

MUNI
POMÁHÁ

manuál středoškoláka

Ahoj! Zdraví tě **MUNI POMÁHÁ**, dobrovolnické centrum Masarykovy univerzity. Chceš se dobrovolnický zapojit, ale zatím nejsi studentem MU ani jiné vysoké školy? Nevadí! Ukážeme ti, že dobrovolnictví se dá dělat, i když jsi ještě na střední, a to i v případě, že ti nebylo 18. Jediné, co potřebuješ, je tvé vlastní nasazení a zájem.

Jaké činnosti můžeš vykonávat?

Některé činnosti bývají ohraničené věkem nebo třeba určitými kompetencemi. To se většinou týká dobrovolnictví ve zdravotnictví nebo sociálních službách. Na plno dobrovolnických aktivit ale můžeš dosáhnout i v případě, že ti 18 nebylo. O jaké tedy přesněji jde?

- Nákupy pro seniory
- Venčení psů a starost o další domácí zvířata
- Hlídní dětí
- Pokud si trouseš, tak můžeš i doučovat
- Pomoc v oblasti IT
- Zajištění volnočasových aktivit jak dětem, tak seniorům
- A další!

Jak vidíš, možností je mnoho! Stačí jen vybrat tu, která ti sedí nejvíc. Před tím, než se přihlásíš k nějaké žádosti, se ale zamysli nad tím, jestli se ve zvolené činnosti cítíš dobře.

A proč to vlastně dělat?

Dobrovolnická činnost ti může přinést mnoho výhod! Tak třeba:

- Zpracuješ na svých kompetencích.
- Získáš lákavou položku do CV.
- Pokud budeš dělat u přijímaček na vysokou školu pohovor, potvrzení o dobrovolnické činnosti určitě udělá dojem.
- Začleníš se do silné komunity – je nás kolem pěti tisíc!
- Můžeš se účastnit akcí, které dobrovolnické centrum pořádá.
- Nebudeš na to sám! U nás najdeš podporu a pomoc, stačí si o ni říct.
- Zapojit se můžeš v různých koutech ČR nebo i online.
- A hlavně ze sebe budeš mít dobrý pocit!

Jak se můžeš zapojit?

Je to jednoduché, můžeš si buď stáhnout aplikaci MUNI POMÁHÁ přes Google Play nebo App Store, nebo se registrovat přes stránku dobrovolnik.munipomaha.cz.

Více informací najdeš na www.munipomaha.cz. Třeba v sekci **Chci pomáhat** najdeš další užitečné dokumenty, které ti s dobrovolnickou činností můžou pomoci! Mezi takové patří [Dobrovolnické desatero](#), Manuál nebo Kodex dobrovolníka.

Máš nějaké otázky nebo ti něco není jasné? Neváhej se na nás obrátit!

Těšíme se na spolupráci s tebou!

Tvoje MUNI POMÁHÁ

E: pomoc@muni.cz | W: www.munipomaha.cz

M U N I

P O M Á H Á