

CIVILÚT

ÖNKÉNTES

M · A · G · A · Z · I · N

A CIVILÚT ALAPÍTVÁNY INGYENES KIADVÁNYA 2021/1





KÖZÖSEN AZ EGYÉNI ÉS TÁRSADALMI FELELŐSSÉGVÁLLALÁS ÚTJÁN

KÜLDETÉS

A Civilút küldetése, hogy felhívja a figyelmet az egyéni és társadalmi felelősségvállalás fontosságára az élet minden területén. Mert a felelősségvállalás nyitja meg az utat a segítő szándék és a cselekvő akarat előtt.

CÉLJAINK

Együttműködés

Az önkéntes munkavállalás ösztönzése

Szemléletformálás

Edukáció

A társadalmi felelősségvállalás erősítése

KAPCSOLAT

www.civilut.hu

info@civilut.hu

[facebook.com/civilutalapitvany](https://www.facebook.com/civilutalapitvany)

[instagram.com/civilut2020](https://www.instagram.com/civilut2020)

EGYÜTTMŰKÖDŐ PARTNEREINK





Tisztelt Olvasónk!

A Civilút Alapítvány nevében örömmel adjuk át az Önkéntes Magazin első számát. Miről is szól az Önkéntes Magazin? Első pillanatban azt gondoljuk, hogy egyszerű a válasz: az önkéntességről.

Az önkéntesség azonban – ahogyan magazinunk cikkeiből is kiderül – egy nagyon összetett dolog, hiszen az élet számos területére kihat. Eszköze az esélyegyenlőség fejlesztésének, hozzájárul a kirekesztés csökkentéséhez és pozitívan hat a mentális állapotunkra is. Úgy is fogalmazhatnánk, hogy az önkéntesség a társadalmi tőke legfontosabb építő ereje, segítségével fejlődik az egyének közötti együttműködés, működik a közösségek hálózata, erősödik a szolidaritás.

De talán ennél is fontosabb, hogy ma már az önkéntességnek presztízsértéke is van, és kutatások bizonyítják, hogy az önkéntesség szoros összefüggésben áll a boldogsággal és a jól-léttel.

A magazinunkban megszólaló önkéntesek is erről meséltek. Legyen szó Miklósa Erika Kossuth- és Liszt Ferenc-díjas operaénekesről, az Önkéntesség Magyarországi Éve 2021 nagykövetéről, Danics Dorottyról, a Civilút Alapítvány fiatal önkénteséről, vagy Tenner Annáról, a Lelenc Kutyamentő Egyesület agilis vezetőjéről, mindannyian azt mondják, hogy felemelő érzés önkéntesnek lenni; tudni, hogy jót teszünk másokkal.

Joggal merülhet fel a kérdés, hogy akkor miért nem vállalnak még többen önkéntes tevékenységet. Mert – mint az a Századvég magazinunkban is bemutatásra kerülő közvéleménykutatásából kiderült – sokaknak senki sem szólt, hogy számítanak rá, hogy hasznos lenne a segítsége.

Bízunk benne, hogy az Önkéntes Magazinnal hozzájárulunk egyrészt ahhoz, hogy még többen megismerjék azt a felemelő, szívet melengető érzést, amit az önkéntesség jelent. Másrészt segíteni szeretnénk a civil szervezeteknek, alapítványoknak, egyesületeknek, önkénteseket fogadóknak, hogy a kommunikáció segítségével minél többeket sikerüljön bevonni a tevékenységbe.

Mert jó önkéntesnek lenni!

Budapest, 2021. június

Ruttkay Réka
kuratóriumi elnök
Civilút Alapítvány

Miklósa Erika, az Önkéntesség Magyarországi Éve 2021 nagykövete

„Az önkéntességnek szívből kell jönnie”

„Amikor életemben először egy látássérültet kísérhettem egy futóversenyen, nekem az olyan katartikus élményt jelentett, hogy e tevékenységem onnantól koncentrálttá, tudatosává vált. Megpecsételődött bennem” – emlékezik vissza Miklósa Erika Kossuth- és Liszt Ferenc-díjas operaénekes, a Halhatatlanok Társulatának örökös tagja, aki az Önkéntesség Magyarországi Éve 2021 nagykövete.



