

BUDDY: **Od osamelosti** **k samostatnosti**



Program BUDDY

MARTA
BUDDY DOBROVOĽNÍČKA

HANKA
BUDDY DIEŤA





buddying

buddy.org

Problém

V zmysle Dohovoru OSN o právach dieťaťa (1989) je ľudským právom dieťaťa vyrastať v rodinnom prostredí, v atmosfére šťastia, lásky a porozumenia. Avšak takmer 3500 detí na Slovensku nevyrastá v rodinách, ale v ústavnej starostlivosti skupinovou formou. Tieto deti majú mnohé traumatické zážitky zo svojich biologických rodín a ústavná starostlivosť im nedokáže dať to, čo potrebujú najviac - **blízky vzťah** s dospelým, ktorý by sa im **nezištne a individuálne** venoval. Po odchode z centra tak často žijú na okraji spoločnosti.



Riešenie

BUDDY hľadá, vyberá a spája dobrovoľníkov s deťmi z CDR. Dobrovoľníci sa stále vzdelávajú a deťom na spoločných stretnutiach venujú to najvzácnejšie, svoj čas. Postupne vzniká zdravý, dôverný a **dlhodobý vzťah**.

Tento vzťah poskytuje **základ pre napĺňanie individuálnych potrieb** detí a **oporu** pri hľadaní ich miesta v spoločnosti.

BUDDY príbeh



V roku 2006 si Ladislav Kossár kúpil korálky za tisíc korún od detí z detského domova.

Išiel do detského domova a opýtal sa:

„Ako vám môžeme pomôcť?“

Odpoveď bola jednoduchá:

„Vymyslite, aby deti kvalitne trávili voľný čas mimo detského domova.“

Takto sa začal príbeh BUDDY.



„Vyrastali sme v láskavej rodine, dostali sme vzdelanie a pochopili sme, že v živote to nikto nedá sám. Preto si myslíme, že každé dieťa by malo mať niekoho, kto mu pomôže nájsť svoje miesto v živote.“

Ladislav Kossár, zakladateľ & Lucia Kossárová, spoluzakladateľka

Náš cieľ

Vytvárame (ne)obyčajné priateľstvá medzi dospelými dobrovoľníkmi a deťmi, ktoré nevyrastajú vo svojich rodinách.

VÍZIA

Aby každé dieťa, ktoré nevyrastá vo svojej rodine, malo aspoň jednu osobu, ktorej dôveruje a viedlo samostatný a dôstojný život.

MISIA

Vytvárame a priebežne podporujeme bezpečné vzťahy medzi deťmi a dobrovoľníkmi, ktorí pravidelne, nezištne a dlhodobo dávajú jednému dieťaťu svoj voľný čas a rozvíjajú jeho potenciál.



**Spoločný čas.
Zážitky.
Smiech.
Blízkosť.**



História

Hľadáme riešenia, aby raz každé dieťa, ktoré vyrastá mimo svojej rodiny, malo aspoň jedného dospelého kamaráta, ktorému môže plne dôverovať.

PRÍŠLI SME AKO NA TO

- od založenia ubehlo 8 rokov a my sme pochopili potrebu a silu individuálneho prístupu
- vzťahová väzba sa dostáva do popredia
- organizácia prestáva pracovať priamo s deťmi a nadväzuje odbornú spoluprácu s dobrovoľníkmi ako kľúčovým nástrojom zmeny
- organicky vznikajú prvé BUDDY dvojice
 - 3 pracovníci



VOĽA POMÔŤ DEŤOM

- kúpa korálok
- BUDDY program začal ako letný tábor 4 živly
- založenie občianskeho združenia
- dobrovoľnícky tím

ROZVOJ ZRUČNOSTÍ DEŤÍ

- vzdelávanie zamerané na zručnosti detí, príprava na samostatnosť (doučovanie, IT, financie, práca, komunikácia)
- dlhodobé vikendové zážitkové vzdelávanie v oblasti životných zručností
 - prvé firemné spolupráce
 - prvý zamestnanec



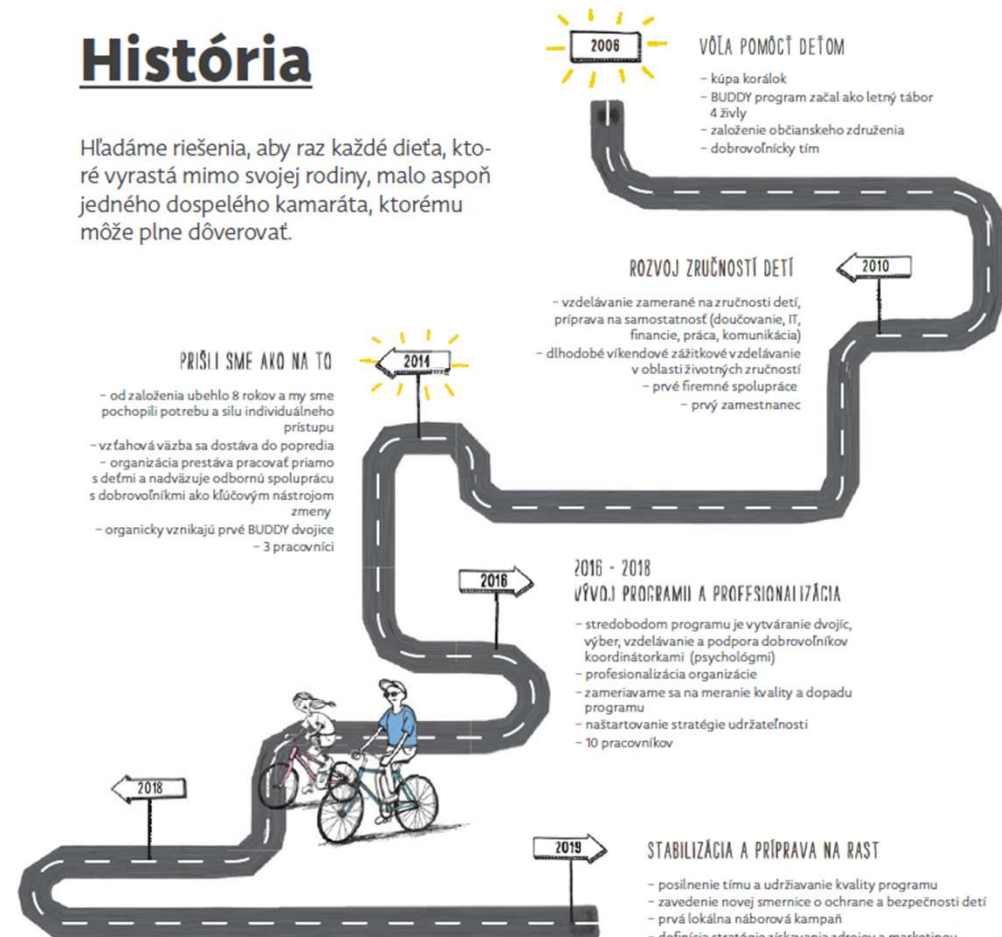
2016 - 2018 VÝVOJ PROGRAMU A PROFESIONALIZÁCIA

- stredobodom programu je vytváranie dvojíc, výber, vzdelávanie a podpora dobrovoľníkov koordinátorkami (psychológmi)
- profesionalizácia organizácie
- zameriavame sa na meranie kvality a dopadu programu
- naštartovanie stratégie udržateľnosti
- 10 pracovníkov



STABILIZÁCIA A PRÍPRAVA NA RAST

- posilnenie tímu a udržiavanie kvality programu
- zavedenie novej smernice o ochrane a bezpečnosti detí
- prvá lokálna náborová kampaň
- definícia stratégie získavania zdrojov a marketingu
- 13 pracovníkov



