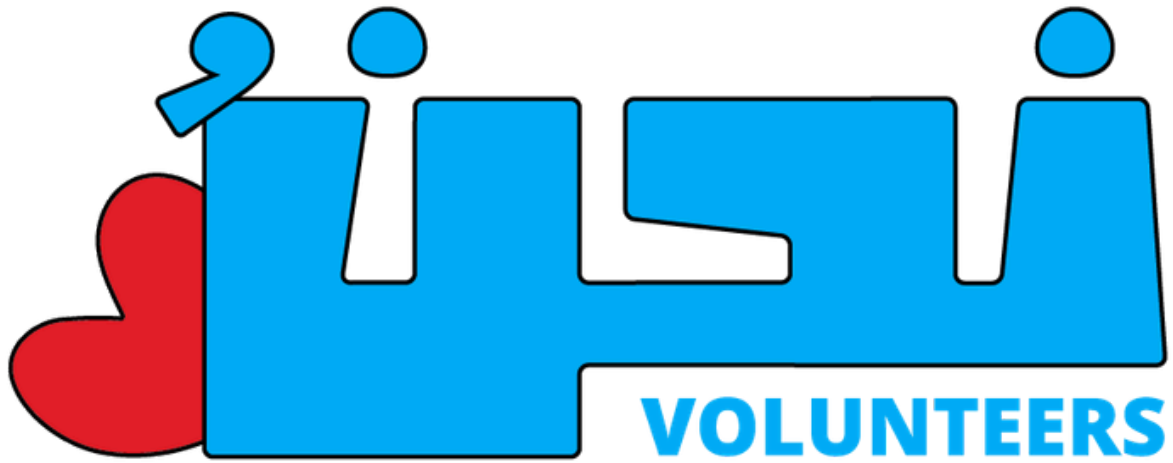
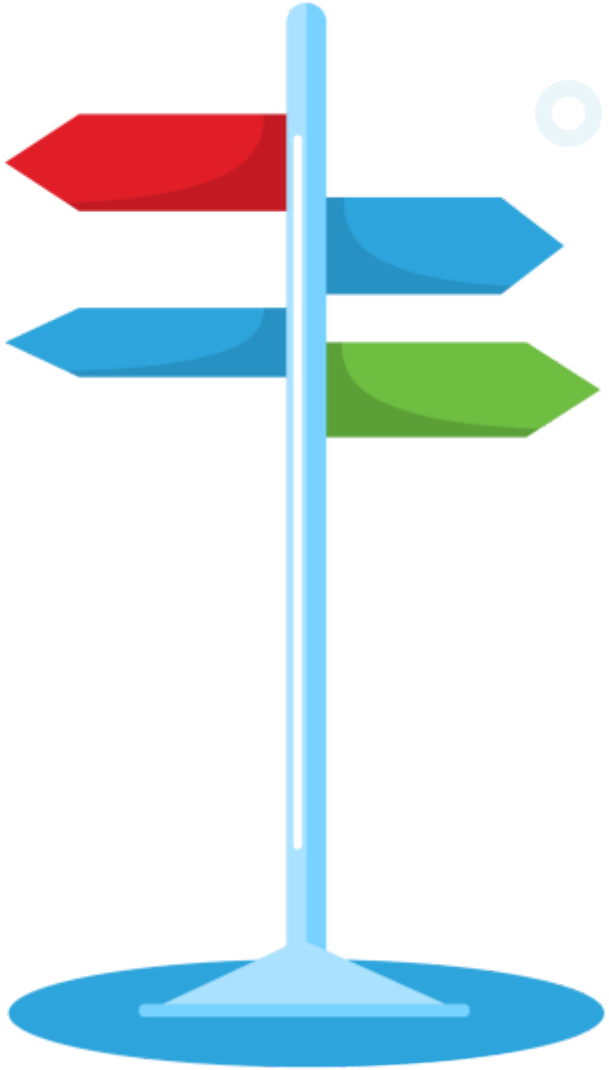

