

Grey4Green

Virkar aðgerðir í öldrunar- og loftslagsmálum með aðkomu eldri borgara að náttúruvernd



Handbók fyrir
**ELDRI
BORGARAR Í
NÁTTÚRUNNI**

**Höfundar í stafrófsröð:**

Associação BioLiving, Daniela Salazar Simões
Associação BioLiving, Inês Pimentel Santos
Association Des Agences de la Democratie Locale, Virginia Stimilli
Center for the Advancement of Research Development, Tassos Dimitriou
Umhverfisstofnun, Julie Kermarec
FO-Aarhus, Elizabeth Gregersen
FO-Aarhus, Karin Coles
Município de Lousada, Mariana Cardoso

Ritstjóri:

Mariana Cardoso, Município de Lousada

Myndinneign:

Umhverfisstofnun
FO-Aarhus
Município de Lousada

Skipulag og kápa:

Center for the Advancement of Research Development
Undir umfang Erasmus+ verkefnisins

Grey4Green:

Eldri borgarar í Náttúruvernd
Verkefnisnúmer: 2021-1-DK01-KA220-ADU-000026601
Ágúst, 2023



Meðfjármagnað af
Evrópusambandinu

Meðfjármagnað af Evrópusambandinu. Skoðanir og skoðanir sem settar eru fram eru hins vegar eingöngu höfundar og endurspeгла ekki endilega skoðanir Evrópu-sambandsins eða Framkvæmdastofnunar Evrópu um mennta- og menningarmál (EACEA). Hvorki Evrópusambandið né EACEA geta borið ábyrgð á þeim.

Innihald

01. Inngangur **6**
02. Hvað þýðir það að vera sjálfböðaliði? **7**
03. Hvaða mikilvægi, vistfræðilega og félagslega merkingu hefur sjálfböðaliðastarf í náttúruvernd? **9**
04. Mikilvægi virkrar öldrunar **13**
05. Nýttu þér stöðu sjálfböðaliða sem best **17**
06. Hvernig á að undirbúa sjálfböðaliðaverkefni þitt **19**
07. Réttindi og skyldur sjálfböðaliða **21**
08. Lagamma um græna sjálfböðaliðaáætlanir **25**
09. Heilbrigðis- og öryggismál **27**
10. Hvað á að gera ef... **29**
11. Viðbótarupplýsingar **30**
12. Stutt yfirlit um sjálfböðaliðastarf í Evrópu **31**
13. Munur á sjálfböðaliðastarfi og þjónustunámi **33**
14. Heimildir **34**

VERKEFNIS FÉLAGAR

DANMÖRK

Frit Oplysningsforbund-Aarhus (FO-Aarhus) - Umsjónarmaður

FO-Aarhus (Association for Adult Education) eru frjáls félagsamtök sem ekki eru rekin í hagnaðarskyni og voru stofnuð árið 1973 til að veita óformlega fullorðinsmenntun og ráðgjöf til íbúa Árósa. Félagasamtökin hafa sitt eigið kjörna ráð sem samanstendur af fulltrúum úr einkageiranum, opinberri stjórnýsly og menntageiranum og starfsmenntageiranum. Grunnþekking FO-Aarhus liggur í óformlegri fullorðinsfræðslu fyrir almenning og sérhæfingu í verkefnum sem aðstoða illa stadda hópa – t.d. innflytjendur, atvinnulausa, fólk með námsörðugleika, lesblinda, fólk með geðræn vandamál – til að bæta lífsgæði sín og aðlagast samfélaginu og vinnumarkaðinum (eða aðlagast þeim aftur). Markmiðið er að styrkja persónulega-, félagslega og starfslega hæfni þátttakenda sem skref í átt að endurmenntun, endurkomu á vinnumarkaðinn eða frekari menntun.



KÝPUR

Center for the Advancement of Research & Development in Educational Technology (CARDET)

CARDET er ein af leiðandi rannsókn- og þróunarmiðstöðvum fyrir fullorðinsfræðslu á Miðjarðarhafssvæðinu með alþjóðlega sérfræðiþekkingu á fullorðinsfræðslu, félagsleg þáttaka, mótun og framkvæmd verkefna, getu uppbyggingu og rafrænu námi. CARDET er sjálfstætt tengt háskólum og stofnunum víðsvegar um heimi, svo sem Yale háskóla, Nicosiu háskóla og International Council of Educational Media. CARDET hefur lokið fjölmörgum verkefnum sem tengjast fullorðinsfræðslu, rafrænu námi, læsi, blönduðu námi, samstarfi háskóla – samfélags, MOOC, stafrænum verkfærum, sjálfboðaliðastarfi og starfsmenntun, menntun og þjálfun (VET). CARDET sameinar alþjóðlegt teymi sérfræðinga með áratuga alþjóðlega sérfræðiþekkingu í hönnun, framkvæmd og mati á alþjóðlegum verkefnum.



FRAKKLAND

European Association for Local Democracy (ALDA)

ALDA er sjálfseignarstofnun stofnuð að frumkvæði þings Evrópuráðsins árið 1999, meginmarkmiðið er að stuðla að góðum stjórnarháttum og staðbundinni þátttöku borgaranna. ALDA eru meðlimasamtök með fleiri en 350 meðlimi (þar á meðal staðbundnar lýðræðisstofnanir, samtök sveitarfélaga, borgaraleg samtök, háskólar, frjáls félagasamtök, grasrótarsamtök og opinberar stofnanir) með aðsetur í 45 löndum víðast hvar í Evrópu og í nágrennalöndum, þar á meðal í ríkjunum á Balkanskaga, Hvíta-Rússlandi, Moldóvu, Kákasussvæðinu, Tyrklandi og nokkrum löndum í Norður-Afríku. Skrifstofur ALDA eru staðsettar í Strassborg (FR), Brussel (BE), Vicenza (IT), Subotica (RS), Skopje (MK), Chisinau (MD) og Túnis (TN). Sem stendur getur ALDA reitt sig á 40 manna starfslíð og ýmsa starfsmenn og sjálfboðaliða sem styðja starfsemi hinna ýmsu skrifstofa. Í dag er ALDA lykilhagsmunaaðili á sviði staðbundins lýðræðis, virks þegnskapar, góðra stjórnarháttanna, ESB samþættingar, mannréttinda og samvinnu staðbundinna yfirvalda og borgaralegs samfélags. Megnið af starfi ALDA byggir á aðferð marghliða dreifðstýrðar samvinnu.



ÍSLAND

Umhverfisstofnun

Umhverfisstofnun starfar undir yfirstjórn umhverfisráðuneytisins. Hlutverk hennar er að stuðla að verndun og sjálfbærri nýtingu náttúruauðlinda Íslands, sem og velferð almennings, með því að stuðla að heilbrigðu umhverfi. Umhverfisstofnun er leiðandi í umhverfismálum og náttúruvernd í samfélaginu. Hlutverk stofnunarinnar er að fylgjast grannt með þróun umhverfismála og gæta velferðar almennings. Eitt af meginhlutverkum Umhverfisstofnunar er að halda utan um og vernda Snæfellsjökulspjóðgarð og önnur 115 friðlýst svæði á Íslandi. Samkvæmt náttúruverndarlögum er friðland svæði sem er friðlýst vegna mikilvægis þess fyrir lífríki (gróður og dýralíf) og landslag. Hópvinna er ríkjandi vinnufyrirkomulag stofnunarinnar sem kemur sér vel við mótun framtíðarstefnu Umhverfisstofnunar hverju sinni. Stofnunin hefur um 90 starfsmenn í fullu starfi.



PORTÚGAL

Sveitarfélagið Lousada (Município de Lousada)

Sveitarfélagið Lousada (SL) er stofnun staðbundinnar opinberrar stjórnsýslu sem stýrir 95 km² svæði þar sem búa um 50.000 manns. Þetta þéttbýla svæði, á dreifbýlissvæði í borgarjarðri, stendur frammi fyrir mörgum áskorunum varðandi sjálfbæra þróun, lífsgæði og læsi íbúa og þegnskap. Ætlunarverk SL er að skilgreina leiðbeinandi aðferðir og hrinda í framkvæmd þeim staðbundnu stefnum sem af þeim leiðir með ráðstöfunum og áætlunum á ýmsum sviðum innan valdsviðs okkar, bæta lífsgæði allra íbúa og tryggja há viðmið á gæðapjónustu. Starf okkar miðar að því að ná fram sjálfbærri þróun með ávinningi og tækifærum fyrir alla okkar íbúa, hvað varðar umhverfismál og á félags- og efnahagssviðum.



PORTÚGAL

Associação BioLiving

Markmið Associação BioLiving eru meðal annars þau að stuðla að sjálfbærni með þátttöku í umhverfislegri hegðun borgaranna og með þátttöku almennings í náttúruvernd og á sama tíma efla félagshagkerfið og efla þátttöku, frið og samstöðu með menntun, náttúruauðlindir og náttúruvernd að leiðarljósi. BioLiving einbeitt sér á nálægð við samfélög, sveitarfélög, skóla, fyrirtæki og önnur frjáls félagasamtök. Við teljum að samstarf við hagsmunaaðila og íbúa auðveldi samræður og leit að lausnum fyrir umhverfismenntun og umhverfisvernd og að þátttaka þeirra og áhugi á umhverfismálum sé eflur á áhrifaríkari hátt.



01 Inngangur

„Grey4Green“ Erasmus+ verkefnið stafar af þörfinni á að hvetja til meiri tjáningar borgaralegrar þátttöku eldri borgara í Evrópu á umhverfis-, félags- og menningarsviði. Þetta sýnir möguleika á virkri öldrun í þágu máls sem er nauðsynlegur fyrir allt samfélagið, svo sem sjálfbærni í umhverfinu og baráttunni gegn loftslagsbreytingum. Með hópi sex evrópskra samstarfsaðila - Danmörku, Portúgal, Kýpur, Frakklandi og Íslandi - miðar verkefnið að því að stuðla að félagslegri þátttöku aldraðra með þátttöku þeirra í baráttunni fyrir sjálfbærni og mildun loftslagsbreytinga í Evrópu.

Í þessu skyni er mikilvægt að afla upplýsinga um stöðu mála í hverju landi og greina helstu viðfangsefni sem verða tilvísun til að efla upplýsta ákvarðanatöku eldra fólks sem hefur áhuga á sjálfbóðaliðastarfi í umhverfismálum.

Þessi handbók fyrir eldri sjálfbóðaliða í náttúrunni er afrakstur vel studdrar samantektar sem byggir á aðföngum sem hinir ýmsu samstarfsaðilar verkefnisins hafa rannsakað. Vonast er til að þetta skjal, sérstaklega með áherslu á sjálfbóðaliðastarf í umhverfismálum, geti hjálpað til við að skapa vinnuramma sem hægt er að skoða og laga að raunveruleika hvers ESB-lands, frá staðbundnum til alþjóðlegs mælikvarða.



Afar og ömmur loftslagsaðgerða í Árósum (Danmörku) í verkfalli vegna loftslagsmála

02

Hvað þýðir að vera sjálfböðaliði?

Hægt er að skilgreina sjálfböðaliðastarf sem félagslega athöfn af frjálsum vilja og án væntinga um peningaleg umbun, sem leitast við að hafa jákvæð áhrif á aðra manneskju, hóp eða málstað.

„Sjálfböðaliðastarf þýðir að setja sjálfan sig í þjónustu annarraumhverfisins, samfélagsins, án nokkurs persónulegs ávinnings nema gefins.“

Louise, 22 ár gömul, Frakkland, nemandi

Þannig er gert ráð fyrir að einstaklingur bjóði fram tíma sínum, orku og hæfileikum til að sinna þjónustu eða verkefni, hvatinn af löngun til að miðla og/eða fá nýja færni og nám. Skuldbindingin sem sjálfböðaliðinn skapar getur falið í sér staðbundna eða alþjóðlega, augliti til auglitis og/eða stafræn, einstaklings- eða hóppjónusta. Félagsmál, borgaraleg aðgerðahópar, hagsmunagæsla, stjórnun opinberra aðila eða einkaaðila, sjálfshjálp og gagnkvæm aðstoð

í þjónustu samfélagsins, sem og margvísleg tækifæri til að leggja sitt af mörkum til að veruleika óformlegrar starfsemi, eru nokkur form. um þátttöku sjálfböðaliða.

