



# Savanorystė vyresniame amžiuje?

*Kodėl gi ne?!*

Projektas „Eikite pirmyn, siekite tikslų ir gaukite apdovanojimą: vyresnio amžiaus žmonių savanorystės skatinimas“

Projekto įgyvendinimą remia Europos Komisija. Šis leidinys atspindi tik autorių požiūrį, todėl Komisija nėra atsakinga už bet kokį jame pateikiamos informacijos naudojimą.

# TURINYS

Projekto įvadas	5
Pratarmė	7
Savanorystė: asmeninė patirtis	
Bulgarija	9
Latvija	16
Lietuva	20
Slovėnija	28
Nyderlandai	34
Savanorystė: institucinė patirtis	
Bulgarija	39
Latvija	43
Lietuva	47
Slovėnija	53
Nyderlandai	55

Visą savo darbingą amžių mes skubame.

Atliekame daugybę socialinių vaidmenų.

Kai išeiname į pensiją, netikėtai atsiranda laisvo laiko.

Kaip išnaudoti šį papildomą laiką?

Kaip būti naudingam?

Kaip išlaikyti ryšį?

Kaip valdyti šį naują gyvenimo amžių?

Kaip perduoti mūsų ilgametę gyvenimo patirtį?

Kaip ir kur mokytis?

Nesustokime...

# „Eikite pirmyn, siekite tikslų ir gaukite apdovanojimą: vyresnio amžiaus žmonių savanorystės skatinimas“

Šio Europos Sąjungos finansuojamo „Erasmus+“ projekto tikslas – įgalinti vyresnio amžiaus žmones būti aktyviais piliečiais ir veikti pagal vadinamąją „Senjorų apdovanojimo programą“ („Senior Award Program“). Tai programa, skatinanti mokymąsi, savanorystę ir vyresnio amžiaus žmonių socialinį aktyvumą.

Projektas siekia keletą tikslų: suteikti vyresnio amžiaus žmonėms galimybę mokytis ir imtis savanoriškos veiklos pagal partnerių parengtą „Senjorų apdovanojimų programą“; stiprinti suaugusiųjų švietimo darbuotojų kompetencijas palaikant vyresnio amžiaus savanorius, siekiančius asmeninio augimo; informuoti visuomenę apie klausimus, susijusius su senėjančia visuomene, ir naudą, kurią vyresnio amžiaus savanorių indėlis gali duoti visos visuomenės gerovei.

Kad būtų patenkinti anksčiau minėti poreikiai ir pasiekti projekto tikslai, partnerystės sutartį sudariusios penkios Europos Sąjungos organizacijos iš Bulgarijos, Latvijos, Lietuvos, Nyderlandų ir Slovėnijos sutelkė savo savanorystės patirtį ir parengė:

- elektroninį įrankių paketą vyresnio amžiaus žmonėms ir suaugusiųjų švietėjams „Vyresnio amžiaus žmonių organizuotos savanorystės skatinimas“ („Promotion of Older Adults’ Organized Volunteerism“);
- „Senjorų apdovanojimo programą“ vyresnio amžiaus žmonėms;
- Patarimų rinkinį suaugusiųjų švietėjams, kaip įgyvendinti „Senjorų apdovanojimo programą“.

Tikime, kad šie produktai padės suaugusiųjų švietėjams patobulinti savo įgūdžius ir gebėjimus dirbti su vyresnio amžiaus žmonėmis, siekiant paskatinti juos aktyviai dalyvauti socialiniame gyvenime, neformaliajame mokymesi visų gyvenimą ir savanorystės veikloje.

Projektas visų pirma yra skirtas vyresnio amžiaus žmonėms ir suaugusiųjų švietėjams, dirbantiems formaliojo ir neformaliojo suaugusiųjų švietimo įstaigose, taip pat asmenims, dirbantiems kitose, tiesiogiai su švietimu nesusijusiose, organizacijose: bendruomenių centruose, kultūros namuose, bibliotekose, muziejuose, nevyriausybinėse organizacijose, savanorių centruose ir t. t.).

GGA projekto koordinatoriai ir partneriai



Kauno rajonas

Lietuva  
Kauno rajono trečiojo amžiaus  
universitetas  
[www.kaunortau.lt](http://www.kaunortau.lt)



University of Ruse  
"Angel Kanchev"

Bulgarija  
Rusės Angelo Kančevo universitetas  
[www.uni-ruse.bg](http://www.uni-ruse.bg)



VECMĀMIŅAS

Latvija  
Nevyriausybinė organizacija  
Vecmāmiņas.lv  
E-mail: [grannies@inbox.lv](mailto:grannies@inbox.lv)



The Slovenian Third Age University

Slovėnija  
Slovėnijos trečiojo amžiaus  
universitetas  
[www.utzo.si](http://www.utzo.si)



Nyderlandai  
S.A.F.E. Projects  
[www.projectsforyou.eu](http://www.projectsforyou.eu)

# Pratarmė

Šio leidinio tikslas – susipažindinti skaitytoją su vyresnio amžiaus žmonių savanoryste. Tai yra savanorystės istorijų rinkinys, atskleidžiantis tiek individualių, tiek organizacinę patirtį. Leidinyje pateikiamos realios gyvenimo istorijos, kuriomis siekiama įkvėpti ir padrąsinti vyresnio amžiaus žmones užsiimti savanoriška veikla. Projekto pradžioje atlikto tyrimo („State-of-the-Art Review“) rezultatai atskleidė, kad vyresnio amžiaus žmonės, kurie savanoriavo ankstesniame gyvenimo etape, yra labiau linkę įsitraukti į savanorišką veiklą nei jų bendraamžiai, kurie anksčiau tokios patirties neturėjo. Istorijų veikėjai sutartinai teigia, kad niekada nėra nei per anksti, nei per vėlu pradėti savanoriauti, net jeigu ši veikla pareikalautų keisti gyvenimo būdą.

Leidinyje pateiktuose pasakojimuose atsiskleidžia priežastys, paskatinusios vyresnio amžiaus žmonių savanorystę: padaryti ką nors gera ir naudinga kitiems, perduoti savo profesines ir praktines patirtis bei įgūdžius, padaryti savo gyvenimą prasmingesnį, veikti kartu, tapti labiau pasitikinčiais savimi, didinti savigarbą, dalintis savo žiniomis ir praktiniais įgūdžiais su bendraamžiais ir jaunąja karta.

Atlikus esamos padėties analizę („State of Art Review“) projekto partnerių šalyse, išryškėjo savanoriškos veiklos sritys, kurios neretai yra susiję su vyresnio amžiaus žmonių polinkiais, pomėgiais, talentais, jų profesine patirtimi ir laisvalaikio veikla, ar bet kokia kita neapmokama veikla. Tai sodininkystė, aplinkos tvarkymas, miesto puošyba, medžių sodinimas; savanoriškas darbas su vaikais, pagyvenusiais žmonėmis, žmonėmis su negalia. Savanoriai gali įsitraukti į bet kokią labdarinę veiklos sritį – švietimo, kultūros ar sveikatos. Jie taip pat gali prisidėti prie socialinės gerovės kėlimo dirbdami su benamiais, migrantais ar pabėgėliais. Vyresnio amžiaus savanoriai gali rūpintis gyvūnų globa arba dalyvauti įvairiose socialinėse akcijose, tokiose kaip kapinių tvarkymas, renginių planavimas, maisto/ drabužių rinkimo ir platinimo kampanijos, bibliotekos knygų pristatymas į namus seneliams arba žmonėms su negalia; profesionali ir neprofesionali sveikatos priežiūra ligoninėse, senelių namuose, ypač COVID-19 pandemijos metu; nemokamas teisinių, sveikatos ir finansinių konsultacijų teikimas asmenims, negalintiems sau leisti mokėti už tokias paslaugas; nemokamos paskaitos, seminarai ir kursai Trečiojo amžiaus universitete. Senjorai savanoriai, mėgsta sakyti, kad savanoriavimas didina jų atsakomybę ir mažina vienatvės pojūtį, nes jie turi kuo rūpintis ir apie ką galvoti.

**Savanorystē:  
asmeninē patirtis**





## **Rumyana Radkova (79), Bulgarija**

**78 metų amžiaus būdama savo užrašuose užsirašiau**

*Svarbu yra ne tai, kad gali kitam suteikti meilės, švelnumo, šilumos ar tiesiog ištiesti ranką. Svarbiausia yra tai, kad kažkas tai priima ir perduoda kitiems.*

*Svarbu yra ne laukti tinkamo momento ar laisvo laiko, o pačiam jį susikurti.*

*Nereikia savęs atsisakyti ir priimti kažką kaip savaiame suprantamą.  
Esmė yra kovoje!*

*Emė nesikeičia ir nenori būti keičiama.*

*Svarbu yra tai, kad kitas priima tave tokį, koks esi, ir kaskart iš naujo tave atranda...*

*Svarbu būti kam nors reikalingam.*

*Gimiau rugsėjo pirmą dieną 1942 metais išsilavinusioje šeimoje: tėvas buvo advokatas, o mama vaistininkė. Su pagyrimu baigiau vidurinę mokyklą Vidine (miestas šiaurės vakarų Bulgarijoje) ir Cheminės technologijos universitetą Sofijoje. Aš dalyvavau savanoriškose ūkininkavimo brigadose. Darbas visuomenės naudai man padėjo įgyti pagrindines socialines vertybes. Jų dėka vėliau sėkmingai tvarkiau savo gyvenimą. Universitete sutikau savo pirmąją ir paskutinę meilę, kuri baigėsi vedybomis, ir įsidarbinau Chemijos gamykloje Vidine. Daug reikšmės mano gyvenime turėjo tai, kad su vyru dalyvavome Chemijos gamyklos ir jos padalinių statyboje. Mūsų vaikai baigė universitetus ir sukūrė savo šeimas, susilaukė vaikų ir dirba mėgiama darbą. Tradicijos ir nacionalinės vertybės vaidina svarbų vaidmenį mūsų gyvenime.*

*Gyvenimas netruko prabėgti, atėjo laikas pensijai. Pensijų reforma „apkarpė“ mano pajamas, todėl susiradau darbą už nedidelį atlygį, vėliau nusprendžiau užsiimti labdara. Netrukus aš tapau globėja dešimčiai vaikų, kai nusprendžiau juos pasiimti savaitgaliui iš vaikų namų. Taip gimė idėja „Šeimai savaitgaliui“. Iki dabar mes bendraujame su šiais vaikais, kurie jau užaugo, sukūrė šeimas ir augina savo vaikus. Prieš keletą metų vienas iš jų*

parašė: „Jūs buvote mūsų mama. Jūs buvote mūsų angelas. Jūs nusipelnėte daug daugiau nei šis atvirukas. Su Kovo 8-ąja, Motinos diena! Ani“.

Nepaisant savo garbaus amžiaus, turiu rimtą priežastį ginti vyresnio amžiaus žmonių teises, ypač jų siekį ginti šias teises.

Gyvenimas kartais mums pateikia netikėtumų ir nelaimių. Prieš 4 metus mane operavo, 4 dienas praleidau intensyvioje priežiūroje ir ištvėriau 6 mėnesių chemoterapiją. Aš nepanikavau ir nepuoliau į neviltį. Nusprendžiau: nesvarbu, kiek gyvenimo man dar liko, turiu šį laiką išnaudoti prasmingai. Gydomo laikotarpiu daug skaičiau. Nenutraukiau bendravimo su žmonėmis. Būtent tada gimė idėja sukurti Paramos centrą (Resource Center) „Su rūpesčiu ir meile vyresnio amžiaus žmonėms“. Šis centras tapo Bulgarijos Raudonojo Kryžiaus filialu. Už savanorystės iniciatyvą buvau įvertinta. Apdovanojimo ceremonijoje dalyvavo ir Prezidentas. Mes organizavome veiklą ir ieškojome kelių įrodyti, kad vyresnio amžiaus žmonės nėra problema, jeigu jie panaudoja savo žinias, įgūdžius ir dvasios jėgas naudingai veiklai. Taip gimė dvi idėjos, kurios išaugo į du renginius – festivalį „Išlik jaunas senatvėje“ ir eisną „Senatvė – galimybė būti naudingiems kitiems“ –organizuojamus spalio 1 d. – Tarptautinę pagyvenusių žmonių dieną.

Todėl ir dabar savanoriaudama kartu su Bulgarijos Raudonojo Kryžiumi visomis išgalėmis stengiuosi padėti kitiems pagyvenusiems žmonėms. Tai man suteikia pasitenkinimo, nes žinau, kad mano žinios ir įgūdžiai yra naudingi tiems, su kuriais bendrauju. Taip pat turiu daug draugų iš pagyvenusių žmonių klubo, kuriame daugiau nei 80 narių, savo kasdienybę praturtinančių prasminga veikla.