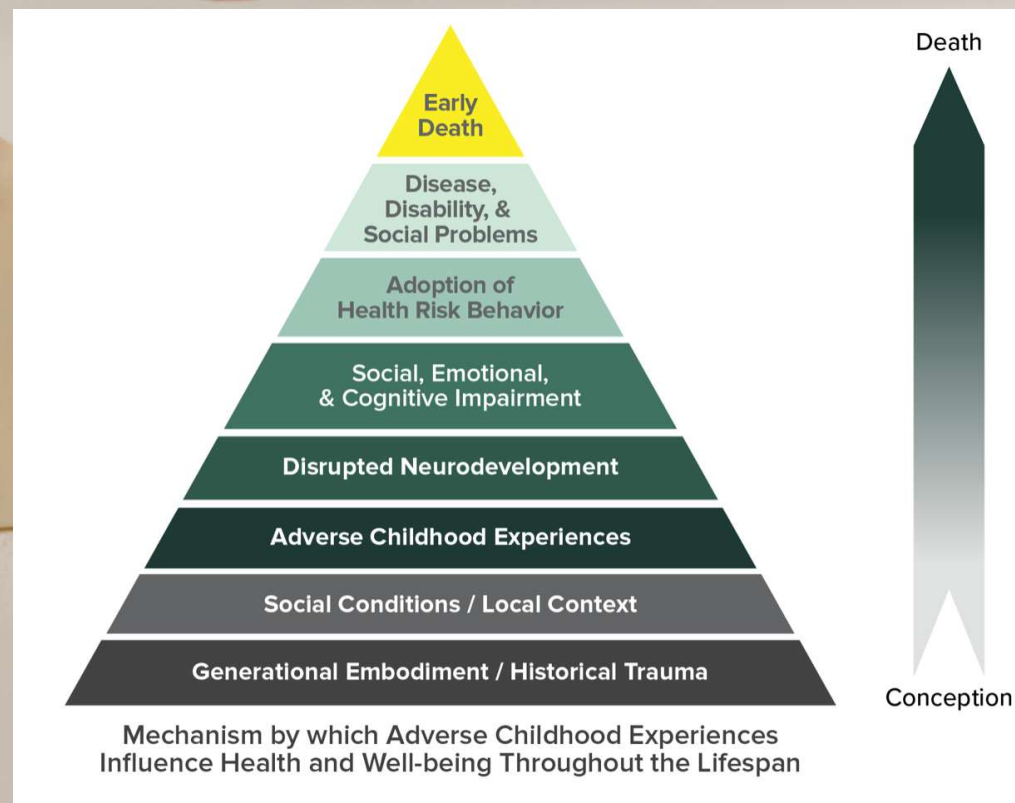


**Zážitkové
učenie...**

**...čím prechádzajú
počas detstva**



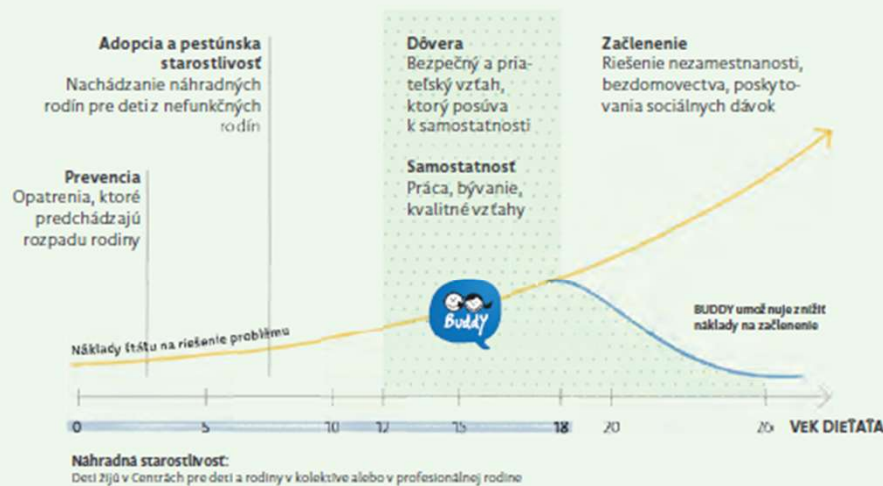
...ako na ne vplývajú ich rôzne traumy



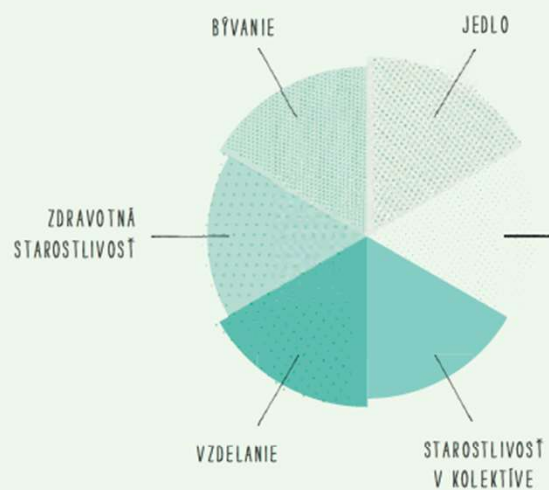
**Čo ich
čaká
v dospelosti?**



Spoznávanie nového sveta



Čo potrebujú?



CHÝBAJÚCI KÚSOK,
KTORÝ ROBÍ ŽIVOT
DETÍ LEPŠÍM

Quo vadis BUDDY?



Po 8 rokoch dobrovoľníctva, pokusov
a omylov: skutočne pomáhame
opusteným deťom? Na čo sa sústrediť:
na malé deti, teenagerov alebo mladých
dospelých? Aký typ pomoci najúčinnnejšie
prinesie želaný efekt?

**Čo dokáže
skutočne
pomôcť?**



Milan

Adam

Heuréka!

Dá sa
vytvoriť
láskaa?

BUDDY **stojí na** **vedeckých** **základoch**

BUDDY sme začínali ako dobrovoľnícku aktivitu založenú na hodnotách priateľstva a dôvery. Oplera sa však aj o vedecké poznatky z teórie vzťahovej väzby, ktorá je celosvetovo uznávaným konceptom diagnostiky a liečby traumatizovaných detí vyrastajúcich v nefungujúcich rodinách.

„Vzťahy sú rozhodujúcim faktorom pre zdravie, šťastie a úspech.“

75 rokov trvajúca štúdia Harvardskej univerzity
Zdroj: adultdevelopmentstudy.org



„POČAS ŽIVOTA SI VYTVÁRAME NIEKOĽKO VZŤAHOVÝCH VÄZIEB, PRIČOM KAŽDÁ Z NICH MÁ SVOJ VÝZNAM. NO NAJDÔLEŽITEJŠIA JE PRVÁ VÄZBA, KTORÁ ZVYČAJNE BUDUJE MATKA A DIEŤA ňOU ZÍSKAVA POCIT BEZPEČIA. AK SA AKO BĀBATKO CÍTIME BEZPEČNE, V DOSPELOSTI MÁME VYBUDOVANÝ VNÚTORNÝ POCIT ISTOTY. PODĽA TEÓRIE VZŤAHOVEJ VÄZBY TAK KAŽDÉ DIEŤA POTREBUJE BYŤ PLNE PRIJATÉ UŽ NA ZAČIATKU SVOJHO ŽIVOTA. VÄČŠINA DETÍ Z CENTIER TAKÝTO POCIT NEMÁ. JE PRE NE DÔLEŽITÉ, ABY STRETLI NIEKOHU, PRI KOM SA CÍTIJA BEZPEČNE A KTO ICH NAUČÍ DÔVEROVAŤ. AK TAKÉHO ČLOVEKA NESTRETNÓ, NESÚ SI DETSKÉ ZRANENIA DO DOSPELOSTI A MAJÚ PROBLÉMY NADVIAZAŤ BLÍZKE VZŤAHY, ČI PREKONÁVAŤ BEŽNÉ ŽIVOTNÉ PREKÁŽKY.“

hovorí odborná garantka projektu BUDDY
Mgr. Zuzana Zimová

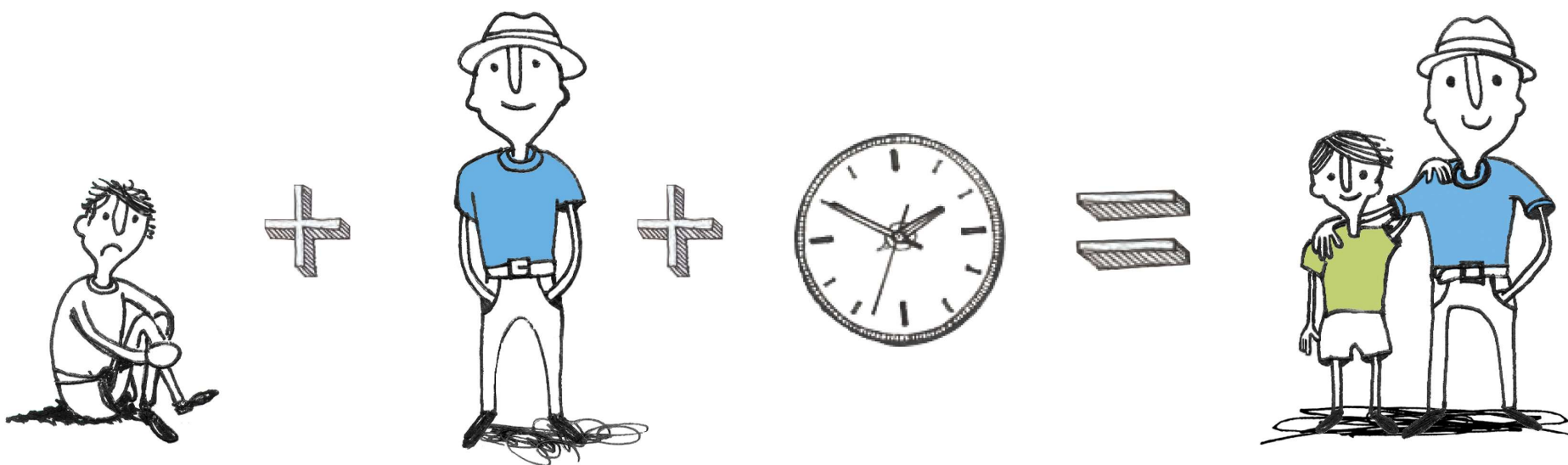


„NECÍTIM SA TAKÁ SAMA,
VIAC SA USMIEVAM.“

Janka, 16

BUDDY rovnica

BUDDY je o vzťahu, ktorý lieči a učí deti opäť dôverovať. Keď deti trávajú spoločne s dobrovoľníkom svoj voľný čas, dokážu si vytvoriť dôverný vzťah a zároveň získajú oporu pri svojom ďalšom životnom rozvoji.



