

Dobrovoľník na odľahčovanie



**Radi by ste sa stali veľkým kamarátom detí so špeciálnymi potrebami?
Chceli by ste umožniť ich rodičom oddýchnuť si a nabrať novú silu?
Mohli by ste sa venovať deťom v ich voľnom čase či pri učení?**

„Keď mi dieťa povedalo: „Vy ste iná ako asistentka v škole, vám môžem povedať všetko.“
pochočila som, že moja práca nie je iba o doučovaní, či strážení detí, ale o trvalých
priateľstvách. A keď mi dieťa povie: „Vôbec mi nevadí, že budem chodiť na doučovanie aj cez
prázdniny, však je nám spolu dobre,“ vtedy viem, že to má naozaj zmysel a pre mňa je to tá
najkrajšia odmena.“ odľahčovateľka Marika

Kontakt: Centrum Návrat v Bratislave - zuzana.kucharova@navrat.sk, Centrum Návrat v Banskej Bystrici -
eva.tetakova@navrat.sk, Centrum Návrat v Žiline - julia.simekova@navrat.sk, Centrum Návrat v Prešove -
adriana.krotka@navrat.sk

Čo budem robiť?

Pravidelne tráviť čas s dieťaťom a venovať sa spolu s ním dohodnutej činnosti. **Príklady aktivít:**

- doučovanie
- odprevádzanie do školy či na krúžok
- hranie sa
- byť veľkým kamarátom, ujom/tetou, starým rodičom či starším súrodencom, vzťah s ktorým dieťa postráda

Vykonávaniu odľahčovacej služby predchádza zoznámenie sa a uzavretie dohody s rodinou. Na začiatku stretnutí, na ktorých je prítomný aj pracovník Návratu, sa odkomunikujú a stanovujú cieľ pomoci, termíny, špecifiká dieťaťa a rodiny, miesto stretávania...

Kam budem chodiť?

Priamo do náhradných rodín a rodín, ktoré sa ocitli v náročnej životnej situácii. Prípadne po vybudovaní si vzťahu s rodinou a dohode s ňou sa deťom môžete venovať u seba doma alebo ísť spolu s nimi na výlet.

Kolko času si to bude odo mňa vyžadovať?

- podľa dohody s rodinou (napr. 1x týždenne 2 hodiny)
- záväzok najmenej na pol roka, potrebná je pravidelnosť stretnutí

Čo sa odo mňa očakáva?

- schopnosť prirodzene nadviazať kontakt s deťmi aj rodičmi
- vedieť dieťa usmerniť, zadať mu hranice
- vedieť vydržať aj nepohodu
- pri doučovaní dieťaťa disponovať konkrétnou znalosťou v danej oblasti

Zaradeniu dobrovoľníka do odľahčovacej služby predchádza skúsenosť s dobrovoľníctvom na klube náhradných rodín či na víkendovom pobyte resp. podieľanie sa na inej aktivite, ktorú zväži koordinátor dobrovoľníkov z daného Centra Návrat.

Čo mi to môže dať?

- spoznanie problémov a ľudí s rôznymi životnými príbehmi a v rôznej situácii
- príležitosť im pomôcť
- posunúť svoje zručnosti a skúsenosti ďalej a na dobrý účel

Čo mi Návrat ponúka?

- možnosť zúčastniť sa každé 3 mesiace na skupinovej supervízii*
- facilitáciu stretnutí a kontaktu dobrovoľníka s rodinou
- možnosť vypožičiavania si kníh z knižnice Návratu
- možnosť konzultácie pri písaní bakalárskych, diplomových prác , ktorú ponúkame len dlhodobým dobrovoľníkom v odboroch psychológia, sociálna práca

*supervízia poskytuje priestor na konzultáciu s odborníkom z Návratu, lepšie porozumenie sebe, deťom a práci s nimi , pričom jej forma sa v jednotlivých Centrách Návrat líši

**Spoznajte jednu z rodín, v ktorej pomáha odľahčovateľka Barbora -
https://www.youtube.com/watch?v=xXCoLi_fKYw**