Kad mūsų gyvenimas būtų pilnateisis, mano manymu, žmogus turi būti politinės sistemos dalis – kovoti su visuomenės trūkumais ir skatinti kitus nebūti apatiškiems mus supančiai tikrovei. Tai daro mane aktyvia miesto politinio gyvenimo, šalies ir bendruomenės, kurių idėjas pripažįstu jau 54 metus, dalyve. Atsižvelgdama į tai, aš tik patvirtinu, kad senatvė ir išėjimas į pensiją yra ne problema, o galimybė nugyventi visą likusį gyvenimą naudojant savo žinių ir įgūdžių potencialą. Bet to nepakanka! Kiekvieną dieną reikia pasinaudoti kiekviena galimybe mokytis, ieškoti naujų idėjų

*ir kovoti su priežastimis. Bet ir to nepakanka, jei neįsitrauki pats ir neturi sekėjų, o tik sėdi prie televizoriaus ir žiūri muilo operas, neretai atsisakę savo svajonių. Buvimas aktyviam nereiškia, jog tu atsiriboji nuo savo šeimos problemų. Aš džiaugiuosi savo vaikų sėkme, ypač anūkų. Aš džiaugiuosi, kad mano anūkė vidurinėje mokykloje yra matematikų komandoje ir gins savo projektą Maskvoje; kad mano anūkas dvejus metus mokosi, bet taip pat dirba prestižinėje įmonėje, kur pelnė savo kolegų pagarbą; kad kitas mano anūkas skrenda į Vokietiją ir mokysis pagal „Erasmus +“ programą. Tačiau labiausiai didžiuojuosi jų nepriklausomybe ir pagarba šeimai bei meile Bulgarijai.*

## **Rumyanos Radkovos žinutė:**

### **Mano žinutė jauniems žmonėms yra:**

Daryk daugiau, ne tik egzistuok – gyvenk!  
Daryk daugiau, ne tik svajok – veik!  
Daryk daugiau, ne tik gauk – duok!  
Daryk daugiau, ne tik galvok – įgyvendink!  
Daryk daugiau, ne tik išleisk – investuok!  
Daryk daugiau, ne tik keiskis – tobulėk!  
Daryk daugiau, ne tik skatink – įkvėpk!

Daryk daugiau, ne tik gyvenk – skirk savo gyvenimą pasirinktai misijai ir eik savo žvaigždžių keliu!

### **Kas man lieka?**

Nebijokite pasenti, ši privilegija ne daug kam duota!  
Gyvenimas yra duotas visiems, bet senėjimas – išrinktiesiems.







## **Veska Uzunova (79), Bulgarija**

Savanoriavimo tikslas – pagerinti pensininkų socialinį statusą ir išsaugoti kultūrinį bei istorinį paveldą jaunajai kartai.

Gimiau 1942 m. Pradinę mokyklą baigiau savo gimtajame kaime, vidurinę – Rusės mieste. Rusės universitete baigiau pedagogines studijas raudonu diplomu. Siekdama geresnio darbo, baigiau švietimo vadybos magistrantūros kursą Sofijos Klimento Ohridskio universitete. Turiu du sūnus. Vienas jų baigė humanitarinės medicinos studijas Leningrade, Rusijoje, o kitas – ekonomikos mokslus Svištove Bulgarijoje. Mano sūnūs turi po du jau suaugusius vaikus.

Prieš išeidama į pensiją, 15 metų dirbau mokytoja ir 28 metus vadovavau vaikų darželiui. Visada domėjausi naujovėmis ir stengiausi, kad švietime būtų įdiegtos naujos technologijos ir šiuolaikiniai mokymo(si) metodai. Kaip bulgarei man rūpėjo mūsų istorijos ir kultūros paveldo išsaugojimas, todėl su vyresniais vaikais mes dažnai rengdavime tradicines krikščioniškas šventes.

Kai išėjau į pensiją, buvau išrinkta ir 6 metus dirbau gimtojo Chereshovo kaimo seniūne. Jau 17 metų (nuo 2004 m.) esu Sliveno srities savivaldybės Senjorų sąjungos pirmininkė. Tai savanoriškas darbas – be atlygio. Pagrindinis mano pragyvenimo šaltinis yra pensija, kurios man užtenka. Mano hobis – knygos (turiu labai didelę biblioteką), gobelenai ir mano sodas.

2013 metais mirė mano vyras, aš turėjau palikti miesto rotušę, bet iki šių dienų tęsiu savo darbą su senjorais, todėl kad noriu ką nors veikti. Aš turiu žinių, įgūdžių ir kompetencijų organizuoti tokio pobūdžio veiklą. Noriu būti reikalinga, kam nors padėti, nebūti vieniša.

Mano direktoriavimo vaikų darželyje patirtis padėjo man einant seniūnės ir Senjorų sąjungos prezidentės pareigas. Žinoma, susidūriau ir su sunkumais: savivaldybėje nebuvo organizuotos veiklos senjorams. Veikė tik 7 klubai,

kurių nariai neplanavo bendros edukacinės ir visuomeninės veiklos. Metams bėgant pamažu įkūrėme naujus klubus – dabar jų yra 21, jie visi sudaro Senjorų sąjungą.

Savo veikla mes įrodėme, kad vyresni žmonės nėra problema – greičiau galimybė visuomenei panaudoti jų žinias, įgūdžius ir dvasios stiprybę naudingai veiklai.

Požiūris į vyresnio amžiaus žmones labai pasikeitė. Dabar mus palaiko meras V. Atanasovas ir jo komanda, rodantys rūpestį pagyvenusiems žmonėms. Sliveno miesto Senjorų klubo pirmininkas yra savivaldybės tarybos narys, Socialinės veiklos, švietimo ir sveikatos priežiūros komiteto pirmininkas. Savivaldybė senjorams teikia finansinę pagalbą – patalpas ir reikalingas priemones visiems klubams, nemokamą transportą ir maistą šventėms, globą namuose pandemijos metu ir kt.

*Pagrindinis mano, kaip Senjorų sąjungos, kurioje yra daugiau nei 700 narių, prezidentės tikslas – pagerinti senjorų socialinę padėtį, išsaugoti ir perduoti jaunajai kartai kultūrinį ir istorinį paveldą.*

Man patinka dirbti su senjorais. Savo entuziazmu ir savanorystės pavyzdžiu siekiu „uždegti“ vyresnio amžiaus žmones ir jaunimą bei paskatinti juos įsitraukti į savanorišką veiklą. Aš stengiuosi pagerinti ir pajvairinti senjorų socialinį gyvenimą organizuodama nemokamas keliones, ekskursijas, pietus socialiai remtiniams asmenims; remdama senjorų dalyvavimą kultūriniuose konkursuose Bulgarijoje, burdama edukacinį teatrą įvairių kartų žmonėms, valydama žaidimų aikšteles, apželdindama miškus, rūpindamasi gamtos apsauga regione.

Jau 11 metų, padedant Rusės Angelo Kanchevo universitetui, atstovauju Senjorų sąjungai tarptautiniuose švietimo ir kultūros projektuose, renginiuose ir konferencijose. Dalyvaujame šiuose projektuose: Dunojaus tinklaveika – kaimynai darbe; Dunojaus senjorų universitetai; Tiesiame tiltus į Europą; Dunojaus pasakojimai; Trečiojo amžiaus universitetai Europoje; Dunojaus skonis: duona, vynas, žolelės; Dunojaus skonis: duona mus jungia; Dunojaus tyrinėjimas; Gyvoji kultūra; Draugystei sujungia Dunojus; Parodyk „Ethnos“ draugystės ženklą; Kultūrų apraiškos palei Dunojų; Būkime išvien! Koronos metu žmonių jungia kultūra; Trys kartos kartu skaitmeniniame pasaulyje; Dalijimasis už sienų; Kultūros plėtra tarp etninių grupių; Kulinarijos konkursas; Kulinarijos paroda; Muzikos festivalis „Talentas neturi amžiaus“; Muzikinis konkursas ir kt.

## **Veskos Uzunovos žinutė:**

Mano žinutė ateinančioms kartoms: reikia išlaikyti Bulgariją kaip Europos šalį ir Europos visuomenę, išsaugant kultūrinės vertybes ir istorinį paveldą, kurį gavome iš savo tėvų – kalbą, tradicijas, papročius, požiūrį į vyresnio amžiaus žmones!



## **Ilona Kviesīte, Latvija**

Po aukstosios mokyklos baigimo Dievas padovanojo man nuostabią dovaną – tapau mama, gimė pirmoji dukra. Po 4 metų į pasaulį atėjo antroji mano duktė. Kai mano dukros truputį paaugo, aš baigiau sekmadieninės mokyklos mokytojų rengimo kursus. Vėliau įstojau į Liuterio akademiją (kuri tuo metu nebuvo akredituota), tapau krikščionių tikybos mokytoja, vėliau užsiėmiau įvairiais dalykais, susijusiais su krikščionišku mokymu, taip pat baigiau socialinės globos darbuotojų kursą.

Tuo metu pradėjau savanoriauti savo parapijoje. Maždaug prieš 22 metus. Savanoriauau dirbdama diakoninį darbą, lankydama pagyvenusius žmones, kurie negalėjo nueiti į bažnyčią, taip pat dirbau sekmadieninėje mokykloje. Aš teikiau ir skirsčiau humanitarinę pagalbą kongregacijai. Vėliau pajutau, kad darbas su vyresnio amžiaus žmonėmis – ne mano sritis, negalėčiau savanoriškai aptarnauti ir benamių. Man teikia džiaugsmą darbas su vaikais ir jaunimu.

Sprendimą priėmė parapijos kunigas ir parapijos taryba. Net neklausdami mano nuomonės. Pamenu, pykau ant jų, kad manęs neatsiklausė. Pamaldų metu paskelbė, kad būsiu sekmadieninės mokyklos mokytoja ir dirbsiu tą patį diakoninį darbą parapijoje. Žinoma, supratau, kad Dievas kalbėjo per pastorių, nes man puikiai sekėsi. Tada suvokiau, kad darbas su vaikais yra vienas iš mano talentų, kuriuos Dievas man davė, ir aš turiu tai panaudoti. Kai buvau maža, man patiko dalintis su kitais vaikais ir duoti jiems daiktus, kurių negalėjau duoti. Dėl to mano mama labai pyko. Bet galimybė dalinti mane darė laiminga. Be to, mano mama pasakojo, kad vaikus pamilau dar būdama 3 metų. Vaikystėje žaidždavau „namais“ su savo pusbroliais ir pusseserėmis. Ir nors jie buvo vyresni už mane, nepaisant to, aš būdavau „mama“. Pradinėje mokykloje, kai turėjome užsidirbti nemokamiems priešpiečiams, vasarą reikėjo dirbti kolektyviniame ūkyje – ravėti ir apkaupti runkelius. Bet man neteko to daryti, nes man vienai suorganizavo auklėtojos darbą vaikų darželyje. Manau, vienintelis mano gyvenimo įkvėpėjas yra Dievas! Aš esu Jam labai dėkinga.



Jau 14 metų dirbu su vaikais ir jaunimu iš socialinės rizikos šeimų, taip pat ir su vaikais iš normalių šeimų. Aš padedu įvairiais būdais: klausomės maldų ir kartu meldžiamės, padedu ir materialiai jei vaikams reikia maisto ar netgi būtinų baldų.

Privalumai. Aš įgijau patirties, jaučiu pasitenkinimą, kai matau, kaip šie apleisti vaikai pasikeičia (ne visi, žinoma). Šie darbo vaisiai man teikia džiaugsmą. Dar noriu pasakyti, kad mes, dirbantys savanorišką darbą, turime pasėti sėklą, o paskui Dievas viską padarys! Savanoriaudami mes gauname labai pozityvios patirties. Savanoriavimas nėra naudos ieškojimas. Mes dirbame savo laisva valia, todėl širdimi turime pajusti, ar tai yra mūsų pašaukimas, ar ne.

## **Ilonos Kviesitės žinutė:**

Jeigu tau sekasi ir patinka, pirmyn, daryk tai!

Būtina viską daryti su meile!

Linkiu vyresnio amžiaus žmonėms išbandyti tai, pradėti ir nesustoti!

Niekada nėra per anksti pradėti daryti gerus darbus!

Noras savanoriauti gali atsirasti bet kuriame amžiaus tarpsnyje. Nikada neteks jaustis vienišam, visada bus su kuo pasikalbėti!



## **Maira Magreca (64), Latvija**

### **Mane visada žavėjo mokymasis ir kultūra**

Latvijos universitete studijavau vokiečių kalbą ir literatūrą. Studijuodama dirbau vaikų darželyje, vėliau antikvariate, prekiaujančiame knygomis užsienio kalbomis. Man labai patiko šis darbas. Susipažinau su daugybe vertingų knygų vokiečių kalba. Susilaukus vaikų, 20 metų dirbau Vokietijos ambasadoje vizų departamente ir atsakinėjau į telefono skambučius. Taip pat dirbau kelionių gide ir galiu jums pravesti ekskursiją po Latviją.

Aš esu aktyvi, važinėju dviračiu, slidinėju, mankštinuosi, vaikštau su šiaurietiškomis lazdomis. Su šiaurietiškomis lazdomis vaikštau ir leidžiuosi slalomu, kai būnu Alpėse. Vis dėlto negaliu to daryti intensyviai, nes turiu rūpintis savo sveikata. Taip pat slidinėju lygumose. Šiais metais buvo tikra žiema ir buvo nemažai sniego, tad aš galėjau slidinėti visą žiemą. Slidinėti pradėjau būdama 50 metų amžiaus. Nuo tada, kai išbandžiau tai, negalėjau sustoti. Man tikrai patinka slalomas.