Sjálfböðaliði gefur tíma sínum og þróar þær áskoranir sem fram koma í von um að fá endurkomu með því að bæta við nýrri reynslu, þekkingu og tækifærum til að þróast á vitsmunalegu, persónulegu, tilfinningalegu, félagslegu og faglegu stigi.

„Fyrir mér er skynsamlegt að leita þekkingar um loftslagsbreytingar og mögulegar lausnir á loftslagsvandnum. Saman með öðrumlangar mig að hjálpa til við að miðla þeirri þekkingu sem aflað er og dreifa þeirri skuldbindingu sem fylgir því að vera hluti af hópi.“

Tora Nautrup, 72 ár gömull, Danmörk, hjúkrunarfræðingur á eftirlaunum

Að vinna í nálægð og hafa samskipti við samfélagið og atvinnulífið eru sterkir hvatir fyrir borgara að hefja frjálst samstarf. Þegar sjálfbóðaliðinn einbeitt sér að starfsferli sínum eða fagsviði getur sjálfbóðaliðastarf í raun verið

hugsanlegur bandamaður við að efla námskrána og tengslanet félagslegra og faglegra tengsla.

Í því ferli að ráða sjálfbóðaliða bjóða verkefnisstjórnarnir upp á réttindi og skyldur sem miða að því að virða skuldbindinguna um grunnatriði sjálfbóðaliðastarfsins.



Sjálfbóðaliða planta af innfæddum tegundum (Lousada, Portúgal)

03

Hvaða mikilvægi, vistfræðilega og félagslega merkingu hefur sjálfbærni í náttúruvernd?

Umhverfisáskoranir 21. aldarinnar eru flóknar og krefjast lausna sem taka þátt í öllum geirum og hagsmunaaðilum til að bera kennsl á margbreytileika hinna ýmsu samhengis og vandamála sem koma upp um allan heim. Í heimi í stöðugum breytingum er sjálfbærni stöðugt þar sem það táknar alhliða, kraftmikla og skapandi auðlind sem er til staðar í hvaða samfélagi sem er til að styðja við fjölvíð viðbrögð við megináskoruninni um að tryggja sjálfbærni í umhverfinu. Það er einn helsti drifkraftur alþjóðlegrar umhverfishreyfingar, sem veldur virkjun og þátttöku samfélaga um allan heim til að hjálpa til við að leysa umhverfisvan-

damál. Félagsleg samvinna um umhverfisvernd á sér stað frá staðbundnum til hnattræns mælikvarða og kemur fram í mjög fjölmörgum inngrípum og aðgerðum, og möguleikar sjálfbærni hafa enn meira að leiða í ljós, umfram það sem þegar hefur verið viðurkennt og rannsakað. Þar sem vel studd og auðveld áætlun er fyrir staðbundna þátttöku og borgaralega þátttöku, geta niðurstöðurnar farið út fyrir umhverfislega sjálfbærni ávinning til að vera mikilvægur þáttur í langtíma félagslegri umbreytingu og valdeflingu.

“Heimurinn fæddist árið 1947 og losaði árlega 5,2 milljarða tonna af CO₂. Árið 2019 jókst þetta í 36,4 milljarða tonna, að meðaltali 4,8 tonn á mann á heimsvísu og 5,9 tonn í Danmörku. Hækkandi koltvísýringmagn eykur hitastig jarðar og hefur áhrif á komandi kynslóðir. Tafarlausar aðgerðir eru nauðsynlegar fyrir velferð afkomenda okkar.”

Johannes Yde, 76 ár gamall, Danmörk, kominn á eftirlaun



Fjölkynslóða planta af innfæddum tegundum (Lousada, Portúgal)

Þannig byggjast upp þrautseigari og sjálfbjargari bygðarlög sem hvetja til raunverulegra og varanlegra viðhorfa og hugarfarsbreytinga þar sem það er það sem gerir kleift að viðhalda jákvæðum umhverfisáhrifum.



Eikarlauf á haustmánuðum (Lousada, Portúgal)

Þar sem rannsakendur hafa safnað saman vísindalegum sönnunargögnum um hve brýnt er að vernda náttúruverðmæti og arfleifð og stuðla að sjálfbærri nýtingu auðlinda og þjónustu sem vistkerfin veita, er þverskurður ákall til allra borgara á jörðinni. Sérfræðingar í náttúruvernd, vísindum og umhverfismennt gegna að sjálfsögðu lykilhlutverki, en einnig er nauðsynlegt að virkja fólk úr öllum áttum og með önnur áhugamál og óskir. Sjálfbóðaliðar geta verið fólk sem hefur líf sitt bundið við vinnu á mismunandi sviðum og uppfyllir sig utan vinnutíma með því framlagi sem það getur lagt til náttúruverndar.

Reyndar er sjálfbóðastarf mjög öflugt fyrirkomulag sem opnar dyr að víðtækri, þroskandi og þar af leiðandi kerfisbundinni þátttöku á stigi umhverfissjálfbærni í samfélögum þeirra. Það eru hvetjandi dæmi um allan heim og eitt það athyglisverðasta er Chipko-hreyfingin, sem hófst á áttunda áratugnum með því að virkja lítinn hóp kvenkyns sjálfbóðaliða í Uttarakhand-héraði á Indlandi. Þeir börðust fyrir verndun innfæddra skóglendis sem þeir voru háðir fyrir lífsviðurværi sínu. Þessi hreyfing fór að breiðast út á landsvísu og leiddi til þess að skógarhöggubann var víða um land.

Það er mikilvægt að benda á að þótt sjálfbóðaliðastarf í umhverfismálum sé yfirleitt í brennidepli, þá er löng saga sjálfbóðaliða í tengslum við ýmsa starfsemi sem við í dag köllum umhverfisstjórnun. Þeir eru þekktir sem náttúrufræðingar, áhugamenn eða sjálfmenntaðir og eru mikilvægir sjálfbóðaliðar, jafnvel þótt þeir séu ekki opinberlega taldir sem slíkir. Þeir hafa stuðlað að vistfræðilegri þekkingu/skilningi um aldir með því að safna grasasýnum (t.d. í

Kew-Gardens, London Englandi) og með því að taka þátt í áætlunum til að fylgjast með og fylgjast með villtri gróður og/eða dýralífi (t.d. ljósmyndaskrár af fuglum teknar af náttúrufræðingum um allan heim) .

Fyrir einstaklinga getur sjálfbóðaliðastarf leitt til verulegrar aukningar á umhverfisvitund og komið fram í því að tileinka sér sjálfbærari lífsstíl. Auk þess geta sjálfbóðaliðaaðgerðir á þessu sviði haft bein áhrif á verndun náttúruverðmæta. Starfsemi eins og fræsöfnun, stofnun og viðhald gróðurhúsa plantna, gróðursetningu trjáa, fjarlægingu og eftirlit með ágengum framandi plöntum, ásamt öðrum verkefnum sem eru dæmigerð fyrir sjálfbóðaliðaáætlanir í umhverfismálum, hefur tilhneigingu til að sýna fram á viðeigandi vistfræðileg áhrif á verndun og endurheimt náttúrulegs umhverfis.

Sjálfbóðaliðar styðja við starf margra verkefna sem frjáls félagasamtök og opinberar stofnanir og einkastofnanir stuðla að, sem geta styrkt áþreifanleg umhverfis- og samfélagsleg áhrif, þar sem bæði eru mjög samtengd. Sjálfbóðaliðastarfi er hafnað á grundvelli gildanna um gjafmildi og samstöðu, sem endurspeglast í hvatningarmynstri sjálfbóðaliða þar sem þeir takast á við áskoranir og verkefni sem lögð eru fram með hámarks skuldbindingu og alúð í eðli sínu.

„Ég sé umhverfismál sjálfbóðaliðastarf sem hefnd, Ég gef náttúrunni til baka á vinnustundum það sem hún gefur mér á gleðilegum dögum tilverunnar.“

Manuel Nunes, 49 ár gamall, Portúgal, borgarfulltrúi í umhverfis-, náttúru- og loftslagsmálum frá sveitarfélaginu Lousada

Þegar sjálfbóðaliðar hafa einlæga og djúpa aðdáun á náttúrunni/umhverfismálinu verða þeir fulltrúaðir fulltrúar trúboðsins.

Hvað varðar frjálsa þátttöku eldri borgara er



Fjölpjóðleg borgaravísindi í Mata de Vilar (Lousada, Portúgal)

fjölkynslóðaspeglill sem endurspeglast nokkuð skýrt. Það er að segja að eldra fólk teljist tilvísun fyrir börn og ungmenni með tilliti til visku sem þeir standa fyrir. Með því að taka að sér hlutverk sjálfbóðaliða geta þeir verið frábært dæmi um virkan borgaravitund. Með öðrum orðum, þátttaka eldra fólks getur verið kveikja til að hvetja og leiða aðrar kynslóðir til að taka þátt í sjálfbóðaliðastarfi.

Hugtakið „réttlæti milli kynslóða“ hefur lengi verið talað um og getur verið drifkraftur félagslegrar samheldni og samvinnu. Þetta er vegna þess að ef aldrið telja sig skuldbundna til umhverfisverndar og eru hluti af hinu alþjóðlega verkefni til að vernda plánetuna á virkan hátt, sýna þeir vilja til að heiðra réttlæti milli kynslóða.

Fritími getur verið takmarkandi þáttur fyrir aukna þátttöku ungs fólks og ungmenna í sjálfbóðaliðastarfi. Þar sem eldri borgarar á eftirlaunaaldri hafa meiri tíma á milli handanna, gætu þeir lagt reglulega meira af mörkum til áframhaldandi sjálfbóðaliða í umhverfismálum en yngri kynslóðir



Fjölbjódleg borgaravísindi í Mata de Vilar (Lousada, Portúgal)



Fjölkynslóða planta af innfæddum tegundum (Lousada, Portúgal)



Gróðrarstöð fyrir eldri sjálfbóðaliða í jaðri Sousa River (Lousada, Portúgal)



Umhverfisfræðslustarfsemi tengd hryggleysingjum og skordýrum sýnatöku (Lousada, Portúgal)

04

Importance virkrar öldrunar



Aukinn líftími íbúa um allan heim hefur valdið stórkostlegum lýðfræðilegum breytingum og mannfræðilegum breytingum sem skapa gríðarlegar félagslegar og efnahagslegar áskoranir sem undirstrika mikilvægi virkrar og heilbrigðrar öldrunar.

Samkvæmt Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni er enginn annar aldurshópur í jafn miklum vexti á heimsvísu. Hið þekktu hugtak „lýðfræðileg bylting“ sýnir að á milli 1970 og 2025 er gert ráð fyrir 223% fjölgun fólks yfir 60 ára og árið 2050 áætla spár að það verði um 2 milljarðar borgara 60 ára eða eldri. 80% þeirra munu búa í þróuðum löndum. Núverandi þróun að stefna í átt að öldrunarsamfélagi á heimsvísu vekur þörfina fyrir að skapa stefnu og stofnanaaðlögun fyrir virka og heilbrigða öldrun alla ævi borgaranna.

Árið 2015 skilgreindi Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin Virka öldrun sem „...ferlið við að hámarka tækifæri fyrir heilsu, þátttöku og öryggi í því skyni að auka lífsgæði þegar fólk eldist“ og heilbrigð öldrun sem „...ferlið að þróa og viðhalda þeirri starfshæfni sem gerir vellíðan kleift á eldri aldri“.

