

СВЕТ

Молодёжный спецвыпуск «О!»
Пятница, 7 декабря 2018 года.
№23 (32)

НОВАЯ ЭРА



Я - ВОЛОНТЁР

**#Как прошёл
ГОД ВОЛОНТЁРА?** 3 стр.

**#О ДОБРОВОЛЬЧЕСКИХ
ОТРЯДАХ В ШКОЛАХ** 4 стр.

**#Как стать волонтером
НА КРУПНОМ СОБЫТИИ?** 4 стр.

ОТ РЕДАКЦИИ

Добровольчество становится всё популярнее, то, что 2018-й был выбран годом волонтера – очередное тому подтверждение. На улице уже декабрь, а значит, пришло время подводить итоги. О том, чем живут волонтеры на Урале, и почему делать что-то для других – это здорово, читайте в нашем свежем номере.

НОВОСТИ

#СВЕРХНОВЫЙ ВЗГЛЯД

Всё самое интересное мы собрали для вас в «СверхНовом взгляде». Рассказываем об уральской жизни легко и нескучно.

ЭТИКЕТ ЛЕСНЫХ ЗВЕРЕЙ

Во время прогулок по лесу всегда есть шанс (пусть и небольшой) столкнуться с местными обитателями. Как сделать походы безопасными, объяснил заведующий лабораторией экологии охотничьих животных УрО РАН **Николай Корытин**. Читайте, как напугать лося, так ли опасен кабан и почему перед медведем обязательно нужно снимать шапку.

УКРАШАЕМ ДОМ ПРАВИЛЬНО

У вас уже появилось новогоднее настроение? Нет? Значит, пора украшать жилище к празднику. Преподаватель истории дизайна и дизайн-проектирования в ЕКТС **Марина Дрейпа** и дизайнер, преподаватель основ проектной и компьютерной графики в ЕКТС **Александр Дрейпа** рассказали «Облгазете», в каких тонах лучше украшать дом, как сделать, чтобы украшения гармонировали с интерьером и какую ёлку лучше выбрать – живую или искусственную.

АЛЛО, ДЕД МОРОЗ?

Если квартира украшена, а праздничного настроения всё нет, попробуйте позвонить Деду Морозу. Теперь каждый желающий может лично поговорить с волшебником по телефону, в уральской столице запустили новогодний автоответчик. Дедушка спросит, хорошо ли вы себя вели в уходящем году, а также предложит рассказать стих и поделиться своими самыми сокровенными желаниями. Стоимость звонка равна обычной стоимости исходящего вызова.

ЧТО БУДЕТ С МОЛОДЁЖНЫМ МЕДИАВЕЩАНИЕМ?

На этой неделе в Инновационном культурном центре Первоуральска состоялся круглый стол, на котором эксперты обсудили, как будет развиваться медиaprостранство для детей и подростков. Они пришли к выводу, что в регионе есть всё, чтобы возродить единое вещание.

#ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Волонтеры рассказывают о своей работе

В чём заключается суть волонтерства, никто не объяснит лучше, чем сам волонтер. На страницах «СверхНовой» мы собрали любопытные мнения об этом движении. Ребята рассказали нам о том, как важно уметь держать себя в руках, какие качества помогает «прокачать» добровольчество и почему мода на волонтерство – это не очень хорошо.

О МОТИВАЦИИ

Дарья ЧЕПРАСОВА, студентка УрФУ, 19 лет:

– Волонтерством я начала заниматься сразу, как поступила в университет и переехала в Екатеринбург. Когда шла на свою первую смену, даже подумать не могла, что добровольчество так меня увлечёт. Сейчас я участвую в самых разных событиях: университетских днях открытых дверей, фестивалях, спортивных праздниках... Волонтерство – это невероятный опыт. Да, я трачу своё время, но несколько не жалею об этом, ведь в итоге вижу улыбки людей, их горящие глаза. Совершая добрые дела, мы делаем наш мир чуточку лучше, и это действительно прекрасно.

Андрей ОСЕНКОВ, школа №156, 16 лет:

– Волонтерством я занимаюсь с 2016 года. Труд волонтеров не оплачивается, хотя зачастую они тратят немало усилий. Просто эти люди испытывают эмпатию к окружающим. Их «зарплата» – эмоции и благодарность окружающих. Я не состою ни в каких организациях, но когда есть время, стараюсь заниматься добровольчеством. Например, иногда выхожу на улицу с перчатками и мусорным пакетом, потому что считаю, что люди должны беречь место, в котором живут.