Nem először vállalja el – idén Gundel Takács Gáborral együtt –, hogy megjelenítője, arca legyen az önkéntességnek, hiszen 2011-ben az önkéntesség magyarországi nagykövete volt. Hogy látja, ez alatt a tíz év alatt mennyire terjedt el hazánkban az önkéntesség eszméje?

– 2011-ben az a nemzetközi Önkéntesség Éve volt, a mostani pedig az Önkéntesség Magyarországi Éve. De ez nem jelent különbséget, tíz éve Magyarországon is voltak olyan programok, amelyekben részt vettem, nemzetközi szinten is képviseltem magam önkéntesként. Az önkéntesség gondolata mindenképpen nagyobb teret nyert ebben a tíz évben, a köztudat formálásában is. Nálunk is kezd már hangsúlyossá válni az önkéntesség szemléletmódja, hasonlóan a nyugati társadalmakhoz.

Mik voltak az első élmények, benyomások, amelyek az önkéntességre ösztönözték?

– Anyai nagyanyám, aki a katolikus hit szolgálatában folytatott karitatív tevékenységet, nekem „ős-példa” volt. Önkéntesként nevelt gyermekeket, tehát nem hivatásos nevelőszülőként munkálkodott. Bár nagyon szerények voltak a kereteink, a szüleim is nagyon sok dolgot tettek, ami szolgálatára volt az embereknek.





Miklósa Erika (a képen középen) önkéntesként egy látássérültet kísért egy futóversenyen. Mint mondta, ez számára meghatározó élmény volt.

Igen aktív művészeti tevékenysége mellett kiterjedt önkéntes tevékenységet végez. Nem okoz gondot a kettő összeegyeztetése?

– Amikor 2011-ben a nemzetközi önkéntesség követévé váltam, azt gondoltam, akkor leszek hiteles, ha legalább egy-egy eseményt elvállalok az év minden egyes hónapjában. Az első program a „Fuss a fényben! Sport és Családi Nap” volt, ami a látássérültek sportolásának segítésére hívta fel a figyelmet. Ott, életemben először egy látássérültet kísérhettem egy futóversenyen, váltófutás volt. Nekem ez olyan katartikus élményt jelentett, hogy ez a tevékenységem onnantól koncentrálttá, tudatosná vált. Megpecsételődött bennem. Az önkéntességnek szívből kell jönnie. Rájöttem, ez a tevékenység nekem olyan sokat, olyan sok tapasztalatot ad, amitől én is csak többet tudok nyújtani a színpadon vagy a saját hivatásomban.

Előszeregettel keresik, szó-laltatják meg a művésznőt a Kárpát-medence minden szegletéből. Milyen szerepet játszik a határon túli magyarság az Ön életében?

– Nagyon fontosat, hiszen ebbe nőttek bele: édesanyám vajdasági származású, és gyermekkorom felét ott is töltöttem a nagyszülőknél, rokonoknál. Ma is gyakran látogatunk el a nagy, családi találkozókra, s így abszolút átérzem a határon túliak éhségét a szeretetre az anyaföld irányából.

Milyen tapasztalatai vannak azokról, akik az önkéntes munkába bekapcsolódnak, hogy látja, mit jelent ez egy ember életében?

– Én azt látom, hogy aki egyszer ebbe a tevékenységbe belekezd, nem tud többet ettől elszakadni. Nem lehet leírni, pénzre váltani a szeretet, a köszönet érzését, amit azoktól kapok, kapunk, akiknek segítünk. Azt látom, hogy az önkéntességért való egyszerű köszönet sokkal többet jelent, mint bármi az életben.

Dálnoki Zoltán



A kommunikáció és a személyes meghívás még többek számára vonzóvá teheti az önkéntességet

Hányan vállalnak önkéntes munkát? Milyen gyakran? Milyen jellegű feladatokat végeznek el az önkéntesek? S vajon kik és miért nem vállalnak önkéntességet? Többek között erre kereste a választ az a közvéleménykutatás, amelyet a Nemzeti Önkéntes Stratégia keretében végeztek el.



