



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ Β₂ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2023-24

| | |
|--|--|
| Σχολείο: | 14 ^ο Δημοτικό Σχολείο Καλαμάτας |
| Τάξη: | Β' |
| Τμήμα: | Β ₂ |
| Αριθμός μαθητών: | 17 |
| Συνολικός αριθμός εκπαιδευτικών που συνεργάζονται: | 1 |
| Στοιχεία εκπαιδευτικών (Όνομ/νυμο, Ειδικότητα): | Ευγενία Ξένου ΠΕ70 |

**Βασικός προσανατολισμός του ετήσιου Σχεδίου Δράσης
(ανάγκες μαθητών/τριών, όραμα σχολείου)**

Με τη φετινή εφαρμογή των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων, το βασικό όραμα της Σχολικής μας Μονάδας διαμορφώνεται σύμφωνα με το θεωρητικό πλαίσιο που διατρέχει το σύνολο του συγκεκριμένου αυτού προγράμματος. Στο επίκεντρο του οράματός μας βρίσκεται η καλλιέργεια των Δεξιοτήτων του 21ου αιώνα στις 3 βασικές κατηγορίες: α. δεξιότητες μάθησης (κριτική σκέψη, δημιουργικότητα, συνεργασία και επικοινωνία) , β. δεξιότητες αλφαριθμητισμού και γ. δεξιότητες ζωής (ευελιξία, ηγεσία, ανάληψη πρωτοβουλίας και παραγωγικότητα). Παράλληλα, στο επίκεντρο του οράματός μας βρίσκεται η ανάπτυξη των κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των μαθητών. Θεωρούμε ότι ο δυναμικός συνδυασμός όλων των προαναφερθέντων στοιχείων αποτελεί για τους μαθητές και τις μαθήτριάς μας το κατάλληλο υποστηρικτικό πλαίσιο για την προσωπική τους ευημερία και ευεξία αλλά και για τη μελλοντική εξέλιξή τους σε αυτόνομα, ενεργά και παραγωγικά μέλη της κοινωνίας.

Σε άμεση συνάρτηση με το όραμα της Σχολικής μας Μονάδας, οι στόχοι του σχολείου σε σχέση με τις ενδοσχολικές ανάγκες [κατά κύριο λόγο τις ανάγκες των μαθητών/τριών] θα εστιάσουν στα εξής:

- ✓ στη δημιουργία κλίματος εμπιστοσύνης και γόνιμης συνεργασίας τόσο μεταξύ των μαθητών όσο και μεταξύ των εκπαιδευτικών
- ✓ στην καλλιέργεια των βασικών δεξιοτήτων του προγράμματος «Εργαστήρια Δεξιοτήτων», με απώτερο στόχο την ολιστική ανάπτυξη της προσωπικότητας των παιδιών
- ✓ στην ευαισθητοποίηση των μαθητών για θέματα ζωτικής σημασίας, που αφορούν τόσο το ανθρωπογενές και το φυσικό μας περιβάλλον όσο και την προστασία του πλανήτη μας
- ✓ στη συνειδητοποίηση της ανάγκης μετάβασης από το «εγώ» στο «εμείς» καθώς και στη συνακόλουθη κινητοποίηση των μαθητών και μαθητριών και την ανάληψη δράσης για το κοινό καλό
- ✓ στην ανάπτυξη και εδραίωση αξιών όπως η συνεργασία, ο σεβασμός στη γνώμη του άλλου, η αγάπη για τον πλησίον, η αλληλεγγύη και η αποδοχή της διαφορετικότητας.
- ✓ στην εξοικείωση των παιδιών με τις Νέες Τεχνολογίες και τα ψηφιακά εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.

ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ Β₂ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2023-24



Θεματικός Κύκλος:
Ενδιαφέρομαι και ενεργώ – κοινωνική συναίσθηση και ευθύνη
 Επιμέρους Θεματική Ενότητα:
Εθελοντισμός - διαμεσολάβηση

Τίτλος/τίτλοι προγραμμάτων: «Νοιάζομαι και δρω»

Στόχοι Σχεδίου Δράσης

Στόχος του προγράμματος είναι να ευαισθητοποιηθούν τα παιδιά αναφορικά με το θέμα του εθελοντισμού. Να διαπιστώσουν εμπειρικά την αξία του εθελοντισμού όχι μόνο για τον ευεργετούμενο αλλά και για τον ίδιο τον εθελοντή, καθώς βέβαια και για το κοινωνικό σύνολο μέλος του οποίου είναι ο εθελοντής. Να αναγνωρίσουν ότι έχουν στο παρελθόν ευνοηθεί από εθελοντικές προσφορές και να συνειδητοποιήσουν ότι ακόμα και ως παιδιά μπορούν να προσφέρουν στο κοινωνικό σύνολο. Τα παραπάνω δε θα παραμείνουν στη θεωρία αλλά θα βρουν εφαρμογή κατά τη διάρκεια του προγράμματος με ποικίλους τρόπους.

Για το πρόγραμμα αυτό βασιστήκαμε πολύ σε προτάσεις και υλικό του προγράμματος «Νοιάζομαι και δρω» (Ίδρυμα Λαμπράκη και Σωματείο «Δεσμός»), ποικίλλοντας το με υλικό από την ιστοσελίδα εκπαιδευτικών «twinkle», προτάσεις από το ίντερνετ και δικό μας υλικό.

Διάρκεια: 23 διδακτικές ώρες. Περίοδος υλοποίησης: Ιανουάριος – Φεβρουάριος 2024

1^ο εργαστήριο - εισαγωγικό:
Βοηθώντας τους άλλους
 (3 ώρες)

1^η-2^η ώρα:
 Παιχνίδια για τη σύσφιξη των σχέσεων των παιδιών στην ομάδα (βλέπε Παράρτημα).
 3^η ώρα:
 -Ταινία «Μπούμεραγκ καλοσύνης» από τον σύνδεσμο: <https://www.youtube.com/watch?v=nwAYpLVyeFU>
 - Συζήτηση: Καθημερινές πράξεις που μπορούμε να κάνουμε για να βοηθήσουμε τους γύρω μας.

Εργαστήριο 2:
Τι είναι ο εθελοντισμός
 (6 ώρες)

1^η ώρα:
 - Οι μαθητές βλέπουν φωτογραφίες με εθελοντικές δράσεις από τη φωτοθήκη τού Νοιάζομαι και Δρω, στο <https://noiazomaikaidrw.gr/fotothiki/> (βλέπε Παράρτημα) και συζητούν για το περιεχόμενό τους: Τι κάνουν οι άνθρωποι στις φωτογραφίες; Γιατί το κάνουν; Διαβάζουμε και τα δύο κειμενάκια που αναφέρονται σε εθελοντικές δράσεις. Καταλήγουμε σε έναν πρώτο ορισμό του εθελοντή.

2^η ώρα:
 -Δίνεται στα παιδιά το έντυπο του Παραρτήματος. Διαβάζουμε τα κείμενα και προσπαθούμε να ξεκαθαρίσουμε ποιες από τις αναφερθείσες πράξεις αποτελούν πράξεις εθελοντισμού και ποιες όχι.
 -Διαβάζουμε το κείμενο-ποίημα του Παραρτήματος για τους εθελοντές.

