

SFERA EDUKACJI  
REGIONALNE CENTRUM  
WOLONTARIATU



Działamy

Animujemy

Aktywizujemy





## **Regionalne Centrum Wolontariatu „Centerko”**

to biuro pośrednictwa pracy wolontarystycznej, promujące wolontariat jako formę aktywizacji. Powstało w 2008 roku z inicjatywy członków Stowarzyszenia “Pomost”.

Naszym celem jest rozwój profesjonalnego wolontariatu poprzez wzmacnianie kompetencji wolontariuszy oraz osób zarządzających ich pracą. Od lat doskonalimy i poszerzamy własny katalog szkoleń.

Realizujemy projekty na rzecz różnych grup społecznych. Wśród nas są wyspecjalizowani trenerzy z zakresu wolontariatu. Jesteśmy członkiem Ogólnopolskiej Sieci Centrów Wolontariatu. Posiadamy certyfikat „Organizacji Przyjaznej Wolontariuszom” programu Dobry Wolontariat.

Nasze wartości to:

**Rozwój – Pasja – Wiarygodność**

Zachęcamy Państwa do zapoznania się z naszą ofertą szkoleniową.

*Zespół RCW „Centerko”*

# Zarządzanie Wolontariatem



Szkolenie to ma na celu rozwój wiedzy, a także pozyskanie podstawowych kompetencji oraz umiejętności z zakresu zarządzania wolontariuszami. Podczas warsztatu uczestnicy poznają metody wdrażania programu wolontarystycznego, budowania współpracy zespołowej, jak również zagospodarowania potencjału poszczególnych wolontariuszy. Uczestnicy zdobędą wiedzę jak pozyskać, motywować i utrzymywać wolontariuszy. Pozną oraz przećwiczą sposoby efektywnej, uregulowanej prawnie, kooperacji z ochotnikami, której podstawą jest dobra komunikacja w zespole. Uczestnicy, którzy wezmą udział we wszystkich modułach szkoleniowych uzyskają certyfikat koordynatora pracy wolontarystycznej.

## **ADRESACI**

Szkolenie to dedykowane jest liderom, koordynatorom, pracownikom oraz wolontariuszom organizacji czy instytucji, zainteresowanym prowadzeniem programów wolontarystycznych i współpracą z wolontariuszami.

Zapraszamy wszystkich, którzy chcą pracować z grupą według sprawdzonych metod, w oparciu o najskuteczniejsze praktyki.

## **ZALETY**

Szkolenie oparte jest na metodologii wypracowanej przez Sieć Centrów Wolontariatu w Polsce, wzbogaconej o aspekty lokalne i wieloletnie doświadczenie współpracy z koordynatorami pracy wolontarystycznej. Ma na celu w pełni wykorzystać potencjał koordynatorów, wyposażyć ich w dodatkową wiedzę, podnosić efektywność poprzez rozwój umiejętności zarządzania innymi. Warsztat inspirowane do rozwoju programów wolontarystycznych w organizacji oraz do budowania postawy profesjonalnego i zaangażowanego menadżera wolontariatu. Szkolenie prowadzone jest z wykorzystaniem aktywnych metod warsztatowych, angażujących intelekt i emocje (prezentacje trenerskie, praca w parach, dyskusja na forum, gry szkoleniowe, zabawy edukacyjne). Kluczowymi elementami są: wzbogacenie

wiedzy z zakresu wolontariatu, trening umiejętności, rozwój osobistych kompetencji w tematyce szkolenia. Warsztat odbywa się w sesji dwudniowej, całościowo trwa 16 godzin (istnieje możliwość modyfikacji według potrzeb klienta). Jest prowadzony przez doświadczoną trenerkę – eksperta rekomendowanego przez Sieć Centrów Wolontariatu w Polsce.

## KORZYŚCI

Pozyskanie wiedzy z zakresu:

- aktów prawnych i dokumentów regulujących współpracę z wolontariuszami,
- źródeł, procesów i metod rekrutacji wolontariuszy,
- sposobów motywowania pozafinansowego.

