



# Dobrovolníci mění svět

sborník příkladů dobré praxe



Evropský rok dobrovolnictví 2011



Evropský rok  
dobrovolnictví

2011



## Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

právě otevíráte publikaci, která vznikla v rámci Evropského roku dobrovolnictví vyhlášeného Evropskou komisí pro rok 2011. V České republice jej koordinovalo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy a já jsem moc rád, že se nám do realizace aktivit Evropského roku dobrovolnictví podařilo zapojit velké množství partnerů jak z ostatních resortů, tak z řad neziskových organizací. Mohli jsme se tak věnovat podpoře všech forem dobrovolnických činností. Ochutnávku jejich jednotlivých podob a představení konkrétních dobrovolníků včetně jejich zkušeností teď držíte v ruce. S ohledem na rozsah publikace jsme mohli vybrat pouze zlomek všech příspěvků, což nebylo vůbec jednoduché. Každý z příběhů tedy reprezentuje další stovky či tisíce podobných, které se každý den odehrávají v nemocnicích, na dětských hřištích, v pečovatelských ústavech a všude tam, kde „dobrovolníci mění svět“.



Tak zní totiž motto Evropského roku dobrovolnictví. Právě aktivní zájem lidí o to, co se děje v jejich okolí, je nezbytným prvkem dobře fungující občanské společnosti. Jakkoliv malý se může někomu zdát přínos jednotlivého dobrovolníka, v případě zapojení stovek či tisíců dobrovolníků je již dopad jejich činností výrazný.

Během této roční kampaně na podporu dobrovolnictví se uskutečnily stovky aktivit, na kterých se podílely tisíce lidí. Naším cílem bylo nejen představit široké veřejnosti, že pomáhat druhým bez jakéhokoliv nároku na odměnu je záslužné a potřebné, ale také to, že dobrovolníci jsou běžní lidé, kteří si tím, co dělají, zaslouží uznání, a že být dobrovolníkem může být skutečně úplně každý. Dále jsme se zaměřili na věci, které sice nejsou navenek tolik vidět, ale které jsou pro podporu dobrovolnictví klíčové. Mám na mysli zejména nutné legislativní úpravy a především podporu kvality dobrovolnictví tam, kde probíhá organizovaně.

Na závěr bych chtěl moc poděkovat těm, kteří se na realizaci aktivit Evropského roku dobrovolnictví podíleli a přispěli tak k úspěšnému průběhu celé kampaně. Zejména bych však rád poděkoval všem dobrovolníkům za to, co dělají, a doufám, že i tato publikace přispěje k tomu, že počet dobrovolníků bude i dál narůstat.

Přeji vám příjemné inspirativní čtení.

Michal Urban  
ředitel Odboru pro mládež MŠMT



## Dobrovolnictví ve zdravotnictví

Dobrovolnictví ve zdravotnictví se v České republice začalo postupně, ale systematicky objevovat od roku 2000. Mnoho dobrovolníků dnes působí nejen v lůžkových zdravotnických zařízeních, ale i ve „zdravotně sociálním terénu“, kde pomáhají hlavně lidem s různým typem zdravotního postižení. Svou činností jim usnadňují návrat do společnosti i fungování v běžném životě, umožňují zapojit se do aktivit, které by pro ně samotné byly těžko dostupné. Dobrovolníci jsou tak přirozeným mostem, který propojuje zdravotnickou a sociální oblast.

Náplně činností dobrovolníků s pacienty/klienty jsou rozmanité a zahrnují tvořivé volnočasové aktivity, činnosti přispívající k rehabilitaci a nácviku soběstačnosti pacientů nebo organizaci a pomoc při kulturních akcích jak ve zdravotnických zařízeních, tak v rámci aktivit pořádaných nestátními organizacemi. V poslední době se pak jako specifická velmi oblíbená dobrovolnická aktivita, jak u pacientů, tak u personálu i dobrovolníků samotných, používá canisterapie.

V nemocnicích se dobrovolnický program osvědčil jako jeden z nástrojů, který prostřednictvím lidského kontaktu dobrovolníka s pacientem napomáhá aktivizaci, motivaci a psychické podpoře hospitalizovaných pacientů, přispívá k efektivnější organizaci práce i času odborného personálu i ke zlepšení celkové atmosféry nemocnice. Praktické zkušenosti se začleněním dobrovolnického programu má v ČR řada státních i nestátních zdravotnických zařízení, velkých fakultních, krajských i menších oblastních a městských nemocnic. V některých případech spolupracuje zdravotnické zařízení s nestátní neziskovou organizací, jindy si nemocnice řídí celý dobrovolnický program sama.

Dobrovolnická zkušenost z kontaktu s dlouhodobě, chronicky nebo terminálně nemocnými či dětmi i dospělými s tělesným, mentálním i duševním onemocněním nebo smyslovým handicapem přináší dobrovolníkům jiný úhel pohledu na smysl a kvalitu života. Je také velmi rychlým a přirozeným nástrojem pro sebepoznání, učení se a změnu žebříčku hodnot dobrovolníka.



## Kamarád

---

*Marek Scholz (24 let), student  
Matematicko-fyzikální fakulty  
Univerzity Karlovy, bydlí v Neratovicích.  
Patří do týmu studentů  
a zaměstnanců fakulty, který organizuje  
fyzikální korespondenční seminář  
(FYKOS) pro středoškoláky.  
Má rád tenis, cestování, četbu.  
Již několik let pravidelně jednou týdně  
dochází na onkologické oddělení  
v motolské nemocnici, kde si hraje a  
povídá s většími dětmi.*





Pro dobrovolnictví jsem se rozhodl ve druhém roce vysokoškolského studia pod vlivem určitého neklidu a hledání, snad i za účelem kompenzace únavy z matematiky a fyziky. Dobrovolnické centrum Fakultní nemocnice v Motole jsem si vybral víceméně náhodou, pravděpodobně mě zaujala možnost přímého kontaktu s lidmi a určitý pedagogický prvek v případě práce s dětmi.

Pravidelně docházím již třetím rokem na oddělení větších dětí, které jsou hospitalizované na Klinice dětské hematologie a onkologie. Trávím s nimi zhruba tři hodiny týdně. Po příchodu na oddělení nejdříve požádám sestřičky o krátkou informaci o přítomných pacientech, potom obejdu všechny pokoje, pozdravím se s dětmi, popovídám si s nimi a nabídnu jim nějakou skupinovou hru. Většinou následují společenské hry, případně výtvarná či jiná kreativní činnost. Těm, kteří nemohou opustit pokoj, se věnuji individuálně.

Cílem mého snažení je navodit pacientům aspoň krátkodobou psychickou pohodu, zmenšit pocit izolace, podpořit jejich sebevědomí a přinést nová zpestření a podněty do nemocniční reality. Předpokládám, že existuje řada vědeckých studií o propojení psychického a fyzického stavu, vůbec si ale netroufám odhadovat význam tohoto propojení a míru ovlivnění dobrovolníkem.



Lidé si často myslí, že atmosféra na dětské onkologii musí být velice depresivní. Je pravda, že celá rodina léčeného dítěte vždy prochází velmi těžkou situací. Rodiče jsou s dětmi během dne často v nemocnici a je samozřejmě třeba získat si jejich důvěru (stejně je to i s důvěrou personálu). S rodiči si občas povídám o všem možném a myslím si, že to je pro ně také velmi důležité a osvěžující. Jako dobrovolník mám šanci sdílet s dětmi a rodiči to dobré - o smích či úsměv nemám v nemocnici nikdy nouzi. Vzpomínám si na jednu situaci, která byla v tu chvíli pro mě značně absurdní: Zhruba jedenáctileté děti se vášnivě a barvitě hádaly o tom, zda je horší mít nádor na jazyku, na mozku nebo v koleni. Zdá se mi, že to vypovídá o tom, že v určitých chvílích děti vnímají svou nemoc trochu jinak než dospělí - žijí víc okamžikem.

Je radostné vidět, když se v dítěti probudí určitý zájem a jiskra v oku. Je zábava hrát hry a smát se při tom. Není nad to, když vám dítě oznámí, že úspěšně končí léčbu. Bylo pro mě obrovskou odměnou mít příležitost jet s již vyléčenými dětmi na týdení „soustředění“ do Rakouska a blbnout s nimi v aquaparku, když jsem je předtím potkával jen v nemocnici.

Stejně zřejmé jsou i ty horší momenty. Je smutné, když vidíte, že je dítěti zrovna špatně, zvrací, má bolesti. Je smutné pozorovat zhoršení stavu po začátku chemoterapeutické léčby. Uvádí se, že úspěšnost léčby rakoviny u dětí je okolo 80%. Přesto se stává, že dítě, které dobře znám, zemře. Jako dobrovolník musím ale s touto eventualitou předem počítat a být na ni připravený. Zároveň nemám potřebu zjišťovat, jak dopadla léčba u dětí, které jsem na oddělení přestal vídat; nechávám si tak prostor pro naději, že všechno dobře dopadlo.

Proč dobrovolničím? Je to pro mě možnost nevšední relaxace, seberealizace, získání nových zážitků, seznámení se s lidmi podobného smýšlení. Mám možnost poznat mezilidské vztahy z jiné perspektivy – překvapuje mne neuvěřitelná síla vztahu rodič–dítě. Moje dobrovolnická činnost, doufejme, někomu udělá radost. Zároveň ji vnímám jako určitou svou potřebu. V současnosti říkám, že do Motola chodím jako do hospody - tedy bavit se se svými kamarády, na kterých mi záleží. Myslím, že jsem se také něco nového přiučil o komunikaci a práci s dětmi. Moc se mi líbí, co o své motivaci řekl můj kolega: *„Do Motola jsem začal chodit proto, aby mi ze sebe nebylo na zvracení.“*

Mým snem či plánem do budoucna je najít odvahu sledovat svou cestu, naučit se rozlišovat věci důležité a marginální, plné a prázdné, dobré a špatné. Nenechat se semlít mašinérií. Každý člověk má moc ovlivňovat a formovat určitým směrem lidi a věci, se kterými přichází do styku. A tato moc může být větší, než si často myslíme.





# Program Dobrovolníci v nemocnicích

Posláním tohoto programu je vnášet do nemocnice více lidského kontaktu, posilovat duševní pohodu pacienta a jeho postoj k aktivní spolupráci na uzdravení. Tak může dobrovolník, člověk přicházející „ze zdravého světa“, pomoci překlenout náročné chvíle v nemocnici a přispět k lepšímu průběhu a efektu léčby. Hlavní zásadou je vytvoření fungujícího systému dobrovolnické pomoci tak, aby nenarušoval léčebný režim a provoz v nemocnici a vhodně doplňoval práci odborného personálu tam, kde je to možné.



Program realizuje samostatné **Dobrovolnické centrum Fakultní nemocnice v Motole**, které funguje pod Útvarem hlavní sestry, a celý program je tímto stabilně organizačně zakotven ve struktuře nemocnice. Externím partnerem FN Motol pro dobrovolnický program je od září 2003 **Hestia – Národní dobrovolnické centrum**, které získalo akreditaci Ministerstva vnitra ČR pro program Dobrovolníci v nemocnici. Na finančním zajištění programu se podílejí FN v Motole, Ministerstvo vnitra ČR a Ministerstvo zdravotnictví ČR v rámci svých dotačních programů. Postupně se dobrovolnické hnutí rozšiřuje i do dalších zdravotnických zařízení v republice, např. do Tomayerovy nemocnice v Praze, kde působí dobrovolnické centrum Lékořice.

Dobrovolníci zajišťují jednak **jednorázové aktivity**, kam patří akce pro děti a rodiče, výstavy a jiné kulturní akce v prostorách nemocnice, ale zejména **pravidelné činnosti**, jako např. zájmové programy na dětských odděleních, pomoc v rámci činností podporujících nácvik soběstačnosti pacientů, individuální práce s jedním klientem v roli společníka, výpomoc v aktivitách Speciálních škol při FN Motol a další.

K předpokladům dobrého fungování modelu spolupráce mezi nemocnicí a nestátní neziskovou organizací patří smluvně upravený vztah mezi oběma subjekty, otevřená komunikace a vzájemná důvěra a podpora programu. Dále zde je nutné jasné rozdělení kompetencí a odpovědnosti mezi nemocnicí a neziskovou organizací.



## Canisterapeutka

*Eliška Kněžková (64 let) se narodila v Novém Jičíně, ale od dětství vyrůstala ve Fulneku. Vystudovala obor sociální práce, ve volném čase jezdila na dětské tábory jako vedoucí, starala se o lidi z okolí a celkově se zajímala o to, jak pomoci druhým. V roce 2005 vážně onemocněla a dnes je v invalidním důchodu. Hraje na kytaru, má pejska Nera, se kterým se věnuje canisterapii.*



Paní Eliška je již čtvrtým rokem dobrovolnicí na Oddělení následné péče v Bílovecké nemocnici. K této činnosti ji dovedla řádka událostí v jejím životě, které jí ukázaly, že dávat druhým lidem kus sebe a nečekat odměnu je to, co léta hledala. Velikým impulsem pro ni byla nemoc a následný převoz její maminky do Domova pro seniory v Odrách, kde maminka ležela na pokoji spolu s deseti dalšími lidmi. Díky pravidelným návštěvám se paní Eliška stala téměř nedílnou součástí života obyvatel pokoje, o které se starala, když potřebovali s čímkoliv pomoci.

V roce 2001 začala se svým prvním pejskem Harrym zkoušet canisterapii u osob s mentálním postižením. Harry musel nejdříve projít canisterapeutickým výcvikem a zkouškami, aby tuto zodpovědnou funkci mohl vykonávat. Při této práci Eliška poznala, jak i krátká chvílka může lidem pomoci k úsměvu na tváři, uvolnit se, otevřít se světu. V roce 2005 však paní Eliška sama onemocněla a musela podstoupit náročné operace s následnou chemoterapií. Ve stejné době se někdo pokusil otrávit jejího druhého pejska Nera. Celá tato životní situace by pro ni byla neúnosná, kdyby jí nepomohly dvě její blízké kamarádky. Poznala, že upřímná pomoc je potřebná každému člověku. Vnímala jako velmi cenné, že měla s kým sdílet svoje trápení, že jí někdo držel za ruku a povzbuzoval ji.

Všechny tyto zkušenosti vedly paní Elišku k rozhodnutí stát se v roce 2007 dobrovolnicí Dobrovolnického centra ADRA v Ostravě. Ač je v invalidním důchodu, rozhodla se svůj čas využít velmi efektivně a trávit jej aktivně a začala docházet do bílovecké nemocnice. Zpočátku byla plná obav, zda všechno zvládne, protože uplynul teprve rok od její vážné operace. Ale cítila, že potřebuje to, co se jí dostalo od druhých lidí, předat dále. Po proškolení byla přesvědčená, že bude moci využít vše, co se během svého života naučila: hrát na kytaru, využít znalosti logopedického asistenta nebo přicházet mezi nemocné s pejskem Nerem.

Vždy, když paní Eliška přijde do nemocnice, domluví se se sestřičkou, za kým by měla jít, kdo je na oddělení nový atd. Někdy chodí jen s kytarou a zpívá po pokojích. Má několik stálých lidí, za kterými dochází, ale to se někdy mění, především kvůli tomu, že lidé postupem času odchází domů. Jindy zase cvičí s pacienty logopedií, povídají si, hrají hry. Paní Eliška se snaží pomáhat všemi dostupnými prostředky. Velmi vítanou aktivitou je canisterapie. Paní Eliška chodí do nemocnice s křížencem Nerem, kterému je již devět let. Nero je velmi inteligentní: povahou je po huskym, srst, fousy a čich má jako knírač a temperament špice. Je to velice živý a ostrý pes, avšak jakmile vkročí do nemocnice, je téměř jako plyšový. Nero tráví čas u pacientů velmi rád, dobře vycítí, že je vítán a potřebný.

Dobrovolnická praxe paní Elišky dává mnoho nových zážitků a poznatků. Má možnost se setkat s lidmi, které by jindy neměla možnost poznat, a navázat s nimi hezký vztah. Dobrovolnictví paní Eliška doporučuje všem kolem, i když někteří lidé stále nechápou, že je možné něco takového dělat zadarmo. Paní Eliška však ví, že mnohem více člověk dostává zpět: energie, kterou investuje, se jí nezměrně vrátí. Zastává názor, že pomoci mohou úplně všichni, kdo mají chuť a dobrou vůli. *„Nemusíte mít žádný speciální talent, být kdovíjak akční a nadaní, hlavní je srdce, kterým se chcete přiblížit ostatním.“*



Paní Eliška mnohdy uvažuje nad tím, jaké měla štěstí a jak moc je ráda, že může být s lidmi, u kterých cítí, že jim její návštěvy dávají víc než jen povrchní rozhovory. Jak se ale vyrovnat s tím, když vidá tolik bolesti kolem sebe? Na to má paní Eliška recept: *„Vždy si uvědomím, že mám určitou možnost něco pro ně udělat, ale má pomoc končí tam, kam já už nemůžu. Nemohu změnit jejich život, zastavit nemoc. Mohu jim jen pomoci, aby tyto těžké chvíle pro ně byly prosvětleny mojí přítomností, sounáležitostí. Aby se naše společné chvíle staly nezapomenutelnými.“*

# Dobrovolnické centrum ADRA Ostrava v nemocnicích

Pod hlavičkou **Dobrovolnického centra ADRA v Ostravě** docházejí na nejrůznější oddělení nemocnic vyškolení dobrovolníci. Pro pacienty jsou to chvíle s člověkem, který se jich neptá na jejich bolesti ani nezkoumá jejich nemoc, ale přichází, aby jim zpříjemnil dobu, kterou v nemocnici musí trávit. Hrají hry, povídají si, tvoří, čtou, luští křížovky. I obyčejná procházka po nemocniční chodbě či zahradě může být pro dlouhodobě hospitalizovaného člověka velikým potěšením. Návštěvy dobrovolníků nejsou pozitivní pouze v sociální oblasti jedince, ale rovněž velmi potřebnou složkou terapeutickou a pomáhají rovněž pacientům v rekonvalescenci.

Ten, kdo se chce stát dobrovolníkem, nejprve projde přijímacím pohovorem a poté zhruba pětihodinovým **školením v dobrovolnickém centru**. Prostor dostávají také zástupci organizací, kde mají budoucí dobrovolníci svou činnost vykonávat. Po úspěšném absolvování školení se dobrovolník setkává s kontaktní osobou z daného zařízení, vyřídí se nezbytné vstupní formality a pak již následuje první **návštěva pacienta**.

Jednou z možností dobrovolnictví v nemocnicích je **canisterapie**, která je uznávanou terapeutickou metodou. Při ní dobrovolník dochází za pacienty se speciálně vycvičeným psem. Psí návštěvy jsou nejen významným sociálním prvkem, kdy lidé mohou pejska hladit, usmívat se na něj a dorozumět se i bez řeči, ale rovněž se jedná o metodu, jak obnovovat citlivost nervových zakončení. Lidé také mají možnost se setkat s živým tvorem, čerpat jeho teplo, vnímat jeho srst či si s ním „povykládat“.

Působení dobrovolníků v nemocnicích se postupně stává nedílnou součástí léčby, jelikož se stále více díváme na člověka **komplexně**, kdy zdraví psychické a fyzické kráčí ruku v ruce vedle sebe. A dobrovolníci svým úsilím přispívají ke zlepšení psychického stavu pacientů ve prospěch jejich uzdravení.









## Dobrovolnictví v sociálních službách

Sociální služby představují velice široký „vějíř“ činností, které ovšem spojuje docela stručně vyjádřitelný cíl sociálního začlenění nebo prevence sociálního vyloučení. Dobrovolníci sem přinášejí svou životní zkušenost a celkové zkvalitnění služeb individuálním přístupem včetně schopnosti navazovat přátelství. A tak se pro zapojení klienta do společnosti nebo alespoň zmírnění jeho vyloučení či handicapu mohou angažovat v celé řadě zařízení i aktivit.

Například v domovech pro seniory nebo v hospicích pomáhají jako osobní asistenti, jsou chápavými společníky, předčítají klientům, hrají s nimi hry nebo pomáhají při společenských akcích. V k-centrech, která poskytují služby uživatelům drog a jejich blízkým osobám, působí v kontaktních místnostech, pomáhají při poskytování potravinového servisu a hygienických pomůcek či roznášení letáků. V azylových domech pro ženy a matky s dětmi zajišťují pravidelné volnočasové aktivity pro přítomné děti i jejich školní přípravu, pro jejich matky pak programy např. z oblasti zdravotní, pedagogiky či ekologické výchovy. A v nízkoprahových centrech jsou zase jako asistenti pracovníků při klubové činnosti s dětmi a mládeží – včetně přípravy na vyučování.

Řada nestátních neziskových organizací se v této oblasti stává postupně partnerem státu a v posledních letech se podílí i na diskusích o změnách v sociální politice a zejména o charakteru poskytovaných sociálních služeb. Zvláště významnou roli hrají například *Charita*, *ADRA* nebo *Diakonie*. Využití dobrovolníků v sociálních službách vyžaduje zpravidla profesionální management, protože se zde dobrovolníci pohybují na poli psychosociálních služeb, kde je důležitý kompetentní přístup. Zároveň je nutné připravit organizaci na přijetí dobrovolníků, včetně vyškolení vlastních koordinátorů dobrovolníků. Zejména v této souvislosti je nezastupitelná funkce nově vznikajících *dobrovolnických center* jako zdrojů metodické pomoci, výcvikových a supervizních programů a propagace dobrovolnictví ve společnosti v nejšířším slova smyslu.



## Světluška

---

*Klára Šmídová (21 let) studuje speciální pedagogiku na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze. Přivydělává si hlídáním dětí. Jakmile to jen trochu jde, je venku v přírodě - sama i s přáteli, ráda zpívá, koupe se v rybníce, moc ji těší tance univerzálního míru a vše od kreslení po pletení.*



*Klára - nebo také Klárinka, jak o ní mluví klient, pan Jiří - studuje v současné době na vysoké škole. Do Dobrovolnického centra Okamžiku přišla před třemi roky, ještě jako čerstvě osmnáctiletá studentka gymnázia, a stala se tak nejmladší posilou v řadách jeho dobrovolníků. Od svých kamarádek se lišila snad jen tím, že měla velmi jasnou a překvapivě vyzrálou představu o svém dobrovolnickém zapojení, o tom komu a jak chce pomáhat. Klára se téměř celé tři roky potkává s téměř sedmdesátiletým nevidomým panem Jiřím. Chodí spolu na pravidelné procházky, Klára mu někdy pomůže s nějakou drobností v domácnosti nebo jdou nakoupit. I přes velký věkový rozdíl si našli společná témata a velmi dobře si porozuměli. Díky Klárině pomoci se pan Jiří také mohl vrátit ke své největší zálibě, vaření, jíž se kvůli ztrátě zraku nemohl sám věnovat. Samotná Klára o tom říká:*

„Vlastně jsem chtěla docházet do kojeneckého ústavu - to mi časově nevyšlo, tak do dětského domova - žádnou nabídku jsem nesehnala. Bylo mi sedmnáct a měla jsem představu, že chci žít spravedlivě, tak trochu peace and love.