نحن
VOLUNTEERS



التدريب التمهيدي للشباب

موجز

- مقدمة
- أهمية التطوع
- ماذا يعني أن تكون متطوعًا
- حقوقك ومسؤولياتك كمتطوّع
- حماية الطفل
- الاحتياجات الخاصة
- الحماية من الاستغلال والانتهاك الجنسي
- إجراءات الشكاوى
- نصائح السلامة
- خطة الاستعداد الشخصية
- ما هي منصة "نحن متطوعون/متطوعات" (NahnoVolunteers)؟



"التطوع هو دم الحياة في المجتمع،
فهو يساعد على بناء مجتمع أفضل
ومستقبل أكثر إشراقًا للجميع"

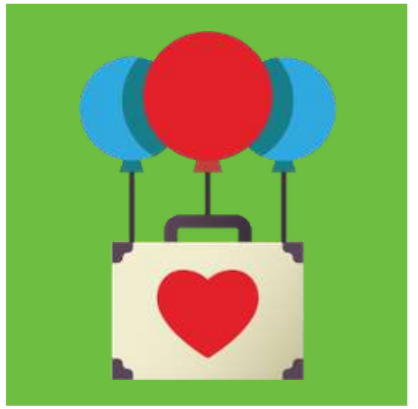
"التطوع ليس خياراً، بل هو مسؤولية.
إنها مسؤولية تجاه أنفسنا وتجاه إخوتنا
البشر والكوكب الذي نسميه بيتنا"

ما هو التطوع؟

1. المشاركة المدنية والقضية الاجتماعية



2. تعزيز الخير



3. نشاط مجاني: فعل الخير بدون مقابل

4. عدّة قطاعات للتطوع (خاص، وعام، وغير ربحي)

5. عدّة أسباب: اجتماعي، وبيئي، وسياسية التمكين

6. مساعدة الآخرين وتحسين نوعية الحياة



7. من ذوي الخبرة وعديمي الخبرة

8. من ذوي الخبرة وعديمي الخبرة



أنتم أبطال التغيير!
أنت تصنع الفارق!

- المتطوعون هم في قلب المجتمع.
- هم نبض لبنان.
- ذكّرنا انفجار بيروت بأهمية التطوع وأثره.
- الكثير من المساعدة الأولية بعد انفجار بيروت الهائل قدمها متطوعون.
- يمثّل المتطوعون التضامن والوحدة.



عندما تكون/تكونين متطوعًا/ة، فأنت:

إختر اختر لإعطاء مهاراتك ووقتك

ساعد ساعد المجتمع والمنظمة غير الحكومية / المبادرة التي تتطوع لها

إحصل احصل على شيء منه مثل المهارات الجديدة والاجتماعية / المهنية الشبكات

إفعل افعلها طوعًا مجانًا

إعمل العمل في دور تطوعي مخصص

تحدّى تحدى نفسك لتجربة شيء مختلف، وتحقيق الأهداف الشخصية، تدرب على استخدام مهاراتك واكتشف المواهب المخفية

حقوق وواجبات
المتطوعين



كمتطوع/ة، لديك الحق في:

01 امتلاك المواد والأدوات اللازمة للنشاط

02 عدم التعرض للتمييز

03 عدم التعرض للضغط

04 أن تكون على إطلاع ومراجعة المهام المتوقعة وساعات العمل

05 أن تكون على إطلاع وتحقق بشأن المهام الموكلة إليك

06 العمل في بيئة آمنة

07 أن تعرف المنظمة الغير الحكومية/المبادرة بما في ذلك السياسات والإجراءات

08 تلقي التوجيه والتدريب والتعريف عن المهارات المطلوبة أثناء النشاط

09 التحدث إذا كنت غير مرتاح أو تشعر بالاستغلال

10 القيام بتحقيق ساعات مشاركتك أو شهادة الحضور

كمتطوع/ة، فأنت مسؤول/ة أن:

1 تحافظ على السرية تكن دقيقاً وموثوقاً ومحترمًا مع الآخرين	5 تحافظ على السرية
2 تخبر المنظمة الغير حكومية/المبادرة عندما يحدث خطأ ما أو عرقلة في العمل	6 العمل ضمن نطاق مسؤولياتك والمهام الموكلة إليك
3 تتلقى أي تدريب قد تحتاجه	7 تكون مسؤولا
4 تنفيذ الوظيفة أو المهمة التي تم الموافقة عليها	8 تطلب الدعم عند الحاجة وتقدم الدعم لأعضاء الفريق الآخرين