3^η ώρα: Μαρτυρίες εθελοντών
 Οι μαθητές καλούνται να απαντήσουν γραπτώς αν έχουν κάνει ποτέ κάποια εθελοντική εργασία οι ίδιοι, πώς ένιωσαν και αν έχουν δεχτεί ποτέ οι ίδιοι βοήθεια από εθελοντή (βλέπε Παράρτημα)
 -Παρακολουθούμε τα παρακάτω βιντεάκια:
 Βίντεο για εθελόντρια τ ου ΣΚΕΠ: <https://www.youtube.com/watch?v=3OptXDKnvLA>
 Βίντεο για εθελόντρια του Emfasis: <https://www.youtube.com/watch?v=Q1oNSALbxUA>
 Βίντεο για εθελοντή φαντασμάτων: <https://www.youtube.com/watch?v=T4w1llqu7-g>

4^η ώρα:
 Γιατί γίνεται κάποιος εθελοντής - Παρουσίαση με κατασκευασμένες ιστορίες εθελοντών από την ιστοσελίδα twinkle (βλέπε Παράρτημα)

5^η ώρα:

| | |
|--|---|
| | <p>- Συζητάμε τις παρακάτω φράσεις: «Χρειάζεται ευγένεια ψυχής για να φυτέψεις τον σπόρο ενός δέντρου που θα δώσει σκιά σε ανθρώπους που ίσως δε γνωρίσεις ποτέ». (Ντέιβιντ Τρούμπλαντ) «Κάνε το καλό και ρίξ' το στο γυαλό» «Είναι η πράξη που μετρά, όχι τ' αποτελέσματα της πράξης. Μπορεί να μη μάθεις ποτέ ποια είναι τα αποτελέσματα των πράξεών σου, αλλά αν δεν κάνεις τίποτα, δε θα υπάρχουν αποτελέσματα». (Μαχάτμα Γκάντι) -Διαβάζουμε το βιβλίο της Τρέισι Κορντερό «Είναι μόνο ένα σκουπίδι» (εκδόσεις Τζιαμπίρης πυραμίδα) 6^η ώρα: -Σε χαρτί του μέτρου έχουμε φτιάξει ένα μεγάλο δέντρο. Σκεφτόμαστε και γράφουμε στα κλαδιά του τι μπορεί να προσφέρει ένας εθελοντής στους συνανθρώπους του. Στη συνέχεια γράφουμε στις ρίζες του τι κερδίζει ο εθελοντής. Τα παιδιά χρωματίζουν το δέντρο και το κρεμούμε σε εμφανές σημείο. -Αφήγηση ενός αρχαίου μύθου για την εθελοντική προσφορά: Προμηθέας</p> |
| <p>Εργαστήριο 3: Γνωριμία με οργανισμούς, φορείς, συλλογικότητες (2 ώρες)</p> | <p>1^η ώρα: Οι μαθητές χωρίζονται σε τριάδες. Κάθε ομάδα αναλαμβάνει να διαβάσει από κοινού ένα κείμενο για κάποιον φορέα αλληλεγγύης κι εθελοντισμού και να αντλήσει τις ακόλουθες πληροφορίες:1. Ποιο είναι το όνομα του φορέα, 2. Ποιους βοηθάει ο φορέας και 3. Με ποιον τρόπο τους βοηθάει (για τα κείμενα, βλέπε Παράρτημα). Σε επέκταση της δραστηριότητας θα προταθεί στους μαθητές να ψάξουν και στο σπίτι να βρουν περισσότερες πληροφορίες ή και εικόνες για τις δράσεις του συγκεκριμένου οργανισμού. 2^η ώρα: Τα μέλη κάθε ομάδας αποφασίζουν πώς θα μοιραστούν τις πληροφορίες που βρήκαν για να τις παρουσιάσουν στους συμμαθητές τους. Γίνονται οι παρουσιάσεις. Ακολουθεί συζήτηση.</p> |
| <p>Εργαστήριο 4: Οργάνωση εθελοντικής δράσης από μαθητές (τουλάχιστον 10 ώρες, ανάλογα με το περιεχόμενο της όμως μπορεί να συνεχιστεί ολόκληρη τη σχολική χρονιά)</p> | <p>1^η ώρα: Προτείνεται στους μαθητές να αναλάβουμε κι εμείς μια εθελοντική δράση. Ακολουθεί ιδεοθύελλα για να βρούμε τον τομέα δράσης μας. Προσπαθούμε να σκεφτούμε τι ανάγκες υπάρχουν στην τάξη μας, στο σχολείο μας, στην πόλη μας. Αφού καταγράψουμε όλες τις ιδέες των παιδιών στον πίνακα, σκεφτόμαστε σε ποιες από αυτές θα μπορούσαν οι ίδιοι οι μαθητές να προσφέρουν βοήθεια. Τελικά επιλέγεται μία από τις παραπάνω δράσεις για να την πραγματοποιήσουμε σαν τμήμα. Σε περίπτωση που οι μαθητές δυσκολεύονται ιδιαίτερα να σκεφτούν θέματα, καθώς η ηλικία τους είναι αρκετά μικρή, θα κατευθυνθούν από την εκπαιδευτικό προς τις παρακάτω πιθανές δράσεις: -Τα δευτεράκια βοηθούν τα πρωτάκια στα διαλείμματα -Αναζήτηση παιδιών που μένουν μόνα τους στα διαλείμματα. Προσφορά για συμπερίληψή τους στο παιχνίδι. -Βοήθεια στη σχολική βιβλιοθήκη (προσφορά βιβλίων, στολισμός αίθουσας, αναζήτηση δανεισμένων βιβλίων από παιδιά που τα καθυστερούν, ...) -Κατασκευή εικαστικού έργου για τον στολισμό του σχολείου -Προσφορά φυτών για τον στολισμό της τάξης ή του σχολείου. Ανάληψη της ευθύνης για τη συντήρησή τους. -Οργάνωση ανταλλακτικού ή χαριστικού παζαριού -Προσφορά παιχνιδιών/ βιβλίων που δε χρειάζονται πια σε παιδιά του σχολείου που τα έχουν ανάγκη. -Ανακύκλωση, όπου θα φέρνουν και συσκευασίες από το σπίτι τους. -Καθαρισμός ακτής σε συνεργασία με τους γονείς 2^η ώρα: Οργανώνουμε τι θα κάνει ο καθένας, θέτουμε χρονοδιάγραμμα, σκεφτόμαστε τρόπους προβολής της δράσης μας (πχ κατασκευή αφίσας) σε περίπτωση που αποφασίσουμε να καλέσουμε κι άλλους να συμμετάσχουν σε αυτήν. 3^η ώρα κι εξής: Πραγματοποιούμε τη δράση μας.</p> |
| <p>Εργαστήριο 5: Γενίκευση - Αξιολόγηση (2 ώρες)</p> | <p>1^η ώρα: - Οι μαθητές παρακολουθούν την μαθητική ταινία «Η ζωή μια ρόδα» (55ο Δ.Σ. Πάτρας) από τον σύνδεσμο: https://www.youtube.com/watch?v=ceWRNγKQ0jA -Προβολή: Ιδέες για βοήθεια που μπορούμε να προσφέρουμε σε άλλους στην</p> |

καθημερινότητά μας (Οι ιδέες προέρχονται από την ιστοσελίδα [twinkle](#)-βλέπε Παράρτημα)

2^η ώρα:

- Τι μπορώ να κάνω για να προσφέρω χείρα βοηθείας στους άλλους; Συμπληρώνω μέσα στο χέρι δράσεις που μπορώ να κάνω για να βοηθήσω τους γύρω μου.

- Προτείνεται από την εκπαιδευτικό να αναρτήσουμε για τις επόμενες 30 ημέρες ένα ημερολόγιο στην τάξη σαν το αντίστροφο των χριστουγέννων, στις τσεπούλες του οποίου θα κρύβονται προτροπές για να βοηθάμε τους άλλους στην καθημερινότητά μας. Κάθε μέρα ένα παιδί θα ανοίγει μία τσεπούλα και κατά τη διάρκεια της ημέρας οι μαθητές θα προσπαθούν να πραγματοποιήσουν αυτό που τους προτείνει η δραστηριότητα (βλέπε Παράρτημα)

-Συζήτηση: Τι μας άρεσε στο πρόγραμμα, τι καινούριο μάθαμε, τι αισθανθήκαμε, τι μας δυσκόλεψε.