Trochu bezcílně jsem se pak zaregistrovala na webu dobrovolníků. Říkala jsem si: ať se mi někdo nabídne, když mně to shánění nejde. Ozvali se mi z Okamžiku a já jsem si řekla, že to zkusím. Když jsem se dozvěděla a snad i trochu naučila, jak podpořit člověka s těžkou vadou zraku, začala jsem se těšit na někoho mladého, s kým bych byla ve dvojici na dlouhodobou spolupráci, s kým budeme chodit plavat, běhat nebo obstarávat věci kolem bytu, nejlépe ale na někoho, s kým si budeme rozumět. No a opravdu! Stalo se, i když ne zcela dle mých zbytečných očekávání, že si rozumíme: já a Jiří, nevidomý, dnes sedmdesátiletý pán, o němž si místní zelinář myslí, že je to můj dědeček a my dva to tak vlastně také cítíme. Velký věkový rozdíl nehraje roli, pokud narazíte na takového člověka, který se zajímá o svět, je se sebou smířený a má tolik blízko k lidem.

A co že to spolu vlastně děláme? Náš společný čas většinou naplníme procházkou, cestou nakoupíme, doma pak trošku pomůžu s úklidem nebo něco zašiji. Společně připravíme nějakou dobrotu, ale hlavně povídáme a povídáme. Už tři roky je stále o čem, nejlépe při čaji a pohlázení po dlani. Samé všední radosti. Pravda, snad bychom mohli nacvičit více dovedností potřebných k chodu domácností, jenomže jak říká Jiří: „Pojďte se posadit, uděláme čajíček,” a oba víme,



že tak je nám dobře. Učíme se ale stále. Už od chvíle našeho vůbec prvního setkání. Tehdy jsem při doprovodu domů z naší seznamovací schůzky vecpala pana Jiřího do zavírajících se dveří metra, které ho málem přiskříply. Teď už vím, že si raději na další MHD počkám. Dobře to však dopadlo, Jiří ve mě znovu vložil důvěru a od té doby jsme už párkrát cestovali na koncert či výstavu.

Popravdě, ne vždy to pro nás bylo potěšení. Vlastně se mi ze začátku vůbec nikam - po dlouhé škole v zimě a za tmy - nechtělo. To jsme ale teprve hledali, v čem si porozumíme, a já docházela jen jednou za dva týdny. Taky se mi nezamlouvalo, že musím občas opakovat to, co už jsem řekla, že je jednoduše třeba mluvit zřetelněji. Dnes už konečně tolik “necedím slova mezi zuby”. Druhá strana to také neměla lehké. Kolikrát jsem nezavřela dveře jindy vždy zavřené, nevrátila věc na místo nebo přehlídla po cestě větvičku v úrovni hlavy a pak nastal zbytečný úlek. Bylo ale už mnohokrát řečeno, že bez překážek není růst.



Každý večer mě pan Jiří prozvoní telefonem, to že na mne myslí. Já pak vím - je v pořádku. Tak nám to spolu hezky vykvetlo! Moje účast neznamená práci jedenkrát týdně pro někoho, kdo to potřebuje, běží to oboustranně. Je tu vztah, který skrytě plyne našimi životy. Ať už jednou budu v pomáhající profesi nebo ne, nebudu se bát nabídnout svou pomoc druhým, už jen proto, že jsem poznala, že když dávám, také získám.“

*Klára ztělesňuje představu o lidském, ale kompetentním dobrovolníkovi, kterého v sociálních službách potřebujeme. V loňském roce bylo její dobrovolnické angažmá oceněno také Pamětním listem sdružení Okamžik a Klára byla nominována na cenu Křesadlo. V době, kdy se mluví o mezigeneračních konfliktech a odcizení, atomizaci společnosti a krizi solidarity, je její příklad zvláště důležitý pro ostatní.*

# OKAMŽIK - sdružení pro podporu nejen nevidomých

Posláním občanského sdružení Okamžik je podporovat plnohodnotný a samostatný život lidí se zrakovým postižením a propojovat ho se světem lidí bez postižení prostřednictvím sociálních služeb, dobrovolnických, vzdělávacích, kulturních a osvětových aktivit – jednorázovými doprovody a dlouhodobou spoluprací.

**Jednorázové doprovody** spočívají v průběžném každodenním operativním zajišťování dobrovolníků na doprovody objednané klienty. Nejčastěji doprovázejí dobrovolníci klienty k lékaři, na úřad, na nákup, návštěvu, za účelem obstarání nejrůznějších služeb, atd. Dobrovolníci nespolupracují pravidelně s jedním klientem, ale vykonávají různé doprovody podle svých možností (časových a místních). Před každým doprovodem dojedná pracovník Dobrovolnického centra s klientem trasu doprovodu, jeho náplň, délku trvání a další údaje tak, aby mohl dobrovolníka informovat o konkrétních okolnostech doprovázení. Úspěšnost zajištěných objednávek je kolem devadesáti pěti procent.

**Program dlouhodobé spolupráce** spočívá v relativně pravidelné spolupráci stálé dvojice nevidomý klient/dobrovolník, ve které dobrovolník poskytuje klientovi podporu a zrakovou kontrolu při nejrůznějších činnostech, např. při volnočasových aktivitách, při studiu a činnostech souvisejících se zaměstnáním klienta, při péči o rodinu, vizuální pomoc při zabezpečování běžných denních potřeb, předčítání, sport, kulturu, pochůzky atd.

Dobrovolník může pomáhat i několika klientům zároveň. Četnost setkávání spolupracující dvojice je různá, záleží na potřebách klienta a možnostech dobrovolníka, v průměru dvě až čtyři setkání měsíčně v rozsahu dvou až tří hodin.

Díky dobrovolníkům sdružení Okamžik může mnoho nevidomých vidět očima jiných lidí.







## Asistentka

*Silvie Juřicová (37 let) pracuje v sociální sféře s lidmi s mentálním postižením. Má ráda, když se lidé kolem ní smějí a pro smích, hlavně ten dětský, udělá cokoli. Nejraději relaxuje u jízdy na kole, chození po horách nebo při plavání. Ráda si prohlíží fotky a vzpomíná na nejrůznější akce a zážitky. Baví ji učit se nové věci, které jí pomáhají nejen v práci, ale i v dobrovolnictví, kterému se věnuje od roku 2005.*



Jmenuji se Silvie a ráda bych se vám představila trochu netradičně. Zkusím za každé písmeno svého jména dosadit slovo, které nějak charakterizuje mé dobrovolnictví.

**Smích** - radost z každé chvíle, kdy jsem mezi klienty. Usmívám se už při příchodu, protože se těším na to, čím mě zase rozesmějí. Když pak jdu po pár hodinách domů, honí se mi hlavou všechny zážitky a nejde se neusmívat. A je mi jedno, že si lidé myslí, že jsem blázen. Vzpomínám si, jak se nevidomému Jiříkovi zdálo, že jsme spolu létali vesmírem v červených skafandrech, nebo jak o mně jednou šprýmař Ondra (také dobrovolník) rozhlásil, že slavím narozeniny, a když se ho klienti ptali, kolik mi je, tak řekl, že 50 let. A všichni obyvatelé domova mi pak přáli k padesátinám a myslí si to dodnes.

**Ideální odpočinek** - mezi klienty vždy najdu duševní odpočinek od všech všedních starostí. Mé problémy zůstávají venku, protože společně řešíme mnohem důležitější věci, třeba jestli z nich jednou budou dobří traktoristé, nebo jestli budu jejich nevěsta a budeme mít svatbu v linkovém autobuse.

**Láska** - snažím se ji rozdávat plnými hrstmi, ale vždycky jí dostanu mnohem více.

**Víra** - věřím, že má smysl chodit za klienty; věřím, že celá idea dobrovolnictví má smysl. Věřím i ve chvíli, když zrovna nevidím žádný výsledek nebo pokrok, protože věřím, že i pouhá má přítomnost jim přináší radost.

**Ideál** - v domově se měním v ideální bytost, pro mé klienty jsem úžasná, milá, umím tancovat, malovat, hrát ping-pong, zpívat - prostě pohádková víla. A já se tak opravdu v tu chvíli cítím.

**Energie** - Při každé návštěvě cítím úžasný přísun energie, která je čistá, nezkažená sobectvím. Pokaždé si dobiju baterky na dlouhou dobu dopředu.

Má kariéra dobrovolnice začala docela zajímavě: před pěti roky mě kamarádka zapasala bez mého vědomí na školení dobrovolníků Dobrovolnického centra ADRA ve Frýdku - Místku. Trochu jsem se na ni zlobila, ale pak jsem si řekla, že to zkusím. Začala jsem docházet do dětského domova, a i když jsem prožila s dětmi většinou spoustu krásných dní, plných legrace a radosti, poznala jsem také, jak složité jsou vztahy mezi dětmi, které nejsou se svými rodinami. Prožila jsem radost z uzdravení i bolest z nezvládnutých krizí, kdy děti bojovaly o svůj kousek mé pozornosti i velmi zraňujícím způsobem. Vzpomínám na velmi krásnou romskou dívku, která nedovolila na sebe sáhnout. Velmi dlouho jsme si k sobě hledaly cestu, ale vzpomínám, jak si mi poprvé lehla na kolena a dovolila mi hladit ji po vlasech. Byl to velký projev důvěry. Pak jsem onemocněla, a když jsem se po pár týdnech vrátila, byla mezitím předána do výchovného ústavu, ze kterého utekla. Už jsem o ní nikdy neslyšela,

ale velmi často na ni myslím i po čtyřech letech. I takové může být dobrovolnictví, ne vždy dává, ale také bere.

Po třech letech docházení do dětského domova jsem absolvovala Kurz sociální péče. Když jsem si pak začala hledat práci v oboru, dostala jsem nabídku jít pracovat s mentálně postiženými. Trochu jsem se toho prostředí bála, protože jsem se s takovými lidmi nikdy nesešla. Proto jsem využila nabídku seznámit se s nimi jako dobrovolník. Na to, abych pak poznala, že se těchto lidí vůbec nemusím bát, jsem potřebovala asi deset vteřin. Zanedlouho si mě získali svou bezprostředností a vřelým zájmem. Ani dnes se nikdy nezapomenou zeptat, jak se mám, kdy zase přijdu, popřát mi hezký den nebo víkend. Jsou to andílci.



Nakonec mi dobrovolnictví pomohlo i při hledání zaměstnání, takže už deset měsíců pracuji jako terénní pracovník v podpoře samostatného bydlení - pomáhám lidem s lehčím mentálním postižením začlenit se do společnosti a snažím se je učit co největší samostatnosti. Pomáhám jim v komunikaci s úřady, lékaři, s vyřizováním reklamací a vyplňování tiskopisů, ale také třeba opravit záchod, jindy spolu zase vaříme. Nejhezčí odměnou pro mě je, když jsou mí klienti povzbuzeni k tomu, aby zkusili samostatně řešit problémy.

Těm, kteří uvažují, že se zapojí do dobrovolnického některého z dobrovolnických programů, chci vzkázat, že dokud jsem nevyzkoušela dobrovolnictví, ani jsem netušila, že to je to, co mi v životě chybělo. Takže pokud má někdo pocit, že mu v životě něco chybí, třeba je to právě dobrovolnictví. Zkuste dát druhým svůj čas a úsměv, i když budete vědět, že je to zadarmo.

# ADRA v zařízeních pro mentálně postižené

**Dobrovolnický program v zařízeních pro mentálně postižené** probíhá nejčastěji docházením za jedním až skupinou klientů. Zjednodušeně řečeno, dobrovolnictví tady spočívá v **setkávání člověka s člověkem**. Dobrovolníci si s klienty povídají, zpívají, malují, chodí na procházky anebo do tělocvičny. Nenahrazují personál, ale doplňují aktivity, které jsou nad rámec běžné péče o daného klienta. To nejdůležitější je, že dobrovolníci do „uzavřeného“ světa sociálního zařízení přinášejí prvky normálního života.

V **Domově Anenská**, kam dochází Silvie, je realizován model, kdy nestátní nezisková organizace (ADRA) vysílá dobrovolníky do přijímající příspěvkové organizace kraje (Náš svět).

Tato spolupráce začíná **vyjednáváním** mezi vedením přijímající a vysílající organizace. V této fázi je klíčové, když přijímající organizace nominuje kontaktní osobu a vytvoří podmínky pro její činnost.

V druhé fázi proběhne společné **školení**. Zástupci dobrovolnického centra na něm představují základní zásady dobrovolnického programu, povinnosti a práva dobrovolníků a podobně, zástupci přijímající organizace přibližují sociální a zdravotní aspekty příjemců dobrovolnické pomoci.

Ve třetí fázi jsou zájemci o dobrovolnictví pozváni na **výběrové pohovory**. Ve výběrové komisi jsou opět zástupci obou organizací. Cílem je, aby obě strany přijaly dobrovolníky za své. V průběhu pohovoru domluví kontaktní osoba první návštěvu v zařízení a dojde k předání všech kontaktů.

Dobrovolnický program je v této chvíli nastartován a dobrovolnické centrum nadále poskytuje podporu kontaktní osobě i dobrovolníkovi.

**ADRA Frýdek-Místek**, která je v tomto případě realizátorkou programu, je součástí velké celosvětové charitativní organizace, vycházející z prostředí Církve adventistů sedmého dne, která má i u nás řadu poboček. V Moravskoslezském kraji působí Dobrovolnické centrum ADRA od roku 2004. Za dobu své existence vyslalo do zdravotních a sociálních zařízení okolo tisícovky dobrovolníků.







## Dobrovolnictví v kultuře

I když už dávno neplatí, že „co Čech, to muzikant“ (a kdo ví, jestli to platilo vůbec někdy), angažují se v oblasti kultury desetitisíce dobrovolníků. Často se sami ani za dobrovolníky nepovažují – ale všichni ti, kteří jsou členy neprofesionálních uměleckých souborů a spolků, organizují kulturní a společenské dění kolem sebe, ti, kteří se zabývají ochranou a revitalizací místních kulturních památek, i ti, kteří opatrují kroniky a tradice svých obcí – to jsou dobrovolníci v kultuře.

Spolková činnost a „ochotničení“ patří v některých uměleckých oborech, jako je třeba amatérské divadlo, od konce 18. století mezi organizované občanské kulturní aktivity. Dnes fungují většinou jako občanská sdružení či obecně prospěšné společnosti. Řada z nich přitom zdaleka přesahuje svůj region – za všechny jmenujme např. *Volné sdružení východočeských divadelníků*, *Sdružení pro tvořivou dramatičku*, *Asociaci neprofesionálních komorních a symfonických těles*, *Sdružení dechových orchestrů České republiky*, *Svaz českých fotografů*, *Unii českých pěveckých sborů* či *Folklorní sdružení ČR*.

V oblasti památkové péče existuje mnoho sdružení a společností, které pečují o zachování a obnovu historických staveb. Často je jejich činnost spojena s konkrétním hradem, zámkem, divadlem, kostelem, galerií či muzeem. Typickým příkladem je třeba *Spolek pro záchranu Krašova*, *Nadační fond na opravu Kosteleckého kostela na Hané*, *Sdružení pro záchranu a využití historických objektů Castellum*, *Linhartova nadace Praha*, *Občanské sdružení Vaňkovka v Brně* či *Centrum CESTA v Táboře*.

Další rovínou je průnik kulturní činnosti s rozvojem občanské společnosti: *Unijazz* pořádá umělecké akce, při kterých spojuje kulturu s humanitárními aktivitami, *Festival Boskovice* je čtyřdenní přehlídkou hudby, divadel, filmových projekcí, výstav aj. zaměřený na záchranu a obnovu židovské čtvrti v Boskovicích.



## Knihovnice

---

*Michaela Staňková (28 let) vystudovala Informační studia a knihovnictví na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy a pracuje v Krajské vědecké knihovně v Liberci, pochází ale z blízkého Jablonce nad Nisou. Mezi její největší koníčky patří cestování, skautování, vášeň pro Jizerské hory, zpívání ve sboru a – překvapivě – čtení.*

*Dobrovolníkem v neziskové organizaci Liberecká občanská společnost je od roku 2010.*





Na počátku všeho stála liberecká nevládní nezisková organizace LOS – Liberecká občanská společnost. Nebyla to ale moje první zkušenost s dobrovolnictvím - od roku 1990 jsem členem Junáka – svazu skautů a skautek ČR, kde již dvanáct let působím ve vedení světlušek. Dobrovolnictví v LOSu, to však byla naprosto jiná zkušenost.

LOS inicioval a stal se hlavním koordinátorem projektu, který byl nazván Books21. Ten spočíval zejména ve vzájemné výměně zkušeností a metod interkulturního vzdělávání mezi lidmi pracujícími v knihovnách nebo neziskových organizacích, byl financován z evropského programu pro celoživotní učení Grundtvig a bylo do něj zapojeno několik evropských zemí. Zástupci LOSu přizvali Krajskou vědeckou knihovnu v Liberci k projektu jako partnerskou organizaci, konkrétně potřebovali jednoho zaměstnance jako zástupce knihovny k výjezdním setkáním a dalším organizačním záležitostem. Nejdůležitějším požadavkem byla dobrá znalost angličtiny a jistá míra flexibility. Tak jsem se k projektu a dobrovolnictví dostala já. Do doby, než její zástupci navštívili knihovnu a nabídli spolupráci při projektu, jsem o této organizaci neslyšela. Až v průběhu projektu jsem poznala její členy a sprátelila se s nimi a nakonec se zde sama stala dobrovolnicí.

S blížícím se datem konce projektu se začaly v jednotlivých zemích organizovat Živé knihovny. Velmi přínosná pro mě byla možnost poslechnout si vyprávění o Živých knihovnách, které proběhly v partnerských organizacích – všechny chyby, nedopatření, ale i úspěchy a zlepšení přispěly k lepší organizaci naší Živé knihovny.



My jsme po měsících příprav uspořádali Živou knihovnu stereotypů a předsudků, kde živé knížky obvykle reprezentují lidé z menšin či skupin, které jsou často spojeny s diskriminací či sociálním vyloučením. Naše živé knížky tedy zastupoval například homosexuál, černoš, Romka, Židovka nebo dívka s maniodepresivní psychózou.

V době konání akce jsem již byla těhotná, ale „v utajení“, manžel tedy nebyl vyloženě nadšený, že strávím den tak náročným způsobem. Samotný den provedení Živé knihovny probíhal v čilém ruchu, na který ráda vzpomínám – atmosféra mezi všemi zúčastněnými byla velmi přátelská a bylo vidět, že se všichni snaží vydat ze sebe ma-

ximum. Po ranní přípravě prostor, stolů a židlí pro knihy a občerstvení začala akce oficiálním přivítáním, hned po něm už byly připravené první třídy středoškoláků, které byly na akci pozvané „na rozjezd“.

Na akci se podíleli dobrovolníci z organizace LOS a zaměstnanci knihovny, každý měl předem dohodnutou roli, kterou měl vykonávat. Moje byla jednoduchá – coby takzvaný „sedící knihovník“ jsem byla připravená u vypůjčního pultu, vítala přicházející návštěvníky a zájemce, vysvětlovala pravidla, představovala knihy. Na konci vypůjčky jsme nabízeli čtenářům jednoduchý dotazník, sloužící jako zpětná vazba pro organizátory. Celý den přicházeli zvědaví zájemci, neustále jsme s ostatními knihovníky byli v jednom kole a stěží se stihli vystřídat k obědu. Lidé přicházeli buď ze zvědavosti, nebo už s určitými informacemi o Živé knihovně. Hodně jsem tedy vysvětlovala metodu Živé knihovny anebo představovala knihy, případně informovala, kdy bude která „knih“ volná, zdůrazňovala pravidla a rozesílala čtenáře ke správným stolkům. Všichni návštěvníci přicházeli velmi zvědaví a mnoho lidí cítilo při odchodu potřebu si popovídat, svěřit se se zážitkem z rozhovoru. Většina lidí byla touto akcí nadšená.

Já sama jsem sice s živými knížkami jednala a znala jsem je, ale neměla jsem možnost žádnou z nich si vypůjčit a „přečíst“ po delší dobu, tedy dokonale poznat jejich příběh. Jediná „knížka“, se kterou jsem zůstala v užším kontaktu, byla Polka žijící v Čechách. Její příběh na mne zapůsobil přesně tak, jako jsme doufali, že osloví čtenáře Živé knihovny – zlomil můj stereotyp o Polácích. Co je ale důležité pro mě, mohla jsem se zúčastnit a být součástí akce s neopakovatelnou atmosférou, která – jak doufám – pomohla otevřít mnohým lidem oči.



# Živá knihovna v Liberci

**Liberecké občanské sdružení (LOS)** se rozhodlo ve spolupráci s **Krajskou vědeckou knihovnou v Liberci** uspořádat **Živou knihovnu stereotypů a předsudků**. Princip je podobný jako u běžné knihovny – čtenář přijde a během určeného časového úseku si může půjčit knihu. Zásadní rozdíl je pouze v tom, že knihy v Živé knihovně jsou lidé, a čtenáři a knihy tak vcházejí do osobního dialogu. Běžný člen liberecké komunity mívá často až příliš mnoho předsudků a bylo zajímavé nabídnout jim



„jejich předsudek“ tváří v tvář. Je velmi jednoduché odsoudit skupinu či minoritu jako celek, ale osobní rozhovor s členem oné skupiny dokáže mnohé změnit. Takový byl tedy i cíl akce, která měla v liberecké knihovně proběhnout jako jeden z výstupů evropského **Grundtvig** projektu Books21 (číslovka 21 znamená století).

Plánování, příprava a vyhodnocení celé akce trvala zhruba tři měsíce. Ze začátku bylo zapotřebí stanovit spíše obecné věci, jako zaměření Živé knihovny, výběr a počet „knih“, prostory, které budou použity a celkovou míru spolupráce Krajské vědecké knihovny a organizace LOS. Výběr „knih“ a komunikace s nimi zabraly v počáteční fázi nejvíce času.

Samotná aktivita proběhla během jednoho březnového pondělí od 10:00 do 17:00 v budově Krajské vědecké knihovny, byla otevřená pro všechny příchozí a byla zcela bezplatná. K půjčení bylo jedenáct živých knih, se kterými mohli čtenáři třicet minut hovořit, případně si „výpůjčku prodloužit“ či rezervovat dopředu další knihu. **Živé knížky**, dostupné k půjčení po celý den, byly tyto: Romka, Židovka, Homosexuál, Kněz, Ruska, Polka žijící v Čechách, Černoch, Sociální pracovnice, která pracuje s narkomany, Němec žijící v Praze, Sudetský Němec, Dívka s maniodepresivní psychózou.

Živá knihovna vzbudila solidní zájem veřejnosti, během sedmi hodin bylo uskutečněno 124 výpůjček. Kromě probuzení zájmu o složitější témata lidských předsudků a zvýšení povědomí o menšinách došlo i k navázání dobrých kontaktů mezi neziskovou organizací LOS a Krajskou vědeckou knihovnou.



## Hradní pán

---

*Bedřich Loos (46 let), hradní správce, majitel a dobrovolník v jedné osobě. Je zadaný, čerstvý tatínek syna Ondřeje. Ač původní profesí mechanik, vystřídal různá povolání a nasbíral spoustu zkušeností, které již třináct let využívá při záchraně, obnově a využití hradu Hartenberg. Ve volném čase se věnuje čtení knih, poznávání a přírodě.*





Hrad Hartenberg patří mezi nejstarší památky na českém území, podle posledních průzkumů byl postaven už v první polovině 13. století. Jedním z výjimečných lidí na hradě je dnes bezesporu Bedřich Loos. Je to velmi skromný člověk, takže se nikde nechlubí tím, že za dlouholetou činnost na Hartenbergu obdržel prestižní dobrovolnické ocenění pro dobrovolníka roku - Křesadlo 2010. Hradní pán hradu Hartenberg dokázal neskutečně mnoho pro záchranu tohoto historického, téměř zmizelého hradu za pomoci dobrovolníků z celého světa. Když už se na to dostane řeč, říká, že si tuto výjimečnou cenu zaslouží všichni dobrovolníci, kterých se na hradě za jednáct let mezinárodních projektů vystřídal desítky.

