



Recomandări

privind un training adresat voluntarilor
cu o vârstă de peste 50 de ani



Ways to enhance active aging through volunteering – WEActiveVol
Erasmus+ Strategic Partnership
2016-1-PL01-KA204-026166



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

Acest proiect a fost finanțat de către Comisia Europeană. Această publicație reflectă doar perspectiva autorului, iar Comisia nu este responsabilă pentru utilizarea în nicio formă a informației conținute de aceasta.



Acest material prezintă o serie de recomandări pentru managementul voluntarilor cu vârste de peste 50 de ani. Recomandările sunt rezultatul experienței practice a organizațiilor partenere în proiectul Erasmus + "Modalități de dezvoltare a îmbătrânirii active prin voluntariat - WEActiveVol". Pe tot parcursul proiectului, partenerii au explorat tema voluntariatului prin schimburi de idei, cunoștințe, experiențe și bune practici.

Unul dintre rezultatele proiectului este acest material care conține descrieri ale elementelor esențiale care constituie cerințele minime pentru pregătirea unui training complex, pentru voluntarii cu vârste de peste 50 de ani. Recomandările sunt destinate trainerilor, formatorilor, coordonatorilor de voluntari, practicienilor care lucrează în domeniul voluntariatului și al îmbătrânirii active, cu scopul de a furniza informații valoroase despre modul de pregătire a programului de training, adaptat nevoilor persoanelor de peste 50 de ani.

Obiectivele generale ale training-ului

Orice activitate de training începe cu stabilirea obiectivelor de învățare. Mai jos puteți găsi o serie de obiective de învățare, asupra cărora partenerii au căzut de acord:

- să li se explice voluntarilor rolul și importanța voluntariatului;
- să li se ofere voluntarilor informații despre proiectul de voluntariat (obiectivele și activitățile proiectului etc.) și ale organizației, astfel încât să fie asigurată înțelegerea uniformă a acestor aspecte;
- să li se ofere posibilitatea de a se cunoaște între ei și de a forma o echipă;
- să fie susținuți în dezvoltarea sentimentului de apartenență la grup/ la organizație;
- să li se ofere voluntarilor posibilitatea de a lucra cu diferite grupuri țintă;
- să se pună accentul pe dezvoltarea abilităților necesare pentru activitățile specifice programului de voluntariat, dacă este cazul.

Furnizarea de training-uri pentru voluntarii de peste 50 de ani duce la îndeplinirea unor obiective pe termen lung, cum ar fi:

- conștientizarea aptitudinilor personale, încurajarea acestora de a fi mai activi, sporirea încrederii în sine și sprijinirea acestora în a lua inițiativă;
- susținerea implicării lor pentru un angajament pe termen lung.



Aspecte administrative ale training-ului

Din punct de vedere logistic, o sesiune de training dedicată voluntarilor 50+ trebuie să aibă următoarele caracteristici:

- durata: 1 zi sau cel mai mult 2. Orice perioadă de peste două zile s-ar putea dovedi a nu fi eficientă pentru această categorie de voluntari;
- ore într-o zi: 4-6 ore/zi. Mai mult de 6 ore pe zi ar putea fi obositor pentru voluntarii cu o vârstă de peste 50 de ani; în mai puțin de 4 ore pe zi nu ar putea fi îndeplinite obiectivele menționate mai sus.
- numărul min/max de participanți: 5-15 voluntari. Partenerii au agreat că grupul ar trebui să fie de maximum 15 participanți, pentru a fi posibilă comunicarea directă cu toți voluntarii.

Conținutul general al training-ului

Acest document nu tratează abilități specifice necesare pentru anumite activități de voluntariat (cum ar fi lucrul cu copiii, facilitarea grafica sau predarea unei limbi materne etc.). Accentul este pus însă, pe furnizarea de conținut pentru o sesiune generică de training, care ar putea fi utilă oricărui voluntar de peste 50 de ani. Astfel, o parte dintre subiectele sugerate pentru a fi incluse în training sunt:

Despre voluntariat:

- Prezentarea conceptului de îmbătrânire activă.
- Fundamente teoretice despre voluntariat - definiții, concepte și practici.
- Informații juridice de baza privind voluntariatul: contract de voluntariat, fișe de pontaj, fișe de post.
- Tipuri de voluntariat.
- Drepturile și responsabilitățile voluntarilor și ale organizațiilor gazdă.
- Beneficiile voluntariatului.
- Implicațiile motivației lor pentru a fi voluntari.
- Descoperirea obstacolelor/barierelor pe care ei le întâmpina în încercarea de a face voluntariat.



Informații practice despre activitățile de voluntariat:

- aspecte generale ale proiectului: obiectivele proiectului de voluntariat, indicatori de performanță, misiune;
- intervalul de timp al activităților;
- exemple motivaționale;
- diseminarea activităților de voluntariat;
- instruirea privind modul de abordare a situațiilor dificile, modul de abordare a problemelor și a conflictelor (exemple concrete, situații etc.);
- discuții despre beneficiarii activităților de voluntariat.

Altele:

- comunicarea între membrii grupului de voluntari (canalele de comunicare, regulile etc.);
- întrebări și răspunsuri.

Metode de lucru în cadrul training-ului

Echipa de proiect recomandă, în general, utilizarea metodelor interactive pentru ca voluntarii să se simtă liberi și încurajați să discute între ei, să-și împărtășească experiențele proprii și să-și exprime ideile și sugestiile. Iată câteva metode care ar putea fi utilizate:

- brain storming,
- exerciții de team building,
- dezbateri,
- jocuri de energizare,
- discuții despre experiențele anterioare,
- lucrul în perechi,
- jocuri de rol
- workshops,
- story-telling,
- e-training
- vizite la organizația gazdă,
- videoclipuri, filme,
- jocuri,
- improvizație,
- învățare prin practică.

Lucrul propriu-zis

Mai jos sunt câteva sfaturi și trucuri privind implicarea voluntarilor cu vârste de peste 50 de ani, provenite din vasta experiență a organizațiilor partenere.

Ce trebuie să faceți în calitate de coordonator de voluntari cu vârsta de peste 50 de ani:

- să-i învățați/să-i informați cum să înceapă să se implice în activități de voluntariat;
- să le respectați limite (fizice/ de sănătate / de energie);
- să organizați întâlniri de grup în mod regulat;
- să clarificați așteptărilor voluntarilor referitoare la proiect împreună cu acestia;
- să le dați libertatea de a-și alege activitățile de voluntariat;
- să le oferiți un feedback continuu cu privire la munca depusă;
- să le oferiți diverse posibilități de voluntariat;
- să vă faceți timp pentru a discuta cu voluntarii despre diverse probleme;
- să organizați activități de teambuilding;
- să le puneți la dispoziție oportunități de învățare și de dezvoltare personală;
- să le permiteți să-si folosească cunoștințele/abilitățile personale;
- să le facilitați întâlnirea cu voluntari tineri;
- să le puneți la dispoziție o platformă unde pot discuta cu ceilalți despre ceea ce fac;
- să le oferiți recunoașterea publică a muncii lor (în ziare, pe Internet etc.);
- să înțelegeți că sunt mai mult decât voluntari - sunt, de asemenea, potențiali recrutori de noi voluntari, ambasadori și promotori ai proiectului în care sunt implicați.

Cum să acționați în calitate de coordonator de voluntari cu vârste de peste 50 de ani:

- mulțumiți-le pentru munca depusă;
- fiți răbdători;
- apreciați importanța și utilitatea timpului și efortului voluntarilor;
- oferiți-le sprijin;
- fiți flexibili.



Note:



