



**OSMOSIS**  
NEW WAY OF EQUALITY

OSMOSIS – Harnessing the Power of Sports Marketing as an Innovative Approach to Increase Social Inclusion and Equal Opportunities for People with Disabilities



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# НАРЪЧИК ЗА ДОБРОВОЛЦИ

Този проект е финансиран с подкрепата на Европейската комисия. Тази публикация отразява единствено възгледите на авторите и Комисията не носи отговорност за начина, по който може да бъде използвана съдържанието в нея информация.



# ВЪВЕДЕНИЕ



Само живот, живян за другите е живот, който си заслужава

Photo: START Assoc, Poznan

**Д**оброволството е важна част от всяка стратегия, която е насочена към намаляване на бедността, устойчивото развитие и социалната интеграция, по-конкретно преодоляване на социалната изолация и дискриминация (Доклад на Комисията за социалното развитие (UN - E/2001/26), Резолюция 39/2).

Почти всеки може да бъде доброволец - не е нужно да притежава специални умения и способности. Най-важното е желанието и отдадеността, само понякога са необходими подходящи знания и опит. Някои форми на доброволчество, обаче, изискват доброволецът да е навършил пълнолетие. Доброволството се предоставя на база на договор, който доброволците сключват с лицето, което има нужда от техните услуги. Правилата на договорите се уреждат по Гражданския закон. Непълнолетните лица не могат да сключват такова споразумение сами. В случай на дете на възраст под 13 години (13 години за Полша, в други страни може възрастта да е различна) такова споразумение може да бъде сключено от неговия родител или законен настойник. В някои случаи, доброволството е много трудна задача, поради което по закон на някои места доброволци могат да бъдат само възрастни. Можете да бъдете доброволец навсякъде, освен в бизнес сектора. Местата, където съществува доброволна работа, включват: сдружения, фондации, институции, които са органи на публичната администрация (министерства, общински служби), всички организационни звена, които са подчинени на органи на публичната администрация (включително центрове за социално подпомагане, библиотеки, музеи, училища, университети, детски градини, държавни болници. Други места, където може да участват доброволци, са например църковни организации, асоциации на звена на местната власт, организации на работодатели, спортни клубове и полиция. Ако, обаче, някой има интерес да помогне на физически лица (напр. голямо семейство от съседния блок или дете от училище със затруднения), въпросът стои малко по-различно. Разбира се, допустимо е да се случи, но трябва да имате предвид, че човекът няма правата на организациите или институциите. Той/тя не може да подпише с вас споразумение за сътрудничество, така че не може самостоятелно да използва доброволна помощ. Той/тя може да получи такава помощ само чрез гореспоменатите организации.





## 1. КАКВО Е ДОБРОВОЛЧЕСТВО И КОЙ МОЖЕ ДА СТАНЕ ДОБРОВОЛЕЦ?

Работещият доброволно е:

- е лице, което изпълнява определена функция по свое собствено желание и без принуда или обещание за възнаграждение.
- Не получава заплащане за това, което прави. Доброволно се включва в организацията и дейността на другите хора, предлагайки им своето свободно време и умения
- Може да работи не само за неправителствена организация, но и да помага за изпълняване на ежедневни задължения на органи на публичната администрация, организационни звена, подчинени на органи на публичната администрация, както и здравни организации, и частно с хора в нужда.

## 2. КАКВА Е МОТИВАЦИЯТА ДА СТАНЕШ ДОБРОВОЛЕЦ?

Доброволецът работи в дадена организация на база на споразумение с нея. В случай на доброволчество за повече от 30 дни, споразумението трябва да бъде в писмена форма. Устната форма е достатъчна за договорености, включващи краткосрочно доброволчество (по-малко от 30 дни). Въпреки това, по искане на доброволца, споразумението може винаги да бъде в писмена форма.

Мотивации, които карат хората да станат доброволци:

- Нужда от общуване или интегриране в обществото
- Желание да направиш нещо добро и полезно, и/или да бъдеш нужен,
- Желание да се отблагодариш за доброто, получено от друг,
- Желание за придобиване или увеличаване на умения, както и придобиване на професионален и житейски опит.



### 3. ПОЛЗИ И МОТИВАЦИЯ ЗА ДОБРОВОЛЧЕСТВОТО.

Да бъдеш доброволец дава огромен брой ползи, включващи:

- Усещане за част от общност и откриване на цел;
- Подобряване на социалните умения, самочувствието и увереността;
- Разширяване на контактите, което помага на доброволците да се почувстват по-общителни и оценени.
- Това, което е важно за доброволчеството, е, че помага при справянето с лични проблеми като депресии, самота и социална изолация; днес то е начин на живот за много хора с увреждания. .
- Участие в международен обмен на опит.

Тези дни, когато прагматичната гледна точка в живота е важна, си струва да си припомним, че доброволчеството дава много опит, полезен в по-нататъшната работа. Все повече работодатели обръщат внимание на доброволческия опит, когато наемат нови служители, защото са наясно, че той дава важни умения, подобрява гъвкавостта в работата, помага за усвояване на нови умения и създава по-добър баланс между професионален и личен живот.

