



**V případě zájmu nebo jiných dotazů
kontaktujte koordinátorku dobrovolníků:**

Petra Plchová

SONS ČR, oblastní odbočka Opava

Horní náměstí 47

746 01 Opava

Tel: 553 756 175

Mob: 778 487 416

E-mail: plchova@sons.cz

Více na www.sons.cz

www.dobrovolnik.cz

www.neziskovky.cz


www.hest.cz

Poznatky dobrovolníka:

Paní Jana Pilná chce pomáhat slabozrakým, protože její maminka ve stáří viděla moc špatně a ona pochopila, že kdyby ji nepomáhala s výběrem oblečení, s nakupováním, s doprovodem k lékaři a s předčítáním dopisů, že by to maminka sama stěží zvládla.

Poznatky člena SONS:

Pan Jan Pukař je nevidomý od narození. Vše zvládá sám, jen potřebuje občas doprovod na úřady a do svých oblíbených klubů, do divadla a kina. Rád jezdí na tandemu a chodí na procházky. Jeho dobrovolník s ním.



Chcete se stát dobrovolníkem?

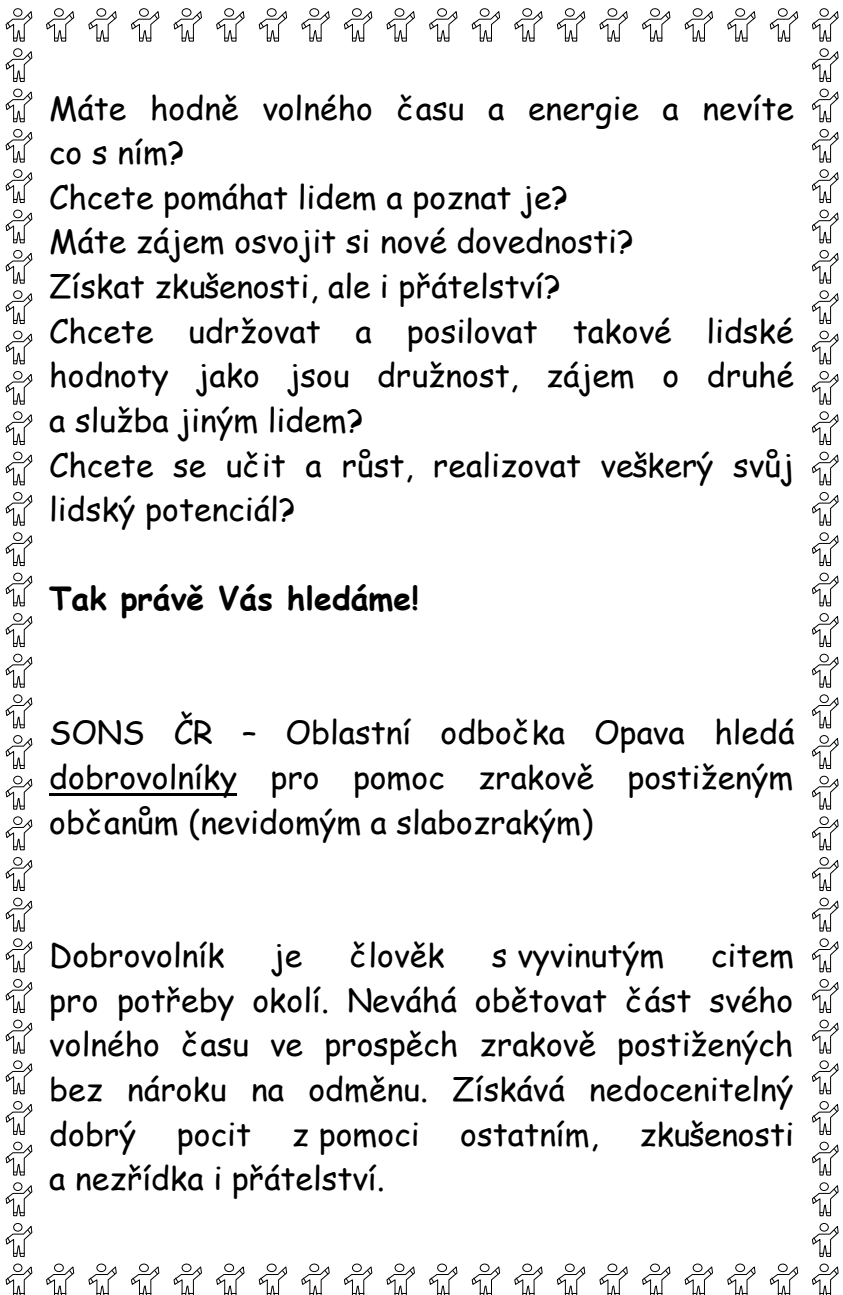


Motto:

Nejsme organizace, která za nevidomé jedná,
jsme nevidomí občané, kteří rozhodují a jednají
sami za sebe.

Zásady našeho počínání jsou:

Svépomoc, partnerství, solidarita, úcta k lidské
důstojnosti, svobodná volba, zdravý rozum.



Máte hodně volného času a energie a nevíte co s ním?

Chcete pomáhat lidem a poznat je?

Máte zájem osvojit si nové dovednosti?

Získat zkušenosti, ale i přátelství?

Chcete udržovat a posilovat takové lidské hodnoty jako jsou družnost, zájem o druhé a služba jiným lidem?

Chcete se učit a růst, realizovat veškerý svůj lidský potenciál?

Tak právě Vás hledáme!

SONS ČR - Oblastní odbočka Opava hledá dobrovolníky pro pomoc zrakově postiženým občanům (nevidomým a slabozrakým)

Dobrovolník je člověk s vyvinutým citem pro potřeby okolí. Neváhá obětovat část svého volného času ve prospěch zrakově postižených bez nároku na odměnu. Získává nedocenitelný dobrý pocit z pomoci ostatním, zkušenosti a nezřídka i přátelství.



Co zahrnuje pomoc dobrovolníka zrakově postiženým?

- ❖ doprovod k lékaři, na úřady nebo jiného zařízení
- ❖ doprovod na kulturní a jiné společenské akce
- ❖ účast na sportovních aktivitách (jízda na tandemovém kole, plavání, posilovna) nebo na výlet či jen na procházku
- ❖ čtení knih, časopisů, článků v novinách nebo také úředních dopisů
- ❖ pomoc s nakupováním či s nákupem jako samotným, kutilské a jiné domácí práce a činnosti
- ❖ pomoc při orientaci v neznámém prostředí

Co můžeme dobrovolníkům nabídnout?

- ❖ metodické vedení (odborná školení a kurzy)
- ❖ osvědčení o účasti v dobrovolném programu a počtu odpracovaných hodin
- ❖ pojištění
- ❖ bezplatná účast na akcích pořádaných SONS (rekondiční pobyty a jiné zájezdy, poznávací výlety, klubové aktivity)
- ❖ možnost seberealizace a spolupodílení se na práci v týmu
- ❖ pravidelné supervize