

*Chtěli byste se stát*  
**DOBROVOLNÍKEM?**

„Dobrovolník je každý, kdo ze své dobré vůle, ve volném čase a bez nároku na finanční odměnu vykonává činnost ve prospěch druhých lidí.“

**Občanské poradenské středisko, o.p.s. Hradec Králové, Dobrovolnická informační kancelář** zprostředkovává dobrovolnictví **v okresech Rychnov nad Kněžnou, Náchod, Trutnov a Jičín** jak pro zájemce z řad občanů, tak pro neziskové organizace.

### Kdo může být dobrovolníkem?

Fyzická osoba starší 15 let.

### Pro koho se dobrovolnictví hodí?

Absolventy, osoby dlouhodobě nezaměstnané, ženy na MD, seniory, osoby zaměstnané.

### Jaké jsou druhy dobrovolnictví?

- krátkodobé: max. 3 měsíce (především u dlouhodobě nezaměstnaných)
- dlouhodobé: více než 3 měsíce

### Co získáte s dobrovolnictvím?

Zkušenosti (praxe), výcvik, pojištění, nové osobní kontakty, rozšíříte si obzory, Osvědčení o dobrovolnické činnosti, seberealizujete se, pocít užitečnosti a týmovou práci.

### Jak Vám dobrovolnictví prospěje?

Získáte nové schopnosti, můžete překonat přechodnou krizi adaptací na nové pracovní podmínky, zorientujete se v mezilidských vztazích, vhodně využijete volný čas, obnovíte své pracovní návyky.

### Hledá Vaše nezisková organizace dobrovolníky?

#### Jak Vám můžeme pomoci?

Náborem a výběrem dobrovolníků, jejich přípravou a proškolením, smluvním ošetřením, pojištěním, motivováním, supervizí a zajištěním plynulosti dobrovolnictví.

### V čem Vaší organizaci dobrovolnictví prospěje?

Zvýšením kvality poskytovaných služeb, úsporou času, motivací od dobrovolníků (nové nápady, pohledy), rozšířením možností aktivit s klienty, řešením problémů nízké kapacity pracovníků v NNO, snížením sociální izolace klientů.

### Jaký by byl Váš finanční podíl na organizaci dobrovolnictví?

Žádný, projekt je plně spolufinancován z ESF (prostřednictvím OP LZZ) a ze státního rozpočtu ČR.

### *V případě zájmu nás kontaktujte:*

Detašované pracoviště DIK  
Panská 1493, Rychnov nad Kněžnou, 516 01 (v budově Občanského sdružení rodičů a přátel dětí s handicapem ORION, ve 2. patře)  
Koordinátor dobrovolníků: Bc. Šárka Sophie Brodská  
Tel: 734 734 823, Email: [dikry@ops.cz](mailto:dikry@ops.cz)  
Hodiny pro veřejnost: Pondělí: 8:00 – 12:30 13:00 - 18:30