



**OBJAV SA
V DOBRO-
VOĽNÍCTVE**

Dobrovoľníctvo je činnosť, ktorú môžeš vykonávať vo voľnom čase, bez nároku na honorár v prospech iných mimo členov rodiny a domácnosti.

Vďaka dobrovoľníctvu môžeš objaviť sám seba, nájsť nové možnosti a cesty svojej realizácie a rozvoja. Svedčia o tom príklady rôznych prínosov, ktoré ľudia získali vďaka dobrovoľníctvu. Pripravili sme ich na základe rozhovorov so 60 mladými ľuďmi a 30 pracovníkmi a pracovníčkami s mládežou. Viac informácií o celom výskume nájdeš publikácii „Dobrovoľníctvo – cesta rozvoja talentu a potenciálu mladých ľudí“

Ak chceš získať viac informácií o dobrovoľníctve a o tom ako sa zapojiť, kontaktuj dobrovoľnícke centrum v tvojom regióne. Informácie o dobrovoľníckych centrách môžeš získať na stránke: **www.dobrovolnickecentra.sk**.



DOBROVOĽNÍCTVO
ROZVINIE TVOJE VEDOMOSTI,
ZRUČNOSTI A SCHOPNOSTI

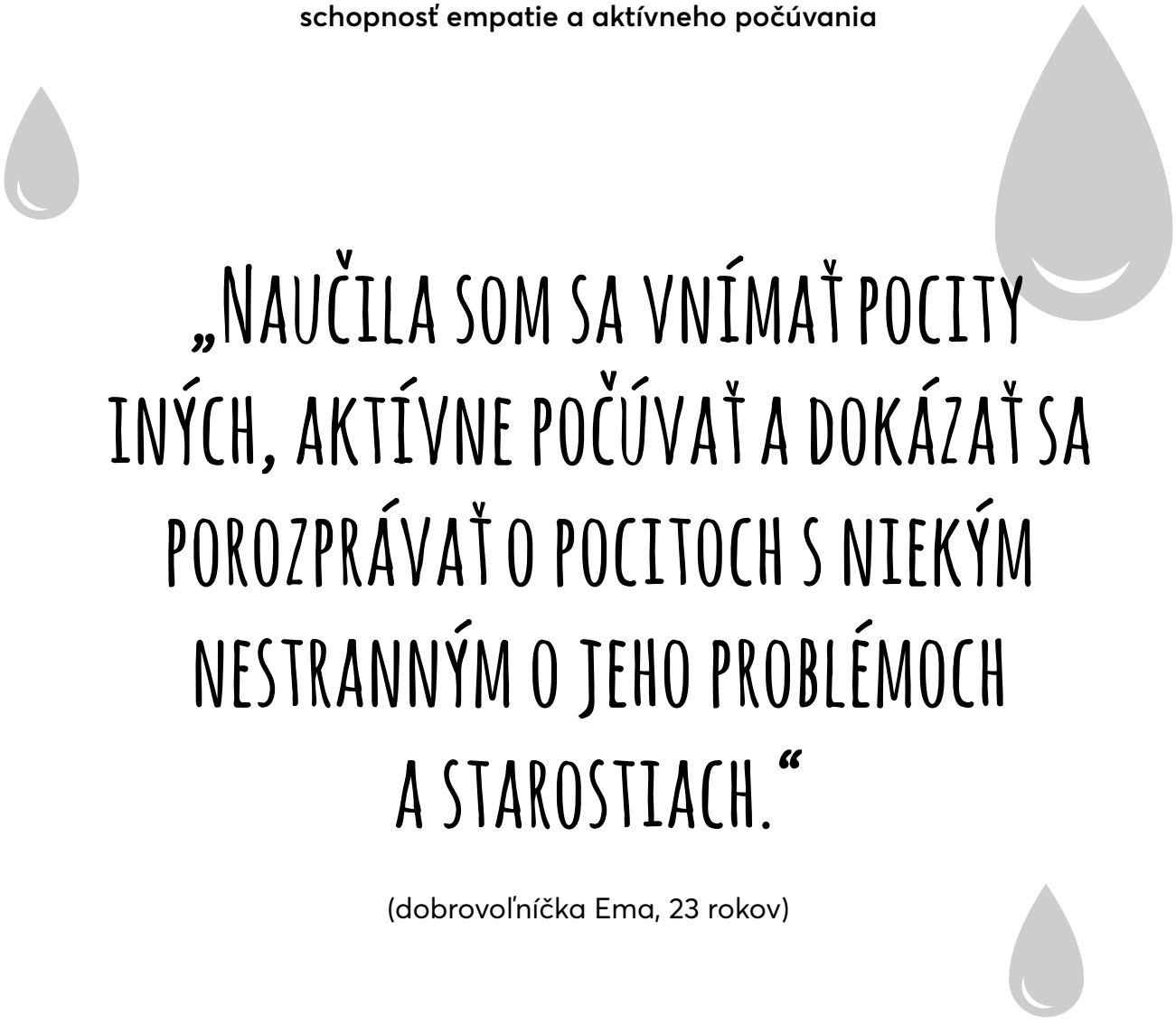


komunikačné zručnosti

„VĎAKA DOBROVOĽNÍCTVU SOM SA
NAUČIL LEPŠIE KOMUNIKOVAŤ.“

(dobrovoľník Roman, 24 rokov)

schopnosť empatie a aktívneho počúvania



„NAUČILA SOM SA VNÍMAŤ POCITY
INÝCH, AKTÍVNE POČÚVAŤ A DOKÁZAŤ SA
POROZPRÁVAŤ O POCITOCH S NIEKÝM
NESTRANNÝM O JEHO PROBLÉMOCH
A STAROSTIACH.“

(dobrovoľníčka Ema, 23 rokov)

komunikácia v cudzom jazyku

„CEZ DOBROVOĽNÍCTVO
SOM SA ZLEPŠIL V ANGLIČTINE.“

(dobrovoľník Juraj, 20 rokov)

prezentačné zručnosti

„PRESTALA SOM SA BÄŤ
PREDNÄŠÄŤ PRED ĽUDMI.“

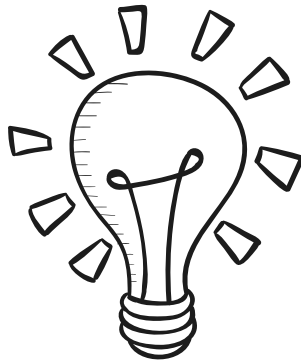
(dobrovoľníčka Jana, 23 rokov)



schopnosť tolerovať iných ľudí

„ROZVINULA SOM SI LEPŠIE CHÁPANIE AJ
ĽUDÍ, KTORÝCH BY SOM PRED TÝM
ODSÚDILA BEZ ZAMYSLENIA SA.“

(dobrovoľníčka Veronika, 26 rokov)



