



VOLONTERSKI  
CENTAR ISTRA

# Vitamin V



DOBROBITI VOLONTIRANJA OSOBA  
TREĆE ŽIVOTNE DOBI

MAJA ERAK



# 10 minuta inspiracije...

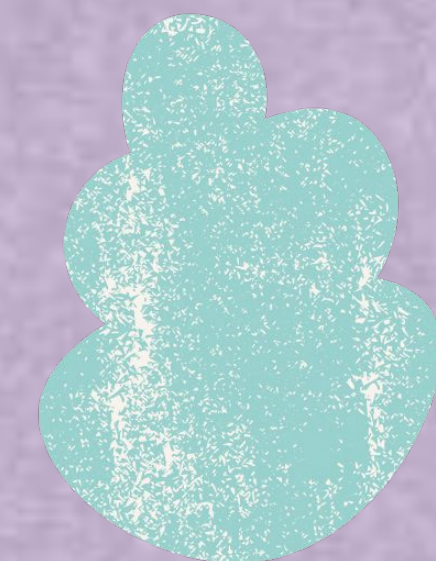
- ZAŠTO BAŠ VITAMIN V ?
- ZELENA KNJIGA O STARENJU
- AKTIVNO STARENJE
- CJELOŽIVOTNO UČENJE
- MEĐUGENERACIJSKA SOLIDARNOST
- INKLUZIVNO VOLONTIRANJE
- ...



# Zašto baš Vitamin V?

- V**olja
- O**dgovornost
- L**ijepa iskustva
- O**ptimizam
- N**ova poznanstva
- T**olerancija
- I**nkluzija
- R**adost
- A**ktivno starenje
- M**eđugeneracijska solidarnost

Vodič za volontiranje osoba treće životne dobi, DKolektiv - organizacija za društveni razvoj Osijek, 2021.



# Zelena knjiga o starenju i poticanju međugeneracijske solidarnosti

Prosječna starost stanovništva EU je 42,5 godina, a u Hrvatskoj je 43,6 godina  
(podaci iz 2020. godine)

1

Sveobuhvatna rasprava o politikama povezanima sa starenjem kao i izazovima i  
prilikama, desetljeće zdravog starenja 2020-2030 UN-a.

2

Aktivno starenje i cjeloživotno učenje

3

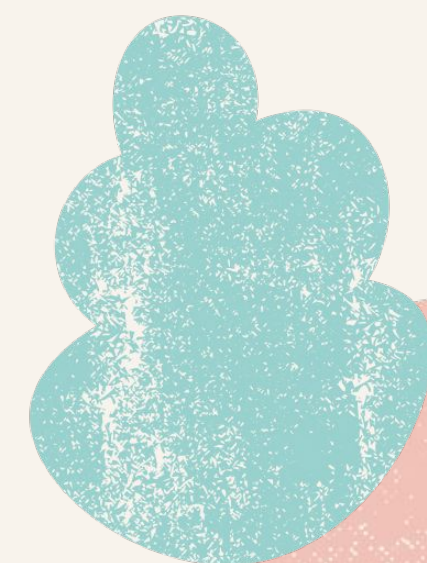


1

# Aktivno starenje



- Promicanje zdravog načina života tijekom čitavog života, što obuhvaća potrošačke i prehrambene navike te stupanj tjelesne i društvene aktivnosti.
- Ne odnosi se isključivo na tjelesnu, psihičku i radnu aktivnost.
- Sudjeovanje u društvenim, kulturnim, gospodarskim i drugim aktivnostima i poslovima zajednice.
- Podrazumijeva međugeneracijsku solidarnost.
- Pozitivno utječe na tržište rada, stopu zaposlenosti i sustave socijalne zaštite, a time i na rast i produktivnost gospodarstva.



# Cjeloživotno učenje

- Ulaganje u znanje, vještine i kompetencije građana tijekom cijelog života.
- Pozitivni učinci: stjecanjem novih znanja i vještina građani održavaju svoje izgleda za zapošljavanje, uspješno mijenjaju radna mjesta i profesionalno napreduju.
- Pridonosi odgađanju pojave demencije te sprječavanju smanjenja kognitivnih sposobnosti povezanog sa starošću.
- Aktivn uloga starijih osoba u društvu.
- Razvoj građanskih kompetencija i cjeloživotno sudjelovanje u demokratskim procesima.
- Najučinkovitije kada se krene u najranijoj dobi - ulaganje u kvalitetan sustav formalnog i neformalnog obrazovanja




# Strateški koncepti koji pridonose uspješnosti društva koje stari

1. Zdravo i aktivno starenje

2. Cjeloživotno učenje

**VOLONTIRANJE = ZDRAVO I AKTIVNO STARENJE + CJELOŽIVOTNO UČENJE**



Izađimo iz uobičajenih  
okvira (ra)z(a)mišljanja...









# Volontiranje osoba treće životne dobi

## Dobrobiti za volontere

- smanjivanje međugeneracijskog jaza;
- mijenjanje društvenog mišljenja o starijima;
- doprinos mentalnom i fizičkom zdravlju starijih;
- prevencija socijalne izolacije, isključenosti i depresije;
- povećanje samopoštovanja, samopouzdanja i zadovoljstva

Vodič za volontiranje osoba treće životne dobi, DKolektiv  
- organizacija za društveni razvoj Osijek, 2021.



# Volontiranje osoba treće životne dobi

## Dobrobiti za organizacije

- podizanje kvalitete rada;
- isticanje organizacijskih vrijednosti (jednake mogućnosti, aktivno i zdravo starenje, razvoj tolerancije, razumijevanje različitosti, itd.);
- prepoznatljivost organizacije i povećanje ugleda u za

Vodič za volontiranje osoba treće životne dobi, DKolektiv  
- organizacija za društveni razvoj Osijek, 2021.



# Volontiranje osoba treće životne dobi

## Dobrobiti za zajednicu

- povećanje socijalnog kapitala;
- stvaranje aktivnijih i odgovornijih građana;
- smanjenje predrasuda i diskriminacije;
- razvoj tolerancije i uvažavanja različitosti;
- omogućavanje jednakih mogućnosti za sve;
- bolja kvaliteta života i humanije društvo;
- razvijanje kreativnosti i stvaranje novih vrijednosti.

Vodič za volontiranje osoba treće životne dobi, DKolektiv  
- organizacija za društveni razvoj Osijek, 2021.



# Inkluzivno volontiranje

Volontiranje ranjivih skupina, odnosno osoba koje su tradicionalno bili korisnici volontiranja u zajednici.









# Hvala na pažnji

“Kada bih imao i sto godina moj najbolji dan uvijek bi bio sutra”

Pablo Neruda