Wzmocnienie umiejętności w obszarze:

- planowania i wdrażania programu wolontarystycznego,
- wyznaczania celów, delegowania zadań, monitoringu działań wolontariuszy,
- stosowania rozwiązań poprawiających współpracę z wolontariuszami w sytuacjach kryzysowych.

Budowanie tożsamości koordynatora wolontariatu:

- bilans mocnych stron i obszarów rozwojowych,
- tworzenie Indywidualnego Planu Rozwojowego.

*Jestem bardzo zadowolony ze szkolenia. Przede wszystkim poszerzyłem wiedzę o wolontariacie i pogłębiłem jej jakość. Dzięki szkoleniu stałem się pewniejszy i jeszcze mocniej wierzę, że wspólnie można dużo zrobić. Na szkoleniu mogłem wymienić się doświadczeniami z innymi.*

*To było ziarno, które zaowocowało żywą współpracą trwającą do dziś. Trenerka – pełen profesjonalizm. Jestem spełnionym koordynatorem, którego mottem są słowa Jana Pawła II: „Człowiek jest wielki, nie przez co posiada, lecz przez to kim jest; nie przez to co ma, lecz przez to, czym dzieli się z innymi”.*

Norbert Podawczyk,  
koordynator Klubu „Wolontariat ma sens”  
w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii nr 2 w Łodzi

# Wolontariat w pierwszych krokach



Szkolenie to ma na celu rozwój wiedzy i pozyskanie informacji z zakresu wolontariatu. Podczas warsztatu uczestnicy: poznają rodzaje i formy wolontariatu, obszary, w które mogą zaangażować się jako wolontariusze oraz praktyczne wskazówki dotyczące współpracy z organizacjami; analizują korzyści płynące z podejmowania działań wolontarystycznych; uczą się budować pozytywne relacje w zespołach wolontarystycznych oraz planować indywidualną ścieżkę rozwoju. Uczestnicy, którzy wezmą udział w szkoleniu uzyskają zaświadczenie potwierdzające przygotowanie do wykonywania świadczeń wolontarystycznych. Szkolenie trwa 4 godziny.

## **ADRESACI**

Szkolenie dedykowane jest osobom, które chciałyby zostać wolontariuszami, lubią pomagać innym oraz podejmować wielokierunkowe działania na rzecz podmiotów, czy społeczności lokalnych. Warsztat inspiruje i motywuje do kreowania pozytywnej postawy wolontariusza jako osoby zaangażowanej w sprawy lokalne i otwartej na zdobywanie nowych doświadczeń. W szkoleniu mogą brać udział osoby indywidualne, jak i grupy zorganizowane.

## **ZALETY**

Szkolenie oparte jest na metodologii wypracowanej przez Sieć Centrów Wolontariatu w Polsce, wzbogaconej o aspekty lokalne i wieloletnie doświadczenie we współpracy z wolontariuszami oraz koordynatorami pracy wolontarystycznej. Prowadzący stosuje aktywne metody warsztatowe, angażujące intelekt i emocje (prezentacje trenerskie, praca w parach, dyskusja na forum, gry szkoleniowe, zabawy edukacyjne). Kluczowe elementy szkolenia to: uzupełnienie wiedzy z zakresu wolontariatu, trening umiejętności uczestników, rozwój ich osobistych kompetencji w tematyce szkolenia. Niewątpliwymi zaletami szkolenia są „dobre praktyki” i doświadczenia ze zrealizowanych działań, którymi z uczestnikami dzieli się Regionalne Centrum Wolontariatu „Centerko”.



## KORZYŚCI

Po ukończeniu szkolenia uczestnicy będą:

- posiadali wiedzę na temat wolontariatu oraz jego prawnych aspektów,
- znali podstawowe rodzaje i formy wolontariatu oraz obszary, w które mogą się zaangażować,
- rozumieli czym jest, a czym nie jest wolontariat (fakty i mity),
- wiedzieli, w jaki sposób wyszukiwać i wybierać odpowiednią ofertę wolontariatu oraz jak efektywnie współpracować z daną organizacją,
- potrafili szukać rozwiązań w sytuacjach trudnych i problemowych,
- umieli planować własną ścieżkę kariery wolontarystycznej,
- mogli pracować indywidualnie oraz zespołowo w wybranych dziedzinach na rzecz społeczności lokalnych.