Síðasti áratugur hefur verið svipmikill hvað varðar virka og heilbrigða öldrunarramma, sem hefur verið aðlagður sem alþjóðleg stefna í öldrunarstefnu og vísindarannsóknum. Þó að fyrirhugaðar séu nokkrar fyrirmyndir um virka og heilbrigða öldrun, er þörf á alþjóðlegri samstöðu til að hægt sé að framkvæma áþreifanlegar aðgerðir í



Staðsetning fuglahreiðurs í bakgarði eldri borgara (Lousada, Portúgal)

hinum ýmsu löndum. Heilbrigð lífsár, þar sem sameining sálfræðilegra, líkamlegra og félags-efnahagslegra þátta (t.d. þættir eins og borgarumhverfis, lífsstíls og félagslegrar aðlögunar) á lífshlaupi einstaklingsins er hægt að vera merki um virka og heilbrigða öldrun. Virk öldrunarráminn viðurkennir mikilvægi símenntunar ásamt formlegri



Senior sjálfboðaliða planta af innfæddum tegundum (Lousada, Portúgal)

menntun og læsi sem innihaldsefni í uppskrift sem stuðlar að þátttöku, heilsu og öryggi í öldrunarferlinu.

“Ég hef alltaf haft gaman af því að taka þátt og vinna saman, hvenær sem mér hefur verið boðið að gerast sjálfboðaliði. Þetta eru lárviðar sem auðga langlífi mitt. Ég nýt þess að vera hjálpsamur og örlátur innan samfélagsins.”

José Valinhas, 82 ár gamall, Portúgal, kaupsýslumaður á eftirlaunum

Evrópusambandið ásamt innlendum stjórnvöldum og heilbrigðisstofnunum leitast við að auka hlutfall eldra fólks sem er sjálfstætt og heilbrigt.

Snerting og tengsl við náttúruna hafa sýnt mjög jákvæðan árangur á vellíðan og virkri og heilbrigðri öldrun íbúa (þar á meðal gönguferðir eða gönguferðir í



Umhverfisfræðslustarf með öldruðum um staðbundna gróður og hagnýtt skapandi handverk (Lousada, Portúgal)

náttúrunni). Nýleg rannsókn (2020) vekur upp þá mikilvægu spurningu „er fólk hamingjusamt vegna þess að það heimsækir garða, eða heimsækir það garða af því að það er ánæggt?“, og kemst að þeirri niðurstöðu að heimsókn í garða/græn svæði bætir heilsu og hamingju, ekki hið gagnstæða. Það eru að minnsta kosti sjö lykilávinningar: sálrænir, vitrænir, lífeðlisfræðilegir, félagslegir, andlegir og áþreifanlegir kostir þess að taka þátt í náttúrunni. Hin jákvæðu áhrif þess að vera í náttúrunni, án þess að þurfa að vera líkamlega virkur, endurspegla aukna vellíðan, hærra orkustig, minni streitu og hafa endurnærandi áhrif eins og jákvæðar skapsveiflur og breytingar frá spennu og streitu yfir í slakara ástand. Slíkur ávinningur fer eftir því hversu mikið er dyft í náttúruupplifun, til dæmis hvort manni finnst hann vera „fullkomlega til staðar“ eða „fjarlægður“ frá því að vera í náttúrunni.

Vísindalega hefur verið sýnt fram á ávinning eldri þátttöku í sjálfboðaliðastarfi í umhverfismálum og/eða í náttúrunni, fyrst og fremst vegna þess að fólk finnur fyrir ánægju og gleði af því að vera úti í náttúrunni að gera eitthvað sem hefur áhrif á líðan og lífsgæði með tilliti til andlegrar og líkamlegt ástand. Náttúrulegt umhverfi er rými þar sem aldrið segja frá verulegri ánægju þegar þeir skoða gróðurinn í smáatriðum og eykur hrifningu þeirra á náttúrulegum þáttum og gildum, sérstaklega feegurð þeirra og margbreytileika.

Þetta ánægjulega hugarástand í grænum svæðum virðist vera mikilvægt til að sigrast á streitu, mótstöðu eða óþægilegum aðstæðum. Aðgerðir sjálfbóðaliða í umhverfismálum á 3. aldri, svo sem hreinsun náttúrusvæða, garðrækt eða búskapur sýna skýran ávinning á stigi líkamlegrar hreyfingar, sem tengist sjálfsvirðingu og minni starfsemistakmörkunum.

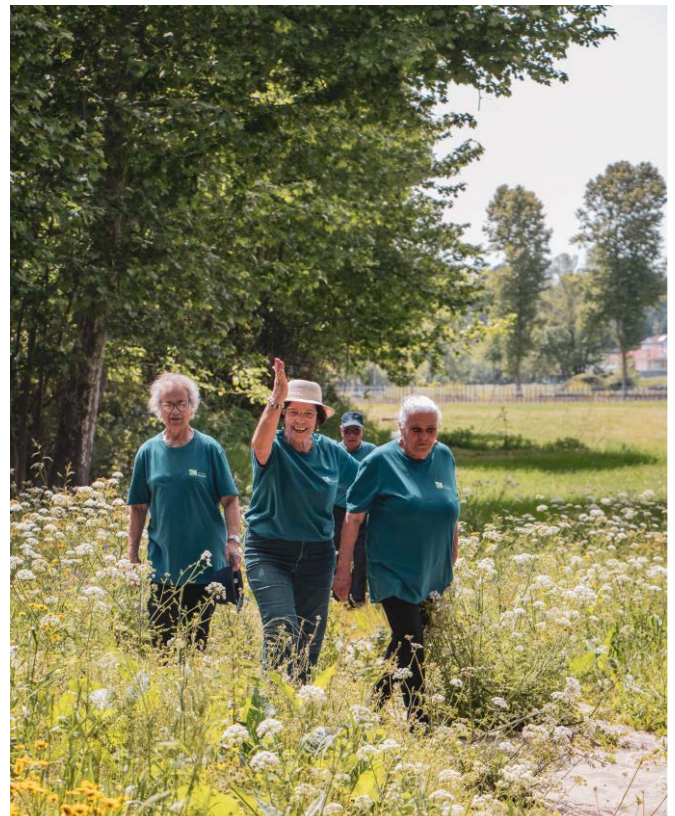
Áhrifin á félagsmótun vegna þátttöku eldra fólks í náttúruvernd eru einnig talsverð og stafa af aukinni samfélagstilfinningu og félagsskap aldraðra (sjálfbóðaliða) og þátttöku þeirra í símenntun sem sýnir gífurlegan ávinning í átt að virkri öldrun.

“Þegar ég byrjaði í sjálfbóðaliðastarfi áttaði ég mig á því að minnsta góðvild getur haft veruleg áhrif á líf einhvers. Þetta er leið fyrir mig til að sýna þeim sem mest þurfa á henni samúð”.

Maria, 73 ár gömull, Kýpur, hjúkrunarfræðingur á eftirlaunum

Umhverfis sjálfbóðaliðastarf getur einnig stuðlað að venjulegu viðhorfi félagslegrar einangrunar aldraðra á jákvæðan hátt þar sem það leiðir saman fólk við sömu aðstæður í þroskandi starfi úti í náttúrunni. Í þeim félagslegu árangri sem margir sjálfbóðaliðar hafa lýst yfir er minnst á að byggja upp félagagrunn í samfélaginu og að þróa með sér þá tilfinningu að átakið hafi skilað eða sé að skipta máli í samfélaginu.

Ávinningurinn fyrir félagslega sjálfsmynd og borgaralega þátttöku kemur að því marki að sjálfbóðaliðastarf í umhverfismálum eykur ný félagsleg og mannleg samskipti, sem þar af leiðandi ýtir undir félagslega samheldni og tilfinningu um að tilheyra staðnum. Þegar eldri borgarar komast í snertingu við umhverfisstarf á eldra skeiði lífsins virðist það uppfylla hina þekktu tilfinningu „Legacy Motivation“, þar sem það styrkir viljann til að leggja sitt af mörkum til betri plánetu og vekur meðvitund og athafnir eldri borgara fólk um lífsgæði komandi kynslóða.



Túlkandi ganga til að fylgjast með staðbundnum líffræðilegum fjölbreytileika í Mata de Vilar (Lousada, Portúgal)

„Sjálfboðaliðastarf í náttúrunni skapað og gerir enn það sem við höfum í kringum okkur ríkara og fallegra. Ég hef tækifæri til að hafa sögu og menningu í höndunum.”

Fabiana Mesquita, 17 ár gömull, Portúgal, menntaskólanemi

Þannig verður mögulegt að efla þátttöku og skuldbindingu til umhverfisverndar og skapa raunverulegt og jákvætt vörumerki frá ör- til stórskala, og hlúa að góðum einstaklings- og sameiginlegum umhverfisháttum.



Millikynslóða planta innfæddra tegunda (Lousada, Portúgal)



Túlkandi ganga í Mata de Vilar (Lousada, Portúgal) varðandi tré og skordýr

05

Nýttu þér stöðu sjálfböðaliða sem best

Í ljósi þess að Grey4Green verkefnið er hluti af hópi fimm þjóðerna er í þessum kafla fjallað um reynslu sem sjálfböðaliðar geta notið í ýmsum löndum samstarfsaðila verkefnisins og sem henta einnig öðrum Evrópulöndum.

Þannig að byrjað er á því að vera sjálfböðaliði í Danmörku, fyrir utan fullnægjuna af því að vinna sjálfböðaliðastarf, þá er auðgunarkosturinn við að deila reynslu með fólki sem hugsar eins. Hvað skattfrjálsar bætur og gjafir varðar er hugsanlegt að sjálfböðaliðar geti notið góðs af því.

Miðað við fjölbreytileika vistkerfa í Portúgal gætu sjálfböðaliðar fengið tækifæri til að heimsækja frumbyggjaskógaleifarnar sem hernema hluta landsins, fjallasvæðin, árbakkasvæðin, árósasvæðin, korkeikarskóga og vistkerfi sjávar til að komast í samband við náttúran, bæði landslag og sjávarlandslag. Þess vegna geta sjálfböðaliðar annars vegar áttað sig á margbreytileika og fjölbreytileika náttúrutengdra lausna og hins vegar til að þekkja mismunandi svið sjálfböðaliðastarfs sem hafa verið könnuð og innleidd á landsvísu.

Portúgal er lítið en mjög fjölbreytt land hvað varðar náttúruarfleifð. Að auki hefur Portúgal lifandi og ekta hefðir sem sjálfböðaliðarnir geta uppgötvað á menningarlegu og sögulegu stigi með því að komast í samband við staðbundin samfélög og með dæmigerðum mat. Það gefur tilfinningu um lífsfyllingu, þar sem árangur/áhrif sjálfböðaliðastarfs geta aukist.

„Að vera í hinni ótrúlegu íslensku náttúru og minnka líf og þægindi niður á mjög grunnstig gaf mér tækifæri til að losa höfuðið við hversdagslegar áhyggjur og upplifa hverja stund að vera algjörlega einbeitt með líkama mínum og huga.“

Verena, 31, Doktorsnemi

Það eru nokkur menningarfélög, góðgerðarsamtök, íþróttafélög sem sjálfbóðaliðar geta skapað tengsl við og jafnvel bæjarstjórnir: Kostir sjálfbóðaliðastarfsins eru fjölmargir: fullt fæði, flutningar, skoðunarferðir og menningarskipti eins og enginn annar. Sjálfbóðaliðar geta deilt reynslu með Frökkum, sem einnig hafa mikla ástríðu fyrir sjálfbóðaliðastarfi. Frá unglíngum til framhaldsskólanema til fullorðinna fagfólks, Frakkar hafa miðlað reynslu sinni og þekkingu með því að taka þátt í mismunandi sjálfbóðaliðaáætlunum á hverju ári.

