

Z wolontariatem na TY

😊 Dzień dobry! Cześć!

Za nami wyjątkowo intensywne miesiące – akcje, spotkania i projekty, które znów pokazały, jak wielką moc ma wolontariat. Ale to dopiero początek, bo w najbliższym czasie czeka nas prawdziwe mnóstwo wrażeń! Już teraz szykujemy się na Festiwal Wolontariatu, ciekawe szkolenia i inspirujące konkursy, które będą okazją do zdobywania nowych doświadczeń i wspólnego działania. Ten numer biuletynu to nie tylko podsumowanie, ale i zaproszenie do dalszej przygody – bo razem możemy więcej, a najlepsze chwile dopiero przed nami! ✨



W numerze znajdziesz:

- 🔴 co za nami, a co przed nami
- 🔴 z pamiętnika wolontariusza

„Nie trzeba wielkich czynów, by zmieniać świat – wystarczy wielkie serce.”

Z pamiętnika wolontariusza... Erasmus+

Wyjazd na Słowację w ramach ERASMUS+ był dla mnie niesamowitą przygodą, pełną nowych doświadczeń i ludzi, którzy już na zawsze zostaną we wspomnieniach. Na początku, gdy dotarliśmy do ośrodka wolnego czasu, czułem ekscytację, ale i lekką niepewność. Szybko jednak zniknęła – zabawy integracyjne sprawiły, że atmosfera stała się swobodna i przyjazna.

Warsztaty o przedsiębiorczości od razu wciągnęły mnie na maksa. Uczyliśmy się, jak tworzyć własne pomysły na biznes, jak planować reklamę i szukać inspiracji. Praca w zespołach sprawiła, że mogliśmy się lepiej poznać i razem rozwijać nasze idee. Inspirujące było też spotkanie z właścicielami lokalnych kawiarni – mogliśmy usłyszeć ich historie i rady. Był też czas na odkrywanie miasta i jego atrakcji, m.in. ogromny labirynt w Ogrodach Viktorii, który zrobił na mnie ogromne wrażenie. Wieczorem przyszła pora na nasz polski wieczór – opowiedzieliśmy o Stowarzyszeniu, zorganizowaliśmy poczęstunek z pierogami i śledziami, a potem bawiliśmy się przy karaoke i tańcach.

Jednym z najmocniejszych momentów była wycieczka w Tatry Wysokie. Choć podejście było wymagające, widoki zapierały dech w piersiach i wynagradzały każdy krok. Po powrocie kontynuowaliśmy warsztaty – tym razem skupiając się na logo i identyfikacji wizualnej firmy. Wieczór należał do Słowaków, którzy przygotowali swój wieczór kulturowy z muzyką, tańcem i pokazem tradycji. Nie zabrakło też przygód – spływ kajakowy rzeką Poprad był nie tylko sportowym wyzwaniem, ale też świetną zabawą. Woda chlapała na wszystkie strony, ręce bolały od wiosłowania, ale uśmiechy nie schodziły z twarzy. Na warsztatach odwiedziła nas projektantka szkła, a także prezydent miasta Starej Lubowni – rozmowy z nimi pokazały nam inną perspektywę i zainspirowały do działania. Kulminacją była prezentacja naszych biznesowych pomysłów. To był moment, kiedy cała praca zespołowa nabrała realnego kształtu. Oprócz tego świetną zabawą był „Prezent dla sekretnego przyjaciela” – odkrywanie, kto nas wylosował i co przygotował, było pełne emocji. Z kolei „Secret Messages” i karteczki z historiami, które wspólnie odczytywaliśmy podczas pożegnalnej imprezy, stworzyły niepowtarzalny klimat – pełen śmiechu, wzruszeń i wdzięczności.

Na koniec przyszedł czas pożegnania. Było trudno się rozstać, bo w kilka dni stworzyliśmy wyjątkową wspólnotę. Wyjechałem ze Słowacji z poczuciem, że Erasmus+ to nie tylko warsztaty i wycieczki, ale przede wszystkim ludzie, więzi i wspomnienia, które zostają na całe życie.

Szkolny Klub Wolontariatu przy ul. Kochanowskiego 3

W Szkołach Prywatnych przy ul. Kochanowskiego 3 w Nowym Sączu od wielu lat działa Szkolny Klub Wolontariatu. To wyjątkowe miejsce, w którym uczniowie uczą się nie tylko odpowiedzialności, ale także empatii, współpracy i otwartości na potrzeby innych.