pracovať v tíme

„NAUČIL SOM SA KOOPEROVAŤ V TÍME.“

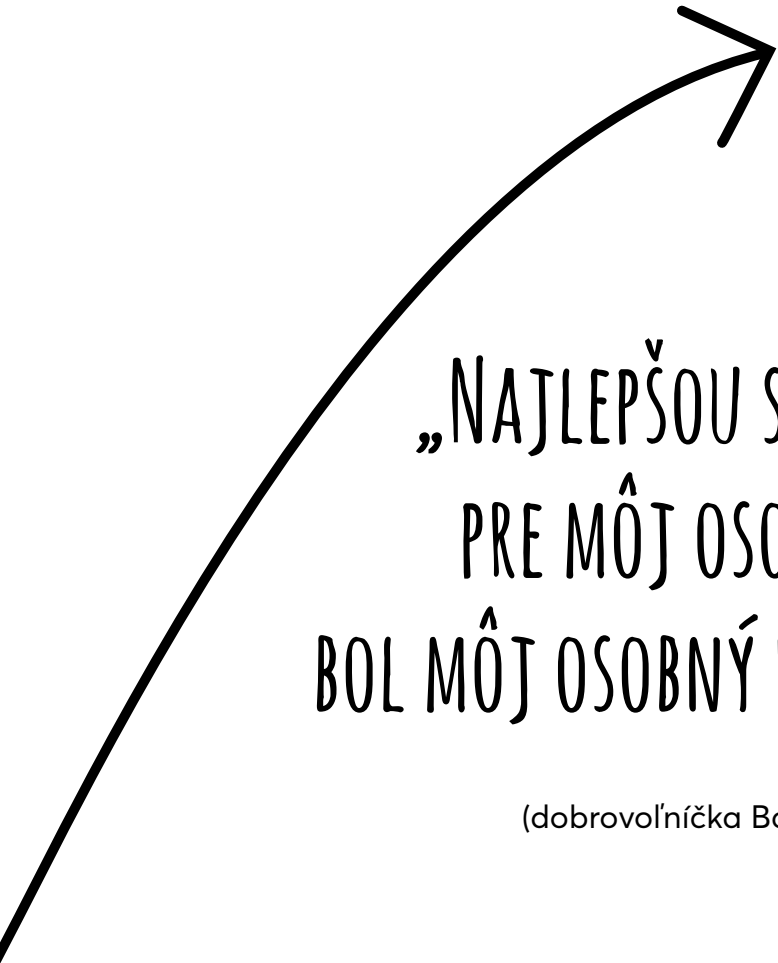
(dobrovoľník Jaro, 25 rokov)

sebapoznanie

„SPOZNALA SOM SAMA SEBA,
SVOJE SCHOPNOSTI.“

(dobrovoľníčka Betka, 27 rokov)

sebarozvoj



„NAJLEPŠOU SKÚSENOSŤOU
PRE MÔJ OSOBNÝ ŽIVOT
BOL MÔJ OSOBNÝ RAST A ROZVOJ.“

(dobrovoľníčka Baška, 26 rokov)

sebadôvera

„ZVÝŠILA SA MOJA SEBADÔVERA.“

(dobrovoľníčka Majka, 22 rokov)

samostatnosť

„VIEM ROBIŤ VECI SAMOSTATNEJŠIE.“

(dobrovoľník Rado, 19 rokov)



zodpovednosť

„NAUČILA SOM SA ZODPOVEDNOSTI.“

(dobrovoľníčka Martina, 17 rokov)



zodpovednosť

„TO NAJDÔLEŽITEJŠIE JE
PRÍLEŽITOSŤ MAŤ ZA NIEČO
ZODPOVEDNOSŤ, BEZ OHĽADU NA TO,
AKÝ JE TO DRUH DOBROVOĽNÍCTVA.

TEN POCIT ZODPOVEDNOSTI A NAUČIŤ
SA TO, ZAŽIŤ SI TO, TO JE ÚPLNE
TO NAJDÔLEŽITEJŠIE.“

(koordinátor dobrovoľníkov a dobrovoľníčok Roman, 33 rokov)

schopnosť zvládať stres

„NAUČILA SOM SA VYROVNAŤ
SA SO STRESOM.“

(dobrovoľníčka Jana, 20 rokov)



schopnosť pracovať v náročných a záťažových situáciách

„NAUČILA SOM SA ZVLÁDAŤ
ZÁŤAŽOVÉ SITUÁCIE.“

(dobrovoľníčka Zuzana, 20 rokov)

„NAUČILA SOM SA, ŽE KEĎ ČLOVEK
CHCE ZVLÁDNE VEĽA VECÍ NARAZ
V KRÁTKOM ČASE.“

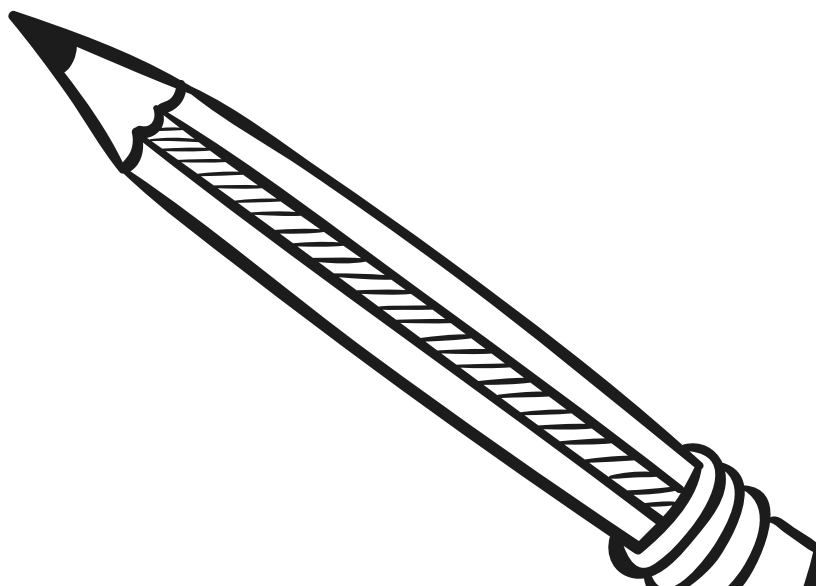
(dobrovoľníčka Katarína, 22 rokov)



schopnosť riadiť projekty

„NAUČIL SOM SA PLÁNOVAŤ
A ROBIŤ PROJEKTY.“

(dobrovoľník Peter, 30 rokov)



vedomosti z oblasti fungovania organizácií a tretieho sektora

„ZISTILA SOM AKO
PRACUJÚ ORGANIZÁCIE.“

(dobrovoľníčka Paulína, 23 rokov)