Kas pastūmėjo savanoriauti? Aš visada buvau sužavėta mokymusi ir kultūra. Kartą padėjau dukters krikšto mamai pristatyti siuntą iš neįgaliųjų organizacijos „Vilties žvaigždė“. Siuntėjas buvo iš Švedijos. Aš pradėjau susirašinėti ir išmokau pirmuosius švediškus žodžius. Tada perskaičiau apie fantastišką asmenybę Hilleviją Sellebrantą, kuris savo noru du kartus per metus atvykdavo į Latviją nemokamai mokyti latvius švedų kalbos. Taip tapau Latvijos-Švedijos asociacijos (Lettland-Sweden), įkurtos 1993 metais, nare. Drauge su kitais nariais mes švenčiame Valpurgijos šventę, Liucijos dieną, Vėžių festivalį. Aš padedu šiuos renginius organizuoti. Prieš tai mes pasiskirstome pareigomis: kas pasirūpins gėlėmis, kas padengs stalus, kas plaus indus, kas pasitiks dalyvius. Valpurgijos šventė paprastai vyksta muziejuje po atviru dangumi. Tuomet apsirengiu Latvijos tautiniu kostiumu. Mes renkame dilgėles ir mėgaujamės skania dilgėlių sriuba. Į Valpurgijos šventę taip pat kviečiami šeimos nariai ir kiti asmenys. Tris kartus buvau Švedijoje, kai dainavau chore.

Kitos savanorystės patirties įgijau organizacijoje „Dievturi“, kuri vienija

žmones, besidominčius viskuo, kas latviška, Latvijos gyvenimo būdu. Mes kartu švenčiame Latvijos šventes, tokias kaip žiemos ir vasaros saulėgrįža, Velykos, Užgavėnės. Kaip įsitraukiau į šią organizaciją? Interneto grupėje Draugiem.lv perskaičiau kvietimą dalyvauti Latvijos renginyje ir kreipiausi į ją. Prieš vasaros saulėgrįžą renkame gėles, piname vainikus, padedame padengti stalus ir sudedame indus. Taip pat visada pasipuošiu savo tautiniu kostiumu.

Per metus savanoriauju apie 8 – 10 dienų, daugiausia prieš renginius ir po jų.

Manau, kad „kiekvienas turi ištiesti pagalbos ranką, kad kilnus darbas tęstųsi“, kaip kad sakė mūsų tautos poetas Rainis.

Savanorystės naudinga visiems – kartu švenčiame šventes, kalbame, šventinė nuotaika apima ir sielą.

Paversk savo pomėgį darbu, ir tavo darbas taps tavo pomėgiu!

## **Mairos Magrecos žinutė:**

Atvertomis akimis stebėkite aplinkinį pasaulį ir įsitraukite ten, kur veda jūsų širdis.



## **Albina Linkevičienė (76), Lietuva**

### **Savanorystė - saviraiškos, dalijimosi džiaugsmu ir skausmu horizontas**

Gimiau 1945 m., baigiau Kauno politechnikumą. Privatizavus įmonę, netekau darbo, nors dar nebuvau pensijinio amžiaus. Pasijutau labai blogai, nesaugi. Kaip toliau gyvensiu? Šiandien suprantu, kad vienas iš geriausių būdų suvaldyti liūdesio jausmą, depresyvias nuotaikas – tai padėti kitiems. Tačiau tai suvokiau vėliau.

Pasiguodžiau giminaičiams, gyvenantiems Vokietijoje. Jie pasiūlė atvažiuoti pas juos, prasiblaškyti, pasisvečiuoti. Tai ir padariau. Toje šeimoje gyveno sunkus ligonis. Stebėjau, kaip atvažiavę slaugytojai dėmesingai ir atsakingai jį prižiūri. Mane tai labai sujaudino. Aš pagalvojau, kad tai labai prasminga, kad ir aš galėčiau būti kitiems naudinga.

Grįžus į namus į Lietuvą, aš jau žinojau, ką veiksiu. Mane pakvietė padėti laikinuose vaikų globos namuose, įsteigtuose Marijampolės Šv. Mergelės Marijos vienuolyne. Taip ir prasidėjo mano savanoriška veikla. Gaminau maistą, bendravau su laikinai iš tėvų atimtais, priežiūros, meilės, dėmesio stokojančiais vaikais.

Savanoriaudama sužinojau apie Marijampolėje veikiančią suaugusių žmonių Trečiojo amžiaus universitetą. Šiuo metu esu Buities kultūros fakulteto seniūnė, dainuoju TAU folkloro ansamblyje „Senapilė“. Aktyviai dalyvauju TAU projektuose, įvairiose akcijose, talkose. Įdomi patirtis – savanorystė Marijampolės kultūros centre kalėdiniu laikotarpiu. Su kitomis „močiutėmis“ vaikučiams sekiau pasakas, mokiau dainų ir ratelių.

Susipažinus, o vėliau artimiau pabendravus su Universiteto direktore Onute Sakalauskiene, sužinojau jos bėdą: namuose sunkiai sergantis vyras. Mačiau, koks intensyvus, atsakingas jos darbas, kaip jai sunku ir dirbti, ir slaugyti. Kadangi turėjau patirties, pasiūliau savo pagalbą: padėjau prižiūrėti ligonį namuose, ligoninėje, vėliau slaugos namuose.

Trečiojo amžiaus universitetą lanko daug garbaus amžiaus, vienišų žmonių. Viena iš jų, Sigita Lankininkienė, buvusi lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja, netekusi regėjimo, negebėjo susitvarkyti namuose. Ji paprašė mano pagalbos. Diktavo, o aš rašiau jos laiškus giminėms ir artimiesiems, skaičiau jai knygas, atlikau įvairius buitines darbus. Gražus, įsimintinas ir šiltas buvo mūsų bendravimas. Dabar ją lanko socialinė darbuotoja.

Mano pagalbos prireikė ir TAU Muzikos fakultetą lankančiai, netikėtai užkluptai sunkios ligos (jau iškeliausiai Anapilin) Anei Vosylienei. Aš padėjau jos dukroms slaugyti ją ligoninėje.

Dažnai artimiausi, nuoširdžiausi bei dėmesingiausi draugai būna tavo kaimynai. Taip jau atsitiko, kad prireikė mano pagalbos kaimynei Aneliukei. Dalinausi su ja pietumis, išklausydavau pasakojimų apie senovę, nupirkdavau vaistų, pakviesdavau kalėdojantį kunigėlį.

Šiuo metu savanoriauju „Sidabrinėje linijoje“ su Trečiojo amžiaus universiteto komanda – 30 „sidabrinukių“. Taip mus vadina mūsų TAU direktorė Onutė. Turiu įdomią pašnekovę, su kuria kalbamės, dainuojame, skaitome poeziją, deklamuojame eiles. Dar vienas su „Sidabrinės linijos“ pašnekove įdomus užsiėmimas – tai vokiečių kalbos mokymasis. Mūsų pokalbiai su pašnekove vietoj vienos valandos užtrunka iki dviejų ir daugiau.

Aš pati nesu sveika. Turiu problemų. Jauna tapau našle, viena užauginau tris vaikus. Todėl labai gerai suprantu žmones, jų sveikatos problemas ir kitas nesėkmes. Mano savanorystė padeda ne tik kitiems, bet ir man. Ji atvėrė man saviraiškos, dalijimosi džiaugsmo ir atradimų akimirkomis horizontą. Suteikė laimę matyti dėkingumą, švytinčias akis.

## **Albinos Linkevičienės žinutė:**

Gera, kai maži darbai skirti kitiems, tampa svarbiais darbais, suteikiančiais laimės ir vilties.



## **Loreta Feitušienė (53), Lietuva**

### **„Geriausia daugyba yra dalyba“**

Aš esu Loreta. Man 53 metai. Pagal specialybę esu kulinarė. Kiek save prisimenu, visuomet buvau aktyvi nuo pat vaikystės. Dalyvavau meno saviveikloje, mėgau rankdarbius. Prieš 16 metų įsikūrus Marijampolės Trečiojo amžiaus universitetui, prisijungiau prie šios bendruomenės, esu Dvasinio tobulėjimo fakulteto seniūnė. Tai pats didžiausias mano gyvenimo atradimas ir sėkmė. Aktyviai savanoriauju jau 20 metų įvairiose visuomeninio gyvenimo srityse. Po sunkios ligos, netekus 60% darbingumo, įsitraukiau į neįgaliųjų draugijos veiklą. Dalyvauju ir Marijampolės Onkologinių Ligoninių Asociacijos „Rūpestėlis“ veikloje. Atsitikus bėdai, man taip pat padėjo labai daug žmonių, kuriems esu dėkinga už visokeriopą paramą. Tiesiog labai svarbu, kai tavęs tiesiog paklausia: „Kaip laikaisi?“ Nuo praeitų metų dar prisijungiau prie Sidabrinės linijos savanorių. Turiu pašnekovę iš Panevėžio. Kalbame kartą į savaitę. Kartu džiaugiamės ir liūdim, dalinamės gyvenimiška patirtimi. Bendravimas leidžia nesijausti vienišai.

Užaugus vaikams grįžau į savo gimtąjį miestelį – Liudvinavą. Ten mane pakvietė į bažnyčios chorą giedoti. Prieš 7 metus Vilkaviškio Vyskupijos Caritas pavedė Liudvinavo šv. Liudviko parapijos skyriaus vedėjos pareigas, kur savanoriauju iki šių dienų. Turim darbščiųjų rankų būrelį, rengiam edukacijas, tvarkome bažnyčios aplinką. Gyvename bendrystėje, džiaugsme ir skausme. 2019 metais Liudvinavo miestelis šventė 300 metų jubiliejų ir buvo paskelbtas Mažąja Kultūros sostine. Reikėjo daug savanoriško darbo organizuojant renginius. Užteko „garsiai“ pagalvoti ir idėja tapo „kūnu“. Taip gimė idėja bažnyčioje kalėdinę eglutę papuošti 300 nertų angelų. Susibūrėme mezgėjos ir įgyvendinome. Dirbome beveik visus metus laisvalaikiu. Daug puikių akimirų ir nuostabos suteikė toks eglutės papuošimas. Žmonės dalinosi nuotraukomis, daugelis atvyko pasižiūrėti iš aplinkinių parapijų. Pati apnėriau altoriaus ir mišių stalo staltieses. Liudvinavo bibliotekoje buvo suorganizuota mano autorinė paroda „Iš širdies į širdį“. Teko dalyvauti visuose kultūriniuose, sportiniuose renginiuose,

talkose tvarkant aplinką, juk miestelis sulaukė daug svečių. Dalyvavome LRT radijo laidoje, Marijampolės TV. Už savanorystę „Liudvinavas – Mažoji kultūros sostinė 2019“ buvau apdovanota Gerumo angelais ir Marijampolės savivaldybės mero padėka. Taip pat labai daug gerų emocijų sukėlė ir neišdildomą įspūdį paliko netikėta dovana – skrydis oro balionu.

Dalindamasi tuo, ką sugebu geriausiai, atsidėkoju tiems, kurie suteikė paramą man. Anot kun. A. Toliato „Geriausia daugyba yra dalyba“. Tai tikra tiesa. Kiek savęs išdalinsi – su kaupu sugrįš.

## **Loretos Feitušienės žinutė:**

Mano supratimu, negailėkim savo laiko, idėjų. Dalinkimės tuo, ką sugebam geriausiai. Savanoriaukim. Kuo daugiau turėsime savanorių bendruomenėse, tuo gražesnėje aplinkoje ir bendrystėje gyvensime. Kur du stosi, visados daugiau padarysi. **Dalintis visada lengviau, nei imti.**



## **Vida Mickuvienė (73), Lietuva**

### **Mano savanorystės „medžio šakos“**

Sunkoka rašyti apie save, visada lengviau apie kitus, nes kai žvelgi tarsi iš distancijos, atrodo, kad kiti padaro ir daugiau, ir geriau. Esu marijampolietė, pedagogė, bazinis išsilavinimas filologinis, lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja, baigusi tuometinį Vilniaus pedagoginį institutą, vėliau 2003 m. įgijusi Edukologijos magistro kvalifikaciją Šiaulių universitete. Man 73 metai. Savanorė esu, galima sakyti, nuo vidurinės mokyklos laikų (baigusi dabartinę Rygiškių Jono gimnaziją), nes, kiek save atmenu, visada buvau aktyvi visuomenininkė ir daug dirbau kultūros ir meno baruose. Antrosios Nepriklausomybės metais susiformavo tam tikra tradicija, apibrėžiamos šio darbo kryptys, nusistovi pasirinkimų ir galimybių ribos. Kadangi save atiduodu ne vienai sričiai, tai ir pristatyti jas noriu chronologiškai.

Nuo 2005 m., nuo pirmųjų Marijampolės TAU įkūrimo ir veiklos metų savanoriauju, esu Kultūros ir meno (dabar Kultūros) fakulteto dekanė. Kiekvienai metų įdomūs, ypatingi, turiningi, praturtinti susitikimais su iškiliais respublikos ir regiono kultūros žmonėmis. Anksčiau, kai buvo galima, daug keliavome susipažindami ne tik su Lietuvos, bet ir kaimyninių respublikų gražiomis bei istorinėmis vietomis; organizavome kūrybines, temines – pažintines vakarones. Visos mūsų veiklos, visos užsiėmimuose analizuotos temos sugulė į 3 universiteto knygas, trijų penkmečių laikotarpius. Per tuos metus išnagrinėta ne viena tema. Štai keletas iš jų (nes tektų rašyti atskirą straipsnį apie 15 metų darbą savanoriaujant universitete): Krikščioniškoji kultūra ir menas; Teatras mūsų gyvenime; Literatūriniai puslapiai; Įdomios kelionės po Lietuvą ir pasaulį; Rytų šalių kultūra; Įžymūs Lietuvos ir Sūduvos žmonės ir kt. Baigiant antruosius mokslo metus pažymėjimai buvo įteikiami išvykose ir su pasisėdėjimais bei saviraiškos koncertėliais; taip pat keletas jų, pavyzdžiui: Rundalės ir Mežotnės dvaruose Latvijoje, šv. Lipkos bažnyčioje ir Seinų katedroje prie Antano Baranausko kapo ir paminklo; Birštone ir Vilniuje (Muzikos, teatro ir kino muziejuje); Žiūrų etnografiniame kaime ir Marcinkonyse; Naisiuose ir kt. Dirbau keliuose respublikiniuose projektuose ir buvau Danijos senjorų tarptautinio projekto „Iš širdies į širdį“ komandoje.