### 4. ДОБРОВОЛЧЕСТВО – ПРАВА И ЗАДЪЛЖЕНИЯ

Доброволецът трябва да притежава квалификация, която отговаря на изискванията за извършване на дейности. В повечето страни от ЕС доброволческите дейности се уреждат от закон. В Полша това е Законът за обществена полза и доброволческа работа. В него се посочва, че доброволците имат следните права:

- Правото да бъдете информирани за всички рискове, свързани с доброволческите дейности, най-вече свързани със здравето и безопасността.
- Право на работа в безопасни и хигиенни условия.
- Правото на здравеопазване - ако сте доброволец, но нямате здравно осигуряване, организацията, с която работите, трябва да ви направи такова.
- Правото да подпишете споразумение за сътрудничество с организацията или институцията, в която сте доброволец (обхват, продължителност на договора, както и информация за начините и възможностите за неговото прекратяване).
- Има правила, които трябва да спазвате, когато решавате да станете доброволец. Те не са включени в закони, кодекси или други разпоредби. Това е неформален набор от стандарти за поведение, които всеки доброволец трябва да следва. Сред тях има стандарти, като например:
- Право на изпълнение на всички задачи, свързани с поетата роля;
- Доброволецът трябва да запази дискретност по лични въпроси.





## 5. ДОБРОВОЛЕЦЪТ НАЕТО ЛИЦЕ ЛИ Е?

Доброволецът не е служител, защото не получава възнаграждение за помощта си. Той предлага помощта си въз основа на договор, но не трудов.

Напр., в полското законодателство отношения, включващи доброволческа дейност, не са трудови, а граждански. Периодът на сътрудничество с доброволчески организации също не носи права като платен отпуск, пенсионни осигуровки и трудов стаж.

## 6. КАК ДА НАБИРАТЕ И РАБОТИТЕ С ДОБРОВОЛЦИ?

### СТЪПКА 1

Главното при търсенето на доброволци е ясно да се определят техните задачи, цели, квалификация и отговорности. Второ, от съществено значение е да се определят ползите, които ще получат те от доброволчеството (опит, подаръци, сертификати, възможност за получаване на допълнителни точки за стипендия и т.н.).

- За ефективното сътрудничество на доброволци и неправителствени организации е необходимо да се идентифицират техните нужди, както и нуждите на организациите.
- По-добре е да избягвате перспективата да работите с десетки доброволци, подкрепящи вашата НПО, и да се съсредоточите върху малка група. В противен случай изборът може да бъде неточен и съществува риск доброволецът да не може да изпълни вашите нужди. Само желанието за доброволчество не винаги е достатъчно.

## СТЪПКА 2

След като дефинираме нуждите и квалификацията на доброволците, от които се нуждаем, можем да преминем към най-важната техническа задача - набирането. Важно е да се направят някои предварителни изследвания на потенциалните източници за доброволци. В зависимост от задачата, на първо време може да се обърнете към училища и университети. Те са най-подходящи при работа с хора с увреждания, особено тези, в които се изучават предмети като психология, физиотерапия или педагогика. Най-популярните възможности за сътрудничество са две. Първата е сключване на свободен договор, а втората – споразумение за сътрудничество.

И все пак, най-мощният източник за намиране на потенциални доброволци са социалните медии. По-долу са представени съвети за набиране на доброволци чрез тях.



### МОНИТОРИНГ

Основният момент е търсене на публикации в мрежата. Благодарение на дейностите на потребители във Facebook, Twitter, Instagram, различни блогове или форуми, можете да поемете инициативата за сътрудничество, вместо да чакате потенциалните доброволци да ви открият сами. Ключовите думи могат да бъдат: „искате ли да помогнете и да станете по-добри?“. Хаштеговете също са полезни, благодарение на публикуваните хаштагове вашата организация може да намери хора, действащи в името на дадена задача, и да си сътрудничи с тях (напр. #Доброто се отплаща).

### ПРОМОТИРАНЕ И ПАТРОНАЖ

Само наблюдение в мрежата не е достатъчно, ако една организация не се възползва от предимствата на социалните медии. Важно е създаването на акаунти в най-популярните портали. Това увеличава обхвата на организацията и нейната достъпност за хора, активни в Интернет. Ето защо е важно да се правят постоянни публикации, да се използват споменатите по-горе хаштагове, да се пускат фен страници и да се популяризира организацията. Разбира се с мярка, в противен случай ще има обратен ефект. Публикациите не трябва да са хаотични. Трябва да бъдат обмисляни и да имат конкретни цели. Социалните медии не могат да се третираят като допълнение към функционирането на една организация. Отделете достатъчно време, за да насърчите доброволците да си сътрудничат. Това може да бъде например поредица от снимки в Instagram, популяризиращи дейността на организацията, или специално подготвен видеоклип, публикуван във Facebook, който ще представи естеството на работата на организацията по ясен и интересен начин.

Освен това всяка НПО трябва да помни за патронажа/покровителството на своите събития. По този начин организацията повишава доверието и насърчава или привлича нови доброволци, дарители и т.н.





## ИНТЕГРАЦИЯ И ВРЪЗКИ

Благодарение на официалния уебсайт на организацията във Facebook и затворените групи можете да поддържате връзка с доброволци. Насърчаването на доброволците да представят свои собствени инициативи или да покажете доверие към тях по определени въпроси означава, че те се третират като партньори. Това е важно, защото след това те сами ще започнат да популяризират фондацията в различни портали. Те ще знаят, че тяхното мнение наистина е взето под внимание и работата им е оценена.