vedomosti z oblasti fungovania organizácií a tretieho sektora

„ZÍSKALA SOM PREHĽAD O RÔZNYCH
ZARIADENIACH SOCIÁLNYCH SLUŽIEB
V BB KRAJI, TAKISTO AJ
O ORGANIZÁCIÁCH TRETIEHO SEKTORA.“

(dobrovoľníčka Majka, 22 rokov)

lektorské zručnosti

„ZÍSKALA SOM
PEDAGOGICKÉ ZRUČNOSTI.“

(dobrovoľníčka Michaela, 27 rokov)

manuálne zručnosti

„ROZVINUL SOM SI
MANUÁLNE ZRUČNOSTI.“

(dobrovoľník Fero, 21 rokov)

vedomosti z oblasti propagácie

„NAUČILA SOM SA VEĽA
O SOCIÁLNYCH MÉDIÁCH A GRAFIKE.“

(dobrovoľníčka Betka, 27 rokov)

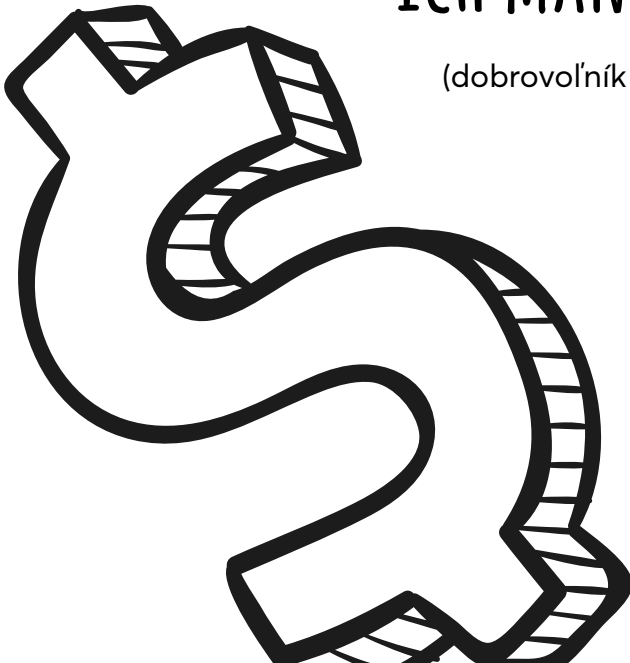


finančná gramotnosť



„NAUČIL SOM SA HOSPODÁRIŤ
S FINANCIAMI A LEPŠIE
ICH MANAŽOVAT’.“

(dobrovoľník Fero, 21 rokov)



vedomosti o ochrane pamiatok

„VEĽA SOM SA NAUČIL O OCHRANE
A ZÁCHRANE KULTÚRNYCH PAMIAŤOK,
PREDOVŠETKÝM ZRÚCANÍM,
VEĽA TECHNOLOGICKÝCH
A PRACOVNÝCH ZRUČNOSTÍ.“

(dobrovoľník Matej, 30 rokov)

schopnosť organizovať rôzne podujatia

„NAUČIL SOM SA
ORGANIZOVAŤ RÔZNE EVENTY.“

(dobrovoľník Rado, 19 rokov)

vedomosti a zručnosti v oblasti grafiky

„DOST VEĽA SKÚSENOSTÍ PRE MOJE SÚČASNÉ
ZAMESTNANIE SOM ZÍSKAL PROSTREDNÍCTVOM
DOBROVOĽNÍCTVA, PRACUJEM AKO GRAFIK
A VEĽKÚ ČASŤ VECÍ, KTORÉ VIEM SOM SA
NAUČIL, KEĎ SOM PRIPRAVOVAL GRAFICKÉ VECI
ALEBO KEĎ SOM FOTIL A NÁSLEDNE
TO UPRAVOVAL A PRIPRAVOVAL.“

(dobrovoľník Marek, 28 rokov)

zručnosti v práci s rôznymi ľuďmi

„NAUČILA SOM SA SPRACOVAŤ
S ĽUĎMI S POSTIHNUTÍM.“

(dobrovoľníčka Paťa, 28 rokov)

zručnosti v práci s rôznymi ľuďmi

„VIEM LEPŠIE PRACOVAŤ S DEŤMI.“

(dobrovoľník Robo, 30 rokov)

DOBROVOĽNÍCTVO
TI PRINESIE POZITÍVNE
POCITY A ZÁŽITKY



dobrý pocit z pomáhania

„MÁM DOBRÝ POCIT Z PRÁCE,
KTORÚ VYKONÁVAM NEZIŠTNE.“

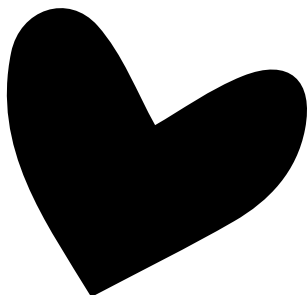
(dobrovoľník Fero, 21 rokov)

dobrý pocit z pomáhania



„TEN POCIT, JE NA NEZAPLATENIE.
AK TO TEDA ČLOVEK NAOZAJ ROBIL
RÁD A SO SRDCOM.“

(koordinátorka dobrovoľníkov
a dobrovoľníčok Jana, 45 rokov)



dobry pocit z uspechu

„NAJVÄČŠÍM PRÍNOSOM BOL PRE MŇA DOBRÝ
POCIT PO REALIZÁCIÍ PROJEKTU.“

(dobrovoľník Matej, 30 rokov)

dobry pocit z uspechu

„ZÍSKAVAM DOBRÝ POCIT, KTORÝ ZÍSKAVAM
Z TOHO, ŽE MÁM ZÁSLUHU NA NIEČOM
ČO SA PODARILO/DOKÁZALO.“

(dobrovoľníčka Lívia, 29 rokov)

pocit ľudskosti

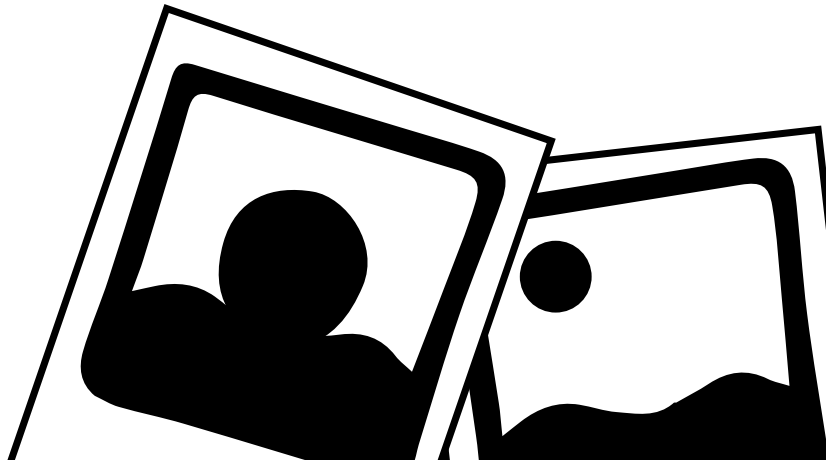
„VIEM, ŽE SOM DOBRÝ ČLOVEK,
LEBO POMÁHAM INÝM.“