О НЕОБХОДИМЫХ НАВЫКАХ

Руслан САЙДУЛИН, студент колледжа железнодорожного транспорта УрГУПС, 18 лет:

– Общительность нужна волонтеру для того, чтобы он мог спокойно взаимодействовать с людьми: на всех мероприятиях приходится много разговаривать с организаторами и гостями. Стрессоустойчивость необходима для того, чтобы не терять самообладание при общении с агрессивными людьми, им нельзя нервно ответить или нахамить. Находчивость помогает легко

АЛЕКСЕЙ КУНИЛОВ



Волонтерский отряд – это прежде всего команда. А любой команде нужен хороший лидер

решать проблемы. Вообще, волонтерская деятельность полезна для волонтеров, я сам пошёл «волонтерить» для того, чтобы прокачать свою коммуникабельность. Раньше я был достаточно замкнутым человеком, а теперь легко знакомлюсь и общаюсь с людьми. Участие в акциях помогает обрести связи и находить новых друзей.

Анна ШИШКИНА, школа №140, 16 лет:

– Для волонтера важно такое качество, как стрессоустойчивость. Иногда бывают ситуации, когда нужно сдерживать негатив, даже если очень хочется сорваться. Например, на чемпионате мира по футболу такое чувство возникло, когда болельщики позволили себе лишнего. Перед ЧМ, на обучении, нам рассказывали о Звезде Милтона Эриксона. Суть этого метода заключается в том, чтобы заставить себя думать, что у вашего собеседника есть какие-то серьёзные причины быть агрессивным и попытаться объяснить человеку, что он ведёт себя неправильно. Кроме того, важна пунктуальность, во время чемпионата волонтеры должны были спланировать своё время так, чтобы успеть выполнить задачи и не остаться без обеда.

ОБ ОТНОШЕНИИ

Анна ЕЛОХИНА, студентка УрФУ, 20 лет:

– В Екатеринбурге организует-

ся множество акций, спортивных, экологических, социальных... Я сама являюсь тим-лидером в Volural и провожу обучение для волонтеров. Обычно к добровольцам хорошо относятся, но случается всякое. Недавно я работала на мероприятии, моих девочек-волонтеров попросили принести тяжёлые коробки с атрибутикой. Я долго пыталась объяснить организаторам, что это не женское дело, а волонтер – не раб. А ещё заметила, что как только на добровольчество стало обращать внимание общество, у волонтеров исчезла заинтересованность в том, чтобы кому-то помогать. Волонтерство стало просто трендом, модой. И это проблема.

Никита ИСТРАТОВ, студент колледжа железнодорожного транспорта УрГУПС, 17 лет:

– Я занимаюсь добровольчеством уже два года, основное направление – событийное волонтерство. Я организую различные мероприятия, спортивные, культурные. С непониманием людей не сталкиваюсь, скепсиса нет, никто не задаёт вопросов о том, зачем я всё это делаю. Часто мне и моей команде говорят, что мы молодцы, мы часто слышим «спасибо» от организаторов мероприятий.

Артём ГОРГОПА, 17 лет,
ПОЛИНА ШАДРИНА, 16 лет

ХОЧУ СПРОСИТЬ

#СПОРТОМ МОЖНО ЗАНИМАТЬСЯ ДАЖЕ СИДЯ

«СверхНовая Эра» продолжает проект «Хочу спросить»

Движение и спорт – залог здорового образа жизни. Но порой повседневные дела отнимают столько времени и сил, что мы всё время откладываем пробежку и пытаемся решить эту проблему так же, как 18-летняя первокурсница из Екатеринбурга **Виктория**.

– Как найти время на спорт, когда дневной график забит до отказа?



Анастасия ГУРЬЯНОВА, фитнес-коуч, основатель молодёжного движения «В Тонусе»:

– Когда меня спрашивают, как найти время на занятия спортом, я всегда говорю, что в сутках 1440 минут, а в день достаточно заниматься от 20 до 40 минут. То есть у вас остаётся много времени на другие дела, и вы хотите сказать, что не можете выделить 40 минут для своего здоровья и тела? Всё это – отговорки и лень, других оправданий, увы, нет. И чтобы начать заниматься спортом, нужно просто взять себя в руки.