BUDDY recept



BUDDY dieťa
16 rokov

BUDDY dobrovoľníčka
Nika 34 rokov
Bratislava

BUDDY vytvára vzťah medzi dieťaťom (12-16 rokov) z Centra pre deti a rodiny a dospelým dobrovoľníkom.

Trávia spolu 1-5 hodín týždenne.

- 1) dobrovoľne
- 2) pravidelne
- 3) dlhodobo
- 4) dôverne
- 5) prijímajúco

being

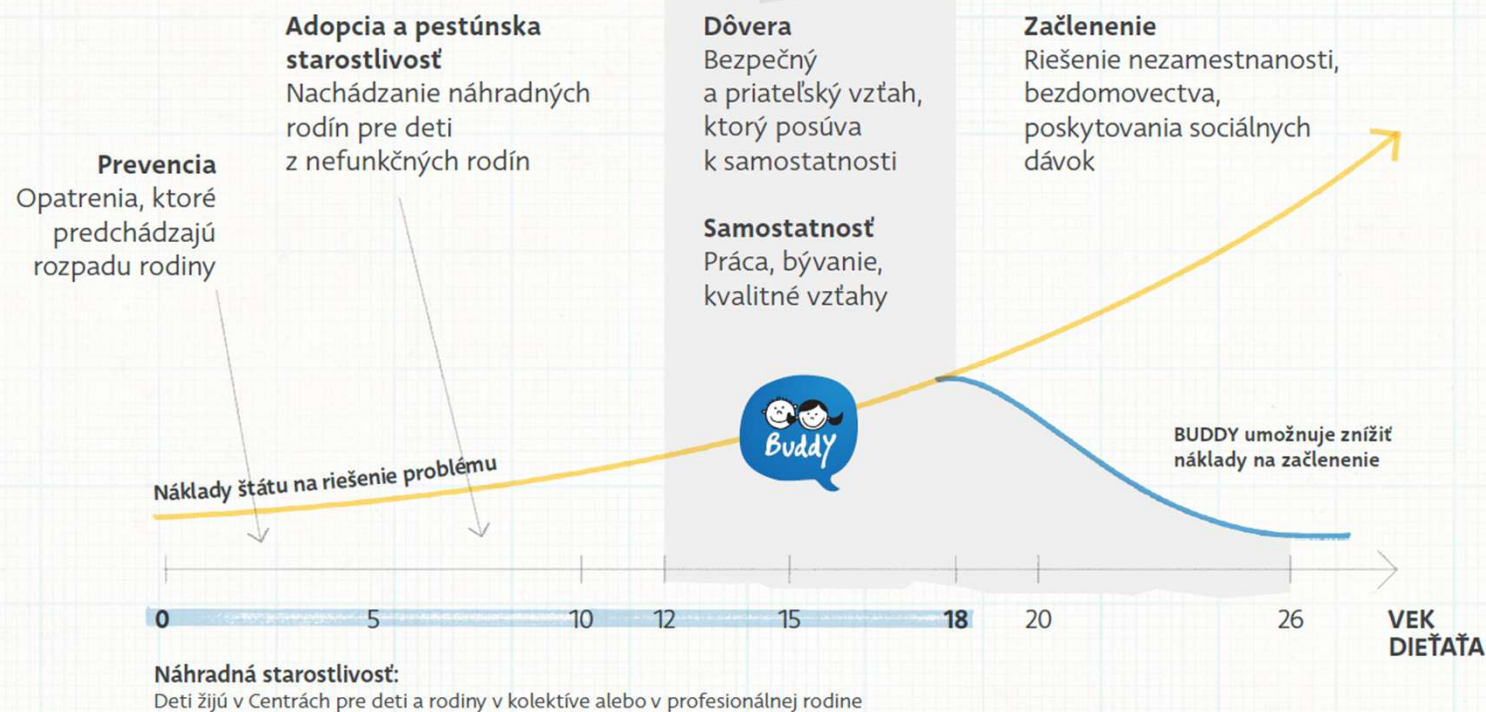
Buddying

growing





Naše miesto v systéme



Bezpečie a ochrana dieťaťa

V BUDDY programe
nám záleží na tom,
aby sme budovali
bezpečné vzťahy.

Preto je pre nás
bezpečie dieťaťa
vždy na prvom mieste.

Náš tím odborníkov nastavuje
všetky procesy tak, aby nenastal
ani jeden prípad úmyselného
alebo neúmyselného narušenia
bezpečia dieťaťa.

V roku 2019 sme preto vytvorili a
zaviedli novú smernicu o ochrane
a bezpečnosti dieťaťa.



JASNÉ PRAVIDLÁ A PROCESY PRE BUDDY PROGRAM

PRAVIDELNÉ HODNOTENIE VZŤAHU OD DETÍ,
DOBROVOĽNÍKOV A CDR

NAŠE KOORDINÁTORKY PODPORUJÚ A MONITORUJÚ
KAŽDÝ JEDEN VZŤAH

VSTUPNÉ ŠKOLENIA DOBROVOĽNÍKOV

ŠEŠTUPŇOVÝ VÝBER DOBROVOĽNÍKOV



Mladý dospělý



SAMOSTATNOST

DŮVERNÉ PRIATEĽSTVO S BUDDY
DOBROVOĽNÍKOM POMŮŽE DIEŤAŤU
PO OPUSTENÍ CDR ZAČAŤ PLNOHODNOTNÝ
A SAMOSTATNÝ ŽIVOT.

ZRUČNOSTI

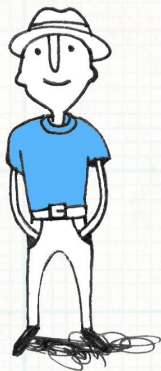
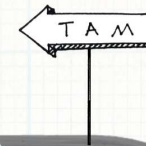
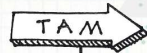
VZŤAH

DŮVERNÝ A BEZPEČNÝ
VZŤAH JE ZÁKLADOM
NA ĎALŠÍ ROZVOJ
DIEŤAŤA.

DŮVERA

BEZPEČNOST

KAŽDÝ DŮVERNÝ
VZŤAH JE ZALOŽENÝ
NA POCITE
BEZPEČIA.



Dobrovolníci

Dieťa

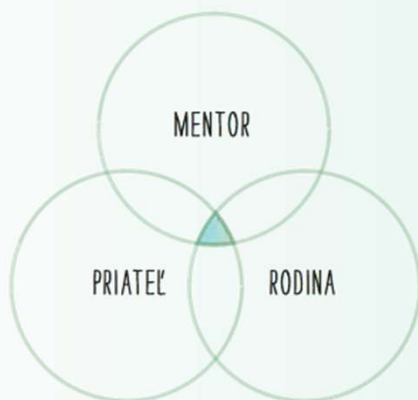
Program

Ako vytvárame BUDDY dvojice?



Dobrovoľník:

Kto si?



Má čas a vie sa oň podeliť.

Zrelý, trpezlivý, bezpečný.

Odolný, empatický.

Schopný počúvať, otvorený prijať.