(dobrovoľník Jano, 19 rokov)

zážitky

„VĎAKA DOBROVOĽNÍCTVU SOM ZÍSKALA VEĽA
ZÁŽITKOV, NA KTORÉ NIKDY NEZABUDNEM.“

(dobrovoľníčka Romana, 25 rokov)



zábava

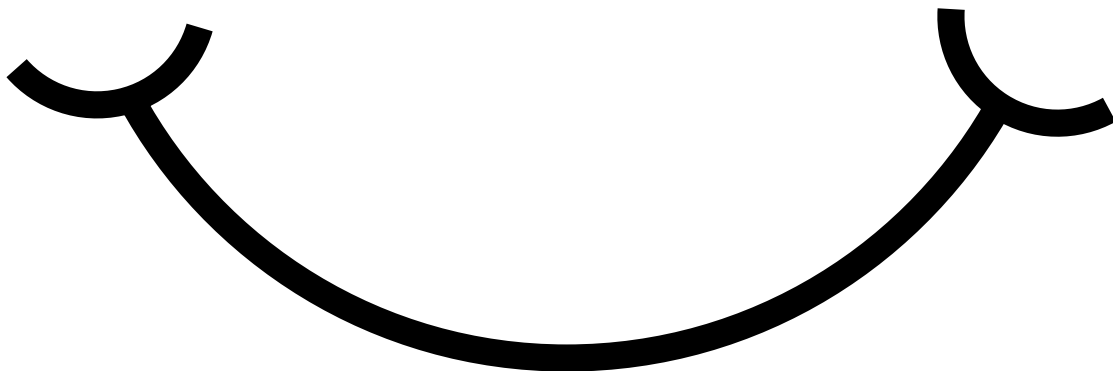
„HLAVNE MA TO BAVILO, ČO SOM ROBIL.“

(dobrovoľník Peter, 20 rokov)

zábava

„VEĽA S ME SA NASMIALI.“

(dobrovoľníčka Magda, 22 rokov)



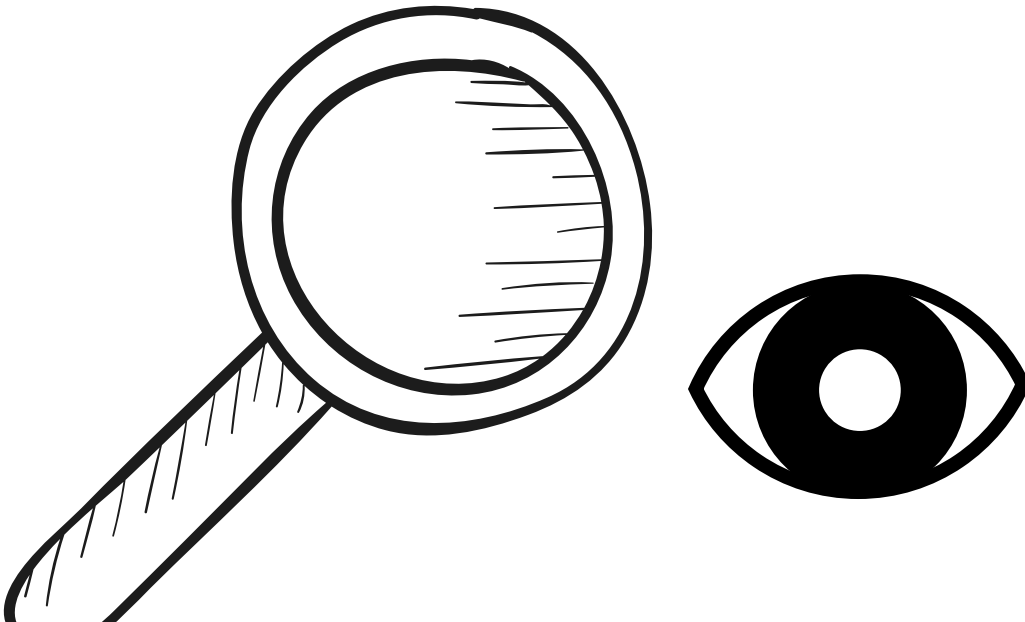
DOBROVOĽNÍCTVO
JE ZMENA



zmena názorov a pohľadov

„ZMENIL SA MÔJ POHĽAD NA PROBLÉMY.“

(dobrovoľníčka Veronika, 30 rokov)



zmena názorov a pohľadov

„ZÍSKALA SOM INÝ POHĽAD NA ŽIVOT,
NADHĽAD NAD ISTÝMI VECAMI. ZISTILA SOM,
ŽE VECI NIE SÚ LEN ČIERNO-BIELE.“

(dobrovoľníčka Majka, 25 rokov)

zmena hodnôt

„DOBROVOĽNÍCTVO MI PRINIESLO
UJASNENIE SI PRIORÍT.“

(dobrovoľník Zdeno, 22 rokov)

zmena hodnôt

„URČITE MI DOBROVOĽNÍCTVO POMOHLA
VYPROFILOVAŤ SI MÔJ REBRÍČEK HODNÔT.“

(dobrovoľník Marián, 23 rokov)

zmena hodnôt

„POROVNÁVAM SVETY, HODNOTY, MENÍM
POSTOJE... ASI VYPROFILOVANIE REBRÍČKA
HODNÔT V ŽIVOTE A UVEDOMENIE SI,
ŽE SÚ ĽUDIA, KTORÍ SA MAJÚ HORŠIE.“

(dobrovoľníčka Paťa, 28 rokov)

zmena života a životného štýlu

„VIAC SOM SA „ZEXTROVERZNILA“. PREDTÝM
SOM LEN LEŽALA NA POSTELI A ČÍTALA KNIHY
A TERAZ NIEČO ROBÍM. NEMÁM ČAS LEŽAŤ
V POSTELI.“

(dobrovoľníčka Mária, 20 rokov)

zmena života a životného štýlu

„DOBROVOĽNÍCTVO MA OVPLYVNILO
V RÔZNYCH SFÉRACH A POSUNULO MA ĎALEJ,
ČI UŽ V MOJOM OSOBNOM ALEBO PROFESIJNOM
ŽIVOTE. PRÍNOSOM JE VLASTNE TO,
ŽE DOBROVOĽNÍCTVO OVPLYVNILO TO,
ČO DNES ROBÍM A TIEŽ TO, KTO SOM.“