1.1,2 Παιχνίδια για τη σύσφιξη των σχέσεων των παιδιών στην ομάδα, όπως προτείνονται από το πρόγραμμα «Νοιάζομαι και δρω». :

Με τα μάτια του άλλου

Υλικά: λωρίδες υφάσματος, όσες ο μισός αριθμός των μαθητών (προαιρετικά)

- α) Η ομάδα χωρίζεται σε ζεύγη, τα μέλη κάθε ζεύγους ορίζονται ως Α και Β. Κάθε μέλος Α («οδηγός») δίνει να μάτια του Β ώστε να μην μπορεί να δει. Εναλλακτικά, ο Β έχει τα μάτια κλειστά για όσο διάστημα διαρκεί η δραστηριότητα. Ορίζεται ένα ηχητικό σύνθημα (επιφώνημα, λέξη, ήχος κτλ.) για την έναρξη και τη λήξη της δράσης.
- β) Με το σύνθημα του εκπαιδευτικού, ο Α οδηγεί τον Β: Ο Α είναι πάντα πίσω από τον Β και με τα χέρια στην πλάτη του τον μετακινεί απαλά στο δωμάτιο. Μπορεί να συμφωνηθεί ότι κάποια αγγίγματα και κινήσεις δίνουν οδηγία για στροφή δεξιά, αριστερά, σταμάτημα κ.ο.κ. Εναλλακτικά, ο Α μπορεί να καθοδηγεί τον Β κρατώντας τον από το μπράτσο.
- γ) Όταν τα «τυφλά» παιδιά αισθανθούν ασφαλή και η κίνηση των ζευγαριών στον χώρο γίνεται με άνεση, ο εκπαιδευτικός μπορεί να δώσει σύνθημα να σταματήσουν και να ζητήσει από κάθε «οδηγό» να απομακρυνθεί μαλακά και να βρει ένα άλλο παιδί με κλειστά μάτια για να οδηγήσει. Η διαδικασία της αλλαγής «οδηγών» μπορεί να επαναληφθεί πολλές φορές.

Παραλλαγή: Ο εμπυκωτής καθορίζει έναν φανταστικό χώρο, π.χ., μια γέφυρα ή ένα δάσος, όπου θα κινηθεί ένα ζευγάρι. Ο Α έχει τα μάτια κλειστά και ο Β τον οδηγεί. Καθώς προχωρούν χέρι χέρι, ο Β περιγράφει τι βλέπει και ο Α συμπληρώνει με όσα ακούει, μυρίζει κτλ. Όλα αυτά τα περιγράφουν από τη φαντασία τους. Στη συνέχεια οι ρόλοι εναλλάσσονται.

Ενδεικτικές ερωτήσεις: Πώς αισθανθήκατε καθοδηγώντας τον άλλο; Πώς αισθανθήκατε όσο δεν βλέπατε; Θα μπορούσατε να κινηθείτε χωρίς οδηγό; Τι συνέβη όταν άλλαξε ο οδηγός σας; Θα θέλατε κάτι περισσότερο από τον οδηγό σας;

Πηγή: Γκόβας, Ν. (2001), *Για ένα δημιουργικό νεανικό θέατρο – ασκήσεις, παιχνίδια, τεχνικές*, Αθήνα: Μεταίχμιο

Άκουσε τον ήχο μου

Υλικά: λωρίδες υφάσματος όσες ο μισός αριθμός των μαθητών (προαιρετικά)

Μουσικά όργανα ή άλλα αντικείμενα που παράγουν ήχο (προαιρετικά)

- α) Οι μαθητές χωρίζονται σε ζευγάρια. Το ένα έχει κλειστά ή δεμένα τα μάτια, ενώ το άλλο κρατά στα χέρια του ένα μουσικό όργανο ή παράγει κάποιο ήχο με τα χέρια ή με το στόμα. Κάθε ζευγάρι θα πρέπει να έχει τον δικό του, διαφορετικό ήχο.
- β) Ο μαθητής με τα κλειστά μάτια, ακούγοντας τον ήχο, ακολουθεί τη διαδρομή που χαράζει το ζευγάρι του.

Το παιχνίδι παίζεται στην αρχή με ένα ζευγάρι και οι υπόλοιποι μαθητές κάθονται σε κύκλο. Μπαίνει ένα δεύτερο ζευγάρι και σταδιακά τα υπόλοιπα ζευγάρια.

Πηγή: Καμπέρη-Τζουριάδου, Ε. και Πανταζή, Στ. (2004), *Παιδαγωγικά παιχνίδια. Τεύχος Α: Παιχνίδια γνωριμίας, εμπιστοσύνης, συνεργασίας, Ι*, Ιωάννινα: Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων <http://hdl.handle.net/10795/256>

Δυο δυο

Υλικά: σπάγκος ή κορδέλα

Οι μαθητές χωρίζονται σε ζευγάρια. Ο εκπαιδευτικός δένει το δεξί χέρι του ενός με το αριστερό του άλλου. Στη συνέχεια τους δίνει οδηγίες για πράξεις που απαιτούν και τα δύο χέρια. Π.χ., «Δέστε τα κορδόνια σας», «Ξεφλουδίστε ένα πορτοκάλι» κ.ά. Οι μαθητές θα πρέπει να συνεργαστούν και να συντονίσουν τις κινήσεις τους.

Το παράξενο ζώο

Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες των τεσσάρων με έξι. Κάθε ομάδα σχηματίζει ένα φανταστικό ζώο. Τα πόδια του ζώου που θα δημιουργήσουν πρέπει να είναι δύο περισσότερα από τα μέλη της ομάδας. Για παράδειγμα, αν η ομάδα έχει τέσσερα μέλη, τότε το παράξενο ζώο πρέπει να έχει έξι πόδια. Οι μαθητές, όλοι μαζί, σαν ένα σώμα, πρέπει να κινηθούν από τη μια άκρη της αίθουσας ή της αυλής στην άλλη. Όλα τα μέλη της ομάδας πρέπει να έχουν σημείο επαφής με τουλάχιστον άλλο ένα μέλος της ομάδας, για να κινούνται μαζί. Ο εκπαιδευτικός τους ζητά, πριν ξεκινήσουν τη διαδρομή τους, να σκεφτούν τη στρατηγική που θα ακολουθήσουν και το πώς θα ξεπεράσουν τα εμπόδια που μπορεί να συναντήσουν.

Ενδεικτικές ρωτήσεις: Με ποιο τρόπο θα πετύχουμε όλοι μαζί; Τι πρέπει να κάνουμε; Ποιες δυσκολίες αντιμετωπίσαμε;

Πηγή: Ομάδα Αναλυτικών Προγραμμάτων Φυσικής Αγωγής (2014), Παιχνίδια Συνεργασίας, Κύπρος http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/synedria_seminaria/2013_2014/paichnidia_synergasias.pdf

2.1 Τι είναι εθελοντισμός – εικόνες





Η αυλή του σχολείου ήταν παραμελημένη και άχαρη. Οι μασκέτες είχαν σπάσει. Το χώμα στα παρτέρια ήταν σκληρό και δεν φύτευε τίποτα.