### СТЪПКА 3

Сътрудничеството с доброволци се нуждае от ясно определени правила. Принципи като обхват на работа, начин на изпълнение, продължителност на сътрудничество, доброволческа отговорност, задължения на организацията към доброволец, условия за прекратяване на споразумението и т.н. трябва да бъдат точни и прозрачни.

- много е полезно да се назначи ръководител, който има опит и обича да работи с хора и да ръководи;
- ръководителят трябва да носи отговорност за взаимоотношенията на доброволеца с НПО, както и с други служители на организацията, освен това той трябва да се грижи за атмосферата, както и за правата и задълженията на служителите.

### СТЪПКА 4.

Не винаги най-трудната задача е привличането на доброволци за едно събитие. Много по-трудна задача е да получите доброволец за постоянно сътрудничество. Във времена на глобализация, инерция и стремеж към впечатления и материални блага е от съществено значение да се предоставят на доброволците нов опит, развитие или други предимства, които да ги насърчават да останат в организацията.

- В повечето случаи най-важното за доброволеца е добрата атмосфера, уважението и съпричастността. Ключът към постоянното сътрудничество с доброволец е също да го свържете с мисията на организацията и нейните цели. Обикновено това е най-голямата мотивация за тях.

- Въпреки това, НПО също трябва да се погрижи за техническите подробности и да осигури подходящо подготвено работно място за доброволци.
- Накрая, но не на последно място е да се уверите, че никой не злоупотребява с ангажираността на доброволците работния процес. Освен това, от време на време, ръководителят трябва да разнообрази работата на доброволеца, така че да не изпада в монотонен тон. Доброволците трябва да имат възможност да се развиват и да се самореализират, да участват в обучение, действия и церемонии, организирани от организацията;
- Организацията трябва да се грижи за доброволците всеки ден, да ги възнаграждава, да им благодари за помощта, да ги подкрепя в трудни моменти. Ключов елемент във всичко това е създаването на силна и положителна връзка между доброволец и работодател.



#### **НЯКОИ ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ ЗА ДЕМОНСТРИРАНЕ НА УВЕЖЕНИЕ КЪМ ДОБРОВОЛЦИТЕ:**

- Поне веднъж годишно да се провеждат стимулиращи дейности за доброволците и персонала. По време на такива срещи следва да се припомнят мисията на организацията, нейните цели, методи на работа и т.н.;
- Увеличаване отговорността на доброволците от време на време;
- Увеличаване на уменията на доброволците;
- Празнуване на важни дати заедно с доброволците (напр. Международен ден на доброволците).
- Включване имената на доброволците в доклада на организацията;



- Номиниране на доброволци на регионални, национални и международни състезания;

При възможност, организациите биха могли да дават сертификати, подаръци (напр, рекламни тениски) и др., на доброволците, което не е задължително, но винаги помага за идентифицирането им с организацията.

### **ДОБРОВОЛЦИ И ПРОЕКТИ**

Допълнителна стойност на сътрудничеството с доброволци е предимството при кандидатстване по различни проекти. Може да използвате индикаторите на Централното статистическо управление, в които са определени часовите ставки в т. нар. социализирана икономика и да отнесете тази ставка към часовете на доброволния труд.

### **ЕЛЕКТРОННО ДОБРОВОЛЧЕСТВО**

Много хора предпочитат да извършват дейности в мрежата. Често ключовият момент е липсата на време. Предлагането на перспективи за работа като електронно доброволчество е важен елемент при набирането на доброволци от социалните мрежи. Те могат да изпълняват дейности за набиране на хора или да моделират основни профили във Facebook, Twitter, да проектират графики и т.н. Това води до обмен на знания и опит, както и до съвместни действия за решаване на даден проблем. Възможността да хвърлите идеята, докато сърфирате във Facebook всеки ден, със сигурност ще привлече много хора с желание да помогнат.





# ПРИЛОЖЕНИЯ





## Приложение 1:

### ФОРМУЛЯР ЗА ПРОУЧВАНЕ НА ПОТЕНЦИАЛНИ ДОБРОВОЛЦИ

Искате ли да станете доброволец? Попълнете формуляра.

Име и презиме:

Телефон:

Имейл:

Година на раждане:

Образование/ Университет/ Професия:

Защо искате да станете доброволец?

В коя сфера бихте искали да работите? (може да изберете повече от един отговор)

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> дейности за хора с увреждания | <input type="checkbox"/> култура                          |
| <input type="checkbox"/> межкултурно обучение          | <input type="checkbox"/> дейности за деца    местни       |
| <input type="checkbox"/> соц. проучване                | <input type="checkbox"/> дейности    обучение на общности |
| <input type="checkbox"/> дейности за<br>възрастни хора | <input type="checkbox"/> гражданско                       |
| <input type="checkbox"/> международно                  | <input type="checkbox"/> образование                      |
| <input type="checkbox"/> сътрудничество                | <input type="checkbox"/> спорт                            |
| <input type="checkbox"/> човешки права                 |   |

Имате ли някакъв опит / умения, свързани с този вид дейности?