Nuo 2008 m. esu Marijampolės skyriaus Palaimintojo Jurgio Matulaičio draugijos vadovė. Tai dvasinio tobulėjimo, tikėjimo keliu einantis religinis sąjūdis, kurio įkūrėjai bei globėjai yra Tėvai marijonai bei Vargdienių seserų vienuolija. Draugija yra susitelkusi maldai ir Palaimintojo reikšmingumo sklaidai, savanoriaujanti Marijampolės Mažoje bazilikoje. Labai individualus, jautrus ir nematomas yra kai kurių draugijos narių (pajėgesnių ir stipresnių) rūpestis sergančiais ar dėl senatvės bei ligos (o dabar ir dėl karantino) nepajėgiančiais lankytis Bažnyčioje. Be tylios kasdieninės maldos, kas mėnesinių susitikimų ir parinktų temų meditavimo ir analizavimo, draugijiečiai aktyviai dalyvauja reikšmingų Palaimintajam dienų renginiuose: kiekvieno mėnesio 12-os dienos Šv. Mišiose, sausio 27 d. (mirimo ir gimimo dangui diena) respublikinėse konferencijose, Atlaidų savaitėje liepos mėnesį.

Nuo 2010 m. vadovauju Marijampolės Kristijono Donelaičio draugijai. Tai viena iš aktyviausių Poetui skirtų draugijų respublikoje. Kadangi palanki geografinė miesto padėtis, netoli siena su Kaliningrado sritimi, tai draugijos nariai dažnai lankosi Rytprūsiuose, talkininkaudami Tolminkiemyje, Lazdynėliuose, Narkyčiuose (Herkaus Manto žūties vietoje). Draugiški ryšiai užmegzti su Nesterovo (Stalupėnų) biblioteka, kuriai suteiktas K. Donelaičio vardas, bei su Nesterovo kultūros skyriumi, todėl draugijos nariai dalyvauja ir bendruose renginiuose bei koncertinėse išvykose. Jau keletas metų, kai nuoširdžiai ir aktyviai (pagal galimybes dėl politinės situacijos) bendraujame su Kaliningrado srities Lietuvių kalbos mokytojų asociacija, kurios pirmininkas, buvęs tremtinys, Aleksas Bartnikas. Jis skaito pranešimus mūsų draugijos organizuojamose tarptautinėse ir respublikinėse konferencijose. Ypač svarbius renginius organizavome K. Donelaičio 300-ųjų metų jubiliejui: raiškiojo žodžio konkursą, dalyvaujant ne tik apskrities, bet ir Punsko Dariaus ir Girėno gimnazijos moksleiviams; rašto darbų konkursą „Rašome Donelaičiui“, tarptautinę konferenciją „Po Donelaičio ženklų“. Svarbiausias jubiliejui skirtas akcentas buvo draugijos užsakymu ir organizavimu pastatytas paminklas poetui prie Evangelikų liuteronų bažnyčios (skulptorius Zigmantas Buterlevičius), prie kurio 2014 m. balandžio 8 d. lankėsi ir JE Respublikos Prezidentė Dalia Grybauskaitė. Draugija ir šiandien rūpinasi Mažosios Lietuvos kultūrinio paveldo puoselėjimu ir sklaida; K. Donelaičio asmens, kūrybinio palikimo, memorialinių vietų populiarinimu; mokslinių konferencijų, seminarų, skaitymų rengimu; ryšių

su Mažojoje Lietuvoje gyvenančiais lietuviais palaikymu; Tolminkiemio ir Lazdynėlių aplinkos gražinimu.

Nuo 2015 m. esu Marijampolės kultūros klubo „Aistuva“ pirmininkė. Tai visuomeninė asociacija, organizuojanti kultūrinį laisvalaikį, bendradarbiaujanti su mokymo įstaigomis, klubais ir kitomis kultūrinėmis įstaigomis. Padedant rėmėjams organizuojame įvairias šventes bei edukacinius renginius: Europos paveldo dienas Kvietiškio dvare, istorinio šokio šventes bei respublikinius festivalius, jaunimo užimtumo projektų programas, pasivaikščiojimus su moksleiviais ir suaugusiais po dvarvietės parką ir „Grafiienės Butlerienės Rožančkeliu“ (parašiau turistinį maršrutą). Tokios 4 – ios mano savanorystės medžio šakos. Kodėl savanoriauju? Tai antrasis mano gyvenimas, visada norėjau padaryti daugiau negu asmeninis gyvenimas, ne tik šeima, bet ir visuomenė man buvo svarbi visada. Mano tokia prigimtis – niekada negalėjau užsidaryti tik siaurame rate. Be to, ir pedagoginis darbas, lituanistika visada skatino ir reikalavo atiduoti save kitiems. Tai man buvo ne pareiga, bet malonumas. Kadangi dabar esu laisva, vaikai užauginti, turi savo šeimas, o aš pati jau metai laiko nedirbu Marijampolės kolegijoje, tai savanorystei lieka nemažai laiko.

## **Vidos Mickuvienės žinutė:**

Apie naudą sau ir bendruomenei norėčiau atsakyti savo straipsnio pabaiga TAU15-mečio knygoje: Ar dingsta laikas? Nemanau, jis lieka mūsų širdyse, mūsų svajose, viltyse... Tikiu, kad mūsų sielos neturi ribų, jos prisipildo vis naujais įspūdžiais, gerais jausmais, padalintais ir pasidalintais... metai eina ir tu suvoki, pajunti, kad svarbi kiekviena diena, geras žvilgsnis, rankos palytėjimas. Vėl ir vėl tave sustiprina meilė!

Tai būtų ir mano žinutė norinčiam savanoriauti. Gyvenimas gražus ir prasmingas tada, kai gyveni ne tik sau, bet ir kitiems. Reikia, kad tavo akys spindėtų ir savo spindėjimu uždegtų kitas širdis, kad padėtų joms gyventi. Tai nieko naujo, tai amžinos krikščioniškos tiesos, amžinos vertybės, kurias visi mes turime patvirtinti savo gyvenimu. O gal tai ir yra didžioji prasmė?



**Dr. Anica Mikuša Kosa (85),  
Slovėnija**

**Aš atsilyginu už tai, ką gavau iš bendruomenės**

Savanoriavimo sritys: darbas su pagyvenusiais žmonėmis, pabėgėliais, socialiai pažeidžiamais žmonėmis, švietimas ir mokymas, psichologinė pagalba, advokatūra

*„Psichikos sveikatos specialistų funkcija karo ir karo sukeltose situacijose yra perduoti žinias ir patirtį tėvams, mokytojams ir kitiems, kurie stengiasi pagerinti vaikų gyvenimo kokybę.“*

Kai gydytoja pediatrė ir vaikų psichologė Anica Mikuša Kosa išėjo į pensiją, ji norėjo būti naudinga sau ir visuomenei. Pasinaudodama savo žiniomis ir socialiniu tinklu, ji pradėjo vystyti slovėnų filantropiją, kuri tapo skėtine savanoriško darbo propagavimo organizacija.

Dr. Anica Mikuša Kosa padėjo pabėgėliams vaikams iš konfliktinių zonų Kroatijoje, Bosnijoje ir Hercegovinoje, Makedonijoje, Kosove, Gruzijoje ir Irake. Kai pabėgėliai iš konfliktinių Balkanų zonų atvyko į Slovėniją, ji padėjo tūkstančiams vaikų ir jų tėvams. Kadangi šie vaikai nebuvo priimami į Slovėnijos mokyklas, dr. Mikuša Kosa padėjo sutelkti mokytojus pabėgėlius atidaryti jiems mokyklas. Dėka jos tikėjimo pabėgėlių galimybėmis tūkstančiai vaikų baigė mokyklą ir gavo psichosocialinę pagalbą.

Kas įkvėpė ją tapti savanore? Jugoslavijoje 1935 m. gimusi Anica Mikuša Kosa vaikystėje buvo baisių Antrojo pasaulinio karo įvykių – bombardavimo, žudymo ir smurto – liudininkė. Ši patirtis tapo optimizmo pagrindu: į karo žiaurumus žmonės atsakė teigiamais veiksmais. Ji pastebėjo žmonių gebėjimą atsispirti ir susidoroti su traumuojančia patirtimi. Jos profesinė veikla su vaikais, nukentėjusiais nuo karo, grindžiama jos pačios patirtimi vaikystėje karo metais. Dr. Mikušos Kosos pagrindinė prielaida yra ta, kad karo metu kančios ir skausmingi prisiminimai yra neišvengiami. Karo ir jo išgyvenimo pasekmės neturėtų būti traktuojamos taip, kaip kiti psichologiniai sutrikimai. Ji primygtinai pasisako už tai, kad, nepaisant kančių ir skausmingų karo prisiminimų, dauguma vaikų nebus visam laikui psichologiškai sutrikę ir atsities. Kaip pediatrė ir vaikų psichologė ji teigia,

kad kai kurių psichikos sveikatos specialistų pareiškimai gali paskatinti vaikus jausti psichologinę žalą visą gyvenimą. Jie gali palaikyti jų patirtą bejėgiškumą. Ji mano, kad vaikus galima įgalinti įveikti savo traumas ir gyventi pilnavertį gyvenimą suaugus.

Žmogus netampa savanoriu, atmesdamas savo praeitį. Dr. Mikušos Kosos patirtis vaikystėje karo metais rodo, kaip yra svarbu gerumas ir užuojauta vaiko aplinkoje. Pagrindinis jos tikslas yra suteikti vaikams teigiamą patirtį, kuri atsvertų jų neigiamą karo patirtį. Ji mano, kad mokytojų, savanorių ir pirminės sveikatos priežiūros darbuotojų, kurie bendrauja su vaikais ir jų tėvais, uždavinys yra suteikti būtiną pagalbą vaikams įgyjant teigiamos patirties žmonių tarpusavio santykiuose.

Ji visą gyvenimą savanoriauja, nuo pat karo buvusioje Jugoslavijoje. Ji kūrė ir skleidė savanoriškos veiklos projektą ir buvo jo varomoji jėga. Be to, jos psichologės profesija ir darbas su vaikais, turinčiais psichologinių problemų, skatino spręsti problemas profesiniu aspektu ir, žinoma, kitais būdais.

Ji savanoriauja visuose lygmenyse – vietiniu, nacionaliniu, regioniniu, tarptautiniu, pasauliniu mastu, taip pat įvairiausiose srityse.

## **Dr. Anicos Mikušos Kosos žinutė:**

Savanoriavimo forume 2020 dr. Anica Mikuša Kosa paaiškino savo motyvus tapti savanore. Filme apie save ji pasakė:

Aš dirbu, nes jaučiuosi atsakinga už socialinius pokyčius, dėka kurių žmonės tampa reikalingais žmonėmis;

Aš dirbu iš gailiaširdiškumo ir, nepaisant savo amžiaus, nematau, kad turėčiau nustoti būti naudinga ir rūpestinga;

Aš dirbu, nes noriu atsilyginti bendruomenei už patirtą gerį;

Aš dirbu, nes noriu kompensuoti tai, ką galėjau padaryti, bet nepadariau;

Aš esu patenkinta, galėdama naudingai panaudoti savo žinias ir patirtį;

Aš dirbu, nes savanorystė mano gyvenimui suteikia prasmės.

## **Mano žinutė vyresniems žmonėms yra:**

Stenkitės dirbti savo ir visuomenės labui. Nemanykite, kad turite daryti didelius dalykus ar būti labai viską išmanantys. Maži dalykai gali padaryti daug, ypač kasdieniame gyvenime.

Jei esate jaunas ar vidutinio amžiaus, savanoriškai dirbdami su vyresnio amžiaus žmonėmis investuojate į savo ateitį.



## **Dušana Findeisen (72), Slovėnija**

### **Savanoriavimas kaip gyvenimo būdas**

Dr. Dušana Findeisen gimė 1948 gruodį. Ji studijavo įvairiose šalyse (Slovėnijoje, Prancūzijoje, Serbijoje) įvairias disciplinas. 1969 m. po studentų gegužės revoliucijos Sorbonoje atsirado būtinybė sudaryti savo studijų programą iš keleto dalykų. Ji studijavo kalbotyrą, anglų ir prancūzų filologiją, literatūrą ir civilizacijų istoriją. Magistrantūros ir mokslų daktaro studijoms rinkosi andragogiką, vėliau tapo universiteto dėstytoja ir sukūrė naują studijų dalyką, pagrįstą savanoriško darbo išvadomis. Ji yra kelių šimtų straipsnių autorė ir bendraautorė, parašė penkias knygas ir inicijavo daug naujovių nacionaliniu mastu, viena iš jų – savanoriškos veiklos organizavimas kultūros srityje ir švietimo programose.