Jak to všechno vlastně začalo? Bedřich Loos objevil na konci devadesátých let inzerát, kde se sdělovalo, že je hrad na prodej. Přijel se na místo podívat a hradní zřícenina jej naprosto uchvátla. Hrad měl přitom za sebou pohnutou historii, od konce druhé světové války chátral, v padesátých letech jej zapálila Státní bezpečnost a poté v něm hořelo ještě několikrát, takže se změnil v ruinu. Bedřich Loos se ale i za těchto podmínek rozhodl, že hrad zachrání. Začátky nebyly lehké, po požárech a destrukci zdí nic nenasvědčovalo tomu, že by tato památka mohla být ještě někdy obnovena. Bylo třeba odvézt tuny a tuny stavební sutě, Hartenberg polykal majitelovy finance a se změnou poměrů se někdy hůře smířovali někteří místní lidé - do té doby byli zvyklí hrad zcela volně navštěvovat a odvážet si kámen jako stavební materiál. Od té doby stál Hartenberg Bedřicha Loose spoustu jeho vlastních peněz i času, stal se ale také místem, kde se už dlouho uskutečňují mezinárodní workcamps. Na záchraně památky se řadu let podílejí dobrovolníci, většinou studenti, z celého světa, třeba i z Brazílie, Turecka nebo Číny.



Tomu předcházelo založení občanského sdružení Hartenberg, sdružení lidí, kteří se spojili k aktivní činnosti při ochraně a obnově kulturního a přírodního dědictví, zejména pak tzv. Hartenberské domény a okolí. Sdružení si dále klade za cíl rozvoj občanské společnosti, šíření myšlenky dobrovolnictví, zachycení kulturního života a naplňování, popularizaci a propagaci dalších obecně prospěšných cílů. Takto se



mohli lidé se sdružení v čele s Bedřichem Loosem začít ucházet také o krajské a státní dotace a začít spolupracovat se sdružením INEX SDA na realizaci mezinárodních workcampů.

Jedna z účastnic a spoluorganizátorek mezinárodních táborů Irena Pajerová popisuje své první setkání s Bedřichem Loosem takto:

*První dojem z Bedřicha Loose byl nezapomenutelný. Přišel v ušpiněném triku, starých kalhotách a nezbytnou kšiltovkou přímo z hradu, kde probíhají neustálé rekonstrukční opravy. Měla jsem pocit, že jsem doma. V jednu chvíli jsem si dokonce myslela, že vidím tátu, který se právě vrátil z práce. Byl to však Bedřich, věčný optimista a pozorný hostitel, který se nás všech na hradě ujal, všechno vysvětlil a po celou dobu projektu se orientoval v mírném chaosu, který tam panuje. Všem nám vlil do žil svůj pozitivní přístup k životu a ohromil svojí kouzelnou mocí rozhodovat se sám podle sebe, a určovat si tak svůj vlastní směr. „Kde se bude spát?“ ptala jsem se při pohledu na hrubou stavbu obytné budovy, dva dny před příjezdem nových účastníků. „Dostavíme, ty mi nevěříš?“ odpověděl s úsměvem. Okna zářila novotou a blýskala se květináči, když se jejich noví nájemníci stěhovali do svého dočasného domova. Od té doby o ničem, co řekne, nepochybuju. Všechny nás nakazil svou vírou ve velké věci. „Na podzim máme střechu a na jaře první místnost,“ zářil, když nám v létě vyprávěl o svých plánech. Dívali jsme se na trosky hradu a hromady stavebního materiálu, ostatní možná pesimisticky, ale já jsem už věděla svoje.*



## Záchrana středověkého hradu

Západočeský **hrad Hartenberg**, který se vypíná na strmém ostrohu nad řekou Svavou nedaleko soutoku s Ohří, je jednou z mnoha památek u nás, které potřebují řádnou péči. Svou existencí dokládá vývoj nejen zdejšího regionu, ale působí také jako pamětník mezinárodních vztahů své doby.

Na podporu záchrany hradu vzniklo **občanské sdružení Hartenberg**, které si za svůj cíl klade také rozvoj občanské společnosti, šíření myšlenky dobrovolnictví a další obecně prospěšné cíle. Stavební obnova hradu a podhradí spolu s environmentálními projekty vyžadují spoustu času a velké množství dobrovolnických párů rukou, které by byly ochotny podílet se na obnově zdevastované památky. Proto lidé z občanského sdružení Hartenberg navázali spolupráci s řadou jednotlivců a institucí. Jednou z nich je nevládní INEX – sdružení dobrovolných aktivit. Ve spolupráci s tímto sdružením se již jedenáct let konají na Hartenbergu **mezinárodní dobrovolnické workcampy**, kdy na hrad přijíždějí dobrovolníci z celého světa, aby zde vypomohli se záchranou a rekonstrukcí této vzácné hradní památky. V pěti až osmi turnusech zde vždy kolem patnácti dobrovolníků stráví společně dva týdny. Jejich hlavní pracovní náplní je především pomoc s rekonstrukcí hradu a přilehlého parku, který je rovněž velmi zanedbaný. Účastníci projektu si tak mohou vyzkoušet řadu náročných manuálních činností. Kromě rekonstrukce se věnují i práci s dětmi a přípravě programu pro dětský den na hradě. V ten den pak vymění krumpáče a lopaty za hudební nástroje, masky či hračky.

Nejde však o jediný projekt, který se na Hartenbergu pravidelně koná. Stejně tak zde probíhají i **envirocampy** zaměřené na přírodu, **ARTkemp**, kde se vždy sjíždí amatérští umělci z celého světa, resocializační či vzdělávací akce. Již dnes se jednotlivé části hradu používají také pro řadu zajímavých kulturních akcí. Mezi nejoblíbenější patří například **Hartenberské strašení**, **Hradohrani** nebo **Mikulášská jízda**. Atmosféra hradu společně s nadšením všech dobrovolníků každoročně přiláká tisíce návštěvníků.





## Dobrovolnictví ve sportu

Prakticky každý má představu o tom, co je to „sport“. Také proto je možné se setkat s nepřeberným množstvím jeho různých definic. Jedna z nejhezčích říká, že pod pojmem sport jsou skryty *„veškeré formy tělesné aktivity, které, provozovány příležitostně nebo organizovaně, usilují o vyjádření nebo vylepšení fyzické kondice a duševní pohody, utvoření společenských vztahů či dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních.“*

Na našem území byl sport na dobrovolné práci od počátku budován a na základní úrovni, kde je záležitostí především rekreační a společenskou – nikoliv výkonnostní – to platí i na počátku třetího tisíciletí. Typickým znakem dobrovolnictví ve sportu je celoživotní spojení s jednou tělovýchovnou jednotou nebo jedním sportovním klubem. Dobrovolník zpravidla působí tam, kde sám aktivně sportuje nebo sportoval.

Organizovaných dobrovolníků ve sportu je v České republice zhruba dvě stě tisíc a zajišťují na celém jejím území nejrůznější činnosti nezbytné pro provozování organizovaného sportu. Jedná se o práci jak vysoce odbornou (trenéři, cvičitelé), vázanou na určité vzdělání, tak také o práci nevyžadující odbornou způsobilost (pořadatelství, organizování, doprava, údržba atd.). Bez přispění těchto dobrovolníků by se stal sport mnohem nedostupnější. Odhadovaná hodnota jejich práce převyšuje výši finanční podpory sportu z rozpočtu České republiky.

Aktivity dobrovolníků ve sportu jsou základem činnosti více než deseti tisíc tělovýchovných jednot a sportovních klubů představujících více než 25 tisíc sportovních oddílů a téměř dva miliony členů. V oblasti působí u nás několik střešních sportovních organizací v ČR, z nichž největší je *Český svaz tělesné výchovy* s více než jedením a půl milionem členů, z nichž se zhruba 160 tisíc dobrovolně věnuje organizování sportovní činnosti. Dále jsou to hlavně *Česká obec sokolská* (190 tisíc členů), *Česká asociace Sport pro všechny* (260 tisíc členů), *Sdružení sportovních svazů ČR* (275 tisíc členů) nebo *Orel* (17 tisíc členů).



## Cvičitel

---

*Jaroslav Vokáč (72 let) se vyučil zámečníkem a 45 let pracoval jako vedoucí pracovní čety zámečníků v ZPA Čakovice, kde se vyráběly elektrárny do celého světa. Coby důchodce ocitl mezi zastupiteli pražské městské části Dolní Chabry, kde žije dlouhá léta se svou rodinou. Stále je cvičitelem a čelným funkcionářem v tělovýchovné jednotě v místě svého bydliště.*



Jarda Vokáč je jedním z neaktivnějších a současně nespolehlivějších dobrovolných cvičitelů a funkcionářů, kteří v bývalém svazu ZRTV (Základní a rekreační tělesné výchovy), dnes České asociace Sport pro všechny, vyrostli a pracovali. Dodnes, ve svých 72 letech, je aktivním cvičitelem i funkcionářem, i když se snaží již některé funkce předávat mladším. S nadšením pracuje v nově založené komisi seniorů a nevyhýbá se žádným aktivitám, které se pro tuto skupinu našich spoluobčanů nově zavádějí a pořádají.

Již coby šestnáctiletý mladík (od roku 1955) působil jako dobrovolník v Tatranu Prosek v Praze 9. Svou činnost zahájil jako pomocný cvičitel u mladšího žactva a současně absolvoval první vzdělávací kurz, kdy získal kvalifikaci cvičitele III. třídy. V roce 1959 získal kvalifikaci cvičitele II. třídy a velmi brzy byl pověřen funkcí náčelníka TJ Tatran Prosek. Tak byla nastartována jeho celoživotní kariéra dobrovolníka v tělovýchově. Ani v době dvouleté povinné vojenské služby neztratil kontakt s tělovýchovou a prací cvičitele.

Po vojně působil jako cvičitel nejen u dětí, ale už i u dospělých mužů a současně se zařadil mezi funkcionáře obvodu Prahy 9. Pak už bylo jen otázkou času, kdy si takového šikovného a obětavého chlapa všimnou v kolektivech dobrovolníků města Prahy a také v republikovém sboru mužů, kde se stal jedním z nejmladších funkcionářů.

A toto zařazení mu vydrželo celý život. Dlouhá léta vedl a ještě vede pražský cvičitelský sbor mužů, mnoho let vedl i ten republikový. Spolupracoval vždy také se školami a učiteli, společně připravovali v místě bydliště různé akce pro děti škol i občany obce či městské části





Základem činnosti kvalifikovaného dobrovolníka v tělovýchově je však pravidelná činnost cvičitele. A bez této práce v tělocvičně, ale třeba i v přírodě, bez pravidelných cvičebních hodin čtyřikrát týdně si Jarda neuměl a stále neumí, svůj život představit.

Od roku 1955 spolupracoval také na přípravě Československých spartakiád. Nejprve jako cvičenec, pak i cvičitel a dobrovolný organizátor. Za ta léta byl pověřován různými úkoly a byl jedním z těch, bez kterých by nebylo možné takové velké akce pořádat. Po převratu zůstal věrný přípravě hromadných vystoupení, která mají u nás tak dlouhou (příští rok to bude 150 let) a výraznou tradici. Podílel se na skladbách České asociace Sport pro všechny pro obnovené Všesokolské slety, ale také pro Světové gymnastřady, na které naše reprezentace v „gymnastice pro všechny“ má možnost od roku 1991 opět jezdit. Má zásluhy na úspěších našich vystoupení od Amsterdamu přes Berlín, Göteborg, Lisabon, Dornbirn v Rakousku až po letošní 14. WG 2011 v Lausanne, kde byla naše výprava s 902 aktivními účastníky jednou z nejpočetnějších.

Jarda Vokáč dosáhl až na nejvyšší tělovýchovné vyznamenání, na Zlatý odznak Dr. Miroslava Tyrše.



# Česká asociace Sport pro všechny

Činnost České asociace Sport pro všechny navazuje na snahy přiblížit a zpřístupnit tělesnou výchovu a sport široké veřejnosti. Hlásí se k odkazu dr. Miroslava Tyrše i jeho následovníků. Čerpá z práce lékařů, tělovýchovných pedagogů a dalších odborníků, kteří pochopili význam pohybové aktivity pro člověka, a to ve spojení s racionální výživou a celkově dobrou životosprávou. V tomto širším rámci spatřuje vysoký společenský význam sportu pro všechny jako prevenci a alternativu proti drogové závislosti, asociálnímu chování a dalším negativním jevům.



Co znamená pojem „sport pro všechny“? Nepohybovat se na hranici lidských možností, vítězství v soutěžích nepovyšovat nad zdraví. Cílem ČSAPV je prostřednictvím tělesné výchovy a sportu získat a udržet u svých členů dobrou kondici a zároveň je odreagovat od denních starostí. Proto musí být pohybová aktivita přiměřeně náročná.

Česká asociace Sport pro všechny nabízí nejen svým dvě stě šedesátí tisícům členů, ale všem zájemcům pestrý výběr účinných pohybových aktivit: všeobecnou gymnastiku, rekreační sporty, aerobik, rytmickou gymnastiku, jógu, zdravotní tělesnou výchovu, cvičení a pobyt v přírodě, taneční sport, step, cvičení předškolních dětí, cvičení rodičů s dětmi, tradiční čínská cvičení, přetlačování rukou a další aktivity, jejichž vhodnost je prověřována.

Jednou z významných aktivit ČASPV je **Program pro seniory**, občany starší šedesátí let, členy i nečleny asociace. Vznikl s cílem pozitivně ovlivnit zdravý životní styl seniorů. Kromě pravidelných cvičebních hodin se mohou senioři zapojit také do relaxačních, regeneračních a rehabilitačních programů zaměřených na zlepšení zdravotního stavu a prodloužení aktivního období života. ČASPV také pořádá sportovní rekreační pobyty pro seniory: Senioři na horách, Senioři a vnučata a další. V rámci projektu zajišťuje asociace také vlastní vzdělávání cvičitelů Pod taktovkou Komise seniorů a řady cvičitelů běží tento program zdárně již od roku 2005.





## Pořadatelka

---

*Petra Večerníková (22 let) žije v Chrastavě, nyní studuje 4. rokem na ekonomické fakultě Technické univerzity v Liberci. Miluje Finsko, aktivně se věnuje fotbalu, je tak trochu závislá na facebooku... jak sama říká, je to klasika, se kterou se s malými úpravami setkáváme téměř denně.*



Dobrovolník, týmák, volunteer - ještě před pár lety byla pro mě tato slova velkou neznámou. Nyní již několikátým rokem působím jako dobrovolnice na různých sportovních akcích. Co mě k tomu přivedlo? Vždycky mne zajímal sport. A tak se jednoho dne stalo, že jsme se s mojí kamarádkou přihlásily do týmu dobrovolníků pro mistrovství světa v klasickém lyžování, které se uskutečnilo roku 2009 v Liberci. Tehdy jsme ještě neměly ponětí, do čeho se to pouštíme. Avšak byla tu vidina, že se setkáme s našimi oblíbenými sportovci tváří v tvář a ještě k tomu zadarmo. V paměti mi z té doby utkvělo první školení dobrovolníků pro MS 2009, konalo se v roce 2006 a tímto okamžikem začal můj příběh dobrovolníka...

Za těch necelých šest let jsem se zúčastnila mnoha akcí, ale zaměřím se jen na tři z nich – MS ve florbalu 2008, MS v klasickém lyžování 2009 a EYOWF 2011.

Přestože jsem se účastnila dvou mistrovství, každé bylo úplně jiné. Florbalové MS se konalo v Praze a Ostravě, organizační výbor tvořila skvělá parta lidí, vztah mezi nimi a dobrovolníky byl oproti lyžařskému mistrovství více osobní a přátelský.



Pomáhaly jsme s kamarádkou v sekci Press, naše náplň práce nebyla nikterak náročná, a tak jsme do sytosti mohly vychutnávat atmosféru při zápasech. A možnost jít po skončení finálového zápasu na hrací plochu a popřát čerstvým mistrům, to byl nezapomenutelný zážitek, který mi už nikdo nevezme.

Dva měsíce poté, tedy již v roce 2009, se uskutečnilo již zmiňované mistrovství v Liberci. Této akce jsem se účastnila jako attaché neboli doprovod týmu. Měla jsem na starosti finský a estonský tým skokanů na lyžích a mojí náplní práce bylo pomáhat, aby sportovci měli vše potřebné. S týmem prožíváte dobré i zlé. Přestože se „mým“

skokanům tenkrát moc nedařilo, budu na tuto událost ještě dlouho vzpomínat. Člověk poznal spoustu nových přátel, ať to byli sportovci, trenéři nebo další dobrovolníci. Ani jsem nemusela závodit a i přesto jsem na krku měla medaili, kterou finšti běžci získali v jednom závodě.

Poslední akce, na které jsem působila jako dobrovolník, byl EYOWF – Zimní evropský olympijský festival mládeže, který se uskutečnil v únoru letošního roku (2011). Abych pravdu řekla, byla to asi první akce, před kterou jsem se necítila úplně ve formě. Možná to bylo těmi nervy ve škole při zkuškovém období nebo tím, že se této akce neúčastnila kamarádka, která se mnou byla na všech předchozích dobrovolnických akcích a se kterou jsme si to vždy náramně užily. A aby toho nebylo málo, tři dny před zahájením na mě začala lézt nějaká viróza. Teď měsíc po skončení musím říct, díky Bohu, že jsem se vykurýrovala tak rychle. Ten týden v Liberci se stal v doprovodu „šéfa“ Petera a jeho zástupkyně Sari, ale vlastně všech členů týmu, dalším nezapomenutelným okamžikem mého života. Tentokrát jsem měla na starosti (společně ještě s jednou dobrovolnicí) celou finskou olympijskou výpravu, tedy 79 osob. Výsledkem týdenního pobytu je fakt, že jsem dostala pozvání dělat asistentku týmu i v následujícím roce při 1. světové zimní olympiádě mládeže, která se uskuteční v Innsbrucku. A taková nabídka se přeci neodmítá! :-)





# Evropský zimní olympijský festival mládeže

Evropský zimní olympijský festival mládeže (EYOWF) představuje vrcholnou událost mladých sportovců ve věku 14 až 18 let. Jde o nejvýznamnější sportovní událost dorostenecké kategorie v Evropě a pro mladé reprezentanty představuje totéž, co olympijské hry pro dospělé.

Tato akce se koná z iniciativy **Asociace evropských olympijských výborů (EOV)**. V roce 2011 získal pořadatelství zimního festivalu mládeže Liberecký kraj. Festivalu se zúčastnilo 158 sportovců ze 44 zemí a své souboje svedli v osmi tradičních odvětvích - v alpských disciplínách, běhu na lyžích, biatlonu, krasobruslení, ledním hokeji, severské kombinaci, skoku na lyžích a snowboardingu. Program EYOWF nabídl 28 disciplín a mladí závodníci soutěžili o celkový počet 216 medailí.

Doprovodný vzdělávací program pro školy představil dětem **základní olympijské hodnoty**: fair play, toleranci, solidaritu, vzájemné porozumění a přátelství. Děti a mladí lidé byli zároveň motivováni k pohybovým aktivitám, ke sportu, ke smysluplnému naplnění volného času. Podobné festivaly sportu jsou také vždy příležitostí vytvořit lepší podmínky pro mladé talentované domácí sportovce a rovněž pro využití a vylepšení infrastruktury sportovišť.

Na organizaci celého festivalu se podílelo pět set dobrovolníků starších šestnácti let, kteří významnou měrou přispěli k hladkému průběhu festivalu. Jejich nábor začal v dubnu 2009 a od té doby se společně s organizačním výborem EYOWF 2011 podíleli na dalších sportovních akcích. Pro vzájemnou spolupráci v rámci festivalu byli dobrovolníci rozděleni do osmnácti oblastí, ve kterých během celého týdne trvání EYOWF pracovali.

Na adresu libereckých dobrovolníků prohlásil šéf Britské olympijské asociace Lord Colin Moynihan, že tak výkonné dobrovolníky by bral i pro letní olympiádu 2012 v Londýně.

Takové ocenění samozřejmě vyzdvihuje nejen skvělou práci dobrovolníků, ale také systematický a dobře profesionálně zajištěný přístup organizačního výboru k nim.



## Dobrovolnictví s dětmi a mládeží

Doménou dobrovolníků v této oblasti jsou neziskové organizace, které se zabývají dětmi a mládeží. Jejich jedinečný přínos je zejména v tom, že poskytují dětem a mladým lidem dlouhodobé zázemí silných osobních vazeb. Mnohé z nich je pak provázejí celým životem. Díky tomu také v řadě sdružení nejde jen o „náplň volného času“, ale o skutečnou dlouhodobou výchovnou formaci celé bytosti dítěte či dospívajícího.

Život v dobrém oddílu představuje pro mnohé nejen pět, osm či dvanáct let strávených mezi skvělou partou kamarádů, ale celoživotní nasměrování vycházející z pevného a dobře reflektovaného hodnotového základu i řady dovedností a znalostí velmi cenných pro orientaci v současném složitém světě. Jednou z nejdůležitějších zkušeností, které se mladí lidé v těchto sdruženích učí, je zážitek toho, že ty nejcennější skutečnosti v lidském životě se nedají zaplatit – a že „zadarmo“ vůbec neznamená „bezcné“.

*Tradiční sdružení dětí a mládeže* – to jsou skauti, mladí turisté či pionýři, také třeba woodcrafteri, táborníci, zálesáci, ale i mladí ochránci přírody a členové YMCA. Charakteristické pro tato sdružení je jejich všeobecné zaměření, v němž klíčovou úlohu mají hry všemožného typu, táboření a pobyt v přírodě. Pravidelná celoroční činnost obnáší týdenní schůzky, měsíční výpravy a tábor o jarních a letních prázdninách.

*Sdružení „nové vlny“* – vzniklá po roce 1990. Příznačné pro ně je, že nejen využijí moderní vynálezy techniky (to ostatně dnes dělají i ta „tradiční“ sdružení), ale zájem o ně je většinou přímo jejich programovou prioritou. Stejně tak jsou propagátory moderních pedagogických směrů – samozřejmostí je zážitková pedagogika. Je u nich časté prolínání členů a „nečlenů“ – mnohdy většinu akcí mají „otevřených pro veřejnost“.



## Skautka

*Hanka Šimková (23 let) je studentkou Pedagogické fakulty UHK. Necítí potřebu chodit „zmalovaná“, zato se ale nebojí vyvážet hnůj a hřebelcovat koně a běhat po lese se svým psem – zkrátka holka do nepohody. Skvěle doprovází na klavír dětský pěvecký sbor, a když má náladu, přidává k tomu ještě hru na violoncello. Jejím největším koníčkem je ale práce pro skautský oddíl a středisko v Lošticích – tomu věnuje většinu svého volného času.*



Jak jsem se stala skautkou? Můj začátek nebyl nijak vznešený: do světlušek jsem chodila od první třídy hlavně kvůli kamarádkám. Nasměřovali mě tam sice rodiče a oba starší bráchové, ale hlavní důvod byl, že skautem v té době prošlo takřka každé dítě od nás ze školy. Byla to hotová mánie.