Παιδιά, εκπαιδευτικοί και γονείς πήραν την πρωτοβουλία να σχεδιάσουν με χρώματα στην αυλή του σχολείου επιδαπέδια παιχνίδια. Οι γονείς αποφάσισαν να επιδιορθώσουν τα παγκάκια της αυλής και να τοποθετήσουν κι άλλα. Τοποθέτησαν επίσης καινούριες μασκέτες. Συγκέντρωσαν χρήματα και αγόρασαν δίκτυ για βόλεϊ. Έφεραν μικρά δέντρα, που φύτεψαν κοντά στα κάγκελα της αυλής.

Τα παιδιά περιποιήθηκαν τα παρτέρια και φύτεψαν λαχανικά. Δεσμεύτηκαν ότι θα περιποιούνται τα δέντρα και τα λαχανικά, θα τα ποτίζουν, θα τους βάζουν λίπασμα και θα σκαλίζουν το χώμα.

Όλοι μαζί αποφάσισαν και διαμόρφωσαν μια γωνιά της αυλής σε χώρο για την ανάγνωση βιβλίων. Οι γονείς δεσμεύτηκαν ότι θα ανοίγουν κάθε Τετάρτη απόγευμα και κάθε Σάββατο πρωί τη βιβλιοθήκη του σχολείου, για να μπορούν τα παιδιά να δανείζονται βιβλία και, αν θέλουν, να τα διαβάζουν στη γωνιά ανάγνωσης της αυλής. Όσα παιδιά ήθελαν, με την επίβλεψη ενός γονιού, παλιού αθλητή, που προσφέρθηκε εθελοντικά, μπορούσαν να μάθουν βόλεϊ.

Η κυρία Ελένη πήρε την πρωτοβουλία δύο φορές τη βδομάδα να βοηθάει εθελοντικά στο Κέντρο Βρεφών ΜΗΤΕΡΑ, όπου ζουν εγκαταλειμμένα μικρά παιδιά. Έχει δεσμευτεί απέναντι στους ανθρώπους που εργάζονται στο ΜΗΤΕΡΑ ότι θα είναι συνεπής και αν κάτι της συμβεί και δεν μπορεί να πάει, να ειδοποιεί έγκαιρα.

Ανέλαβε να απασχολεί ένα απόγευμα τα παιδιά που μένουν εκεί κάνοντας μαζί τους δημιουργικό παιχνίδι. Μία φορά τη βδομάδα ανέλαβε να βγάζει βόλτα ένα από τα μεγαλύτερα παιδιά.



Ποια από τα παρακάτω αποτελούν πράξεις εθελοντισμού; Συζητώ.

Οι μαθητές του Α1 του γειτονικού γυμνασίου αποφάσισαν να φτιάξουν στο πάρκο φωλιές για τα πουλιά. Δεσμεύτηκαν να τις φροντίζουν τακτικά και όλο τον χειμώνα να τοποθετούν τροφή για τα πουλιά.

Στο σχολείο υπάρχει ένας μικρός κήπος. Οι μαθητές της Ε΄ τάξης πήραν την πρωτοβουλία να φυτέψουν μερικά λουλούδια. Πότισαν μια δυο φορές, όμως στη συνέχεια τον παράτησαν. Κανείς δεν προλαβαίνει να τον ποτίσει, αφού το διάλειμμα είναι για παιχνίδι και στο σχόλασμα όλοι βιάζονται να φύγουν.

Η Έλενα έχει πάρει την πρωτοβουλία κάθε Σάββατο να βοηθάει στην ταβέρνα της οικογένειάς της χωρίς να αμείβεται.

Η Ζωή ανέλαβε να ταΐζει τις γάτες που ζουν στην αυλή. Οι γονείς της υποσχέθηκαν πως αν για δύο μήνες τηρήσει τη δέσμευσή της, θα της αγοράσουν το παιχνίδι που έχει ζητήσει.

Η Ελένη δήλωσε ότι θα βοηθήσει εθελοντικά στο φεστιβάλ, φτάνει να της δώσουν την καλύτερη θέση στη συναυλία.

Η Εσρά, ο Παύλος, η Όλγα και ο Άρμπεν βοήθησαν δύο αθλητές των Παραολυμπιακών Αγώνων σε ό,τι χρειάστηκαν όσο καιρό έμειναν στην Αθήνα για τους αγώνες. Τους συνόδευσαν στις εξόδους τους, όταν κάποιος τους μιλούσε, μετέφραζαν στα αγγλικά, τους βοηθούσαν να κινηθούν με τα καρότσια τους.

Οι βροχές του χειμώνα κατέστρεψαν τον πλακόστρωτο δρόμο που οδηγούσε στην πηγή του χωριού. Όσοι ήθελαν να πάρουν νερό από την πηγή έπρεπε να κάνουν τώρα διπλάσιο δρόμο από ένα δύσκολο μονοπάτι.

Τα μέλη του πολιτιστικού συλλόγου του χωριού πήραν την πρωτοβουλία να φτιάξουν ξανά τον πλακόστρωτο δρόμο. Δύο φορές τον χρόνο τον ελέγχουν καλά, και αν υπάρχουν ζημιές, τις διορθώνουν.

Δύο μητέρες και ένας πατέρας αποφάσισαν να βοηθούν καθημερινά στη διανομή του φαγητού που στέλνει ο δήμος στο σχολείο για τα παιδιά των οικογενειών που έχουν μεγάλες οικονομικές δυσκολίες.

Οι περισσότεροι καθηγητές αποφάσισαν να κάνουν μία ώρα μάθημα μετά το σχολάσμα στα παιδιά από οικογένειες μεταναστών που δεν γνωρίζουν ακόμη καλά τα ελληνικά.

Στο σχολείο ανακοίνωσαν ότι αύριο οι Β΄ και Γ΄ τάξεις θα πάνε υποχρεωτικά για δενδροφύτευση.

Ο Γιάννης πήρε μέρος εθελοντικά, χωρίς να πληρωθεί, σε μια διαφήμιση για ελληνικά γιαούρτια.

Ο Νίκος δουλεύει εθελοντικά σε ένα οδοντιατρείο κάθε απόγευμα: σηκώνει το τηλέφωνο, κλείνει τα ραντεβού, εισπράττει την αμοιβή του γιατρού, κόβει τις αποδείξεις. Ο οδοντίατρος υποσχέθηκε ότι αν κάνει καλά τη δουλειά του και δεν λείψει ποτέ, μπορεί να τον προσλάβει ως υπάλληλο με αμοιβή.

Το σχολείο της Αναστασίας έχει μια μεγάλη βιβλιοθήκη με 1.500 βιβλία για παιδιά. Οι εκπαιδευτικοί έχουν φροντίσει να υπάρχει μια γωνιά ανάγνωσης με μαξιλάρια και δύο καναπέδες, για να μπορούν τα παιδιά του σχολείου να διαβάζουν ευχάριστα στον χώρο της. Ανοίγουν τη βιβλιοθήκη στο μεγάλο διάλειμμα, για να μπορούν τα παιδιά να δανείζονται βιβλία. Όμως ο χρόνος αυτός δεν είναι αρκετός.

Ο σύλλογος γονέων πήρε την πρωτοβουλία να ανοίγει τη βιβλιοθήκη δύο απογεύματα τη βδομάδα, ώστε να έρχονται όσα παιδιά θέλουν να διαβάζουν ή να δανείζονται βιβλία. Μερικά παιδιά αποφάσισαν να βοηθούν: να τακτοποιούν τα βιβλία στις θέσεις τους και να βοηθούν τα μικρότερα παιδιά στον δανεισμό.

Οι γονείς έκαναν ένα παζάρι και συγκέντρωσαν χρήματα για την αγορά καινούριων βιβλίων. Τα παιδιά και οι εκπαιδευτικοί βοήθησαν στο παζάρι και επέλεξαν τα βιβλία.