(dobrovoľníčka Dominika, 20 rokov)

zmena života a životného štýlu

„NAJVÝZNAMNEJŠÍM PRÍNOSOM JE TO,
AKÁ SOM AJ VĎAKA DOBROVOĽNÍCTVU.
OVPLYVNILO TO MÔJ ŽIVOTNÝ ŠTÝL
A NAZERANIE NA SVET.“

(dobrovoľníčka Simona, 29 rokov)

zmena života a životného štýlu

„ÚPLNE TO ZMENILO MÔJ ŽIVOT,
UKÁZALO NOVÉ CESTY A MOŽNOSTI.“

(dobrovoľník Jano, 20 rokov)

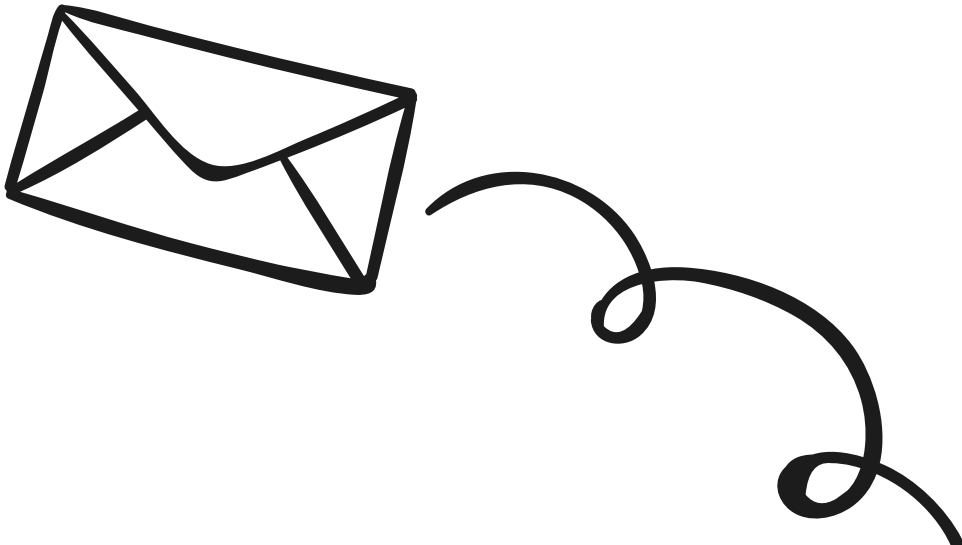
A close-up photograph of two hands clasped together in a firm grip. The hand on the left is a darker skin tone, while the hand on the right is a lighter skin tone and has bright red nail polish. The background is a blurred brick wall. The text is overlaid in the lower center of the image.

DOBROVOĽNÍCTVO ROZŠÍRI
TVOJE KONTAKTY A SIETE

noví ľudia a známosti

„V DOBROVOĽNÍCTVE SOM POZNAL
VEĽA NOVÝCH ĽUDÍ, NOVÉ ZNÁMOSTI.“

(dobrovoľník Michal, 28 rokov)



noví kamaráti a nové kamarátky

„ZÍSKALA SOM NOVÝCH KAMARÁTOV.“

(dobrovoľníčka Maťa, 21 rokov)

noví kamaráti a nové kamarátky

„ZÍSKALA SOM PRIATEĽOV PO CELEJ EURÓPE.“

(dobrovoľníčka Romana, 26 rokov)



budúci partneri a budúce partnerky

„V DOBROVOĽNÍCTVE SOM SI
NAŠLA SOM MANŽELA.“

(dobrovoľníčka Janka, 30 rokov)



spoločenstvo podobných ľudí

„SPOZNAL SOM ĎALŠÍCH DOBROVOĽNÍKOV
S PODOBNÝMI ZÁUJMAMI A NÁZORMI.“

(dobrovoľník Jakub, 20 rokov)

spoločenstvo podobných ľudí

„NAPLNILA SA MOJA POTREBA NIEKAM PATRIŤ,
MEDZI PODOBNÝCH ĽUDÍ.“

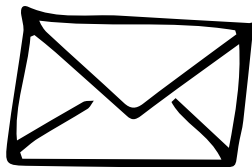
(dobrovoľníčka Paťa, 28 rokov)

rôznorodí ľudia

„MAJÚ MOŽNOSŤ STRETÁVAŤ SA
A KONFRONTOVAŤ SA S INÝMI NÁZORMI,
ODLIŠNÝM SOCIÁLNYM POSTAVENÍM
A NÁRODNOSŤOU, SEXUÁLNOU ORIENTÁCIOU.
KONTAKTY S ĽUĎMI KTORÍ SÚ INÍ,
SÚ NAJLEPŠÍM NÁSTROJOM, ABY BUDÚCA
SPOLOČNOSŤ NAŠEJ KRAJINY BOLA
OTVORENEJŠIA A TOLERANTNEJŠIA.“

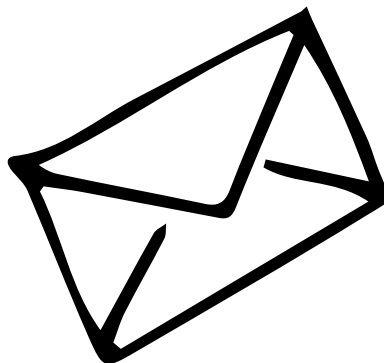
(koordinátor dobrovoľníkov a dobrovoľníčok Radovan, 29 rokov)

kontakty na budúcich zamestnávateľov



„ZÍSKALA SOM VEĽA KONTAKTOV
NA MOŽNÝCH BUDÚCICH
POTENCIÁLNYCH ZAMESTNÁVATEĽOV.“

(dobrovoľníčka Barbora, 24 rokov)



kontakty na budúcich zamestnávateľov

„VĎAKA DOBROVOĽNÍCKEJ PRÁCI MÔŽE DOBROVOĽNÍK OKREM PRAXE ZÍSKAŤ HLAVNE KONTAKTY. TIE SÚ ČASTO NA NEZAPLATENIE A DÁ SA VĎAKA NIM VYBUDOVAŤ DOBRÁ SIEŤ NA KOMUNIKÁCIU, HĽADANIE PRACOVNÝCH PRÍLEŽITOSTÍ, ZÍSKAŤ ODPORÚČANIE A POD.“

(koordinátor dobrovoľníkov a dobrovoľníčok Jaro, 39 rokov)