Какви очаквания имате за доброволчеството?

Колко часа на седмица може да посветите на доброволчеството?

## Приложение 2:

### ПРИМЕРИ ЗА ДОБРОВОЛЧЕСКИ ДЕЙНОСТИ – ФОРМУЛЯРИ НА ОФЕРТИ

#### 1. Помощ за човек с увреждания

Напр. НПО, Фондацията ..... в ..... подкрепя дейности, насочени към активизиране на живота на хората с увреждания. Ние предлагаме помощ за подобряване качеството им на живот, за да водят възможно най-независим начин живот, да повишат нивото на социалната си активност и да намалят сферите на изолация.

Когато са необходими доброволци, се дава подробно описание на техните задължения: Нуждаем се от доброволци, които да помагат на хората с увреждания да се движат из града, да използват обществения транспорт, да пазаруват заедно, да ходят на кино или на разходка заедно.

Брой на необходимите доброволци: .....

Необходими квалификации и умения на  
доброволеца:

- страст и желание за работа с хора с интелектуални увреждания,
- креативност,
- съчувствие,
- отдаденост ,
- желание за редовно сътрудничество.
- откритост и гъвкавост.

Ползи за доброволеца:

- възможност за помагане на хора в нужда,
- сътрудничество на база договор за доброволчество,
- получаване на интересен опит в работата с хора с увреждания,
- сътрудничество с опитен екип от обучители,
- договор за доброволчески услуги,
- сертификат за доброволчество.

Когато са необходими доброволци, се дава подробно описание на техните задължения:

Търсим доброволец за 32-годишен човек със синдром на Даун. Мястото за предоставяне на доброволческата услуга е неговия дом.....

Брой необходими доброволци: .....

Работно време (брой работни часове на седмица, дни от седмицата): по договаряне.



## 2. ДОБРОВОЛЧЕСТВО ПО ВРЕМЕ НА СПОРТНИ ТРЕНИРОВКИ ЗА ХОРА С УВРЕЖДЕНИЯ

НПО, Фондацията .....В..... организира спортни тренировки за рехабилитация на хора с увреждания. Това става възможно благодарение на доброто сътрудничество с няколко институции в Познан, от които заемаме спортни съоръжения.

НПО, Фондацията ..... Търси доброволци за подпомагане на участниците с увреждания в техните тренировки.

Задачи на доброволците (може да се избират):

- Организиране и осъществяване на спортни събития за хора с увреждания,
- Организиране и провеждане на спортни лагери за хора с увреждания,
- Асистенция при провеждане на тренировките на спортните сесии на Асоциацията,
- Асистенция на хора с увреждания по време на спортните ни дейности.

Ползи за доброволците:

- Договор за доброволчество и сертификат за участие
- Получаване на опит в сътрудничеството с хора с увреждания в спортна среда,
- Възможности за разширяване доброволческото сътрудничество,
- Възможност за студентски стаж.

Необходими квалификации:

- комуникативност,
- добра самоорганизираност ,
- готовност за работа с хора с увреждания,
- енергия и отговорност.

Брой необходими доброволци: 10

Продължителност: по договаряне с всеки.

### 3. ДОБРОВОЛЧЕСТВО ПО ВРЕМЕ НА РАБОТА С ДЕЦА

Основно училище No. ....в .....Търси доброволци.

Когато са необходими доброволци, се дава подробно описание на техните задължения:

Оказване на помощ по време учебен процес с хиперактивни деца (6-годишни), които имат постоянни поведенчески проблеми в следствие на вътрешни смущения или неблагоприятна среда на живот. Доброволецът следва да помага на децата и да ги мотивира да работят в ситуации, където съществуват поведенчески проблеми сред група от техни връстници.

Брой необходими доброволци: .....

Необходими квалификации и умения:

- Педагогика, психология или опит в работата с хиперактивни деца / добра комуникация с такива деца.

Ползи за доброволците:

- Възможност за придобиване на опит в работата с деца,
- Възможност за студентски стаж.

Работно време на един доброволец (бр. работи часове на седмица, дни от седмицата):..... часа на ден от понеделник до петък.



#### 4. Доброволци придружители

НПО, Фондацията .....в..... провежда спортни дейности, насочени към активиране на живота на хора с увреждания. Предлагаме подкрепа на тиква хора, за да подобрим качеството им на живот, да им позволим да водят възможно най-независим начин на живот, да увеличим нивото на социалната им ангажираност и да намалим сферите им на изолация.

Когато са необходими доброволци, се дава подробно описание на техните задължения:

Търсим хора, които имат желание да се занимават като доброволци придружители дългосрочно. Задължението на такъв доброволец е да посещава отделението редовно, поне веднъж седмично в продължение на два часа. По време на посещението той/тя ще трябва води разговори говори с човека, за когото се грижи, да го изслушва, да прекарва време заедно с него по приятен начин. Хората с увреждания обикновено са самотни и нямат с кого да говорят за проблемите си или да споделят спомените си. С ПРИСЪСТВИЕТО си доброволецът им помага в начина им на живот.

Брой необходими доброволци: 15

Необходими квалификации и умения:

Този тип доброволчество изисква голямо съпричастност, разбиране и търпение. Способността да се изслушват другите хора е много полезна, но понякога е също толкова важно лесно да се намират теми за разговор.