Určitým traumatem pro mě byly tábory. Přes den bylo všechno v pořádku, ale jakmile jsem šla večer spát, tak to přišlo: stýskalo se mi, padla na mě úzkost a brečela jsem. Tenkrát jsem ani netušila, že by mi vedoucí, které o mém problému věděly, mohly nějak pomoci. Nebyl to ale ten důvod, pro který jsem zhruba v šesté třídě do skautu přestala chodit. Měla jsem hodně aktivit – koně, pěvecké sbory, hudebku. Navíc se ve skautu vytratila kamarádká atmosféra, která tam byla dřív. Začaly se tam tvořit skupinky a já jsem do žádné z nich nějak nezapadla. Takže jsem oddíl opustila a vypadalo to, že můj skautský život jednou provždy skončil.

O pár let později, to už jsem byla na střední škole, začali odcházet staří vedoucí a nebylo dost mladých lidí, kteří by po nich středisko převzali. O pomoc mě v té době požádal kamarád, kterému ta situace vadila, a chtěl ji napravit. Protože mě práce s dětmi baví, šla jsem do toho a zřejmě jsem si tím začala kompenzovat to, co jsem sama jako dítě neprožila: že jsem v oddíle byla jen rok a neprošla celou skaut-



skou výchovou. Chtěla jsem život v oddíle dětem udělat co nejlepší, aby se jim třeba nestalo to, co mně. Přála jsem si, aby měly spoustu krásných zážitků, aby ve skautu vydržely, aby věděly, proč tam jsou a aby se tam cítily dobře.

Na vlastní kůži jsem začala poznávat, jak je práce pro skautský oddíl a středisko náročná. Nad přípravami na schůzky a akce trávím spoustu času, ale kdyby mě to nebavilo, tak to nedělám. Hlavně bych to nikdy nemohla zvládnout sama. Mám kolem sebe lidi, střediskovou radu, rovery, částečně i rádce družin, kteří pomáhají. Člověk sám tady nezmůže nic, tu práci vykonává kolektiv lidí, který na sobě pracuje, vzdělává se a snaží se být co nejlépe sehraným týmem.



Moje vlastní činnost spočívá jednak v organizování lidí, kteří jsou ještě mladší než já a podílejí se na chodu oddílu a střediska, jednak v přípravě programu, oddílových schůzek, vymýšlení námětů a rámců. To vše se musí odvíjet od výchovného systému, od stezky, výborného pomocníka pro vedoucího i dítě, která zahrnuje ty oblasti, jež chce skauting u dětí rozvíjet - například vztah k přírodě, k druhým lidem.

Většinou jedenkrát měsíčně pořádáme jednodenní nebo dvoudenní výpravy. Na výpravě je prostor i pro jiné činnosti a aktivity než na běžné schůzce. Oddílovku můžu, je-li to nutné, nachystat sama, ale na velké akci se musí podílet co nejvíce lidí, z nichž každý má nějaký úkol. A o to právě jde: naučit ty mladší zapojovat se do chodu oddílu a střediska, učit je dávat, ne jenom brát.

Vyvrcholením činnosti je tábor, který se vlastně začíná připravovat od chvíle, kdy se přijede z toho právě ukončeného. Příprava tábora není jen program, je to technické zázemí, organizace, kdy a kde to bude, doprava dětí, přeprava materiálu, takže je potřeba parta schopných a spolehlivých kamarádů, kteří se na přípravě podílejí. A tábor samotný, to je vlastně 24 hodin denně. Kromě krátkého spánku v noci, kdy je člověk stejně v pohotovosti, se jede nepřetržitě.

Pro práci v oddíle a středisku je třeba se vzdělávat. Zjistila jsem, že to, že člověk chce, nestačí, že potřebuji také znalosti a dovednosti. Junák pořádá nejrůznější kurzy a já mám vůdcovskou zkoušku akreditovanou MŠMT.

Jak to vidím do budoucna? Určitě bych ještě nějakou dobu chtěla vést oddíl, vzdělávat se a přitom vychovávat své nástupce. Na místě vedoucího oddílu člověk nemůže trůnit do důchodu, prostor by měli dostat zase další, tak jako byl ten prostor dán mně. Já se později hodlám skautskému životu věnovat jinak, ale to je ještě daleko. Sama cítím, že bych teď k vedení oddílu klidně mohla mít více zkušeností.

Na závěr pokládám za důležité říct, kdo mě na mé současné skautské cestě nejvíc ovlivnil. Byli to moji rodiče, především způsobem myšlení a jednání. Moje maminka, která se věnovala řadě dobrovolných aktivit: často jsme spolu na téma výchova dětí mluvily, společně přemýšlely, navzájem se ptaly. Kdyby moje maminka seděla doma zavřená a nedělala něco pro druhé, je jasné, že bych dnes na tom asi byla jinak nebo bych se k podobné činnosti dostávala obtížnější a klikatější cestou. Dítě půjde s velkou pravděpodobností ve šlépějích svých rodičů. Když to shrnu, tatínek mě ovlivnil svou pracovitostí, po něm jsem docela zručná a to se mi pro skauting hodí, a maminka mi je příkladem svou prací pro druhé.



# Junák – česká skautská organizace

**Skauting** je celosvětově největší výchovné hnutí pro děti a mladé lidi. V naší zemi existuje od roku 1911. Skautskými oddíly od té doby prošlo na půl milionu lidí, mezi nimi i řada později významných osobností z různých oborů. Dnes má **Junák – svaz skautů a skautek ČR** přibližně 48 tisíc členů. Je největší výchovnou organizací v České republice a zároveň je členem mezinárodních skautských organizací. Svou činností a výchovou mladých lidí si vydobyl výjimečné postavení a uznání u státních institucí, respektovaných organizací a významných osobností.

Junák sdružuje své členy a členky bez rozdílu národnosti, náboženského vyznání, politického přesvědčení, rasy nebo jiných rozdílů. **Skautské oddíly** (cca 2500) působí ve více než tisíci městech a vesnicích po celé naší zemi. Sdružují jak chlapce, tak i děvčata od šesti let ve třech věkových kategoriích. O program oddílů se stará několik tisíc dobrovolných vedoucích a činovníků. Pro ně má Junák vypracovaný velmi kvalitní výchovně-vzdělávací systém, postavený na seminářích, kurzech a všestranné metodické podpoře. Obdobně a přiměřeně věku je vypracován i výchovný systém Stezek pro Vlčata a Světlušky (do 11 let), skauty a skautky (do 15 let), vzniká také obdobný program pro rovery (do 26 let).



Východiskem skautingu je přesvědčení, že svět může být skutečně lepší a že záleží na každém člověku, co pro to udělá. Skauting je projekt, jehož posláním je zlepšovat svět skrze jednotlivé lidi, kterým pomáhá vstoupit na cestu dobrovolného zájmu o vlastní rozvoj i rozvoj nejbližších lidí.

Posláním Junáka je podporovat rozvoj osobnosti dětí a mladých lidí, jejich duchovních, mravních, intelektuálních, sociálních a tělesných schopností, aby byli po celý život připraveni **sloužit Pravdě a Lásce** a tak naplňovali svou odpovědnost k sobě samým, bližním, vlasti, přírodě a celému lidskému společenství.



## Parták

---

*Ivo Dostál (30 let), vystudoval žurnalistiku a mediální studia na Fakultě sociálních věd Univerzity Karlovy, pracuje v ING Pojišťovně. Pochází ze Studénky, nyní ale žije v Praze. Má rád deskové hry, vaření, výlety, plavání a kolečkové brusle. Dobrovolníkem v 5P je od roku 2003. Každý rok také jezdí jako instruktor na dětské tábory, které 5P pořádá.*



O programu 5P jsem poprvé slyšel od starší spolužačky Báry, kterou jsem znal od vidění z některých žurnalistických přednášek. Měl jsem jí za ne moc sympatickou přírodní dobrosdračku, a tak jsem se i na tenhle program díval s mírným despektem.

Ve druháku, v roce 2002, jsme ale dostali za úkol natočit pětiminutovou HLP reportáž. HLP znamená, že v příspěvku ukážete nějaký Hluboký Lidský Příběh. Právě tam mi Bára a její svěřené dítě rozkošně zapadli.

Nakonec jsem kvůli časové tísní točil s úplně jinou dvojicí a taky se dozvěděl, že dobrovolníci z 5P nejsou jen „ulitlí“ batikovaní bubínkáři s khaki batůžkem na zádech.

Ještě na škole jsem hyperaktivně získal hned tři práce najednou. Najednou jsem tak vydělával spoustu peněz, a protože jsem z nich (nedopatřením!) neplatil daně, získal jsem s výplatou i výčitky svědomí. V obavě, že za tunelování společnosti skončím v pekle, jsem si vzpomněl na časově nenáročnou, přitom bohubilou dobrovolnickou práci, o které jsem před časem točil HLP reportáž.

Dobrovolníka z americké asociace Big Brothers, Big Sisters, jehož českou mutací je program 5P, jsem už kdysi viděl v seriálu Beverly Hills 90210. Tam jím byl hlavní hrdina Brandon Walsch. Rozhodl jsem se proto, že budu ve svém dobrovolnictví spíš pohodový Brandon než přírodní Bára.

Svého prvního parťáka Radka (jméno bylo změněno) jsem poprvé viděl na kontrakční schůzce v klubovně 5P. Vypadal zmateně a zmateně také vysvětloval, kam bychom to měli jít na první schůzku. Další týden, těsně po vánocích 2004, kousek za výstupem z metra Národní třída, přihopkal mezi feťáky, trhovecké stánky a kopy špinavého sněhu zmatený miničlověk. Radek měl na sobě kalhoty na kolenou mokré od sněhu, házel po mě zablácené sněhovo-vodové koule a vždycky pochodoval několik metrů přede mnou. Po cestě skákal na kanalizační víka tak, aby to co nejvíc bouchlo, a koukal, co jako já na to. Já na to, že v pohodě, každý jsme nějaký. Na oplátku jsem Radkovi na dalších schůzkách dělal ostudu v herně plné mládežníků, pokřikoval jsem a choval se víc než infantlně. Ať si to zkusí...

Takhle jsme se otesávali asi tři roky. Radek mě naučil tagovat, tedy čmárat lihovou fixou po kandelábrech, já jeho zase, že v kavárně se, na rozdíl od McDonalds, objednává u stolu a platí až po konzumaci. Před rokem mi přes ICQ Radek psal, že



už nemá moc času, našel si brigádu a vydělává na motorku. Nemyslím, že by to beze mne bylo jinak, ale i tak to potěší.

Těší mě taky celý program 5P, který už šestnáctým rokem pomáhá dětem, jež si špatně hledají kamarády, mají problémy v rodině, a nebo jsou hyperaktivní. Moje dobrovolnická práce nezabere extra moc času. Zvládat se dá i při zaměstnání na plný úvazek. Od letoška mám „své“ druhé dítě (Radek z programu vyrostl a učí se na automechanika). S novým Petrem chodíme často plavat, naučil jsem se od něj nové fotbalové triky a hlavně mám někoho, se kterým můžu zkoušet nové hry. Když na sebe v obchodáku střílíme pěnové šípky, což mě začalo dost bavit, nekoukají na nás lidi tak divně, jako kdybych to zkoušel se stejně starým kolegou z pojišťovny. Je to legrace a snad to i někomu trochu pomůže.





# Pět P

## Pomoc, Přátelství, Podpora, Péče a Prevence

**Program Pět P pochází z USA**, kde funguje již více než 100 let pod názvem Big Brothers, Big Sisters. Do České republiky se dostal prostřednictvím občanského sdružení HESTIA v roce 1996. Postupně zdomácněl ve více než dvaceti městech po celé České republice a byla vytvořena Asociace Programu Pět P (1999), aby koordinovala úsilí jednotlivých center. Program je určen **dětem ve věku 6-15 let**, je zaměřen na řešení sociálních a komunikačních obtíží dětí a funguje na principu přátelského vztahu jednoho dítěte s jedním dospělým dobrovolníkem. Odborně sestavená dvojice se schází nejméně po dobu deseti měsíců na jedno odpoledne v týdnu a věnuje se volnočasovým aktivitám, které si společně domlouvá.

**Služby jsou poskytovány zdarma všem dětem**, kterým by vztah s dospělou osobou – dobrovolníkem kamarádem – mohl v jejich obtížích prospět. Děti mohou mít například výchovné či prospěchové problémy, jejich rodina prochází krizí nebo je neúplná, pocházejí ze sociálně znevýhodněných skupin, rodiče na ně nemají dostatek času, mohou si připadat izolované, nudí se. Některé jsou hyperaktivní, jiné apatické či úzkostné. Některé trápí třeba „jenom“ to, že nemají sourozence nebo se často stěhují a nikde nestačily nikoho pořádně poznat. Klienti mohou přicházet i z pěstounských rodin a dalších druhů náhradní rodičovské péče. Pro přijetí dítěte do programu je důležitá dobrovolnost všech tří stran (dobrovolníka, dítěte i rodiče). Rodinám klientů je poskytováno sociální poradenství, případně služba rodinného psychologa.

**Dobrovolník je dítěti kamarádem**, průvodcem, nikoli autoritou. Dlouhodobý vztah dítěte s dobrovolníkem má vytvořit prostor pro růst sociálních dovedností, posilovat sebevědomí dítěte a rozšířit jeho motivaci k navazování přirozených vrstevnických vztahů. Dítě tak má nového „člověka pro sebe“, který na něj má čas, má se komu svěřit, s kým si hrát, rozvíjet své dovednosti nebo získat nové. Díky tomu může postupně nabývat zdravé sebejistoty a osvojovat si prosociální vzorce chování a prožívání.





## Dobrovolnictví v ekologii

*„Voda hučí po lučinách, bory šumí po skalinách, v sadě skví se jara květ: zemský ráj to na pohled. A to je ta krásná země, země česká, domov můj.“* Vztah k naší krajině se vepsal do naší hymny jistě i proto, že je historicky vepsán do srdcí našich lidí. K péči o přírodní dědictví a životní prostředí přispívají dobrovolníci v naší vlasti už od 19. století. Dnes v této oblasti působí stovky větších i menších organizací a spolků. S nimi desítky tisíc dobrovolníků pečují o významné přírodní lokality a chráněná území a pomáhají je tak uchovat pro naši i příští generace.

Významně se podílejí na zlepšování našeho životního prostředí ať už při výsadbě zeleně, úklidech, péči o studánky, budování a údržbě naučných stezek. Přispívají také k ochraně či záchraně mnoha živočichů, ať už jde o obojživelníky, ptactvo či velké šelmy. Jsou věrnými vykonavateli strážní služby v chráněných krajinných oblastech, podporují biozemědělství. Tisíce hodin tito dobrovolníci věnují práci s dětmi a mládeží v ekologické výchově – přípravě a realizaci výukových programů, táborů a dalších akcí. Díky dobrovolnické pomoci probíhá mnoho osvětových kampaní a aktivit určených široké veřejnosti – Dnů Země, Biojarmarků či vzdělávacích programů. K ochraně přírody též přispívají výzkumné projekty, monitoringy, průvodcovské služby apod. Zkrátka dobrovolnictví v oblasti životního prostředí má dlouhodobý přínos v mnoha oblastech.

I když nemají vždycky ti, kteří se angažují ve prospěch přírody, „na růžích ustláno“ a jejich snahy a činnost leckdy vyžadují i určitou odvahu a schopnost čelit kritice, oslovují dnes aktivity na ochranu životního prostředí tisíce lidí všech generací. Díky nim si jejich účastníci nejenom budují dobrý vztah k místu, kde žijí, ale navazují také přátelské vztahy a rozvíjí spolupráci v komunitě.





## Ochranář

*Pavel Mašín (29 let) vystudoval Vysokou školu technologickou, postgraduální student a pracovník firmy, která se zabývá odstraňováním starých ekologických zátěží. Žije na okraji Prahy, ve volném čase rád vyráží na výlety do přírody, pěšky nebo na kole, v zimě na běžky. Dobrovolné akce Hnutí Duha využívá také jako příležitost pro poznávání nových lidí a navazování nových přátelství.*

Už od dětství mi vadilo poškozování životního prostředí a vypouštění toxických látek do řek či ovzduší. Navíc mě bavila chemie, a tak jsem vystudoval střední průmyslovou školu chemickou, obor monitorování životního prostředí. Později jsem ve studiu pokračoval na Vysoké škole chemicko - technologické v oboru technologie ochrany prostředí, abych mohl analyzovat toxické látky a pomáhat navrhnout technologie, které budou omezovat další znečišťování životního prostředí. V současné době se věnuji disertační práci, která je zaměřena na termickou desorpci kontaminovaných tuhých materiálů. Problematikou odstraňování starých ekologických zátěží se zabývám také ve firmě, ve které jsem zaměstnán.

K Hnutí Duha jsem se dostal prostřednictvím reklamního letáčku umístěného v tramvaji, ve kterém byla nabídka účasti na sázení stromků při Týdnech pro les pořádaných Hnutím Duha. Duha každým rokem pořádá několik týdenních pracovních pobytů v lese pro veřejnost. Lidé na nich pomáhají obnovit zdravé porosty – na Šumavě, v Beskydech, v Jeseníkách, v Jizerských horách či jinde, a to od května až do září. To mě velmi oslovilo, protože jsem týden strávený dobrovolnou činností





považoval za skvělou příležitost, jak pomoci přírodě a zároveň poznat podobně naladěné lidi. A tak jsem se v roce 2009 poprvé zúčastnil Týdnu pro les zaměřeného na revitalizaci rašelinišť na šumavské Kvildě. Duha každým rokem pořádá několik týdenních pracovních pobytů v lese pro veřejnost. Lidé na nich pomáhají obnovit zdravé porosty – na Šumavě, v Beskydech, v Jeseníkách, v Jizerských horách či jinde. Člověk na takové pracovní dovolené vlastně spojí příjemné s užitečným: pomůže lesům, provětrá si hlavu a plíce, pozná zajímavé lidi a taky se něco nového dozví o životě lesa a krajiny. Téma ochrany lesů mě nadchlo nejen proto, že jsem mohl pozorovat výsledky vlastní dobrovolné práce, ale také proto, že jsem se dostal do kontaktu s ostatními dobrovolníky, pro které je důležité smysluplné využití volného času. Měl jsem možnost seznámit se s pracovníky Hnutí DUHA, poznat blíže jejich činnost, která se týká zdravých lesů, ale i ostatních aspektů ochrany přírody a zdravého životního stylu.



Lesní tematika mi zůstala nejbližší, a proto jsem se pustil i do dalších aktivit, při kterých mám možnost pomoci lesům. V létě jsem strávil týden u informačního stánku u Pramene Vltavy na Šumavě, kde jsem turistům vysvětloval význam přirozeného vývoje lesa a zjišťoval jejich postoje k lesnímu hospodaření.

Na Týden pro les jsem samozřejmě vyrazil i další rok a kromě toho jsem na Šumavu zavítal i v zimě v rámci Rysích hlídek. Velké šelmy jsou sice v České republice chráněné zákonem, situace ale není růžová. Pytlák totiž normy nectí. Ilegální lov rysů se na konci devadesátých let rozmohl natolik, že rysi populace na Šumavě začala poměrně dramaticky klesat. Ze čtrnácti rysů, které v minulosti správa šumavského národního parku označila vysílačkou, bylo podle Hnutí Duha s největší pravděpodobností osm zastřeleno. Počet ilegálních odstřelů se v Česku za posledních dvacet let odhaduje na více než 500 kusů. Teď je situace stabilizovaná. Určitě pomohlo i rozšiřování letáčků s textem, že rysi a vlci jsou zákonem chráněné šelmy (pytláci to samozřejmě dobře vědí, ale skutečnost, že jsou pod určitou kontrolou, je často od pytláctví odradí). I když se to na první pohled nezdá, tato činnost ochrany rysů a vlků velmi pomáhá.

# Projekty Hnutí Duha

Aby české lesy byly zdravé, vzduch čistý a životní prostředí zdravější pro všechny, o to se snaží **Hnutí Duha**, a to ve spolupráci s řadou dobrovolníků, kterým není stav životního prostředí lhostejný.

Osvědčenou dobrovolnickou akcí zaměřenou především na ochranu a obnovu lesních ekosystémů, krajinné mozaiky a kulturní hodnoty krajiny jsou **Týdny pro les a krajinu**. Prostřednictvím týdenních pracovních-vzdělávacích workcampů (účastníci pět dní pracují, jeden den je určen celodenní exkurzi) zapojuje Hnutí Duha širokou veřejnost ve věku 17 až 38 let do obnovy lesa a krajiny. Zároveň jí zpřístupňuje informace o problematice ochrany biodiverzity a druhové skladby lesa. Projekt probíhá od roku 1998 a prozatím se jej zúčastnilo 1036 dobrovolníků, kteří např. vysadili 210 000 stromů, zahradili 225 melioračních struh, vyseli 5 hektarů luk a ochránili proti okusu 500 kusů dřevin. V posledních letech dobrovolníci nejčastěji pracují na Šumavě, v Jizerských horách, v Moravském krasu a Jeseníkách.

Již dvanáct let chrání dobrovolníci v rámci dalšího velkého projektu Hnutí Duha velké šelmy na Šumavě a v Beskydech. Za tu dobu zdokumentovali přes pět stovek případů jejich výskytu. Hlavním cílem projektu **Vlčí a rysí hlídky** je omezit ilegální lov vlků, rysů a medvědů a zjišťovat jejich aktuální výskyt ve dvou nejvýznamnějších oblastech, v Beskydech a na Šumavě. Po proškolení přijíždějí dobrovolníci v průběhu zimní sezóny na vícedenní monitorovací akce, kde v rámci celodenních výprav do terénu monitorují pohyb velkých šelem. Především sledují tzv. pobytové znaky (stopy, trus, srst), vše dokumentují (sádrové odlitky, fotografie aj.) a následně ve spolupráci se zkušenými dobrovolníky nebo odborníky vyhodnocují. Dokumentují i nelegální návnady na šelmy - újedí - a hlášení předávají příslušným úřadům. Pomáhají rovněž s distribucí informačních materiálů o velkých šelmách na horské chaty a komunikují s turisty, kteří se o téma zajímají. Vyvrací tak pověry a nepravdivé informace o velkých šelmách.





## Strážce

*Vojtěch Novotný (65 let), žije v Uničově. Po celou dobu pracoval jako elektrikář v Uničovských strojárnách, od roku 2005 je v důchodě. K jeho koníčkům patří příroda, zejména mykologie, zahrádka, četba knih a toulky na kole. V poslední době se začal zajímat o orchideje rostoucí v přírodě. Přes dvacet let působí jako dobrovolný strážce v CHKO Litovelské Pomoraví.*

Já jsem jako kluk bydlel na dědině a v přírodě jsme byli pořád. S otcem jsem chodil na houby a to mě zaujalo natolik, že jsem se mykologii začal věnovat a vydrželo mi to dodnes. V Uničově, kam jsme se přestěhovali, působil mykolog pan Kupka, výborný znalec hub, se kterým jsme později založili mykologický kroužek. Pana Kupku zajímaly nejen houby, ale příroda jako celek. Tak jsem se dostal ke spolupráci s orgány tehdejší státní ochrany přírody a na jejich pokyn jsem začal mapovat nejen výskyt hub, ale i vzácných rostlin a živočichů. Když se blížilo vyhlášení Chráněné krajinné oblasti Litovelské Pomoraví (1990), stal jsem se nejprve tzv. konzervátorem ochrany přírody a brzy jedním z prvních dobrovolných strážců. Protože už jsem měl dost dlouhou praxi v ochraně přírody, nemusel jsem tehdy ani dělat zkoušky.