LUCIA (39)

Bratislava
vedúca ekonomického oddelenia
BUDDY dobrovoľníčka už 4 roky



ONDREJ (30)

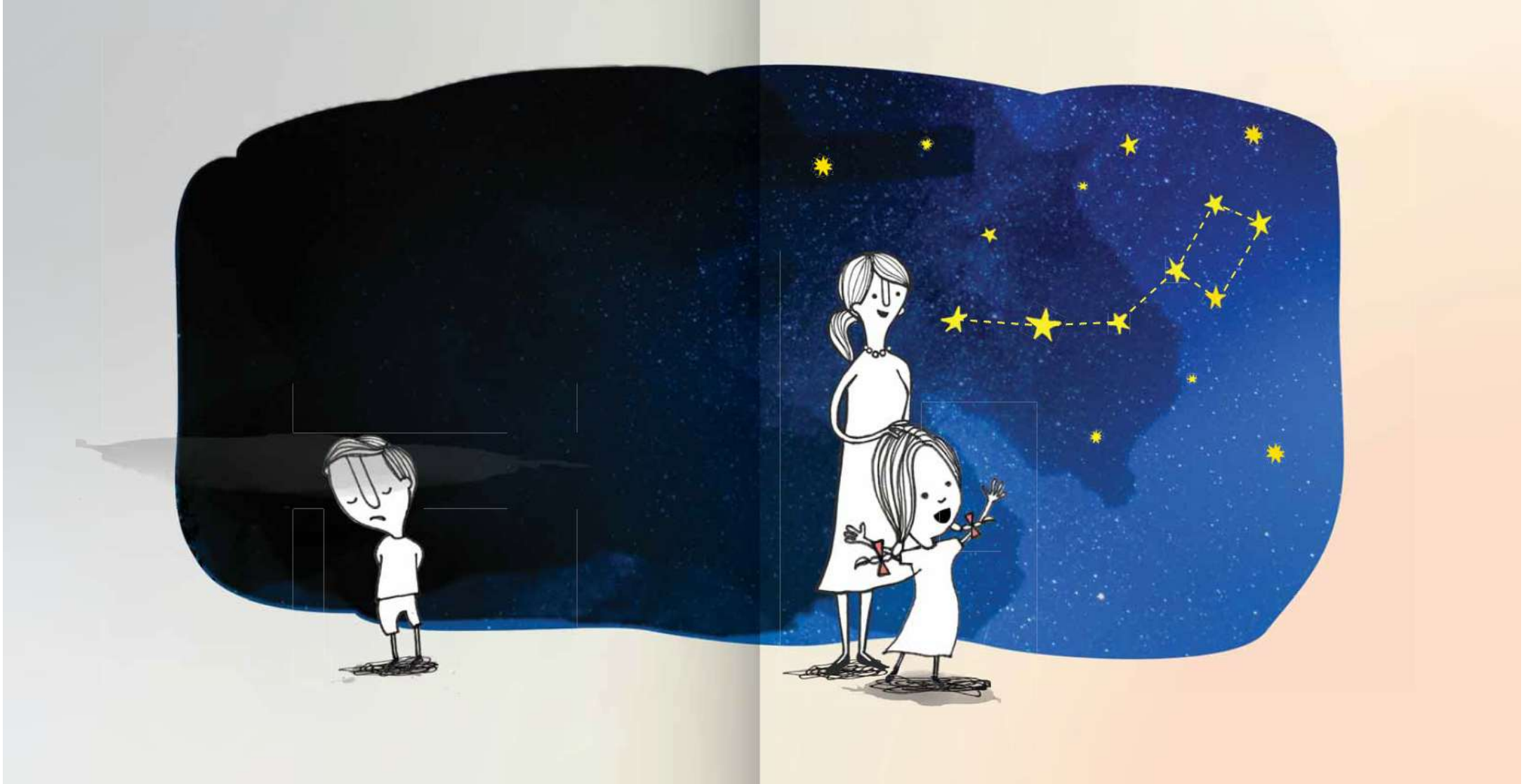
Bratislava
technický konzultant
BUDDY dobrovoľník už 2 roky

"JE TO NESKUTOČNÉ, DÁVAM
TROCHU ČASU A MENÍM TÝM
NIEKOMU ŽIVOT."



35,3

priemerný vek dobrovoľníka





BUDDY LUKÁŠ (41)

ONDREJ (14)



DANIELA (14)

BUDDY LUCIA (39)



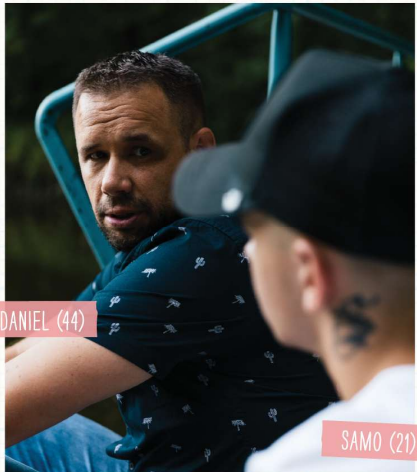
BUDDY IVANA (36)

LUJZA (23)



BUDDY SVETLANA (41)

KATKA (13)



BUDDY DANIEL (44)

SAMO (21)



BUDDY NELLA (31)

JANKA (18)



BUDDY PETER (45)

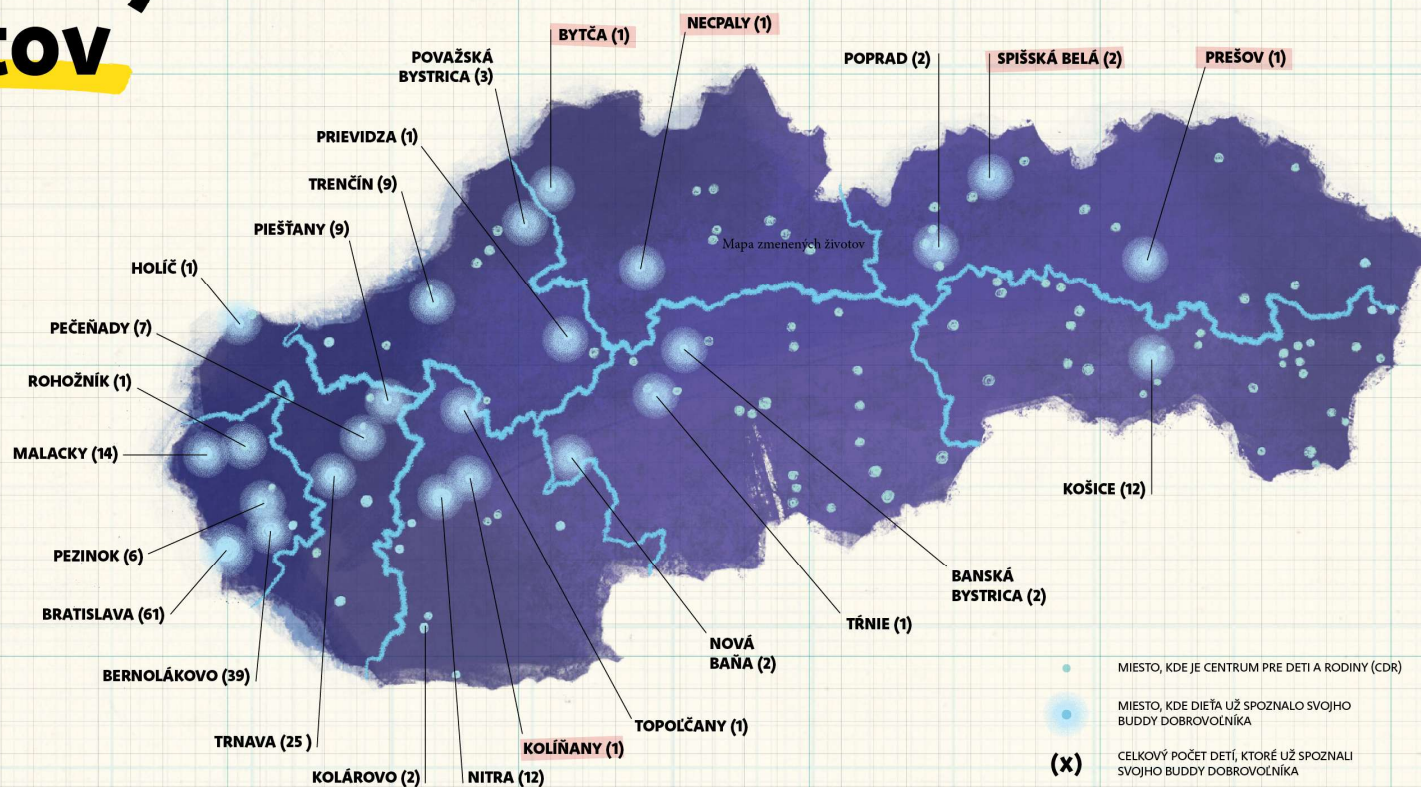
KAMIL (12)



BUDDY ZUZKA (57)

KARIN (16)

Mapa zmenených životov



216
detí

UŽ SPOZNALO SVOJHO
BUDDY DOBROVOLNÍKA

121
dvojíc

BOLO V STAROSTLIVOSTI
PROGRAMU V ROKU 2024

17
detí

PRIBUDLO DO STAROSTLIVOSTI
PROGRAMU V ROKU 2024

8
krajov

PŮSOBÍME UŽ VO VŠETKÝCH
KRAJOCH NA SLOVENSKU

31
centier

UŽ NADVIAZALO SPOLUPRÁCU
S PROGRAMOM BUDDY

1000
detí

STÁLE ČAKÁ NA SVOJHO
BUDDY DOBROVOLNÍKA

Skutočná pomoc, nielen dobrý pocit: **Metóda podložená vedou a dôkazmi**

Aplikujeme najlepšie poznatky z výskumu,
ktorými zabezpečujeme neustály rozvoj a bezpečnosť detí.