Είναι εθελοντισμός

Όταν υπάρχει μια ανάγκη
Όταν συμβαίνει μια καταστροφή
Όταν κάτι γύρω μας μπορεί να γίνει καλύτερο.

Όταν χρειάζεται να γίνει κάποια πράξη...

για το καλό πολλών ανθρώπων
για τη βελτίωση της ζωής τους
για να βοηθηθούν κάποιοι που αντιμετωπίζουν δυσκολίες
για την προστασία των ζώων
για την προστασία της φύσης
για να ομορφύνει ένας χώρος
για να γίνει μια εκδήλωση...

... Τότε υπάρχουν άνθρωποι
που νοιάζονται
που παίρνουν την πρωτοβουλία
που συμμετέχουν σε πρωτοβουλίες ομάδων
που αφιερώνουν τον ελεύθερο χρόνο τους
που αναλαμβάνουν δράση.

Χωρίς αμοιβή, χωρίς άλλο όφελος εκτός από την ικανοποίησή τους
να συμβάλουν σε κάτι που είναι καλό για όλους.
Επειδή πιστεύουν ότι είναι καλό να προσφέρουν,
να μοιράζονται με άλλους, που βρίσκονται σε δύσκολη θέση,
τις γνώσεις τους, τη δύναμή τους, όσα μπορούν να κάνουν καλά.
Επειδή πιστεύουν ότι έτσι ο κόσμος γίνεται καλύτερος για όλους.
Επειδή γνωρίζουν ότι όλοι μπορεί να βρεθούμε σε ανάγκη
και τότε να χρειαστούμε συμπαράσταση.

Οι άνθρωποι αυτοί είναι εθελοντές. Η δράση τους είναι ο εθελοντισμός.

Ο εθελοντισμός είναι μια δραστηριότητα που αναλαμβάνεις με τη δική σου θέληση για να βοηθήσεις σε καταστάσεις όπου υπάρχει ανάγκη.

Δεν αμείβεσαι για τη δραστηριότητά σου με χρήματα, αλλά ούτε με κάποιον άλλο τρόπο. Στον εθελοντισμό αναλαμβάνεις τη δέσμευση προς αυτόν που βοηθάς, να προσφέρεις υποστήριξη για όσο χρόνο χρειάζεται, αξιοποιώντας τον δικό σου ελεύθερο χρόνο, τις ικανότητές σου, τις γνώσεις σου. Μέσα από την εθελοντική δραστηριότητα μπορεί να αποκτήσεις νέες γνώσεις, φίλους, εμπειρίες, που θα σε βοηθήσουν στη ζωή σου.

Δεν είναι εθελοντισμός

- Αν για τη δράση σου περιμένεις ανταμοιβή ή σου έχουν υποσχεθεί κάποιο οικονομικό ή άλλο όφελος.
- Αν προσφέρεις τη δραστηριότητα αυτή στην οικογένειά σου.
- Αν από τη δική σου εθελοντική δραστηριότητα γίνεται διαφήμιση ή υπάρχει εμπορικό όφελος για κάποια επιχείρηση ή κάποιον επαγγελματία.

Πηγή: http://clic.det.nsw.edu.au/student_volunteering/students_commitment.htm
(ελεύθερη μετάφραση)

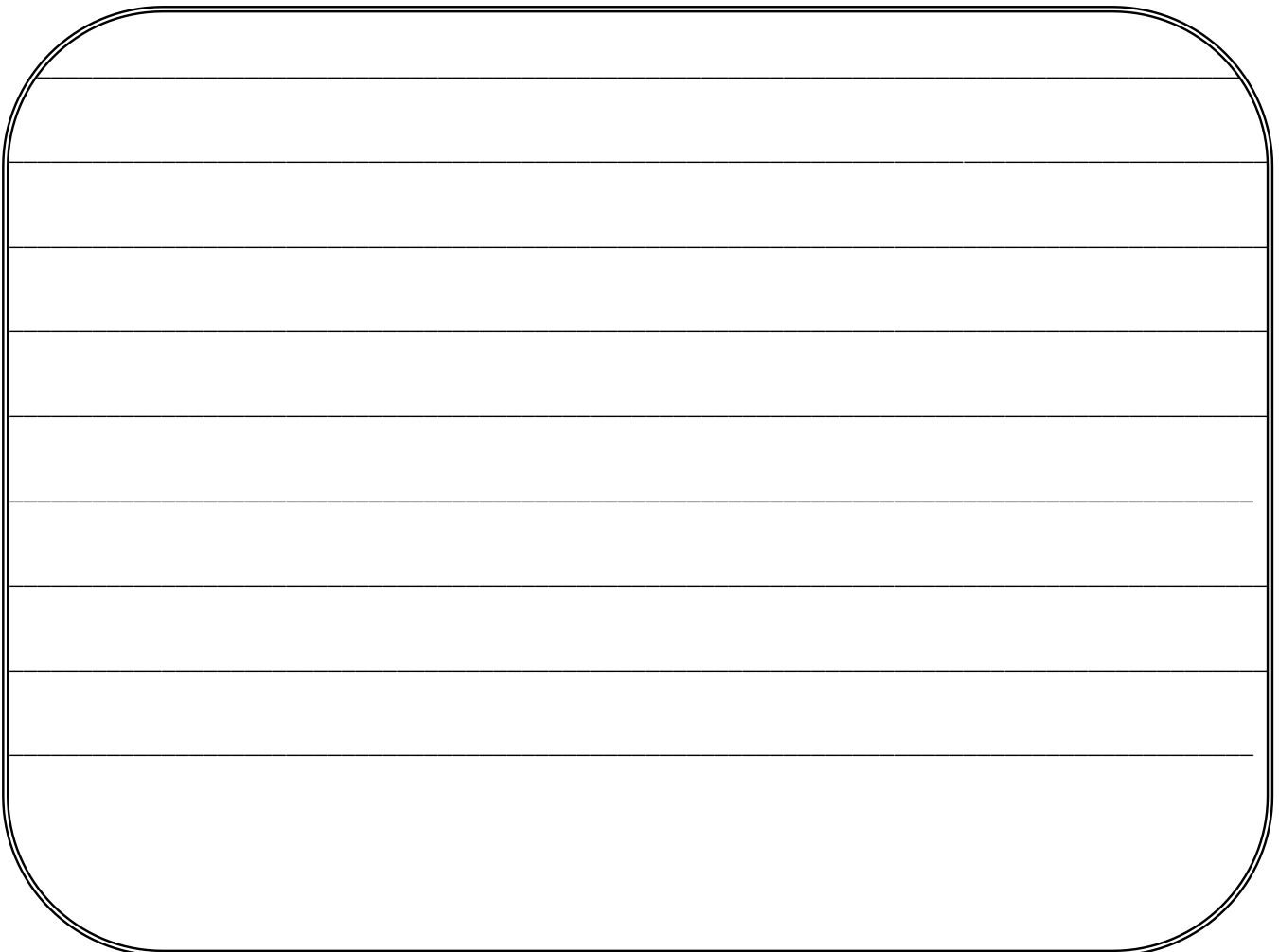
Σκέψου:

Έχεις κάνει κάποια δράση που θα την χαρακτήριζες «εθελοντισμό»; Πώς σε έκανε να αισθανθείς;



Έχεις ωφεληθεί από τη δράση κάποιου εθελοντή;

Για παράδειγμα: Σε βοήθησε κάποιος χωρίς αμοιβή στα μαθήματα; Έδωσε κάποια εθελοντική οργάνωση υλικό για το σχολείο σου; Κάθισες στη σκιά ενός δέντρου που φύτεψαν εθελοντές; Πήρες μέρος σε δραστηριότητες και παιχνίδια που οργάνωσαν εθελοντές στη γειτονιά σου; Αν ναι, γράψε λίγα λόγια γι' αυτό.