Byla to doba, kdy byl o členství ve stráži neuvěřitelný zájem. Přihlásilo se tehdy asi šedesát lidí, ale počáteční nadšení je brzy přešlo a stav se ustálil na deseti až patnácti členech, což byli ti, kteří měli o práci strážce opravdový zájem. Na pokyn vedení správy jsme prováděli nejrůznější mapování výskytu rostlin. K tomu přibýlo značení maloplošných chráněných území a besedy na základních i středních školách, průvodcovská činnost. Před šesti lety jsem se přihlásil také jako strážce v CHKO Jeseníky, takže v současnosti kombinuji služby na trase Šerák, Keprník, Vozka, Vřesová studánka se službami v Litovelském Pomoraví. V Jeseníkách je naprostou jinou prostředí, velkou roli tam hraje to, že se nahoru nedostanou auta a turisté, kteří vyjdou na hřeben, jsou k přírodě ohleduplní. Litovelské Pomoraví je v rovině, v kulturní krajině. Lidi to tady berou jako obyčejný les, u kterého žijí, hodnotu přírody Litovelského Pomoraví si nijak neuvědomují a podle toho se často chovají.



Služba strážce je dost náročná na čas, i když jsem už v důchodě. Já osobně chápu úlohu strážce spíš jako osvětu. Za celou dobu jsem neudělal ani jednu pokutu. Takový obyčejný člověk, který přijede do lesa na houby starou škodovkou a s dětmi, ten tu pokutu bez řečí zaplatí, protože má respekt z úřadů. Když přijede podnikatel v autě za tři milióny, ten se bude se strážcem hádat, smlouvat, ohánět se svým právníkem a pokutu nakonec stejně nezaplatí.

Musím totiž říct, že vztah mnoha lidí k přírodě a ke strážcům je čím dál horší. Oni nevidí zájem přírody, ale jen ten svůj: zajet autem do lesa na houby nebo přímo k vodě a z auta nahodit udici - a my jim v tom bráníme. Takový návštěvník se za-



čne ohánět demokracií a lidskými právy a nic nechápe. Setkal jsem se i s výhrůžkami a musím říct, že pod tlakem jsem se mnohokrát ocitl nejen já, ale i moje rodina. Podle mne chybí systematická osvěta vedená a podporovaná z těch nejvyšších míst. Zákony přírody ustupují až příliš zákonům podnikání.

I tak mne tato dobrovolnická činnost stále baví, takže nelituji ani té spousty peněz a času, které mne služba přírodě už stála. Přes všechny obtíže a nepřilíh radostnou situaci v ochraně přírody mi služba strážce dala spoustu pozitivního: poznal jsem přírodní oblasti, do kterých bych se jinak nikdy nedostal, narazil jsem na spoustu dobrých lidí, kteří si rádi poslechli můj výklad. Člověka potěší, když se návštěvníci ptají, co to tady kvete a co je tady zajímavého. To samé platí pro Jeseníky, tam jsem navíc prošel díky strážcovské činnosti po loveckých stezkách takové partie, kam se běžný návštěvník nemá šanci dostat. Seznámil jsem se s kolegy strážci, s lidmi, kteří mají o ochranu přírody opravdový zájem.

Nešlo by to bez podpory rodiny, zejména mé ženy, která se mnou do terénu kolem řeky Moravy dost často chodí, vlastně jezdí, protože služby v Pomoraví většinou absolvuji na kole.

A když bych měl říct, co by se muselo změnit, aby to v ochraně životního prostředí fungovalo lépe? Řeknu to jednoduše: změnit by se muselo dodržování a vymáhání zákonů. Zákon o ochraně přírody se nebere příliš vážně. Všichni mají rádi přírodu, ale málokdo ji chce skutečně chránit.



# Dobrovolná stráž ochrany přírody

V současnosti hrají trochu opomíjenou a přesto významnou úlohu **dobrovolní strážci ochrany přírody**, kteří vykonávají tuto službu ve svém volném čase a bez nároku na odměnu. Právě strážci znají dokonale terén a mnohdy jsou jedinými, kteří mohou poradit či pomoci ve svízelné situaci.

Dobrovolná stráž ochrany přírody je ustanovována podle § 81 zákona č. 114/1992 Sb., o ochraně přírody a krajiny. Strážce ve službě pozná návštěvník podle služebního odznaku se státním znakem a průkazem stráže přírody s vymezeným obvodem jejich působnosti, což je většinou některé chráněné území.

Profesionální i dobrovolní strážci se mohou sdružovat v **Asociaci strážců přírody chráněných území**, jejímž cílem je zvyšovat odbornost a profesionální úroveň členů. Již od r. 1997 pořádá Asociace pravidelná setkání strážců, zaměřená na výměnu zkušeností ze strážní, informační a průvodcovské služby v terénu. Asociace svým členům nabízí také školení, odborné exkurze a stáže.

Dobrovolný strážce by měl být člověkem, kterého návštěvník potká na horské pěšině, v lese, na lukách, který mu podá **informace** o místní přírodě, zajímavostech i službách (kde je nejbližší hospoda, cykloservis, odkud kam jezdí autobusy), doporučí turistické trasy, upozorní na povolené i nepovolené aktivity, nabídne průvodcovské služby nebo třeba informační leták. Spíš než pokutové bloky by měl mít v batohu lékárničku, mapu, mobil s číslem Horské služby a vědět jak to použít. Návštěvník obvykle neví, že dobrovolní strážci třeba také monitorují a mapují výskyt rostlin i živočichů, instalují a opravují chráněných území a uklízejí odpadky.



Pokud strážce zjistí porušování předpisů na ochranu přírody, pak musí v rámci svých možností zasáhnout a uložit **výchovné** či **represivní opatření** (nedodržení podmínek v chráněném území lze vyřešit domluvou, ale i uložením blokové pokuty). Tehdy se opravdu stává prodlouženou rukou zákona. Je třeba zdůraznit, že i dobrovolný strážce přírody je ze zákona úřední osoba! To mu dává nejen vyšší pravomoci a právní ochranu, ale také klade vyšší nároky na jeho odpovědnost.



## Mezinárodní dobrovolnictví a rozvojová spolupráce

Tato oblast dobrovolnictví je zvláštní tím, že je – na rozdíl od velké většiny ostatních oblastí – určena v prvé řadě nikoliv tím, komu se při něm lidé věnují, ale určitou „přidanou hodnotou“. Pro tento typ dobrovolnictví je totiž podstatné jeho spojení s mezinárodní spoluprací a mezikulturním vzděláváním. Z tohoto důvodu tyto aktivity nelze jednoznačně oddělit od ostatních kategorií, protože i v zahraničí můžete pracovat na projektu, který se bude věnovat práci s postiženými dětmi, ekologické revitalizaci národních parků, bude opravovat historickou památku či pomáhat připravovat umělecký festival pro děti z dětských domovů.

Dnes vyráží do světa každoročně zhruba 1 100 českých dobrovolníků a u nás pracuje na oplátku asi 600 dobrovolníků zahraničních. Dobrovolnické pobyty v zahraničí lze dělit podle délky pobytu. Krátkodobé pobyty, tzv. workcamps, patří tradičně mezi mladými lidmi k nejoblíbenějším. Ti jich využívají zvláště v období letních měsíců. Jedná se totiž o zajímavou kombinaci cestování, smysluplné práce a poznávání nových lidí z různých koutů světa. Mezi největší organizátory workcampů v České republice i zahraničí patří *INEX – Sdružení dobrovolných aktivit* či *Duha – Sdružení dětí a mládeže pro volný čas, přírodu a recesi*.

Střednědobé a dlouhodobé pobyty jsou většinou od dvou měsíců do jednoho roku (v některých případech i déle). Jedná se o souvislejší spolupráci s místní komunitou na řešení určitého problému. Specifickým typem dlouhodobého dobrovolnictví je *Evropská dobrovolná služba evropského vzdělávacího programu Mládež v akci*, která je orientována na mladé Evropany do třiceti let a slouží k budování interkulturního povědomí současné generace. V České republice se Evropské dobrovolné službě věnuje přes devadesát organizací.



## Fundraiser

*Robin Ujfaluši (32 let) vystudoval Filosofickou fakultu UK v Praze. V roce 2005 působil jako dobrovolník v Nairobi, dobrovolnický posléze působil ještě v Kazachstánu a Turecku.*

*V současnosti je ředitelem sdružení INEX-SDA, hlavním koordinátorem projektu Fotbal pro rozvoj a publicista specializující se na subsaharskou Afriku. V roce 2007 vyšla jeho kniha „Jak se hraje fotbal v Africe“.*



O dobrovolnickém programu GLEN se Robin Ujfaluši, tehdy vysokoškolský student, dozvěděl vlastně náhodou. To, že na něj byl posléze skutečně vybrán, náhoda ovšem už nebyla, protože o tenhle program je značný zájem a uchazeči procházejí dosti náročným výběrem. Každopádně, kdyby tehdy minul tuhle křižovatku, věnoval by se dnes nejspíš humanitním vědám nebo pracoval v nějakém nakladatelství.

Po létě 2005, které strávil jako dobrovolník v Nairobi, ale nabral jeho život poněkud jiný směr. V nairobských chudinských čtvrtích zjistil, že místní realita je o dost bohatší a pestřejší, než jak ji vnímáme na dálku skrze média (čili jako bezútěšnou chudobu a beznaděj). A díky své práci pro místní nevládní organizaci MYSA (Mathare Youth Sport Association) poznal důvěrně i jeden z prostředků, který navzdory obtížným sociálním podmínkám slouží k motivaci místní mládeže výborně: fotbal.

*„Já jsem si své dobrovolnické pobyty užil a hodně se na nich naučil. Myslel jsem, že se budu prohánět po hřišti a hrát s dětmi fotbal. Neziskovka, pro kterou jsem tam pracoval, se zabývá především volným časem dětí a mládeže v nejchudších částech města – ve slumech. Důraz klade zejména na fotbal, který je v Keni velmi populární. S organizací dvoudenního turnaje pro dvaatřicet týmů je spojený i můj nejsilnější zážitek z tamního pobytu. Samotnou kopanou jsem tam nakonec hrál jen okrajově, o víkendech. Mou hlavní prací bylo rozvíjet s kolegy fundraising – tedy jak získat peníze od velkých bohatých firem.“*

MYSA organizuje celoroční fotbalové soutěže pro 25000 dětí a v návaznosti na tyto sportovní aktivity rozvíjí další veřejně prospěšné programy, vzdělávací, sociální i kulturní: v chudinských čtvrtích buduje síť veřejně přístupných knihoven, stará se o repatriaci nairobských „děti ulice“ k původním rodinám nebo provozuje vlastní uměleckou skupinu tradiční keňské hudby a tance.





*„Ta keňská organizace je hodně známá po světě. Dokonce byla nominována na Nobelovu cenu míru. My dobrovolníci jsme se snažili přesvědčit pracovníky, aby svou prestiž využívali i k získávání sponzorů. A nebylo to lehké. Přímět bohaté firmy, aby přispěly, nebo daly něco, co už nepotřebují, bylo lehčí než přesvědčit regionální koordinátory, aby se vůbec do získávání peněz zapojili. Jsou zvyklí, že organizují fotbalová utkání, plánují volný čas dětí, a to je vše. Aby u podniků vyjednali například pomoc s úpravou hřiště nebo peníze na výstavbu fotbalového klubu, na to jim čas nezbýval.“*



Čtyřměsíční zkušenost „z jiného světa“ byla pro Robina až příliš fascinující na to, aby se vrátil k dřívějšímu životnímu koloběhu.

Fotbal jako fenomén má mnohé výhody. Mimo jiné především tu, že „kulatý nesmysl“ je populární všude na světě a je to sport, který má pozoruhodný potenciál spojovat lidi různého kulturního i sociálního původu. Proto se Robin rozhodl seznámit s touto jinou, společensky prospěšnou dimenzí fotbalu v rozvojových zemích, i českou veřejnost. S pomocí své vysílající organizace INEX-SDA a finanční podpory Ministerstva zahraničních věcí vznikl i u nás projekt Fotbal pro rozvoj.

Viditelnost projektu a zájem veřejnosti i médií o rozvojová témata umocňuje i podpora řady známých osobností ze světa sportu i kultury, mezi nimiž nechybí ani Robinův bratranec a český fotbalový reprezentant Tomáš Ujfaluši. Vlastní průběh projektu je jedinečný hlavně intenzivním mezilidským setkáváním a mezikulturní výměnou účastníků z Keni a Česka.

## GLEN a Fotbal pro rozvoj

Program dobrovolnických stáží v rozvojových zemích **GLEN (Global Education Network of Young Europeans)** je podporován v rámci programu Zahraniční rozvojové spolupráce ČR a patří k těm dobře zavedeným. U nás jej organizuje a zprostředkovává Sdružení dobrovolných aktivit Inex. Prostřednictvím programu GLEN od roku 2004 vyráží do rozvojových zemí na tříměsíční dobrovolnickou stáž každoročně pět až sedm vybraných uchazečů. Náplň jejich práce vychází z aktuálních potřeb místní partnerské organizace. Vedle vlastního pobytu v rozvojové zemi jsou povinnou součástí dobrovolnického cyklu i dva přípravné a jeden hodnotící seminář za účasti dobrovolníků z dalších deseti evropských zemí. Po návratu se účastníci zapojují do aktivit globálního rozvojového vzdělávání. Výsledkem těchto iniciativ byly u nás dosud stovky přednášek a prezentací o dobrovolnické zkušenosti v rozvojové zemi, řada samostatných fotografických výstav, dvě reportážní knihy a dva dlouhodobé vzdělávací projekty – Stereotýpek v nás a Fotbal pro rozvoj.

**Fotbal pro rozvoj** je celoročním projektem fungujícím od roku 2006 a vrcholícím každý rok v červnu třítydenní kampaní v různých regionech České republiky za účasti smíšeného mládežnického fotbalového týmu z Keni. Náplní programu jsou kromě fotbalových turnajů a kulturních akcí pro veřejnost i vzdělávací semináře na místních středních školách, významný interkulturní náboj projektu pak dodává bydlení v českých rodinách.

Hlavním cílem projektu je zvyšování povědomí české veřejnosti o životě rozvojových zemí skrze fotbal – netradiční, leč atraktivní prostředek, který lidi přirozeně spojuje.

Program GLEN je dobrým příkladem toho, jak může být dobrovolnická zkušenost následně užitečná a cenná v profesním životě – řada absolventů programu se dnes zabývá zahraniční rozvojovou spoluprací a mezinárodními vztahy na nejrůznějších pozicích v nevládních organizacích, ve státní správě, v médiích či v mezinárodních organizacích.



## Evropanka

---

*Jitka Marelová (28 let) žije v Praze. V roce 2008 absolvovala obor psychologie a speciální pedagogika na Univerzitě Karlově. Pracuje jako lektorka primární prevence a interkulturní výchovy na základních a středních školách. Věnuje se psaní a mnoha dalším tvořivým aktivitám, čerpá energii z výletů do přírody a ze cvičení jógy. Rok 2009 strávila v italském Miláně na dobrovolnickém pobytu.*



„Mojí“ organizaci v Miláně jsem si vybrala, protože organizuje aktivity, ve kterých jsem se chtěla po skončení vysoké školy dále vzdělávat. Casa per la pace Milano se zabývá vzděláváním pro mír – konkrétně se ve svých aktivitách zaměřuje na výchovu pro řešení konfliktů a na multikulturní výchovu. Reaguje tak na zvyšující se potřebu ovlivňovat veřejné povědomí v otázce přistěhovalectví, které začíná být palčivým problémem nejen v Miláně ale v celé Itálii. Činí tak různými vzdělávacími aktivitami zaměřenými na všechny generace.

Organizace například provozuje interaktivní výstavu, která je zaměřena na boj s předsudky vůči cizincům a na rozvoj tolerance k odlišnostem mezi lidmi, pro děti na základních školách. Na středních školách organizují workshopy rozvíjející dovednosti řešit konflikty nenásilnou cestou. Pro mladé profesionály v sociální oblasti a pedagogice pořádají dlouhodobý kurz divadelní metodologie „divadlo fórum“ od Brazílce Augusta Boala, který si klade za cíl aktivizovat diváky k přetváření jejich prostředí k jejich vlastní spokojenosti. Pro starší generace nabízejí různé besedy, tematické vzdělávací večery a kurzy.



Spíše než s mezinárodními konflikty se v každodenním životě setkáváme s problémy ve vztazích s druhými lidmi a také nás často ovlivňují naše vlastní, vnitřní konflikty. Zdá se logické konstatování, že člověk, který neumí účinně řešit konflikty se svými kolegy, ve své rodině nebo sám v sobě, nebude pravděpodobně schopný vést například workshopy o řešení konfliktů pro středoškolskou mládež natolik dobře, jako kdyby je vedla zcela zvyklá osobnost. Sými kolegy jsme se tedy scházeli

li každých 14 dnů na společných sezeních, kterým jsme říkali „pensatoio“ (místo k přemýšlení), kde jsme diskutovali a sdíleli názory na témata jako je osobní svoboda, strategie řešení konfliktů, moc atd. a tím jsme pracovali sami na sobě, abychom práci pro druhé lidi mohli vykonávat co nejlépe.

Na aktivitách organizace jsem se podílela buď jako pozorovatel, student výcviku či jako asistentka koordinátora těchto aktivit. Moje hlavní náplň práce sestávala ze spoluorganizace dvou mezinárodních školení o využití dramatických metod pro interkulturní učení, která mi přinesla mnoho zkušeností v přípravě a realizaci projektů. EVS vhodně doplňuje akademické vzdělání tím, že díky plnému zapojení se do práce organizace umožňuje učit se praxí pro praxi.

Kromě těchto dobrovolnických aktivit jsem se naučila jazyk, poznala samotné město i spoustu krásných míst v Itálii. Díky vzhledům do italské mentality jsem mohla lépe poznat tu svou, českou. To, že co Italy činí tak na první pohled spokojenější, je možná jejich schopnost užívat si malé radosti všedního dne a že na ně nedají dopustit. Češi často kladou důraz na práci a nedopřejí si klidu, dokud není udělána perfektně nebo není splněn termín. Každá práce se může vždycky udělat ještě lépe, takže by se mohlo pracovat do nekonečna. Italové vědí, jak je důležité odpočívat a nenechají si vzít své radosti, své siesty, protože život je na prvním místě, nežijí proto, aby pracovali.





# Na dlouho mimo

**Duha - sdružení dětí a mládeže pro volný čas, přírodu a recesi** - působí v celé České republice a mimo jiné zastřešuje velmi zajímavý program pro ty mladé lidi, kteří nejsou jejími členy. Program se jmenuje **Trochu jinak**, podporuje dobrovolnictví a nabízí příležitosti v rámci tří odlišných projektů: **Workcamps**, **Tamjdem** a **Na dlouho mimo**. Ten poslední umožňuje zájemcům zúčastnit se dlouhodobého dobrovolnického projektu v zahraničí, například **Evropské dobrovolné služby**. Duha pomáhá potenciálnímu dobrovolníkovi kontaktovat hostitelské organizace a po jeho přijetí mu pomůže vybavit všechny potřebné náležitosti. Projekt Na dlouho mimo přináší, stejně jako řada podobných mezinárodních aktivit, dobrovolníkům novou životní zkušenost, poznání jiné země a kultury, nové přátele, poznání sebe sama v jiné životní zkušenosti, sebedůvěru, samostatnost a odpovědnost, schopnost řešit konfliktní situace, jazykové znalosti a větší šance na trhu práce.

Jitka z našeho příběhu využila programu Na dlouho mimo a zapojila se jeho prostřednictvím do Evropské dobrovolné služby. Ta je součástí programu Evropské unie **Mládež v akci** a umožňuje mladým lidem zapojit se individuálně nebo ve skupinách do dobrovolnických projektů konaných v zemích Evropské unie a v partnerských zemích. Projekty v délce dvou až dvanácti měsíců



jsou zaměřeny na nejrůznější oblasti, od sportu přes děti a mládež k sociální péči, umění, ekologii a mnoha dalším. Dobrovolníkem se může stát každý mladý člověk ve věku 18 až 30 let, který má trvalé bydliště v České republice, v jiné zemi programu nebo v partnerské zemi. Dobrovolníci pracují za ubytování, stravu a kapesné a jejich projekty jsou doplněny podpůrným vzděláváním, při kterém mají možnost setkávat se s ostatními dobrovolníky, zejména z hostitelské země. Cílem Evropské dobrovolné služby je, kromě podílení se na konkrétních veřejně prospěšných projektech, zejména rozvoj solidarity a tolerance mezi mladými lidmi.



## Dobrovolnictví při mimořádných událostech

Povodně, hurikány, požáry a také havárie, vyprošťování, snášení lidí uvízlých ve výškách. V zahraničí pak zemětřesení, humanitární katastrofy spojené s válečnými konflikty. Zkratka mimořádné události. Tam všude jsou lidé trpící, lidé potřebující pomoc. Pomoc odborných profesionálů, ale také obětavých dobrovolníků

V současné době působí v České republice dobrovolníci v krizových situacích hlavně ve dvou rovinách. Jednak jsou to místní události – požáry, vyprošťování, nehody, kde naprosto nezastupitelnou úlohu mají dobrovolní hasiči. A pak jsou to události přesahující jedno místo – u nás v posledních desetiletích zejména záplavy. V obou případech se potvrzuje, že často nestačí pouhé nadšení a dobrá vůle, ale je také důležité profesionalita řízení záchranných akcí tak, aby byla práce dobrovolníků co nejlépe využita. Přitom je dobrovolnická pomoc v těchto situacích nezbytná a nenahraditelná. Lidé zasažení povodní její následky zvládají obtížně. Zejména na počátku – v prvních dnech po katastrofě – je potřeba a poptávka po dobrovolnicích velmi vysoká nejen kvůli manuální pomoci s odstraňováním následků, ale také kvůli potřebě zasažených nebýt v „té“ situaci sami.

Dobrovolnickou činnost hasičů zastřešuje celostátně sdružení Sbor dobrovolných hasičů čítající skoro 340 000 členů, z nichž jsou mnozí zapojeni v integrovaném záchranném systému ČR. Činnost ostatních dobrovolníků zajišťují organizace, které působí na území celé republiky, jako např. ADRA, Diakonie ČCE, Charita, ČČK nebo Člověk v tísni. Tyto organizace zpravidla zajišťují také zázemí pro dobrovolníky, jejich pojištění nebo vybavení pracovními prostředky. Často se zapojují také menší organizace s místní působností. Úkolem těchto organizací je zejména koordinovat dobrovolníky tak, abych jejich pomoc byla co nejlépe využita ve všech zasažených oblastech. Tyto činnosti neprobíhají jen při samotné události, ale také v průběhu celého roku.



## Hasič

---

*Michal Štrosner (32 let) vyučený zedník, žije v severočeské obci Bulovka. Během týdne jezdí na montáže, ve volném čase se věnuje kutilství - jak sám říká, umí od každého řemesla něco. Od dětství se po vzoru svého otce věnuje činnosti v dobrovolném hasičském sboru. Je držitelem medaile „Za záchranu života“.*





K hasičům mě to přitahovalo už jako malého kluka. Příkladem mi byl můj otec: hasičem (požárníkem) byl od roku 1971. Začínal jsem jako mládežník, ale skutečným hasičem jsem se stal v roce 1999, kdy mě tehdejší velitel Sboru dobrovolných hasičů (SDH) Arnoltice pan Antonín Skála zařadil do výjezdové jednotky. Tento **pan hasič** byl po celý čas, až do jeho tragické smrti v roce 2008, nejen mým vzorem, ale i dobrým kamarádem.



