

# EURO VOLUNTARIAT



Un ghid pentru tinerii care își doresc o experiență de voluntariat în străinătate!

# CE VEI GĂSI ÎN ACEASTĂ BROȘURĂ?

## ATRIBUȚII

Publicat de Eurodesk Brussels Link.

Tradus în limba română de către Alin-Constantin Ionescu, stagiar Eurodesk România.

### Editori:

Audrey Frith

Yurema Pallarés

Pla Grazia Cannarsa

### Designer:

Mónica Delmes

Copyright Eurodesk 2022.

10.5281/zenodo.675909

|   |                                                  |    |
|---|--------------------------------------------------|----|
| 1 | Despre publicație .....                          | 4  |
| 2 | Despre Eurodesk .....                            | 4  |
| 3 | Definește-ți experiența de voluntariat .....     | 5  |
| 4 | Descoperă-ți scopul și motivația .....           | 11 |
|   | ▪ Descoperă experiențele altora .....            | 13 |
|   | ▪ Stabilește ce vrei cu adevărat .....           | 13 |
| 5 | Tipuri de voluntariat .....                      | 16 |
|   | ▪ Pe termen scurt .....                          | 16 |
|   | ▪ Pe termen lung .....                           | 17 |
|   | ▪ Voluntariat online .....                       | 18 |
|   | ▪ Inițiative de voluntariat UE .....             | 19 |
|   | » Corpul European de Solidaritate.....           | 20 |
|   | » EU Aid Volunteers .....                        | 21 |
|   | » Alte tipuri de oportunități .....              | 24 |
| 6 | Fă-ți planul cât mai flexibil posibil .....      | 24 |
| 7 | Începe să aplici .....                           |    |
|   | 26 ▪ Pregătește-ți scrisoarea de motivație ..... | 27 |

1

## DESPRE PUBLICAȚIE

În fiecare an mii de tineri decid să facă voluntariat pentru o cauză dragă lor. Mediu, justiție socială, egalitate de gen, educație, bunăstarea animalelor sunt doar câteva dintre temele în care te poți implica, având un impact pozitiv în societate.

Motivația de implicare în activități de voluntariat poate avea la fel de multe cauze ca și numărul modurilor de a te implica. În această publicare vei afla mai multe despre voluntariat, îți vei explora motivele de a te implica și, cel mai important, vei decoperi o mulțime de oportunități, pentru startul experienței tale și pentru a profita la maxim de ea!



2

## DESPRE EURODESK

**Eurodesk** este o rețea de informare europeană pentru tineret, creată în anul 1990. Ca organizație de sprijin pentru Erasmus+, facem informația despre învățare și mobilitate comprehensivă și accesibilă pentru tineri și pentru cei care lucrează cu ei.

Cu o rețea de 39 de centre Eurodesk conectate la peste 1.600 de furnizori locali de informație, în 37 de țări europene, Eurodesk crește nivelul de conștientizare privind oportunitățile europene și încurajează tinerii să devină cetățeni activi.



3

DEFINEȘTE-ȚI

EXPERIENȚA DE VOLUNTARIAT



Voluntariatul poate avea multe forme și este înțeles diferit în funcție de țară, societate și tradițiile culturale. Unele motive sunt istorice (în unele țări cetățenii au fost forțați în trecut să întreprindă acțiuni de „voluntariat”), culturale (unele societăți sunt foarte axate să se ajute și este greu de spus unde începe, de fapt, activitatea de voluntariat) sau au legătură cu lipsa de remunerație caracteristică (dacă ar trebui sau n-ar trebui ca voluntarilor să li se ramburseze costurile din timpul voluntariatului).

Dar, în general, putem admite că voluntariatul se referă la orice acțiune voluntară, formală sau informală, derulată de **bună voie** de voluntari, **fără așteptări financiare**. Activitățile de voluntariat abordează, de obicei, **nevoi și preocupări umane, sociale sau de mediu** și se pot desfășura în sprijinul unei organizații non-profit sau al unei inițiative comunitare.



Știi că 34% dintre tinerii europeni afirmă în 2019 că se implicaseră în activități organizate de voluntariat în ultimele 12 luni? Peste o treime dintre tinerii din Irlanda (42%), Danemarca (39%) și Olanda (38%) au derulat o activitate de voluntariat. De asemenea, femeile sunt mai prezente în acțiunile de voluntariat decât bărbații.

Sursă:  
Flash Eurobarometer 478







Voluntariatul a devenit o prioritate pentru Uniunea Europeană în ultimele decenii. Tot mai multe oportunități de voluntariat sunt acum disponibile, inclusiv cu sprijin financiar. Prin urmare, opțiunile de a-ți dedica timpul unei cauze nobile s-au extins: de la accesul mai ușor la mijloace de transport, care te pot duce în cealaltă parte a lumii, la oportunități de finanțare care te ajută să te dedici full-time pe durata experienței tale de voluntar sau a oportunităților online – există o mulțime de opțiuni prin care să faci un bine în lume!

Știi că există o Cartă Europeană pentru drepturile și responsabilitățile voluntarilor?

Carta însumează drepturile și obligațiile voluntarilor și drepturile furnizorilor de voluntari, astfel încât să asigure faptul că accesul la oportunitățile de voluntariat și de cetățenie activă sunt drepturi, nu privilegii.



## VOLUNTARIATUL ȘI TINERII – CARE ESTE LEGĂTURA?

Implicarea în activități de voluntariat este un mod excelent pentru a începe să explorezi implicarea civică, pentru a deveni un cetățean activ și pentru a dezvolta abilități care pot face parte din profesia ta în viitor – nu știi niciodată prin ce experiențe îți poți descoperi potențialele talente!

În plus, voluntariatul este recunoscut ca fiind o modalitate foarte bună de a-ți cultiva spiritul critic și de a învăța să-ți ajustezi prioritățile privind implicarea în cauze sociale în funcție de credințele și valorile tale.