Á Kýpur geta sjálfbóðaliðar haft sem mest út úr staðsetningu sinni við að heimsækja sögulega staði, njóta strandanna, prófa hefðbundinn mat, komast í samband við samfélagið, deilt reynslu með öðrum sjálfbóðaliðum, verið áhugasamir, upplifað gleði og lífsfyllingu og þróað ríkisborgararétt. Með því að nýta þessi tækifæri geta sjálfbóðaliðar haft jákvæð áhrif á bæði sjálfa sig og sjálfbóðaliða samfélagsins.

Sjálfbóðaliðar á Íslandi geta nýtt sér sjálfbóðaliðaáætlunina og hitt nýtt fólk á meðan þeir njóta fallegrar og einstakrar náttúru, heimsótt svæði þar sem þeir hafa kannski ekki verið áður og upplifað ótrúlega upplifun með öðrum sjálfbóðaliðum. En umfram allt hafa sjálfbóðaliðar lífsfyllingu á meðan þeir vinna utandyra. Rétt er að hafa í huga að það að nýta sjálfbóðaliðaupplifunina sem best er ekki eingöngu háð landinu, svæðinu, samfélaginu eða stofnuninni, þar sem framtíðarsýn og viðhorf sjálfbóðaliðanna til sjálfs sín og umhverfisins mun vissulega hafa mikið að segja. af þyngd.

Af þessum sökum kemur hér fram listi yfir nokkra þætti sem geta hjálpað sjálfbóðaliðum að gera þessa upplifun eins auðgandi og mögulegt er, ekki aðeins fyrir sjálfa sig, heldur fyrir alla sem taka þátt og fyrir málstaðinn eru sjálfbóðaliðar skuldbundnir til að leggja sitt af mörkum til...

- Halda opnum og heilbrigðum samskiptum við samstarfsmenn og samhæfingarteymi;

- Ef sjálfbóðaliðar telja að það sé einhver staða/ástand sem veldur þeim óþægindum eða áhyggjur er mikilvægt að deila þessum viðbrögðum með þeim sem er í forsvari fyrir samhæfingarteymi;

- Að vera meira innhverfur og/eða feiminn eru gild einkenni sem eru sameiginleg hjá mörgum. Ef þetta kemur fyrir sjálfbóðaliða

ættu þeir að líta á þetta sem tækifærisglugga fyrir þá til að stjórna slíkum tilfinningum og verða aðeins opnari;

- Markmiðin sem sjálfbóðaliðar setja sér fyrir upplifun sjálfbóðaliða geta breyst eftir komu þeirra og aðlögun, og þetta er hluti af ferli persónulegrar og vitsmunalegrar aðlögunar hvers sjálfbóðaliða;

- Mikilvægt er að væntingar sjálfbóðaliðanna séu raunhæfar;

- Sjálfbóðaliðar ættu að ákveða hverju þeir vilja áorka sem sjálfbóðaliðar sem mun hjálpa til við að vera skýr og einbeitt meðan á vinnunni stendur. Hugsaðu um hvað sjálfbóðaliðastarf getur boðið upp á: nýtt nám og þekkingu, hitta og umgangast nýtt fólk, skemmta sér eða vona að það bjóði upp á tækifæri til að láta gott af sér leiða eða leggja sitt af mörkum til málstaðs sem þeir trúa á;

- Ef sjálfbóðaliðar hafa vilja til að muna það sem þeir hafa lært, jafnvel til að endurtaka það við tækifæri í framtíðinni, er mikilvægt að skrifa niður í minnisbók allt það nám sem sjálfbóðaliðum finnst áhugavert og gagnlegt;

- Sjálfbóðaliðar ættu að vera meðvitaðir um hvað þarf að gefa til stofnunarinnar, hvernig það að gefa tíma sinn, persónuleg/vitsmunaleg/fagleg færni og þekking, áhugi og ástríðu fyrir málefnum eru hluti af þeim framlögum sem auka verðmæti;

- Ef sjálfbóðaliðar halda að það gæti verið áhugaverðara, öruggara eða skemmtilegra að fara í þessa reynslu með vini, þá er alltaf tækifæri til að bjóða einhverjum að bjóða sig fram líka;



Útivist með áherslu á landslag og líffræðilegan fjölbreytileika Mata de Vilar (Lousada, Portúgal)

06

Hvernig á að undirbúa sjálfboðaliðaverkefni þitt

Sjálfboðaliðastarf getur verið ógleymanleg og mjög gefandi reynsla. Hins vegar eru svo margir möguleikar í boði að það verður afar mikilvægt að setja forgangsörðun og markmið strax í upphafi og gera ítarlegar rannsóknir. Gæði upplifunarinnar munu vissulega ráða því hvernig þetta krefjandi mannlega ævintýri getur haft áhrif á líf sjálfboðaliðans.

“Ég trúi því að sjálfboðaliðastarf geri mér kleift að tjá þakklæti mitt fyrir þær blessanir sem ég hef fengið í lífinu. Þetta er leið fyrir mig til að gefa til baka til samfélagsins og gera heiminn að betri stað, einni manneskju í einu.”

Petros, 60 ár gamall, Kýpur, embættismaður á eftirlaunum

Árangursríkasti þátturinn þegar ætlunin er að stunda sjálfboðaliðastarf í umhverfismálum er að velja besta tækifærið sem uppfyllir kunnáttu, áhuga og framboð viðkomandi. Nokkur nauðsynleg skref til að undirbúa inngöngu sjálfboðaliða í heim sjálfboðaliða eru:

- Skilgreina greinilega markmið og væntingar um þátttöku sjálfboðaliða í sjálfboðaliðastarfi;
- Til að skýra lausan tíma sjálfboðaliðanna, hugsa um hversu langt skuldbindingin getur gengið;
- Að leita að tiltækum tækifærum til sjálfboðaliða. Sjálfboðaliðar geta fundið málefni eða samtök sem þekkja sig með mismunandi miðlunarleiðum, svo sem í gegnum internetið eða fjölmiðla (sjónvarp, útvarp, dagblöð), eða með því að hafa samband við samtök og jafnvel með því að spyrja vini og fjölskyldu;
- Kanna ítarlega hvaða sjálfboðaliðar ætla að sækja um sem sjálfboðaliðar í, þar sem að skilja hvaða kröfur og færni er þörf, eða ferlið við að velja og þjálfa sjálfboðaliða getur verið gagnlegt;

- Að huga að fjárhagslegum skilyrðum sem samtökin veita, þannig að auðveldara verði að ákveða hvaða tækifæri sjálfboðaliðar vilja nýta sér. Þetta er vegna þess að það eru sjálfboðaliðasamtök sem krefjast td greiðslu skráning-argjalds og/eða tryggingar eru gerðar af sjálfboðaliðanum. Hins vegar eru mörg samtök sem skapa aðstæður þar sem sjálfboðaliðinn hefur alls engin útgjöld;

- Að ákveða óskir með tilliti til hvers konar vinnu/verkefna sjálfboðaliðar vilja vinna og hvort þeir samsama sig því að vinna einn, í þörum eða í stærri hópum;

- Þegar sjálfboðaliðar hafa stofnun í huga sem vekur áhuga þeirra getur verið gagnlegt og jafnvel hvetjandi að hafa beint samband við stjórnendur sjálfboðaliða, útskýra að þeir séu forvitnir að vita meira um starf sitt og nota tækifærið til að spyrja spurninga um samtökin, staðsetningu, flutninga osfrv. Sjálfboðaliðastjórnendur eru frábært úrræði til að leiðbeina byrjendum sjálfboðaliða í gegnum umsóknarferlið og þátttöku í samtökunum. Sjálfboðaliðastarf í umhverfismálum nær yfir margvísleg tækifæri frá sjálfboðaliðastarfi samfélagsins til stafræns sjálfboðaliða og getur tekið sjálfboðaliða yfir á hina hlið jarðar. Þeir geta falið í sér að vinna í neyðaraðstæðum í ljósi náttúruhamfara, upp í hefðbundnara náttúruverndarstarf.

„Sjálfboðaliðastarfið hefur skipað mjög mikilvægan sess í lífi mínu, þar sem ég valdi að hafa þriðja ferilinn eftir að ég fór á eftirlaun og tók nýja stefnu í lífi mínu í átt að náttúruvernd sem sem er mjög ánægjulegt fyrir mig.“

Roger, 78 ár gamall, Ísland, fyrrverandi kennari

Þegar meðvitaður og ábyrgur ásetning er um að leggja af stað í ævintýri í hlutverki sjálfboðaliða er lagt til að sjálfboðaliðar velti fyrir sér eftirfarandi spurningum:

- eru samtökin lögmæt stofnun fyrir frjálsa þátttöku?
- Uppfyllir tilgangur stofnunarinnar gildi, viðhorf og óskir sjálfboðaliða?

- Er samtökin með ábyrgðartryggingu og slysatryggingu sjálfboðaliða?

- Er hlutverk sjálfboðaliða í samtökunum vel skilgreint? Er það skýrt og sérstakt?

- Veitir stofnunin nákvæmar skriflegar upplýsingar um hlutverk sitt og starfsemi?

- Er sjálfboðaliðinn ánægður með hvernig samtökin nýta fjármuni sína í samræmi við hlutverk sitt?



Fjölkyndi fuglaskoðun (Lousada, Portugal)



Þjálfunarnámskeið um virka öldrun og náttúruvernd kynnt af Grey4Green verkefni á Kýpur

07 Réttindi og skyldur sjálfbóðaliða



Árið 2012 setti Evrópusambandið af stað sáttmála sem ætlað er sérstaklega að útlista réttindi og skyldur evrópskra sjálfbóðaliða og taldi að framkvæmd þeirra myndi bæta skilyrði sjálfbóðaliða og sjálfbóðaliða almennt. Samkvæmt ESB eru aðgangur að tækifærum til sjálfbóðaliðastarfs og virkur ríkisborgararéttur réttindi, ekki forréttindi, og allir eiga rétt á að bjóða sig fram, hvar sem er í heiminum. Að tryggja aðgang og hvetja til þátttöku í sjálfbóðaliðastarfi er lykilatriði til að efla menningu þátttöku, ábyrgðar persónulegrar þróunar og virks borgararéttar í Evrópu og víðar. Hins vegar, í fyrsta lagi, verður að standa vörð um sjálfbóðaliða og veita þeim vald í gegnum siðferðilegan grundvöll þeirra réttinda sem þeir þurfa og þeirrar ábyrgðar sem hver vinnustaður krefst, hvort sem þeir eru sjálfbóðaliðar eða ekki. Þannig hefur ESB komið á fót meginreglum, viðmiðum, stöðlum og markmiðum sjálfbóðaliðastarfs, með því að viðurkenna að það eru mismunandi raunveruleikar og tegundir sjálfbóðaliða, og þetta er upphafspunkturinn. Fræðsla og valdefling sjálfbóðaliða gerir þeim kleift að sækja réttindi sín, rétt eins og þeir þekkja

skyldur sínar. Í stuttu máli, Evrópusáttmálinn um réttindi og skyldur sjálfbóðaliða þróar þverlægan skilning á skilgreiningu á sjálfbóðaliða, sjálfbóðaliðastarfi og sjálfbóðaliðastarfi (óháð eða skipulagt af samtökum) frá staðbundnum mælikvarða til evrópsks mælikvarða.