Sbor Arnoltice byl po nějaké době zrušen. Mě však představa činnosti u dobrovolného hasičstva mne neopustila ani tentokrát a já sháněl lidi k znovuzaložení sboru Arnoltice – okrsek Frýdlant. Chtěli jsme pokračovat v hasičské tradici, kterou založili naši předkové v roce 1899. V duchu hesla „*Bohu ku cti, bližnímu ku pomoci*“ jsme chtěli napravovat to, co jiní boří – tak to je.

5. června 2009 jsem svolal valnou hromadu SDH, kde jsem byl zvolen velitelem. Vznikl Arnoltický sbor, podporovaný okrskovými sbory z Dětrichova a Kunratic a materiálně podpořený sborem Dolní Sedlo. Poděkování za všestrannou pomoc a pochopení patří zvláště veliteli dětrichovských hasičů Ladislavu Šamkovi.

Náš sbor čítá dvacet členů, vlastníme vozidlo AVIA 31-DA 12 speciál. Zasahujeme u požárů, povodní, havárií a dalších událostí, včetně ustavení požárních hlídek. Organizujeme soutěže, dětské dny atd. Při této službě bližním nejvíce pomáhá důvěra ke kolegům, disciplína, přesnost a zachování si chladné hlavy.

V dnešní době je velice těžké vést SDH tak, jak bych si představoval. Já osobně jsem celý týden na montážích mimo domov, spím po ubytovnách, jindy zase třeba chybí



počopení zaměstnavatele, a když přijedu na víkend domů, rychle se musím postarat o administrativu, svolat trénink, organizovat sobotní soutěže, něco udělám doma a jedu znovu v novém týdnu.

Úředničinu dělám „obádkově“ nebo telefonicky (internet nemám), když je potřeba, použiji vlastní auto. Velkým problémem je nedostatečné financování. Když člověk chce, aby něco fungovalo tak, jak má a jak se od něj čeká, musí se postarat a sehnat peníze, což je dnes problém č. 1. Ale mnozí na rozhodujících místech to snad ani nechtějí pochopit.

Při samotné akci nám, dobrovolných hasičům, rozhodně nepomáhá, když se nám přihlízející „civilisté“ motají pod nohama, panikaří a jsou hysteričtí. Kromě díky se někdy setkáváme i s nepochopitelnými a zlými reakcemi lidí. Takové chvíle však nesmí člověka odradit, vždyť tuto službu bližním děláme pro druhé, pro společnost, ne proto, abychom hrabali pro sebe.

Jen doufám, že dobrovolní hasiči a jejich sbory, zvláště u nás v malých obcích, za současného stavu financování nezaniknou a budou dalším generacím předávat humanitární poslání.

*Dne 7. srpna 2010 dobrovolní hasiči **Radek Fako, Michal Štrosner a Jiří Matoušek** ze SDH Arnoltice odjížděli s kamarády na hasičskou soutěž. Na cestě je zastihlo hlášení z operačního střediska Frýdlant, které žádalo okamžitou pomoc městu. Řeka prý zaplavuje cesty a domy.*

*Po hodině práce přišel nový rozkaz, že domovská obec Arnoltice je pod vodou. Obraz, který se naskytl, děsil každého. Evakuace lidí, záchrana zvířat, odstraňování naplavenin a stavění hrází se do nekonečna opakovalo. Přibíhající vyděšený občan křičel, že u bývalé Jednoty se topí dvě děcka (10 a 12 let). Drží se prý větví okolních keřů.*

*Výše jmenovaní hasiči utíkali ke kritickému místu. Michal Štrosner si uvázal lano kolem pasu a Radek Fako ho jistil. I přes silný odpor vody a hloubku 130 – 140cm, plující trámy, prkna, klacky a naštípané dříví se mu podařilo jedno z topících dětí zachránit a vytáhnout na břeh – na bezpečné místo. Jiří Matoušek okamžitě sedl do traktoru s navijákem a lanem, a musel se dostat na druhý břeh bouřícího potoka, co nejbliž k druhému tonoucímu. Sám na druhé straně se připásal a postupně se dostával krok za krokem přes silný proud k tonoucímu. V první fázi ho dostal na břeh a později do bezpečí. Oba mladé lidské životy byly zachráněny. Za příkladný osobní přístup a prokázanou statečnost byla výše jmenovaným předána medaile **Za záchranu života a Za odvalu a statečnost.***

# Sbory dobrovolných hasičů

V České republice jsou dobrovolné sbory právně samostatné nebo působí jako organizační složky občanských sdružení **Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska**, **Česká hasičská jednota**, **Moravská hasičská jednota**. K většině obcí a měst naší vlasti dobrovolní hasiči prostě patří. Kromě hašení požárů zasahují obvykle také v případech povodní, jiných živelných pohrom, ekologických havárií, pomáhají při dopravních nehodách, technické pomoci a jiných mimořádných událostech. Spolupůsobí též při prevenci požárů a dalších podobných nežádoucích událostí. Hasičské sbory si vychovávají svůj dorost a jsou často i sdružením významným z hlediska společenského života obcí.

**Sbory dobrovolných hasičů** Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska jsou pokračovatelem organizací hasičstva, které dříve působily na území Čech, Moravy a Slezska a právním nástupcem Svazu požární ochrany ČSFR na území České republiky. Sdružení mělo v roce 2010 7 856 sborů dobrovolných hasičů (SDH).

Dobrovolným hasičem mohou s úspěchem být jen lidé obětaví a stateční, kteří současně dokážou jednat s rozvahou. Dobrovolníci duší i tělem, kteří svou službu chápou jako poslání pomáhat konkrétním lidem i celé společnosti. Pro hasičské sbory je typické prolínání generací a nezřídka se tato životní cesta přímo v rodinách „dělí“. Stát se dobrovolným hasičem tedy znamená vstoupit o určité tradice spojené s odpovědností nejen k potřebným lidem, ale i s odpovědností vůči všem, kteří této službě zasvětili svůj život. I dnes jsou si dobrovolní hasiči vědomi, že mají-li na sobě čestný stejnokroj hasičského dobrovolníka, nesou tím i závazek vyvarovat se chování, kterým by způsobili hanbu sobě nebo zařízení, jehož odznak nosí. A je – upřímně řečeno – úžasné, že i dnes se takoví lidé najdou. Díky nim jsou v bezpečí i ty lokality, kam by profesionální hasiči nemuseli přijít včas.





## Zdravotnice

*Michaela Slováková (23 let) z Ostravy je studentkou sociální práce se zdravotnickým profilem. Extrovertka, která pracuje pro Červený kříž jako dobrovolnice a brigádnice, učí angličtinu v mateřské školce a první pomoc na školách, pořádá vzdělávací a výchovné akce pro mládež i dospělé, věnuje se krizové intervenci a snaží se pomáhat, kde může. Prohlašuje, že ji to baví a chce to dělat dál.*



Příběh téhle holky není zrovna scénářem pro hollywoodský film, není ani námětem pro knihu, seriál a snad ani novinový článek. Je obyčejný, prostě holka, která není ani extra zajímavá a ani extra nezajímavá. V podstatě se většina jejích vlastností dá označit za negativní. Je ukecaná, do všeho se plete, upřímně řečeno je dost namyšlená, chce mít vše pod kontrolou a musí být úplně všude. Když se tyhle vlastnosti spojily s faktem, že má nutkavou potřebu pomáhat všem okolo (a celá její rodina je na tom podobně), tak dostaneme obrázek dobrovolnice, o níž je tento příběh. Maminka je zdravotní sestra, otec vychovatel ve věznici, sestra studentkou sociální práce, jedna babička byla kurátorkou mladistvých a druhá správkyní domu Českého Červeného kříže, děda byl samotným ředitelem vazební věznice a druhý učitelem první pomoci. Jelikož se ona sama považuje za extrovertní a výraznou osobu, dalo by se čekat, že bude černou ovčí rodiny a stane se třeba obuvnicí nebo řeznickým učněm. Nikoliv. I ona pracuje pro Červený kříž jako dobrovolnice, kráčí prostě v rodinných šlépějích.

Pokud jde o to, kdo, co a jak ji nejvíce ovlivňuje, jsou to lidi. Vždy to tak bylo. Každý jednotlivý příběh v ní probudí něco, co je třeba dál realizovat, odmala slyšela místo pohádek příběhy o tom, jak maminka, děda nebo babička někomu pomohli, a tak prostě chtěla taky. Kromě těch ušlechtilých koníčků má také ještě jeden už ne tak ušlechtilý – filmy. Být hrdinkou a někomu pomoci, stejně jako maminka, Spider-man nebo Forrest Gump by přece bylo nejlepší! A tak vlastně proč ne, začala se věnovat první pomoci, jezdit po soutěžích, učit mladší, dělat zdravotnické dozory a postupně se dostala až k situacím jako jsou povodně, hromadná neštěstí a autonehody. Každá situace ji zasáhne, je přehnaně empatická, což má sice své výhody, ale hlavně to dokáže pěkně zkomplikovat situaci.

Jedna ze situací, kterou má v sobě dodnes schovanou, byla srážka vlaku s mostem ve Studénce 8. srpna 2008. Míša tam neměla žádnou významnou roli, dokonce ani nebyla v místě nehody. Po cestě do práce jí zavolala velitelka, že se stala velká nehoda a že je třeba pomoci a protože ona je ta „přes povídání“, tak má speciální úkol. Jela do Fakultní nemocnice, kde pod vedením dalších lidí spolu s kolegyní shromažďovala příbuzné, mluvila s nimi, pomáhala hledat zraněné přátele, děti a rodiče, zjišťovala, kdo je ve které nemocnici, navigovala lidi na správná místa nebo s nimi jen seděla a čekala na zprávy a informace o jejich blízkých. Lidí ubývalo, konce byly šťastné i nešťastné, ale ona tam byla hlavně pro ty ještě nedokončené.

Na JIP ležela šedesátiletá paní, po které se nikdo neptal, a v čekací místnosti byli přátelé a rodiče nezvěstné dvacetileté studentky, která mířila na festival. Jako ve filmu to byla samozřejmě jedna a ta samá osoba, která měla obličej zraněný tak, že ji nebylo poznat. Byl to nápad jednoho z hasičů, že se za ní zajdeme podívat, protože „náhoda

je blbec“. Naše dobrovolnice doprovázela přátele a rodiče k identifikaci. Po zhruba sedmi hodinách čekání ji konečně našli, podle jizvy na noze to byla ona.

Když Míša odcházela z nemocnice, nesla si s sebou tolik pocitů najednou jako nikdy v životě. Strach, úzkost, úlevu, štěstí, neštěstí, bolest i radost. Měla pocit, že to zvládla a byla sama na sebe pyšná. Byl to přesně jeden z těch šťastných konců.

Ta dívka v nemocnici za dva dny zemřela. A naše dobrovolnice s tím bojuje doteď a bojovat bude, protože se chce dočkat i těch opravdu šťastných konců. Nedá se říct, jestli ji to ovlivnilo pozitivně nebo negativně, ale každopádně ji to neodradilo, a to ani od sepsání tohoto příběhu.





# Český červený kříž

Společnost **Český červený kříž** působí na celém území České republiky zejména v oblasti humanitární, sociální, zdravotní a zdravotně-výchovné. Mezinárodním výborem Červeného kříže byl Český červený kříž uznán 26. srpna 1993 a za člena Mezinárodní federace Červeného kříže a Červeného půlměsíce byl přijat 25. října 1993. Ve své činnosti Český červený kříž navazuje na své předchůdce - na „Vlastenecký pomocný spolek pro Království české“, který byl založen 5. září 1868 a na Československý červený kříž, který byl založen 6. února 1919.

Naplňování poslání a plnění úkolů ČČK je všeobecně prospěšnou činností. V současné době má ČČK přibližně 50 000 členů a dobrovolníků sdružených v 1 299 místních skupinách. ČČK plní zejména tyto úkoly: v první řadě působí v oblasti civilní obrany a ochrany obyvatelstva a poskytuje **pomoc v případech katastrof a jiných mimořádných událostí**. V těchto případech poskytuje zdravotnické, záchranné, sociální a další humanitární služby. Dále působí jako výlučně uznaná pomocná organizace vojenské zdravotnické služby a šíří znalost Ženevských úmluv. V neposlední řadě působí v **oblasti zdravotně-výchovné** a spolupracuje s poskytovateli zdravotní péče.

Posláním ČČK je zejména předcházet a zmírňovat utrpení, chránit zdraví, život a úctu k lidské bytosti, podporovat vzájemné porozumění, přátelství a mír mezi národy bez rozdílu národnostních, rasových, náboženských, třídních a politických a usilovat o naplňování základních principů hnutí Červeného kříže, kterými jsou humanita, neutralita, nestrannost, nezávislost, dobrovolnost, jednota a světovost.





## Dobrovolnictví firem

Na první pohled je zřejmé, že tady jsme v oblasti, která má v celém spektru dobrovolnictví velmi zvláštní postavení. Člověka hned napadne otázka: Co dobrovolnického může být na tom, co dělají komerční subjekty – firmy? Jistě, mohou svými dary nějakou dobrovolnickou činnost podporovat. Ale jinak? A přece i zde skutečně můžeme hovořit o dobrovolnictví – byť samozřejmě specifického typu, protože se jedná o prvotní úmysl firmy poskytnout svým zaměstnancům volno na dobrovolnou činnost ve prospěch jiných, zpravidla neziskových subjektů. Jde tedy o určitý styl „chování firem“, který je součástí širšího konceptu *Společenské odpovědnosti firem*.

Tento přístup je velmi rozšířen a populární v západních zemích. První kroky v této oblasti můžeme nejčastěji najít ve firmách činných v ČR, ale majících zahraničního vlastníka či partnera a tomu odpovídající filozofii firmy. V současnosti mezi ně patří například *IBM Česká republika, Česká spořitelna, Telefónica O2 Czech Republic, DHL Česká republika, Kooperativa pojišťovna, VIG, Skupina ČEZ, T-Mobile Czech Republic, KPMG Czech Republic, Santé, ING Investement management (C.R.), a.s., E.ON Česká republika s.r.o, PwC Czech Republic, ČSOB nebo Siemens*.

Důležité je pochopit, že takové jednání je přínosné pro obě strany. Firmám pomáhá nejen zlepšit image vůči veřejnosti, ale přispívá i ke zlepšení výkonu týmů a odstraňování bariér mezi odděleními. Někdy dokonce umožňuje i efektivní rozvoj manažerských dovedností, protože leckdy probíhá ve skutečně náročném prostředí (například při mimořádných událostech). Nezanedbatelné pro ně je, že pomáhá vytvořit zdravější komunity, ve kterých se dá podnikat. Neziskovým organizacím a místní komunitě zase přináší nové dovednosti a energie pro řešení stávajících problémů, pomáhá bořit bariéry a zvýšit porozumění mezi různými sférami společnosti, zvyšuje přísun dobrovolníků, doplňuje a diverzifikuje finanční zdroje, v neposlední řadě pak pomáhá vytváření pracovních míst.



## Energetik

---

*Miloslav Svitáček (53 let) pracuje jako metrolog akreditované kalibrační laboratoře společnosti ČEZ, a.s. - Jaderná elektrárna Dukovany. Mimo dobrovolnictví je jeho dalším velkým koníčkem fotografování - vyšla mu velká obrazová publikace se 170 fotografiemi. S manželkou si postavil dům a dal se i na zahradničení a pěstování ovoce. Je také milujícím dědečkem.*





Dobrovolníkem jsem prakticky od svých studentských let. Po ukončení školy jsem pomáhal v organizaci zdravotně postižené mládeže, kterou jsem sám jako člověk s tělesným handicapem později řadu let vedl. Po roce 1989 došlo k rozpadu podobných uskupení a ti neaktivnější založili organizace nové. Tak vzniklo také občanské humanitární sdružení Oáza, ve kterém se mi podařilo propojit moje dlouholeté osobní dobrovolnictví s dobrovolnictvím firemním. A proč jsem si před lety vybral právě Oázu? Josefa Černého, který tuto organizaci vede, znám již mnoho let. Přestože je nevidomý, dokázal vystudovat vysokou školu a stmelit skupinu zdravotně postižených osob, převážně tělesně a zrakově postižených, kteří si řekli, že když se nepostará stát, poradí si sami. Zaujala, ba přímo mne fascinovala ta urputnost a vytrvalost jít za určeným cílem a dokázat, že když se chce, tak jde opravdu všechno.

Právě proto jsem Oázu doporučil svému zaměstnavateli ČEZ – Jaderná elektrárna Dukovany jako tu, které je možné pomáhat v rámci projektu Čas pro dobrou věc. V rámci tohoto projektu mohou zaměstnanci ČEZ jeden den v roce pomáhat neziskovému sektoru. Tento den mají firemní dobrovolníci zaměstnavatelem proplacený. Navíc firma tento den organizačně a logisticky podporuje, komunikuje s neziskovými organizacemi, dopraví dobrovolníky na místo, poskytne potřebné pomůcky atd. Tyto organizované dobrovolnické dny dobře fungují jako team-building. Pokud má ale zaměstnanec zájem pomoci konkrétní organizaci, kterou zná, může se zapojit individuálně, jako jsem to udělal i já. Postupně se ke mně přidali i zaměstnanci hodonínské elektrárny a dnes musím uznat, že také v dukovanské lokalitě je velká skupina dobrovolníků, a to i z blízkého okruhu mých spolupracovníků.





Já jsem se zatím v Oáze zúčastnil všech ročníků dobrovolnických dnů, a to i přesto, že z naší malé vesničky u Třebíče je to do Hodonína více jak 130 km. Jak probíhal v Oáze letošní firemní dobrovolnický den? Kolemjdoucí po dobrovolnicích v oranžových tričkách, vyrobených právě pro tento den, zvědavě pokukovali a občas se někdo zeptal, co se to děje. Pro některé z nich byl náš dobrovolnický den inspirací – po rozhovoru s námi se rozhodli, že přijdou do Oázy také pomáhat. Tentokrát bylo třeba udělat plot, nanosit prkna, nařezat, natřít a přišroubovat na latě. Oklepat a srovnat několik nákladáků cihel z bouraček.



Když do areálu Oázy vjela bílá Fabie s logem ČEZ a civilní Fabie s pražskou poznávací značkou, komentoval to kolega slovy: „Kontrola z hodonínské elektrárny a z Prahy“. Z pražského auta ale vystoupila příjemná paní, která má na Hlavní správě ČEZ na starosti celý projekt dobrovolnictví, a z řidiče se vyklubal profesionální fotograf. Druhá sympatická paní se stará o oblast komunikace v hodonínské elektrárně. Vedoucí Oázy Jožka je provedl po celém areálu, ukázal jim jednotlivé dokončené i nedokončené domy, vyprávěl o činnosti a dalších plánech. K nám se obě mladé paní vrátily už převlečené v pracovním oděvu a chopily se barvy a štětců. Kolega Michal jenom zíral: „Tak tohle mi chlapi v práci neuvěří.“

Ještě bylo potřeba udělat nějaké terénní úpravy, natřít oplechování střech, vytrhat přerostlý porost, posekat trávu, opravit a natřít dětské prolézačky a vymontovat rozbité okenní křídlo po nezdařeném vloupání. Co jsme nestihli my, udělá později jiná skupina dobrovolníků

Projekt firemního dobrovolnictví skupiny ČEZ znamená pro Oázu další formu pomoci. Kromě účasti na něm jsem také lidi z Oázy informoval o projektech vyhlášených nadací svého zaměstnavatele, kterých se poměrně úspěšně zúčastňovali. Finanční prostředky od Nadace ČEZ tak ve svém součtu umožnily dokončení jednoho z šesti dvojdomků, které Oáza buduje.

A co říct na závěr? U mnoha lidí se v souvislosti s firemním dobrovolnictvím setkávám s neochotou a přirovnáním k socialistickým akcím „Z“. Kdo ale jednou přišel, chodí znovu a znovu. A já považuji za čest, že mám možnost i v rámci firemního dobrovolnictví pomáhat dobré věci.

## Čas pro dobrou věc

Při řešení problémů občanů se energetici svou profesní technickou pomocí zapojují do každodenní pomoci lidem i institucím. Neváhají ale také v roli dobrovolníků pomáhat ve svém okolí. **Skupina ČEZ** tuto přirozenou potřebu dále rozvíjí formou projektu firemního dobrovolnictví „**Čas pro dobrou věc**“. Ten je realizován v jednotlivých krajích v sedmi etapách. Kromě toho se průběžně uskutečňují i další akce. Dobrovolníci tak pomáhají po celé České republice, a to především v sociálně a ekologicky zaměřených organizacích. Od vzniku projektu v roce 2008 se celkem zapojilo 1217 firemních dobrovolníků Skupiny ČEZ, kteří pomáhali v desítkách veřejně prospěšných organizací. Dárcovství času jako doplněk **firemní filantropie** je součástí aktivit společenské odpovědnosti Skupiny ČEZ. Zaměstnavatel již čtyři roky hradí všem zaměstnancům jeden den v kalendářním roce, který titi věnují ve prospěch potřebným. Jedná se o dobrovolnou spolupráci firmy s celorepublikovou působností a komunit v okolí sídel jak elektráren, tak jejich dceřiných společností. Příнос firemního dobrovolnictví pro zaměstnance pěkně vyjádřila Alena Čepelová z ČEZ Zákaznické služby Ostrava:

*„Díky projektu s názvem „Čas pro dobrou věc“ jsem zjistila, jak moc dokáže jeden dobrý skutek. Je to téměř návykové, jednou začnete a pak chcete pomáhat stále. Přiložit ruku k dílu tam, kde je potřeba, mi dělá radost a osobně mě to naplňuje. Dobrovolnictví mi přineslo mnoho nových zkušeností a spolupráce se zajímavými lidmi. Mohu jmenovat například organizátory akce, či mé ostravské kolegy a kolegyně, kteří sdíleli mé nadšení, ale také lidi z organizací, kterým jsme konkrétní podporu nabídli.*

*Skupina ČEZ svými projekty zvyšuje povědomí o filantropii mezi zaměstnanci, kteří mají možnost pomáhat jeden den v roce v pracovní době, ale rozhodnou se k dobrým skutkům i ve svém volném čase.“*





## Odborářka

---

*Ilona Zárubová 44 let, je zaměstnaná ve společnosti Telefonica. Bydlí v Praze, má dva již dospělé syny. Mezi její zájmy patří práce s lidmi, což uplatňuje nejen v zaměstnání, ale i ve svém volném čase. Najde si čas i na sportovní aktivity, například na tenis. K dobrovolnictví se dostala prostřednictvím firemní nadace.*



Dobrovolníkem jsem se stala již před lety, při zapojení se do akce, kterou pořádala Nadace o2 v naší firmě, a to byl výlet s dětmi z dětského domova. Byl to pro mě tak silný zážitek, že jsem se dobrovolnictví začala věnovat pravidelně, děti si oblíbila a dle jejich chování soudím, že i ony mě, neboť to, že se mi svěřují s jejich holčičími a klukovskými starostmi i radostmi, že mi volají a píší během roku, považuji za svůj dobrovolnický úspěch.