المتطوع:
ما يجب فعله وما يجب عدمه

فعله

- حافظ على موقف محترم و حيادي وغير متحيز
- أظهر الالتزام والحماس
- خذ بعين الاعتبار المهارات التي يجب أن تقدمها
- أظهر الاحتراف والعمل الجماعي



عدمه

- إظهار عدم الاحترام
- عدم الالتزام بجدولك الزمني
- اتخاذ قرارات أو إجراءات من دون استشارة المنظمة/المبادرة المضيفة أو قائد فريقك أو مشرفك
- مشاركة أو الكشف عن أي بيانات سرية



حماية الأطفال

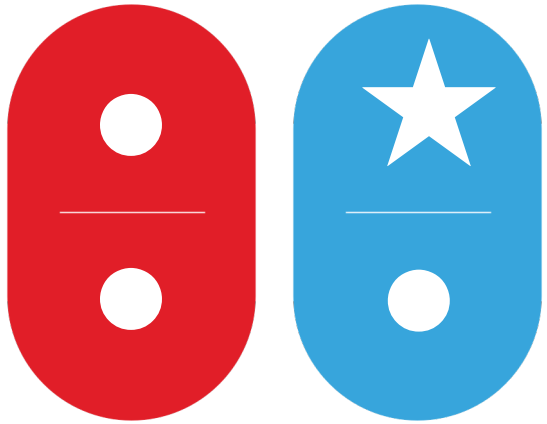






إذا كنت تعمل مع أطفال (ما يقل عن 18سنة)، فمن المهم جداً أن:

راقب الأطفال بعناية وكن على دراية بأي مخاطر أو أخطار محتملة



يجب الحفاظ على حدود مناسبة مع الأطفال وتجنب أي اتصال جسدي أو سلوك غير لائق

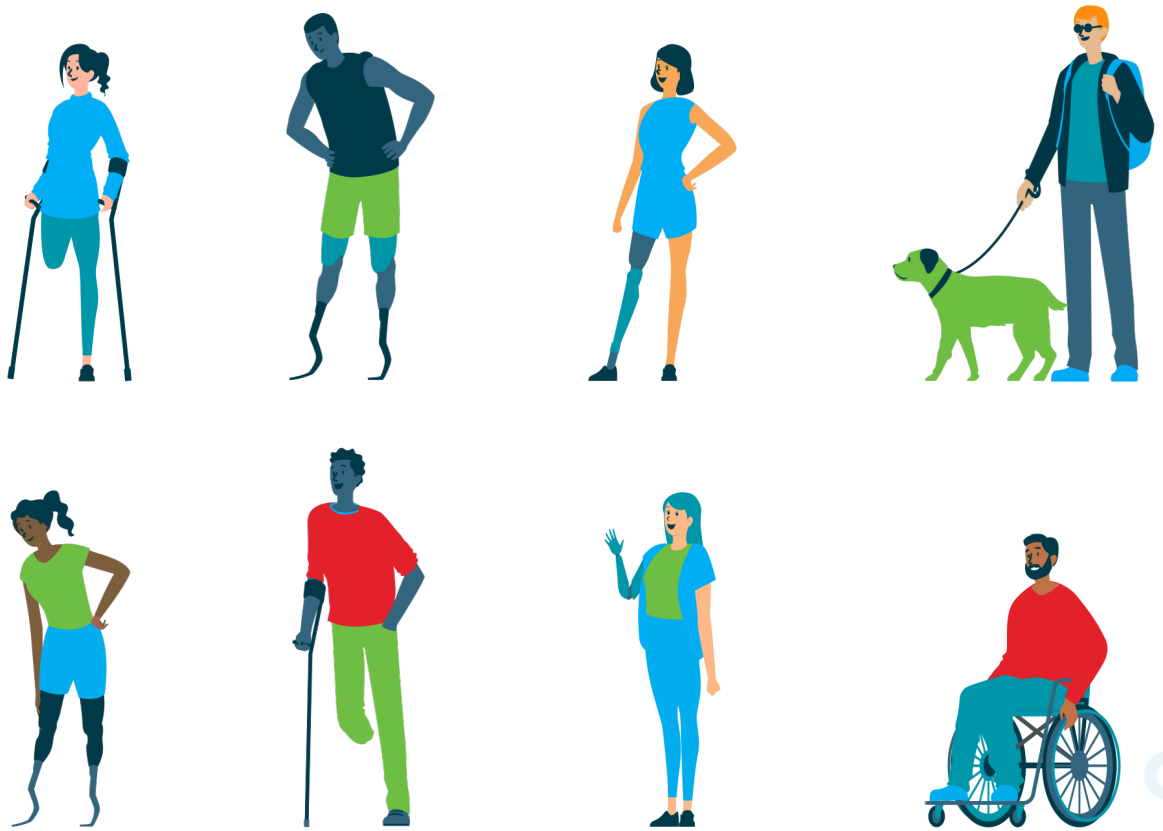
التقيد بأي شكل من أشكال موافقة الوالدين

8 ركائز للعمل مع الأطفال

الاحترام	عامل جميع الأطفال بالاحترام، وشجعهم على فعل الشيء نفسه تجاه الآخرين
الإبلاغ	الإبلاغ عن أي مخاوف بشأن طفل، أو اشتباه في سوء المعاملة
الصبر	كن صبورًا ومتفهماً، وحاول البقاء هادئاً وإيجابياً حتى عندما تواجه سلوكيات صعبة
الانسجام	اتبع جميع السياسات والإجراءات المتعلقة بالعمل مع الأطفال، بما في ذلك تلك المتعلقة بالإشراف والسلامة والسرية
السلامة	تأكد من أن البيئة آمنة للأطفال، واتخذ التدابير المناسبة لحمايتهم من الأذى
الاندماج	تعزيز الشمولية ودعم الاحتياجات المتنوعة لجميع الألأطفال
الدعم	ابحث عن الدعم والإرشاد من الزملاء ذوي الخبرة أو المرشدين، ولا تخف من طلب المساعدة إذا كنت في حاجة إليها

القانون العام اللبناني 220/2000

يخول الأشخاص ذوي الإعاقة الحق في الحصول على خدمات شاملة للعيش الكريم، تتضمن الخدمات الاجتماعية والتعليمية والصحية والوظيفية والسكنية والترفيهية وغيرها.



إذا كنت تعمل مع الأشخاص ذوي الإعاقة

أنواع الاحتياجات:

01 صعوبات حركية	هذه هي الصعوبات التي تؤثر على حركة الجسم أو القدرة على الوظيفة الطبيعية
02 الصحة النفسية	هذه هي الصعوبات التي تؤثر على الرفاهية النفسية للشخص وقد تسبب مشاكل عاطفية أو سلوكية
03 صعوبات حسية	هذه هي الصعوبات التي تؤثر على حواس الشخص، مثل البصر والسمع واللمس
04 صعوبات تعلمية	هذه هي الصعوبات التي تؤثر على قدرة الشخص على التعلم وفهم المعلومات الجديدة



فعله وعدمه
مع الأشخاص ذوي الإعاقة

عدمه

أن تفترض أن الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة غير قادرين أو تابعين للآخرين

أن تتحدث إلى المستشارين أو الوسطاء بدلاً ًمن الشخص ذي الاحتياجات الخاصة. يجب التحدث مع الشخص ذي الاحتياجات الخاصة بشكل مباشر