9.1 Réttindi sjálfbóðaliða

Kjarnaréttindi

Grein 1 Allir sem stunda sjálfbóðaliðastarf eiga rétt á því að vera „sjálfbóðaliði“ ef þeir vilja og þeir ættu að eiga rétt á þessum grundvallarréttindum;

Grein 2 Sjálfbóðaliðarnir eiga rétt á fullri vernd mannréttinda sinna þegar þeir sinna sjálfbóðaliðastarfinu;

Grein 3 Sérhver einstaklingur á rétt á jöfnum aðgangi að

tækifærum til sjálfboðaliðastarfs og vernd gegn hvers kyns mismunun svo sem á grundvelli aldurs, kyns, kynvitundar, kynþáttar, litarháttar, tungumáls, fötlunar, trúarbragða, stjórn-mála eða annarra skoðana, þjóðernis eða félagslegs uppruna, tengsl við innlandan minnihluta, eignir, fæðingu eða aðra stöðu og skal ekki mismunað á grundvelli bakgrunns þeirra eða trúar;

Grein 4 Engum skal takmarkað samkvæmt lögum að taka þátt í sjálfboðaliðastarfi að eigin vali, svo framarlega sem sjálfboðaliðastarfið fer fram með tilliti til mannréttinda og stuðlar að almannaheill;

Grein 5 Allir sjálfboðaliðar skulu upplýstir um réttindi sín og skyldur.

Grein 6 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á félagslegri vernd meðan á sjálfboðaliðastarfinu stendur í forni heilsugæslu og ábyrgðar-tryggingar;

Grein 7 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á að samræma sjálfboðaliðastarf sitt við einkalíf og atvinnulíf og geta þannig náð ákveðnum sveigjanleika meðan á sjálfboðaliðastarfinu stendur. Sérhver sjálfboðaliði á ennfremur rétt á að hafna verkefnum sem ganga gegn trú þeirra og/eða sannfæringu;

Grein 8 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á að bjóða sig fram utan búsetu- eða fæðingarlands síns. Þess vegna, ef þörf krefur, verður að fá ókeypis vegabréfsáritun með opnu, aðgengi- legu og gagnsæju ferli sem stuðlar að hreyfanleika sjálfboðaliða. Réttur til stuðnings frá sjálfboðaliða (þegar stöður sjálfboðaliða eru ólaunaðar, gera sjálfboðaliðana gjaldgenga til að komast inn sem ferðamaður).

Greinar 9-13 Réttur til stuðnings frá sjálfboðaliða. *Sjá viðauka*

Réttindi til persónulegs þroska

Grein 14 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á nauðsynlegum fræðslu-/ þjálfunarstuðningi til að framkvæma sjálfboðaliðastarfið af fullri getu og bestu þekkingu;

Grein 15 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á því framlagi, færni og hæfni sem aflað er með sjálfboðaliðastarfi sem viðurkennt er af formlegum mennta- og faglegum stofnunum og stofnunum. Sjálfboðaliðar ættu að hafa rétt til að þróa nýja færni og færni og svigrúm til að uppgötva, gera tilraunir og þróa eigin námsleið;

Grein 16 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á, ef sjálfboðaliðastarfið krefst þess, á sveigjanleika í vinnutíma og fræðslustarfi til

að geta tekið að sér sjálfboðaliðastarf. Ef framkvæmd sjálfboðaliðastarfs krefst ákveðins sveigjanleika af hálfu samnings- eða fræðsluskyldu skal sjálfboðaliðinn leita samþykkis verktaka eða fræðsluaðila.

9.2 Ábyrgð sjálfboðaliða

Grein 17 Sérhver sjálfboðaliði virðir réttarreglur og jafnræði í sjálfboðavinnu sinni,

Grein 18 Sérhver sjálfboðaliði ber þá ábyrgð að virða heiðarleika, hlutverk, markmið og gildi sjálfboðaliða;

Grein 19 Sérhver sjálfboðaliði virðir þær skuldbindingar sem gerðar eru við sjálfboðaliðapjónustuna varðandi þann tíma og fyrirhöfn sem almennt hefur verið samþykkt að leggja í sjálfboðaliðastarfið og gæðin sem þarf að skila;

Grein 20 Sérhver sjálfboðaliði ber ábyrgð á því að taka þátt í boðinu þjálfun sem er viðeigandi fyrir sjálfboðaliðann og tengist færni sem þarf til að geta sinnt umsömdum verkefnum. Þjálfunin skal vera sjálfboðaliðanum að kostnaðarlausu

Grein 21 Sérhver sjálfboðaliði virðir trúnað um (skipulags) upplýsingar, einkum varðandi lögræðileg málefni og varðandi persónuupplýsingar félagsmanna, starfsmanna og styrkþega sjálfboðaliðastarfs.

Grein 22 Sérhver sjálfboðaliði skilur að sjálfboðaliðastarf miðar að ávinningi fyrir almannaheill eða samfélagið,

Grein 23 Sérhver sjálfboðaliði vinnur með öðrum sjálfboðaliðum innan stofnunarinnar, þar sem við á, og stuðlar að sjálfbærni stofnunarinnar með samskiptum við aðra og afhendingu í lok þátttöku þeirra.

Greinar 24-28 Réttindi sjálfboðaliða. *Sjá viðauka.*

Grein 24 Stofnanir og hópar sem ekki eru rekin í hagnaðarskyni, sem eru sjálfstæð, stjórna sér sjálfum sem og öðrum sjálfseignarstofnunum eða opinberum yfirvöldum sem bjóða upp á tækifæri til sjálfboðaliðastarfs, eiga rétt á stöðu sjálfboðaliða;

Grein 25 Sjálfboðaliðastarfsaðilar eiga rétt á stöðugum og sjálfbærum stoðramma og umhverfi sem gerir kleift, þ.m.t fullnægjandi fjármögnunarkerfi sem veita aðgengilega, sjálfbæra og sveigjanlega fjármögnun;

Grein 26 Sjálfboðaliðastarfsaðilar eiga rétt á að taka þátt í



Eldri sjálfboðaliði kennir hópi nemenda hvernig á að nota verkfæri

pólítískum ákvarðanatökufærlum á öllum stigum á sviði sjálfboðaliðastarfs, þar sem þeir eru fulltrúar hagsmuna og þarfa sjálfboðaliða. Með hliðsjón af sérfræðipækkingu sjálfboðaliða, sem þeirra aðila sem standa næst sjálfboðaliðanum, þarf að hafa samráð við þá um málefni er varða stefnu eða lög um sjálfboðaliðastarf á öllum stigum;

Grein 27 Ekki ætti að skattleggja sjálfboðaliða af tekjum sínum;

Grein 28 Sjálfboðaliðastarfsmenn skulu velja sjálfboðaliða í samræmi við hlutverk þeirra og framtíðarsýn, og sértækri kunnáttu og prófil sjálfboðaliða ef tiltekin sjálfboðaliðastarf krefst þess.

Greinar 29-35 Ábyrgð skipuleggjenda sjálfboðaliða. *Sjá viðauka.*

9.5 Skyldur til að styðja við sjálfboðaliða

Grein 36 Sjálfboðaliðastarfsmenn skulu endurgreiða kostnað sem verður í tengslum við sjálfboðaliðastarf sjálfboðaliða;

Grein 37 Sjálfboðaliðar skulu gefa skýra verklýsingu fyrir þá starfsemi sem sjálfboðaliðinn á að sinna. Innihald verkefnalýsingarinnar ætti að vera þróað og samið um í sameiningu af sjálfboðaliða og sjálfboðaliða og, ef þörf krefur, ætti að vera uppfært meðan á sjálfboðaliðastarfinu stendur;

Grein 38 Sjálfboðaliðastarfsaðilar skuldbinda sig til að þróa og innleiða gæðastaðla sem tryggja undirbúning og kynningu, bjóða upp á persónulega leiðsögn, aðstoð og eftirlit í öllu ferlinu, skýrar matsaðferðir og fullan stuðning við framkvæmd nauðsynlegra eftirfylgnaðgerða; helst ætti sjálfboðaliði að stefna að því að hafa gæðatryggingarkerfi;

Grein 39 Sjálfboðaliðastarfsaðilar skulu bjóða sjálfboðaliðum nauðsynleg tæki og aðgang að núverandi og fyrirséðum úrræðum til að gera þeim kleift að framkvæma umsamda starfsemi;

Grein 40 Sjálfboðaliðastarfsaðilar skulu tryggja skilvirka afhendingu og skýrslugerð fyrir sjálfboðaliða til að tryggja sjálfbærni sjálfboðaliðastarfs;

Grein 41 Sjálfböðaliðastarfsaðilar skulu tryggja rétt til þátttöku í ákvarðanatökuferli sjálfböðaliða með tilliti til sjálfböðaliðastarfsins á viðeigandi stigi. Sjálfböðaliðastarfsaðilar ættu að tryggja að sjálfböðaliðar finni til eignarhalds á verkefninu með meðákvörðun í framkvæmd ferlisins og rétti til að taka þátt í lýðræðislegum ferlum sem tengjast verkefninu. Sjálfböðaliðastarfsaðili ætti að tryggja aðgang fyrir sjálfböðaliða til að taka þátt í lífi stofnunarinnar og ákvarðanatöku. Jafnframt skulu veitendur tryggja að sjálfböðaliðar hafi sjálfræði til að þróa eigin frumkvæði svo framarlega sem þeir leggja sitt af mörkum í þágu stofnunarinnar;

Grein 42 Sjálfböðaliðastarfsaðilar skulu sjá til þess að nauðsynlegur stuðningur við tiltekna markhópa hugsanlegra sjálfböðaliða, svo sem fatlaða eða geðræna vandamálum, ólögráða eða eldra fólki, sé veittur þeim sem vilja bjóða sig fram. Skyldur til að styðja við persónulegan þroska sjálfböðaliða;

Grein 43 Sjálfböðaliðastarfsaðilar skulu tryggja nauðsynlegan fræðsluþing fyrir sjálfböðaliða í gegnum allt ferlið. Jafnframt skulu sjálfböðaliðar sjá til þess að sjálfböðaliðanum sé

gefinn kostur á að þróa færni og hæfni og að hann fái tæki til að ígrunda meðvitað námsferlið;

Grein 44 Sjálfböðaliðastarfsaðilar skulu sjá til þess að tæki til að viðurkenna hæfni og færni sem aflað er í sjálfböðaliðastarfinu séu sett á laggirnar í samvinnu við mennta- og fagstofnanir og stofnanir;

Grein 45 Sjálfböðaliðastarfsmenn skulu tryggja friðhelgi sjálfböðaliðans í einka- og atvinnulífi og jafnframt vernda gögn hans.



Hópur sjálfböðaliða í stígagerð í Ásbyrgi (Ísland)

08

Lagaramma um græna sjálfbóðaliða áætlanir

Grundvöllur lagaramma sjálfbóðaliða/ meginlöggjafar sem kveða á um og setja umgjörð sjálfbóðaliðastarfs. Ekkert samstarfslandanna hefur sérstök lög um sjálfbóðaliðastarf meðal eldri borgara, heldur ná lögin til allra sjálfbóðaliða og hvers kyns sjálfbóðaliðastarfs.

Danmörk

Í Danmörku eru engin sérstök lög um sjálfbóðaliðastarf meðal eldri borgara, heldur ná lögin til allra sjálfbóðaliða og hvers kyns sjálfbóðaliðastarfs.

- Reglur og leiðbeiningar um sjálfbóðaliðastarf í sveitarfélögum og landshlutum;
- Reglur um starfsumhverfi í frjálsum félagsamtökum.

Portúgal

Portúgal hefur, í samræmi við gildandi löggjöf, sjálfbóðaliðastarf að leiðarljósi meginreglum samstöðu, þátttöku, samvinnu, fyllingar, óþarfa, ábyrgðar og samleitni.

- Grundvöllur lagaramma sjálfbóðaliða- portúgalska lög nr 71/98;
- Lagaramma um iðkun sjálfbóðaliða

í Portúgal-Núverandi löggjöf;

- Úrskurður laga nr. 388/99 frá 30. september kveður á um lög nr. 71/98, frá 3. nóvember, þar sem skapast skilyrði til að efla og styðja sjálfbóðaliðastarf;
- Rannsókn á sjálfbóðaliðastarfi í Evrópusambandinu- Skýrsla Portúgal.