V dětských domovech žijí děti, o které se nemohou nebo nechtějí starat jejich rodiče či příbuzní. I když dospěláci, kteří zde pracují, mají vesměs kladný vztah k dětem a dělají svou práci rádi, nemohou se často dětem věnovat zcela podle jejich individuálních potřeb, neboť mají na starosti vždy celou „rodinku“, dětí. Právě tady nastupujeme my, dobrovolníci, a věnujeme se dětem individuálně. Mám radost, když mi Tomášek z dětského domova svěří své klučíčí tajemství a stejně tak vítám, když mi Stella z další „rodinky“ dětí vypráví o svých prvních zážitcích s láskou. Cítím se potřebná a děti mi svou náklonností potvrzují, že to, co dělám, dává smysl. Například na jedné z našich společných akcí, které bych nazvala víkendy vzájemného souznění, jsem se přesvědčila, že to, co dáváme my dětem - možnost pocítit jejich vlastní jedinečnost, individualitu umějí dávat i ony stejnou měrou nám, dospělým : na tomto víkendovém výletě pomoravské Lednice s námi byl i kolega, který se po rozvodu cítil sám. Spontánnost dětí, jejich síla a někdy pěkně zamotaný osud mu umožnily nový pohled na život, kolega svůj přístup změnil, začal se znovu smát a dnes je z něj platný pravidelný dobrovolník.

Do dobrovolnicví se mi odařilo zapojit i další kolegy, a to i do akcí, které jsou pořádány ve spolupráci se sdružením Lékořice. Pravidelně se zúčastňujeme dobrovolnických dnů – pracovních sobot - například v Thomayerově nemocnici v Krči, kde společně pomáháme upravovat prostory na jednotlivých odděleních a v přilehlám





areálu. Vykonáváme potřebné práce jako třeba natírání zábradlí na novorozeneckém oddělení nebo laviček na zahradě. Jindy zase navštěvujeme stařenky a stařečky v léčebně dlouhodobě nemocných, pomáháme jim vyplňovat volný čas a osvěžovat tím jejich mysl. Naposledy jsme s nimi vyráběli drobné dárky pro jejich blízké.

V posledních letech se naše firma zapojuje do projektu Mezinárodní den dobrovolnictví. Právě tento den se mohou zaměstnanci ve všech zemích skupiny Telefonica



zúčastnit akce, která okolnímu světu ukáže, čeho můžeme jako firma, jeden velký tým, dosáhnout. Změnit svět k lepšímu, to je hlavní myšlenka této akce.

Letos pomáhalo při Mezinárodním dobrovolnickém dni Telefonica O2 téměř šest set našich kolegů a kolegů na osmnácti místech po celé České republice. Já osobně jsem strávila den v dětském domově v Pyšelích u Benešova a pomáhala společně s kolegy malovat chodby a kuchyň v tomto domově, jiní se zapojili do údržby místní zahrady.

Já sama pak „dobrovolničím“ od roku 2007 ještě v dětském domově Lipová u Šluknova - jezdím za dětmi, pořádáme s nimi výlety a nejrůznější sportovní akce. S tímto dětským domovem jsem se zapojila i do soutěže pro zaměstnance O2 - Grant Nadace O2, kde jsme byly úspěšné a získali finance na vybudování krásného hřiště a obnovu zařízení dětských pokojů. Podnikli jsme s dětmi i výlet do pražské ZOO.

Dobrovolnictví mně dává možnost zažít nevšední zážitky a dobrý pocit z toho, že mohu být prospěšná tam, kde je to třeba. Nebýt nadace naší firmy, nevěděla bych vůbec, že je něco takového možné. Stejně tak by byli ochuzeni i mí kolegové, které jsem do Nadace „přivedla“ jen svým vyprávěním o aktivitách s ní. Zúčastnili se jednou, podruhé - a stali se z nich pravidelní dobrovolníci.



## Firemní dobrovolnictví Telefónica O2

Dobrovolnictví firmy **Telefónica Czech Republic** se rozvíjí prostřednictvím firemní Nadace O2, jejímž hlavním posláním je podpora projektů přispívajících ke zlepšování duševního i tělesného rozvoje mládeže. Nadace O2 také přispívá k rozvoji a ochraně prostředí a komunit, ve kterých žijeme, a své programy realizuje rovněž díky dobrovolnické pomoci zaměstnanců Telefónica. Ti věnují na dobrovolné aktivity svůj volný čas nebo přispívají na projekty nadace finančně.

Mezi mnohými aktivitami firemního dobrovolnictví zaujímá přední místo projekt **Partnerství s dětskými domovy** v Klánovicích, v Pyšelích u Benešova, v Brně a ve Frýdku Místku. Ne vždy jsou peníze tím nejcennějším darem - zájem dospělých je totiž přesně to, co tyto děti potřebují nejvíce. Zaměstnanci tráví s dětmi svůj volný čas a připravují pro ně v průběhu roku sportovně-zábavné víkendy, výlety a akce. Každoročně se akcí zúčastní na 150 zaměstnanců, z toho přibližně třetina z nich na akce jezdí opakovaně a pravidelně.

Od května 2008 je dalším z příkladů dobrovolnictví firmy Telefónica O2 spolupráce s **Dobrovolnickým centrem Lékořice** ve Fakultní Thomayerově nemocnici. Cílem bylo vyzkoušet model spolupráce komerčního a neziskového sektoru v rámci komunity Prahy 4 a poskytnout konkrétní hmatatelnou pomoc ve prospěch pacientů nemocnice.

Od té doby se uskutečnilo již sedm celodenních akcí, kterých se zúčastnilo téměř 250 zaměstnanců (včetně generálního ředitele pan Luise Malvida a ředitele divize Provoz pana Petra Slováčka). Dobrovolníci odpracovali téměř 1500 hodin. Odvážně se zapojili do přímého kontaktu s pacienty, asistovali při výtvarných dílnách na oddělení LDN, pomáhali zlepšit prostředí na ambulancích a na dalších odděleních nemocnice. Vznikla tak silná vazba účastníků těchto akcí ke konkrétním oddělením a někteří zaměstnanci Telefónica se díky tomuto programu stali v DC Lékořice Thomayerovy nemocnice pravidelnými dobrovolníky.





## Komunitní dobrovolnictví

Základní „vzorec“ této formy dobrovolnictví zní: různorodost činností + sdílení společných hodnot + aktivní společenství. Řečeno poněkud odborněji, je komunitní dobrovolnictví přirozený a tvořivý prostředek vytváření funkční občanské společnosti, jehož cílem je podpora sociální integrace a zvýšení kvality života občanů prostřednictvím partnerství občanské, veřejné a komerční sféry na místní i regionální úrovni. Zvláště tento typ dobrovolnictví má význam pro obnovení důvěry a přetrhaných vazeb mezi lidmi a zároveň má výrazný podíl na rozvoji města a kvality života jeho občanů.

Z toho je vidět, jak široké spektrum aktivit může právě sem spadat. Od místní sousedské nebo zájmové skupiny (například program *Místo, kde žijeme* či *Kluby maminek*), přes propojování komunit (např. projekt *Doma je i za dveřmi*), až po sdílení hodnot v rámci občanské společnosti (*Nejsme v tom sami* nebo *Cesty ke kořenům*). Velmi cenné jsou aktivity, které vytvářejí příležitosti pro úzkou spolupráci občanů s místními neziskovými organizacemi, samosprávou a podnikateli.

Stručný a výstižný popis procesu zapojování veřejnosti do budování komunity vyjadřují následující pravidla z publikace *„Moje obec, moje město – věc veřejná“* (Chaloupková, H. L., Nadace VIA, Praha 2000):

- Postavte do čela projektu silnou a charizmatickou osobnost.
- Spolupracujte se starostou, samosprávou a s různými organizacemi a firmami.
- Važte si znalostí místních lidí a využívejte je.
- Buďte apolitickou organizací.
- Realizujte projekt v malých krocích – každý realizovaný krok je úspěchem.
- Zapojujte do práce na projektu občany cíleně a smysluplně.
- Snažte se svým pomocníkům stanovit úkoly tak, aby jim pomohly dále rozvíjet jejich organizační a komunikační schopnosti a dovednosti.
- Soustřeďte se na dosažení viditelných výsledků.
- Neztrácejte při tom ze zřetele dlouhodobé cíle.
- A hlavně – bavte se a mějte z projektu radost.





## Maminka

---

*Pavla Tesařová (32 let) vystudovala učitelství pro 1. stupeň základní školy na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Je vdaná, má 2 děti, v současné době je na mateřské dovolené. Bydlí v Teplé nedaleko Mariánských Lázní. Je aktivní v místním farním sboru Českobratrské církve evangelické, kde vyučuje děti v nedělní škole, zpívá v pěveckém sboru a podílí se na chodu mateřského centra.*



Jako maminka malých dětí jsem přemýšlela, jak smysluplně využít čas na mateřské dovolené. Snažila jsem se (a stále se snažím) co nejvíce věnovat svým dětem, ale zároveň jsem nechtěla být izolovaná od okolního světa. Proto jsem spolu s dalšími dvěma maminkami z Farního sboru Českobratrské církve evangelické v Teplé v březnu roku 2007 v rámci tohoto sboru založila mateřské centrum. Byla nám zde poskytnuta částečně vybavená místnost ke společnému setkávání. Jedna rodina nám věnovala různé hračky pro děti, s maminkami jsme ještě zakoupily přenosnou houpačku a skluzavku. Využívaly jsme i sborovou kuchyňku a shromažďovací místnost, takže děti se zde dostatečně vyřádily. Dobrovolníci z řad místního sboru místnosti uklízeli a také nám za nepříznivého a zimního počasí zatopili. Možnost navštěvovat mateřské centrum jsme nabídly i maminkám z našeho města, a to bez toho, zda šlo o maminky věřící či nevěřící.

Po rekonstrukci sborového domu jsme získaly možnost pořádat mateřské centrum v malém shromažďovacím sále. V rohu místnosti máme připravený koberec, který roztahujeme před zpíváním a cvičením, přibyla zde ohrádka pro nejmenší děti, spousta nových hraček, prolézací skládací tunel, plastové stolky a židličky. Za vybrané peníze jsme nakoupily výtvarné potřeby a našimi uměleckými výtvary vyzdobily místnost.

V přípravě programu mateřského centra se s jednotlivými maminkami postupně střídáme a přizpůsobujeme si ho na míru podle našich potřeb podle toho, jak staré děti zrovna máme. Jde nám o to, aby se děti v rámci kolektivu rozvíjely po stránce osobní i sociální. Děti zde mají prostor pro hraní, maminky se mohou navzájem také svěžovat a sdílet. Přitom se všichni občerstvují přinesenými dobrůtkami.

Myšlenka mateřského centra oslovila i místní knihovnu. Jednou měsíčně jsme se maminky s dětmi scházely dopoledne v prostorách knihovny a mohly tak zpestřit program dětem a podpořit jejich zájem o knihy. V současné době se již v knihovně





nesetkáváme, většina dětí totiž navštěvuje mateřskou školu (časově to nevychází). Není ale vyloučeno, že spolupráci znovu obnovíme.

Popularita rodiny jako právní instituce v dnešní době klesá. Tato situace nás maminky dovedla k pořádání tzv. „kolečkového průvodu“, který se již po čtyři roky v Teplé koná na Mezinárodní den rodiny, tedy 15. května. Zúčastnit se může každý, s kočárkem, na dětské motorce apod. První dva ročníky účastníci absolvovali průvod městem i přes nepřízeň počasí. Odměnění byli sladkostí a pamětní kartičkou. Zdálo se nám to ale nedostatečné. Další dva ročníky tedy dobrovolníci z řad rodičů a ostatních připravili pro děti zábavné hry a soutěže v místním parku. Děti se naučily poznávat různé druhy rostlin, vozily dříví na kolečku, závodily na dětských motorkách, cvičily si paměť při Kimově hře, třefovaly se míčem do branek apod. Letos se akce zúčastnilo i Sdružení dobrovolných hasičů v Teplé. Děti si mohly prohlédnout hasičský zásahový vůz a stříkat proudem vody ze džberovek na připravené plechovky.

Vím, že možnost podílet se na chodu mateřského centra není možná bez podpory mé rodiny. Manžel mě v této aktivitě podporuje, rodiče vypomáhají v případě potřeby. Také lidé z Farního sboru ČCE v Teplé jsou otevření pro potřeby mateřského centra. Udělali mezi sebou sbírku a z vybraných peněz sami vybudovali dětské hřiště na farní zahradě.

Jsem vděčná Bohu, že tato vize mateřského centra došla naplnění. To, že tato činnost má smysl, vidím i na vlastních dětech. Na mateřské centrum se těší, rády se účastní programu. Učí se i řešit situace v kolektivu – ustoupit druhému, ale i zdravě se prosadit, pomoci, potěšit, rozdělit se. To se jen v rodině nenaučí. Mně osobně jsou odměnou veselé dětské tváře a spokojenost maminek. Když jsem před lety myšlenku založit mateřské centrum předložila ostatním maminám, nevěděla jsem, zda se setkám s úspěchem či neúspěchem. A teď vím, že stálo za to do toho jít, angažovat se někdy i na úkor rodiny či volného času. Mateřské centrum a lidé v něm obohatili můj život.



## Kluby maminek

Spolu s mateřskými centry jsou poměrně novým fenoménem – na území naší vlasti vznikají od devadesátých let minulého století a dnes je možné najít těchto zařízení, která často fungují na dobrovolnickém základě, opravdu velké množství. **Českobratrská církev evangelická** je jednou z těch institucí, jimž je podpora klubů maminek vlastní. Klubová setkávání se sice odehrávají na sborové půdě, často se však jedná o naprosto civilní setkávání obyčejných maminek, které chtějí nabídnout samy sebe a připravovat program pro sobě rovné a své děti.

Kluby maminek napomáhají **snižování sociální izolace**, do které se ženy odchodem ze zaměstnání a celodenní péčí o dítě dostávají. Umožňují tak ženám prožít aktivně mateřskou dovolenou. Programovou nabídku kluby tvoří samy dle potřeb a zájmů: zahrnují různé aktivity pro děti, maminky, popřípadě i pro celé rodiny. Pestrost programu je zajišťována ochotou docházejících maminek nabídnout druhým něco ze svých dovedností. Mohou se týkat provozu klubu, výtvarných aktivit, přednášek, dramatických kroužků, cvičení nebo pořádání veřejných akcí. Ženy se tak seberealizují v oblasti, která je jim blízká a udržují si profesní dovednosti i na mateřské dovolené.

Součástí programu jsou psychomotorická cvičení, rozvíjení sociálních dovedností, hraní, debaty. Výhodou pro děti je, že k programu bývá často využita farní zahrada

a není výjimkou, že to je v podstatě velmi dobře zařízené dětské hřiště, které většinou vzniklo dobrovolnou prací členů sboru ČCE. Maminčky se v přípravách programu střídají. Mají tak možnost trávit svůj čas nejen doma, ale ve společnosti jiných maminek, sdílet navzájem své radosti a starosti a také se něco nového dozvědět a naučit. Společně se zamýšlí nad danými tématy týkajícími se se výchovy dětí a rodinných záležitostí.

Mezi rodinami se tak navazují nová přátelství a ožívují se sousedské vztahy. Vytvářejí se tak podmínky umožňující rodinám společně se domlouvat a hledat způsoby a možnosti vytváření vhodných předpokladů pro život rodin v dané městské části nebo obci.





## Sadařka

---

*Veronika Fišerová (24 let) pochází z hanáckých Hnojic u Šternberka, studuje environmentální studia na Masarykově univerzitě.*

*Zároveň je zaměstnána v Ekologickém institutu Veronica v Brně.*

*Ve volném čase hraje na nejrůznější hudební nástroje folklór, folk a jazz, zkoumá blízké i vzdálené krajiny, učí výukové programy, pečuje o staré ovocné stromy v Sudetech, vaří, fotografuje a žasne.*



Nikdy mě nenapadlo, že dobrovolnictví je něco zvláštního – brala jsem to jako součást trávení volného času. Kamarádi mě většinou přitáhli k nějaké zajímavé organizaci nebo projektu. Od patnácti jsem vedla družinu dětského oddílu, pak jsem přešla pomáhat v ochraně přírody do olomouckého Hnutí Duha. Dá se říct, že tam jsem jako dobrovolnice „vyrostla“, navíc jsem se v Olomouci dostala i k zajímavé novinářské práci – byla jsem šéfredaktorkou měsíčníku Biozpravodaj. Od střední školy jsem ale hledala něco dlouhodobějšího, chtěla jsem mít pocit zodpovědnosti za pořádný kus zajímavé práce, který se nedal najít na brigádách ani ve škole. To mělo ale teprve přijít.



V osmnácti jsem se vydala na letní tábor Hnutí Brontosaurus na Jesenicko – to byl objev nového světa. Zadarmo jsme se šest hodin denně dělali na louce, hráli sebe-poznávací hry a diskutovali o životě, ekologii, společnosti. Organizátoři této úžasné akce byli pro mne nedostižnými vzory – byla jsem přesvědčena, že se museli svému umění léta učit. Proto mne opravdu pořádně překvapilo, když pár týdnů po táboře od nich přišla nabídka ke spoluorganizování akcí – že prý to nic není.

Hned po maturitě jsem tak začala na Jesenicku pořádat první brontosauři víkendovky a tábory pro stejně staré lidi. Celé se to odehrávalo pod programem Cesta ke kořenům, jehož cíl byl péčí o krajinu a památky posílit vztah obyvatel k jejich kraji, aby odtud neutíkali pryč. Jde totiž většinou o obyvatele, kteří tu zatím ani po desítkách let nejsou úplně doma. Jejich kořeny jsou někde jinde, sem přišli po druhé



světové válce místo vysídlených sudetských Němců. A co jsme tedy všechno dělali? Kosili jsme orchidejové louky v Chráněné krajinné oblasti Jeseníky. Opravovali jsme unikátní lázeňské prameny ztracené v lesích, budovali jsme přírodní naučnou stezku o vodolébčbě. Mapovali jsme kapličky rozbořené v křoví a některé z nich se podařilo obnovit tak, že se o ně nyní chodí starat místní lidé. Na každé akci jsem se naučila spoustu nových věcí – uvařit jídlo pro dvacet lidí, zacházet s kosou, sázet stromy, vést exkurzi či debatu. Nejvíc mě ovšem Brontosaurus naučil životnímu umění improvizace – poradit si s úsměvem v každé sebezamotanější situaci.

Dnes se v rámci Cesty ke kořenům hlavně starám s kamarády o starý sad v zaniklé jesenické osadě. Je tu zvláštní silná atmosféra, prostoupená duchem odsunutých ně-



meckých hospodářů. Staré odrůdy ovoce se už málokdy vidí a přitom jsou zásobárnou chutí, vůní, tvarů, genů ke šlechtění. Byla by škoda, kdyby tuhle krajinu pohltit smrkový les – asi podobně, jako kdyby zchátral barokní kostel. Vysadili jsme tu desítky mladých stromků, každoročně se o ně staráme, kosíme, prořezáváme staré stromy a sklízíme úrodu na mošt. Vybudovali jsme zázemí pro pracovní-

-zážitkové akce, kde si může každý vyzkoušet netradiční věci – řemesla, divadlo, hudební programy, simulační hry. Jednou tu může vzniknout terénní ekocentrum zaměřené na sudetskou krajinu a ovocnářství.

Můj zájem o přírodu, krajinu a památky v ní mě přivedl až k environmentálním studiím a k práci v Ekologickém institutu Veronica v Brně, kde nyní pracuji jako ekoporadkyně, věnuji se projektu Přírodní zahrady bez hranic a také ekologickému zemědělství a bio/místním potravinám.

Přesto hraje dobrovolnictví v mém životě stále podstatnou úlohu, je to pro mě asi závislost – život bez organizátorských výzev a překážek by byl trochu nudný. Dobrovolnictví je pro mě také velkou životní školou. Poznáním, že když chci vidět změnu ve světě kolem sebe, musím ji sama tvořit – tak do toho! Největším bohatstvím jsou pro mě ovšem lidé, které jsem díky svým akcím poznala a kteří mi zůstanou na celý život. Díky jim všem.

## Cesta ke kořenům s Brontosauřem

V Rychlebských horách žili od 13. století obyvatelé německé národnosti, kteří byli po sedmi stech letech ze svých domovů po druhé světové válce vysídleni. Mnohé vesnice byly dosídleny jen zpola, některé zanikly úplně a na jejich místě vznikly pastviny nebo se rozšířil les.

Šedesát let po válce, v roce 2006, si všimli lidé z **Hnutí Brontosaurus**, že na některých místech Rychlebských hor rostou mezi křovím vedle bříz a smrků také jabloně, hrušky a švestky **starých odrůd**, které se běžně v zahradnictvích neprodávají. Zvláště tam, kde zbyly rozvaliny **bývalých sudetských statků**, je krajina kolem lemována stromy, šedesát let neprořezávanými, neotrhávanými, zapomenutými.

V bývalé vesnici **Zastávka** (Stillstand) poblíž Uhelné se Brontosauři zkusili o stromy postarat - vykosili vysokou trávu, vytrhali nálety, prořezali stromy. Kouzlo místa, kde z kopce vidíte daleko na polské roviny, přebíháte přes vysoké valy kamenů vysbíraných dávnými hospodáři z polí a tají se vám dech nad holými zdmi bývalých domů, láká dobrovolníky z Hnutí Brontosaurus se na Zastávku pravidelně vracet.

Postupně vysadili několik desítek nových ovocných stromků, zvelebili okolí sadů a umístili sem informační panel. Na lokalitě proběhl pomologický a botanický průzkum i projednávání situace s místními lidmi z Uhelné, neboť komunikace s mnoha stranami je tady opravdu důležitá.

Na jaře a na podzim zvou na víkendovky dobrovolníky z celé vlasti - pořád je co kosit, prořezávat, sázet a podzimní úroda čeká na zpracování. A navíc je toto místo ideální pro vandry, spaní pod širým nebem či v maringotce, historické a přírodovědné exkurze.

Při plánování budoucnosti lokality zaznívají pojmy jako genofondový sad, malé terénní ekocentrum postavené přírodním způsobem, naučná stezka, zázemí pro zpracování a drobný prodej výrobků z ovoce, výuka starých řemesel či domky z přírodních materiálů vestavěné citlivě k původním zbytkům zbořených domů.

To vše by mohlo také přinést užitek obyvatelům obce Uhelná, k níž Zastávka patří, a pomoci přilákat do zapomenutého místa další návštěvníky.





## Dobrovolnictví v církvích a náboženských společnostech

Církev a náboženské společnosti jsou pospolitostmi lidí, kteří se na základě vlastního přesvědčení rozhodli jít společně životem. Mnozí z nich se pro toto své společenství také nějak angažují. Naprostá většina takových členů církví či náboženských společností by se sice divila, že je někdo pokládá za dobrovolníky, když se starají o kostel, zpívají nebo čtou při bohoslužbách, pomáhají ve farních radách, chodí navštěvovat lidi do nemocnic či domovů důchodců, i když to vykonávají třeba i desítky let. Protože je to pro ně samozřejmý důsledek jejich víry.

Svobodné poměry po roce 1990 ale umožnily i církvím uskutečňovat organizované formy dobrovolnictví v daleko větší míře, než skýtala předlistopadová podoba *České katolické charity* nebo evangelické *Diakonie*. Taková služba často směřuje k podpoře duchovního života konkrétních lidí nebo celých skupin, což ale neznamená, že se vznášá někde v „nadzemských výšinách“. Vlastní konkrétní realizace dobrovolné služby je různá a často se překrývá s činností, kterou organizují rozmanité skupiny ve společnosti: práce s mládeží, péče o seniory i jejich vlastní práce, podpora maminek s malými dětmi nebo pečovatelská a ošetrovatelská služba, humanitární pomoci, rozvojová pomoc spojená s vysíláním dobrovolníků do zemí třetího světa atd. Navíc se mnozí věřící zapojují do dobrovolné činnosti organizované různými neziskovými organizacemi či iniciativami z mimocírkevního prostředí.

