



**Narodowy Instytut Wolności**  
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego

# Wolontariat senioralny. Dlaczego jest tak ważny?

Posiedzenie Zespołu ds. partycypacji społecznej osób starszych  
KPRM 29 stycznia 2020

*Katarzyna Tadeusiak - Jeznach*



# O czym opowiem

- Jaki jest wolontariat osób starszych?
- Forma aktywności seniora-  
argumenty dla starszych osób.
- Przykłady ciekawych działań z  
seniorami.
- Dyskusja - "Wolontariusz czy  
pomocny sąsiad- jaka forma  
zaangażowania społecznego jest dziś  
do przyjęcia przez środowisko  
senioralne?"



## WOLONTARIUSZ OCHOTNIK AKTYWISTA DZIAŁACZ

*Aktywni*

Przy próbie opisu charakteru aktywności wolontariuszy seniorów, istotne staje się rozróżnienie wolontariatu formalnego i nieformalnego. Nieformalnego, czyli realizowanego indywidualnie poza wszelkimi strukturami instytucjonalnymi, a co istotne takiego, którego nikt z wolontariuszy nie nazywa wolontariatem.



działania na rzecz  
instytucji/organizacji



wolontariat kompetencji



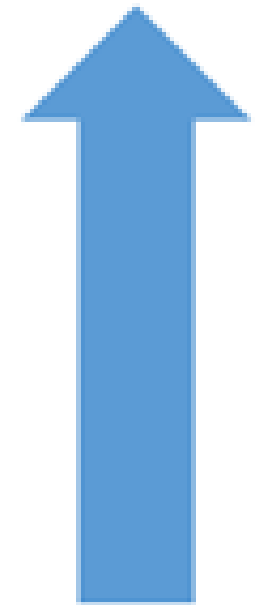
pomocowe działania  
wspólnot religijnych



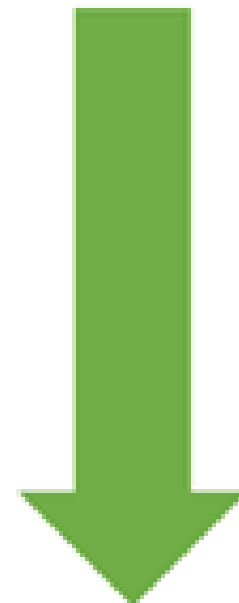
pomoc  
sąsiedzka/rówieśnicza



samotni działacze  
społeczni/aktywiści



wolontariat  
formalny



wolontariat  
nieformalny

## **GRUPY SENIORÓW ZWIĄZANE FORMALNIE BĄDŹ NIEFORMALNIE Z IDEA WOLONTARIATU**

Opracowane na podstawie publikacji  
"Wolontariat- modele angażowania  
wolontariuszy w pracę na rzecz osób  
starszych zależnych".

KATARZYNA TADEUSIAK-JEZNACH

Grupy mniej lub bardziej sformalizowane, często przy parafiach katolickich lub innych ośrodkach wyznaniowych. Przykładem są Legiony Maryi, oraz Koła Gospodyń Wiejskich. To popularna forma aktywności osób starszych.

Większość osób zaangażowanych w tych grupach to kobiety.



---

**CZŁONKOWIE  
/CZŁONKINIE GRUP  
WSPÓLNOTOWYCH**

Aktywni starsi, którzy pomagają swoim mniej zaradnym życiowo i niesamodzielnym rówieśnikom ( pomoc sąsiedzka - nie jest nazywana wolontariatem).

Działania te są najczęściej oddolne i niesformalizowane...  
kierowane do sąsiadów, znajomych, członków rodziny, ale także członków konkretnych organizacji, do których przynależą osoby starsze.



**SAMOPOMOC  
STARSZYCH**

Działacze społeczni, którzy robią coś bezinteresownie dla społeczności, rozumianej szeroko lub lokalnie jako środowisko zamieszkania.

To członkowie Gminnych , Powiatowych i Wojewódzkich Rad Seniorów.



**LOKALNI AKTYWIŚCI**

Senior wolontariusz działający na zasadach określonych w Ustawie o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, czyli osoba, która w sposób świadomy, bezpłatny i dobrowolny zaangażowana jest w pracę na rzecz organizacji/institucji, zgodnie z literą prawa.