Търсим надеждни хора, които могат правилно да планират времето си и да спазват договорените срокове.

Ползи за доброволците:

Възможност за среща с интересни хора, слушане на интересни истории, сприятеляване с възрастни хора. Запознаване с етапите на остаряване. Получаване на нов опит. Възможност за участие в наши проекти/инициативи.

Също така гарантираме на доброволците възможността да участват в наши обучения с подкрепата на координатор и надзорник.

## 5. ДОБРОВОЛЧЕСТВО ПРИ ИЗПЪЛНЕНИЕ НА ПРОЕКТИ.

Проектът на НПО, Фондацията ..... на ..... къде .....

НПО/Фондацията ..... в ..... се занимава с устойчиво развитие на града по отношение на функционирането на жените и мъжете в него. Представяваме жени, които се реализират в живота и такива, които не знаят как да го направят. Фокусираме се върху развитието на социални умения.

Когато е необходим доброволец, включваме подробно описание на неговите/нейните задачи:

Нуждаем се от десет доброволеца, от които поне двама мъже, на ..... от ..... до .....  
къде..... Организираме хепънинг #женитенесапаметници.

Жените и мъжете жители на града ще могат да се преоблекат в костюми на историческа женска фигура или героиня по избор и да застанат като паметник. Събитието ще бъде фотографирано и ще бъде представено в изложба.

Задачата на доброволците ще бъде да помогнат на организаторите в подготовката на събитието: поставяне на палатка 3 x 3 m, закачалка за дрехи, три пиедестала и разпространяване на информационни материали преди събитието, което започва в ..... По време на събитието,

разпространение на информация под формата на брошура за историческите личности, в които могат хората да се превъплътят, както и оказване на помощ при изправяне на пиедесталите и помощ при обличане на костюмите.

По време на целия хепънинг основните задачи са доброто настроение и приятелското отношение. В ..... ч. съдействие при подготовката на място.

Необходим брой доброволци: 10

Необходими квалификации и умения на доброволците:

Междоличностни умения, добри маниери, доброта, вежливост.

Двама или трима силни млади мъже, които да носят постамент с размери 50 см x 50 см, опори за стабилизиране на палатката и закачалки за дрехи.

Ползи за доброволците:

- Тениски за доброволци,
- Участие в събитие, което ще бъде разпространено в медиите,
- Възможност да използвате ваша собствена социална медия,
- Възможност за правене на страхотни необикновени снимки,
- Участие в движение за равенство между половете, което, след въпросите за климата, е най-актуалната социална тема,
- Възможност за по-нататъшно сътрудничество в културни дейности, изследвания и други видове дейности.



## 6. МЕЖДУНАРОДНИ ПРОЕКТИ

НПО, Фондацията ..... в град ..... от 2015 година активно участва в проекти на Еразъм+

Спорт и е създавала надеждни международни партньорства, с които разработват проекти, свързани със спортни дейности за хора с увреждания.

Всичко, от което се нуждаете за работа в НПО:

- организиране на събития и семинари,
- работа с апликационни форми,
- съпровождане на чужденци в града,
- счетоводство.
- подпомагане на организацията в международни проекти,

Необходим брой доброволци: .....

Необходими квалификации и умения:

- мотивация за учене,
- владеене на английски език (средно ниво)

Ползи за доброволците:

- покани за срещите на нашите членове;
- покани за участие в местни обучителни семинари, които ще ви помогнат да сте по-атрактивни при кандидатстване в университети и за работа ;
- възможност за инициране на проекти и събития;
- получаване на подкрепа от други членове и ръководители на екипи;
- получаване на шанс за практикуване и споделяне на умения интересни за вас (спортни тренировки, фотография, правене на видео, дизайн или всяка друга дейност)
- възможност за работа в международна среда с разбиране на английски език;
- увеличаване на влиянието си върху другите във вашето обкръжение и възможност за по-добро влияние върху начина им на живот.
- получаване на приоритет при участие в международни проекти;

Работно време на доброволците (брой работни часове / седмица, дни от седмицата: .....)

## 7. ДОБРОВОЛЧЕСТВО В БОЛНИЦИ

Каним Ви да станете доброволец в болница ....., в .....

Подготовката на доброволец за работа с пациентите се основава на завършено професионално обучение с издадено удостоверение и се наема като доброволец със сключване на договор с директора на болницата. Програмата на обучението е създадена с оглед нуждите на пациенти, които да бъдат обслужени от хора извън медицинския персонал. Доброволците подкрепят пациенти, които живеят далеч, често без помощ от страна на техни близки. Контактът с полезен човек разнообразява ежедневието в болницата и разсейва от притеснения относно здравето.

Описание на задачите на доброволците:

Мястото на работа са болнични отделения. Задачите на доброволеца включват: придружаване на пациенти, докато чакат за диагностични изследвания, организиране на свободното им време (например концерти), помагане при хранене, подпомагане на дейността на медицинските сестри, извършване на дребни покупки в болничния магазин, разговори с пациентите.

Необходим брой доброволци: 25 души

Необходими умения и квалификации: възраст мин. 18 години, да няма медицински противопоказания за извършване на посочените дейности.