Самое первое и простое – скачать на смартфон программу шагомера и каждый день делать минимум десять тысяч шагов. Поверьте, это совсем не так много, как кажется: в среднем каждый из нас делает три тысячи шагов в день. И если вы пришли домой, а нужной цифры на шагомере нет, то будьте добры выполнить дневной план, отправившись на прогулку.

Второе – выбор подходящей физической нагрузки и программы занятий. Фитнес-индустрия развивается буквально каждый час, поэтому несложно найти комфортную именно для вас методику даже в Интернете. Необязательно, чтобы это был бег или тренажёрный зал: сегодня

Есть вопросы?

Смело спрашивайте обо всём, что не можете решить самостоятельно и обсудить с родными и друзьями. Присылайте нам свои письма на почту ne@oblgazeta.ru, в сообщения нашей группы во «ВКонтакте» (vk.com/novera) или по адресу: ГБУ СО «Редакция газеты «Областная газета», 620004, Екатеринбург, ул. Малышева, 101, 3-й этаж.

есть варианты самостоятельных занятий дома, на учёбе, работе и даже просто сидя, чтобы никто не понял, что вы тренируетесь. Заниматься можно в любое время суток, главное – найти время и помнить, что всё индивидуально и постигается методом проб и ошибок.

Но все тренировки работают только на регулярной основе и при

определённых знаниях. Если вы новичок, то лучше найти опытного наставника, который погрузит вас в сферу спорта и обучит базовым навыкам. Как правило, это фитнес-тренер или коуч, после работы с которым вполне можно заниматься и совершенствоваться самостоятельно. Но стоит быть внимательным при выборе специалиста.

И наконец, третье – поиск единомышленников. Найдите среди друзей и знакомых тех, кто поддержит ваше стремление к здоровому образу жизни и будет заниматься спортом вместе с вами. Например, отличный вариант – онлайн-марафоны. И поверьте, если вы узнаете, что ваш друг бросил себе вызов и перестал есть шоколад или начал ежедневно бегать, то вы тоже не захотите быть хуже и присоединитесь к нему.

Наталья ДЮРЯГИНА, 21 год,
факультет журналистики УрФУ



Свердловская область считается одним из лидеров по количеству волонтеров. Во многом на это повлиял чемпионат мира по футболу, всего на нём работали около двух тысяч человек

#Итоги Года волонтера

О чемпионате, русском менталитете и законах

Год волонтера в России прошёл ярко, добровольцы смогли поучаствовать во множестве проектов, самый крупный из которых – чемпионат мира по футболу. О том, как прошли эти месяцы, и о перспективах развития движения мы поговорили с Александром Антимоновым, создателем центра «Volugal» и руководителем волонтерской программы ЧМ-2018 в Екатеринбурге.

– Сложно организовать работу волонтеров? Это ведь не то же самое, что управлять наёмными рабочими.

– Любая работа с людьми не проста, хоть за деньги они работают, хоть за идею. Для успешной реализации волонтерской программы тоже необходимы ресурсы, организаторы мероприятий зачастую этого не понимают. Нужно создать атмосферу, в которой волонтеры захотят работать. Когда человек трудится за зарплату, главная его мотивация – это деньги, а волонтеры хотят общения и самореализации. Кроме того, нельзя относиться к волонтерам как людям, которые сегодня пришли, а завтра их уже нет, нужно показывать, что они ценны.

– Как другие люди относятся к волонтерским движениям?

– Сначала негатива было немало, но со временем всё начало меняться. Раз этот год был выбран Годом волонтера, значит, общество понимает значимость добровольчества. Тем более – поколение меняется, волонтеры, которые 5–10 лет назад окупились в эту деятельность, привлекая своим детям совсем другое отношение к волонтерству. Да, волонтеры действительно выгоднее с финансовой точки зрения, но не до всех доходит, что они также приносят в проекты душевность, этого за деньги не получить.

– И тем не менее на мероприятиях волонтерам часто достаётся...

– Мы это понимаем, поэтому всегда говорим ребятам, что они – лицо мероприятия. Это не просто слова, волонтер – действительно первый человек, с которым общается гость. Не всегда волонтеры способны помочь, но он всегда может передать информацию тому, кто в состоянии это сделать. Мы собираем от волонтеров обратную связь после смен, чтобы они не уходили домой с негативом.