Avantaje suplimentare sunt prietenii pe care îi poți întâlni și care sunt interesați de aceeași temă ca tine, creându-se legături puternice și prietenii de durată!

Dață vrei să explorezi mai mult legătura dintre tineret și voluntariat, verifică website-ul acesta!



Știi asta? Un miliard de oameni la nivel global sunt voluntari activi și aproximativ unul din 3 tineri afirmă că fac voluntariat – aproape 600 de milioane în întreaga lume!

## VOLUNTARIATUL ȘI ODD-URILE

În anul 2015, liderii lumii au adoptat Agenda pentru Dezvoltare Sustenabilă 2030, care include un set de 17 Obiective de Dezvoltare Durabilă (cunoscute drept și ODD-uri) <sup>3</sup> pentru a eradica sărăcia, a lupta cu inegalitatea și cu schimbările climatice până în 2030. Și, într-adevăr, în cadrul Obiectivului cu numărul 17, grupurile de voluntariat – precum cele din care poți face parte! – sunt văzute în mod clar drept un actor cheie

### CUM POTI TU, CA VOLUNTAR, SĂ CONTRIBUI LA PROGRESUL SPRE ATINGEREA ODD-URILOR?

- crescând nivelul de conștientizare și mobilizând oamenii care oferă expertiză tehnică în domenii tematice
- modelând comportamente și atitudini, ajutând la crearea unei agende cu adevărat transformatoare
- încurajând cunoașterea și dispoziția de a contribui local la ODD-uri
- dezvoltând abilități de-a lungul unor domenii diferite
- colectând date, evaluând progresul ODD-urilor și profitând la maxim de expertiza locală



### CITATE

„Voluntariatul încurajează creativitatea, își adună puterea din pasiunile noastre și ne conectează cu cei care au cea mai mare nevoie de noi. Voluntariatul este un fenomen global care trece dincolo de granițe, religii și diferențe culturale. Voluntarii reprezintă valorile fundamentale ale dedicării, incluziunii, implicării civice și a sentimentului de solidaritate.”

Ban Ki Moon, Secretarul General ONU, Ziua internațională a Voluntarului, 5 decembrie 2015



Fotografie: Polina Zimmerman



## VOLUNTARIATUL ȘI OBIECTIVELE EUROPENE PENTRU TINERET

UE pune de asemenea voluntariatul în centrul Obiectivelor Europene pentru Tineret. **Obiectivul #7 „Locuri de muncă de calitate pentru toți”** cere recunoașterea abilităților acumulate în timpul experienței de voluntariat, în timp ce **Obiectivul #10 „Europa Verde Sustenabilă”** cere susținerea și consolidarea oportunităților pentru tineri de a face voluntariat în sectorul mediului.



Descoperă mai multe despre  
Obiectivele pentru Tineret aici:



„Voluntarii nu au neapărat  
timp, ei au un suflet mare.”

*Elizabeth Andrew, prima femeie  
care a întrunit Partidul Laburist în  
Țara Galilor*



Fotografie: Monstera



Fotografie: Zen Chung

Fotografie: Anna Shvets

Știi că data de 5 decembrie  
marchează Ziua Internațională a  
Voluntarului?

Este o ocazie globală de a celebra  
implicarea voluntarilor și a-i încuraja pe  
alții să devină voluntari.



## CE ESTE „VOLUNTURISMUL”?

Ai ghicit! Termenul „volunturism”, care  
a apărut în anii 1990, vine de la  
combinația cuvintelor „voluntariat” și  
„turism” și se referă la practici și  
activități mixte din sectorul  
voluntariatului și, respectiv, al  
turismului.

Acest lucru se întâmplă când:

- O persoană vizitează o țară străină  
și, în timp ce se află acolo, se  
hotărăște să se implice într-o  
experiență de voluntariat sau
- O persoană plătește o agenție (de  
obicei o sumă considerabilă) pentru un  
pachet de voluntariat în străinătate  
deja pregătit.

Practicile de **volunturism** sunt adesea  
criticate, punând sub semnul întrebării  
**dacă impactul este semnificativ la  
nivelul comunității locale, dacă  
progresul este atins în timp, prin  
comercializarea unei experiențe care  
ar trebui bazată pe solidaritate.**



## STRATEGIA UE PENTRU TINERET

Strategia UE pentru Tineret se  
intitulează oficial “Implicarea,  
conectarea și responsabilizarea  
tinerilor: o nouă strategie  
europeană de tineret” (2019-  
2027). UE subliniază că  
voluntariatul în străinătate e un  
mod de a crește implicarea civică  
a tinerilor („implicare”), o formă  
de mobilitate care îi aduce pe  
cetățenii europeni mai aproape  
unii de alții („conectare”) și  
îmbunătățește abilitățile tinerilor  
 („responsabilizare”).

Tinerii sunt în centrul procesului  
de consultare numit Dialogul  
tinerilor, gestionat împreună de  
Președinția Consiliului statelor  
membre, Comisia Europeană și  
de Forumul European de Tineret,  
în cadrul căruia te poți implica  
pentru a modela politicile care te  
afectează în mod direct, prin  
cooperare continuă între  
reprezentanții tinerilor și factorii  
de decizie.

În particular, ar trebui să fii atent/ă la oportunitățile care implică lucrul alături de copii, care se dovedește a nu fi prea util, poți găsi mai multe idei despre voluntariatul cu copii pe ChildSafe:

6



## MOBILITATEA TINERILOR VOLUNTARI ÎN UE

UE promovează voluntariatul de peste două decenii. În 2008, de exemplu, a adoptat **Recomandarea Consiliului privind mobilitatea tinerilor voluntari în Uniunea Europeană** <sup>7</sup>, care a fost revizuită în 2022 în contextul Anului European al Tineretului.