Ползи за доброволците:

- професионално теоретично и практическо обучение, завършено с издаване на удостоверение,
- възможност за използване на здравно образование (месечни срещи с други доброволци и участие в лекции, насърчаващи здравословния начин на живот),
- възможност за опознаване и установяване на междуличностни отношения,
- удовлетворение от работата с пациенти.



## 8. ОБУЧЕНИЕ НА АНГЛИЙСК ЕЗИК

НПО, Фондацията ..... се занимава с подкрепа на хора с увреждания. Като част от активирането на живота на тези хора, организира обучение по английски език. НПО, фондацията ..... .. търси доброволци за провеждане на часовете по английски език за група на ниво начинаещи

### Задачи:

- Преподаване на английски език за начинаещи.

### Необходими квалификации:

- Добро произношение на английски език ,
- Студенти/завършили английска филология са добре дошли.
- Способност за работа в група,

### Ползи за доброволците:

- Договор за доброволчество и сертификат за доброволческа дейност,
- Сътрудничество с интересни екипи,
- Опит в провеждането на езикови уроци,
- Възможност за себеусъвършенстване.

Необходим брой доброволци: 1

Работно време: 1 ч. седмично.

## 9. СПОРТЕН АСИСТЕНТ ЗА БОЧА

Асоциацията ..... в ..... е организация, занимаваща се със спорт за хора с увреждания (развива отделни спортни дейности, организира спортни лагери и др.). Асоциацията търси доброволец, който да помага на състезател с увреждания като спортен асистент в параолимпийската дисциплина боча..

Необходими брой доброволци: .....

Квалификации и умения на доброволците:

- желание да сътрудничат на човек с увреждане,
- за предпочитане, интерес към предмета на спорта е,
- откритост,
- за предпочитане , опит в работа с хора с увреждания .
- комуникативност,

Ползи за доброволците:

- възможност за придобиване на опит в сътрудничеството с човек с увреждане, вкл. в спортна среда,
- възможност за получаване на сертификат за доброволчество,
- възможност за създаване на по-широко сътрудничество в друго сфери на дейност на асоциацията,
- възможност за участие в спортни състезания за хора с увреждания.

Работно време: ..... часове ..... бр. часове, напр. следобед

(часовете могат да се договорят своевременно).



## 10. ДОБРОВОЛЧЕСТВО ЗА НАБИРАНЕ НА СРЕДСТВА

Организацията, Фондацията ..... В ..... Търси доброволци за набиране на средства.

Задачи на доброволците:

- Търсене на възможности за допълнително финансиране (социални микро иновации, съфинансиране, грантове, Европейско финансиране),
- Подкрепа в проекти при подготовка на апликационната форма и създаване на необходимите документи,
- Мониторинг на проектни дейности и сроковете им за изпълнение,
- Контакти и поддържане на добри връзки с външни заинтересовани лица,
- Отчитане на изразходваните средства (отчети, таблици).

Необходими квалификации:

- способност за събиране а информация,
- способност за писане на текстове ,
- креативност и старание,
- за предпочитане, опит в набиране на средства.

Ползи за доброволците:

- договор за доброволчество и сертификат за него,
- ценен опит в сферата на набиране на средства,
- разширяване на бизнес контактите,
- възможност за платена работа във фондацията (в случай на получаване на средства).

Необходими брой доброволци:....

Продължителност: (часове / седмици (възможност за бъдеща работа) + 1-2 работни срещи /на месец)

Трябва да изпратите CV и мотивационно писмо.

## 11. ДОБРОВОЛЧЕСТВО В СОЦИАЛНИТЕ МЕДИИ

НПО, Фондацията ..... развива дейност, насочена към най-бедните жители на нашата планета, подкрепяйки благотворителни проекти на полски мисионерски организации.

Когато са необходими доброволци, се дава подробно описание на техните задължения:

Представяне на идеите и дейностите за помощ на организацията или на фондацията във Facebook.

Необходим брой доброволци: .....

Необходими умения и квалификации:

- Познаване на Facebook,
- възможност за писане и редактиране на текстове, (граматическа и стилова грамотност).

Доброволците ще получат стабилна подкрепа, както и материали и инструкции за изпълнение на поставените задачи.

Ползи за доброволците:

- Договор за доброволчество с осигуряване,
- Участие в обучения и курсове,
- Личностно развитие,
- Сертификат за доброволчество.
- Възможност за придобиване на нови умения,

Работно време (брой работни часове/седмица, дни от седмицата): .....

Броят на работните часове ще бъде съобразен с възможностите на доброволците.

## 12. РАЗХОЖДАНЕ НА КУЧЕТА НА ХОРА С УВРЕЖДЕНИЯ

НПО, Фондацията ..... В..... подпомага дейности, насочени към активизиране на живота на хората с увреждания. Ние предлагаме помощ на тези хора да подобрят качеството си на живот, да водят възможно най-независим начин на живот, да повишат нивото си на социална активност и да намалят зоните на изключване.

Когато са необходими доброволци, се дава подробно описание на техните задължения:

Необходими са ни доброволци в разхождането на 4 кучета в зоната на ..... собствениците на тези кучета са хора с физически увреждания, които имат ограничени възможности да излизат.

Необходим брой доброволци: 6

Необходими умения и квалификации:

- Опит в контакт с кучета,
- отговорност.