Ένας εθελοντής

Οι άνθρωποι γίνονται εθελοντές για πολλούς διαφορετικούς λόγους. Ας γνωρίσουμε κάποιους από αυτούς.

«Είμαι εθελοντής στην ομάδα μου του Taekwondo, όπου βοηθώ τα μικρότερα παιδιά. Νιώθω ότι βοηθώντας τα ανταποδίδω στην ομάδα μου τις ικανότητες που μου δίδαξε. Μου αρέσει να δουλεύω με μικρότερα παιδιά. Έχω δυο μικρά αδέρφια, οπότε μου φαίνεται εύκολο.

Έγινα εθελοντής για να δω από κοντά πώς είναι να βοηθάς τους άλλους.»



Ένας εθελοντής

Είμαι εθελόντρια στο γηροκομείο που φροντίζει τη γιαγιά μου. Αποφάσισα να γίνω εθελόντρια γιατί μου δίνει τη δυνατότητα να βλέπω τη γιαγιά μου τακτικά. Επίσης βοηθώ το προσωπικό του γηροκομείου για να τους ευχαριστήσω για τη βοήθεια που έχουν προσφέρει στη γιαγιά μου.

Οργανώνω δραστηριότητες και παιχνίδια για τους τροφίμους. Μερικές φορές παίζουμε κάρτες, μπίνγκο, σκάκι ή τάβλι. Πάντα είμαι βοηθός ενός ενηλίκου, μου αρέσει όμως πολύ να έρχομαι σε επαφή με τη μεγαλύτερη γενιά.



Ένας εθελοντής

Μια φορά την εβδομάδα προσφέρω εθελοντική εργασία μαζί με τους γονείς μου σε ένα κέντρο αστέγων. Μας εμπνέει. Είναι υπέροχο να βλέπεις πώς κάποιοι άνθρωποι προσφέρουν τόσα χωρίς να περιμένουν ανταπόδοση. Είμαστε μέλη ενός χριστιανικού σωματείου και πιστεύουμε ότι πρέπει να βοηθάμε το πλησίον μας. Είναι σημαντικό κομμάτι της πίστης μας. Βοηθάμε στην κουζίνα, ετοιμάζοντας το φαγητό και καθαρίζοντας. Δεν απαιτούνται ιδιαίτερα προσόντα, μόνο η προθυμία να προσφέρεις βοήθεια.



twinkl.com

Ένας εθελοντής

Είμαστε μια ομάδα μαθητών της Έκτης τάξης. Ορίσαμε ένα σημείο στο σχολείο μας, όπου μπορεί κάποιος να φέρνει αντικείμενα για να τα προσφέρει σε πρόσφυγες. Κανονίζουμε τα αντικείμενα αυτά να μεταφέρονται σε περιοχές όπου υπάρχουν ανάγκες. Αναστατωθήκαμε όταν είδαμε στην τηλεόραση τις φρικτές συνθήκες στις οποίες ζουν τα παιδιά των προσφύγων και θελήσαμε να τα βοηθήσουμε.



twinkl.com

Ένας εθελοντής



Έγινα εθελοντής στους αγώνες που διοργάνωσε το σχολείο μου γιατί ήμουν περήφανος που θα γίνονταν στο σχολείο μου. Ήθελα να βοηθήσω να πάνε όλα καλά. Ήταν πολύ ωραία. Λατρεύω τα αθλήματα. Ήταν αρκετά κουραστικό, γιατί δούλευα πολλές ώρες. Όμως μου άρεσε να βλέπω το χαμόγελο στο πρόσωπο των ανθρώπων και να με ευχαριστούν για τη βοήθειά μου. Ευχαρίστως θα ξαναγινόμουν εθελοντής!

3: Γνωριμία με οργανισμούς, φορείς, συλλογικότητες

Αξιοποιώντας το πλεόνασμα

Ο «Δεσμός» δημιουργήθηκε από μια ομάδα νέων ανθρώπων, τους οποίους συνδέει το όραμα για την αντιμετώπιση της ανθρωπιστικής κρίσης που βιώνει η χώρα μας.

Ο «Δεσμός» έχει στόχο την αξιοποίηση κάθε είδους πλεονάσματος, δηλαδή των περισσευόμενων αγαθών που έχουν είτε επιχειρήσεις είτε ατομικά ο καθένας μας, π.χ., φαγητά που έμειναν έπειτα από ένα γλέντι γάμου, ψωμί που περισσεύει στο τέλος της μέρας σε κάποιο φούρνο, το καρότσι ενός μωρού που μεγάλωσε, ρούχα κτλ.

Με ένα τηλεφώνημα ή ένα email στον «Δεσμό», κοινοποιώντας την προσφορά ή την ανάγκη σας, μπαίνετε σε ένα δυναμικό δίκτυο. Ο «Δεσμός» φέρνει άμεσα σε επαφή όσους διαθέτουν τα περισσεύματα με φορείς και ομάδες που τα δίνουν σε εκείνους που τα έχουν ανάγκη. Επίσης, παρέχει δωρεάν υπηρεσίες για την αντιμετώπιση διαπιστωμένων ανθρωπιστικών και κοινωνικών αναγκών.

Ένα μεγάλο κομμάτι του έργου του «Δεσμού» στηρίζεται σε εθελοντές, που προσφέρουν τον χρόνο τους είτε ατομικά είτε στο πλαίσιο μιας δράσης. Ενδεικτικά, οι εθελοντές προσφέρουν βοήθεια κατά τη διάρκεια παραλαβής και παράδοσης βαρέων αντικειμένων (π.χ., κρεβάτι, ψυγείο), διαλογή και οργάνωση της αποθήκης, δουλειά στον ηλεκτρονικό υπολογιστή, γραμματειακή υποστήριξη κ.ά.

Και όμως, μαζί μπορούμε να κάνουμε τον ουρανό να βρέξει πορτοκάλια! Έτσι νιώσαμε σε αυτή τη συναρπαστική δράση που πραγματοποιήθηκε στο Κοκκώνι Κορινθίας. Με τη βοήθεια του κύριου Παναγιώτη, ο οποίος μας διέθεσε το κτήμα του με πορτοκαλιές, μπορέσαμε μαζί με τους εθελοντές μας να συγκεντρώσουμε πάρα πολλά πορτοκάλια. Ο κόπος μας ανταμειφθηκε γιατί καταφέραμε να μαζέψουμε 840 κιλά ζουμερά και ολόφρεσκα πορτοκάλια.

Τα πορτοκάλια δόθηκαν σε οργανισμούς οι οποίοι τα μοίρασαν σε ανθρώπους που τα είχαν ανάγκη.

Πηγή: Δεσμός, <http://desmos.org>

Οι Γιατροί του Κόσμου Ελλάδας ιδρύθηκαν το 1990. Είναι μια ιατρική, ανθρωπιστική Μη Κυβερνητική Οργάνωση, μέλος του Διεθνούς Δικτύου των Γιατρών του Κόσμου. Το Δίκτυο αυτό αποτελείται από 15 αντιπροσωπείες (Αργεντινή, Βέλγιο, Γαλλία, Γερμανία, Ελβετία, Ελλάδα, Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής, Ηνωμένο Βασίλειο, Ιαπωνία, Ισπανία, Καναδάς, Λουξεμβούργο, Ολλανδία, Πορτογαλία και Σουηδία).