– Может быть, дело в нашем менталитете?

– У нас многие настороженно относятся

к тому, что незнакомый человек предлагает помощь, боясь обмана. Есть и противоположная ситуация: иногда люди, видя, что им готовы помочь, пытаются скинуть на волонтера все свои проблемы. В 2014 году я ездил в Великобританию, смотрел, как у них устроена система работы с волонтерами. Там добровольчество проходит через всю жизнь. В детском саду есть волонтерские организации, которые вовлекают детей в небольшие проекты, в университетах работают специальные центры, существуют районные волонтерские организации. У англичан желание помогать другим сидит в подкорке, они воспитываются в определённой среде. Со временем мы тоже придём к этому. К тому же, там в университете кроме учёбы у студента оценивают социальную активность. На выходе кроме диплома он получает ещё и портфолио из проектов. Коллеги проводили социологическое исследование, они спросили у крупных работодателей, кого бы они взяли на работу охотнее, человека с отличным дипломом или человека с оценками хуже, но с богатым социальным портфолио. Большинство отдали предпочтение второму варианту. Через волонтерство вырабатывается множество навыков: мы умеем общаться с людьми, ведь важно не только помочь, но и корректно предложить помощь. И у нас многие волонтеры просят рекомендательные письма, собирают грамоты и дипломы. Работодателям становится это важно, они смотрят на личность.

– А что нужно для того, чтобы волонтерское движение развивалось?

– Уже много чего сделано. Главное, чтобы после окончания года волонтера этот подъём остался. Нужна системная работа. У людей должна быть возможность зайти на конкретный сайт и найти интересное для себя направление волонтерской деятельности. Необходимо устраивать комфортные центры, где любой представитель некоммерческой организации может поработать. Важно, чтобы были волонтерские организации с большим опытом, ко-



Александр Антимонов отмечает, что в мире, где условия диктует рыночная экономика, волонтеры, работающие за опыт, идут вразрез с системой

торы смогли бы передавать методики работы маленьким, и даже делиться базой волонтеров, ведь если ты работаешь на чемпионате, это совсем не значит, что завтра тебе не захочется заняться озеленением города. Мы вместе делаем большое дело, неважно, кто из нас какое направление раскрывает. Хочется, чтобы все чувствовали себя одной большой командой.

– Год волонтера, закон о волонтерах... Не происходит ли некоторая формализация движения?

– Я позитивно отношусь к федеральному закону. Мне часто приходится рассказывать организаторам о том, что для волонтеров должен быть сервис, их надо кормить, если они работают больше четырёх часов, им нужно обеспечить униформу (она нужна не для того, чтобы подарить волонтеру футболку, а для того, чтобы среди толпы его было видно) – теперь эти все моменты закреплены в законе. Он нужен не для того, чтобы регламентировать деятельность волонтеров, а чтобы защитить их. К тому же государство не будет поддерживать проекты-однодневки. Нельзя сказать: «У меня проблемы, помогите мне их решить». Это не работает. Нужно предлагать пути решения. Я ни разу не видел, чтобы адекватные людям с адекватными идеями в чём-то отказывали. Я думаю, что государство будет всё больше внимания уделять социальным проектам. Для меня показатель

того, что общество развивается: появляется инициатива.

– Конечно, нельзя не спросить о чемпионате, он совпал с Годом добровольца. «Volugal» стали базой для всех волонтеров ЧМ в Екатеринбурге.

– Уникально то, что мы стали базой организации сразу и для волонтеров оргкомитета, и для городских. Взять всё на себя было нашей инициативой, хотелось создать единую точку притяжения всех добровольцев, связанных с чемпионатом, и избежать соперничества. В итоге противостояния не было, хотя оно встречалось в других городах-организаторах, где волонтерские центры пытались перетянуть на себя людей. К тому же всё не ограничилось только четырьмя матчами на Екатеринбург Арене, параллельно шло много других проектов, например, футбольные уроки, на которых рассказывали о ЧМ, волонтерской деятельности. Только за последний год их прошло более двухсот. FIFA ведь не просто проводит соревнования, она пытается популяризировать футбол в стране-хозяйке. После чемпионата начался всплеск интереса молодежи к этой игре. Во многом это случилось благодаря нашей сборной, которая достойно выступила на матчах, но здесь есть и наш вклад.