NA DŮKAZOCH ZALOŽENÝ PRÍSTUP

1957 Bowlbyho Teória
vzťahovej väzby

75 rokov trvajúca
Harvardská štúdia
o vývoji



KVALITA A SKÚSENOSTI ZO ZAHRANIČIA

Dotazníky YMS
(Youth Mentoring Survey)
a MCQ
(Match Characteristics
Questionnaire)
najkomplexnejšie nástroje
na meranie kvality vzťahu
Nástroj Hviezda
(Outcomes Star)



Mentoring od podobnej
organizácie Big Brother
Big Sister z USA
(CEO/Arizona)



DLHODOBÝ VÝSKUM VPLYVU PROGRAMU

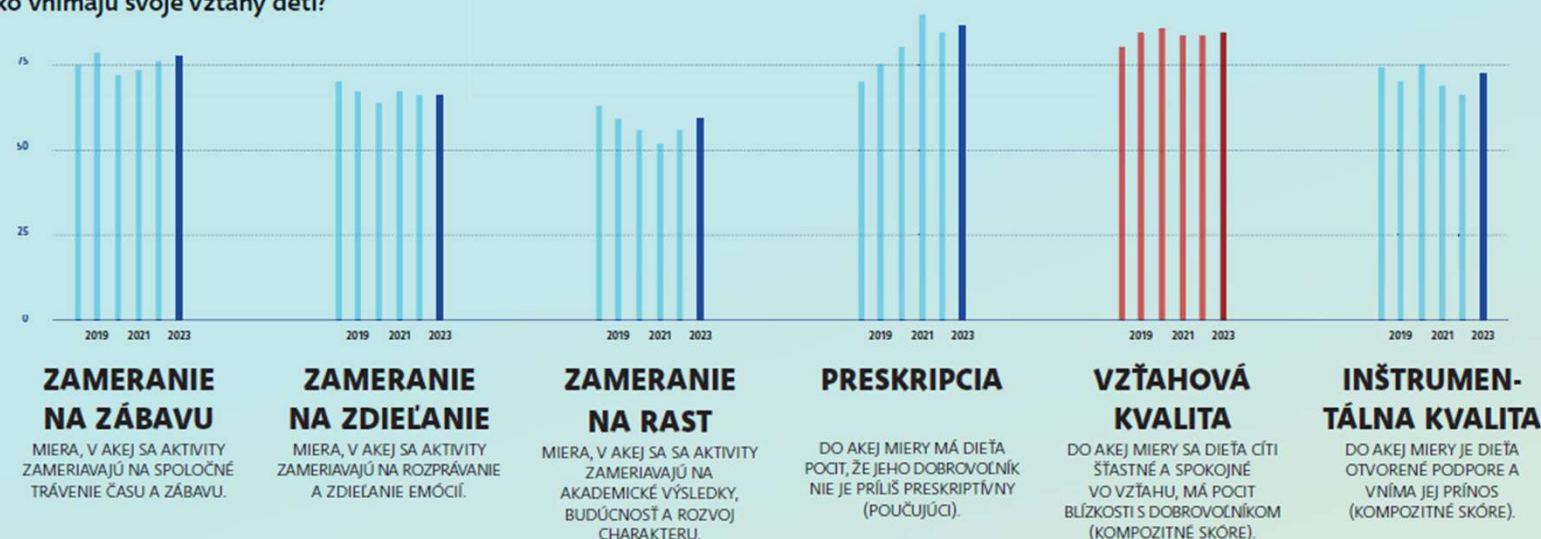
V roku 2020 sme spustili
experimentálne
hodnotenie programu
BUDDY v spolupráci so
Slovenskou Akadémiou
Vied a profesorkou na
Fordham University.



Deti:

Vedecký prínos

Ako vnímajú svoje vzťahy deti?



„Výsledky nezávislého hodnotenia ARC potvrdzujú, že BUDDY program vytvára a udržuje silné vzťahy, vďaka čomu je možný rozvoj dieťaťa.“

- Priemerné skóre narástlo vo všetkých oblastiach v porovnaní s rokom 2022.
- Kvalita vzťahov je podobná, ako v predchádzajúcich rokoch, čo naznačuje spokojnosť detí s ich dobrovoľníkmi.
- Dobrovoľníci sú o niečo menej preskriptívni ako v roku 2022, čo vnímame pozitívne pre vzťahy detí s ich dobrovoľníkmi.
- Pozitívny trend v schopnosti prijať deti také, aké sú, je reflexiou kvalitného výberu, školení a starostlivosti o dobrovoľníkov.
- Deti vnímajú aktivity, ktoré robia s ich BUDDY dobrovoľníkmi, viac orientované na zábavu a zdieľanie ako rast.

V roku 2018 ARC nezávisle vyhodnotila BUDDY program, ktorý porovnávala s podobnými komunitnými programami. ARC má dvadsaťročnú skúsenosť s hodnotením mentoringových programov a spolu s University of Pennsylvania v USA vyvinula komplexné štandardizované nástroje na sledovanie kvality vzťahov. Od roku 2018 používame tieto nástroje každý rok na sledovanie kvality vzťahov z pohľadu detí a ich dobrovoľníkov.

*Interný prieskum so štandardizovaným dotazníkom pre deti: Youth Mentoring Survey 2023 (61 odpovedí)

Čo je super na mojom BUDDY dobrovoľníkovi?

85%
PODPORÍ

85% opýtaných detí povedalo,
že ich BUDDY dobrovoľník
vie utešiť, keď mu hovoria
o svojich problémoch

98%
ROBÍ ŠĽASTNÝM

98% opýtaných detí povedalo,
že sú vďaka dobrovoľníkovi
šťastnejšie

87%
POČÚVA

87% opýtaných detí povedalo,
že ich BUDDY dobrovoľník
počúva viac ako iní dospelí

Zdroj: Interný prieskum so štandardizovaným dotazníkom pre deti – Youth Mentoring Survey, 2023 (61 odpovedí)

...ŽE MA POVZBUDUJE
Renáta (16)

...ŽE MÁ DOBRÉ SRDCE
Veronika (13)

...ŽE JE MILÝ A STAROSTLIVÝ AJ K DRUHÝM
Krištof (12)

...ŽE KEĎ JEJ NIEČO Poviem, TAK MA PODPORÍ
A NEJDE MA HNEĎ POČÚAť
Barbora (18)

...ŽE SI NA MŇA VŽDY NÁJDE ČAS
Tatiana (16)

...ŽE SA O MŇA ZAUJÍMA
Elizabet (16)

...ŽE JE MŮJ
Jakub (25)

...ŽE MA VIE POCHOPIŤ
Rebeka (14)

...ŽE MA EŠTE NESKLAMALA
Amélia (15)

...ŽE SA SNAŽÍ
Eščka (15)

...ŽE MA VNIĽMA, KEĎ SA
S ŇOU ROZPRÁVAM
Katka (18)

...ŽE SA SO MNOU SMEJE
Veronika (13)

...ŽE KEĎ NIEČO NEVIEM,
TAK MI TO VYSVETLÍ
Linda (12)



BUDDY vzťah lieči a učí opäť dôverovať

Lívia to nemala v živote ľahké, ku svojej rodine nemá blízky vzťah.

Ani začiatok ich vzťahu nebol jednoduchý. Aj keď si Lívia a Simona na prvom spoločnom stretnutí porozumeli, u Lívie zvíťazil **strach z opätovného sklamaní**. Bála sa **dôverovať** novému človeku. Nevedela, či to s ňou Simona myslí vážne, a či tam naozaj pri nej bude aj v ťažkých situáciách, aj tých veselých. Dlhé štyri mesiace odmietala stretnutia, až kým si nepovedala, že **dá novému priateľstvu šancu**.

Lívia od malička rada jazdila na koňoch, no kvôli zraneniu musela na dlhšiu dobu skončiť. Sima zariadila, aby si Lívia mohla ísť na celý deň zajazdiť na kone. To bol veľký prelom v ich vzťahu. Sima vedela, čo Líviu poteší a **spravila tak niečo, čo pre ňu ešte nikto pred tým nespravil**.

Lívia si na Simone najviac váži, že má na ňu **trpezlivosť** a zvládla to s ňou aj počas jej najťažšieho obdobia. Môže jej povedať, čo má na srdci. Sima je pre ňu sestra, mama a kamarátka v jednom.