DOBROVOĽNÍCTVO TI
OTVORÍ NOVÉ MOŽNOSTI



nové směry rozvoja

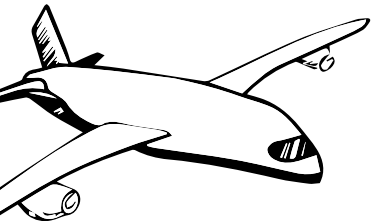
„OTVORILO MI TO OBROVSKÉ MOŽNOSTI.“

(dobrovolník Patrik, 17 rokov)

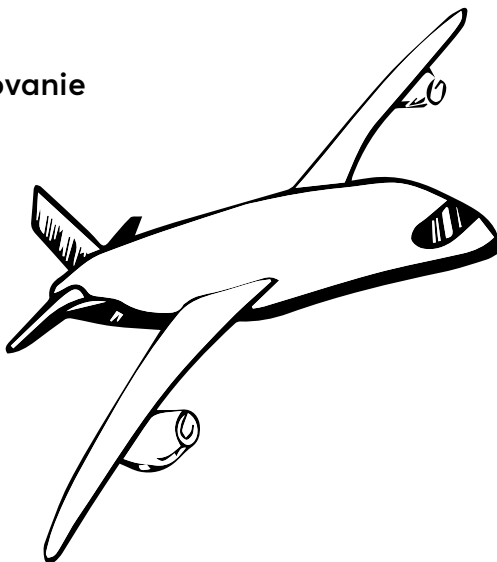
nové směry rozvoja

„VĎAKA DOBROVOĽNÍCTVU
MÁM NOVÉ KONÍČKY.

(dobrovoľníčka Zdena, 25 rokov)

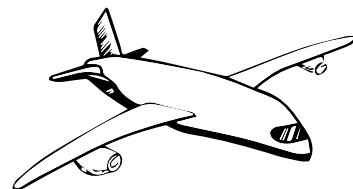


cestovanie



„V RÁMCI DOBROVOĽNÍCTVA SOM MALA
MOŽNOSŤ VEĽA CESTOVAŤ.“

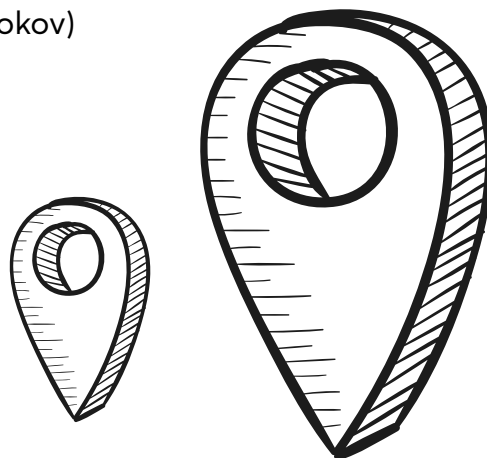
(dobrovoľníčka Zuzana, 26 rokov)



spoznávanie nových krajín

„CEZ DOBROVOĽNÍCTVO SOM
SPOZNALA NOVÉ KRAJINY.“

(dobrovoľníčka Paťa, 28 rokov)



vyskúšanie nových vecí

„PRÍNOSOM BOLO PRE MŇA
VYSKÚŠANIE SI NIEČOHO,
ČO SOM NIKDY PREDTÝM NEROBILA.“

(dobrovoľníčka Vlad'a, 18 rokov)

konfrontácia s nepoznaným

„MAL SOM MOŽNOSŤ KONFRONTOVAŤ
SA S NOVÝMI ŽIVOTNÝMI SITUÁCIAMI.“

(dobrovoľník Mário, 23 rokov)

prekonanie vlastných hraníc

„PREKONALA SOM SVOJE HRANICE.“

(dobrovoľníčka Zuzana, 20 rokov)

spestrenie života

„SOM MLADÝ ČLOVEK, KTORÝ NEMÁ RÁD
ZABEHNUTÉ VECI A STEREOTYPY, A PRÁCA
V DOBROVOĽNÍCTVE MI DÁVA PRIESTOR
PRE SPESTRENIE VLASTNÉHO ŽIVOTA.“

(dobrovoľník Michal, 23 rokov)

A woman is shown in profile, holding a white mug to her lips. She is looking out a window at a bright sun, which creates a warm, golden glow and some lens flare. The background is slightly blurred, showing what appears to be a window frame and some foliage outside.

DOBROVOĽNÍCTVO
TI PRINESIE
VNÚTORNÉ NAPLNENIE

obohatenie

„PRÁCA S ĽUĎMI A KONTAKT
S NIMI JE NESKUTOČNE OBOHACUJÚCI.“

(dobrovoľníčka Lenka, 30 rokov)

uspokojenie

„PRÁCA V DOBROVOĽNÍCTVE
MA USPOKOJUJE A NAPLŇA.“

(dobrovoľníčka Kristína, 26 rokov)

zmysluplnosť

„NAJVÄČŠÍ PRÍNOS PRE OSOBNÝ ŽIVOT JE
V TOM, ŽE ROBÍM PRÁCU, KTORÁ MÁ ZMYSEL.“

(dobrovoľník Michal, 27 rokov)

zmysluplnosť

„JE TO ZMYSLUPLNE STRÁVENÝ VOL'NÝ ČAS.“

(dobrovoľníčka Žofia, 27 rokov)

užitočnost

„VĎAKA DOBROVOĽNÍCTVU SOM
SA ZAČALA CÍTIŤ UŽITOČNE.“

(dobrovoľníčka Ružena, 30 rokov)

sebarealizácia

„VĎAKA DOBROVOĽNÍCTVU SOM MALA MOŽNOSŤ
SA REALIZOVAŤ A ROBIŤ TO, ČO MÁM RADA.“

(dobrovoľníčka Paťa, 28 rokov)

DOBROVOĽNÍCTVO TI UMOŽNÍ
AKTÍVNE SA ZAPOJIŤ
DO RIEŠENIA PROBLÉMOV



záujem o okolie

„UVEDOMILA SOM SI,
AKÉ PROBLÉMY ĽUDIA MAJÚ.“

(dobrovoľníčka Jana, 20 rokov)



záujem o okolie

„MÁM ODVTEDY POTREBU
ZAUJÍMAŤ SA O TÉMU BEZDOMOVECTVA
V BRATISLAVE.“

(dobrovoľník Laco, 23 rokov)

uvedomenie si potreby riešiť problémy

„UVEDOMIL SOM SI POTREBU ANGAŽOVAŤ
SA A POKIAĽ CHCEME NIEČO ZMENIŤ
MUSÍME ZAČAŤ OD SEBA.