Nagyszabású közvéleménykutatást végzett a Századvég az önkéntességről. Az országos, a teljes felnőtt lakosságra kiterjedő, kétezer fős, reprezentatív adatfelvételt egy interjúsorozat is kiegészítette és a kutatók figyelemre méltó megállapításokra jutottak.

A magyar felnőtt lakosság bő negyede, 27,4 százaléka, azaz megközelítőleg 2,2 millió felnőtt végzett önkéntes tevékenységet a kérdezést megelőző 12 hónap során. További 17,4 százaléka pedig a vizsgált időszakon kívül önkénteskedett. Vagyis a lakosság majdnem fele már részt vett önkéntes tevékenységben. Az is kiderült, hogy az aktív önkéntesek átlagéletkora 46 év és többségük vidéken lakik. Az önkénteseknek mindössze bő tizedét teszik ki a fővárosi lakosok.

Nagyon fontos változás, hogy öt év alatt 32,9 százalékról 45,1 százalékra nőtt azok száma, akik havi rendszerességgel vállalnak önkéntes tevékenységet. (A kutatást a Nemzeti Önkéntes Stratégia alapján öt évente végzik el – *A szerk.*) Hetedük megközelítőleg hetente, 2,8 százalékuk,



mintegy 65 ezer ember pedig szinte naponta volt aktív. Ők munka mellett, életmódszerűen végeznek ilyen jellegű tevékenységet. Szintén előremutató, hogy 2013-hoz képest 67,1 százalékról 54,2-re csökkent az alkalmi önkéntesek aránya, és csupán tíz százalék mondta azt, hogy csak egyetlen alkalommal csatlakozott önkéntes programhoz.

A kutatás azt is felmérte, hogy kiknek nyújtanak segítséget az önkéntesek. Akik formálisan, szervezeten vesznek részt önkéntes munkában – ez a megkérdezettek közel harmada – döntően (60 százalékban) civil szervezeteknek segítenek, de meglepő módon 40 százalék, akik az állami vagy önkormányzati szektorban tevékenykednek. Az egyházak esetében

22 százalék, a cégek esetében pedig 12 százalék ez az arány. (Az egyes területek között jelentős az átfedés.)

Az egyik legfontosabb megállapítása a felmérésnek, hogy nagyon sokan vállalnának önkéntes munkát, de még nem kérték őket ilyen feladatra. A megkérdezettek közel 30 százaléka mondta ezt. További hat százalék pedig úgy válaszolt, hogy nem volt hozzá társaság. A megkérdezettek negyede pedig nem gondolt még az önkéntességre.

Jól látható és a személyes interjúk alapján is elmondható, hogy a jelenleginél többen vállalnának önkéntességet, ha sikerülne megszólítani őket. Éppen ezért az önkéntesség fejlesztésének egyik lehetősége a kommunikáció, az információk eljuttatása az érintetteknek. Az interjúk során nagyon sokan kiemelték, hogy a személyes meghívás, a mentórállás nagyban segíti az önkéntességet – mutat rá a kutatás. B.L.

Danicsek Dorottya önkéntesként csatlakozott a Civilúthoz



„Azzal segíték, amihez értek”



A Civilút Alapítvány Varázsceruza – Rajzolj mosolyt! jótékonyági kezdeményezése hamar meghihlette Danicsek Dorottyát, hiszen szabadidejében ő maga is szívesen rajzol. Amikor tavaly hallott a Varázsceruzáról, az első gondolata az volt, hogyan tudna ő is segíteni valamivel, ami még több mosolyt csalhat a sérült gyermekek és fiatalok arcára. Innen jött az ötlet, hogy a színesceruzák mellett saját készítésű színezőkkel is kedveskedik nekik.

– A rajzolás mindig pozitív gondolatokkal tölt fel, biztonságérzetet ad, ezzel tudok igazán elmerülni a saját gondolataimban. Miközben a színezőkön dolgoztam, az járt a fejemben, hogy talán hasonló érzéseket adhatok vele a sérült gyerekeknek is. Szerintem így is lehet önkénteskedni, hogy azzal segíték, amihez értek – emelte ki Dóri, majd hozzátette, hogy az egész akció meghozta a kedvét ahhoz, hogy más területen is keresse a lehetőséget a segítségnyújtásra.