– Подготовка к чемпионату шла несколько лет. Не было ощущения опустошения, когда всё закончилось?

– Я пришёл на стадион на следующий день после матча «Мексика – Швеция». Там было тихо, мало народа, всё потихоньку демонтировали... Мучила мысль о том, что в других городах чемпионат ещё идёт, а для нас всё уже закончилось. Действительно чувствовалось опустошение. В итоге, чтобы поставить точку, я поехал на финал. Игра в «Лужниках» была первой, которую я посмотрел сидя на трибуне, не бегая и не решая какие-то вопросы. Сейчас я испытываю тёплые чувства, думаю, и для других чемпионат останется добрым воспоминанием. Будут другие проекты. К сожалению, Екатеринбург не выиграл ЭКСПО, но мы ждём юбилей уральской столицы и надеемся на летнюю универсиаду в 2023 году.

– Подготовка к чемпионату шла несколько лет. Не было ощущения опустошения, когда всё закончилось?

– Я пришёл на стадион на следующий день после матча «Мексика – Швеция». Там было тихо, мало народа, всё потихоньку демонтировали... Мучила мысль о том, что в других городах чемпионат ещё идёт, а для нас всё уже закончилось. Действительно чувствовалось опустошение. В итоге, чтобы поставить точку, я поехал на финал. Игра в «Лужниках» была первой, которую я посмотрел сидя на трибуне, не бегая и не решая какие-то вопросы. Сейчас я испытываю тёплые чувства, думаю, и для других чемпионат останется добрым воспоминанием. Будут другие проекты. К сожалению, Екатеринбург не выиграл ЭКСПО, но мы ждём юбилей уральской столицы и надеемся на летнюю универсиаду в 2023 году.

Алёна СМИРНОВА, 16 лет,
Юлия ШАМРО, 21 год

Что нужно для того, чтобы школьное волонтерство не потеряло свою популярность?

Интерес к волонтерскому движению растёт, добровольческих объединений становится всё больше. Подхватывают эту тенденцию и школы, иметь свой волонтерский отряд стало для учебных заведений «правилом хорошего тона». «СверхНовая Эра» попробовала разобраться, что нужно для того, чтобы подобные команды не потеряли своей популярности, и как сделать их работу действительно эффективной.

На сегодняшний день в области работает пятьсот двадцать пять добровольческих организаций, сто пятьдесят из них были созданы в этом году, в том числе и в школах. Интерес подростков к волонтерству неувидителен, ведь оно открывает большие возможности для молодых людей.

– Количество школьных отрядов за последнее время действительно увеличилось, – отмечает Наталья Нигамедьянова, сотрудник Ресурсного центра добровольчества «Сила Урала», координатор федеральной программы «Ты решаешь!» в Уральском федеральном округе. – Волонтерство даёт возможность выезжать в другие города и страны, помогает завести новые знакомства. Благодаря ему ребёнок может собрать портфолио из грамот и сертификатов, поехать в детские лагеря российского уровня.

Участие в различных акциях – неплохой способ разнообразить досуг. Волонтеров сегодня стараются всячески поддерживать, для них организуются конкурсы, фестивали, мастер-классы, флешмобы. Жизнь участника волонтерского движения однозначно интересна и полна событий, но нельзя забывать о том, что кроме всего этого, добровольчество – желание бескорыстно помочь другому.

– Волонтерство пропагандирует правильные привычки и ценности. Сегодня в школах мы много внимания уделяем развитию интеллекта, но очень мало говорим о нравственности, доброте, человечности, – делится учитель английского языка школы №14 в Верхней Салде и руководитель волонтерского отряда «Капля тепла» Елена Бредникова. – Я считаю, что волонтерские отряды безусловно нужны. Они дают воз-

можность детям, которые «хуже других» (не успевают в учёбе или живут в неблагополучных семьях), проявить себя: вступив в волонтерский отряд, ребёнок чувствует свою значимость, понимает, что он способен делать что-то доброе, и делать это хорошо.