Různých náboženských uskupení působí v ČR podle registru ministerstva kultury celkem 35, ale existuje ještě mnoho dalších uskupení, kde je také hlavní motivací víra či přesvědčení, ale v registru nejsou (protože jsou např. málo početná skupina) nebo ani být nechtějí. A přesto mohou vykonávat mnoho dobré pro naši společnost – od té nejbližší – sousedské úrovně až po velká díla nadnárodního rozsahu.





## Kazatel

---

*Vladislav Páleník (53) pochází z Moravy, dlouho však žije v Praze. Vystudoval ČVUT - fakultu stavební a po té pracoval jako investor mostních staveb, později přešel do oboru průmyslové a podnikatelské pojišťovnictví. Nyní podniká převážně jako makléř ve společnosti, kterou zčásti vlastní.*

*Má rád sport a hudbu, těmto zálibám se věnuje většinou aktivně. Ordinovaným presbyterem je od roku 1987.*



Moje cesta ke službě ordinovaného presbytera započala někdy na přelomu sedmdesátých a osmdesátých let. Chodil jsem do sboru mládeže a účastnil se velmi aktivně i celocírkevního života. Již při studiu na vysoké škole jsem velmi intenzivně komunikoval se svými vrstevníky – mimo jiné i studenty teologie. V neposlední řadě na mne působila řada farářů, a to především lidskostí, přístupem k mládeži a postojem k Písmu i k životu. Byli to například Jan Keller na Zbytově, kam jsme jezdili na brigády, Bohdan Pivoňka ze Svatouchu, Jan Miřejovský od Klimenta, libeňští faráři bratři Jiří Šourek a Pavel Smetana, ale i bratr Miloš Bič nebo Miloš Rejchrt či Svatopluk Karásek a mnoho a mnoho jiných.

Musím také zmínit i svoji tetu Antonii Páleníkovou, která byla jednou z prvních teoložek a farářek v naší církvi, či moji sestru Janu, u níž jsem mohl vidět, co vše opravdu práce ve sboru obnáší a zda do takového záběru má patřit celé moje srdce.

Ke studiu teologie jsem se tedy, na rozdíl od své sestry, nerozhodl. Ač s mnohými pohledy apoštola Pavla nesouhlasím, jedno mě určitě oslovilo, a to že i apoštol Božího slova si má na denní chléb vydělávat běžnou činností. Nechtěl jsem být prostě „jen“ pastorem, ale mít standardní prostředí běžných členů sboru, ze kterého také mohou lépe vyvérat přístupy teologické. Zároveň jsem chtěl mít i teologický základ, a tak jsem objevil tuto možnost, jak sboru sloužit i při běžném zaměstnání.

Nejprve jsem se po absolvování potřebných kurzů stal dne 21. 11. 1984 z rukou tehdejšího synodního seniora ThDr. Hájka výpomocným kazatelem. Mohl jsem tedy sám připravovat nedělní bohoslužby, ale nemohl jsem vysluhovat svátosti. Na konci osmdesátých let byla tato služba velmi důležitá, neboť totalitní režim nedovoloval farářům sloužit a neuděloval jim souhlasy ke službě. Bez dobrovolné služby výpomocných kazatelů, kteří státní souhlas nepotřebovali, by tak byl život mnohých sborů ve skutečném ohrožení.



I nadále jsem se vzdělával, úspěšně složil zkoušku a dne 8. 2. 1987 jsem byl ordinován ke službě slova a svátostí opět synodním seniorem Hájkem (pověření nese číslo 587) - stal jsem presbyterem v Libni, sloužil jsem ale rovněž v různých pražských okrajových sborech. Moje služba byla přijímána s vděčností všude tam, kde byla nouze o kazatele. Nyní jsem členem sboru v Praze – Strašnicích a hojně se účastním bohoslužeb zejména na Dobříši.



Služba ordinovaného presbytera je velmi náročná. Příprava celého pořadu bohoslužeb dá sice také zabrat, ale co je nejdůležitější, je vyjádření směrem k věřícím. Když se nesnažíme být příliš teologický, dokážu být mnohdy lidem blíží – žiji ve stejném prostředí jako oni, chodím do práce, prožívám s nimi běžné starosti. Obecně mají ordinovaní presbyteri tolik prostoru, na kolik si troufnou. Je velmi náročné předstoupit jako laik před sbor a vést bohoslužby, kterých se účastní třeba profesor fakulty nebo synodní senior. Není to vždy snadné - vyžaduje to kus odvahy, ale i pokory a ochoty přijmout pomocnou ruku. Nicméně vnímám toto povolání jako prostor pro setkávání s členy různých sborů a možnost přinést jim trochu jiný náhled, než jaký mají od svých standardních pastýřů. Setkání s nimi po bohoslužbách je vždy nějak výjimečné.

# Duchovenská služba v Českobratrské církvi evangelické

V životě církvi se v různých činnostech angažuje velké množství dobrovolníků. Typickou činností v církvích protestantského typu jsou například duchovenské služby. V **Českobratrské církvi evangelické** je takovým dobrovolníkem **ordinovaný presbyter**, který slouží jako zástupce faráře. To je dáno tím, že tato církev má presbyterně synodní uspořádání, což znamená, že i duchovenskou službu vykonávají laici. Výraz presbyterní je odvozen od slova presbyter - tedy starší, neboť vedení příslušného sboru vykonávají zvolení starší; výraz synodní vystihuje skutečnost, že církevní moc je rozdělena mezi farní sbory a nejvyšší instituci – synod, což je shromáždění zástupců celé církve. Církev je založena na **zásadě všeobecného kněžství všech věřících**, která je nejen uznávána, ale i praktikována. Ovšem k udržování řádu je nutné, aby církev ordinovala (pověřila) určité pracovníky - ženy i muže - ke službě slova a svátosti, a to modlitbou a vkládáním rukou. Služebníkově církve se ordinací udílí zvláštní dar Ducha svatého pro jeho službu.

Nicméně i všichni ostatní věřící mají možnost v církvi pracovat a jsou o to také žádáni, neboť církev si rozhodně uvědomuje, že nestojí na kazatelích, ale především na laicích.

Pokud se někdo chce stát ordinovaným presbyterem, musí složit zkoušky, které prokážou jeho teologické znalosti. Práce ordinovaného presbytera je velmi náročná a zcela bez nároku na honorář. Ordinovaný presbyter vykonává svou funkci zpravidla každý týden, někdy i častěji, což záleží na aktivitě života konkrétního sboru. Je možno konstatovat, že tuto službu vykonávají lidé vnitřních kvalit, kteří ji berou opravdu vážně a pokládají ji za velmi odpovědný úkol. Presbyter vypracovává vlastní kázání, modlitby a liturgické pořady bohoslužebných a katechetických shromáždění, často tato shromáždění přímo vede. Existuje mnoho sborů, které jsou dlouhodobě bez faráře, a díky ordinovaným presbyterům se v nich udržel nejen bohoslužebný život, ale i komunita lidí a vzácné společenství.







## Instruktorka

---

*Marie Linková (59 let) je dobrovolnicí v Římskokatolické církvi v kongregaci Salesiánů Dona Boska v Praze.*

*S mladými lidmi pracuje od roku 1993, kdy s nimi začala připravovat v Salesiánském divadle v Kobylisích taneční představení. Od roku 1995 zápasí s rakovinou a s dalšími narůstajícími omezeními. V roce 2004 se po dlouhé intenzivní spolupráci jako dobrovolnice stala členkou Salesiánské rodiny. Nyní působí v týmu instruktorů Salesiánské školy animátorů.*



*Mám velké problémy ve škole. Doma se nejsem schopen pořádně učit. Je to u nás teď velmi těžké. Hledám svůj vztah k Bohu a cestu k němu. Nevím, jak se ze všech svých problémů vybabrat. S těmito a mnoha dalšími problémy přicházejí mladí lidé za Marií Linkovou, které důvěřují a otevírají jí své častokrát velice zraněné srdce. Z Marie, přes mnoho těžkostí a nemocí, které na ni doléhají, stále vyzařuje život. Sama říká: „V době vážné nemoci jsem začala víc nebo možná citlivěji objevovat rozměr živého vztahu s Bohem. A výsledek? Když jsem dostala Jeho darem šanci být dál tady na zemi, pochopila jsem mnohem hlouběji toto: Pokud má zůstat náš vztah (Bůh – člověk) stále živý, je potřeba Vzkříšeného hledat v těch okolo. Jak prostě! Vždyť jdeme do Království společně a je to tedy zcela přirozené.“*

Po ročním působení v týmu instruktorů Salesiánské školy animátorů si Marie získala svým osobním přístupem srdce mladých. Schopnost vyjádřit hluboké touhy scénickým tancem či jinými tvořivými aktivitami pomáhá novým připravujícím se dobrovolníkům objevovat sama sebe i Boha jinak a silněji. Snadno k ní nacházejí důvěru a otvírají jí své životy. Jedno svědectví za všechny: „*Jestli to tak můžu napsat, tak jsi pro mě v mnohých věcech vzorem. Víš, když jsem tě poznala, tak jsi vyzařovala takové světlo a pokoj a já jsem neměla problém otevřít se ti, jako bych tě znala už tak dlouho. Úplně mě překvapilo taky to, jak otevřeně a láskyplně jsi mě přijala, jako bych byla někdo výjimečný. Sama víš, že moje sebevědomí není zrovna nejlepší, ale ty jsi mi ukázala, že já sama mám nějakou hodnotu a za to ti neskutečně moc děkuju.*“

Velmi důležitý průběžný motiv v Salesiánské škole animátorů vidí Marie ve vztahu instruktor – animátor, tedy ve velmi osobním vztahu, díky němuž se pak rozvíjí



pravidelná setkání s instruktory (často mimo víkendy pro dobrovolníky). Počáteční impuls vznikne buď z atmosféry přímluvné modlitby, z workshopů na dané téma nebo ze zážitkové formy zpracovaného programu: meditace evangelia, modlitby jinou alternativní formou, příprava a zpytování svědomí, reakce na liturgické období apod. Ze zpětné vazby je pak možné přechíst, co děvčatům a chlapcům sedlo nebo nesedlo, co a v jaké rovině je přiblížilo k Pánu. Důležitá je i rovina důvěry, která byla i pro Dona Boska půdou k otevření srdce a jeho zúrodnění. Čím dál více obdivu-



je prvky jeho preventivního systému: laskavé potvrzení každého mladého, upřímného přiznání, vlastní zkušenost prožívaného vztahu s Bohem, rozměr rodinnosti, radostné přijetí každodennosti i důvěra v Boží přítomnost a Jeho bezprostřední působení.

*Velmi mě oslovilo kázání na animátorském setkání v Pardubicích: svatost prezentovaná jako obyčejná každodenní otevřenost pro lásku, dobro, pro dobrý vztah s Pánem, protože o jeho přátelství stojím (ale pokud ho nevidím v druhém člověku, je to z mé strany pokrytecké).*

*Je to svatost prostá, radostná. Vždyť nejde o žádný výkon, ale o lásku, ale především o Jeho lásku. Viděla jsem, jak děcka pochopila postupně a s nadšením, že svatost je vlastně normální součástí života věřícího člověka, je to něco, co stojí za to žít!“*

*„Co mě oslovilo a vlilo velkou chuť k práci s mladými, tedy i dobrovolníky? Příklad mnoha salesiánů. Františkovo stálé duchovní vedení, Ládísovy citlivé výklady Písma a jeho obrovská pokora, Járovy postoje a způsob, jak hledat svou životní cestu a stejně tak podání těchto myšlenek u Jardy Trávníčka a jejich upřímná opravdovost a nasazení se pro život cesty mladých. Samozřejmě příkladů je mnohem víc a každý, koho mi Bůh v životě poslal do cesty, je jakýmsi nosným pilířem. Proto vidím toto důležité i u animátorů.“*

Marie vystupovala také v televizním dokumentu „Dobrovolnictví jako životní etapa“ kde se ukazuje, jak je dobrovolnictví pro život z víry důležité.

# Program Salesiánští animátoři

Vychovávat ty, kteří vychovávají druhé, a věnovat jim mimořádnou pozornost a péči – to je jedna z nosných myšlenek animátorského hnutí v Salesiánské rodině. **Animátor** – mladý člověk, o málo starší než jeho kamarádi – sám touží dělat něco pro druhé.

Od roku 2005 začali salesiáni spolu se sestrami salesiánkami systematicky připravovat své mladé spolupracovníky, animátory, v rámci tzv. **Salesiánské školy animátorů**. Navázali tak na dlouholetou tradici práce s animátory v naší zemi a kromě nabídek některých salesiánských míst přišli s novou nabídkou přípravy animátorů na národní úrovni.

Program **Salesiánští animátoři** je akreditovaný dobrovolnický program, určený pro mladé lidi, kteří chtějí věnovat část svého času dětem a mládeži především v salesiánských centrech - klubech, střediscích, farnostech - v České republice. Během tří let účastníci absolvují devět formálních a vzdělávacích víkendů. Připravený program předpokládá mladé, kteří se již nějakým způsobem podílí na životě křesťanského společenství nebo o to právě usilují. Salesiánská práce počítá také s duchovní dimenzí člověka. Je proto nutné, aby se do tohoto kurzu (a zároveň i do služby v salesiánských zařízeních) zapojili ti, kteří jsou schopni tento rozměr respektovat.



Uskutečnění konkrétního běhu (ročníku) SŠA zajišťuje až pětičlenný tým, složený ze salesiánů, salesiánek a zkušenějších animátorů. Ideální je, pokud členové týmu mají již sami zkušenost se SŠA, případně jiným vzděláváním mladých lidí.

Je nutné, aby každý dobře znal svoje role i role ostatních. Pro zachování jednoty SŠA je zapotřebí, aby v týmu každého běhu byl někdo, kdo má zkušenosti se SŠA a mohl navázat na dobrou tradici a dosud nabyté zkušenosti. Zároveň je ale nutné tuto činnost nově promýšlet a reflektovat na společném setkání všech týmu SŠA.

Za pět let existence této Salesiánské školy animátorů se ukázaly mnohé její přednosti i omezení. Mladí lidé, kteří ji absolvovali, s vděčností hodnotí její přínos pro jejich vlastní život a službu ostatním.



## Resumé

Ačkoliv se v odborných kruzích stále vedou debaty o přesné definici dobrovolnictví, je možno pokládat právě tento sborník za velmi dobrou „praktickou definici“ toho, co představuje dobrovolnictví v naší zemi. V žádné ze zpracovaných oblastí nebyl problém najít lidi, kteří část svého času a sil dávají bez ohledu na finanční odměnu k dispozici potřebným a u kterých nebylo pochyb, že skutečně naplňují všeobecně sdílenou představu o tom, koho lze určitě pokládat za dobrovolníka. A to navzdory tomu, že samotné dobrovolnictví má i u nás několik různých zdrojů.



Ve sborníku začínáme oblastí napojenou na služby **zdravotnické** a **sociální**. Tedy dobrovolnictvím s propracovaným systémem přijímajících a vysílajících organizací, akreditací, standardů péče a kvalitního managementu práce s dobrovolníky, který se opírá o stále narůstající počet dobrovolnických center. Systém navíc už v současné době podpořený i zákonem o dobrovolnické službě. Obdobně se vyvíjelo dobrovolnictví zaměřené na **mezinárodní a rozvojovou pomoc**, v rámci níž Češi působí po celém světě a současně se u nás objevují dobrovolníci zahraniční. A zjevnou po-

dobnost s předchozími má i rámec dobrovolnické pomoci **v krizových a mimořádných situacích**: opírá se o účelnou dělbu činnosti mezi profesionálními pracovníky z institucí veřejného sektoru a dobrovolníky zajišťované dobrovolnickými centry, případně přicházejícími ze specializovaných neziskových organizací, které mají podobný původ, jako instituce druhé skupiny.

Další mohutný proud dobrovolnictví u nás totiž navazuje na mimořádně silnou tradici z doby národního obrození, kdy spolková činnost byla mnohdy určující silou společnosti. A tak se tu setkáváme s dobrovolníky ve **sportu** a v práci s **děti a mládeží**, kteří navazují především na činnost Sokola a obdobných osvětově – výchovných spolků, stejně jako dobrovolníci v **ochraně přírody** a velice členité a rozsáhlé oblasti **kulturní**.

Z ještě starších zdrojů nejen české, ale celé evropské tradice pak čerpá dobrovolnictví vycházející z prostředí **církvi a náboženských společností**, které dnes ovšem na sebe bere mnohdy formy velice moderní – a nezřídka se prolíná s tím, co se nazývá dobrovolnictví **komunitní** pokládané právem za nutný rozměr zdravé občanské společnosti.

Konečně posledním typem – nikoliv z hlediska významu, ale časové posloupnosti rozšíření u nás – je dobrovolnictví iniciované samotnými **firmami**, které je velmi populární v tradičních demokraciích a je dokladem toho, že *komerční* nemusí vůbec znamenat jen hon za ziskem a necitlivost k potřebným.

V našem sborníku však nejde v prvé řadě o organizace – byť by byly sebevíc zasloužilé – ale hlavně o konkrétní lidi. O jejich skutečné životní příběhy. O jejich „cestu dobrovolníka“. A tady se ukazuje, že je to cesta otevřená skutečně všem. Mladým studentům, matkám od rodin, důchodcům. Mužům i ženám, děvčatům i chlapcům, lidem s různým stupněm vzdělání, životních zkušeností i ambic. Ve sborníku nám své životní příběhy nabízejí lidé z velkoměst i úplně malých obcí, ti, kteří po cestě dobrovolnictví krácejí desítky let, i ti, kteří se na ní vydali teprve nedávno. Navzdory této pestrosti je však mnohé spojuje a jsou si až neuvěřitelně podobní: v zájmu o druhé, ve schopnosti vytvářet s druhými společenství, v ochotě se s nimi dělit o svůj čas a síly, v důvěře, že taková činnost má smysl. Všichni, se kterými se setkáte v tomto sborníku, jsou potvrzením toho, co na závěr konstatuje i nedávný výzkum: *jako nejlepší dobrovolníci se jeví humanisticky orientovaní jedinci, sociálně integrovaní a angažovaní v mnoha dalších aktivitách.*

# English Summary

---





# Obsah

<b>Dobrovolnictví ve zdravotnictví</b> .....	<b>5</b>
Kamarád.....	6
Program Dobrovolníci v nemocnicích.....	9
Canisterapeutka.....	10
Dobrovolnické centrum ADRA Ostrava v nemocnicích.....	13
<b>Dobrovolnictví v sociálních službách</b> .....	<b>15</b>
Světluška.....	16
OKAMŽIK - sdružení pro podporu nejen nevidomých.....	19
Asistentka.....	20
ADRA v zařízeních pro mentálně postižené.....	23
<b>Dobrovolnictví v kultuře</b> .....	<b>25</b>
Knihovnice.....	26
Živá knihovna v Liberci.....	29
Hradní pán.....	30
Záchrana středověkého hradu.....	33
<b>Dobrovolnictví ve sportu</b> .....	<b>35</b>
Cvičitel.....	36
Česká asociace Sport pro všechny.....	39
Pořadatelka.....	40
Evropský zimní olympijský festival mládeže.....	43
<b>Dobrovolnictví s dětmi a mládeží</b> .....	<b>45</b>
Skautka.....	46
Junák – česká skautská organizace.....	49
Parťák.....	50
Pět P - Pomoc, Přátelství, Podpora, Péče a Prevence.....	53
<b>Dobrovolnictví v ekologii</b> .....	<b>55</b>
Ochranář.....	56
Projekty Hnutí Duha.....	59
Strážce.....	60
Dobrovolná stráž ochrany přírody.....	63
<b>Mezinárodní dobrovolnictví a rozvojová spolupráce</b> .....	<b>65</b>
Fundraiser.....	66
GLEN a Fotbal pro rozvoj.....	69
Evropanka.....	70
Na dlouho mimo.....	73



<b>Dobrovolnictví při mimořádných událostech</b> .....	<b>75</b>
Hasič.....	76
Sbory dobrovolných hasičů.....	79
Zdravotnice.....	80
Český červený kříž.....	83
<b>Dobrovolnictví firem</b> .....	<b>85</b>
Energetik.....	86
Čas pro dobrou věc.....	89
Odborářka.....	90
Firemní dobrovolnictví Telefónica O2.....	93
<b>Komunitní dobrovolnictví</b> .....	<b>95</b>
Maminka.....	96
Kluby maminek.....	99
Sadařka.....	100
Cesta ke kořenům s Brontosaurom.....	103
<b>Dobrovolnictví v církvích a náboženských společnostech</b> .....	<b>105</b>
Kazatel.....	106
Duchovenská služba v Českobratrské církvi evangelické.....	109
Instruktorka.....	110
Program Salesiánští animátoři.....	113
<b>Resumé</b> .....	<b>114</b>
<b>English Summary</b> .....	<b>116</b>

**Redaktorka sborníku:** Svatava Šimková

**Redakční rada:** Dagmar Hoferková, Zdeňka Šimková, Svatava Šimková, Jiří Zajíc, Robin Ujřaluši

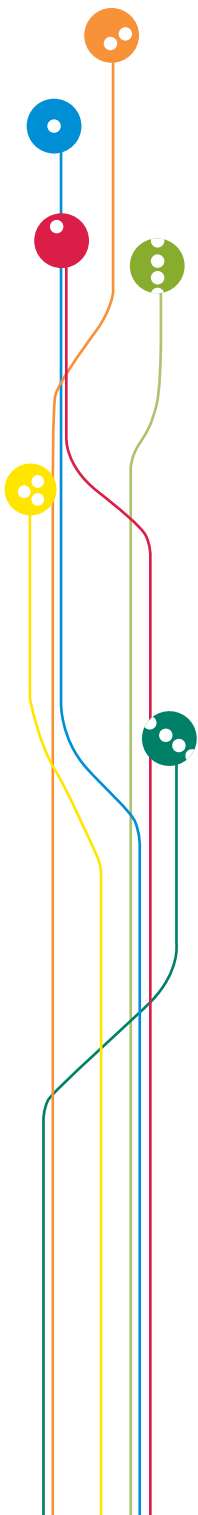
**Spolupracovali:** Eva Benešová, Josef Boček, Michal Čančík, Lenka Černá, Nataša Diatková, Kateřina Doležalová, Jana Doudová, Vojtěch Eliáš, Tomáš Hradil, Simona Kaňoková, Josef Koláček, Ivana Kořínková, David Kovář, Leoš Kubový, Miroslav Kutal, Eliška Kvitová, Josef Nitra, Miroslav Osmančík, Karin Pospíšilová, Dalimil Toman, Jiří Tošner, Renata Vejdělková, Josef Vracovský, Petr Vojtíšek, Eliška Zelendová, Miroslav Zitko, dobrovolníci z jednotlivých příběhů a další

**Sazba a grafická úprava:** David Urban

**Foto:** archívy dobrovolníků jednotlivých sdružení a dobrovolnických center ze zveřejněných příběhů, archiv NIDM a ČRD, Renata Vejdělková (6,7,9) Petr Vojtíšek (17,19), Silvie Juřicová (20,21,22), Dalibor Paleček (27,28,29), Petra Večerníková (40,41,42), archiv Huascarán Velatice (53), Marie Dušková (57), Martin Karol (58), Jan Langer (67), Pavla Tesařová (97)

**Tisk:**

**Vydal:** Národní institut dětí a mládeže MŠMT 2011



Dobrovolníci  
mění svět! ●