**Recomandarea** urmărește să faciliteze voluntariatul transnațional sub egida Corpului European de Solidaritate sau a altor entități la nivel național. Recunoaște contribuția esențială a voluntariatului pentru dezvoltarea abilităților și competențelor tinerilor, precum și rolul său pozitiv privind depășirea provocărilor societale.

7



Cum poți afla dacă oportunitatea în care vrei foarte tare să te implici este o practică de volunturism?

Verifică acest **toolkit de la Centrul European de Voluntariat** <sup>8</sup> pentru a-ți clarifica nelămuririle.

Toolkit-ul te va ajuta să verifici dacă oportunitatea dorită de voluntariat în străinătate ți se potrivește, precum și calitatea ei.

8



4

DESCOPERĂ-ȚI

SCOPUL ȘI MOTIVAȚIA



Odată ce te decizi să devii voluntar în orașul natal sau în străinătate, online sau în persoană, sosește și momentul să reflectezi la ce te motivează și de ce vrei să te implici în acea activitate specifică. Nu există răspunsuri greșite sau corecte, însă te va ajuta și să te cunoști mai bine.

De asemenea, te va face mai încrezător că propria ta contribuție contează și poate avea un impact mare!



„Îmbătrânind, vei descoperi că ai două mâini – una să te ajuți pe tine însuși, cealaltă pentru a-i ajuta pe alții.”

— Audrey Hepburn





## ȘTIAI CĂ VOLUNTARIATUL ESTE BUN PENTRU TINE?



Fotografie: Juan Mendez

Studiul privind impactul voluntariatului transnațional prin Serviciul European de Voluntariat (acum integrat în Corpul European de Solidaritate) arată un impact măsurabil asupra învățării și dezvoltării competențelor, precum și a angajabilității, cu focus specific pe rolul tinerilor cu oportunități reduse.

### Câteva întrebări care te pot face să reflectezi pot fi..

- De ce este această temă importantă pentru mine?
- Cum se aliniază acest proiect/ această organizație cu valorile mele?
- Ce așteptări am de la această experiență?
- Ce abilități îmi pot folosi cel mai bine pentru a contribui la proiect?
- Cum ajută acest proiect cauza și cum creează un impact pozitiv?
- Cât timp și energie pot dedica, realist vorbind, acestui proiect?

La fel de importantă ca motivația și cunoașterea de sine este... cunoașterea organizației gazdă! Pe lângă verificarea website-ului lor oficial, aruncă o privire la canalele lor sociale și nu ezita să te uiți peste conținutul foștilor voluntari, ca să ai o versiune mai personală a experienței lor și viziuni legate de munca făcută de organizație. Făcând o cercetare aprofundată a organizației în care vei face voluntariat vei dobândi încrederea că e oportunitatea care ți se potrivește.

În timp ce treci prin etapa aceasta poți verifica acest articol pe EYP despre „Cum să alegi o bună oportunitate de voluntariat”.



## DESCOPERĂ EXPERIENȚELE ALTORA ȘI VEZI CE VREI CU ADEVĂRAT

În timp ce experiența ta va fi unică, citind poveștile sau urmărind testimonialele celor care și-au dedicat deja timp voluntariatului îți poate aduce perspective diferite despre cum să abordezi situația și despre ce așteptări să ai. Te poate ajuta și să creezi conexiuni semnificative cu alți voluntari.

Aici sunt câteva sfaturi:

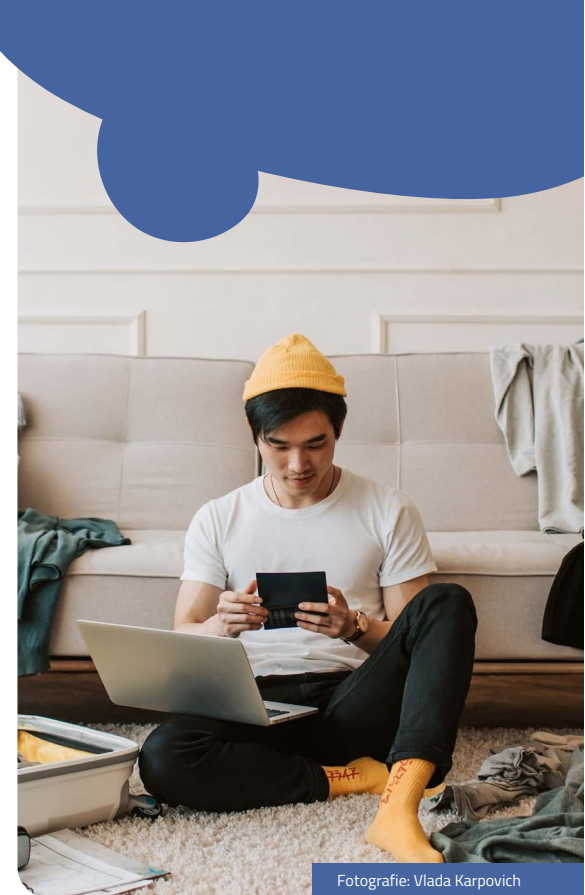
- Dacă știi personal persoane care fac voluntariat, nu ezita și roagă-le să îți împărtășească experiențele
- Navighează pe canalele tale de social media, folosind hashtag-uri cheie, precum #voluntar, #voluntariat, #corpuleuropeandesolidaritate
- Nu uita să explorezi poveștile tinerilor:

Portalul European pentru Tineret



Află cum Fausta și-a găsit adevărata vocație în timpul experienței ei cu Corpul European de Solidaritate:

Ce abilități crezi că a dezvoltat Milan cel mai mult în timpul experienței sale de voluntariat?



Fotografie: Vlada Karpovich



## QUIZ: PROGRAME DE VOLUNTARIAT

După exercițiul de autorefecție și după testimonialele altora s-ar putea să ai o imagine mai realistă despre cum va fi atunci când vei deveni voluntar/ă.