Emellett a saját korosztályában is gyakran lát példát arra, hogy a fiatalok szívesen végeznek önkéntes munkát.



A Nagycsaládosok Országos Egyesülete is csatlakozott a Varázsceruza akcióhoz. Ezúton is köszönjük az önkéntesek munkáját

Dóri a szüleinél már korán látta a példát, hogy mit jelent emberekkel foglalkozni, édesanyja mentésirányítással foglalkozik, édesapja pedig mentős.



Danicsek Dorottya önkéntesként kifestőket rajzolt fogyatékossgal élő gyerekeknek

– A személyes kapcsolódás szerintem még többet tud adni az önkéntes segítőnek. Amikor látom is a munkám eredményét, az még inkább inspirál arra, hogy később újra időt szánjak a mások felé fordulásra – zárta szavait Dóri.

Győri Livia

A Civilút Alapítvány a tavalyi évben hirdette meg először a Varázsceruza – Rajzolj mosolyt! jótékonyági akciót, amelynek keretében fogyatékossgal élő gyermekeknek és fiataloknak gyűjtöttek színes ceruzákat, rajzeszközöket az Értelmi Fogyatékossgal Élők és Segítőik Országos Érdekvédelmi Szövetségével együttműködésben. Szeptember végéig összesen 6265 csomag rajzeszköz gyűlt össze, amelyeket a Szociális és Gyermekvédelmi Főigazgatóság által fenntartott intézményeknek adtak át. A kezdeményezéshez Szandi is csatlakozott. A Varázsceruza idén is folytatódik, a jótékonyági gyűjtés augusztusban indul.

A jótékonyági gyűjtést Szandi is segítette





Belülről jött, hogyan segíteni kell

Mintegy 40, gazdára váró kutya él a Lelenc Kutyamentő Egyesület vácrátóti menhelyén. Tenner Anna, az egyesület vezetője nemcsak az ő sorsukat igyekszik jobbra tenni. Segítő, szervező tevékenységét betegsége miatt az utóbbi években kerekesszékekbe kényszerülve is a rá jellemző agilitással látja el.

„Civilben” az Újpesti Családsegítő Szolgálatnál dolgozott. Diákkori élménye indította el ezen az úton: „Szembesültem az osztálytársaimat és családtagjait megismerve a szegénység bizonyos formáival, szenvedélybetegségekkel és állattartási problémákkal is. Belülről jött, hogy segíteni kell”.

A Lelenc megalapítása előtt a későbbi alapító csapat egy része már korábban együtt tevékenkedett, az Illatos úti – akkor még sintértelepről – mentettek kutyákat. Tenner Anna, hogy a feladatok és a felelősség is szabályozva legyenek, bejegyzett egyesületet hozott létre 2004-ben.

A Lelenc Kutyamentő Egyesület Vácrátóton működik, és szívesen fogadja az önkéntesek segítségét. Van is jelentkező,

hiszen a diákok itt is teljesíthetik az ötven órás közösségi szolgálatot. Nemcsak a környékbeli fiatalok, hanem még a gödöllői gimnáziumok diákjai is járnak a menhelyre. Ráadásul nemcsak „letudják” az ötven órát, sokan később is rendszeresen visszajárnak a menhelyre önkéntesként.



Az egyesület más területen is segítséget nyújt. Jó kapcsolatban állnak a veresegyházi önkormányzattal, az Oltalom Egyesülettel tartják a kapcsolatot és az intézménybe nem integrálható embereket fogadják. Vannak, akik két-három hónap után elmennek, de András már tíz éve a csapattal van. – Korábban nagyon súlyos alkoholbeteg volt, most már jó ideje tiszta – emeli ki az egyesület vezetője kis győzelmeik egyikét.

Dálnoki Zoltán



A Civilút Alapítvány 2021 áprilisában online, szakmai állatvédelmi konferenciát rendezett Az állami szervek és a társadalmi szervezetek szerepe, feladata és lehetőségei az állatvédelem területén címmel. A tanácskozásra meghívott szakemberek a jogszabályok, a tudomány és a civil szervezetek szemszögéből vizsgálták meg az állatvédelem helyzetét és legfontosabb kérdéseit. A konferencia videóanyaga elérhető a Civilút Alapítvány honlapján: www.civilut.hu.