*Szkolenie było profesjonalne i łatwe w odbiorze. Wiem jak mogę współpracować z koordynatorem wolontariatu. Podobała mi się atmosfera”.*

Kasia, uczennica liceum ogólnokształcącego

# ABC wolontariatu w szkole



Szkolenie to ma na celu rozwój wiedzy i pozyskanie informacji z zakresu wolontariatu. Podczas warsztatu uczestnicy poznają rodzaje i formy wolontariatu, obszary, w które mogą zaangażować się jako wolontariusze oraz praktyczne wskazówki dotyczące współpracy z organizacjami. Ponadto, zdobędą wiedzę na temat: zalet i korzyści płynących z podejmowania działań wolontarystycznych; systemu motywacji oraz budowania pozytywnych relacji w zespołach wolontarystycznych; planowania indywidualnej ścieżki rozwoju.

## **ADRESACI**

Szkolenie dedykowane jest uczniom szkół gimnazjalnych oraz ponadgimnazjalnych zainteresowanym działalnością wolontarystyczną. Zajęcia mają na celu usystematyzowanie wiedzy młodzieży z zakresu wolontariatu, a także nabycie podstawowych umiejętności związanych z aktywnością społeczną.

## **ZALETY**

Zajęcia prowadzone są w sposób interaktywny, inspirują i motywują młodzież do kreowania pozytywnej postawy wolontariusza jako osoby zaangażowanej w sprawy lokalne, otwartej na zdobywanie nowych doświadczeń. Dodatkowym aspektem jest przygotowanie poradnika – scenariuszy ćwiczeń dla opiekunów Szkolnego Klubu Wolontariusza – pomocnego we wzmacnianiu potencjału wolontariuszy oraz planowaniu działań w przyszłości. Zajęcia zaplanowane są na 3 godziny lekcyjne.





## KORZYŚCI

Podczas warsztatu młodzież poznaje:

- rodzaje i formy wolontariatu w szkole i poza nią,
- prawne aspekty wolontariatu w warunkach szkolnych,
- obszary zaangażowania dla wolontariuszy w szkole i w środowisku,
- podstawy budowania zespołów wolontarystycznych,
- zalety płynące z aktywności wolontarystycznej,
- praktyczne wskazówki dotyczące działania w Szkolnym Klubie Wolontariusza.

*To jest dokładnie takie szkolenie jakiego oczekiwałem. Bardzo mi się podobała energia prowadzącej i autentyczne zachęcanie uczniów do wolontariatu. Plus za przystępność przekazu.*

Piotr Jaworski,  
koordynator Szkolnego Klubu Wolontariusza  
VIII Liceum Ogólnokształcące w Łodzi

# Aktywność obywatelska młodzieży - Szkolny Klub Wolontariusza



Szkolenie to ma na celu rozwój wiedzy i umiejętności z zakresu prowadzenia zajęć dla uczniów w obszarze aktywności obywatelskiej i wolontariatu, a także praktyczne zaangażowanie uczniów poprzez stworzenie w placówce Szkolnego Klubu Wolontariusza.

## ADRESACI

Szkolenie dedykowane jest nauczycielom, pedagogom, wychowawcom, koordynatorom Szkolnych Klubów Wolontariusza. Na szkolenie zapraszamy również nauczycieli wiedzy o społeczeństwie.

## ZALETY

Szkolenie oparte jest na wieloletniej praktyce współpracy Regionalnego Centrum Wolontariatu ze Szkolnymi Klubami Wolontariusza. Wzbogacone zostało o przykłady działań z Sieci Centrów Wolontariatu w Polsce. Tematyka zajęć wspiera realizację podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 27 sierpnia 2012 roku). Szkolenie ma na celu w pełni wykorzystać potencjał pedagogów, którzy bezpośrednio wpływają na kształtowanie postaw wśród młodzieży. Warsztat inspirowane do prowadzenia ciekawych, nieszablonowych zajęć dotyczących sfery aktywności obywatelskiej. Ponadto, wyposaża nauczycieli w narzędzia i techniki rozwoju programów wolontarystycznych w ramach Szkolnych Klubów Wolontariusza. Warsztat standardowo odbywa się w sesji dwudniowej, łącznie 16 godzin (istnieje możliwość modyfikacji według potrzeb klienta).