Voluntariat – știi la ce se referă de fapt?

- A** Am o idee vagă, dar nu am fost niciodată voluntar/ă.
- B** Da, deja am avut experiența de voluntariat în țara mea.
- C** Desigur, deja am participat într-un proiect de voluntariat în străinătate.

Cât timp poți dedica călătoriei în străinătate?

- A** Sunt disponibil/ă doar în vacanța de vară.
- B** Pot dedica între una și trei luni.
- C** Plănuiesc să plec în străinătate un an sau doi.

Când vrei să pleci?

- A** Acum, dar am sub 18 ani.
- B** Când împlinesc 18 ani.
- C** În timpul studiilor sau imediat după.

Voluntariatul nu este plătit și este posibil să achiți o parte din costuri. Ce părere ai despre asta?

- A** E dificil. Dar poate părinții mei mă pot ajuta în acest sens...
- B** Pot să îmi achiziționez asigurarea, să strâng bani pentru un bilet, dar cam atât...
- C** Voi putea să strâng niște bani și să caut alte surse de sprijin financiar.

Poți alege să faci voluntariat într-o țară interesantă, dar... vei fi putea să comunici cu localnicii?

- A** Engleza mea este un pic încălțită – dacă n-o pot vorbi, voi gesticula. O să reușesc!
- B** Pot comunica în engleză, dar m-aș bucura s-o știu mai bine sau să învăț și altă limbă străină.
- C** Deja învăț două limbi străine și mi-ar plăcea să învăț încă una în plus.

Îți place să petreci timpul de unul singur/ de una singură sau lucrând în echipă/grup?

- A** Vreau să lucrez ca parte din grup. E totul mult mai sigur.
- B** Pot lucra independent sau ca parte dintr-o echipă. Mă adaptez destul de ușor.
- C** M-aș simți confortabil să fiu responsabil pentru o parte din proiect și să coordonez activitatea altora.

Voluntariatul în afară înseamnă muncă. Nu e un fel de vacanță all-inclusive. Crezi că te poți descurca?

- A** Nu știu, dar sunt dornic/ă să aflu.
- B** Pot lucra full time ca voluntar, până la 6 ore pe zi.
- C** Vreau să mă implic în totalitate. Sunt interesat/ă de proiecte pentru voluntarii experimentați.

### Dacă ai mai multe răspunsuri de A | Ai numai de câștigat!

Poți încerca experiențe de voluntariat pe termen scurt, precum taberele de lucru, proiectele pe termen scurt prin Corpul European de Solidaritate, voluntariatul la festivaluri sau voluntariatul local!

De asemenea, cel mai bine este să optezi pentru voluntariat în echipă, ca să ai susținerea altor colegi care sunt implicați în același timp. Alternativ te poți implica într-o activitate de voluntariat online, dacă ți se potrivește mai bine.

Acestea ar putea fi opțiuni prin care să descoperi ce beneficii îți aduce voluntariatul și ce contribuții poți aduce tu, prin solidaritate.

### Dacă ai mai multe răspunsuri de B | E doar o altă provocare!

Ești gata să faci un pas în față? Dacă DA, aruncă un ochi peste Corpul European de Solidaritate, unde vei găsi oportunități de voluntariat pentru câteva luni în țările europene. Există numeroase programe și teme de voluntariat de la conservarea mediului, la integrarea oamenilor cu dizabilități sau promovarea cetățeniei active

### Dacă ai mai multe răspunsuri de C | Angajament total

Se pare că decizia de a te implica cu adevărat într-o experiență de voluntariat este deja luată, așa că poți explora programe care necesită mai mult timp, abilități suplimentare sau cunoștințe de limbi străine. Unele exemple ar putea fi voluntariatul pe termen lung prin Corpul European de Solidaritate, EU Aid Volunteers (care se desfășoară în toată lumea) sau Voluntarii Națiunilor Unite. Aceasta ar putea fi și ocazia de a te implica profesional în sectorul umanitar după experiența de voluntariat.

*Ține minte că aceste rezultate sunt doar o sursă de inspirație, iar programele din alte categorii pot să ți se potrivească mai bine. Descoperă-le în următoarea secțiune!*

5

TIPURI DE  
VOLUNTARIAT

Acum că știi cum este definit voluntariatul și cât de important este, să aruncăm o privire la diversele opțiuni de voluntariat, pentru că există multe moduri de a contribui la o cauză la care ții și, implicit, la o societate mai bună.

Asta poate fi făcut în cartierul tău, în țara ta, în regiune sau internațional – atât în persoană, cât și online: dacă ești pasionat de voluntariat, atunci sigur există o opțiune care ți se potrivește!



Să ne uităm peste unele dintre ele:

VOLUNTARIAT  
PE TERMEN SCURT

Fie că e vorba de țara ta sau de o țară străină, implicarea într-o experiență de voluntariat pe termen scurt îți poate aduce multe beneficii, în timp ce contribui la cauza de care îți pasă. De exemplu, poți merge într-o experiență de voluntariat pe timpul verii și să iei parte la un proiect care îți place, pentru a proteja o zonă naturală sau să ajuți copii dezavantajați. Asta poate lua forma unei tabere de lucru, de exemplu.

**Service Civil International** <sup>13</sup> pune la dispoziție tabere de lucru care reprezintă proiecte de voluntariat pe termen scurt, adunând oameni din țări, culturi și background-uri diferite, care trăiesc și lucrează împreună cu comunitățile locale pentru o perioadă de 2-3 săptămâni.

**Taberele de lucru internaționale** <sup>14</sup> pun la dispoziție tabere în Germania și în peste 50 de țări, în care voluntarii au ocazia să trăiască și să lucreze cu oameni din toată lumea. Au și programe special dedicate familiilor pentru cei sub 18 ani și pentru familiile cu copii.