**WOLONTARIUSZE  
FORMALNIE  
ZAANGAŻOWANI W NGO**



Seniorzy w akcji - organizator  
Towarzystwo ę

Zapytaj Seniora- organizator  
Stowarzyszenie mbU

Senior Ekspert Serwis -  
organizatora SES  
Fundację Przemysłu Niemieckiego  
do Współpracy Międzynarodowej

Same plusy Wolontariat 50+ -  
Akademia Rozwoju Filantropii w  
Polsce oraz Regionalne Centrum  
Wolontariatu w Elblągu

**ZAPYTAJ SENIORA**

To projekt, w którym wolontariusze Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” pomagają pomagać.

**ZAPYTAJ  
SENIORA**

Z LUDŹMI  
PRZEZ LUDZI  
DO LUDZI

Celem działalności Stowarzyszenia "mali bracia Ubogich" jest wspieranie osób starszych i samotnych, niepełnych z powodu pobrzedzonego wieku, choroby lub niepełności w trudnej sytuacji życiowej. Stowarzyszenie należy do Międzynarodowej Federacji "Les petits frères des Pauvres" i działa w Polsce od 2002 r. w Warszawie, Poznaniu i Lublinie.



Współpraca z Fundacją Inicjatyw Obywatelskich (FIO)

**WOLONTARIUSZE W NGO DOBRE PRAKTYKI**

CZYM JEST LUB MOŻE BYĆ DLA OSOBY  
STARSZEJ AKTYWNOŚĆ WOŁONTARYSTYCZNA?

*Argumenty dla  
niezdecydowanych*

## ADAPTACJA DO XXI WIEKU

Wolontariat w opinii dojrzałych osób to sposobność do uczenia się, zdobywania doświadczeń, rozwoju umiejętności, współpracy i poprawy relacji z młodymi ludźmi, radzenia sobie we współczesnym świecie

## PREWENCJA SAMOTNOŚCI

Czyli życie w otoczeniu ludzi. Wolontariat stwarza okazję regularnego kontaktu z innymi, pozwala poznać nowe osoby. Często jest pracą zespołową, co dodatkowo daje poczucie wsparcia grupy.

## SAMOREALIZACJA

Odnalezieniem nowych ról w życiu na emeryturze, pewności siebie i swojego miejsca – poczucie bycie potrzebnym. Seniorzy mają bogate doświadczenie życiowe (nie tylko zawodowe), które mogą wykorzystać jako wolontariusze, a pomaganie innym to wejście w rolę mentora.

## ZDROWIE PSYCHICZNE I FIZYCZNE

Seniorzy wolontariusze rzadziej cierpią na depresję oraz demencję, są aktywni, mają więcej okazji do ruchu i motywacji do regularnego trybu życia. Zamiast biernie czekać na pogłębiającą się starość, podejmują wyzwania, które są treningiem dla ciał i mózgów.

Udział w działaniach na rzecz społeczności w ramach wolontariatu wiąże się z dobrostanem psychologicznym, który objawia się wzrostem satysfakcji życiowej, podniesieniem samooceny, ograniczeniem narażenia na stres oraz nabyciem zdolności redukowania go.

Ponadto zwiększa długość życia poprzez rosnącą adaptację do zmieniających się warunków życia.