Αρχή της οργάνωσης είναι ότι κάθε άνθρωπος έχει δικαίωμα στην ανθρωπιστική βοήθεια, ανεξαρτήτως φύλου, καταγωγής, θρησκείας, ιδεολογίας. Μιλούν ανοιχτά για την καταπάτηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, όταν οι ίδιοι γίνονται αυτόπτες μάρτυρες.

Από την αρχή της δράσης τους, οι Γιατροί του Κόσμου Ελλάδας έχουν δημιουργήσει πλήθος προγραμμάτων στο εσωτερικό της χώρας αλλά και στο εξωτερικό, με στόχο να παρέχουν ιατρικές και άλλες υπηρεσίες σε ανθρώπους που δεν έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες υγείας και χρειάζονται ιατρική περίθαλψη. Στόχος των Γιατρών του Κόσμου είναι να κάνουν την υγεία βασικό ανθρώπινο δικαίωμα.

Μερικά από τα προγράμματά τους είναι:

- Εμβολιασμός παιδιών.
- Οδοντιατρική περίθαλψη οικογενειών που δεν έχουν την οικονομική δυνατότητα να την καλύψουν.
- Ιατρικός έλεγχος και παροχή περίθαλψης και φροντίδας, παροχή κουβερτών, ρούχων, παπουτσιών και ειδών ατομικής υγιεινής σε πρόσφυγες και μετανάστες που μόλις έχουν φτάσει στη χώρα μας, στα νησιά Λέσβος και Χίος.
- Παιδιατρική και Οδοντιατρική κινητή μονάδα για παιδιά που ζουν σε απομακρυσμένες περιοχές της Ελλάδας και αντιμετωπίζουν δυσκολία πρόσβασης σε υπηρεσίες υγείας για οικονομικούς ή κοινωνικούς λόγους.
- Στην Ουγκάντα (Αφρική) παρέχουν ιατρική υποστήριξη στους κατοίκους μιας περιοχής: έχουν αναλάβει να βρίσκουν κατάλληλα εκπαιδευμένο προσωπικό για το ιατρείο, να το εξοπλίζουν με ιατρικά μηχανήματα, να το εφοδιάζουν με όλα τα απαραίτητα φάρμακα. Εθελοντές γιατροί ταξιδεύουν στην Ουγκάντα και πραγματοποιούν εξειδικευμένες ιατρικές εξετάσεις, καθώς και εκπαιδευτικά προγράμματα για το προσωπικό της κλινικής.

Ελληνική Ορνιθολογική Εταιρεία

Η Ελληνική Ορνιθολογική Εταιρεία είναι περιβαλλοντική μη κερδοσκοπική οργάνωση με αντικείμενο την προστασία των άγριων πουλιών και των βιοτόπων τους στην Ελλάδα, θεωρώντας τα ως βασικά στοιχεία της ελληνικής φύσης. Από το 1982 εργάζεται ώστε να διασφαλίσει ένα βιώσιμο περιβάλλον για τα πουλιά αλλά και για τον άνθρωπο. Λειτουργεί ένα δίκτυο περισσότερων από 60 εκπαιδευμένων εθελοντών για τις καταγραφές πουλιών, ενώ παράλληλα συμμετέχουν πάνω από 1.000 άτομα κάθε χρόνο σε εθελοντικές δράσεις.

Στόχοι της οργάνωσης είναι:

- Η προστασία των πουλιών και των βιοτόπων τους μέσα από καταγραφές, έρευνα και μελέτη των άγριων πουλιών, όπως και την ανάδειξη, διαχείριση και προστασία προστατευόμενων περιοχών.
- Η ενημέρωση των πολιτών για το φυσικό περιβάλλον και τα άγρια πουλιά μέσω της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης και δράσεων ευαισθητοποίησης.
- Δράσεις προστασίας και διατήρησης σε περισσότερες από 60 σημαντικές περιοχές σε όλη την Ελλάδα.
- Μελέτη και παρακολούθηση 196 σημαντικών περιοχών για τα πουλιά σε όλη την Ελλάδα.

Emfasis

Η Emfasis ιδρύθηκε για να δώσει άμεσες και αποτελεσματικές λύσεις στις συνολικές ανάγκες ευάλωτων και κοινωνικά αποκλεισμένων συνανθρώπων μας (αστέγων, ανέργων, κάτω από το όριο φτώχειας, με προβλήματα διαφόρων ειδών εξαρτήσεων, μετακινούμενων παιδιών στον δρόμο κ.ά.), που ζουν κυρίως σε κατάσταση δρόμου ή υπάρχει μεγάλος κίνδυνος να μείνουν άστεγοι και οι οποίοι αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα επιβίωσης. Λειτουργεί με τις αρχές της *Κοινωνικής Εργασίας στον Δρόμο* (Social Street Work): προσεγγίζει, στηρίζει και ανακουφίζει με τα κλιμάκια των εθελοντών της (street workers), δίνοντας καθημερινά το παρών στους δρόμους της Αθήνας, παρέχοντας ανθρωπιστική, συμβουλευτική και οικογενειακή στήριξη.

Στηρίζοντας τα παιδιά με νεοπλασματική ασθένεια

Οι εθελοντές μας είναι μια δραστήρια και δυναμική ομάδα που στηρίζει με πάθος, ζήλο και ανιδιοτέλεια το έργο της «Φλόγας», συμμετέχοντας ενεργά στις δράσεις της, προβάλλοντας και προωθώντας το έργο της. Αφιερώνουν στον σύλλογό μας τον προσωπικό τους χρόνο, προσφέροντας ανάλογα με τις γνώσεις, τις εμπειρίες και τις ικανότητές τους. Η προσφορά τους είναι πολύτιμη.

Εθελοντές μας –επαγγελματίες από διάφορους χώρους (π.χ., γιατροί, αρχιτέκτονες, δικηγόροι, μαραγκοί, ζωγράφοι, φωτογράφοι κ.ά.)– προσφέρουν τις υπηρεσίες τους αφιλοκερδώς όποτε παραστεί ανάγκη.

Οι εθελοντές μας φροντίζουν για τη δημιουργική απασχόληση των παιδιών του Ξενώνα, με παιχνίδι, κουκλοθέατρο, κατασκευές, διάβασμα παραμυθιών κτλ.

Ειδικά για την απασχόληση στον Ξενώνα απαιτείται δέσμευση για σταθερή παρουσία για τις ημέρες και ώρες που συμφωνούνται εκ των προτέρων.

Πηγή: Φλόγα-Σύλλογος Γονιών Παιδιών με Νεοπλασματική Ασθένεια, <http://www.floga.org.gr>

Ιερά Μητρόπολη Δημητριάδος και Αλμυρού

Κάποιες από τις δράσεις που πραγματοποιούνται από την Ιερά Μητρόπολη Δημητριάδος και Αλμυρού (βρίσκεται στον νομό Μαγνησίας):

Κοινωνικό Φαρμακείο: μοιράζει δωρεάν φάρμακα σε όσους έχουν ανάγκη, ενώ ανακυκλώνει τα ήδη ληγμένα. Τα φάρμακα συγκεντρώνονται από προσφορά φαρμακοποιών και πολιτών.

Συσσίτιο: Καθημερινά προσφέρονται σε διαφορετικά σημεία της πόλης του Βόλου συνολικά 2.000 μερίδες φαγητού σε απόρους, ανέργους και αστέγους. Τα συσσίτια αυτά πραγματοποιούνται με την εθελοντική εργασία 300 γυναικών.