Не секрет, что за детьми всегда стоят взрослые. Елена отмечает, что ребята всегда чувствуют искреннее отношение к делу, поэтому и сам руководитель должен быть неравнодушным, иначе ничего не получится. Соглашается с этой точкой зрения и детско-юношеский и семейный психотерапевт, директор Центра семейной терапии и консультирования в Нижнем Тагиле Дмитрий Винокуров:

– Разве нормально, когда класс участвует в какой-нибудь условной «Неделе доброты», а потом травит своего товарища? Если всё происходит формально, что, к сожалению, в наших школах случается, то это может отрицательно сказаться на детях и подростках: у них может исказиться понятие о том, что такое «хорошо» и «плохо». Доброта, милосердие, желание бескорыстно помочь – вещи, которые должны быть в жизни постоянно, а не только в особые даты, 9 Мая или в День матери, например. Многие зависит от взрослых, учителей и родителей: если они сами разделяют правильные ценности, живут по ним, то и дети учатся заботиться, жертвовать своими силами и временем ради других, будь то дворная собака или дерево, которое нужно посадить. Поэтому нужно, чтобы учитель, руководящий отрядом, сам имел потребность кому-либо помогать.

Год волонтера помог развитию школьного добровольчества, глав-



Все ребята сошлись на том, что главное достоинство волонтерства – это возможность поработать в команде

ное, чтобы после его окончания интерес к этой теме не угас. Чтобы этого не случилось, нужны неравнодушные руководители. Сегодня часто говорят о том, что молодёжь движется вразброд, ей не хватает стержня. У волонтерства есть хорошие перспективы стать тем самым «стержнем», ведь в идее добровольчества заложены правильные ценности – неравнодушие к миру и желание бескорыстно помогать другим. Наталья Нигамедьянова отмечает, что самым популярным у ребят является социальное волонтерство. Это так называемое добровольчество широкого профиля, оно включает в себя поездки в детские дома, помощь пожилым людям, людям с ограниченными возможностями и многие другие направления. Потребность делать добро у детей есть, взрослым нужно лишь поддерживать это желание, в том числе своим собственным примером.

Анастасия ПАЗДНИКОВА, 18 лет,
факультет журналистики УрФУ

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ

#Требуется помощь

Где подросток может заняться волонтерством

Делать добрые дела намного проще в команде, чем одному. Благотворительные организации как раз и существуют для того, чтобы собрать вместе неравнодушных людей. Специально для вас мы подготовили подборку мест, в которые требуются волонтеры (кстати, сотрудничать с ними могут даже те, кому не исполнилось 18 лет).

«АИСТЕНОК»

Межрегиональная общественная организация «Аистенок» занимается профилактикой сиротства с 2003 года: обучает потенциальных приёмных родителей, работает с отказными детьми, помогает семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Добровольцы помогли обрести семью четырёмстам пятидесяти детям. Волонтеры-подростки в «Аистенке» занимаются видеосъемкой мероприятий, работают на выставках и благотворительных акциях, а также организуют праздники для детей.

aistenok.org

«ЗООЗАЩИТА»

Зачастую помощь нужна не

только людям, но и животным. Вы можете передать в фонд корма и медикаменты, погулять с питомцем, находящимся в приюте, взять собаку или кошку на передержку, распространять информацию о животных, нуждающихся в помощи, в социальных сетях. Возможно, кто-то из вас и вовсе решится стать новым хозяином для четвероногого чуда.

zoozahita.ru

«ДОРОГАМИ ДОБРА»

Команда «Дорогами добра» уверена, что помощь не бывает много. Добровольцы поддерживают малышей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации: сирот, детей с особенностями развития, из неблагополучных, малообеспе-

ченных и многодетных семей. В конце декабря у них пройдёт ежегодный проект «Ёлка желаний», в рамках которого волонтеры собирают новогодние подарки для ребят из детских домов со всей области.

dd66.ru

ВОЛОНТЕРСКАЯ СЛУЖБА МУЗЕЯ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНЫХ ИСКУССТВ ЕКАТЕРИНБУРГА

В 2015 году музей ИЗО решил создать волонтерскую службу. Участие в акциях – отличная возможность лучше узнать о культурной жизни изнутри. Добровольцы уже помогли в организации Ночи музеев, Международного фестиваля меццо-тинто, Вечера искусств. Кроме крупных проектов волонтеры участвуют и в повседневной жизни музея. В общем, любители прекрасного оценят.

emii.ru

Виктория ПОЛОВНИКОВА, 16 лет,
Первоуральск, школа №5, 11-й класс

Как стать волонтером на крупном событии

Желающих стать волонтером на международных мероприятиях обычно очень много, конкуренция высокая. Да и требования к кандидатам предъявляются высокие. Мы уверены, что чемпионат мира по футболу – это не последний масштабный праздник для России, поэтому решили разобраться, на что же интервьюеры обращают внимание во время собеседований с потенциальными волонтерами. Как попасть в «команду мечты», «СверхНовой Эре» рассказала Александра КИМ, руководитель блока отбора волонтеров международного чемпионата молодых профессионалов «WorldSkills Russia».