Frakkland

Franska borgar-, æskulýðs- og íþróttaráðuneytið gefur árlega út leiðbeiningar um sjálfbóðaliðastarf, "LE GUIDE DU BÉNÉVOLAT", sem inniheldur mikilvæg ákvæði eins og tryggingar fyrir sjálfbóðaliða. Þó að sum félög þurfi að taka tryggingar (t.d. orlofshús, íþróttafélög) er eindregið mælt með því að önnur taki ábyrgðartryggingu. Félög ættu að skrá fólk og starfsemi sem í hlut eiga við tryggingatöku.

Hægt er að biðja um tímabundna framlengingu á vernd vegna óvenjulegra atburða. Aðrir kostir eru persónuleg slysatrygging og sértrygging fyrir ökutæki fyrirtækja. Mikilvægt er að athuga að persónutryggingar ná til sjálfbóðaliða sem nota eigin farartæki. Margir bankar og tryggingafélög bjóða upp á tryggingar sem henta félögum.

Tilvísun: [Lög 1. júlí 1901 um félagssamning](#)

Kýpur

Sem grænt sjálfbóðaliðastarf á Kýpur er mikilvægt að skilja lagaumgjörðina fyrir sjálfbóðaliðastarf í landinu. Hér eru nokkur úrræði og upplýsingar varðandi lagarammann fyrir græna sjálfbóðaliðaáætlanir á Kýpur:

- Kýpurlög um sjálfbóðaliðastarf: Kýpurlög um sjálfbóðaliðastarf (lög 93(l)/2017) útlistar lagarammann sjálfbóðaliða í landinu. Það skilgreinir sjálfbóðaliðastarf, útlistar réttindi og skyldur sjálfbóðaliða og sjálfbóðaliðasamtaka og setur verklagsreglur um viðurkenningu sjálfbóðaliðasamtaka;

- Lagalegur rammi fyrir einstaka sjálfbóðaliða: Einstakir sjálfbóðaliðar á Kýpur njóta verndar samkvæmt vinnulögum landsins, sem útlistar réttindi og vernd starfsmanna. Að auki eru sjálfbóðaliðar verndaðir samkvæmt lögum um sjálfbóðaliðastarf á Kýpur;

- Lagalegur rammi fyrir stofnanir sem taka þátt í sjálfbóðaliðum: Samtök sem taka þátt í sjálfbóðaliðum á Kýpur þurfa að skrá sig hjá sjálfbóðaliðadeild innanríkisráðuneytisins. Skráðar stofnanir eru viðurkenndar sem lögaðilar og eiga rétt á ákveðnum fríðindum og vernd;

- Lagalegur rammi fyrir stofnanir með hagnaðarskyni: Hagnaðarstofnanir á Kýpur eru ekki gjaldgengar til að ráða sjálfbóðaliða. Hins vegar geta þeir tekið þátt í áætlunum um samfélagsábyrgð, sem geta falið í sér að styðja frumkvæði sjálfbóðaliða;

- Tryggingar og vernd sjálfbóðaliða: Kýpur lög um sjálfbóðaliðastarf krefjast þess að sjálfbóðaliðasamtök veiti sjálfbóðaliðum tryggingar meðan á þjónustu þeirra stendur. Þetta felur í sér tryggingu vegna slysa, veikinda og ábyrgðar. Að auki eru sjálfbóðaliðar verndaðir samkvæmt vinnulögum Kýpur;

- Vefsíður og greinar um regluverk: Sjálfbóðaliðadeild innanríkisráðuneytisins er aðalstjórnvaldið sem ber ábyrgð á að stjórna og efla sjálfbóðaliðastarf á Kýpur. Á heimasíðu þeirra er að finna upplýsingar um lagaumgjörð um sjálfbóðaliðastarf í landinu, sem og úrræði fyrir sjálfbóðaliða og samtök.

Ísland

Almenna ramminn er sá að sérlög gilda ekki um ráðningu sjálfbóðaliða eða um starf þeirra. Þó getur verið að kveðið sé á um sérstaka hópa í sérlögum, t.d. í lögum um björgunarsveitir og leitar- og björgunarsveitir. Rétt er að geta þess að samkvæmt 1. gr. laga um starfskjör launafólks og skyldutryggingu lífeyrisréttinda, launa og annarra starfskjara, sem aðildarsamtök vinnumarkaðarins koma sér saman um,

skulu vera lágmarkslaun óháð kyni. ríkisfang eða starfslengd fyrir alla starfsmenn í viðkomandi starfsgrein á því svæði sem samningurinn tekur til.

Aðilar vinnumarkaðarins hafa einnig sérstaklega áréttað að það teljist andstætt kjarasamningum og meginreglum á vinnumarkaði að sjálfbóðaliðar gegni almennum störfum fyrir starfsmenn í atvinnurekstri fyrirtækja þar sem um þau störf gilda fyrrgreind lög.

Sjálfbóðaliðastarf í þágu almannaheilla, góðgerðar-menningar eða mannúðarmála á sér hins vegar langa sögu og aðilar vinnumarkaðarins hafa ekki tjáð sig um það.

Yfirlýsing ASÍ og SA vegna sjálfbóðaliða þar sem m.a. ofangreint er tekið fram.

Sjálfbóðaliðastarf í þágu náttúruverndar byggir á sterkum sjónarmiðum eða hugsjónum. Markmiðið er að starfið gagnist náttúrunni og almenningi, eins og björgunarsveitum, Rauða krossinum og skátum, en stuðli ekki að efnahagslegum hagsmunum einstaklinga eða fyrirtækja.

Sjálfbóðaliðastarf í þágu náttúrunnar er þekkt víða um heim. Án aðstoðar sjálfbóðaliða myndu verndarmarkmiðum ekki nást á mörgum sviðum, þeir sinna hagnýtu starfi en búa einnig yfir mikilli þekkingu sem þeir afla sér og miðla. Sjálfbóðaliðar vinna oft verkefni sem annars væru ekki unnin. Evrópusamtökin hafa útbúið leiðbeiningar um gæðastjórnun sjálfbóðaliðastarfs á friðlýstum svæðum í Evrópu og er lýsing á skilgreiningu sjálfbóðaliðastarfs hjá Umhverfisstofnun í samræmi við þær reglur.

Nánari upplýsingar á vef Umhverfisstofnunar Íslands.

09

Heilbrigðis- og öryggis mál



Að forgangsraða heilsu og öryggi tryggir jákvæða upplifun fyrir eldri sjálfboðaliða, teymisstjóra og styrkir gæði samtakanna. Þannig geta sjálfboðaliðar í flestum Evrópulöndum haft fullan aðgang að öryggisupplýsingunum, til að halda þeim meðvituðum um og bera ábyrgð á því sem er háð þeim og þeim sem eru háðir stofnuninni.

„Sjálfboðaliðastarf krefst færni og gefur þér ábyrgð á að klára verkefnið, og það gefur þér mikla ánægju á endanum að sjá hverju þú hefur áorkað.“

Roger, 78 ár gamall, Ísland, fyrrverandi kennari

- Til þess að sjálfboðaliðastarf geti farið fram á öruggan hátt, í meginatriðum verkefni sem geta haft einhverja aukna áhættu í

för með sér, er mikilvægt að sjálfboðaliðar fylgi settum reglum og leiðbeiningum til að draga úr slysum eða óhöppum. Þegar sjálfboðaliðaaðgerðir fela í sér notkun vinnutækja þarf einnig að kynna vinnubrögð þeirra fyrir sjálfboðaliðanum á skýran og ítarlegan hátt;

- Enn og aftur, allt eftir tegund stofnunar og sjálfboðaliða, getur framkvæmd þjálfunaraðgerða verið yfirgnæfandi, ekki aðeins hvað varðar öryggi sjálfboðaliða, heldur einnig gæði vinnunnar;

- Sviðs- og samhæfingarteymi, ef uppbygging stofnunarinnar felur í sér slíkar stöður, verður að vera að fullu tiltækur fyrir frekari skýringar fyrir sjálfboðaliðann um heilsu- og öryggisskilyrði sjálfboðaliðaáætlunarinnar;

- Í umsóknar- og/eða ráðningarferlinu verður sjálfboðaliðinn að leggja fram læknisfræðilega upplýsingar sínar á ábyrgan hátt til að tryggja að stofnunin sé meðvituð um hvers kyns sjúkdómsástand sem verðskuldar sérstaka athygli frá vetvangsteymi og/eða samhæfingu, eins og tilvist sjálfsof-

næmissjúkdóms (t.d. iktsýki) eða langvinnis sjúkdóms (t.d. kransæðasjúkdómur);

- Ef sjálfboðaliðinn er á lyfjum ber honum að sjá til þess að hafa nauðsynleg og nægileg lyf meðferðis þann tíma sem hann mun sinna starfinu;

- Sjálfboðaliðinn skal upplýsa samtökin um hvers kyns fæðu- eða umhverfisofnæmi og/éða óþol. Auk þess að forðast tilvik ofnæmisviðbragða sem gætu krafist lækniástoðar getur það einnig auðveldað innri flutninga stofnunarinnar;

- Upplýsa þarf sjálfboðaliða um hvort hann falli undir trygginguna því það getur verið á ábyrgð sjálfboðaliða sjálfs, eftir stofnunum, og þá er skylda að taka slysatryggingu eða það kynningaradili getur tryggt. Það eru líka ákveðnir aðilar sem krefjast ekki hvers kyns tryggingar, hins vegar verður sjálfboðaliðinn að vera meðvitaður um afleiðingar sem þetta getur haft ef um heilsufarsvandamál eða slyss er að ræða;

- Flest Evrópulönd eru með innlent heilbrigðiskerfi sem veitir íbúum og íbúum heilbrigðisþjónustu. Græn sjálfboðaliðaáætlanir ættu að tryggja að sjálfboðaliðar þeirra séu meðvitaðir um rétt sinn til aðgangs að heilbrigðisþjónustu samkvæmt þessu kerfi. Æskilegt er að sjálfboðaliðinn hafi evrópska sjúkratryggingakortið (EHIC) meðferðis ef hann er evrópskur ríkisborgari, svo að ef þörf er á lækni meðferð megi lækka sjúkrakostnað;

- Hvert evrópskt land, þó að það hafi nokkrar þverfræðilegar viðmiðunarreglur sem aðildarríki Evrópusambandsins varðandi heilsu- og öryggismál í sjálfboðavinnu, hefur mismunandi reglur og löggjöf á vettvangi stjórnvalda. Því er mikilvægt að sjálfboðaliðinn sé rétt upplýstur um öll heilbrigðis- og öryggismál hjá stofnuninni sem hann/hún hyggst eiga samstarf við;

- Sjálfboðaliðinn má aldrei vinna einn, almennt í fylgd með liðsstjóra (eða umsjónarmanni), sem helst er hægt að þjálf í skyndihjálpi, sérstaklega þegar kemur að sjálfboðaliðaáætlunum utandyra;

- Samtök ræða stöðugt hvernig þau munu tryggja öruggt og heilbriggt líkamlegt og andlegt vinnuumhverfi fyrir sjálfboðaliða þína;

- Í sjálfboðaliðasamtökum/samtökum (jafnvel án starfsmanna) er það stjórnin sem telst vera vinnuveitandi. Það er því á ábyrgð stjórnar sem á reglulega að ræða starfsumhverfi félagsins, helst við stjórnendur og sjálfboðaliða.