Sima zas na Líviu obdivuje, že aj keď bola viackrát na dne, vždy sa pozbierala a posunula ďalej. Nič ju nezastaví. Taktiež je na ňu hrdá, aká skvelá mama sa z nej stala, a že často vie reagovať lepšie ako ona, sú s dcérou zohraná dvojka.

Dnes sú obidve šťastné mamy krásnych detí, vzájomne si pomáhajú, rešpektujú sa a veria, že ich **priateľstvo vydrží navždy**.



Lívia a Simona - spolu už 6,5 roka

„Určite by som to odporučila každému dieťaťu zapojiť sa do programu BUDDY. Po tom, čo si každé dieťa zažije, je to taký fajn pocit mať niekoho, o koho sa môže človek oprieť. Má niekoho pri sebe.“

Lívia
(BUDDY mladá dospelá, 22 rokov)



Zmena, ktorú na deťoch vidieť

Dieťa pred BUDDY vzťahom nie je to isté dieťa ako to, ktoré sa na svojho BUDDY dobrovoľníka môže spoľahnúť. Rozdiely popisujú ľudia, ktorí sú deťom najbližšie, takto:

Zmena, ktorú si všimli
DOBROVOĽNÍCI

• Trávia s deťmi
cca 4 hodiny týždenne

- zrelosť
- schopnosť dôverovať
- lepšie vzťahy s inými

Na tomto sa
ZHODUJÚ

- aktivizácia a väčšia motivácia
- väčšia samostatnosť
- zmena správania a lepšia regulácia emócií
- deti sú šťastnejšie a spokojnejšie
- zlepšenie v škole a v zručnostiach
- vyššie sebavedomie, dôvera v seba
- zmena postojov, iný pohľad na svet
- otvorenosť a schopnosť komunikovať svoje potreby

Rozdiel, ktorý vidia
**VYCHOVÁVATELIA
v CDR**

• Starajú sa o deti
každý deň

- zrealnenie
- cítia, že sú dôležité, že na nich záleží
- majú vzor, blízku osobu a podporu pri životných rozhodnutiach

Zdroj: Interný prieskum so štandardizovaným dotazníkom pre dobrovoľníkov – Match Characteristics Questionnaire, 2022 (74 odpovedí) a ročný dotazník s vychovávateľmi Centier o BUDDY dvojiciach (53 odpovedí).

BUDDY pomáha deťom lepšie žiť



VZŤAHY

„Začala som byť viac zhovorčivá, usmievavá. Som menej smutná, viac som „živá“, odkedy sme spolu.“

Tamara (13)

UPOKOJENIE

„Keď mám nervy, tak sa upokojím, lebo si spomeniem na ňu.“

Erika (16)

ZODPOVEDNOSŤ

„Lepšie sa učím v škole a viac sa hýbem.“

Roman (15)

SEBAVEDOMIE

„Menej sa hanbím. Mám menší stres, keď napr. recitujem (poradila mi rôzne techniky na zvládanie stresu).“

Helena (15)

ODOLNOSŤ

„Menej úzkostí mám, viem ich lepšie zvládať.“

Šimon (18)

KVALITA ŽIVOTA

„Ukázala mi, že život sa dá prežiť aj inak a nie trápením. Vďaka nej je mi lepšie.“

Sofia (16)

BLÍZKOSŤ

„Mám pocit, že dostávam lásku. Mám lepšiu náladu.“

Nikola (17)

DÔVERA

„Rozprávame sa o veciach, ktoré by som nikomu nepovedala.“

Lucia (17)

SPRÁVANIE

„Som menej drzá ako predtým. Trochu som si zlepšila vzťah s mamou.“

Alica (15)

PODPORA

„Chápe ma, vie mi pomôcť, povzbudzuje ma. Vždy si na mňa nájde čas. Zaujímať ju.“

Dominika (16)

Všetko, čo nám život postavil do cesty, sme spolu zvládli lepšie

Milan je blond štyridsiatnik z Bratislavy, ktorý má jednu staršiu sestru, pracuje v office, obľubuje hudbu, organizovanie festivalov, tanec či autá.

Adam je vyšportovaný tmavý tridsaťročný muž, ktorý od troch rokov vyrastal v detskom domove, má mnoho nevlastných súrodencov a dnes je odborník na lakovanie prémiových áut.

Okrem túžby žiť naplno a byť k ľuďom dobrí ich spája aj čosi iné. Tým je výnimočné priateľstvo vtedy ešte dieťaťa z detského domova so starším kamošom zo sveta „tam vonku“, ktoré vzniklo pred vyše sedemnástimi rokmi a inšpirovalo vznik programu BUDDY na Slovensku.



Ako ste sa spoznali?

Milan: Dnes už je dobre známe, že Laci Kossár založil PRO VIDU s túžbou reálne pomáhať deťom z detského domova. Jednou z aktivít, ktorou sa program chcel za pomoci dobrovoľníkov deťom priblížiť, bolo doučovanie základných zručností ako napríklad pracovať s počítačom či napísať si svoje CVčko. A tak som sa dostal do detského domova ja spolu s ďalšími siedmimi kolegami z medzinárodného IT korporátu a chuťou odovzdávať naše vedomosti ďalej.

Adam: Pamätám si, že ma Milan zaujal množstvom koníčkov, ktoré v tom čase mal a tiež tým, že z neho sršala dobrá energia. Aj po skončení kurzu chodil za mnou na návštevu a naše kamarátsstvo začalo rást prirodzene. Bolo autentické, spontánne a nikto sa na nič nehral. Nechali sme to plynúť. Ja som bol vtedy mladý puberták, ktorého veľmi zaujímal svet tam vonku. A Milan bol pre mňa akýsi čerstvý vánok inšpirácie.

Čím bolo v tom čase vaše priateľstvo výnimočné?

Milan: S dečkami z decáku sa zvyčajne stretávajú dospelí ľudia, ktorí sú za to platení. Lekári, opatrovatelky, psychológovia či sociálni kurátori. Sice sú to vynikajúci ľudia, ale vždy sa ten vzťah buduje z pozície autority, a dečka sa s nimi baví inak. Ja som s Adamom trávil svoj voľný čas. A venoval som mu pozornosť, ktorá deťom z detského domova nesmierne chýba.

Adam: Postupne som spoznal Milanových priateľov a rodinu. Chodili sme na výlety, koncerty, rozprávali sa a spolu objavovali svet. Jednoducho ako kamoši.

Deti: Po odchode z inštitúcie

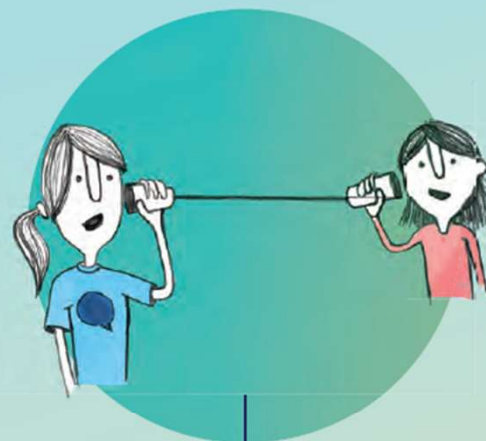
Dávame **DEŤOM** schopnosť žiť lepší, plnohodnotnejší život



92%
má bývanie*



92%
má prácu / študuje / materská



100%
je v kontakte so svojim
BUDDY dobrovoľníkom

zdroj: Interné hodnotenie, Dotazník pre 28 detí, ktoré sú aktívne zapojené v programe a majú aspoň 18 rokov (18-25 rokov).

„PROGRAM BUDDY, VYTRVAJTE
A POKRAČUJTE DALEJ...“

„ROBÍTE TO SUPER!
ĎAKUJEME, ŽE STE...“

„VEĽMI OCEŇUJEM VAŠU PRÁCU,
PODĽA MŇA BY KAŽDÉ DIEŤA MALO
MAŤ BUDDYHO, JE TO PRE NEHO
LEN PRÍNOSOM.“

Centrá pre deti a rodiny

100%

centier odporúča BUDDY



Upokojenie a bezpečie

Zdenka Klasová je desiaty rok riaditeľkou Centra pre deti a rodiny v Malackách, ktoré je už sedem rokov zapojené v programe BUDDY.

Túto skúsenosť si nevie vynachváliť. V rozhovore nám potvrdila, že „mnohé deti s problémovým správaním sa vďaka pravidelnému a blízkeho kontaktu so svojím BUDDY dobrovoľníkom upokojili a nadobudli pocit bezpečia“.