**IBG - Internationale Begegnung in Gemeinschaftsdiensten e.V.** <sup>15</sup> organizează tabere de lucru încă din anul 1965, pentru a promova solidaritatea internațională, prietenia și înțelegerea. Pe parcursul a două-trei săptămâni vei avea ocazia să te implici într-un proiect non-profit și să aduci un impact pozitiv.

**Youth Action for Peace** <sup>16</sup> este o mișcare internațională pentru pace, care promovează societățile bazate pe pace, justiție și autodeterminare. Programele lor atrag atenția asupra discriminării, excluziunii sociale, in justiției și a conflictelor violente, și presupun voluntariat pe termen lung, tabere de lucru și training.

**Solidarités Jeunesses** <sup>17</sup> reprezintă o mișcare care promovează educația civică, pentru a construi calea spre pace. Principalul mod prin care face asta este voluntariatul cu tineri, adulți și familii, având durate diferite în funcție de categorie.

Poți lua în calcul și voluntariatul pe termen scurt în propriul tău oraș! În special în timpul sărbătorilor de Crăciun sunt multe asociații, precum cantinele sociale, unde poți face voluntariat pentru o perioadă scurtă și totuși să faci o diferență mare.

La fel ca oportunitățile de sezon, există și **voluntariate pe durată scurtă în preajma anumitor evenimente**, ca Jocurile Olimpice sau **Evenimentul Tineretului European (EYE)** <sup>18</sup>. Acestea adună laolaltă cetățeni activi din sfere diferite, iar voluntarii contribuie la derularea optimă a evenimentelor și se asigură că vor avea succes! Chiar dacă acestea par mai distractive, având șanse mari să cunoști oameni noi, ele reprezintă în continuare opțiuni valoroase de a-ți dedica timpul voluntariatului și vei face parte dintr-o oportunitate importantă care aduce împreună diferite culturi și naționalități.



## LINKS:

Service Civil International

Taberele de lucru  
internaționaleIBG - Internationale Begegnung in  
Gemeinschaftsdiensten e.V

Youth Action for Peace



Solidarités Jeunesses





Săptămâna Europeană a Tineretului reprezintă o campanie emblematică organizată de Comisia Europeană, cu sute de evenimente derulate de-a lungul statelor membre UE.

Scopul este acela de a promova oportunitățile de tineret, rezultate din programele europene, precum și de a crea spații de dialog între tineri și factorii de decizie pe teme variate, conectate cu Strategia UE pentru Tineret. Prioritățile ei de bază sunt angajarea, incluziunea socială, voluntariatul, democrația și participarea tinerilor.

Citește mai multe aici:

19



Fotografie: Julia M Cameron

## VOLUNTARIAT PE TERMEN LUNG

Aceasta poate fi o experiență full-time, de exemplu, pe parcursul unui an de pauză în viața ta academică sau profesională. Însă poate fi integrată și în viața de zi cu zi, dacă te dedici pe termen lung unei cauze, dar aloci puțin timp săptămânal (de ex., poți petrece câteva ore pe săptămână într-un centru de îngrijire, ca să petreci timp cu bătrânii care nu mai au rude aproape de ei).

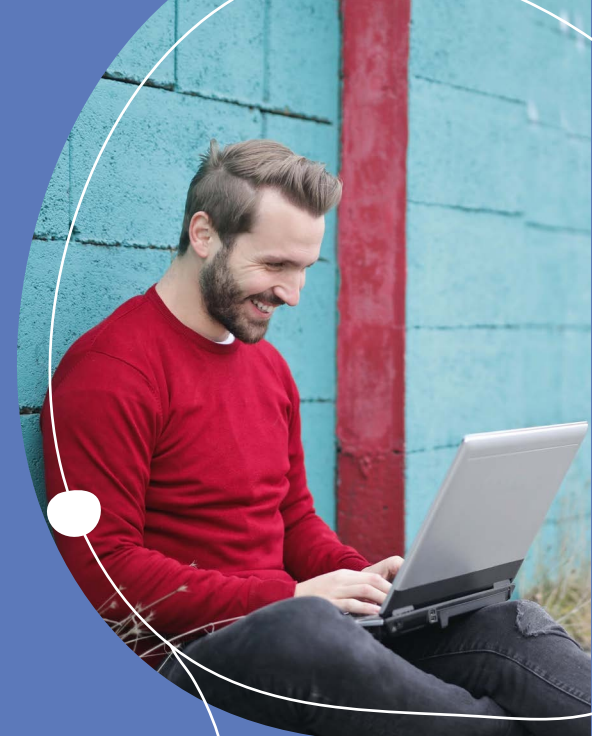
Dacă, din contră, decizi să te implici într-o experiență de voluntariat full time pe termen lung (să spunem, cu o durată de peste două luni), ar trebui să iei în calcul că voluntariatul nu e plătit, deși unele organizații pot deconta transportul și costurile de bază, precum mâncarea și acomodarea, nu ar trebui considerat un salariu. În următoarele pagini, vei descoperi programe europene care te pot ajuta în astfel de proiecte.

Dacă te interesează o organizație anume, le poți aborda direct, exprimându-ți interesul de a te implica în activitățile lor.

## VOLUNTARIAT ONLINE

Unii oameni pot fi împiedicați de la a face voluntariat din mai multe motive, în ciuda dorinței lor de a ajuta, precum dizabilitățile fizice, programele de studiu și de muncă, sau obligațiile familiale, printre altele. În orice caz, există o mulțime de activități pe care le poți face online și care contribuie la progresul cauzei pe care vrei să o susții.

Sarcinile pe care le poți întreprinde în timpul voluntariatului online vor depinde de rolul specific pe care îl vei avea, de organizație și de abilitățile tale, dar există multe moduri în care poți contribui online. De exemplu: făcând cercetare independentă, pregătind rapoarte ale activităților implementate, derulând o campanie online pentru a crește nivelul conștientizării cauzei... ca să amintim doar o parte dintre ele.



