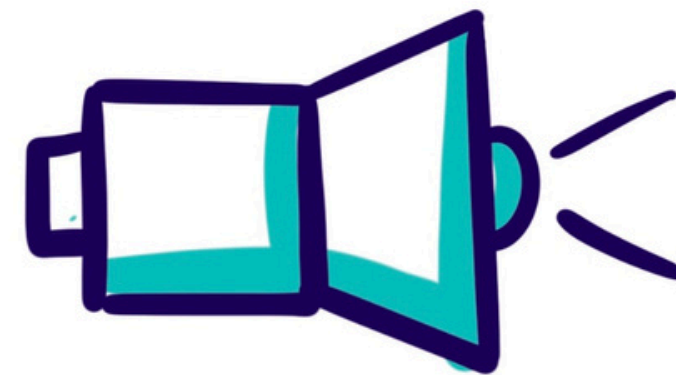


Przewodnik po Wolontariacie i Aktywizmie

Jak Twoja pasja może stać się Twoją "supermocą"?



Właśnie odkryliście swoje "SUPERMOCE"

Właśnie wypełniliście "Mapę Pasji i Trosk".
To Wasz osobisty kompas. Znaleźliście trzy klucze



PRZEPIS NA ZMIANĘ:

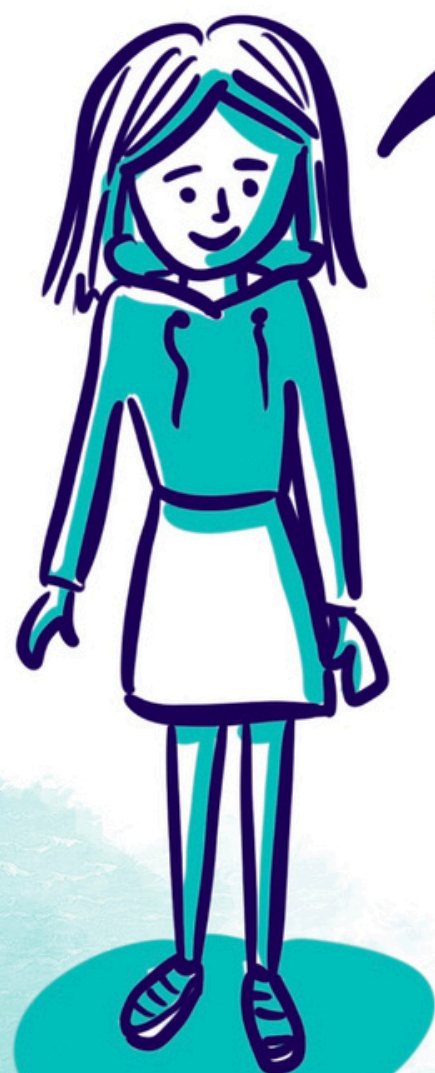
-  **PASJE** (Co kochacie robić?)
-  **TROSKI** (Co Was denerwuje?)
-  **ZASOBY** (W czym jesteście dobrzy?)

A large curved arrow on the right side of the box points from the 'PRZEPIS NA ZMIANĘ' title towards the three key elements.

Ania, Tomek i Kasia: TRZY DROGI, JEDEN CEL

Widzieliśmy właśnie 3 historie:

ANIA



Regularnie
w schronisku
(Siła Cierpliwości)

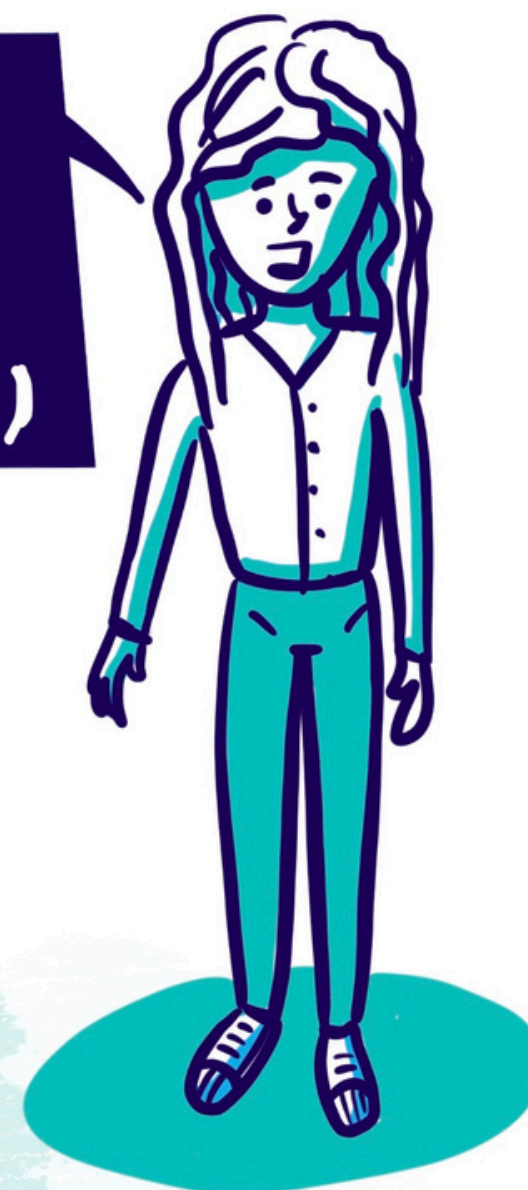
Jednorazowo
na festiwalu
(Siła Energii)