Stóran hluta sjálfboðaliðaáætlana í Evrópusambandinu, hins vegar er mikilvægt að sjálfboðaliðinn ráðfæri sig við sérstakar leiðbeiningar/reglugerðir hvers Evrópulands og hvers kynningarsamtaka. Til dæmis varðandi Danmörku er markmið vinnuumhverfislaga að skapa öruggt og heilbriggt líkamlegt og andlegt vinnuumhverfi fyrir alla. Reglur laganna gilda því um alla sem „starfa“ – jafnvel þótt um sjálfboðavinnu sé að ræða og hvort sem starfið sé unnið á vegum félags, sveitarfélags eða þriðja sæti. Heilbrigðis- og öryggislöggjöf sjálfboðaliðastarf í Danmörku er háð ýmsum kröfum, svo sem skipulagi vinnustaðar, hvernig vinna á að vinna og hvernig tækniþúnaður er notaður. Einnig eru gerðar kröfur til að tryggja að sjálfboðaliðar eigi ekki á hættu að slasast í tengslum við sjálfboðaliðastarf sitt. Þrátt fyrir núverandi landslög eru til samtök, eins og Samtök ömmu og afa í loftslagsmálum í Árósum í Danmörku, þó að þau taki borgara í borgaralegum aðgerðum, krefjast ekki sömu sérstöðu hvað varðar heilsu- og öryggismál, þar sem þátttaka sjálfboðaliða hefur meiri aktivistíska tjáningu og minna hagnýt vettvangsstarf (svo sem t.d. plantekrur, lagning stíga o.s.frv.).

Þannig er ljóst að sjálfboðaliðinn þarf að þekkja vel þær aðstæður sem tengjast heilbrigðis- og öryggismálum, með hlíðsjón af því í hvaða landi og stofnun hann er.



Ljósmyndafundur með öldruðu fólki í samskiptaskyni

Leiðbeiningarnar sem kynntar eru hér að ofan ná yfir

10

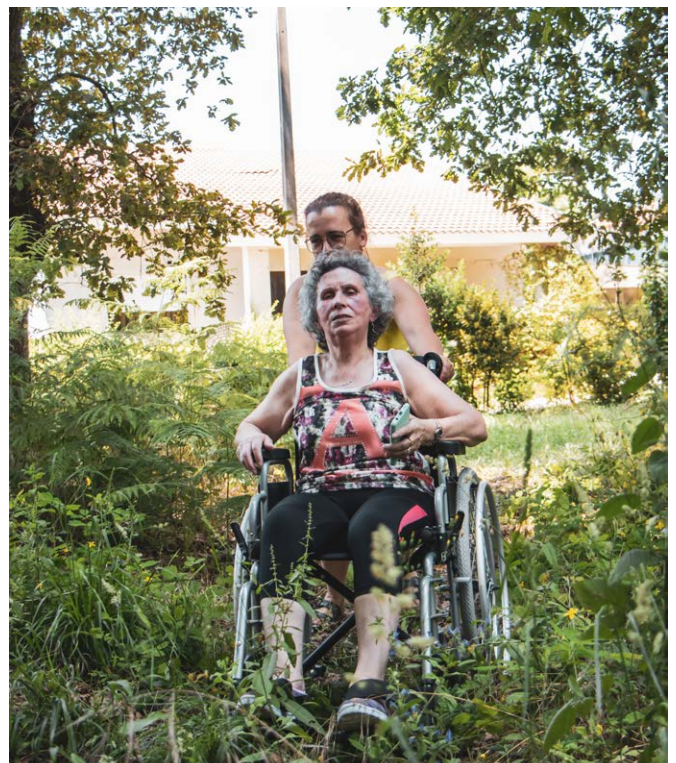
Hvað á að gera ef...



Það eru nokkrar aðstæður sem geta átt sér stað meðan á sjálfbóðaliðastarfi stendur, og sérstaklega í sjálfbóðaliðastarfi eða aðgerð.

Ef aldraðir eiga í erfiðleikum með að framkvæma verkefni - hvaða tæknilegar, félagslegar og tilfinningalegar ráðleggingar/aðferðir geta aldraðir fengið til að vera tilbúnari og öruggari? Hvernig geta aldraðir sem sjálfbóðaliðar stuðlað að samheldni hópsins og hvatningu? Aldraðir sem eiga í erfiðleikum með að sinna verkefnum á meðan þeir starfa í sjálfbóðavinnu geta notið góðs af tækniþjálfun, félagslegum stuðningi og tilfinningalegri fullvissu. Eldri borgarar geta stuðlað að samheldni og hvatningu hópa með því að miðla reynslu sinni, veita leiðsögn og stuðning, ganga á undan með góðu fordæmi og efla samfélagstilfinningu innan hópsins.

Ef sjálfbóðaliðar lenda í einhverjum erfiðleikum á meðan á áætluninni stendur geta þeir alltaf fengið stuðning frá liðsstjóra eða umsjónarmanni áætlunarinnar. Teymisstjórinn heldur alltaf trúnaði um þær upplýsingar sem sjálfbóðaliðar gefa. Sjálfbóðaliðar verða umkringdir fólki með sama hugarfari og vilja til að hjálpa þér að finnst þú vera með í verkefninu.



Túlkunarganga með áherslu á *Lucanus cervus*, bjöllu sem er vernduð á landsvísu (Lousada, Portugal)



11

Gagnlegar neyðar tengiliðir



Frakkland

Neyðartengiliður hjá lækni og lögreglu:

Sjúkrabíll og neyðarlína: 112.

Slökkvilið: 18.

Lögregla: +33 (0)3 90 23 17 17.

Aðallögreglustöð: +33 (0)3 90 23 17 17.

Gendarme lögreglustöð: +33 (0)3 88 37 52 99.

ASUM læknisfræðileg neyðartilvik: +33 (0)3 88 36 36 36
eða +33 (0) 800 71 36 36.

Aðrir tengiliðir:

Leigubíll: +33 3 88 12 21 22. Opið allan sólarhringinn.

Neyðarnúmer heyrnarlausra og heyrnarskertra: 114.

Kýpur

Neyðartengiliður til læknis, öryggis og lögreglu:

Sjúkrabíll og neyðarlína: 112 eða 199.

Lögregla: 112 eða 199.

Slökkvilið: 112 eða 199.

Almannavarnir Kýpur: +357 22405100.

Aðrir tengiliðir:

Þriðja aldurstjörnustöð Kýpur: +357 22445453.

Portúgal

Neyðartengiliður til læknis, öryggis og lögreglu:

Sjúkrabíll og neyðarlína: 112.

Lýðheilsulína: +351 808 211 311. Alla daga, frá 8:00 til 12:00.

Almannaöryggislögreglan: 112 eða +351 218 111 000.

Þjóðvarðlið repúblikana: +351 213 217 000.

Portúgalsk almannavarnir: +351 214 247 100.

Slökkvilið: 117 eða 112 eða +351 213 422 222.

Aðrir tengiliðir:

Eldri borgaralína: +351 800 20 35 31. Virka daga frá 9:30 til 17:30.

Landsleigubílamíðstöð: +351 218 111 100.

Danmörk

Neyðartengiliður til læknis, öryggis og lögreglu:

Sjúkra- og neyðarþjónusta: 112.

Danska stofnunin fyrir sjálfboðavinnu (Center for Frivilligt Social Arbejde): +45 66146061.

Danskir eldri (Danske Seniorer) +45 35 37 24 22.

Sjálfboðaliðastörf Frivilligjob - +45 31 68 56 87.

Öldrunarmálið (Ældre Sagen) +45 33 96 86 86.

Ísland

Neyðartengiliður til læknis, öryggis og lögreglu:

Sjúkra- og neyðarþjónusta: 112.

Heilbrigðisþjónustukort: <https://www.heilsuvera.is/kort/>

Neyðartengiliður: 112.

Í boði 24 tíma á dag, alla daga. 112 er eina neyðarsímanúmer Evrópu, í boði um allt Evrópusambandið. Símtöl eru ókeypis.

12

Stutt yfirlit um sjálfböðaliðastarf í Evrópu



Árið 2011, sérstakur Eurobarometer 75.2 Evrópuþing-sins um sjálfböðaliðastarf stendur upp úr að „Við getum áreiðanlega metið að meira en 100 milljónir borgara stunda sjálfböðavinnu“. Þessi rannsókn komst einnig að þeirri niðurstöðu að 3 af hverjum 10 manns telja sig vera borgara-lega virka. Næstum 80% evrópskra borgara viðurkenna sjálfböðaliðastarf sem mikilvægan þátt í lýðræðislífi í Evrópu.

„Lífið hefur gefið mér svo mikið. Ég áttaði mig á því að ég hafði mikla orku og skildi að ég gæti ekki haldið henni bara fyrir mig. Ég trúí því að andi sjálfböðaliða

sé hluti af DNA mínu, ég hef reyndar alltaf fundið þörf fyrir að hjálpa öðrum. Þakklætið sem kemur aftur til þín endurgjaldar litlu fórnirnar.“

Marie, 76 ár gömul, Frakkland, fyrrverandi leikskólakennari

Nýlega, árið 2011, samkvæmt sérstökum Eurobarometer 75.2 frá Evrópuþinginu 2011, taka 22-24% Evrópubúa (á aldrinum 15 ára og eldri) þátt í sjálfböðavinnu reglulega eða öðru hvoru, með svipaða þátttöku meðal karla og kvenna. Hlutfall þátttöku í sjálfböðaliðastarfi er mjög mismunandi frá einu aðildarríki til annars. Norrænu ESB-löndin hafa tilhneigingu til að vera með hæsta hlutfall sjálfböðaliða, til dæmis í Hollandi er það um 57%, Danmörk 43% og Finnland 39%,

en Pólland og Portúgal sýna lægst hlutfall, 9 og 12%.

Segja má að fjárfesting í sjálfbærni starfi endurspeglir fjárfestingu í félagslegri samheldni. Allar þessar hagtölur og niðurstöður ESB undirstrika gildi sjálfbærni og nauðsyn þess að viðurkenna hana að fullu sem afgang af aukinnar tilfinningar fyrir evrópski sjálfsmynd og virks borgaravítundar, framlag til almannaheilla, mannauðs og félagsauðs. Það eru til óteljandi dæmi í Evrópu sem sýna fram á möguleika sjálfbærni sem uppspretta hagvaxtar, nýrrar leiðar til samþættingar og atvinnu og auðvelda ferla til að berjast gegn farnahagslegum, félagslegum og umhverfislegum ójöfnum.

Það er enginn vafi á því að sjálfbærni starf er lykilbirtingarmynd virkra borgaravítundar og ásamt pólitískri þátttöku á það skilið meiri viðurkenningu, hugmyndafræði, kynningu og fyrirgreiðslu frá aðildarríkjum, samtökum, viðskiptalífnum og borgurunum sjálfum.



Fjölkynslóða planta af innfæddum tegundum (Lousada, Portúgal)

13

Munur á sjálfboðaliðastarfi og þjónustunámi

Líta má á sjálfboðaliða- og þjónustunám sem tvö mjög svipuð hugtök og starfsemi. Í raun og veru eru þau hugtök sem notuð eru til að lýsa innbyrðis góðgerðarstarfi, en þau gera ráð fyrir aðgreindum nálgunum. Það eru nokkrar mögulegar leiðir þegar kemur að því að taka þátt í þjónustu sem veitt er til samfélagsins eða náttúrunnar, sú svipmikilasta eru sjálfboðaliðastarf og þjónustunám, sem báðar gera ráð fyrir þátttöku borgaranna í sjálfboðavinnu, án fjárhagslegs ávinnings.