Fotografii: Andrea Piacquadio & Mart Production

### Articol pe EYP

20



### EU Aid Volunteers Posturi vacante

21



### Voluntarii Națiunilor Unite online

22



18

Fotografie: Cottonbro

19



# INIȚIATIVE DE VOLUNTARIAT UE

## Corpul European de Solidaritate

Corpul European de Solidaritate este programul UE de voluntariat care susține activitățile de solidaritate în domenii diferite: integrare, provocări de mediu, prevenția dezastrelor naturale, educație și activități de tineret și multe altele!

Este clar cât de important e dacă ne uităm la bugetul alocat programului pentru perioada 2021-2027: 1 miliard de euro!

În cadrul programului sunt susținute diverse tipuri de voluntariat: precum voluntariatul în echipă, individual pe termen lung și scurt și proiectele de solidaritate.

## Voluntariat în echipă

Un grup de 10 până la 40 de voluntari (între 18 și 30 de ani) venind din cel puțin două țări diferite se poate implica pe o durată de 2 săptămâni-2 luni, full-time (între 30 și 38 de ore săptămânal) într-o activitate de solidaritate, care se poate desfășura în țară sau în străinătate. Și atâta timp cât te încadrezi în intervalul de vârstă, poți participa în cât de multe activități de voluntariat vrei. De exemplu: restaurarea patrimoniului cultural afectat de dezastre naturale, catering pentru specii pe cale de dispariție, organizarea de activități educaționale în tabere de refugiați etc.

23



## Voluntariat individual

Le dă oportunitatea tinerilor (între 18 și 30 de ani), rezidenți în UE și în țările programului, să facă voluntariat în proiecte pe termen scurt și lung (de la două la 12 luni). În orice caz, există și excepții pentru cei cu oportunități reduse și pentru cei care au experiență cu Serviciul european de voluntariat, poți găsi toate detaliile în ultima versiune a **Apelului Corpului European de Solidaritate**.

Voluntarii se dedică activității full-time, dar sunt acoperite costurile legate de cazare și de nevoile de bază, este asigurat suportul lingvistic și există o mică indemnizație pentru voluntari.

24



## Proiectele de solidaritate

Îți poți uni forțele și cu prietenii tăi, ca să aduceți un impact pozitiv în comunitatea voastră, prin crearea unui proiect de solidaritate. Pentru a face asta, mai întâi trebuie să identifiți un subiect sau o problemă pe care vrei să o abordezi și să găsești un mod prin care valoarea adăugată europeană (incluziune, schimbări climatice, implicare democratică și egalitate de gen) să fie utilă pentru a rezolva problema respectivă. Lucruri esențiale pe care trebuie să le știi:

- Proiectul poate dura de la 2 la 25 luni și va fi, în principal, part-time.
- Trebuie să locuiești într-una dintre țările programului. 25
- Grupul tău trebuie să fie compus din cel puțin 5 oameni (între 18 și 30) care au reședința legală în aceeași țară (nu există limită de număr maxim de oameni).
- Primești sprijin financiar pentru a-ți acoperi costul de gestionare și de implementare al proiectului. Costul unui mentor în proiect poate fi, de asemenea, finanțat, dacă e nevoie

## EU Aid volunteers

Din anul 2021, inițiativa EU Aid Volunteers 26 este componenta umanitară a Corpului European de Solidaritate, oferind oportunități de voluntariat cetățenilor europeni de peste 18 ani. Proiectele pot fi derulate de parteneri europeni sau non-europeni și urmăresc să contribuie la consolidarea capacității locale și a rezilienței comunităților afectate de dezastre.

25



26



Voluntarilor li se decontează costurile de cazare și de călătorie, asigurarea, învățarea și dezvoltarea permanente, o indemnizație lunară și indemnizație de relocare, care să îi ajute cu costurile legate de întoarcerea acasă. Oportunitățile de voluntariat sunt atât în persoană, cât și online.

Caută posturi vacante aici:

27



„Voluntariatul reprezintă vocea oamenilor în acțiune. Aceste acțiuni modelează și transformă prezentul într-un viitor de care să fim toți mândrii.”

– Helen Dyer

## Reporter Voluntar Interregional

Dacă pasiunea sau experiența ta este pe partea de comunicare, de ce nu te alături inițiativei Reporter Voluntar Interregional, ca să contribui la răspândirea informației despre solidaritate și cooperare în Europa?

În cadrul Corpului European de Solidaritate, voluntarii au ocazia să participe în programe și proiecte conexe, fie că sunt transfrontaliere, transnaționale sau interregionale, pe o durată de la două la șase luni. <sup>28</sup>



Fotografie: Burak Kebapci



28



29



30



31

## ALTE OPORTUNITĂȚI



### Voluntarii Națiunilor Unite

Ca voluntar al Națiunilor, online sau pe site, poți ajuta la promovarea păcii și a drepturilor omului de-a lungul globului. Înainte de începerea experienței tale, vei participa la sesiuni de formare specifice pentru a-ți îndeplini sarcinile, iar pentru cei care fac voluntariat în afara spațiului de reședință, costurile de călătorie și alte costuri de bază sunt asigurate de agenția gazdă. <sup>29</sup>

Ești interesat/ă de conservarea patrimoniului cultural? Programul **World Heritage Volunteers** <sup>30</sup> este pentru tine în acest caz! Sub umbrela UNESCO grupuri de la 10 până la 30 de voluntari se întrunesc, pe durata a aproximativ 10 zile, să rezolve sarcini directe în legătură cu activități de conservare preventivă și cu sesiuni de conștientizare a problemelor legate de patrimoniul universal.