---

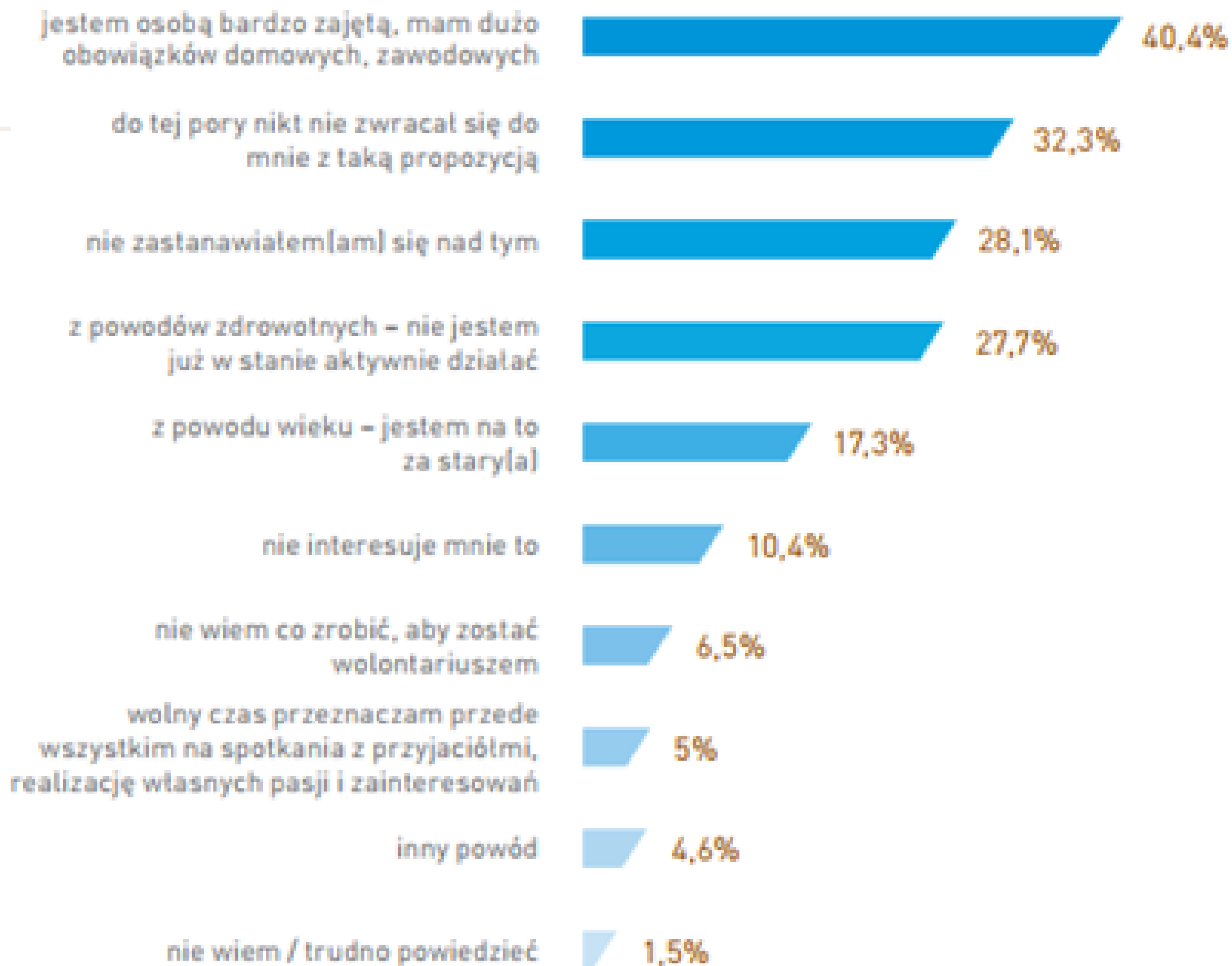
*Badania o  
wolontariacie  
seniorów*

## **Modele aktywności wolontarystycznej osób starszych**

- zakorzeniony w kulturze ludowej i oparty na rodzinie model użyteczności i unikania bezczynności,
- model starości czasu wolnego upowszechniający się wraz z rozwojem kultury popularnej i kultury czasu wolnego,
- a także model aktywnej starości polegający na zaangażowaniu się osób starszych w działalność publiczną .