Vychovávateľa o deťoch:

KATEGÓRIA: LEPŠIE SPRÁVANIE,
UPOKOJENIE, SCHOPNOSŤ
REGULOVAŤ SVOJE EMÓCIE,
REZILIENCIA

„Prínosom je v prvom rade to, že deti vďaka tomuto programu **majú osobu, ktorá im venuje svoju plnú pozornosť a nemusia sa o ňu deliť** s ostatnými deťmi v skupine. Takáto "jednoduchá" vec týmto deťom často chýba, aj keď to nahlas nevyslovia ale **je možné to pozorovať na ich správaní.**"

„Počas realizovania stretnutí v pravidelných intervaloch bola pokojnejšia - pravidelnosť jej priniesla aspoň určitú mieru predvídateľnosti.“

„dieťa je **spokojnejšie, kludnejšie, lepšie zvláda stresové a záťažové situácie**"

Čo mi **BUDDY** dobrovoľníctvo dáva?



„Stačí tak málo - trochu viac času a vieme ukázať dieťaťu iný pohľad na svet a ľudí naokolo.“

Ján Malega (38)
BUDDY v Košiciach



„Pomôcť dieťaťu tým, že mu dáme svoj čas, je to najkrajšie! Naozaj to vnímajú a postupne si začínajú uvedomovať, že majú niekoho v dobrom aj v zlom do života.“

Barbora Linde (36)
BUDDY v Považskej Bystrici



„Každý by mal raz za čas vyjsť zo svojej komfortnej zóny. Najcennejší je čas, ktorý niekomu darujeme - máme ho všetci tak málo, každý sa niekam ženie a povie si, že toto by nestíhal. Dá sa to bez problémov. Je to o prioritách.“

Jana Kropáčková (40)
BUDDY v Košiciach

LEPŠÍ SVET

VĎAČNOSŤ

INÝ POHĽAD NA ŽIVOT

SEBAPOZNANIE

NADHĽAD

SEBAREFLEXIA

MOŽNOSŤ REALIZOVAŤ SA

PEVNÉ NERVY

RADOŠŤ Z MALÍČKOSTÍ

ZLEPŠENIE KOMUNIKÁCIE

POKORA

NOVÉ VEDOMOSTI

INÝ POHĽAD NA PROBLÉMY

VÁŽENIE SI SVOJICH BLÍZKYCH

POCIT UŽITOČNOSTI A ZMYSLU

SPOZNÁVANIE NOVÝCH ĽUDÍ

MOŽNOSŤ BYŤ LEPŠÍM ČLOVEKOM



VĎAKA
DOBROVOĽNÍCTVU
RASTIEM.

Čo nás učia BUDDY deti?



VÁŽIŤ SI TO, ČO MÁM, A VEDIEŤ SA
LEPŠIE OVLÁDAŤ A TRPEZLIVO REAGOVAŤ.

Zuzana Ondrová (32)
Nitra



ŽE JEDINÉ, ČO JE ISTÉ, JE ZMENA.
ŽE AJ ČLOVEK, KTORÝ NIE JE INTELEKTUÁL,
MÔŽE BYŤ V MNOHÝCH VECIACH ŠIKOVNEJŠÍ
AKO JA. A ŽE V **JEDNODUCHOSTI JE NAOZAJ
KRÁSA**.

Simona Rezníková (43)
Trnava



ŽE NEZÁLEŽÍ, Z AKÝCH PODMIENOK ČLOVEK
VYCHÁDZA, ALE AKO SA K VECIAM POSTAVÍ
A AKO JE OCHOTNÝ ICH ZVLÁDAŤ.

Dominika Kobetík Colombová (30)
Trnava



ŽE OBČAS STAČÍ NAHODIŤ VECI DO VZDUCHU
A LEN POČOŤ A ČLOVEK SA DOZVIE
OVEĽA VIAC, NEŽ KEĎ KLADE OTÁZKY.

Peter Vácz (46)
Bemolákovce



ÚPRIMNOSŤ A SCHOPNOSŤ JEDNODUCHO
VYJADRIŤ TO, ČO MOŽNO NIEKEDY
ZBYTOČNE KOMPLIKUJEME.

Svetlana Zimanová (45)
Bratislava



DETI MA ČASTO UČIA VIAC, AKO UČÍM JA ICH.
NÁŠ VZŤAH MA UČÍ, AKÚ MÁME MY DOSPELÁCI
OHROMNÚ MOC A SILU MENIŤ INÝM, EŠTE
NEDOSPELÝM BYTOSTIAM, ICH ŽIVOTY.

Terézia Kovaničová (31)
Bratislava



TRPEZLIVOSŤ. NAJPRV POCHOPIŤ A POTOM SÚDIŤ.
A HLAVNE, VŽDY HĽADAŤ A PODPORIŤ TO DOBRÉ,
NIE POUKAZOVAŤ NA CHYBY A NEDOSTATKY.

Irena Ravasová (63)
Holíč



ŽE NIEKEDY STAČÍ **LEN POČOŤ**,
NETREBA NA VŠETKO REAGOVAŤ.

Lucia Šubová (47)
Poprad



ŽE VŠETKO ZLÉ SA RAZ SKONČÍ.

Martin Feldáč (42)
Bratislava



NASTAVILA MI ZRKADLO, AKO BY SA RODINA MALA SPRÁVAŤ.
NAUČILA MA ÚPRIMNEJ VŤAČNOSTI A TOMU, ŽE NAJDÔLEŽITEJŠÍ
NIE JE MAJETOK, ALE DAROVANÝ ČAS VO VZŤAHU.

Zuzana Hudáková (58)
Košice



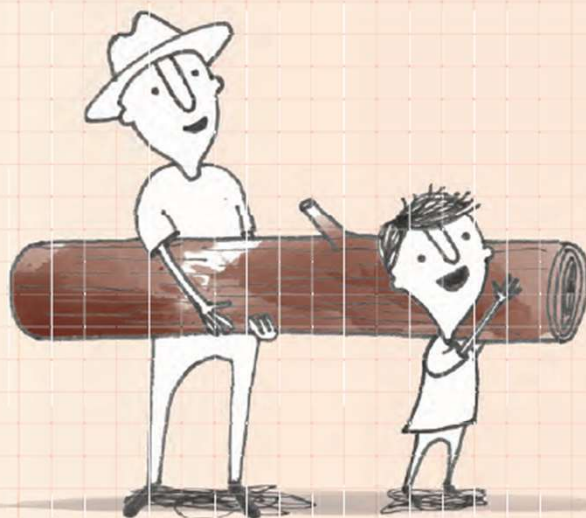
SPONTÁNNOSŤ. DETI SÚ PRIRODZENÉ AUTENTICKÉ - SNAŽÍM SA
O TO AJ JA. DOSPELÍ SI ČASTO ZBYTOČNE KOMPLIKUJEME ŽIVOT
PRETVÁRKOU A NEÚPRIMNOSŤOU. BYŤ ÚPRIMNÝ JE OSLOBODZUJÚCE.

Jana Kropáčková (41)
Košice



Zdroj: Interný prieskum so štandardizovaným dotazníkom pre dobrovoľníkov
Match Characteristics Questionnaire, 2024 (81 odpovedí)

Čo si dobrovoľníci na deťoch cenia?



„VŠETKO :-)
ŽE JE TAKÁ, AKÁ JE.“

JEJ VNÚTORNÚ SILU.“

„ŽE JE POZITÍVNE MYSLIACA
OSÔBKA, KTORÁ SA TEŠÍ Z MALÍČKOSTÍ.
JE DOBROSŔDEČNÁ, MILÁ, OCHOTNÁ
POMÔCŤ OSTATNÝM.“

„ŽE JE.“

„UČÍ MA
NOVÝM VECIAM.“

„JE MI INŠPIRÁCIU, AKO JE ROZHĽADENÁ
V RÔZNYCH TÉMACH NA JEJ VEK,
A MÁ POTENCIÁL NA MNOHO RÔZNYCH AJ UMELECKÝCH VECÍ,
MALÝ VEKÝ ČLOVEK, AJ KEĎ SI TO SAMA ASI NEUVEDOMUJE.“

83%

**dobrovoľníkov by odporučilo
BUDDY dobrovoľníctvo iným**

Interný prieskum so štandardizovaným dotazníkom pre deti: Youth Mentoring Survey 2023 (61 odpovedí)



„Mňa už nemôžete lepšie podporiť, ale pre iné deti, aby ste sa im venovali tak ako mne a našli viac dobrovoľníkov, aby každé dieťa malo dobrovoľníka.“

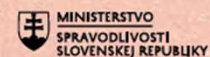
Nina, 24 rokov, Bemerákov
7 rokov so svojou
BUDDY dobrovoľníčkou

Ďakujeme



- 216 BUDDY DOBROVOĽNÍKOM
- VIAC AKO 300 INDIVIDUÁLNYM A FIREMNÝM PODPOROVATEĽOM
- 31 SPOLUPRACUJÚCIM CDR
- INTERNEMU BUDDY TÍMU A EXTERNÝM SPOLUPRACOVNÍKOM
- VŠETkým PRIAZNIVCOM A ŠIRITEĽOM MYŠLIENKY BUDDY

FIREMNÁ A NADAČNÁ PODPORA



Prečo nás podporuješ?