## KORZYŚCI

Wzrost wiedzy i umiejętności w obszarze:

- aktywności obywatelskiej na terenie szkoły,
- prawnych aspektów wolontariatu,
- prowadzenia ćwiczeń i wykorzystania narzędzi szkoleniowych z zakresu aktywności obywatelskiej oraz wolontariatu,
- planowania działań w Szkolnym Klubie Wolontariusza,
- wykorzystywania potencjału własnego oraz uczniów w przedsięwzięcia na rzecz szkoły i środowiska.

*Ogrom wiedzy, wiele inspiracji, ciekawe przykłady.  
Dziękuję za bardzo wartościowe szkolenie.*

Maciej Błaszczyk, nauczyciel  
Szkoły Podstawowej nr 1 w Tomaszowie Mazowieckim

# Wolontariusz jako lokalny animator



Szkolenie to ma na celu podniesienie umiejętności z zakresu animacji działań społecznych i tworzenia relacji ze społecznością. Dzięki zagadnieniom związanym z budowaniem relacji w grupie, komunikacją, rozwiązywaniem konfliktów oraz pracą nad stresem, uczestnicy nauczą się współdziałać zespołowo w procesie realizacji przedsięwzięć wolontarystycznych. Dodatkowo, wiedza na temat organizowania zabaw i tworzenia animacji wyposaża w dodatkowe narzędzia, przydatne w oprawie imprez i akcji wolontariackich.

## **ADRESACI**

Szkolenie skierowane jest dla osób, które ukończyły szkolenie podstawowe z zakresu wolontariatu lub posiadają doświadczenie w wolontariacie, są aktywni i mają predyspozycje liderowania oraz animowania działań społecznych.

## **ZALETY**

Warsztat inspirowany do budowania relacji społecznych w ramach prowadzonej działalności wolontarystycznej. Wyposaża uczestników w wiedzę i umiejętności animacji społecznej i liderowania. Uczestnicy doświadczają współpracy zespołowej, tworzą mini projekt animacyjny. Warsztat odbywa się w sesji dwudniowej, łącznie 16 godzin (istnieje możliwość modyfikacji według potrzeb klienta).



## KORZYŚCI

Uczestnicy poznają:

- możliwości i praktyki działań wolontariuszy-animatorów,
- własny potencjał jako animatora,
- narzędzia pracy animatora,
- podstawowe aspekty i mechanizmy psychologiczne, istotne w działaniach liderkich.

*Szkolenie „Wolontariusz jako lokalny animator” to wyjątkowe szkolenie, na którym mogliśmy nauczyć się współpracy w grupie oraz słuchania swoich potrzeb i potrzeb innych. Dodatkowo nie brakowało elementów tańca jako formy animacji.*

Kamil Dębicki, wolontariusz

# Roztańczony wolontariat



Warsztaty mają na celu wyposażenie uczestników w praktyczne umiejętności i narzędzia pomocne w organizacji, opowie i urozmaiceniu przeróżnych wydarzeń, imprez, czy akcji społecznych. Taniec i ruch to dobry sposób na tworzenie więzi, zachęcanie do zaangażowania i zwrócenie uwagi na prowadzoną działalność, za pomocą interaktywnej formy, bo wyzwalają wewnętrzną energię, radość.

Na potrzeby zgłaszane indywidualnie budujemy warsztat, zgodnie z preferencjami Zamawiającego. Istnieje możliwość wyboru motywu przewodniego zajęć. Czas warsztatu to 60 minut.

## Proponujemy:

- taniec nowoczesny – modne i współczesne rytmy młodzieżowe (hip-hop, salsa, reggaeton, house),
- fitness – nowoczesne formy gimnastyki,
- czas dla pań – lady styling i warsztaty z elementami salsy solo, afro, bachaty,
- ruch i zabawa dla najmłodszych – zajęcia muzyczno-ruchowe dla dzieci w wieku 6-8 lat z elementami animacji i nauki tańca,
- chwila zabawy i szaleństwa z muzykoterapią i choreoterapią – warsztaty prowadzone z wykorzystaniem metody MMRR Kieryłła, Orffa, Strauss, Josty, Klanzy, Sherborne i innych.