(dobrovoľník Peter, 21 rokov)

uvedomenie si potreby riešiť problémy

„UVEDOMILA SOM SI, ŽE JE POTREBNÉ ZAPÁJAŤ
SA DO VECÍ, KTORÉ SA OKOLO MŇA DEJÚ
A ŽE JE DOBRÉ BYŤ AKTÍVNYM ČLOVEKOM.“

(dobrovoľníčka Žaneta, 24 rokov)

uvedomenie si potreby riešiť problémy

„AK CHCEME NIEČO ZMENIŤ,
SAMI MUSÍME BYŤ AKTÍVNI.“

(dobrovoľníčka Paťa, 28 rokov)

možnosť zapojiť sa

„PRÍNOSOM JE TAKÁ AKTIVIZÁCIA K VECIAM...
PROSTE ANGAŽOVANIE SA VO VECIACH,
NEFRFLANIE ŽE NIEČO NEFUNGUJE,
SNAHA POKÚSIŤ SA TO ZMENIŤ
A NESEDIETŤ A NEČAKAŤ.“

." (dobrovoľníčka Jarka, 18 rokov)

uvedomenie si potreby riešiť problémy

„VYJADRUJEM SA
K DIANIU V NAŠEJ KRAJINE.“

(dobrovoľník Boris, 24 rokov)

DOBROVOĽNÍCTVO ŤA
PREPOJÍ SO SVETOM PRÁCE



skúsenosti a prax

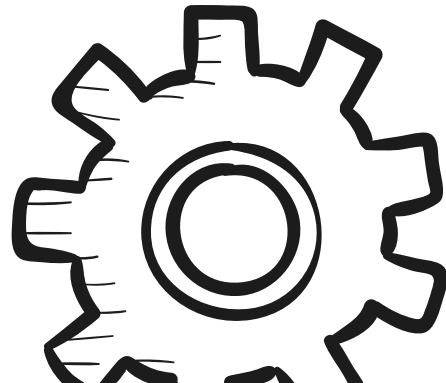
„DOBROVOĽNÍČIM V OBLASTI MOJEJ BUDÚCEJ
PROFESIE A MÔJHO SÚČASNÉHO ŠTÚDIA. JE TO
VÝBORNÝ NÁSTROJ NA ZBER SKÚSENOSTÍ.“

(dobrovoľník Stano, 22 rokov)

skúsenosti a prax

„NAJVÄČŠÍM PRÍNOSOM PRE PROFESIJNÝ ŽIVOT
JE PRE MŇA NADOBUDNUTIE PRAXE.“

(dobrovoľníčka Braňa, 23 rokov)



východa pri uchádzaní sa o prácu

„MYSLÍM SI, ŽE TO NAJLEPŠIE ČO MI MOJA
DOBROVOĽNÍCKA SKÚSENOSŤ DÁVA JE PRAX.
JE TO NIEČO ČO JE PRIAMO AKOBY VYTRHNUTÉ
ZO ŽIVOTA. ÍDE O PRÍBEHY ĽUDÍ, DETÍ, RODIČOV
A ICH BLÍZKYCH A JE TO NEPOCHYBNE ŠKOLA
ŽIVOTA AJ PRE MŇA SAMU.“

(dobrovoľníčka Saša, 25 rokov)

výhoda pri uchádzaní sa o prácu

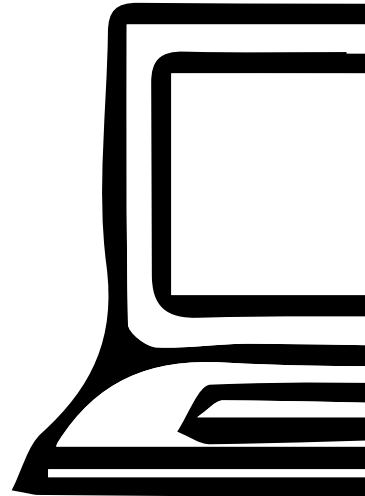
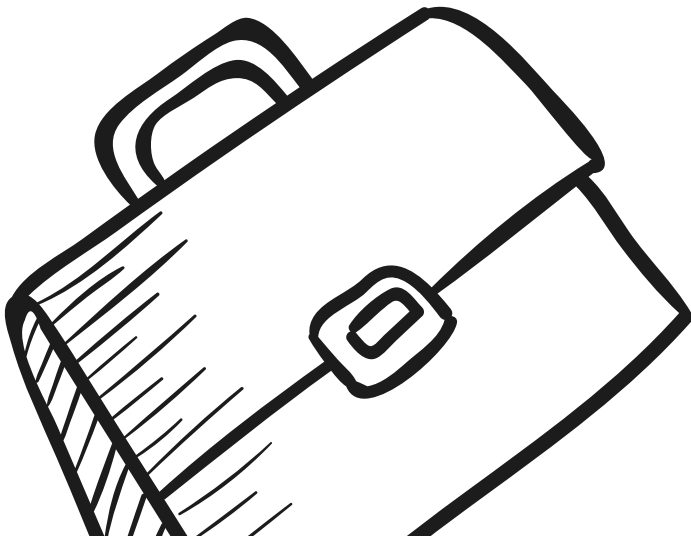
„MÔŽEM SI TO ZÁROVEŇ AJ NAPÍSAŤ
DO ŽIVOTOPISU, ČO PRI POHOVOROCH
VEĽMI OCEŇUJÚ.“

(dobrovoľník Matej, 24 rokov)

nájdenie zamestnania

„VĎAKA DOBROVOĽNÍCTVU SOM SI NAŠIEL
HNEĎ DVE ZAMESTNANIA.“

(dobrovoľník Zdeno, 28 rokov)



nájdenie zamestnania

„CEZ DOBROVOĽNÍCTVO SOM SA DOSTALA
DO SÚČASNEJ PRÁCE.“

(dobrovoľníčka Karolína, 28 rokov)

nájdenie zamestnania

„PRIŠLA SOM K PROFESIONÁLNEMU
JOBU CEZ DOBROVOĽNÍCTVO.“

(dobrovoľníčka Barbora, 26 rokov)

nájdenie zamestnania

„NAŠLA SOM SI PRÁCU, PRETOŽE
MOJEJ ŠEFKE SA PÁČILI MOJE
DOBROVOĽNÍCKE SKÚSENOSTI.“

(dobrovoľníčka Beata, 30 rokov)

profesijný rast

„VĎAKA TOMU SOM MAL MOŽNOSŤ ZÚČASTNIŤ SA MNOHÝCH ŠKOLENÍ A VZDELÁVANÍ, KTORÉ MI POMOHLI V MOJOM PROFESIJNOM RASTE.“

(dobrovoľníka Marek, 27 rokov)