■ ПРЕЖДЕ ВСЕГО, У ВОЛОНТЕРА ДОЛЖНА БЫТЬ МОТИВАЦИЯ. Он должен чётко понимать, куда и зачем подаёт заявку, а главное, почему хочет стать волонтером. Также человек должен уметь общаться, работать в команде, быть организованным, ответственным, пунктуальным, стрессоустойчивым, ведь ситуации бывают разные. Если на собеседовании волонтер продемонстрирует лидерские качества, то его, скорее всего, порекомендуют на роль руководителя команды.



Беседы с кандидатами в волонтеры всегда проходят дружелюбно и в комфортной обстановке, поэтому волноваться не стоит

■ ВОЛОНТЕРСКИЙ ОПЫТ ЯВЛЯЕТСЯ ДЛЯ КАНДИДАТА БОЛЬШИМ ПЛЮСОМ. Однако даже если человек никогда не участвовал ни в каких мероприятиях, это совсем не значит, что он не сможет попасть в команду.

■ ХОРОШО, ЕСЛИ ВОЛОНТЕРЫ КРУПНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ЗНАЮТ ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК. НО ЕСЛИ ДАЖЕ ВЫ НЕ ГОВОРИТЕ НА АНГЛИЙСКОМ – НЕ СТРАШНО. Есть функциональные направления, на которые иностранный не нужен. Вам могут предложить работу в волонтерском штабе – например, организовывать питание для других добровольцев. В любом случае, всегда можно выучить несколько основных фраз.

■ НА ВСТРЕЧУ ЛУЧШЕ НЕ НАДЕВАТЬ ЯРКИЕ ВЕЩИ, СТОИТ ПРИЙТИ В СВОЕЙ ПОВСЕДНЕВНОЙ ОДЕЖДЕ.

Но на самом деле, наряд не особо влияет на итог собеседования. Сам собой, кандидат должен выглядеть опрятно, не очень приятно беседовать с человеком в грязной одежде. Кстати, некоторые волонтеры сразу приходят в форме.

■ ВО ВРЕМЯ ИНТЕРВЬЮ ЛУЧШЕ ВЕСТИ СЕБЯ ЕСТЕСТВЕННО. Главное, не нервничайте и честно отвечайте на вопросы. Сразу видно, когда человек ведёт себя как-то не так: мешкает, дёргается... Большинство волонтеров говорят о себе банальные вещи: «Я ответственный, коммуникабельный...». Лучше расскажите о себе что-нибудь интересное – о жизни, об увлечениях. Тогда тебя обязательно запомнят.

■ К ЛЮБОМУ СОБЕСЕДОВАНИЮ ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ГОТОВИТЬСЯ. Почитайте о мероприятии, на которое подаёте заявку, узнайте, что требуется от волонтеров. Зачастую приходится неподготовленным? И своё время зря потратите, и чужое.

■ ЛУЧШЕ ЗАПИСЫВАТЬСЯ НА СОБЕСЕДОВАНИЯ В НАЧАЛЕ ОТБОРОЧНОГО ЭТАПА. Если кандидат стремится попасть на интервью как можно быстрее, мы понимаем, что он заинтересован в том, чтобы стать волонтером, больше, чем другие. Кроме того, это показатель того, что человек ответственный и действительно хочет попасть в команду.

Александра ВИННИЦКАЯ, 16 лет,
Екатеринбург, гимназия №40, 11-й класс

#Несколько вопросов Добровольцу

Волонтер РДФ поделилась своим опытом

В этом году количество волонтеров в России превысило отметку 7 миллионов человек, мы уверены, что это не предел. У каждого добровольца есть своя история о том, как и почему он решил помогать другим. Волонтер Российского детского фонда *Эльвира Войта* рассказала «СверхНовой Эре» о своём опыте.