### Idealist

Oferă o varietate largă de oportunități cu impact social, inclusiv experiențe de voluntariat pe site și online oriunde în lume. Fiecare e diferit, așa că asigură-te că citești cu atenție și că afli mai multe despre organizația în care vrei să faci voluntariat. <sup>31</sup>

## OPORTUNITĂȚI LEGATE DE PROTECȚIA MEDIULUI:

**WORLD WIDE OPPORTUNITIES** pentru **Ferme Organice (WOOF)** <sup>32</sup> este o mișcare globală de legătură între voluntari și fermierii organici, pentru promovarea experiențelor culturale și educaționale, bazate pe încredere și schimburi non-monetare, care ajută la construirea unei comunități globale sustenabile. Sarcinile diferă în funcție de proiect, locație și de gazda cu care te vei înțelege asupra unei durate optime pentru ambele părți și care are un interval de 1-2 săptămâni, deși unele pot dura doar 2-3 zile sau se pot întinde pe 6 luni.

Dacă preocuparea ta principală are legătură cu schimbările climatice și cu mediul, voluntariatul în cadrul **Greenpeace** <sup>33</sup> ar putea fi alegerea potrivită pentru tine. Te vei alătura altor 15.000 din toată lumea, dispuși să lupte pentru un viitor mai verde și responsabili cu o largă varietate de sarcini: de la a desena simboluri și organizarea de marșuri locale la afișarea de bannere și ocuparea platformelor petroliere sau derularea de campanii pe social media, pentru a consolida componenta de advocacy și pentru a crește nivelul de conștientizare.

**World Wide Fund For Nature WWF** oferă, de asemenea, între 30 și 35 de oportunități de voluntariat pe o durată de 3-6 luni atât online, cât și în locuri ca Bolivia, Madagascar, Pacific, Carpați și WWF International, unde organizația urmărește protejarea lumii naturale – oceane, păduri, apă curată și bogata diversitate a vieții sălbatice, abordând schimbările climatice și producția de mâncare. <sup>34</sup>



Fotografie: Anna Shvets

Și, desigur, dacă vrei să găsești toate aceste oportunități într-un singur loc, asigură-te că salvezi **Eurodesk Opportunity Finder** <sup>35</sup> printre link-urile favorite, în browserul tău.

Amintește-ți că poți intra oricând în contact cu orice punct de informație Eurodesk, dacă ai nevoie de sfaturi individuale și recomandări: **Harta Eurodesk** <sup>36</sup>



32



34



33



35



36



# 6

## FĂ-ȚI PLANUL

### CÂT MAI FLEXIBIL POSIBIL

Acum că știi care oportunitate de voluntariat este potrivită pentru tine, a sosit timpul să îți faci planul.

Dacă optezi pentru voluntariat online s-ar putea să ai nevoie de mai puțină planificare, dar totuși nu neglija lucrurile și asigură-te că aloți timpul necesar pe care ești dispus să îl aloți activităților respective.

Dacă decizi să faci voluntariat în altă parte, va fi nevoie de mai multă planificare și organizare.

## CHECKLIST PENTRU EXPERIENȚA TA DE VOLUNTARIAT ÎN STRĂINĂTATE:

- ☐ Interesează-te despre țara și orașul în care urmează să pleci, dar și despre organizația gazdă.
- ☐ Contactează-ți organizația gazdă (și trimite-ți aplicația, dacă este cazul).
- ☐ Verifică opțiunile de transport local.
- ☐ Familiarizează-te cu moneda națională (există carduri care îți permit să plătești în monede diferite, fără comision, așa numite carduri de călătorie).
- ☐ Comandă-ți Cardul European de Asigurări de Sănătate (dacă se desfășoară în UE) și verifică măsurile sanitare care se aplică (vaccinuri etc.).
- ☐ Permise de călătorie: asigură-te că actul tău de identificare e funcțional și valid pe perioada voluntariatului.
- ☐ Învăță câteva cuvinte sau fraze uzuale în limba locală ( precum „Bună”, „Mulțumesc”, „Te rog”, „Scuze”, „Bună dimineața”).
- ☐ Dacă locuiești într-un stat membru UE, nu uita că poți telefona ca acasă (*roam like at home*) sau verifică care companie de telefonie locală ți se potrivește cel mai bine pe parcursul voluntariatului în străinătate.

Imediat cum afli destinația de voluntariat poți începe să exersezi limba cu următoarele 3 resurse:

**Duolingo:** o modalitate simplă de a te introduce în limba respectivă <sup>37</sup>

**Busuu:** învață o nouă limbă timp de 10 minute pe zi <sup>38</sup>

**Speak.social:** pentru a vorbi cu nativi și alți practicanți într-un mod informal <sup>39</sup>

**Memrise:** fraze utile în viața de zi cu zi, multumită videoclipurilor cu vorbitorii nativi <sup>40</sup>

**Tandem:** Conectează-te cu alți colegi, ca să învețați împreună limbile de care sunteți interesați din știrile locale de pe YouTube sau verificând publicații online. <sup>41</sup>



Fotografie: Antoni Shkraba

Citește articolul de pe Portalul European de Tineret despre învățarea de limbi străine în timpul călătoriilor:



## ÎNCEPE SĂ APLICI

Din moment ce voluntariatul a devenit tot mai popular din diverse motive, este destul de plauzibil ca foarte mulți oameni să aplice pentru aceeași oportunitate ca tine. De aceea e important să îți evidențiezi motivația și interesele legate de oportunitate, pentru a-ți face aplicația mai atractivă decât celelalte. Deși asta nu îți va garanta poziția, va reflecta mai bine cine ești și de ce ești potrivit/ă pentru oportunitate.