TOMEK



Online
dla swojego
parku
(Siła Talentu)

KASIA

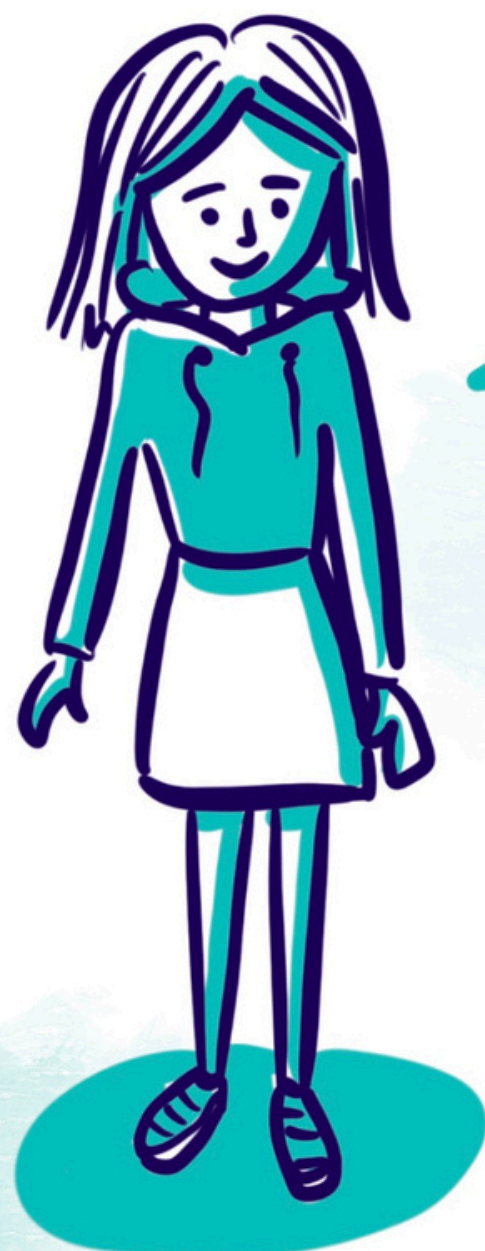


Robią różne rzeczy,
ale czy możemy
je jakoś nazwać
i uporządkować?

TAK

Jak ANIA: Wolontariat Długoterminowy

Regularne, stałe zaangażowanie w jednym miejscu (np. co tydzień).



WYMAGA: Zobowiązania, systematyczności, cierpliwości.

PRZYKŁADY: Pomoc w schronisku, stała pomoc w domu kultury, prowadzenie cotygodniowych korepetycji dla młodszych uczniów.



Jak TOMEK: Wolontariat Akcyjny (Eventowy)

Jednorazowa, intensywna pomoc przy konkretnym wydarzeniu.

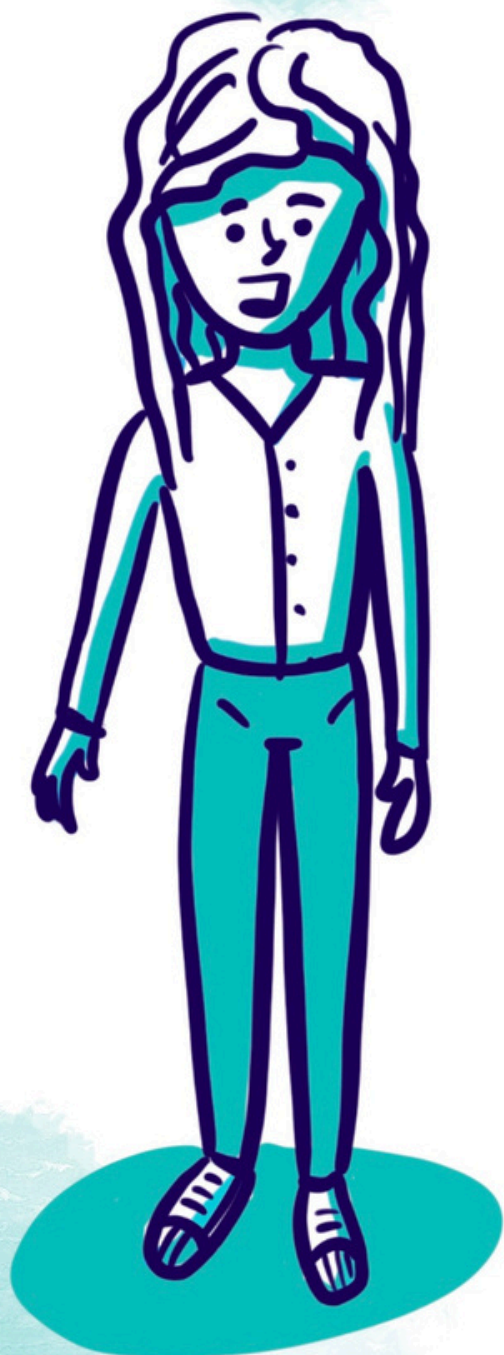
WYMAGA: Energii "tu i teraz", gotowości do różnych zadań.