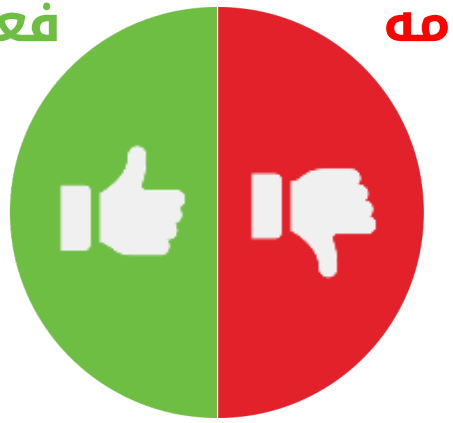
أن تلمس الشخص أو معداته دون إذن

أن تستخدم اللغة المسيئة أو تفترض بشأن قدرات الشخص

أن تشارك المعلومات الشخصية عن الشخص بدون موافقته

أن تتجاهل الشخص أو تجعله يشعر بعدم الوجود

أن تخاف من طرح الأسئلة أو البحث عن الإرشاد إذا كنت غير متأكد من شيء ما



فعله

عامل الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة بالاحترام وبمثل القيمة

تعرّف على الاحتياجات والقدرات الخاصة للفرد

تواصل بوضوح وبشكل مباشر

قدّم المساعدة الجسدية فقط إذا طُلبت أو إذا كانت ضرورية، واطلب الإذن قبل تقديمها

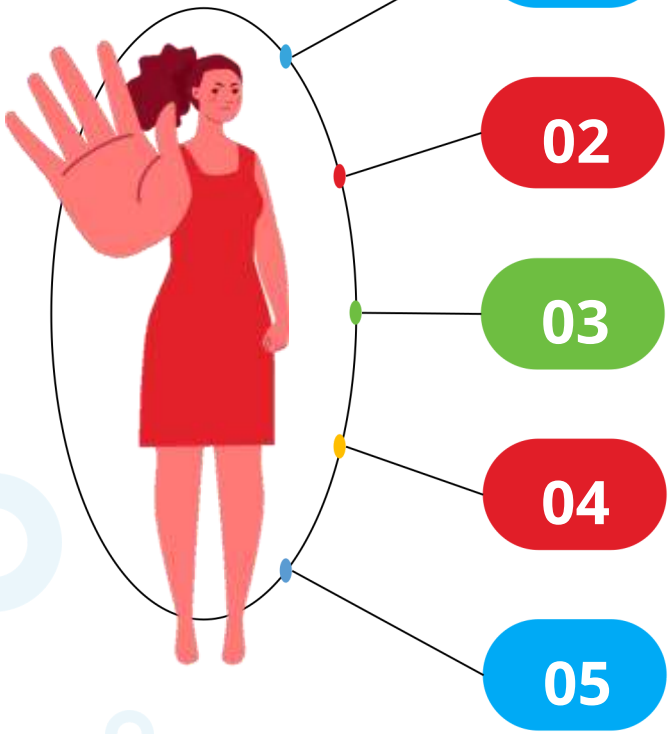
كن مرنًا وقابلًا للتكيف

يجب الحفاظ على السرية

ابحث عن الإرشاد والدعم إذا كان لديك أسئلة أو مخاوف

الحماية من الاستغلال والانتهاك الجنسي

على كل المتطوعين والمتطوعات الالتزام بتلك المبادئ



01 لا تسيء استخدام أو استغلال المستفيدين بأي شكلٍ من الأشكال، بما في ذلك الاستخدام اللفظي أو الجسدي أو النفسي .يجب على جميع المتطوعينَ دائمًا معاملة المستفيدين بالاحترام والكرامة

02 لا تستخدم اللغة المهينة أو الضارة أو تقترح أفكاراً قد تسيء إلى الآخرين أو تزعجهم. يجب دائمًا احترام الممارسات الثقافية

03 لا تقوم بنشاط جنسي مقابل المال أو الهدايا أو العمل أو أي أشكال أخرى من التعويضات، ولا يجوز أيضًا المشاركة في نشاط جنسي مع أي شخص يتراوح عمره دون 18 عامًا

04 تجنب أي سلوك قد يعتبر تحرشًا جنسيًا أو استغلالًا جنسيًا أو إساءة جنسية، بما في ذلك الاتصال الجسدي غير المناسب، والاتصال اللفظي أو غير اللفظي ،أو استخدام وسائل التواصل الاجتماعي أو الاتصالات الإلكترونية الأخرى .يجب على جميع المتطوعين الحفاظ على بيئة عمل آمنة ومحترمة