Menntunar- og færnikröfur eru tveir þættir sem aðgreina aðferðir við borgaralega þátttöku. Annars vegar býður sjálfboðaliðastarf upp á tækifæri til að ráða hvern sem er í hvaða verkefni sem er, þ.e.a.s. það krefst ekki ákveðinnar sérfræðikunnáttu. Einstaklingur með fræðilegan bakgrunn í sagnfræði getur til dæmis starfað sem sjálfboðaliði á hjúkrunarheimili, skóla eða náttúruverndaráætlun. Til fyrirmyndar frammistöðu sjálfboðaliða er ekki krafist bakgrunnsþekkingar á sviði sjálfboðaliða. Þjónustunám kveður hins vegar á um að sjálfboðaliðinn þurfi að samþætta kennslustundir og tryggja þannig fyllingu hins fræðilega og verklega hluta starfsins sem á að vinna. Í þessu tilviki getur dæmi um þátttöku af þessu tagi verið einstaklingur í sjúkrahjúlfun sem leitast við að taka þátt í læknisfræðilegu verkefni og koma áður aflaðri þekkingu í framkvæmd. Að sama skapi er sjálfboðavinnan í viðurkenndu þjónustunámi venjulega sex mánuðir, en „hefðbundið“ sjálfboðaliðastarf getur verið hvaða tímabil sem er. Í stuttu máli er þjónustunám samhliða námi og sjálfboðaliðastarfi, en sjálfboðaliðastarf byggist einfaldlega á hugmyndinni um að allir borgarar býðst til að leggja sitt af mörkum til og njóta góðs af borgaralegri þátttöku, án skyldubundinnar áhuga á þjálfunarþættinum.



Vinnustofa til að búa til heimabakað kex sem vísar til líffræðilegs fjölbreytileika á staðnum Lousada (Portúgal)

12 Heimildir



World Health Organization (2002). Active Ageing: A Policy Framework. World Health Organization.

European Union.(2019). Ageing Europe – Looking at the Lives of Older People in the EU. Eurostat – Statistical Books.

Avramov, D. & Maskova, M. (2003). Active ageing in Europe – Volume 1. Council of Europe.

European Youth Forum (2012). Volunteering Charter – European Charter on the Rights and Responsibilities of Volunteers. Bruxelles, Belgium.

Fernandes, A., Forte, T., Santinha, G., Diogo, S. & Alves, F. (2021). Active Aging Governance and Challenges at the Local Level. *Geriatrics*. 6(3), 64.

World Health Organization (2007). Global Age-Friendly Cities: A Guide. World Health Organization.

Grieger, K. & Cummings, C. (2022). Informing environmental health and risk priorities through local outreach and extension. *Environment Systems and Decisions*, 42(3), 388-401.

United Nations Economic Commission for Europe (2021). Guidelines for Mainstreaming Ageing. Geneva

The Swedish National Institute of Public Health (2007). Healthy Ageing: A Challenge for Europe. Swedish National Institute of Public Health.

Jax, K., Calestanib, M., Chanc, K. M., Eserd, U., Keunee, H., Muracaf, B., Brieng, L., Potthast, T. & Wittmer, L. (2018). Caring for nature matters: a relational approach for understanding nature's contributions to human well-being. *Current opinion in environmental sustainability*, 35, 22-29.

Pillemer, K., Wells, N. M., Meador, R., Schultz, L., Henderson, C. & Cope, M. T. (2017). Engaging Older Adults in Environmental Volunteerism: The Retirees in Service to the Environment Program. *The Gerontologist*, 57(2), 367-375.

Liotta, G., Canhao, H., Cenko, F., Cuttini, R., Vellone, E., Illario, M., Kardas, P., Poscia, A., Sousa, R., Palmobi, L. & Marazzis, M. (2018). Active Ageing in Europe: Adding Healthy Life to Years. *Frontiers in Medicine*, 5.

Marques, A. M., Silva, M. G., Cerqueira, A., Bonança, Í. & Argüello, P. (2014). Are Social Representations of Positive Ageing Really Effective? The Ageing Process Through the Eyes of Elderly. *Journal of Spatial and Organizational Dynamics*, 2(2), 147-160.

Mattijssen, T. J. M. (2022). A Synthesis on Active Citizenship in European Nature Conservation: Social and Environmental Impacts, Democratic Tensions, and Governance Implications.

Ecology and Society, 27(2).

Measham, T. G. & Barnet, G. B. (2007). Environmental Volunteering: Motivations, Modes and Outcomes. *Australian geographer*, 39(4), 537-552.

Miles, I, Sullivan, W. C. & Kuo, F. E. (1998). Ecological restoration Volunteers: The Benefits of Participation. *Urban Ecosystems*, 2, 27-4.

Morgan, T., Wiles, J. L., Park, H. & Moeke-Maxwell, T. (2019). Social Connectedness: What Matters to Older People?. *Ageing and Society*, 41(5), 1126-1144..

Narushima, M., Liu, J. & Diestelkamp, N. (2018). Lifelong Learning in Active Ageing Discourse: Its Conserving Effect on Wellbeing, Health and Vulnerability. *Ageing & Society*, 38(4), 651-675.

Pillemer, K. & Cope, M. T. (2021) Older People and Action on Climate Change: A Powerful but Underutilized Resource. V: HelpAge International.

Sarfati, H. (2018). OECD. Preventing ageing unequally. Paris, Organisation for Economic Co-operation and Development, 2017. 253 pp. ISBN 978-92-64-27907-0.

Shmotkin D., Blumstein T. & Modan B. (2003). Beyond Keeping Active: Concomitants of Being a Volunteer in Old-Old Age. *Psychology and Aging*, 18(3), 602-607.

Auckland Council. (2021). Tāmaki Makaurau Tauawhi Kauriātua: Age-friendly Auckland. Mahere mahi - Action plan 2022-2027. Auckland: Auckland Council

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (2011). The Legal Framework for Volunteering in Emergencies. Geneva.

Thois P. A. & Hewitt, L. N. (2001). Volunteer Work and Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior*, 42(2), 115-131.

World Health Organization (2020). UN Decade of Healthy Ageing: Plan of Action. 2021-2030. World Health Organization.

Widjaja, E. (2010) Motivation Behind Volunteerism. CMC Senior Theses. Paper 4.

Viðauki



Viðbótarupplýsingar um réttindi og skyldur sjálfboðaliða:

Réttur til stuðnings frá sjálfboðaliðaaðilum

Grein 9 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á endurgreiðslu kostnaðar sem stofnað er til í tengslum við sjálfboðaliðastarfið, með virðingu fyrir mismunandi endurgreiðslustigum sem stafa af fjölbreytileika sjálfboðaliðastarfsins. Þessar endurgreiðslur skulu undanskildar hvers kyns skattlagningu;

Grein 10 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á að vera meðhöndluð í samræmi við gildandi viðmið, meginreglur, staðla og markmið sjálfboðaliðastefnu;

Grein 11 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á samfelldri verkefnalýsingu sem gerir þeim kleift að framkvæma sjálfboðaliðastarfið með skýrum skilningi á markmiðum þess og markmiðum. Verkefnalýsingin ætti að vera þróuð, eftir

því sem unnt er, og samið um hana á milli sjálfboðaliða og sjálfboðaliða og, ef þörf krefur, ætti að uppfæra hana meðan á sjálfboðaliðastarfinu stendur. Ennfremur ætti það að vera skilgreint í Evrópusáttmálanum um réttindi og skyldur sjálfboðaliða. (Almenn mannréttindayfirlýsing 7) Sjá 28. grein sjálfboðaliðar og launað starfsfólk gegna öðrum hlutverkum og sjálfboðaliðastarfsaðilar verða að tryggja að gott samstarf sé á milli þessara tveggja starfsmannaflokka;

Grein 12 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á stuðningi og endurgjöf í gegnum sjálfboðaliðastarfið. Þetta felur í sér undirbúning starfseminnar, persónulega leiðsögn og aðstoð við framkvæmd starfseminnar, rétt mat og skýrslutöku í kjölfar starfseminnar og fullur stuðningur við að framkvæma nauðsynlegar eftirfylgnistarfsemi;

Grein 13 Sérhver sjálfboðaliði á rétt á að taka þátt í ákvarðanatöku varðandi sjálfboðaliðastarfið á viðeigandi stigi. Að auki ætti hver sjálfboðaliði að hafa aðgang að lýðræðislegum ákvarðanatökuförum samtakanna. Hver sjálfboðaliði ætti að hafa einhverja eignaraðild að verkefninu með meðákvörðun í framkvæmd ferlisins og rétt til þátttöku í lýðræðislegum ferlum sem tengjast verkefninu.

Réttindi sjálfboðaliða aðila

Grein 24 Stofnanir og hópar sem ekki eru rekin í hagnaðarskyni, sem eru sjálfstæð, stjórna sér sjálfum sem og öðrum sjálfseignarstofnunum eða opinberum yfirvöldum sem bjóða upp á tækifæri til sjálfboðaliðastarfs, eiga rétt á stöðu sjálfboðaliða;

Grein 25 Sjálfboðaliðastarfsaðilar eiga rétt á stöðugum og sjálfbærum stoðramma og umhverfi sem gerir kleift, þ.mt fullnægjandi fjármögnunarkerfi sem veita aðgengilega, sjálfbæra og sveigjanlega fjármögnun;

Grein 26 Sjálfboðaliðastarfsaðilar eiga rétt á að taka þátt í pólitískum ákvarðanatökufærum á öllum stigum á sviði sjálfboðaliðastarfs, þar sem þeir eru fulltrúar hagsmuna og þarfa sjálfboðaliða. Með hliðsjón af sérfræðipekkingu sjálfboðaliðaaðila, sem þeirra aðila sem standa næst sjálfboðaliðanum, þarf að hafa samráð við þá um málefni er varða stefnu eða lög um sjálfboðaliðastarf á öllum stigum;

Grein 27 Ekki ætti að skattleggja sjálfboðaliðaaðila af tekjum sínum;

Grein 28 Sjálfboðaliðaaðila skulu velja sjálfboðaliða í samræmi við hlutverk þeirra og framtíðarsýn, og sértækri kunnáttu og prófíl sjálfboðaliða ef tiltekin sjálfboðaliðastarf krefst þess.

Ábyrgð sjálfboðaliðaaðila

Kjarnaábyrgð

Grein 29 Sjálfboðaliðastarfsaðilar skuldbinda sig til að þróa sjálfboðaliðastefnu sem virðir réttindi sjálfboðaliða;

Grein 30 Sjálfboðaliðastarfsaðilar skulu kynna sér gildan lagaramma um sjálfboðaliðastarf og sannreyna lagalegar hliðar varðandi framkvæmd sjálfboðaliðastarfsins;

Grein 31 Sjálfboðaliðaaðilar skulu tryggja lágmarks áhættu og veita skýrar leiðbeiningar fyrir sjálfboðaliða. Í þessu samhengi skuldbindur veitandinn sig til að skapa öruggasta mögulega umhverfi fyrir sjálfboðaliða og veita allar upplýsingar sem tengjast hugsanlegum áhættum sem tengjast sjálfboðaliðastarfinu;

Grein 32 Sjálfboðaliðaaðilar skulu bjóða jafnan og gagnsæjan

aðgang að upplýsingum um tækifæri sjálfboðaliða, svo og að réttindum og skyldum sjálfboðaliða;

Grein 33 Sjálfboðaliðastarfsaðilar skulu innleiða almennt og jafnt ráðningarferli fyrir sjálfboðaliðastarf. Þeir skulu bera kennsl á hindranir og þróa ráðstafanir til að yfirstíga þær, til að virkja fjölbreytta hópa;

Grein 34 Sjálfboðaliðastarfsaðilar skulu tryggja innviði fyrir tryggingarveitingu sem nær til félagslegrar verndar í formi heilsugæslu og ábyrgðartryggingar fyrir sjálfboðaliða meðan á sjálfboðaliðastarfinu stendur;

Grein 35 Sjálfboðaliðastarfsmenn skulu stuðla að sjálfboðaliðastarfi og ávinningi þess fyrir samfélagið og einstaklinginn.



Grey4Green



www.grey4green.eu



Meðfjármagnað af
Evrópusambandinu

Stuðningur framkvæmdastjórnar Evrópu-sambandsins við þetta rit felur ekki í sér stuðning við innihald þess sem endurspeglar aðeins skoðanir höfundar og ekki er hægt að gera framkvæmdastjórnina ábyrga á hvers kyns notkun sem kann að vera á upplýsingum sem þar er að finna. Verkefnisnúmer: 2021-1-DK01-KA220-ADU-000026601