*źródło ; M. Rymsza, Niestarzejący się sektor w starzejącym się społeczeństwie*

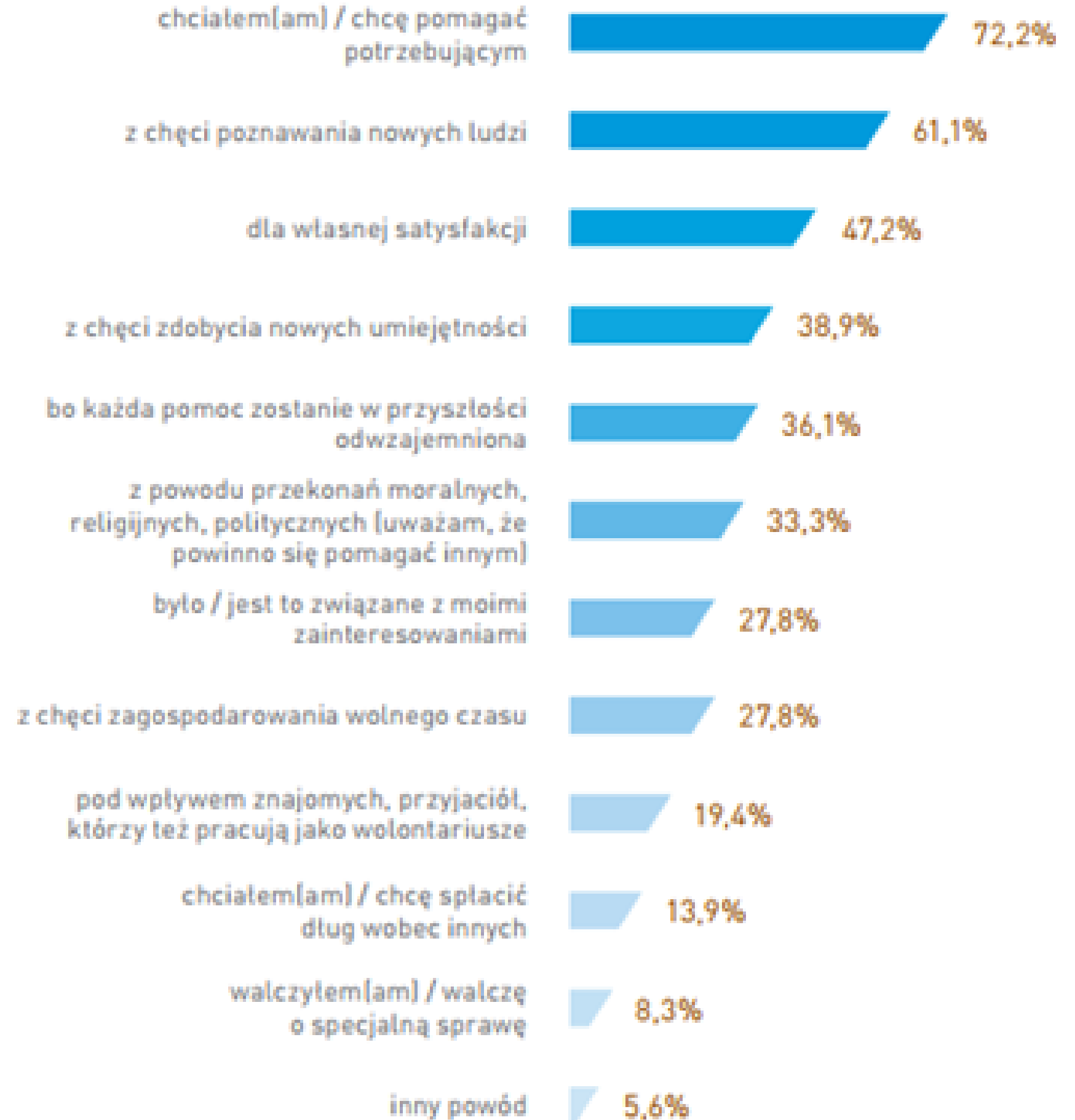
## Dlaczego nie pracuje / nie pracował(a) Pan(i) jako wolontariusz?



Źródło; Beata Tokarz  
Tomasz Schimanek,  
Same plusy.  
Wolontariat 50+  
prezentacja  
doświadczeń projektu  
Akademia Rozwoju  
Filantropii w Polsce  
2007

*Motywacja do  
wolontariatu  
opinie seniorów*

Z jakich powodów zdecydował(a) się Pan(i) zostać wolontariuszem?





ANALIZA BADAŃ „MIEJSKI MODEL  
AKTYWNOŚCI SPOŁECZNEJ SENIORÓW”.

Czy mamy  
problem?

# Niskie zainteresowanie osób starszych wolontariatem

*Determinanty  
wieku*

- Bariery świadomościowe
- Silnie utrwalone role społeczne
- Postawy i światopogląd seniora
- Deficyty informacyjne na temat wolontariatu
- Doświadczenia z młodości
- Czynniki zaufania społecznego specyfika niż poziom.

- **fasadowość oferty dla seniorów**, związana z faktem, że organizacje nie zawsze potrafią
- **stereotypowe postrzeganie seniorów**, więc organizacje nie wiedzą, czego oczekują sami seniorzy;
- **organizacje oczekują, że seniorzy sami do nich przyjdą** i „się zorganizują”;
- **organizacje nie są przygotowane** do zidentyfikowania potrzeb potencjalnego klienta w starszym wieku, bo, jak mówią przedstawiciele – nawet nie widzą, gdzie ich szukać;
- **bariery lokalowe oraz „finansowanie”** wolontariatu (nie wynagrodzenie, a np. koszty ubezpieczenia, szkolenia itd.)[i].
- **organizacje zajmujące się promocją wolontariatu w niewielkim stopniu kierują swoją ofertą do osób starszych;**
- **organizacje seniorskie nie promują wolontariatu wśród swoich członków i podopiecznych.**



Narodowy Instytut Wolności  
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego

WOLONTARIUSZ CZY POMOCNY SĄSIAD?

*Zapraszamy do dyskusji...*