Dr. Dušana Findeisen turi įvairios savanoriavimo patirties. Asmeniniame lygmenyje ji visą gyvenimą savanoriavo, palaikydama savo draugus ir žmones, kuriems jos reikėjo. Tai visada buvo viena iš jos charakterio savybių, paprastai kylanti iš užslėpto psichologinio imperatyvo. Jeigu ji nebūdavo reikalinga kitiems žmonėms, ją apimdavo bloga savijauta ir ji pasijusdavo kalta. Dabar, kai įgijo daug žinių psichologijos srityje ir dešimtmetį dėstė psichologiją Slovėnijos trečiojo amžiaus universitete, žino, iš kur kyla jos poreikis savanoriauti. Vaikystėje ji buvo giriamą už kruopštų mokymąsi ir „gerą širdį“ bei už puikius bendravimo įgūdžius. Abi aistros (mokymosi ir bendravimo) paskatino tapti savanore, tačiau privedė iki perdegimo. Iki tol ji negailėdavo savo jėgų tam, kas reikalavo jos dėmesio ir pastangų.

Dušana niekada nesavanoriavo organizacijoje, bet pati įkūrė savo organizaciją „nuo nulio“. Ji tikrai neketino savanoriauti, tačiau nebuvo jokios kitos galimybės be finansavimo įkurti Trečiojo amžiaus universitetą. Jos savanorystė buvusioje socialistinėje Jugoslavijoje nebuvo vertinama taip, kaip buvo galima tikėtis. Pagal doktriną valstybė turėjo pasirūpinti savo piliečiais ir patenkinti jų poreikius. Taigi savanorystė valstybės kontroliuojamoje švietimo srityje buvo gana neįprasta. Ji tapo stigma,

uždėta ant vyresnio amžiaus žmonių ir savanorystės, įvardintos kaip nevertinga, neatitinkančia profesionalumo standartų (savanoriai išskirtinai dirbo sporto srityje, ugniagesių komandose ir populiariose politinėse organizacijose, organizuojamose iš viršaus į apačią). Bet Dušana kartu su šešiais vyresnio amžiaus prancūzų studentais pradėjo plėtoti vyresnio amžiaus žmonių švietimą, tyrinėti, konceptualizuoti šią sritį. Taigi vyresnio amžiaus žmonių švietimas gimė buvusioje Jugoslavijoje. Viską reikėjo sukurti nuo nulio (tais laikais praktiškai nebuvo literatūros apie vyresnio amžiaus žmones ir jų išsilavinimą). Dušaną įkvėpė literatūra, rusų klasikos rašytojai ir komercinis prancūzų kalbos vadovėlis, iš kurio ji mokėsi prancūzų kalbos, modulis, skirtas senyvam amžiui, ir pirmasis Tulūzos trečiojo amžiaus universitetas. Savo ruožtu ji sukūrė Trečiojo amžiaus universitetą Prancūzijos departamento kalbų centre, kuriame dirbo. Tuo metu ją labai palaikė institucija. Netrukus paaiškėjo, kad vyresnio amžiaus žmonių supratimas ir jų socialinė padėtis yra svarbesni nei prancūzų kalbos mokymas, švietimo programų rengimas remiantis studentų poreikiais. Dušana „apsigyveno“ plačiame socialiniame intelektualų internetiniame tinkle, kuriame buvo vidutinio amžiaus ir vyresni studentai, dauguma užimantys atsakingas pareigas visuomenėje. Jie jai labai padėjo kuriant viešas kampanijas. Dušana, jos studentai ir kolegos pradėjo skatinti socialinį vyresnio amžiaus žmonių judėjimą. Jis nebuvo suprastas, bet kadangi orientuotas į vyresnio amžiaus žmones, buvo kažkaip toleruojamas. Nuo pat pradžių jis buvo išskirtas kaip elitinis, o tai bloga etiketė. Dar šiais laikais Slovėnijos trečiojo amžiaus universitetas nėra laikomas organizacija, suteikiančia galimybę vyresnio amžiaus žmonėms įsitraukti į visuomenę kaip alternatyvią vietą, kur vyresnio amžiaus žmonės gali būti ambicingi besimokantieji, novatoriai ir veikėjai, kur jie gali susitikti ir kurti kartu, kur jie gali savanoriauti kitokiose srityse nei karingas darbas, kur jų kūrybiškumas yra remiamas ir užtikrinama jų padėtis visuomenėje.

Dušana niekada vienaip ar kitaip nenustojo savanoriauti, dešimtmečius savo savanoriška veikla – žinių, laiko ir pinigų aukojimu – rėmė Slovėnijos trečiojo amžiaus universitetą (TAU) ir kitas nevyriausybinės organizacijas.



Taigi jos savanoriavimas ir aktyvus pilietiškumas tapo jos profesiniu darbu, lemiančiu visus svarbius profesinius ir net asmeninius sprendimus. Ji atmetė svarbias pozicijas ir patrauklius pasiūlymus, liko šalyje ir toliau dirbo trečiojo amžiaus universitete. Apžvelgdama daugybę nacionalinių ir tarptautinių naujovių, gautus apdovanojimus ar Slovėnijos TAU, ji linksta manyti, kad šis didžiulis projektas (21 000 studentų, 55 universitetai, daugiau nei 1000 sukurtų darbo vietų), įgyvendintas bendradarbiaujant su prof. dr. Ana Krajnca (viena iš Slovėnijos TAU įkūrėjų) Alijana Šanteja ir kitais jos kolegomis, studentais, savanoriais ir kt.) yra savotiška kolektyvinė manija, manija, kurią mielai pakartotų. Tai suteikė jos gyvenimui prasmę.

Dušana savanoriavo švietimo, kultūros, socialinės gerovės užtikrinimo srityse, propagodama, organizuodama ir vykdydama savanorystės veiklą, atlikdama jos tyrimus, leidyboje ir kt. Jos savanorystė visada buvo perduodama kitiems. Dušanos Findeisenos savanorystė daugeliu atžvilgiu buvo vadovas jauniems žmonėms, ieškantiems savo kelio.

## **Dušanos Findeisenos žinutė**

Savanorystė – tai įsipareigojimas, kova ir nuolatinis mokymasis. Atsidavimas ir žinios padeda suprasti, kas esi, ir apginti savo įsitikinimus. Svarbiausia peržengti per save ir savo baimes.



## **Gerrit Dommerholtas (86), Nyderlandai**

### **Penkiasdešimt penkerių metų savanoriavimo patirtis**

Gerrit Dommerholtas gimė 1935 metais Nyderlanduose. Už viso gyvenimo savanorystę nacionaliniu ir tarptautiniu mastu Nyderlandų karalienė Beatričė pagerbė jį Oranje Nassau ordinu. 1983 m. jis įsitraukė į Tarptautinę Huntingtono asociaciją (IHA), o 1990 m., kai išėjo į pensiją, perėmė visus plėtros darbus. Jis pasakė: „Kai apsidairau aplink, matau, kad mano šalyje vyresnio amžiaus žmonių savanorystė yra gan įprastas reiškinys. Jie savanoriauja slaugos ir senelių namuose, sporto klubuose ir daugelyje kitų institucijų.“

Po žmonos mirties jis nustojo važinėti po pasaulį ir turėjo išmokti gyventi savarankiškai, mažiau bendraudamas su žmonėmis.

Ką daryti? Kaip užpildyti dienas naudingų savanorišku darbu?

Gerrit Dommerholtas savanoriauti pradėjo 1976 metais ir įgijo 45 metų savanoriško darbo patirties. Jis vadovauja tarptautinei Huntingtono ligų asociacijai.

Gerrit dirbo vyresniuoju karininku kariuomenėje ir oro pajėgose. Antrojo pasaulinio karo metu, būdamas 10 metų berniukas, jis stebėjo Kanados armiją, kertančią didelę upę, kuri tekėjo vos už 400 metrų nuo jo namų. Tai padarė didelį įspūdį visam gyvenimui. Tada jis nusprendė tapti savanoriu Kanados karo kapinių informacijos centre. Lydėdamas kapų lankytojus, kurių dauguma buvo Kanador kareivių šeimų nariai, jis pasakojo apie lemtingas kovas, kurios baigėsi tūkstančių jaunų kareivių mirtimis.

## **Gerrito Dommerholto žinutė:**

Darbas Kanados karo kapinių informacijos centre mane praturtino. Mes, olandai, esame ir liksime dėkingi Kanados kariams.

Jūs esate vertingas ir reikalingas su visa jūsų gyvenimiškąja patirtimi.

Jūs naudingai leidžiate laiką, kai padedate kitiems žmonėms, kurie savo laiką ir energiją skirs dar kitiems žmonėms ir institucijoms paremti.

Aišku, savanoriškas darbas yra malonus, tačiau savanoriai turi žinoti, kad šiame darbe yra ir įsipareigojimų.

Po daugiau nei 45 metų savanoriškos veiklos padariau išvadą, kad savanoriaudamas galėjau padėti kitiems, ir tai teikė man didelį pasitenkinimą.



## **Marija Heitling (71), Nyderlandai**

### **Aš susipažinau su daugeliu kultūrų**

Marija Heitling yra senjorė, olandų (užsienio) kalbos, mokytoja ir aistringa choristė. Ji savanoriauja migrantų moterų kalbos kursuose ir chore.

1983 m. pradėjau mokyti olandų kalbos daugiausia turkų ir marokiečių vyrus ir moteris. Kursai tuo metu buvo organizuojami Lochemo kultūros centre. Dauguma vyrų ir moterų buvo žemo išsilavinimo ir praktiškai neraštingi. Vyrų turėjo kaip galima greičiau įsijungti į darbo rinką. Oficialūs dokumentai ir kursų baigimo pažymėjimai tuo metu nebuvo reikalingi. Vėliau atvyko pirmieji pabėgėliai. 1984 metais tai buvo tamilai.

1987 m. olandų kalba, kaip antroji kalba, buvo įtraukta į privalomą mokymo programą. Kalbų kursus baigusieji gaudavo pažymėjimus ir diplomus. Pilietinės integracijos įstatymas buvo priimtas 2007 m.

Aš susipažinau su daugeliu kultūrų: Turkijos, Maroko, Tamilo, Irako, Libano, Irano, Afganistano, Pietų Amerikos, Lenkijos, Sirijos ir daugeliu kitų. Daug ko išmokau: susidūriau su beribių svetingumu, draugiškumu, atvirumu, paragavau skanaus maisto. Taip pat susipažinau su drąsiomis moterimis, kurios pabėgę iš savo šalies domėjosi, ką Nyderlandai gali joms pasiūlyti. Taip pat moterimis, atvykusiomis į Nyderlandus su savo vyrais, kurie norėjo čia įsikurti, pritaipyti prie užsienio kultūros, išmokti svetimą kalbą. Labai gerbiu šuos pasirinkimus.

Šiuo metu nedirbu. Į pensiją išėjau 2013 m., tačiau kas 14 dienų susitinku su migrantėmis moterimis, norinčiomis patobulinti savo skaitymo ir kalbėjimo įgūdžius olandų kalba.

Taip pat savo noru vadovauju chorui, kuriame dainuoju jau 35 metus. Esu atsakinga už viešuosius ryšius, informacinių žinučių rašymą į spaudą, ryšius su savivaldybe ir valdžios atstovais, lėšų pritraukimą – dideli koncertai su

orkestru ir solistais brangiai kainuoja. Choro vadove dirbau ketverius metus. Tai reiškia, kad koordinavau choro veiklą ir deleguodavau darbus kitiems: sekretoriui, išdininkui, chormeisteriui ir viešųjų ryšių specialistui. Tai didelis klubas, ypač šiais laikais. Mes dažnai rengiame pasitarimus per Zoom kad galėtume pasiskirstyti darbus ir koreguoti tikslus.

## **Marijos Heitling žinuė:**

Man savanoriškas darbas yra darbas mano sielai. Tai man labai patinka. Žmonės, kuriems padedu, man dėkoja, tačiau ir aš noriu padėkoti jiems, nes kiekvieną kartą iš jų ką nors išmokstu. Jaučiuosi turtinga.

Dirbdama savanorišką darbą aš pripildau savo gyvenimą malonios ir vertingos veiklos: susipažįstu su kitomis kultūromis ir tautybėmis, kūriu ir organizuoju muzikos renginius.

**Savanorystė: institucinė  
patirtis**



## Bulgarija

Savanorystė motyvuoja tiek senąją, tiek jaunąją kartą įtvirtinti nacionalines vertybes ir tradicijas, teisingumo ir solidarumo dorybes mūsų visuomenėje.

**Sliveno srities savivaldybės senjorų sąjunga (UPM)** yra vyresnio amžiaus piliečių ir nevyriausybinų organizacijų (NVO) savanoriško darbo ir bendradarbiavimo gerosios patirties pavyzdys.

UPM yra 700 narių, 21 klubas 11 savivaldybės kaimų ir miestelių. Jos pagrindinis tikslas yra apsaugoti senjorų interesus, teises ir orumą. Veikla konceptualizuojama keturiose srityse: stipresnės ir aktyvesnės bendruomenės; tvari aplinka; socialinė integracija ir bendra viešoji vertybė; kartų solidarumas ir mokymasis. Vyksta masiniai renginiai ir užsiėmimai, kurie formuoja teigiamą vyresnio amžiaus žmonių įvaizdį mūsų visuomenėje ir skatina juos aktyviau dalyvauti pilietiniame dialoge, siekiant pagerinti gyvenimo kokybę. UPM organizuoja bendrus renginius su vietos valdžia, verslu, bendruomenės namais, mokyklomis, darželiais, centrais ir kt. Sąjungai vietos parlamente atstovauja Socialinės veiklos, švietimo ir sveikatos komiteto pirmininkas.