W 2020 roku do zespołu wolontariuszy dołączyła Irmína Mężyk nauczyciel przedmiotów zawodowych hotelarskich, która przejęła koordynowanie działalnością Klubu. Od tego czasu rozwinęła jego działania i zainspirowała młodzież do podejmowania coraz śmielszych inicjatyw. Dzięki jej zaangażowaniu z roku na rok do wolontariatu przystępuje coraz więcej uczniów – chętnych, by bezinteresownie pomagać innym i dzielić się swoim czasem oraz talentami. Młodzi wolontariusze wspierają swoich rówieśników, jeśli zajdzie taka potrzeba – pomagają w nauce, motywują do działania i wspólnie szukają rozwiązań problemów. Nie zapominają również o osobach starszych – regularnie organizują akcje na ich rzecz, niosąc wsparcie, radość i poczucie wspólnoty.

Dzięki współpracy ze Stowarzyszeniem Sursum Corda oraz siecią sklepów Biedronka wolontariusze włączają się w takie projekty jak „Obiady dla seniorów” czy „Karta Dobra”, które realnie poprawiają codzienne życie osób starszych

i potrzebujących. Uczniowie angażują się również w akcje świąteczne, m.in. „Świąteczna Pączka Dobra”, która niesie radość i wsparcie rodzinom w trudnej sytuacji. Klub organizuje także porządkowanie grobów zapomnianych, oddając hołd tym, o których już nikt nie pamięta.

Wolontariusze podejmują również działania proekologiczne – sadzą drzewa, prowadzą akcje edukacyjne i dbają o to, aby szkoła i jej otoczenie były coraz bardziej przyjazne środowisku.

Szkolny Klub Wolontariatu to dowód na to, że młodzi ludzie chcą i potrafią zmieniać świat na lepsze. Ich postawa pokazuje, że bezinteresowna pomoc i wrażliwość na potrzeby innych mają ogromną wartość – zarówno dla tych, którzy otrzymują wsparcie, jak i dla samych wolontariuszy, którzy dzięki temu rozwijają swoje umiejętności i kształtują charakter.

To piękny przykład, że w sercu Nowego Sącza dojrzewa pokolenie, które nie boi się angażować i które wierzy, że nawet małe gesty mogą mieć wielką moc.



MĄDRA OBECNOŚĆ

„Babciu, zrobisz mi naleśniki, takie jak zawsze?”, „Dziadku, zagrajmy jeszcze raz w szachy!”, „Wnusi, przynieś mi proszę okulary, chyba zostawiłam je na stole w kuchni” – takie rozmowy niosą ciepło, bliskość i poczucie, że jest się potrzebnym. Ale są seniorzy, którzy nie mają już komu powiedzieć tych słów, bo wnuki dorosły i żyją własnym tempem. Są też młodzi, którzy tęsknią za czyjąś mądrą obecnością, bo babcia i dziadek odeszli za wcześnie. To właśnie dla nich wszystkich powstała inicjatywa Stowarzyszenia Sursum Corda, która polega na stworzeniu więzi, której nie trzeba dziedziczyć.

By każdy miał jeszcze szansę powiedzieć do kogoś „babciu”, „dziadku” i „wnusiu” – po to właśnie powstał pomysł łączenia seniorów w pary z wolontariuszami. Wszystko miałoby się odbywać na zasadzie wolontariatu.

W ramach programu „Poczta Obiadowa”, realizowanego przez Stowarzyszenie Sursum Corda, a organizowanego i finansowanego przez Fundację Biedronki, bierze udział 200 seniorów z Nowego Sącza, Starego Sącz, Grybowa i okolic, którzy trzy razy w tygodniu otrzymują ciepły posiłek. Oprócz tej materialnej pomocy, Stowarzyszenie założyło sobie za cel podarowanie im tego, co najcenniejsze – czyli obecności drugiego człowieka. Ma to być wsparcie relacyjne, towarzyszenie w codzienności poprzez rozmowę, spotkanie, uważną obecność.

Wobec wolontariuszy absolutnie nie ma oczekiwań co do usług medycznych i opiekuńczych – Stowarzyszenie szuka przyszywanych „wnuczków”, a w przypadku osób dorosłych „aniołów stróżów”, czyli osób, które mają i chcą poświęcić swój wolny czas na rozmowę i spotkanie z osobą starszą.

WIĘCEJ INFORMACJI:

www.sc.org.pl/wolontariat-seniorzy/



Co przed nami...