PRZYKŁADY: Finał WOŚP, bieg charytatywny, lokalny festyn, jednodniowa zbiórka żywności w sklepie.



Jak KASIA: E-Wolontariat (Aktywizm Cyfrowy)

Wykorzystanie swoich talentów i narzędzi cyfrowych do pomagania lub zmiany rzeczywistości (często z domu).



WYMAGA: Umiejętności (grafika, pisanie, social media), dostępu do internetu.
PRZYKŁADY: Prowadzenie social mediów dla fundacji, projektowanie plakatów, pisanie petycji online, organizowanie zbiorów internetowych.



Dwie Twarze Zmiany: Pomoc vs. Zmiana Systemu

WOLONTARIAT (Jak Ania i Tomek):

Pomoc i wsparcie w ramach istniejącego systemu.
(Np. Schronisko już istnieje, Ania pomaga mu działać).

Niesienie ulgi, wspieranie potrzebujących.



AKTYWIZM (Jak Kasia):

Działanie na rzecz zmiany problemu u jego źródła.
(Np. Park jest brudny, Kasia chce to zmienić i organizuje ludzi).

Zmiana prawa, nawyków, świadomości.



Obalamy Mity! (Wymówki vs. fakty)

MIT 1: "Muszę być pełnoletni/a"

FAKT

~~18+~~

Nie! (Poniżej 18 lat wystarczy zgoda rodzica. Sprawdź, czy masz w szkole Szkolne Koło Wolontariatu!)

MIT 2:
"Muszę mieć mnóstwo wolnego czasu"



Nie! (Pamiętasz Tomka? Wolontariat akcyjny to może być 1 wieczór. E-wolontariat możesz robić godzinę z domu.)

MIT 3:
"To tylko praca za darmo"



Nie! (To inwestycja w siebie. O tym, co zyskujesz, powiemy... **TERAZ!**)

Co ZYSKUJESZ, pomagając innym?



Doświadczenie (CV!),



Umiejętności (organizacja, grafika),



Ludzie (networking),



Sens (poczucie wpływu).

Kto organizuje te wszystkie akcje?



Organizacje Pozarządowe (NGO),
czyli "Trzeci Sektor"
(Fundacje i Stowarzyszenia)

Jaką "Supermoc" wybierasz?



**PASJA: Gry + TROSKA: Samotność seniorów
= WOLONTARIAT: sesje z odpowiednimi grami**

Nie musisz od razu ratować świata

Siła "Aktywizmu Oddolnego" (Grassroots)

Aktywizm ma dwa poziomy. Oba są ważne!



1. "WIELKA ZMIANA" (np. Greenpeace, ONZ):

CEL: Zmiana globalnego prawa, zatrzymanie zmian klimatu.

WYMAGA: Tysiący ludzi, dużych budżetów.

2. "AKTYWIZM ODDOLNY" (GRASSROOTS):

CEL: Rozwiązanie lokalnego problemu (jak Kasia i jej park, brak stojaków na rowery, dziura w chodniku).

WYMAGA: Dobrego pomysłu, kilku znajomych i mediów społecznościowych.

Wniosek: Zaczynaj lokalnie! To tu Twój wpływ jest najszybszy i najbardziej widoczny.

Twój Pierwszy Krok (w 15 minut)

Co możesz zrobić JESZCZE DZIŚ, nie czekając na nic?



Wybierz JEDNĄ rzecz z tej listy i zrób ją po powrocie do domu:

1. Zrób research: Wpisz w Google 3 słowa, np. "fundacja [Twoje Miasto] zwierzęta". Zobacz, kto działa w Twojej okolicy.
2. Zaobserwuj: Znajdź na Instagramie lub TikToku 1-2 organizacje lub aktywistów, którzy Cię inspirują. Po prostu zobacz, jak działają.
3. Podpisz petycję: Wejdź na znaną platformę z petycjami online (np. Avaaz, Nasza Demokracja) i podpisz JEDNĄ petycję w sprawie, która jest dla Ciebie ważna.
4. Porozmawiaj: Powiedz o swoim pomysle z "Mapy Trosk" jednej osobie – rodzicowi lub przyjacielowi. Głośne mówienie o problemie to pierwszy krok do jego rozwiązania.

DZIAŁANIE zaczyna się od CIEBIE



„Nigdy nie wątp, że mała grupa myślących i zaangażowanych obywateli może zmienić świat. W istocie, tylko ona go zmienia. „

Margaret Mead