Sliveno srities savivaldybės meras V. Atanasovas, jo komanda, UPM prezidentė V. Uzunova rūpinasi senjorų ir kitų piliečių socialinio statuso gerinimu. Jie duoda nemokamas patalpas ir priemones visiems klubams, nemokamą transportą ir maistą šventėms, padeda pasirengti vietos ir nacionaliniams rinkimams, daro kasmetinius susitikimus su kiekvienu klubu, kuriuose informuoja apie pasiekimus ir problemas, organizuoja viešas diskusijas, susitikimus, skirtus spręsti problemas, susijusias su sveika gyvensena, skiepais, žmonėmis su negalia, nemokamo maisto ir atsargų tiekimu bei pristatymu pandemijos metu. Pandemijos metu savivaldybė išplėtė nepaprastųjų situacijų ir nelaimingų atsitikimų pagalbos savanorių grupes. Senjorai aktyviai dalyvauja savivaldybės veikloje, pavyzdžiui, želdina pelkes, skleidžia informaciją apie savivaldybės žmonių pasiekimus. UPM ypatingą dėmesį skiria šviečiamojo, socialinio, kultūrinio ir ekonominio pobūdžio renginiams, kurie padeda pasiekti ir išlaikyti visišką socialinę integraciją, išlaikyti taiką tarp etninių grupių, išsaugoti regiono gamtos, kultūros ir istorinį paveldą, palaikyti dialogą, skatinti solidarumą ir kartų mokymąsi. Yra tokių renginių ir užsiėmimų, kaip antai: dalijimasis kultūra tarp „Ethnos“; padovanok draugystės ženklą palei Dunoją; suteik „Ethnos“

draugystės ženklą; Dunojaus skonis: duona, vinas, žolelės; papročių atkūrimas; Duonos kelias, vestuvės, Tsvetnitsa (Gėlių sodas), Velikden (Velykos), Koleda (Kalėdos), Baba Marta ir kt. UPM dalyvauja tarptautiniuose projektuose, seminaruose, konferencijose, tokiuose kaip: Dunojaus tinklaveika – kaimynų paieška; Dunojaus senjorų universitetai; Tieskime tiltus į Europą; Dunojaus pasakojimai; Trečiojo amžiaus universitetai Europoje; Dunojaus skonis: duona, vinas, žolelės; Dunojaus skonis: duona jungia; Dunojaus tyrinėjimas; Gyvoji kultūra ir kt.

**„Su rūpesčiu ir meile vyresnio amžiaus žmonėms“** Paramos centras pagyvenusiems žmonėms (RC) yra sėkminga Bulgarijos Rusės Raudonojo Kryžiaus praktika, bendradarbiaujant su UR ir Rusės senjorų sąjunga. RC koncepcija yra inovatyvus modelis, kuriuo siekiama kurti sąžiningą visuomenę, dalyvaujant vyresnio amžiaus žmonėms. Pagrindinis Paramos centro tikslas – teikti informaciją vyresnio amžiaus žmonėms įvairiais klausimais apie jų teises, taip pat organizuoti įvairius renginius ir iniciatyvas, skatinančias jų veiklą ir savanorystę. Darbo sritys: konsultacijos ir informacijos teikimas, diskusijos, kartų solidarumo skatinimas; būsimų savanorių parengimas, savanorių mokymas ir jų gebėjimų įvairiose sferose didinimas, susitikimai su socialinės paramos ekspertais ir sveikos gyvensenos gydytojais. Senjorams taip pat svarbu: diskusijos apie teises į paveldėjimą ir testamentą, kasdieniai savanorių mainai ir karštoji informacijos linija, šventės su moksleiviais, vaikais su negalia turinčiais asmenimis, Bulgarijos Raudonojo Kryžiaus jaunimu; festivalis „Jaunimas senatvėje“; „Kurk gerumą“; knygelė „Sukurkim gerumą – duodu ranką“; paradas „Augu oriai – galimybė būti naudingam kitiems“; tarptautinės praktikos studijos ir kt.

**Rusės Angelo Kanchevo universitetas (UR)** yra savarankiška valstybės finansuojama aukštojo mokslo įstaiga. Ji taip pat yra viena iš svarbiausių savanoriško darbo institucijų Šiaurės Bulgarijoje. Geroji UR patirtis yra skleidžiama keliais būdais: per bakalauro ir magistro studijų kursus, kuriuose savanoriškas darbas įtraukiamas į kursų programą, tai: socialinė pedagogika, socialinė ir pedagoginė veikla, socialinis ir pedagoginis darbas su vaikais ir šeimomis, pedagoginių nusikaltimų prevencija ir lygtinio teistumo praktika, profesinė terapija, socialinė veikla. Šių kursų mokymo planai ir programos orientuoti į subalansuotą teorinio ir į praktinio mokymo santykį.



Trečiojo amžiaus universitetas įkurtas 2014 m. prie Rusės Angelo Kanchevo universiteto. Darbuotojai naudoja naujausius mokymo ir vertinimo metodus. UR turi teisinę kliniką, kuri savanoriškai teikia nemokamas paslaugas vietos bendruomenei. Inovacijos mokymo srityje pasiekiamos aktyviai bendradarbiaujant su daugybe išorės partnerių – universitetais, tarptautiniu tinklu „Dunojus – Ulm tiltas“, profesinio mokymo centrais, savivaldybėmis, verslo organizacijomis, Rusės senjorų sąjunga (UP) arba Sliveno srities savivaldybe, Bulgarijos Rusės Raudonuoju Kryžiumi, Bulgarijos Raudonojo Kryžiaus jaunimu, „TimeHeroes“, „Erasmus +“ projektų partneriais, asociacijomis, mokyklomis, NVO profesionalais. UR dalyvavo keliuose tarptautiniuose projektuose, susijusiuose su savanorišku darbu pagal mokymosi visą gyvenimą programą: „FairGuidance“, „Tiltų kūrimas į Europą“, „Gyvoji nematerialioji kultūra“, „Trečiojo amžiaus universitetai Europoje“. Universiteto dėstytojai padėjo įkurti Pagyvenusių žmonių paramos centrą. UR yra tarptautinės asociacijos „Dunojus – į tiltas į Europą“ (DANET) įkūrėjas, jos viceprezidentas – universiteto dėstytoja doc. prof. E. Velikova. UR suorganizavo daugiau nei 15 000 įvairaus amžiaus žmonių dalyvauti 70 veiklų 19 projektų, įskaitant tarptautines konferencijas, praktinius užsiėmimus, mokymus, mobilumą ir kt.



University of Ruse  
"Angel Kanchev"





## Latvija

Reikia informacijos ir palaikymo? Skambinkite Rygos senjorų savanorių skambučių centrui!

Asociacija „Rygos aktyviųjų senjorų aljansas“ („Riga Active Seniors Alliance“ (RASA) įkurta 2010 m. pabaigoje, siekiant paskatinti Rygos (ir planuojamo Rygos regiono) žmones, kuriems 50 ir daugiau metų, dalyvauti socializacijos bei integracijos procesuose.

Šiuo metu draugijoje yra per 700 narių (asmenų). Draugijai suteiktas visuomeninės paramos organizacijos statusas.

Savanoriai yra gyvybiškai svarbūs siekiant išspręsti pagrindinę projekto „Būkime aktyvūs!“ problemą – socialinę vyresnio amžiaus žmonių atskirtį, plėtojant naujas savanoriško darbo galimybes. Siekiant, kad informacija apie savanoriškos veiklos galimybes taptų prieinamesnė vyresnio amžiaus žmonėms ir emociškai juos paremtų, Rygoje įgyvendinta savanorių skambučių centro vyresnio amžiaus žmonėms koncepcija.

Po sėkmingų susitikimų su vyresnio amžiaus žmonių organizacijų atstovais ir socialiniais darbuotojais vyresnio amžiaus žmonės, kurie kreipėsi dėl savanoriško darbo skambučių centre, buvo pakviesti dalyvauti seminaruose, kad įgytų teorinių žinių ir reikalingų praktinių įgūdžių. Žymiausi geriatrijos specialistai seminaro dalyviams pristatė aktyvaus senėjimo problematiką. Rygos Rytų universitetinės ligoninės terapeutė, geriatologė ir kardiologė Daina Zepa paaiškino, kad aktyvus senėjimas yra procesas, leidžiantis žmonėms realizuoti savo fizinės, socialinės ir psichinės gerovės potencialą visą gyvenimą ir išlikti socialiai aktyviems. Geriatrijos klinikos vadovas Janis Žalkalns kalbėjo apie senėjimą kaip apie vieną didžiausių XXI amžiaus socialinių ir ekonominių iššūkių Europos visuomenei. Abu dėstytojai pateikė įtikinamų priežasčių, kodėl reikia būti aktyviems ir užsiimti savanorišku darbu. Didelė seminaro dalis buvo skirta telefono ryšio įgūdžių tobulinimui, nes neabejojama, kad šie įgūdžiai yra būtini norint veiksmingai valdyti telefono skambučius.

Rygos dienos globos centro socialinė darbuotoja Elina Kusiniceva, kasdien dirbanti su įvairiais žmonėmis, pristatė geriausias sėkmingos skambučių centro savanorės savybes. Elina pati buvo savanorė ir galėjo pasidalinti savo patirtimi savanorystės klausimais. Po teorinės dalies vyko situacijų žaidimai. Dalyviai buvo suskirstyti į grupes ir galėjo praktikuotis. Vyko pokalbiai tarp skambinančiųjų ir „skambučių operatorių“.

Vasario 8 d. buvo įkurtas savanorių skambučių centras pagyvenusiems žmonėms. Skambučių centro veiklai kasdien nuo 10 iki 14 val. vadovauja trys vyresnio amžiaus savanoriai. Pagyvenę suaugusieji, savanoriaujantys skambučių centre, gali laisvai pasirinkti savo darbo dienas, atsižvelgdami į savo galimybes ir norą. Planuojama, kad skambučių centro projektas veiks mažiausiai aštuonis mėnesius. Skambučių centras yra skirtas vyresnio amžiaus žmonėms, tačiau nėra griežtų amžiaus apribojimų. Dauguma skambinančiųjų žmonių yra vyresni nei 65 metų.

Gavę skambutį, skambučių centro operatoriai siūlo perskambinti tiems, kurie nenorėtų išleisti savo lėšų. Pagrindinės skambučių centro funkcijos – teikti informaciją apie savanoriško darbo galimybes ir veiklą laisvalaikio Rygoje, siūlyti informaciją apie įvairias veiklas vyresnio amžiaus žmonėms arba tiesiog pabendrauti su tais, kurie jaučiasi apleisti ir vieniši. Skambinantieji gali laisvai reikšti savo jausmus ir apibūdinti savo gyvenimą – jie bus suprasti ir bus gerbiamas jų privatumas.

Nors nuo skambučių centro įkūrimo ir veikimo praėjo nedaug laiko, jis pasirodė esąs labai svarbus ir savanoriams, ir skambinantiesiems. Skambučiai jau atskleidė tiesą apie mūsų vyresnius žmones, „kurie nenori būti našta, nes yra tiek daug žmonių, kurių padėtis blogesnė“, bet tuo pačiu jie jaučiasi vieniši ir ignoruojami. Per gana trumpą laiką savanorių skambučių centras pasirodė esąs vieta, kur savanoriai atvyksta su malonumu. Latvijos senjorų federacijos atstovė Janina yra laiminga savanoriaudama skambučių centre: „Jaučiuosi gerai, nes matau, kad galiu padėti kitiems tik vienu žodžiu.“

Nacionalinio dailės muziejaus savanorių programa savo dalyviams suteikia išskirtinę galimybę susipažinti su keturiais muziejais ir viena parodų sale, sudarančiais Latvijos nacionalinį dailės muziejų, jų naujausiomis

ekspozicijomis, kasdieniu darbu, penkių filialų užkulisiais. Programos savanoriai, dalyvaudami muziejinėje veikloje ir mokymuose, gali tobulinti savo meno žinias ir įgyti patirties meno pasaulyje, plėsti pažįstamų ratą. Savo naujausiomis žiniomis dalyviai taip pat gali įsilieti į visuomenę, skatindami muziejaus ir bendruomenės dialogą, padėdami padaryti Latvijos nacionalinį dailės muziejų prieinamesnį visuomenei.

Latvijos nacionalinio dailės muziejaus savanorių programa, iš pradžių pavadinta Muziejaus ambasadoriais, buvo sukurta 2009 metais, reaguojant į gyvenimo lygio pokyčius Latvijoje, kuriuos sukėlė pasaulinė ekonominė krizė. Muziejaus ambasadorių programa suteikė galimybę ribotų ekonominių galimybių turintiems žmonėms nemokamai dalyvauti kultūros renginiuose, taip pat tapo lankytojų grįžtamojo ryšio priemone. Muziejaus ambasadoriai užsiėmė įvairia muziejaus veikla, atliko ne tik „pasiuntinio“ funkciją, bet ir dirbo praktinį darbą, kad pagerintų muziejaus veiklą. Europos savanoriškos veiklos metais (2011 m.) prie programos prisijungė daug naujų narių. Savanoriai įrodė, kad tobulina ir praturtina muziejaus darbą savo intelektualiniais įgūdžiais, taip pat aktyviai teikia visuomenei informaciją apie muziejuje vykstančius įdomius renginius, kalba apie teigiamus išgyvenimus.