A fogyatékossgal élő emberek integrációját segítik – Önkéntesek is részt vesznek a programban

Elindult a Civilút Kapocs Komplex Mintaprogramja

A fogyatékossgal élő emberek társadalmi elfogadását erősítő Kapocs Komplex Mintaprogramot dolgozott ki a Civilút Alapítvány. Az országban elsőként Keszölcön indították el a Mintaprogramot, amelynek célja a szemléletformálás, a fogyatékos honfitársainkkal szembeni előítéletek csökkentése.

Keszölcön a közeljövőben az IRMÁK Nonprofit Kft. fenntartásában fogyatékos emberek bentlakását támogató intézmény jön létre, amelynek eredményeként több értelmi fogyatékossgal élő embertársunk is megkezdheti önálló életét a településen. A Kapocs Komplex Mintaprogram pedig segíti a fogyatékossgal élő emberek társadalmi integrációját megbízható szakmai és érdekvédelmi szereplők bevonásával, a már létező jó gyakorlatok lokális alkalmazásával.



Az ÖNÉ tagjai önkéntesként is segítik a szervezetet, szemléletformáló előadásokat tartanak

A Kapocs Komplex Mintaprogramban a Civilút Alapítvány összeköti a társadalom szereplőit, erősíti a közösségi integrációt és együttműködik a szakmai, valamint civil szervezetekkel. A programban helyet kapnak a köznevelési szemléletformáló előadások, figyelemfelhívó akciók, kommunikációs kampányok, valamint helyi rendezvények is, amelyek segítségével

bemutatjuk, hogy a fogyatékossgal élő emberek a helyi közösségek értékes tagjai.

A kesztölci programban elsőként a Mozgássérült Emberek Önálló Élet Egyesülete (ÖNÉ) tagjai tartottak előadást az iskolásoknak. Ungvári Mihályné Györgyi, az ÖNÉ elnöke mellett Almási Nikolett és Ungvári Mihály önkéntesként segíti az egyesület munkáját és a szemléletformálást.

KAPOCS KÁRTYA GYERMEKEKNEK

A Kapocs Komplex Mintaprogram része a Kapocs Kártya, amelyet speciális élethelyzettel élő gyermeket nevelő családok számára ingyenesen biztosít az Alapítvány. A Kapocs Kártyák segítségével a fogyatékossgal, illetve tartós betegséggel élő gyermekek beilleszkedését szeretné segíteni az Alapítvány.



A Kapocs Komplex Mintaprogram elindításáról együttműködési megállapodást írt alá Vízvári Csilla, az irmák Nonprofit Kft. ügyvezetője, Farkas Krisztina, Keszölc polgármestere és Ruttkay Réka, a Civilút Alapítvány kuratóriumának elnöke

A Kapocs Kártyák a mozgáskorlátozottsággal, látássérültséggel, hallássérültséggel, értelmi fogyatékossgal, beszéd- és nyelvi zavarokkal élő, illetve az autizmussal érintett gyermekeket segítik. A fentiek mellett külön kártya készült a cukorbetegséggel élő gyermekek számára is.

A Kapocs Kártyák igényelhetők a Civilút honlapján: www.civilut.hu. A kártyákat a Civilút Alapítvány térítésmentesen biztosítja.



A Kapocs Kártyák igényelhetők a Civilút honlapján: www.civilut.hu



Régen a mentősök is önkéntesek voltak

A Budapesti Önkéntes Mentőegyesület kocsija a Markó utcában 1896-ban (Fotó: Fortepan / Budapest Főváros Levéltára. Levéltári jelzet: HU.BFL.XV.19.d.1.10.254)

A Covid-19 miatt kialakult járványhelyzetben az Országos Mentőszolgálat megfeszített munkával biztosította a betegek ellátást, sok-sok helyszínre jártak ki tesztelni. Amikor felhangzik a jellegzetes szirénahang, csak kevesen gondolnak arra, hogy egykoron a mentősök is önkéntesek voltak.