Ползи за доброволците:

- Възможност за помагане на човек в нужда,
- Сертификат за доброволчество с институция, даваща здравна грижа за хора с умствени проблеми,
- Сътрудничество на база договор за доброволчество,
- Подкрепа от психолог по всяко време на сътрудничеството.
- Придобиване на интересен опит,
- Сътрудничество с лечебно заведение, базирано на приятна и респектираща атмосфера,



## ПРИЛОЖЕНИЕ 3:

# КАК ОБЩИЯ РЕГЛАМЕНТ ЗА ЗАЩИТА НА ДАННИ (ОРЗД) ВЛИЯЕ ВЪРХУ УПРАВЛЕНИЕТО НА ДОБРОВОЛЧЕСТВОТО

От 25 май 2018 г. всички организации, работещи с данни на граждани на ЕС, трябва да спазват Общ регламент за защита на данните (ОРЗД).

### ОСНОВНИ КОНЦЕПЦИИ НА ОРЗД:

#### Законност:

Трябва да обработвате данните на доброволците честно и законосъобразно. Трябва да кажете на своите доброволци за цялата обработка на данни, която извършвате.

#### Цел:

Използвайте лични данни на доброволци само за управление на вашите събития и дейности, не можете да ги използвате за нищо извън тази цел.

#### Минимизиране на данни:

Трябва да ограничите събирането на лични данни до минималния размер, необходим за договаряне с доброволец. Внимавайте какви данни искате в регистрационните форми.

#### Точност:

Трябва да поддържате точна информацията за вашите доброволци в системата ви (вкл. тази на хартиен носител).

#### Конфиденциалност:

Трябва да „приложите подходящи технически и организационни мерки“, за да защитите правата на доброволците. Помислете как комуникирате и прехвърляте документи, които съдържат лични данни, между вашия персонал и доброволците. Документите трябва да бъдат защитени с парола, а с електронните таблици, съдържащи информация за доброволците, трябва да се работи внимателно. Ще трябва да проведете обучение на целия персонал и на доброволците, за да сте сигурни, че са наясно как да пазят сигурността на личните данни. Например, ако събирате формуляри за регистрация на доброволци на място, как ще бъдат осигурени те?

#### **Отчетност:**

Трябва да покажете, че приемате сериозно въпроса за защитата на данните.

#### **Контрол:**

Доброволците могат да поискат личните данни, които съхранявате за тях. Трябва да им ги предоставите в рамките на 30 дни от заявката.

## **ДОКУМЕНТИ, СВЪРЗАНИ С ОБЩИЯ РЕГЛАМЕНТ ЗА ЗАЩИТА НА ДАННИ (ДЕКЛАРАЦИИ, СЪГЛАСИЯ И ДР.), ПОЛЕЗНИ ПРИ РАБОТАТА С ДОБРОВОЛЦИТЕ**

### **1. СЪГЛАСИЕ ЗА ОБРАБОТВАНЕ И РАЗПРОСТРАНЕНИЕ НА ИЗОБРАЖЕНИЕ**

Давам доброволното си съгласие за обработването (включително разпространението) от.....  
(наименование на организацията) на мое изображение, направено по време на дейностите, извършвани като част от проекта с цел публикуване на снимки и видеоклипове на дейности на сайта ..... и фен страницата в социалната мрежа Facebook. Публикуването на снимки от дейностите на проекта са насочени към популяризиране и разпространение на идеята за спорт сред хората с увреждания, както и към популяризиране и отчитане на проекта. Знам, че моето съгласие може да бъде оттеглено по всяко време, което няма да повлияе на законосъобразността на обработването, което е извършено въз основа на съгласие преди неговото оттегляне

Име на доброволеца:

Подпис на доброволеца:

Дата:

### **2. УВЕДОМЛЕНИЕ ЗА ПОВЕРИТЕЛНОСТ НА НАШАТА ОРГАНИЗАЦИЯ**

Уведомлението за поверителност ще обясни как нашата организация (име на организацията) като контрол на данни използва вашите лични данни, които събира при назначаване на работа като доброволец и са в процес на използване в настоящето споразумение (чл. 6, параграф 1b от Регламента за защита на лични данни - GDPR).

Какви данни ние събираме?

Нашата организация (име на организацията) ... събира следните данни:

- Лична информация (име, имейл адрес, телефон, и др.)
- Информация за вашата дейност по време на доброволната работа при нас .
- Информация за ваш предишен опит (месторабота, образование, доброволчество и др.)

Други получатели на вашите лични данни могат да бъдат субекти, предоставящи IT услуги на администратора (хостинг, електронни кутии), правни, консултантски и застрахователни услуги въз основа на съответни споразумения, както и субекти, упълномощени да получават вашите лични данни въз основа на приложимия закон.

Предоставянето на вашите лични данни е условие за договор и без предоставяне на такива данни няма да е възможно сключването и изпълнението на споразумението.



### 3. ВАШЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ

С ваше съгласие, организацията (име на организацията)..... ще обработи вашето изображение, записано по време на участие в проекта под формата на снимки и видеоклипове, направени по време на дейностите с промоционални и имиджови цели, свързани с популяризирането и разпространението на идеята (напр. спорт сред хората с увреждания, както и популяризиране и отчитане на проекта). Снимките и записите ще бъдат публикувани на сайта, на организация... и фен страницата в социалната мрежа Facebook.