# 7

## ÎNCEPE SĂ APLICI

### CREEAZĂ-ȚI CV-UL

Folosirea platformei **Europass** <sup>43</sup> îți va fi de mare ajutor pentru construirea Cv-ului și pentru a ieși în evidență în procesul de aplicare: este gratis și ușor de utilizat. În orice caz, dacă nu ai experiență prea mare încă, îți poți sublinia abilitățile și arăta cum vor fi ele de folos proiectului/organizației pentru care aplici.

Dacă aplici la o organizație care e bazată pe valoare (ex. concentrată pe protecția mediului), este esențial să explici de ce îți pasă de cauză. Motivația personală va fi la fel de importantă ca abilitățile. Asigură-te că povestești despre pasiunile tale.



### SFATURI PENTRU REDACTAREA SCRISORII DE MOTIVAȚIE



- Exprimă-ți interesul privind proiectul sau activitatea specifică respectivă
- Subliniază ce abilități vor fi de ajutor pentru organizație sau proiect
- Menționează dacă ai deja experiență în voluntariat sau în acel domeniu de activitate (de ex. dacă ai fost lider de cercetași și ai dezvoltat iubire și respect pentru natură, ar fi util dacă ai aplica pentru un proiect de mediu)
- Fă trimitere la orice mod prin care ai vrea să multiplici impactul experienței tale (de ex. scriind un articol pentru ziarul local, publicând pe blog, postări pe social media sau prezentând proiectul la un liceu).

Aici <sup>44</sup> vei găsi mai multe informații despre cum și de ce înregistrarea experienței tale de voluntariat te poate ajuta să îți găsești următorul job!



### CE SUNT COMPETENȚELE ȘI DE CĂ CÎNTEAZĂ?



O competență reprezintă abilitatea de a adapta cunoștințele învățate în mod adecvat într-un context definit.

O competență nu se limitează la elemente cognitive (spre exemplu, știi totul despre schimbările climatice), ci implică și aspecte funcționale (cum să măsoare emisiile de dioxid de carbon cu un anumit instrument), precum și atitudini (poți lucra în echipă). Într-o lume care se schimbă atât de repede, angajatorii caută tot mai mult abilități soft (oameni care sunt flexibili, care înovează).



## ÎNAINTE/ÎN TIMPUL/DUPĂ EXPERIENȚA DE VOLUNTARIAT

### Înainte să începi să faci voluntariat...

- Setează-ți obiective, precum: îmbunătățirea unor abilități, susținerea unei cauze pentru care faci voluntariat, învățarea unei limbi străine.
- Asigură-te că ai toată informația necesară despre proiect, țară și organizația gazdă.
- -Cunoaște-ți drepturile și obligațiile ca voluntar, verificând reglementările naționale înainte să pleci și răsfoind **Carta Europeană a drepturilor și responsabilităților voluntarilor**. <sup>45</sup>



### În timpul voluntariatului...

- Rămâi deschis/ă la minte, flexibil/ă și curios/ curioasă, pentru a maximiza ce înveți.
- Fă eforturi să interacționezi cu comunitatea locală și să le înțelegi viziunile. Bucură-te de ce faci și raportează orice problemă întâlnești, dacă nu ești sigur, te poți adresa oricând unei a 3-a părți pentru sfaturi (ex. Eurodesk sau organizația ta).
- Păstrează contactul cu familia și prietenii tăi.
- Setează-ți un timp pentru tine și ai grijă de alimentație, dar și de orele de somn, ca să-ți păstrezi energia ridicată.
- Ține un jurnal cu tine ca să notezi ce trăiești, înveți și experimentezi: poate fi și o serie de povești pe contul tău de instagram, un blog sau orice te ajută să-ți documentezi experiența cât mai bine!



## După voluntariat...

Experiența ta de voluntariat nu se termină în ziua în care ajungi acasă...E probabil să îți ofere un nou set de amintiri, abilități și oameni care vor rămâne alături de tine. Există, de asemenea, multe moduri în care poți contribui în continuare la cauza pentru care ai făcut voluntariat.

Pe lângă dezvoltarea ta personală prin experiența de voluntariat, există multe feluri prin care să continui să-ți folosești experiența în beneficiul cauzei și pentru tine însuși/însăși:

- Selectează abilitățile pe care le-ai îmbunătățit în timpul voluntariatului și prezintă-le în CV. Acestea ar putea fi abilități de mediere, practici de sustenabilitate, limbi străine, etc. În plus, dacă te implici în voluntariat prin Corpul European de Solidaritate, activitatea ta va fi înregistrată în **Youthpass** <sup>46</sup>, care reprezintă un instrument de educație non-formală și informală în proiectele de învățare pentru tineri.

- Crește nivelul de conștientizare pentru cauza la care ai contribuit personal, nu știi niciodată pe cine vei motiva cu pasiunea și implicarea ta și ce lanț de voluntari vei descoperi. Social media poate fi un instrument bun să ajungi la oameni care – deși se află foarte departe – sunt preocupați de aceleași probleme.



- Împărtășește-ți experiența pe rețelele de socializare, cu organizația în care ai făcut voluntariat sau cu Portalul European de Tineret! La fel cum experiențele altora se poate să te fi ajutat să te implici, de ce să nu împărtășești ce a însemnat experiența de voluntariat pentru tine? Ce ai învățat? Cum i-ai motiva pe alții să joace rolul lor în a-i ajuta pe ceilalți, contribuind la un mediu mai curat, de exemplu?

**Și nu uita, oricare ar fi întrebarea, începe cu noi!**



Portalul European  
pentru Tineret



**NOTIȚE**

NOTITE





UN GHID PENTRU TINERII CARE ÎȘI DOREȘC O  
EXPERIENȚĂ DE VOLUNTARIAT ÎN STRĂINĂTATE!

eurodesk



Acest proiect a fost finanțat cu sprijinul Comisiei Europene.  
Această publicație reflectă viziunile autorului, iar Comisia nu poate fi trasă la  
răspundere pentru utilizarea în orice fel a conținutului informațional.