A Budapesti Önkéntes Mentőegyesület központjának épülete a mai Markó utca sarkán, 1890 után (Fotó: Fortepan / Budapest Főváros Levéltára. Levéltári jelzet: HU.BFL.XV.19.d.1.07.159)

A Budapesti Önkéntes Mentőegyesület létrehozása Kresz Géza tisztiorvos nevéhez fűződik. Ő 1881-ben a londoni orvosi kongresszus kiállításán látta az angol mentőszervezetet és rögtön arra gondolt, hogy Magyarországon is nagy szükség lenne önkéntes mentőegyesültre. Gyűjtötte a nemzetközi tapasztalatokat, szervezkedett, és végül 1887. május 8-án megalakult a Budapesti Önkéntes Mentőegyesület 150 fővel.

Gyűjtést szerveztek, ebből sikerült hordágyakat és mentőkocsit vásárolni. Természetesen az akkori mentőkocsi meg sem közelítette a mai járműveket. Jelentkeztek az önkéntesek is: 260 orvostanhallgató vállalta az egyesületi tagságot (amelyért tagdíjat is kellett fizetni) és az önkéntes szolgálatot.

De nemcsak orvosok segítették az egyesületet, hanem a korabeli mesterek, vállalkozók is. Például ingyen kikövezték a mentőállomás udvarát, nyáron ingyen biztosították a jeget a mentősöknek és a lószerszámot is térítésmentesen adta a lószerszámokat.



Korabeli betegszállító mentőjármű és személyzete 1896-ban (Fotó: Fortepan / Budapest Főváros Levéltára. Levéltári jelzet: HU.BFL.XV.19.d.1.10.250)

Maga a központi mentőállomás az egykori Lipót-templom bazár 47. szám alatt volt (ez a mai Szent István-bazilika melletti tér), a szertár és az istálló a Bálvány utca (ma Október 6. utca) 16. számú házban volt. Később az állomásra bevezették a telefont is, amit összekötöttek az istállóval, ahol a lovak felszerszámozva álltak, hogy hívásra késedelem nélkül indulhassanak.

Már akkor biztosították azt is, hogy a járókelők figyeljenek a mentő közeledtére. A bakon ülő ápoló csengettyűvel, valamint piros zászlóval, éjjel pedig lámpással jelezte a mentőkocsi közeledését.

A mai mentőszolgálat Markó utcai székházát is Kresz Géza alapította 1890-ben.

B.L.

Önkéntes Magazin
Időszaki ingyenes kiadvány



Felelős kiadó: Civil Út Alapítvány

A kiadó címe: 1112 Budapest, Olt utca 23.

Web: civilut.hu; e-mail: info@civilut.hu, sajto@civilut.hu

A kiadásért felelős a Civil Út Alapítvány kuratóriuma:

- Tábori Tamásné Ruttkay Réka
- Gulyás Andrea
- dr. Szabó Zoltán

Szerkeszti a szerkesztőbizottság

Felelős szerkesztő:

- Blázsovcics Lívía

Nyomda:

• Europrinting Kft. 1185 Budapest, Lajta u. 3.

2021/1 lapszám megjelenése: 2021 június



Trokán Péter
színművész,
az Odaadó Nagykövete

LEGYEN ÖN IS AZ ODAADÓ KÖZÖSSÉG TAGJA!

www.odaado.hu

Az Odaadó Portál a szenior korosztálynak szól.

Tájékozódjon megbízható forrásból az Odaadó Portál Tudástárban!

Találjon rá azokra a szakemberekre, szolgáltatókra, segítőkre, akik odaadónak, megbízhatónak vallják magukat!

A regisztráció és a weboldal használata felhasználóknak és szolgáltatóknak is ingyenes.

A törődés Önnek is jár.

Regisztráljon a www.odaado.hu weboldalra!



Idős-
gondozás



Speciális
igénnyel élők
gondozása



Szakipari
szolgáltatók
/ ház körüli
munkák



Szakipari
szolgáltatók
/ személyi
szolgáltatások



Egészségügyi
szolgáltatás



Diétás
étkezés



Sport,
szabadidő



Háztartási
kiszolgálás



Kultúra,
oktatás

Az Odaadó Portál fejlesztője és üzemeltetője a Civilút Alapítvány.