05 يجب الإبلاغ عن أي شبهات أو معلومات أو شائعات أو شكوك تتعلق بوجود إساءة محتملة إلى الإدارة المسؤولة أو قائد الفريق/المشرف عند الحاجة

إجراءات الشكاوى

المسائل التي يمكن أن تشملها الشكاوى ولكن لا تقتصر عليها:

إجراءات الشكاوى هي آلية تسمح للمتطوعين برفع المشاكل والقضايا ذات الاهتمام لديهم مع برنامج الاستضافة، والعمل على إيجاد حلول لها. وتهدف هذه الآلية إلى ضمان أن يتم التعامل مع المشاكل بطريقة عادلة ومنصفة، وفي إطار السرية والحفاظ على الخصوصية.

01 السلامة والصحة

02 التمييز

03 الصراع مع الآخرين

04 المعاملة غير العادلة

05 انتهاك السرية أو الخصوصية

06 التحرّش

كيفية التصرف؟

يجب تذكر أن المنظمة التطوعية لديها الالتزام بضمان بيئة آمنة ومأمونة لجميع المتطوعين، وأنها يجب أن تمتلك آلية مناسبة للتعامل مع أي شكل من أشكال الشكاوى

يتم الإبلاغ عن المشكلة إلى الشخص المناسب في أسرع وقت ممكن

يتم الاحتفاظ بسجلات جميع التواصل والوثائق المتعلقة بالمشكلة

إذا استمرت المشكلة، يتم الاتصال بإدارة الموارد البشرية أو أي قسم مخصص آخر للحصول على مزيد من المساعدة

تجنب حدوث مشاكل مستقبلية، واتخاذ خطوات استباقية والمشاركة في التدريب أو التحدث مع المشرف حول التغييرات المحتملة

منع الإجهاد المتراكم

01

الدعم

التعرف على أهمية سبل الدعم المناسبة بما في ذلك فريق العمل والأصدقاء والعائلة

02

اعرف نفسك

اعرف نفسك وحدودك ومواردك وردود أفعالك الناتجة عن الإجهاد

03

إدارة التوقعات

اعتني بنفسك: ضع لنفسك أهدافًا/توقعات واقعية

04

الإستمتاع

خصص وقتًا لفعل الأشياء التي تستمتع بها

05

حافظ على لياقتك

امنح وقتًا كافيًا للراحة والراحة والعلاقات

06

الغذاء

تناول نظامًا غذائيًا متوازنًا وتجنب الإفراط في استهلاك الكحول

بعض النصائح الهامة للسلامة الصحية:

غسل اليدين	اغسل يديك بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل
إرتداء القناع	ارتدِ الكمامة إذا شعرتَ بعدم الإرتياح
مارس النظافة الصحية للتنفس	امسك بمنديل أو استخدم ذراعك لتغطية فمك وأنفك عند العطس أو السعال
مسافة آمنة	تجنب الاتصال الوثيق بالأشخاص المرضى واحرص على أن تأخذ الأطعمة المناسبة

معدات الحماية الشخصية

المعدات الواقية الشخصية المطلوبة تعتمد على نوعية العمل التطوعي المنجز والمخاطر المحتملة المترتبة عليه

خوذة

يجب ارتداء معدات حماية الأفراد المطلوبة في جميع الأوقات عندما تكون في مواقع البناء أو التجديد، وهذا يشمل الخوذات

حذاء

ارتدِ بوط أو أحذية مغلقة أثناء العمل الميداني

قناع

قم بارتداء واقيات كاملة للوجه عند القطع أو الطحن أو التقطيع

قفاز

استخدم القفازات الواقية

الأمن

لا تترك أي أشياء ثمينة دون رقابة أو على مرأى من الجميع



ما هي منصة
نحنُ متطوعون/ات؟

"نحنُ متطوّعون/متطوعات"
هي منصة إلكترونية تهدف إلى توحيد المشاركة الشبابية التطوعية في لبنان.

تربط المنصة المتطوعين بفرص/أنشطة تطوعية مناسبة عبر جميع أنحاء لبنان.



لا تنسوا
لبنان بحاجة إلينا
الآن أكثر من أي وقت مضى!

Thank you!