DOBROVOĽNÍCTVO
VYUŽIJEŠ PRI
SVOJOM ŠTÚDIU

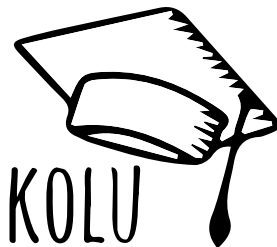


voľba štúdia a budúcej profesie

„DOBROVOĽNÍCTVO MA OVPLYVNILO PRI VOĽBE
ŠKOLY A VOĽBE PROFESIE, KTORÚ CHCEM
V BUDÚCNOSTI VYKONÁVAŤ.“

(dobrovoľník Miro, 19 rokov)

voľba štúdia a budúcej profesie



„VYBRALA SOM SI NA TOM ZÁKLADE ŠKOLU
A TAKISTO AJ MOJE BRIGÁDY SÚ ČASTO
ZAMERANÉ NA SKÚSENOSTI, KTORÉ MÁM
Z DOBROVOĽNÍCTVA.“

(dobrovoľníčka Patrícia, 23 rokov)

výhoda pri uchádzaní sa o štúdium

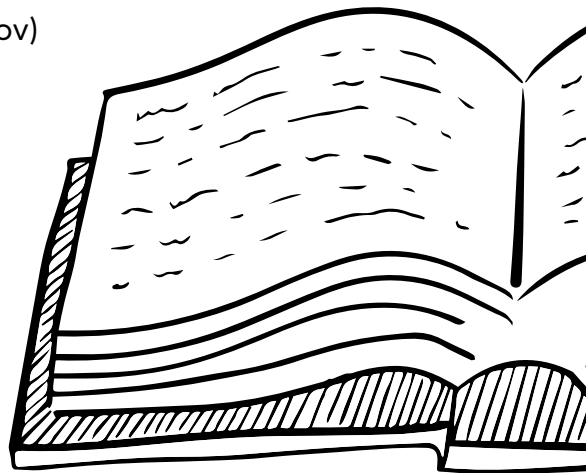
„VĎAKA DOBROVOĽNÍCKYM SKÚSENOSTIAM
SA DOSTANEM NA ŠKOLU.“

(dobrovoľníčka Miriam, 18 rokov)

výhoda pri uchádzaní sa o štúdium

„VZHĽADOM K ŠTÚDIU TO BUDE MAŤ PRE MŇA
VÝZNAM, LEBO MA TO ODLÍŠI A V ZAHRANIČÍ
TO MUSÍ BYŤ, ČIŽE SA VĎAKA TOMU
DOSTANEM NA ŠKOLU.“

(dobrovoľník Slavo, 17 rokov)



prepojenie teórie s praxou

„PREPOJILA SOM SI TO,
ČO SOM ŠTUDOVALA S PRAXOU.“

(dobrovoľníčka Lívia, 25 rokov)

prepojenie teórie s praxou

„VIAC MI TO POMOHLA POROZUMIEŤ
NIEKTORÝM PREDMETOM V ŠKOLE.“

(dobrovoľník Milan, 24 rokov)

prepojenie teórie s praxou

„JEDNODUCHŠIE SOM POCHOPILA TEÓRIU
A VIEM SI JU PREPOJIŤ S PRAXOU.“

(dobrovoľníčka Dáša, 23 rokov)

A close-up photograph of a person's hand holding a wooden-handled brush with a black ferrule and bristles. The brush is applying blue paint to a white canvas, creating a wavy, textured pattern. The background is softly blurred, showing a light blue garment. The text is overlaid in the upper right quadrant.

DOBROVOĽNÍCTVO
OBJAVÍ A ROZVINIE
TVOJ TALENT

Vďaka dobrovoľníctvu môžeš objaviť alebo rozvinúť svoj talent v oblasti i komunikácie a práce s inými ľuďmi, umenia, vedenia iných ľudí, práce s informáciami, organizovania aktivít, športu a iných oblastí.

„Dobrovoľníctvo môže byť predovšetkým príležitosťou na objavenie talentu a môže ponúknuť priestor na jeho ďalší rozvoj. Je to jeden zo spôsobov, akým si mladý človek môže vyskúšať rôzne druhy činností a zistiť, čo ho baví a v čom sa chce zlepšovať.“

(koordinátor dobrovoľníkov a dobrovoľníčok Juraj, 35 rokov)

„Ja som na niekoľkých dobrovoľníkoch pozorovala, že keď k nám prišli, sami netušili, že majú nadanie na vec, s ktorou nám následne začali pomáhať. A tento talent u sebe objavili a zlepšovali sa v ňom. A teraz sú v tom fakt super.“

(koordinátorka dobrovoľníkov a dobrovoľníčok Katarína, 32 rokov)

AKO?

vykonávaním priamej práce a aktivít

„Tým že pracujem s deťmi, učím ich tak som si rozvinul svoj vzťah k nim ešte viac.“

(dobrovoľníčka Slávka, 22 rokov)

„V dobrovoľníckych činnostiach som tvoril oveľa viac grafických materiálov, veľa som fotil, a následne som to musel spracovať a odovzdať pre propagáciu.“

(dobrovoľník Roman, 26 rokov)

„Zúčastnil som sa medzinárodného projektu, v rámci ktorého som musel na uvádzacom meetingu 5 dní komunikovať s ľuďmi z celej strednej Európy po anglicky.“

(dobrovoľník Peter, 26 rokov)

spoluprácou s profesionálmi a profesionálkami

„Ľudia môžu robiť rôzne činnosti pod dohľadom profesionálov, ktorí ich usmerňujú alebo mentorujú alebo trebárs supervidujú. A často krát v profi organizáciách, do ktorých by inak nemali prístup.“

(koordinátorka dobrovoľníkov a dobrovoľníčok Ida, 36 rokov)

„Získajú odbornú pomoc – nadhľad odborný. Odborník je tam na to, aby naučil niečo dobrovoľníkov, inštruktor a lektor, ktorý to naučí a budú to robiť iní dobrovoľníci, a rozvíjajú tak ich nadanie.“

(koordinátor dobrovoľníkov a dobrovoľníčok Braňo, 33 rokov)

Copyright © 2016

**Bratislavské dobrovoľnícke centrum, Nitrianske centrum dobrovoľníctva
Centrum dobrovoľníctva Banská Bystrica**

Autorky:

doc. PhDr. Alžbeta Brozmanová Gregorová, PhD.

PhDr. Michaela Šavrnichová, PhD., Mgr. Jana Šolcová, PhD.

Grafická príprava:

MFA Hana Hudáková BA (Hons), Ing. Milica Schusterová, ArtD.

Miesto vydania: Bratislava

Vydalo: Bratislavské dobrovoľnícke centrum

Rok vydania: 2016

ISBN 978-80-972255-2-0



MINISTERSTVO ŠKOLSTVA,
VEDY, VÝSKUMU A ŠPORTU
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Publikácia bola vydaná v rámci projektu Zaži Talent.

Projekt je financovaný z dotácie Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky.

Titmouse
Sydney