Σταθμός Πρώτων Κοινωνικών Βοηθειών: οι πολίτες προσφέρουν ρούχα, παπούτσια, κουβέρτες, κατεψυγμένα τρόφιμα, κονσέρβες, παιδικές τροφές μακράς διάρκειας. Τα είδη αυτά δίνονται σε ανθρώπους που τα έχουν ανάγκη.

Προγράμματα Ιατρικής Παρέμβασης - Γιατροί της Αγάπης: Γιατροί, φαρμακοποιοί, νοσηλευτές, οδοντίατροι προσφέρουν εθελοντικά υπηρεσίες στην Ελλάδα και στο εξωτερικό, σε κάθε άνθρωπο, ανεξάρτητα από φυλή, εθνικότητα, θρησκεία. Εξετάζουν και υποστηρίζουν ανθρώπους που δεν έχουν τη δυνατότητα να πάνε στον γιατρό ή στο νοσοκομείο.

Συμβουλευτικός Σταθμός Υποστήριξης Πολιτών: Εθελοντές δικηγόροι, συμβολαιογράφοι, λογιστές παρέχουν δωρεάν συμβουλές σε απόρους, ανέργους, ανασφάλιστους, μετανάστες. Συνεργάζονται κοινωνικοί φορείς του Βόλου, όπως ο Δικηγορικός Σύλλογος, ο Συμβολαιογραφικός Σύλλογος, ο Σύλλογος Φοροτεχνικών και Οικονομολόγων Λογιστών, ο Οδοντιατρικός και Φαρμακευτικός Σύλλογος.

Ίδρυμα Ηλικιωμένων: φιλοξενεί 25 άτομα τρίτης ηλικίας και λειτουργεί από δωρεές πολιτών. Στην φροντίδα των γερόντων βοηθούν εθελοντικά γυναίκες τις περιοχής.

Πηγή: Αποσπάσματα – διασκευή από κείμενα του ιστοτόπου της Ιεράς Μητρόπολης Δημητριάδος και Αλμυρού <http://imd.gr/site/mainpage> και από ενημερωτικό υλικό της Μητρόπολης.

Μπορεί κάποιες φορές να καταλαβαίνω καλύτερα από τους φίλους μου κάποιο μάθημα. Μπορώ να τους βοηθήσω εξηγώντας τους τι να κάνουν για να ολοκληρώσουν την εργασία τους.



Βοηθώ έναν φίλο να καταλάβει
τι πρέπει να κάνει στην τάξη

Όταν βλέπω τον φίλο μου να πέφτει στο διάλειμμα, μπορώ να ρωτήσω αν είναι καλά και να τον βοηθήσω να σηκωθεί ή να φωνάξω κάποιον δάσκαλο να τον βοηθήσει, αν χρειάζεται.



Βοηθώ έναν φίλο που έχει χτυπήσει

Όταν επισκέπτομαι τους παππούδες μου ή κάποιον άλλον ηλικιωμένο συγγενή, μπορώ να τους κάνω κάποιο θέλημα. Καταλαβαίνω ότι τα γηρατιά δημιουργούν δυσκολίες και τους βοηθώ όπου μπορώ επειδή είναι άξια μέλη της οικογένειας και της κοινωνίας.



**Βοηθώ τον παππού μου ή άλλον
ηλικιωμένο συγγενή**

Όταν κάποιος φίλος μου μαθαίνει ένα καινούριο άθλημα ή δεξιότητα, μπορώ να τον βοηθήσω, ενθαρρύνοντάς τον να πετύχει τον στόχο του.



**Βοηθώ έναν φίλο να αποκτήσει
μια νέα δεξιότητα**

Στην κοινότητά μου υπάρχουν πολλοί ηλικιωμένοι που χρειάζονται βοήθεια για καθημερινές τους δραστηριότητες. Μπορώ να τους βοηθήσω να μετακινηθούν αν χρειάζεται, να μεταφέρουν τα ψώνια τους κλπ.



Βοηθώ τους ηλικιωμένους της κοινότητάς μου

Μπορώ να βοηθήσω πολύ τους γονείς μου αν διατηρώ το σπίτι καθαρό. Μπορώ επίσης να φτιάξω κολατσιό ή κάποιο εύκολο πιάτο για την οικογένειά μου.



Βοηθώ στο σπίτι

Προσφέρω χείρα βοήθειας

Μπορείς να βάλεις ένα χεράκι για να βοηθήσεις κάποιον σήμερα; Μέσα στο χέρι γράψε τι μπορείς να κάνεις σήμερα για να βοηθήσεις στο σπίτι ή στο σχολείο.



5.2.2 Δραστηριότητες ημερολογίου καλοσύνης:

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| Άφησε τον αδελφό/ την αδελφή σου/ τον καλύτερό σου φίλο να κάνει κάτι που θέλει πρώτος/πρώτη | Φόρεσε γάντια, πάρε μία σακούλα και μάζεψε τα σκουπίδια από ένα σημείο όπου υπάρχουν από πολύν καιρό. | Την επόμενη φορά που θα δεις κάποιον λυπημένο ή θυμωμένο, ρώτησέ τον τι του συμβαίνει. Άκουσέ τον χωρίς να τον κρίνεις. | Ρώτα κάποιον σήμερα τι βοήθεια θα μπορούσες να του προσφέρεις. Κάνε ό,τι σου ζητήσει. | Πάρε τηλέφωνο τον παππού και τη γιαγιά ή κάποιον άλλο συγγενή που είναι μακριά. |
| Προσπάθησε να πεις κάτι όμορφο σε όποιον συναντήσεις. | Δώσε ένα λουλούδι σε κάποιον για να τον κάνεις να χαρεί. | Χάρισε ρούχα/ παιχνίδια που δε χρειάζεσαι. | Αντάλλαξε μικρά δωράκια με τους συμμαθητές σου. | Άσε λίγη τροφή και λίγο νερό για τα αδεσποτάκια της γειτονιάς. |
| Μοιράσου το φαγητό σου με κάποιον που το θέλει. | Κάνε ενθαρρυντικά σχόλια στους άλλους. | Κάνε μια ζωγραφιά για τους γονείς σου και πες τους πως τους αγαπάς. | Πλύνε τα πιάτα ή κάνε μια άλλη δουλειά του σπιτιού για να βοηθήσεις τη μαμά/ τον μπαμπά. | Δώσε λίγα χρήματα από τον κουμπαρά σου σε κάποιον που τα έχει ανάγκη. |
| Παίξε με ένα παιδί που δε γνωρίζεις. | Κάνε ένα δώρο σε κάποιον που είναι μόνος. | Πες σε κάποιον τι θαυμάζεις σε εκείνον. | Ταχτοποίησε το τραπέζι όπου κάνεις τα μαθήματά σου. | Ταχτοποίησε τα παιχνίδια ή/και τα βιβλία σου. |
| Μάζεψε τα λερωμένα πιάτα ή τα σκουπίδια χωρίς να σου το πει η μαμά. | Μοιράσου μια ευχάριστη ανάμνηση με κάποιον αγαπημένο. | Συγχώρεσε κάποιον ή δέξου τη συγγνώμη του. | Δείξε σε κάποιον πώς να κάνει κάτι που ξέρεις καλά. | Πότισε τα λουλούδια του σπιτιού. |
| Χαμογέλασε σε όποιον συναντήσεις. | Φύτεψε ένα σποράκι. Πότιζέ το συχνά για να φυτρώσει. | Φτιάξε κουλουράκια ή κάποια άλλη λιχουδιά και μοίρασέ τα στους γείτονές σου. | Κράτησε την πόρτα για να περάσει κάποιος. Τάισε τα πουλάκια. | Φτιάξε με φροντίδα και προσοχή ένα δωράκι για κάποιον που αγαπάς. Χάρισέ του το. |