1 Obóz szkoleniowo-integracyjny dla wolontariuszy

Już wkrótce wyjazdowy obóz dla wolontariuszy Sursum Corda! To wyjątkowa szansa na integrację, wymianę doświadczeń, uczestnictwo w wartościowych warsztatach, nawiązanie nowych znajomości oraz odpoczynek.

W otoczeniu pięknej przyrody w Sądeckim Bartniku będziemy wzmacniać nasz wolontariacki zespół, motywować do działania oraz rozwijać umiejętności niezbędne w pracy na rzecz naszej lokalnej społeczności.

kiedy?



10 – 12.10.2025

gdzie?



**Sądecki BARTNIK
Stróże 235**



2 Festiwal wolontariatu

To wydarzenie, które ma połączyć wolontariuszy, organizacje pozarządowe i społeczność lokalną, celebrując ideę pomagania innym. To święto zaangażowania, podczas którego będzie można wziąć udział w ciekawych warsztatach, spotkaniach z ekspertami, dyskusjach i zainspirować się do różnych akcji społecznych.

Już dzisiaj serdecznie zapraszamy do zapisania tego terminu w kalendarzach, szczegóły wydarzenia oraz link do zapisów ukażą się wkrótce na naszej stronie internetowej i w mediach społecznościowych 😊 **Zapisy ruszają od 1 października 2025!**

kiedy?



22.10

gdzie?



**Klaster Innowacji Społeczno
-Gospodarczych, ul. Zabłocie 20,
KRAKÓW**



FESTIWALOWA STRONA WWW



Co przed nami...



3

Konkurs na Wolontariusza i Koordynatora Roku Korpusu Solidarności 2025!

Znasz Wolontariusza lub Koordynatora, który zasługuje na wyjątkowe wyróżnienie? To odpowiedni czas, by docenić jego codzienną pracę, pasję do pomagania, zaangażowanie i wsparcie jakie swoją postawą daje innym! Nie pytaj, czy warto! Zadbaj, aby inni poznali sylwetkę osoby, która wspiera Ciebie, Twoją organizację, lokalną społeczność... Niech inni zainspirują się postawą znanego Ci bohatera codzienności!

Szczegóły konkursu dostępne w regulaminie znajdziesz [TUTAJ](#).

Kandydaci mogą zgłaszać się osobiście lub mogą być nominowani przez tych, którym pomagają. Zgłosić można zarówno pojedynczą osobę, jak i grupę Wolontariuszy.

zgłoszenia

[poprzez System
Obsługi Wolontariatu](#)



[poprzez stronę www
Korpusu Solidarności](#)



termin zgłoszeń



do **13.10**

4

Konkurs „Małopolski Wolontariat od A do Z”!

Jesteś wolontariuszem w swojej szkole? Lubisz działać na rzecz innych i chcesz sprawdzić swoją wiedzę o wolontariacie? Weź udział w dwuetapowym konkursie i zdobądź świetne nagrody! Co Cię czeka?

- Etap szkolny – test online (09.10.2025)
- Finał wojewódzki w Krakowie podczas Festiwalu Wolontariatu (22.10.2025)
- Spotkanie z aktywnymi wolontariuszami z całej Małopolski

Zgłoszenia tylko przez opiekunów Szkolnych Klubów Wolontariatu!

Więcej informacji

[zgłoszenia, regulamin](#)



termin zgłoszeń



do **3.10**



Co przed nami...

5

Dla każdego. BEZPŁATNE poradnictwo z zakresu wolontariatu.

Zapraszamy do udziału w bezpłatnym poradnictwie dotyczącym wolontariatu, skierowanym do wolontariuszy, koordynatorów i organizatorów wolontariatu.



CEL: zapewnienie wolontariuszom i koordynatorom indywidualnego planu rozwoju, dopasowanego do ich umiejętności i tego, co chcą osiągnąć.

Zakres konsultacji będzie dopasowany do tego, czym zajmują się uczestnicy, i może obejmować m.in.:

- Pomoc w odkrywaniu mocnych stron i potencjału,
- Wspólne planowanie ścieżki rozwoju w wolontariacie,
- Przedstawienie dostępnych ofert wolontariackich i wsparcie w wyborze organizacji,
- Indywidualne wsparcie i motywowanie wolontariuszy oraz koordynatorów, rozwijanie ich umiejętności poprzez mentoring,
- Analizę mocnych i słabych stron organizacji wolontariatu, określenie szans i zagrożeń współpracy,
- Rekrutację i promocję wolontariatu oraz wdrażanie nowych wolontariuszy,
- Monitorowanie ich pracy,
- Omówienie kwestii prawnych związanych z wolontariatem.

kiedy?



cały rok

formy porad



ZAPISY





Wkręć się w wolontariat!