## ADRESACI

Szkolenie to skierowane jest do osób specjalizujących się w organizacji imprez, akcji, eventów oraz wszelkich wydarzeń o charakterze artystycznym i społecznym, w tym liderów oraz aktywnych wolontariuszy, koordynatorów wolontariatu. Preferowane są też grupy zorganizowane oraz organizacje i instytucje chętne do przeszkolenia swoich pracowników.

## ZALETY

Warsztaty bazują na wieloletnich doświadczeniach pochodzących z pracy z wolontariuszami zespołu Go Pomost! Volunteers Dance Group.

Dzięki tym warsztatom każdy uczestnik zyska wspaniałą inspirację i pomysł na zareklamowanie własnej placówki, zaangażowanie swoich podopiecznych oraz sposób na odregowanie, wyciszenie, kontakt ze sobą i innymi uczestnikami zajęć. Doświadczenia Regionalnego Centrum Wolontariatu „Centerko” w zakresie promocji wolontariatu tanecznego są popularyzowane w środowisku lokalnym oraz nagradzane w kategorii innowacyjnych rozwiązań (m.in. Grand Prix Festiwalu Sztuk Wszelakich). Warsztaty prowadzą dyplomowani instruktorzy tańca oraz specjaliści z zakresu pedagogiki tańca, z doświadczeniem w pracy z wolontariuszami oraz różnymi grupami społecznymi (seniorzy, osoby chore i niepełnosprawne). Każdy warsztat składa się z elementów: rozgrzewka, nauka podstawowych kroków, krótkka choreografia lub nauka zabaw i animacji, stretching i wyciszenie.

## KORZYŚCI

Dzięki udziałowi w warsztatach uczestnicy:

- zdobędą cenne inspiracje, przydatne w animacji przeróżnych akcji i imprez okolicznościowych,
- poznają nowoczesne narzędzia w pracy z wolontariuszami oraz podopiecznymi,
- nauczą się podstawowych elementów, kroków i choreografii w danej technice tanecznej,
- dowiedzą się jak łączyć taniec i ruch z wolontariatem,
- nauczą się wykorzystywać nabyte umiejętności w konkretnych działaniach.

*Osoby, które uczestniczyły w naszych zajęciach często łagodniały, zobaczyły, że można „wchodzić w buty” innych osób, zaczęły lepiej rozumieć świat, otwierają się na innych, a przez to same się zmieniają. Ludzie zamknięci w sobie zaczęli się uśmiechać, czuć swobodnie. Sama widzę po sobie, że przestałam być nerwowa, nabrałam cierpliwości, uczę się pokonywać własny słomiany zapal.*

Sylwia Kulak, roztańczona wolontariuszka

**Skorzystaj z naszej oferty - to bardzo proste!**

Szkolenia organizujemy na terenie województwa łódzkiego.  
Realizujemy również zajęcia na terenie Polski.

**Koszty szkolenia** oraz szczegółowy program i warunki realizacji  
**ustalane są indywidualnie** z każdym Klientem.

Kontakt z koordynatorem szkoleń:

**Magdalena Korczyk - Waszak:**

**magda@centerko.org**

**Regionalne Centrum Wolontariatu**

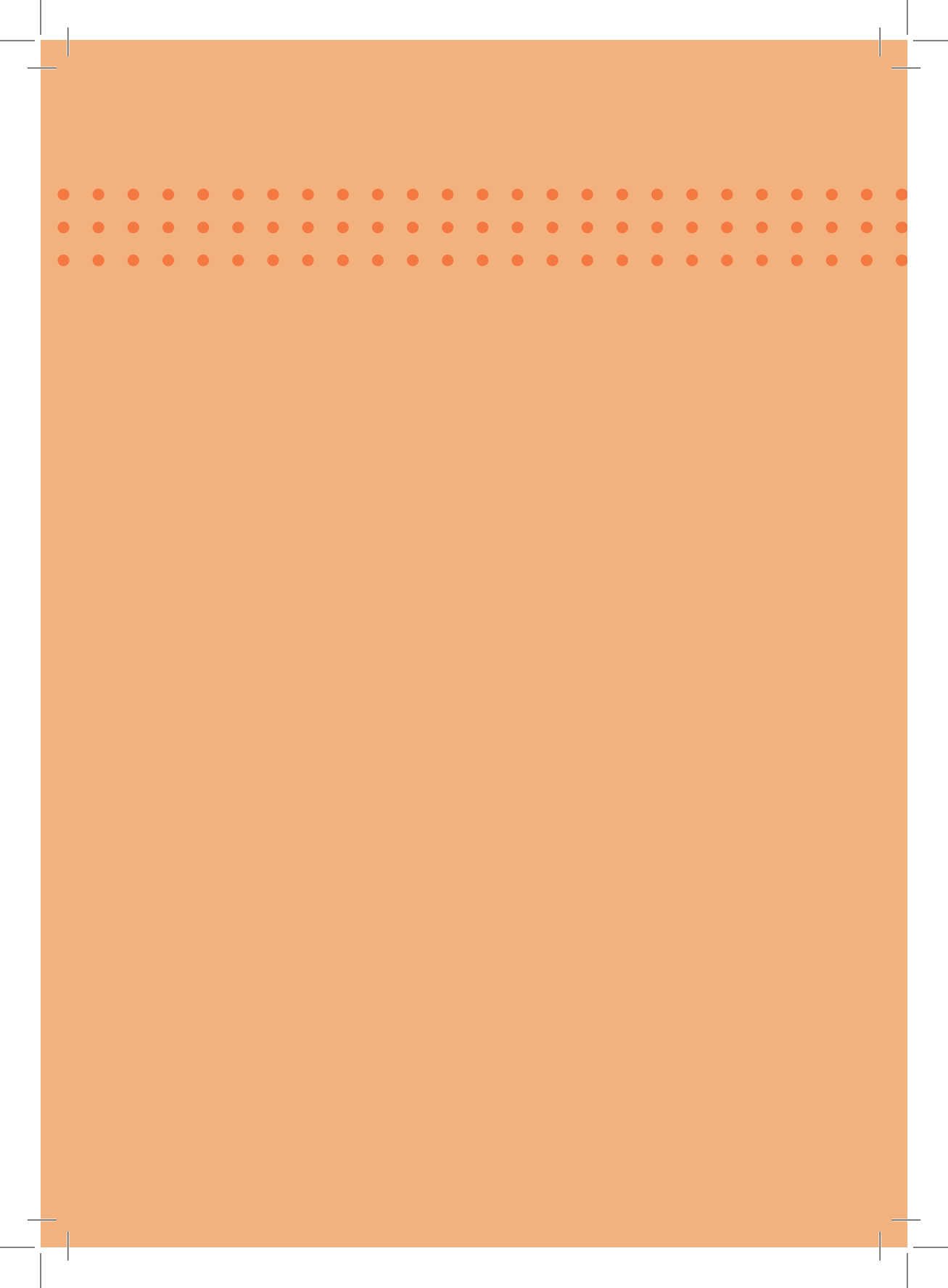


90-408 Łódź, Próchnika 7

tel.: 42 3070372, 513102508

e-mail: kontakt@centerko.org, www.wolontariat.org.pl/lodz





## Jak nas można wspierać?

- zostań wolontariuszem!
- polub nas na facebook'u:  
**[www.facebook.com/centerko/](http://www.facebook.com/centerko/)**
- podaruj nam 1% Nr KRS: **0000097425**
  - przekaż darowiznę na konto:  
**BGŻ S.A. Łódź 12 2030 0045 1110 0000 0020 5820**
- wesprzyj zbiórkę crowdfundingową  
**SiePomaga, FaniMani, zrzutka.pl**
  - zasil eko - zbiórkę  
plastyczne nakrętki, makulatura, płyty CD,  
stare telefony komórkowe, zużyte opakowania po tuszach
- „złap motyla Powszelatka” - kup cegiełkę za wybraną  
kwotę
- zostań naszym Darczyńcą lub Partnerem

Partnerem sfery edukacji jest firma PRADO.  
PRZESTRZEŃ ROZWOJU I INSPIRACJI