– Эля, как ты вообще стала волонтером? Помнишь свой первый опыт добровольчества?

– Помню, в 6 лет я участвовала в акции «Ау, Дедушка Мороз»: мы ходили к пожилым людям, рассказывали им стихи, дарили подарки. Уже тогда я поняла, что приносить людям радость – это здорово. Сейчас я работаю в Российском детском фонде медиаволонтером. Этим всем меня заинтересовала мама, она работает в библиотеке для слепых. К тому же мама – руководитель медиаклуба, в котором я занимаюсь, постоянно мотивирует меня. Как-то раз маме надо было взять интервью у работника РДФ, она решила, что я смогу ей в этом помочь. В итоге вышло неплохо, текст даже опубликовали на сайте РДФ. Со временем у меня начало получаться всё лучше, я втянулась. Кстати, в Свердловском отделении РДФ я стала первым медиаволонтером, сейчас к этому делу привлекаются и другие ребята, члены детских объединений и клубов, студенты-практиканты. Мы фотографируем, проводим опросы, снимаем видео.

– А тебе самой волонтерство что-то даёт?

– Я получаю огромное количество навыков, уверена, что в будущем они помогут мне. Волонтерство помогло мне стать более ответственной, доброжелательной, любознательной, уверенной и креативной. Я не считаю себя очень уверенным человеком, а если не справиться с собственной стесни-

**Хочу быть медиаволонтером.
С чего начать?**

Медиаволонтерство довольно новое направление в добровольчестве, которое становится всё популярнее. Именно медиаволонтеры делают так, чтобы о благотворительных акциях узнавало как можно больше людей. В наш информационный век такие ребята нужны. Предложите свою помощь какой-нибудь добровольческой организации – наверняка они будут рады такому человеку в своей команде. А ещё можно попробовать размещать на своих страничках в соцсетях информацию о тех, кто нуждается в помощи.

тельностью – успехов добиться будет сложно. Мне нравится, что я не только беру комментарии у людей и готовлю интервью, но ещё после этого делюсь своими эмоциями в новостях. Кроме того, у меня появилось множество новых друзей, у нас очень классная команда.

– У многих ребят в школе серьёзные нагрузки. Сложно ли тебе параллельно с учёбой заниматься добровольчеством?

– Требуется приложить усилия, чтобы совмещать волонтерство и учёбу. Появляется много обязанностей: нужно в школу, на мероприятия, а после этого ещё и материал оформить. Устаёшь, но тебе не перестает это нравиться. Иногда времени на увлечения не остаётся, периодически и вовсе приходится меньше спать, но это сильно

ИЗ АРХИВА Э.ВОЙТА



Эльвира уверена, что главное – искать во всём позитив, наслаждаться моментом и радоваться, что ты можешь быть кому-то полезен

понижает продуктивность, поэтому стараюсь планировать время, чтобы такого не случилось. Несмотря на всё это, плюсов всё равно больше: ты живёшь активной жизнью и приносишь пользу другим.

– На каком мероприятии ты работала в последний раз?

– Это был семейный слёт «Уральские костры», он проходил в посёлке Рефтинском. В этом году его темой был «Мир профессий». Программой была рассчитана на детей среднего школьного возраста, от десяти до пятнадцати лет. Там мы познакомились с различными профессиями, например, маляр-штукатур, столяр, слесарь и другие. Участникам было предложено поработать в мастерских, принять участие в различных психологических тренингах и ярмарке, выступить на сцене. Поддержка медиаволонтеров на слёте была в этом году впервые. Я не представляла, что там будет происходить, вообще волонтерам часто приходится разбираться «по ходу», но это не так уж сложно, как может показаться на первый взгляд.

**Анна ПАШКОВА, 17 лет,
Екатеринбург, школа №10, 10-й класс**

«СВЕРХНОВАЯ ЭРА» ПРИЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Куратор проекта
Яна Белоцерковская

Обложка
Предоставлено
организацией «Волонтеры
Урала» (руководитель –
Александр Антимонов)



OBLGAZETA.ru

Адрес:
г. Екатеринбург,
ул. Малышева, 101, офис 355

e-mail: ne@oblgazeta.ru



vk.com/novera



ОБЛАСТНАЯ
ГАЗЕТА

Редактор
Юлия Шамро

Верстка
Татьяна Никитина