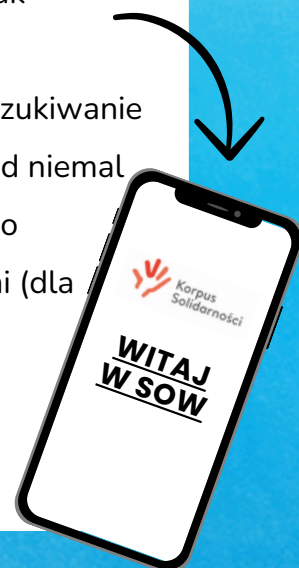
Jeśli jeszcze nie jesteś **wolontariuszem Sursum Corda**, ale wszystko wskazuje, że chciałbyś nim zostać, wypełnij formularz zgłoszeniowy! ZAPRASZAMY do wstąpienia w szeregi naszych niezastąpionych wolontariuszy!

CHCĘ ZOSTAĆ WOLONTARIUSZEM ➤

wolontariat.sc.org.pl

SYSTEM OBSŁUGI WOLONTARIATU (SOW)

SOW to ogólnopolskie narzędzie, dzięki któremu wolontariusze i organizacje mogą komunikować się ze sobą i składać oferty pracy i pomocy wolontariackiej. **SOW** jest autorskim systemem **Korpusu Solidarności** i jedynym w Polsce, który oferuje wiele funkcjonalności i możliwości w jednym miejscu zarówno wolontariuszom, jak i koordynatorom. System pielęgnuje i służy rozwojowi wolontariatu długoterminowego w naszym kraju. System daje takie możliwości, jak: wyszukiwanie ofert wolontariatu, dodawanie ofert pracy i pomocy wolontariackiej z pośród niemal 40 różnych kategorii, prowadzenie dziennika godzin wolontariatu, dostęp do benefitów od Partnerów Karty Wolontariusza, zarządzanie wolontariuszami (dla koordynatorów), generowanie umów wolontariackich (dla koordynatorów), komunikację krzyżową między użytkownikami dzięki wewnętrznej skrzynce wiadomości.



Musimy się Wam do czegoś przyznać...
Mamy kreatywną młodzież, pozytywnie
nastawioną do życia, z głową pełną
pomysłów. Już nie możemy się doczekać
aż zobaczymy ich zdwojoną energię
w działaniu!



Pokaż światu co fajnego robisz!

Jeśli chcesz wypromować działania swojej szkoły lub organizacji na terenie Małopolski, zaprosić na nie innych – napisz do nas.

W kolejnym wydaniu kwartalnym biuletynu możemy o tym napisać! 😊

Kontakt: wolontariat@sc.org.pl

tel.: 690 648 668 lub 18 44 11 994



**KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO**



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego



Rządowy Program
Wspierania i Rozwoju
Wolontariatu Systematycznego
na lata 2018–2030

**Korpus
Solidarności**

**SFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI –
CENTRUM ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH
KORPUSU SOLIDARNOŚCI – RZĄDOWEGO PROGRAMU WSPIERANIA I ROZWOJU
WOLONTARIATU SYSTEMATYCZNEGO NA LATA 2018–2030**

DOBRO to nie jest wiedza. **To jest czyn** ♥.

Stowarzyszenie Sursum Corda (łac. „w górę serca”) to grupa przyjaciół i profesjonalistów, których wspólną pasją jest skuteczne pomaganie ludziom i inspirowanie do zmiany. Organizacja powstała w 2000 r., wyrosła z naszego osobistego doświadczenia wolontariatu.

Naszym marzeniem jest świat, w którym wszyscy czują się za siebie odpowiedzialni, współpracują dla dobra wspólnego, a szlachetność jest codziennością.

POMOC
MA MOC

wolontariat

chce
pomagać
.org

wypoczynek
na plus+

wypoczynalnia
SPRZĘTU REHABILITACYJNEGO I MEDYCZNEGO

NIEODPŁATNA
pomoc
prawna

szkolenia

OŚRODEK POMOCY
post
penitencjarnej

POMOC
ukrainie

sursum
corda
STOWARZYSZENIE w górę serca

25 lat
**sursum
corda**
STOWARZYSZENIE w górę serca

25 LAT POMAGANIA. Jedziemy DALEJ