Daugiau informacijos apie Latvijos nacionalinio dailės muziejaus savanorių programą rasite: Savanorių programos koordinatorius.







## Lietuva

### Savanorystės tradicijos Lietuvoje

Lietuvoje savanorystę reglamentuoja 2011 metų Lietuvos Respublikos savanoriškos veiklos įstatymas, kuriame yra apibrėžti savanorystės principai, ypatumai, reikalavimai, teisės ir pareigos savanoriui, nurodyta, kas gali būti savanoriškos veiklos organizatoriai (labdaros ir paramos fondai; biudžetinės įstaigos; asociacijos; viešosios įstaigos; religinės bendruomenės, bendrijos ir religiniai centrai; tarptautinių visuomeninių organizacijų filialai, atstovybės; politinės partijos; profesinės sąjungos; kiti juridiniai asmenys, kurių veiklą reglamentuoja specialūs įstatymai ir kurių veiklos tikslas nėra pelno siekimas, o gautas pelnas negali būti skiriamas jų dalyviams. Paskelbus minėtą įstatymą, buvo iškelti du uždaviniai:

- Vyresnio amžiaus žmonių įsitraukimo į savanorišką veiklą skatinimas
- Jaunimo savanoriškos veiklos plėtojimas.

Kalbant apie savanorystę Lietuvoje, nėra lengva apibūdinti savanorystės tradiciją bei „amžių“, nes tam didelės įtakos turėjo istorinės sąlygos. Visais laikais buvo žmonių, kurie neatlygintinai, savo valia norėjo padėti kitiems žmonėms ir šaliai. Tačiau ši veikla nebuvo įvardinta kaip savanorystė ir įteisinta juridiniuose dokumentuose. Įdomus yra netgi savanorystės sąvokos supratimas mūsų šalyje: ilgą laiką dėl sudėtingos Lietuvos istorijos žodis „savanoris“ reiškė Tėvynę savanoriškai gynusį karį. Lietuvos kraštas ilgai buvo okupuotas carinės, vėliau sovietinės Rusijos. Prasmingos tautinės savanorystės pavyzdžius jau galime rasti ir 19-ame amžiuje. 1864 metais, kai Rusija uždarė lietuviškas mokyklas, uždraudė lietuvišką spaudą lotyniškais rašmenimis, savanoriai knygnešiai, rizikuodami savo gyvybe, per sieną slapta gabeno lietuviškas knygas, platino miestuose ir kaimuose, kad išsaugotų lietuvišką žodį. Istorinės priežastys, kaip Rusijos okupacija, politiškai ideologizuotos šios valstybės sąlygos buvo didžiausias barjeras, plėtojant savanorystės idėją Lietuvoje. „Mūsų visuomenė yra gana pasyvi ir inertiška. Daugė-liui visuomeninis darbas nuo sovietinių laikų suprantamas kaip savanoriškai priverstinė veikla. Turėjo praeiti laiko, kad vieni užmirštų politinį neigiamą tokios veiklos atspalvį, kad užaugtų nauja karta. Sunkiausia savyje peržengti slenkstį. Jį jau įveikėme, dabartinę situaciją pavadinčiau tam tikru proveržiu“, 2010 m. viename interviu teigė Savanoriškų organizacijų aljanso įkūrėjas Vaidotas Ilgis (Ogulevičiūtė J.,

2010). Šie žodžiai rodo augančias savanorystės iniciatyvas ir atskleidžia, kodėl Lietuvoje vyresnio amžiaus žmonės taip vangiai įsitraukia į savanorystės veiklą.

Savanorystės judėjimą Lietuvoje rodo atliekamų tyrimų rezultatai: „1998 m. tyrimo duomenimis savanorystės veikloje dalyvavo tik 5 proc. gyventojų, o 2008 m. pagal „TNSGallup“ atlikta Lietuvos gyventojų nuostatų ir atvirumo savanorystės idėjai studija parodė, kad jau 46 proc. Lietuvos gyventojų dalyvavo bent vienoje savanoriškoje veikloje (Savanorystė Lietuvoje: kas, kur, kaip?, 2008). 2011 m. pradžioje Europos Komisijos atstovybės Lietuvoje užsakymu Visuomenės nuomonės ir rinkos tyrimų centras „Vilmorus“ atliko tyrimą apie Lietuvos visuomenės nuostatas savanoriškos veiklos atžvilgiu. Tyrimo duomenys parodė, kad 78 proc. lietuvių žinojo, kas yra savanoriška veikla, tačiau joje nereguliariai dalyvauja ar kada nors dalyvavo tik 34 proc. Apklausoje dalyvavusių žmonių nuomone, labiausiai savanorystei plėtotis Lietuvoje trukdo tai, kad nėra savanorystės tradicijų (51 proc. respondentų nuomone), taip pat trūksta reikalingos infrastruktūros (42 proc. apklaustųjų). Net 56 proc. Lietuvos gyventojų akcentavo, kad nepakanka informacijos apie savanorišką veiklą, kur kreiptis norint tapti savanoriu. (Savanorystė Lietuvoje: kas, kur, kaip?, 2008). Taigi, tradicija ateina pamažu, remiantis gerąja praktika iš užsienio, kur tokia veikla turi jau galias šaknis įvairiose bendruomenėse. Neatsitiktinai, 2019 m. atlikto tyrimo (Bendruomeninės ir savanoriškos veiklos Lietuvoje tyrimas, 2020) duomenys rodo, kad keičiasi žmonių požiūris bei nuostatos į savanorystę, 15 proc. Lietuvos gyventojų reguliariai dalyvauja savanoriškoje veikloje.

Šiuo metu Lietuvoje savanorystė, kaip ir daugelyje šalių, organizuojama trimis formomis: tarpusavio pagalba (reciprocal support), paslaugų teikimas (service provision), visuomeninis aktyvumas (societal involvement). Ji organizuojama įvairiose socialinio bei kultūrinio gyvenimo srityse ir įvairiomis formomis. Tai aplinkos tvarkymas, miesto puošimas, medelių sodinimas, darbas su vaikais, neįgaliais ar senais žmonėmis, benamiais, gyvūnų globa, kapų tvarkymas, įvairiausių renginių organizavimas, maisto, drabužių rinkimo ir dalijimo akcijos, bibliotekos knygų pristatymas į namus seneliams ir neįgaliesiems, profesionali ir neprofesionali slauga ligoninėse, senelių namuose, ypač išryškėjusi COVID-19 pandemijos metu, nemokamas žmonių, neturinčių finansinių galimybių užsimokėti už



paslaugas, konsultavimas teisės, finansų, sveikatos klausimais, paskaitų, seminarų, kursų vedimas Trečiojo amžiaus universitetuose. Aukštąjį išsilavinimą turintys senjorai yra puikūs patarėjai, mokytojai vaikų globos namuose, senelių namuose; kantrūs klausytojai ir „sidabrinės linijos psichologai“ vienišiemis žmonėms, kaimynams, draugams.

Savanorystė labiausiai populiarėja jaunimo tarpe. Esminiai jaunų žmonių motyvai – noras padėti kitiems, susirasti (naujų) draugų, bendraminčių, tobulinti įgūdžius ar įgyti darbo tam tikroje srityje patirties, palaikyti tam tikras idėjas, realizuoti save, prasmingai leisti laiką, būti reikalingam, bendrauti, geriau pažinti save ir kitus, dalytis savo patirtimi ir žiniomis. Lietuvoje pastebima tendencija, kad kol kas tiek jaunimas, tiek vyresnio amžiaus žmonės labiau linkę savanoriauti vienkartinėse akcijose: „Gerumo dienos“, „Megztos dovanėlės vyresnio amžiaus žmonėms“, „Kalėdinė sriuba“, „Maistas ant ratų“, „Papuoškime savo miestą“ ir kt. Populiariausia savanorystė šalyje yra susijusi su organizuotu paslaugų teikimu, t.y. dirbant labdaros organizacijose, kaip „Raudonasis kryžius“, „Maisto bankas“, „Caritas“, „Žaliųjų judėjimas“, „Sidabrinė linija“, „Maltiečiai“ bei savanorių organizacijose, kaip VŠĮ „Savanorių centras“, Lietuvos nefrologinių ligų asociacija „Donorystė“, „Maltos ordinas“ ir kt.

Kalbant apie vyresnio amžiaus žmonių savanorystę, statistika rodo, jog „Lietuvoje gyvenantys vyresnio amžiaus žmonės retai dalyvauja visuomeninėje veikloje: 48 procentai atsakė nedalyvauju ir neketinu dalyvauti (didžioji dalis jų – 70 metų ir vyresni žmonės), net 22 procentai nedalyvavo, nes jiems niekas nepasiūlė, 17 proc. nemano, kad gali būti naudingi, 8 procentai nemano, kad to kam nors reikia, 4 procentai nėra girdėję, o 16 procentų nežinojo, ką atsakyti, be to, 51proc. nežinotų kur kreiptis, jei sumanytų savanoriauti (Visuomenės nuomonės ir rinkos tyrimų centras, 2012). Apklausti vyresnio amžiaus darbingi žmonės teigia, kad jie patys kaip pagrindines problemas savo kelyje į savanorystę įžvelgia psichologinio pasiruošimo bei metodinio apmokymo trūkumus“ (Už kokybišką vyresnio amžiaus žmonių savanorystę, 2014); sveikatos problemas; organizacijos ar asmens, skatinančio juos įsijungti į savanoriškas veiklas, trūkumą.

Siekiant paskatinti į savanorišką veiklą įtraukti vyresnius žmones (nuo 55 metų), 2017 m. Socialinės apsaugos ir darbo ministerija paskelbė

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų priemonę „54+“, kurioje pagrindinis dėmesys skiriamas vyresnių darbingo amžiaus asmenų savanoriškai veiklai organizuoti ir vykdyti, stiprinti jų bendruosius gebėjimus, būti visuomeniškai aktyviais. Priemonėje buvo numatytos tokios veiklos, kaip savanorius priimančių organizacijų mokymai ir individualios konsultacijos, mentorstės paslaugų jiems teikimas; mokymo, informavimo, konsultavimo paslaugų teikimas savanoriškoje veikloje dalyvaujantiems vyresnio amžiaus asmenims; savanorius priimančių organizacijų duomenų bazių atnaujinimas. Statistiniai duomenys rodo, kad augant Trečiojo amžiaus universitetų tinklui, stiprėjant vietos bendruomenėms bei nevyriausybinėms organizacijoms, vis daugiau vyresnio amžiaus žmonių ieško prasmingos veiklos savanorystėje. Džiugina ir tai, kad kiekvienais metais vyresnio amžiaus žmonių savanorystė įleidžia vis gilesnes šaknis. 2016 m. Pilietinės galios indekso tyrimo duomenimis, stipriai išaugo reguliari ir ilgalaikė savanorystė (Bendruomeninės ir savanoriškos veiklos Lietuvoje tyrimas, 2020): bent kartą per savaitę vyresnio amžiaus asmenys (vyresni nei 65 m. amžiaus) aktyviai savanoriauja.

Kalbant apie savanoriškos veiklos pripažinimą ar skatinančias priemones savanoriavimui, reikia pripažinti, kad Lietuva šioje vietoje šiek tiek atsilieka nuo kitų Europos šalių. Tačiau 2011 m. savanoriškos veiklos įstatyme kalbama apie savanoriškos veiklos pripažinimą, t.y. „Dalyvavimas savanoriškoje veikloje, atsižvelgiant į jos tikslus ir pobūdį, gali būti pripažįstamas savanorio praktinio darbo ir (ar) mokymosi patirtimi; Atlikta savanoriška veikla gali būti įskaityta kaip socialinė veikla pagal bendrojo ugdymo planą“. Pageidaujant asmeniui, su juo pasirašoma savanorystės sutartis. Sutartyje gali būti susitariama dėl savanoriškos veiklos trukmės ir laiko, išlaidų kompensavimo, kitų sąlygų. 2011 m. LR socialinės apsaugos ir darbo ministro įsakymu Nr. A1-330 „Dėl savanoriškos veiklos išlaidų kompensavimo sąlygų ir tvarkos aprašo patvirtinimo“ yra patvirtinta, kad nustatytais sąlygomis ir tvarka gali būti kompensuojamos savanoriui su savanoriška veikla susijusios išlaidos (kelionės, nakvynės, maitinimo, mokymų, draudimo, darbo priemobėms). Kol kas savanorių darbas Lietuvoje įvertinamas neformaliai: apdovanojimai garbės diplomais, statulėlėmis „Gerumo angelais“, savivaldybių merų padėkos raštais, įteikiami „savanorių pasai“, renkami šauniausieji savanoriai. Bet patys savanoriaujantys vyresnio amžiaus žmonės, savo laisvą laiką atiduodantys kitiems, jaučia atliekantys garbingą veiklą ir patiria didžiulę gyvenimo prasmę.

