Co-funded by the European Union

Листа за проверка пред започнување со волонтирање

Вовед

Оваа листа за проверка ти помага да се подготвиш пред да започнеш со нова волонтерска улога. Работи низ секој дел со сопствено темпо – не секоја ставка ќе важи за секоја улога.

Дел 1: Истражување и разбирање (пред аплицирање)

Истражување на организацијата

- Ја посетив веб-страницата на организацијата
- Ги проверив нивните страници на социјални мрежи
- Прочитав понови вести/ажурирања за нив
- Разговарав со некој вклучен или поранешен волонтер/вработен
- Идентификував што ме привлекува кај оваа организација
- Разбирам кои спортови/активности ги нудат
- Пронајдов волонтерска улога што ме интересира

Разбирање на улогата

- Внимателно го прочитав описот на улогата
- Ги разбирам главните одговорности
- Го знам потребниот временски ангажман
- Знам кога и каде би волонтирал/а
- Знам дали се обезбедува обука
- Разбирам кои вештини ги бараат

Истражување за просторот (локацијата)

- Ја лоцирав адресата на просторот
- Го разгледав просторот онлајн (веб, мапи, Street View)
- Идентификував опции за паркирање или јавен превоз
- Проверив информации за пристапност
- Проверив дали е соодветно за пристап со пешачење/велосипед/коли/количка и сл.

Co-funded by
the European Union

Мои забелешки:

Co-funded by the European Union

Дел 2: Самоанализа (пред аплицирање)

Совпаѓање на вештини

- Ги наведов моите силни страни (од Модул 1) релевантни за задачите
- Идентификував вештини што сакам да ги развивам
- Размислив за релевантни искуства што ги имам
- Размислив што ме прави соодветен/на за улогата
- Подготвив примери што можам да ги споделам на интервју

Проценка на потреби

- Идентификував потреби за прилагодувања (од Модул 3)
- Размислив за физички пристап до просторот/просторите
- Размислив за моите комуникациски потреби (од Модул 3)
- Размислив за моите потреби за распоред
- Го наведов потребниот личен/работен прибор/опрема

Практични размислувања

- Имам енергија за улогата во термините кога сум потребен/на
- Улогата се вклопува со моите други обврски
- Проверив резервни опции за превоз
- Ги разгледав трошоците (патување итн.)
- Проверив дали организацијата покрива дел/сите трошоци

Co-funded by the European Union

Планирање на превоз

Моето Редовно Патување

Запишете каде ќе патувате – од каде и до каде – за Вашата волонтерска улога. Запишете го главниот начин на кој планирате да стигнувате таму, како и резервен метод што би можеле да го користите доколку е потребно. Запишете колку време би траело секое патување во еден нормален ден.

Од:

До:

Главен начин: **Време на патување:**

Резервен начин: **Време на патување:**

- Имам доволно време за патување до и од локацијата

Мои забелешки:

Co-funded by the European Union

Дел 3: Апликација и подготовка за интервју

Материјали за апликација

- Креирав/ажурирав мотивациско писмо
- Подготвив примери од релевантно искуство
- Наведов клучни силни страни со примери
- Ги имам контактите за референци
- Подготвив барања за прилагодувања што можеби ми требаат
- Ги проверив сите материјали за правопис и граматика
- Обезбедив ЕУ картичка за попреченост (ако сум подобен/на)

Теми за интервју

Подотвен/а сум и сигурен/а во себе да разговарам на интервју за:

- Мојата мотивација за улогата
- Моето разбирање за улогата и барањата
- Релевантни вештини и силни страни што ги носам
- Мојата доверливост и посветеност

Подготовка за интервју

- Имам соодветна облека за интервју
- Подготвив прашања што сакам да ги поставам
- Подготвив што ќе понесам со себе
- Знам каде се одржува интервјуто и како да стигнам
- Вежбав интервју со пријател/семејство

Мои забелешки:

Co-funded by the European Union

Дел 4: Подготовка за првиот ден

Претходната вечер

- Подготвена облека и торба/ранец
- Телефон целосно наполнет
- План за патување прегледан
- Проверена временска прогноза
- Поставен аларм

Корисни работи

- Телефон
- Паричник
- Тетратка и пенкало
- Шише вода
- Грицки
- Ручек
- Резервна облека
- Кабаница/чадор
- Крем за сонце
- Полнач/Power bank
- Марамчиња
- Средство за дезинфекција за раце
- Ситни пари за паркинг
- Лични медикаменти
- Лична опрема по потреба

Работи за паметење на првиот ден

- Пристигни 10–15 минути порано
- Диши длабоко ако си нервозен/на
- Претстави се самоуверено
- Побарај/воспостави контакт со волонтер-придружник (ако е релевантно)
- Запознај ги другите волонтери и персонал
- Прашај кога нешто не ти е јасно

- Запомни: во ред е да бидеш тивок/а понекогаш
- Води белешки ако помага
- Прави паузи кога е потребно
- Биди трпелив/а со себе – ова е процес на учење

Следење на напредок

Дел 1 (Истражување): ☐ Завршено
Дел 2 (Самопроценка): ☐ Завршено
Дел 3 (Апликација и интервју): ☐ Завршено
Дел 4 (Прв ден – подготовка): ☐ Завршено