měli bychom mu najít cestu

Kdo hledá smysluplnou náplň volného času, chce se seznámit s inspirativními lidmi nebo získat nové zkušenosti, může se stát dobrovolníkem. Kde ale začít? Napovědět mohou Dny dobrovolnictví, které se konají od 26. do 29. dubna. Organizuje je Regionální dobrovolnické centrum Jihomoravského kraje, jehož ředitelka Kateřina Petrášová říká: „Když někdo chce pomáhat, měli bychom mu najít cestu.“

Když se chci stát dobrovolníkem, najdu si na internetu nějaké organizace z vytipované oblasti a napíšu jim, zda mají zájem. Proč bych předtím měla zabrousit na váš web nebo se za vámi osobně stavět?

Například jsme na řadu případů, kdy by lidé rádi začali, ale nemají odvalu, potřebují se trochu víc zorientovat v problematice a online prostředí pro ně není tak bezpečné nebo srozumitelné. Mají představu „chci pracovat s dětmi a mládeží“ nebo „chci jet do zahrady“. My máme na webu 85 medailonků organizací a díky této síti a díky znalosti terénu dovedeme zájemce konkrétněji nasměrovat. Při rozhovoru, který s nimi vedeme, zjišťujeme jejich motivaci, ale i praktické věci, třeba kolik hodin denně, týdně nebo měsíčně tomu chtějí věnovat. Připravíme je také na různá úskalí, někde je třeba absolvovat školení. Kdo má konkrétní představu, vyhledá si organizaci sám, my jsme takoví prostředníci a i díky



akcím, jako jsou Dny dobrovolnictví, oslovujeme ty, kteří o této činnosti dříve neuvažovali a tohle může být impuls, který nastartuje jejich aktivitu.

V jaké oblasti je potřeba nejvíce lidí?

Mění se to v čase. Poslední tři roky s dobrovolnictvím dost zahýbaly – nejdřív to byl covid, když jsme si trochu odpočinuli, přišlo tornádo, a jakmile jsme se trochu vzpamatovali, zaměstnala nás vlna příchodících z Ukrajiny. Teď neustále potřebujeme, aby někdo doučoval češtinu. Poptávka je obrovská a nabídka zejména v Brně nedostačuje. Velký balík jsou také sociální služby – lidé v hospicích, zdravotně nebo jinak znevýhodnění, kteří potřebují doprovod... To je bezdná studna.

A co je mezi dobrovolníky naopak nejžádanější?

Velký zájem je o ekologii, ochranu přírody, práci v lese. A překvapivě i o ty sociální služby.

Než se pustím do dobrovolničení, je asi dobré poznat své slabé a silné stránky. Co by nemělo správnému dobrovolníkovy vyhovět?

Při konzultacích předpokládám, že přijde motivovaný člověk, jinak by naše dveře neotevřel, nenapsal by. Vycházíme také z energie a času, které je ochoten do takové činnosti vložit. A nesmí mu chybět zodpovědnost a otevřená mysl. Někdy se dopředu nedá říct,

co se na místě bude dít, jak se klienti budou chovat, jaká tam bude atmosféra.

A co by uchazeč spíše mít neměl?

Úplně nevím, jestli existuje nějaký nevhodný typ. Ale stává se to, máme takový případ jednou dvakrát do roka. Problém je, pokud si práci pro druhé chce někdo řešit osobní krizí.

Pro mladého člověka se spoustou energie a volného času je snadné stát se dobrovolníkem. Máte ale i zájemce středního a staršího věku?

Brno je univerzitní město, je tu spousta příležitostí, spousta organizací. Takže mladí chodí určitě. Ale z loňského výzkumu vyplynulo, že věková hranice stoupá. Podle jeho výsledků je v České republice typickým dobrovolníkem žena z jižní Moravy do 34 let. Ve střední věku vám odrostou děti, máte víc času, hledáte uplatnění. Další skupina jsou aktivní senioři, což je velké téma posledních dvou třet let. Tito lidé vyžadují jiný přístup než mladí, ale jejich devizou je zkušenost, znalosti. Typické projekty pro ně jsou čtení ve školkách, doučování, mezigenerační aktivity, ochrana krajiny, což navíc udržuje jejich fyzickou kondici. V této skupině vidím velký potenciál.

Rozšířenou verzi rozhovoru si přečtete na webu cosedeje.brno.cz.



Dny dobrovolnictví 2023 se uskuteční 26.–29. dubna v 6 krajích České republiky včetně Jihomoravského. Zahájí je veřejná akce v centru Brna a další dny budou zapojené organizace nabízet vlastní programy pro veřejnost. Cílem je ukázat, co to znamená dobrovolně pomáhat a v čem tato práce spočívá. Více informací najdete s předstihem na webu dnydobrovolnictvi.cz.