## Šaltiniai ir literatūra

1. Research on Community-based and Voluntary activities in Lithuania, Vilnius, 2020.
2. The ordinance AI-330 of the Minister of Social Security and Labour (Lithuania) 'On approval of the conditions and description of the arrangements of the compensation for expenses of a voluntary activity', Vilnius, 2011. <https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/TAR.6BF263B19463/DOzmKOhTGr>.
3. Ogulevičiūtė J. Voluntary work: are Lithuanians willing to work for free ? // Alfa.lt, 2010.
4. Republic of Lithuania law on volunteering, Vilnius, 2011.
5. Sakalauskas G., Čepas A., Nikartas S., Ūselė L. . Volunteers in probation: assumptions and oportunities. <https://teise.org/wp-content/uploads/2016/07/Savanoryste-probacijos-sistemoje.pdf>, 2012.
6. Volunteering in Lithuania: what? where? how?, 2008. [http://www.3sektorius.lt/docs/Kas\\_kaip\\_kur\\_2013-01-15\\_14\\_56\\_14.pdf](http://www.3sektorius.lt/docs/Kas_kaip_kur_2013-01-15_14_56_14.pdf)
7. For High Quality Senior Adult Volunteers. [https://www.esinvesticijos.lt/lt/paraiskos\\_ir\\_projektai/uz-kokybiska-vyresnio-amziaus-zmoniu-savanoryste/](https://www.esinvesticijos.lt/lt/paraiskos_ir_projektai/uz-kokybiska-vyresnio-amziaus-zmoniu-savanoryste/), 2012.



Kauno rajonas





## Slovénija

### „Covid-19 stebėtojas Slovėnijoje“

yra savanorių grupė, kuri renka, analizuoja ir skelbia duomenis apie koronaviruso SARS-CoV-2, COVID-19 sukėlėjo plitimą Slovėnijoje. Jie nori plačiajai visuomenei padėti aiškiau apžvelgti problemos mastą ir tinkamai įvertinti riziką.

Šalių, kuriose viruso plitimas buvo veiksmingiausiai pažabotas, teisingai surinktas, atnaujintas ir skaidriai paskelbtas, patirtis yra gyvybiškai svarbi veiksmingam visuomenės sveikatos priežiūros sistemų atsakui. Paskelbti duomenys gali būti pagrindas suvokti, kas vyksta, suaktyvinti žmonių savisaugą ir susitaikymą su būtinomis saugumo priemonėmis. Duomenys renkami iš įvairių viešai prieinamų šaltinių. Nuo kovo 28 d., šeštadienio, grupė turi tiesioginį ryšį su sveikatos priežiūros įstaigomis ir Nacionaliniu visuomenės sveikatos institutu (NIJZ). Jie dalijasi nestruktūrizuotais duomenimis, kurie vėliau patvirtinami ir suformuojami į formatą, tinkamą vizualizuoti, kad būtų pristatyta visuomenei, taip pat tolesniam modelių kūrimo ir prognozavimo darbui. Kadangi žiniasklaidoje ir tam tikruose kituose šaltiniuose skelbiami duomenys kartais gali būti neaiškūs ir nenuoseklūs, į lentelę taip pat įtrauktos pastabos apie šaltinius ir skaitinius, pagrįstus neišsamiais duomenimis.

### Kultūros tarpininkai valstybinėse institucijose

Slovėnijos trečiojo amžiaus universitetų tinklas plėtoja ir eksperimentiškai įgyvendina savo naują visapusišką modelį, kuriuo visų pirma siekiama ruošti vyresnio amžiaus žmones siekti asmeninio augimo, savanoriauti, skatinti pilietiškumą ir aktyvumą, tuo pačiu „šviesti“ valstybinių institucijų atstovus, kad jie įtrauktų savanorius į savo veiklą. Programa skirta skirtingoms kartoms, siekiančioms tų pačių uždavinių ir tikslo – pateikti naujus vyresnio amžiaus žmonių socialinius vaidmenis valstybinėse institucijose ir pakeisti pastarųjų požiūrį bei darbuotojų požiūrį į savanorišką veiklą. Įgyvendinus švietimo ir mokymo programą, muziejams ir kitoms viešosioms įstaigoms suteikiama galimybė integruoti išsilavinusius vyresnio amžiaus žmones, nes savanoriai ir vyresnio amžiaus žmonės gali atlikti savanoriškus, anaiptol netradicinius, vaidmenis, nes atsižvelgiama į vyresnio amžiaus

žmonių individualią kultūrą ir naujai įgytas žinias bei įgūdžius. Savanoriai ne tik tinkami esamai institucinei struktūrai, bet ir prisideda prie savanorystės joje formavimo. Dar svarbiau tai, kad šis naujas modelis apima lygiagrečias viešąsias kampanijas, skirtas didinti visuomenės supratimą apie naujus pagyvenusių žmonių socialinius ir savanoriškos veiklos vaidmenis, apie kartų mokymąsi ir, visų pirma, apie kartų bendradarbiavimą. Galima teigti, kad šis modelis yra naujas didelis proveržis suaugusiųjų švietimo ir kartų švietimo srityje Slovėnijoje. Būtent Slovėnijos trečiojo amžiaus universitetas kartu su atrinktomis institucijomis suteikė galimybę vyresnio amžiaus žmonėms mokytis ir dirbti kartu su personalu, sudarytu iš skirtingų kartų. Taigi vyresni studentai mokosi kartu su kitomis kartomis ir kartu su jais dirba savanoriais viešosiose įstaigose (viešojoje erdvėje!): kultūros, švietimo ir sveikatos apsaugos, biologinės įvairovės išsaugojimo srityse.

### **Kartų solidarumo skatinimo programos ir Antono Trstenjako institutas**

Tai programų rinkinys (iš viso 24 programos), skirtas vyresnio amžiaus žmonių paramai ir kartų solidarumui skatinti. Programomis gali naudotis vietos bendruomenės, norinčios įkurti kartų centrą, kuriame gyvena jauni ir vyresnio amžiaus žmonės. Antono Trstenjako institute jaunimas yra rengiamas bendrauti bendrauti su vyresnio amžiaus žmonėmis. Per dvidešimt metų daugiau nei 2 000 jaunesnių žmonių visoje Slovėnijoje buvo mokomi kurti naujas grupes ir bendrauti su vyresnio amžiaus žmonėmis. <http://www.inst-antonatrstenjaka.si/medgeneracija.html>





## Nyderlandai

Nyderlanduose yra daugiau nei 360 organizacijų ir įvairių savanorių centrų, kurie rūpinasi efektyviu savanorių darbu. Kiekviena savivaldybė remia savanorių centrus. Daugelis savanoriškų organizacijų, skėtinių ir paramos organizacijų yra Nyderlandų savanoriško darbo organizacijų asociacijos (NOV) nariai. NOV yra organizacija, ginanti įvairius savanoriškų organizacijų poreikius. 1994 m. NOV buvo įteisinta kaip viena iš dviejų savanoriškos veiklos paramos institucijų. Kita organizacija buvo Stichting Vrijwilligers management (Savanorių valdymo fondas – SVM). Jos vaidmuo – savanoriškos veiklos atnaujinimas ir profesionalizacija.

2003 m. Nyderlandų fondas, užsiimantis savanoriškos veiklos valdymu, SVM ir NOV sujungė jėgas ir suformavo CIVIQ. NOV nuo pat savo gyvavimo palaikė ir atstovavo daugiau nei 4 milijonų savanorių interesams, o SVM tikslas buvo modernizuoti savanorišką darbą ir padaryti jį profesionalesnį. Bėgant metams abiejų organizacijų skirtumai tapo ne tokie akivaizdūs, todėl 2003 m. jie susijungė. NOV tęsė savo veiklą organizacijos „Savanoriškos veiklos skatinimas“ (NOV Association) vardu. 2007 m. CIVIQ tapo „MOVISIE“ dalimi. MOVISIE daugiausia dėmesio skiria infrastruktūrai ir žinių bei patarimų teikimui apie savanorišką veiklą Nyderlanduose. Tai socialinės paramos teikimo ir socialinės gerovės kūrimo institucija. Ji įgyvendina Sveikatos, gerovės ir sporto ministerijos programą. „MOVISIE“ yra nacionalinė organizacija, kurios uždavinys rinkti žinias apie visus savanoriškos veiklos aspektus ir perduoti jas organizacijoms ir taryboms. Jie kuria priemones, teikia konsultacijas, paramą, organizuoja mokymus, taip pat atlieka reklaminį darbą, mokslinius tyrimus ir kuria produktus.

NOV yra pirmaujanti organizacija Nyderlandų savanorių pastangų sektoriuje. NOV yra 350 organizacijų, dirbančių su savanoriais arba jų labui. NOV yra unikali, nes ji yra vienintelė organizacija Nyderlanduose, skirta stiprinti savanorišką darbą. Jai priklauso dviejų tipų organizacijos: organizacijos, atliekančios savanorišką darbą, ir tos, kurios atlieka pagalbinį ar koordinuojantį vaidmenį. NOV siekia įgyvendinti tris pagrindines užduotis:

1. Atstovauti savanorių pastangų sektoriaus interesams. NOV yra Nyderlandų savanoriško darbo atstovė spaudai ir lobistė, todėl yra rimtas partneris diskusijose su politikais, vyriausybės pareigūnais ir kitomis politikuojančioms partijomis.

2. Tarpininkauti. Kaip tinklo veikėjas, NOV suteikia savo nariams galimybę keistis žiniomis ir patirtimi bei plėtoti bendradarbiavimo projektus. Per šiuos tinklus organizacijos narės viena kitą stiprina.

3. Suteikti didelį stimulą savanoriškoms pastangoms. NOV siekia, kad savanoriškos pastangos būtų labiau pripažįstamos viešai, jos vardas minimas novatoriškose iniciatyvose.


Savanoriškomis organizacijomis vadinamos tos organizacijos, kurias sudaro tik savanoriai arba kurios dirba su savanoriais ir prašo finansavimo. Oficialios tokių organizacijų apibrėžties nacionaliniu lygmeniu nėra, tačiau savivaldybės yra linkusios nustatyti tam tikrus kriterijus, ypač susijusius su apmokamos darbo jėgos dalyvavimu organizacijoje. Savivaldybės šiuo metu siekia apibrėžti tokias organizacijas tobulindamos finansavimo mechanizmus. Būtent vietos lygmenyje sprendžiama dėl tokių organizacijų finansavimo. Yra apie 250 000 savanorių organizacijų. Be to, yra aktyvių savanorių, teikiančių bendruomenei paslaugas, kurios neapskaitomos atsižvelgiant į organizacijų, kuriose jie veikia, teisinį statusą. Savanoriškos globos sektoriaus organizacijos yra nacionalinės organizacijos (visos jos yra NOV narės) ir dažnai veikia regionų ir vietos departamentuose. Be jų yra vietinės iniciatyvos ir religinė inicijuota veikla. Savanoriškos organizacijos, tokios kaip Raudonasis Kryžius ir UVV (Savanorių instituto sąjunga), pasirašo sutartis su globos organizacijomis dėl savanorių aprūpinimo. Kai kurios globos sektoriaus organizacijos dirba tik su savanoriais (ypač savitarpio paramos ir agitacijos srityse ir dažnai yra didesnių organizacijų vietos skyriai). Kitos organizacijos daugiausia dirba su apmokamais darbuotojais, tačiau turi savanorių, kurie atlieka užduotis šioje srityje. To pavyzdžiai – slaugos ir globos namai.

Regionų lygmenyje veikia savanoriškos veiklos centrai, socialinės plėtros centrai (CMOs) ir savanoriškos paramos centrai (apie 200). Savanoriškos paramos centrai yra ne pelno siekinčios organizacijos, kuriose finansavimas priklauso nuo vietos ir regionų valdžios institucijų, o paramos gavėjams teikiamos paslaugos yra nemokamos. Šiuo metu yra apie 200 registruotų savanoriškos paramos centrų. Regioniniame lygmenyje yra regioninių savanorių paramos centrų, kurie yra organizacijos, remiančios organizacijas, dalyvaujančias sportinėje veikloje, besirūpinančias pagyvenusiais žmonėmis ir skautus. Dvylika Nyderlandų provincijų atlieka svarbų vaidmenį. Jos remia apmokamus pagalbininkus vietos lygmenyje. Skleidžia įvairių lygmenų, taip pat nacionalinių organizacijų, žinias ir informaciją.









Ši brošiūra finansuojama programos „Erasmus +“ strateginės partnerystės projekto Nr. 2020-1-L01-KA204-077966 „Keep going, reach goals, get an award: empowering senior volunteerism“.

Paremdama šio leidinio leidybą Europos Komisija neatsako už turinį, nes jis atspindi tik autorių nuomonę, ir Europos Komisija negali būti laikoma atsakinga už bet kokį jame pateiktos informacijos panaudojimą.

## Išvados

Asmeninės ir institucinės istorijos yra puikus įkvėpimo šaltinis ir svarbus stimulus mokytis. Jomis siekiama paskatinti vyresnio amžiaus žmonių pirminę motyvaciją būti arba tapti aktyviu piliečiu. Vis dėlto vien skaityti apie savanoriškas pastangas nepakanka. Jei vyresnio amžiaus žmonės nesavanoriauja, tai reiškia, kad iš jų savanoriškos veiklos nesitikima ir ji nevertinama, kad niekas jų nekviestų imtis savanorystės užduočių. Organizuotos savanorystės ir savanorystės institucijų misija – skatinti vyresnio amžiaus žmonių savanorystę, lydėti juos į kūrybiškumą savanoriaujant, padaryti juos matomais ir pripažintais visuomenėje už gerą, kurį jie daro sau ir visuomenės gerovei.