Основата за обработка на вашето изображение ще бъде вашето съгласие (член 6 (1) (а) от Регламента за защита на лични данни - GDPR), а в случай на непълнолетни доброволци, съгласието, дадено от родител/законен настойник.

Съгласието за обработка на изображението е доброволно.

Съгласието за обработка на изображението може да бъде оттеглено по всяко време, което няма да засегне законосъобразността на обработката, извършена въз основа на съгласие преди неговото оттегляне

### 4. КАК СЪБИРАМЕ ВАШИТЕ ДАННИ?

Вие предоставяте директно на нашата организация (име на организацията ..... ) повечето данни, които събираме. Събираме ваши данни и ги обработваме, когато:

- Работите доброволно за нас.
- Доброволно изследвате или ни давате обратна връзка за нашите информационни табла.

Как използваме вашите данни?

Нашата организация събира данните ви, така че да можем:

- Да изпълняваме нашите дейности по проекта, от който сте и вие част.
- Отчитаме нашите дейности към ..... (напр. управленски институции)

Как съхраняваме вашите данни?

Нашата организация (име на организацията ..... ) надеждно съхранява вашите данни в [въведете местоположението и опишете взетите мерки за сигурност].

Нашата организация ще съхранява данните ви от вашето сътрудничество до прекратяване на споразумението и още пет години след приключване на проекта. След като този период изтече, ще изтрием вашите данни, като унищожим всички хартиени документи и ги изтрием от нашите компютърни устройства и пощенски кутии. Данните, получени в рамките на споразумението ни с вас, ще бъдат обработвани до оттеглянето на вашето съгласие.

Какви са вашите права за защита на данните?

Нашата организация би искала да се увери, че сте напълно наясно с всичките си права за защита на данните. Всеки потребител има право на следното:

Право на достъп – имате право да поискате от нашата организация копия на вашите лични данни. За тази услуга може да бъдете таксувани.

Право на поправка – имате право да поискате от нашата организация да коригира всяка информация, която смятате за неточна. Също така имате право да поискате от нашата организация да допълни информацията, която смятате за непълна.

Право на изтриване – имате право да поискате от нашата организация да изтрие вашите лични данни при определени условия.

Право на ограничаване на обработката – имате право да поискате от нашата организация да ограничи обработката на вашите лични данни при определени условия.

Право на възражение срещу обработването – имате право да възразите срещу обработването на личните ви данни от наша организация при определени условия.

Право на преносимост на данни – имате право да поискате от нашата организация да прехвърли събраните от нас данни на друга организация или директно към вас при определени условия

## **5. ВАШИТЕ ДАННИ НЯМА ДА БЪДАТ ОБЕКТ НА АВТОМАТИЗИРАНО ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ, ВКЛЮЧВАЩИ ПРОФИЛИРАНЕ.**

Поради факта, че снимки с лица могат да бъдат публикувани на фен страницата на организацията (име на организацията) в социалната мрежа Facebook, бихме искали да ви информираме, че сървърите на Facebook (напр. в Полша) може да се намират в Съединените щати. Facebook (напр. в Полша) се присъедини към програмата на Щита за поверителност на ЕС и САЩ (EU-US Privacy Shield), гарантирайки адекватно ниво на защита на обработваните лични данни, прието от Европейската комисия.

Ако направите заявка, в рамките на един месец, ще ви отговорим. Ако искате да упражните някое от тези права, моля, свържете се с нас на нашия имейл: .....

обадете ни се на:

или ни пишете на:

## **6. КАК ДА СЕ СВЪРЖЕТЕ С НАС**

Ако имате въпроси относно нашата политика за поверителност на данните, които съхраняваме за вас, или искате да упражните някое от правата си за защита на данните, моля, не се колебайте да се свържете с нас.

Свържете се с нас на нашия имейл: .....

обадете ни се на:

или ни пишете на:

## 7. КАК ДА СЕ СВЪРЖЕТЕ С ОТГОВОРЕН ОРГАН?

Ако желаете да подадете жалба или ако смятате, че нашата организация (име на организацията ..... ) не е отговорила на вашата заявка по задоволителен начин, можете да се свържете със ..... (напр. в Полша ..... )  
Службата на комисаря по информацията.

Доброволец, име

Доброволец, подпис

Дата:





**OSMOSIS**  
NEW WAY OF EQUALITY

OSMOSIS – Harnessing the Power of Sports Marketing as an Innovative Approach to Increase Social Inclusion and Equal Opportunities for People with Disabilities



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

**Автори:**

д-р Пьотър Урбански

д-р Бартош Прабутски,

Ромуалд Шмидт

Беата Добак-Урбанска

**Проект:**

**“ОСМОСИС – Използване на силата на спортния маркетинг като иновативен подход за увеличаване на социалната ангажираност и равните възможности на хора с увреждания”**

**Съфинансиран от Програма Еразъм+ на Европейския съюз**

Грант договор No - 2018-3457/001-001

Този проект е финансиран с подкрепата на Европейската комисия. Тази публикация отразява единствено възгледите на авторите и Комисията не носи отговорност за начина, по който може да бъде използвана съдържащата се в нея информация.