30

„BUDDY PRINÁŠA REÁLNU HODNOTU
PRE DETI Z DETSKÝCH DOMOV
A ROBIA TO SPRÁVNI ĽUDIA.“

Marek Šášik, Slovenská sporiteľňa
už 11 rokov podporovateľ programu BUDDY



„PRETOŽE PRE DETI Z CDR JE TO SUPER PRÍLEŽITOSŤ
ZAČLENÍŤ SA DO NORMÁLNEHO ŽIVOTA. MAJÚ PRIATEĽA,
NA KTORÉHO SA MÔŽU VŽDY SPOĽAHNÚŤ. AJ SAMOTNÉ
VÝSLEDKY PROJEKTU HOVORIA ZA VŠETKO.“

„SKVELÝ PROJEKT SO SKVELOU
MÝSLIENKOU, VEDENÝ SKVELÝM
ČLOVEKOM.“

„LEBO AJ NAPRIEK TOMU, ŽE IDE MIMO
SYSTÉM, JE TO SYSTEMATICKÉ RIEŠENIE
ZDANLIVO NEVIDITEĽNÉHO, ALE
ZÁVAŽNÉHO PROBLÉMU.“

„PRETOŽE OSOBNÉ POZNÁM OBOCH ZAKLADATEĽOV
A VIEM, ŽE TO ROBIA POCTIVO A OD SRDCA
A PROFESIONÁLNE. A AJ PRETO, ŽE SAMÁ SOM
MALA TÚ ČESŤ SA S NIEKTORÝMI DEŤMI SPOZNAŤ
A VIEM, AKÉ VÝŽIVNÉ TO MÔŽE BYŤ PRE NÁŠ
VLASTNÝ OSOBNOSTNÝ RAST A VŤAČNOSŤ ZA TO,
ČO MÁME.“

„VEĽMI VERÍM MÝSLIENKE BUDDY A ŽELAL BY SOM
SI, ABY PROGRAM MOHOL POMÔCŤ VIAC DEŤOM.
ALE AJ PRETO, ŽE SPÔSOB, AKO SA BUDDY SNAŽÍ
NAUČIŤ MLADÉHO ČLOVEKA „CHYTAŤ RYBY“ A IBA
IM „RYBY NEDÁVA“, POVAŽUJEM ZA VEĽMI SPRÁVNÝ.“

VGP
FOUNDATION

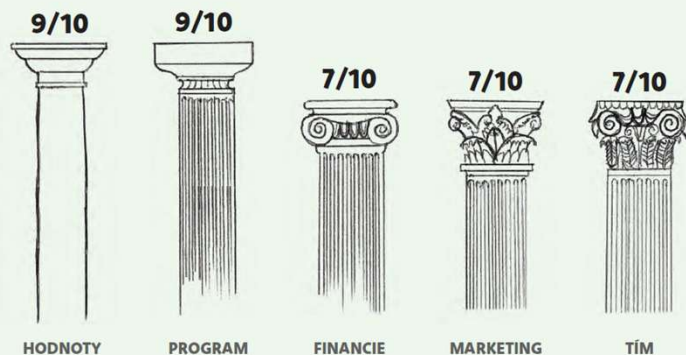
97%

„VO VGP FOUNDATION VERÍME, ŽE KAŽDE DIEŤA POTREBUJE A ZASLŮŽI SI PODPORU,
ABY NAŠLO SVOJU CESTU K ZMYSLOPLNÉMU ŽIVOTU. PRÁVE PRETO PODPORUJEME
PROFESIONÁLNY TÍM A DOBROVOĽNÍKOV V PROGRAME BUDDY V ICH SNAHE POMÔCŤ
DEŤOM, KTORÉ NEMÔŽU VYRASTAŤ VO VLASTNEJ RODINE.“

BUDDY podporovateľov by odporučilo
iným, aby nás podporili finančne alebo
ako dobrovoľníci

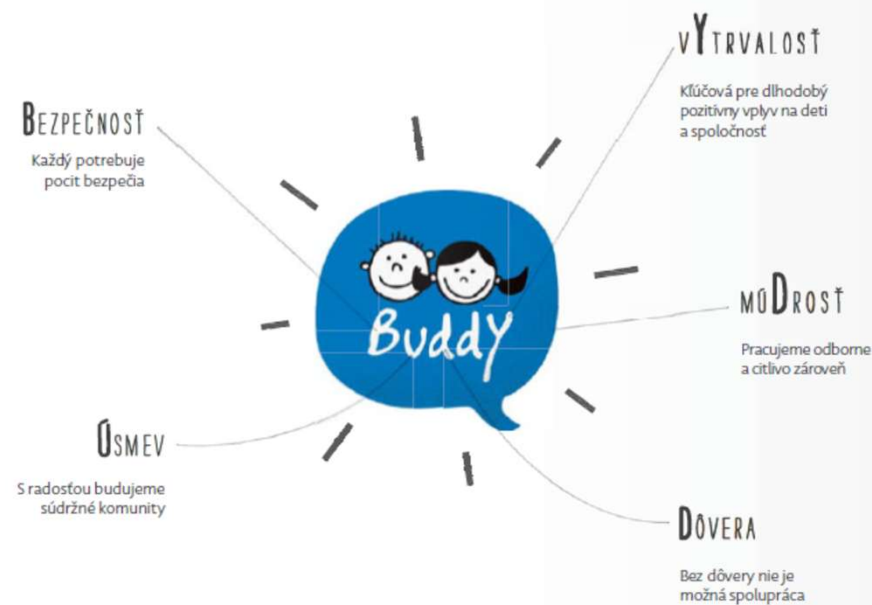
Zdroj: Dotazník spätnej väzby od podporovateľov (57 odpovedí)

Udržateľnosť:
Holistický prístup



BUDDY **hodnoty**

Hodnoty, ktoré zdieľame, sú našou oporou pri naplňaní našej vízie samostatnej budúcnosti detí z Centier pre deti a rodiny.





Značka, ktorá šíri lásku

#everybody needs some buddy



buddying

[badi ink] - verb

Like mentoring, friendship and family combined.
Just being together and learning.
Challenging and fun.

See also: time, patience, trust, love





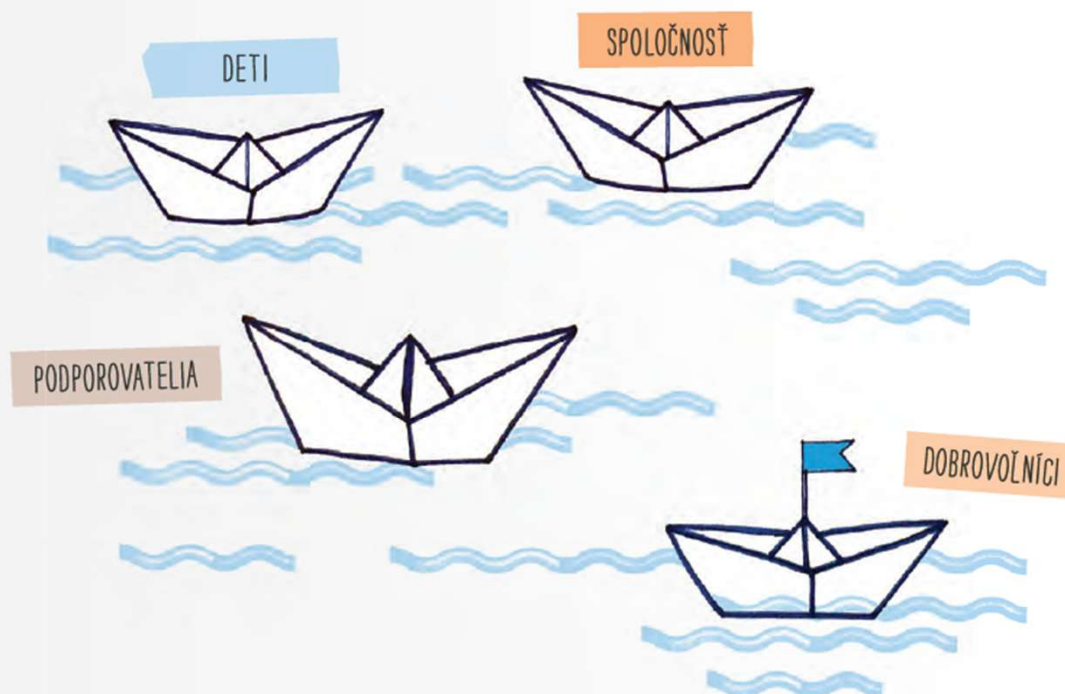
**Ak chceš ísť rýchlo, chod' sám.
Ak chceš ísť d'aleko, chod'te spolu.**

(African proverb)

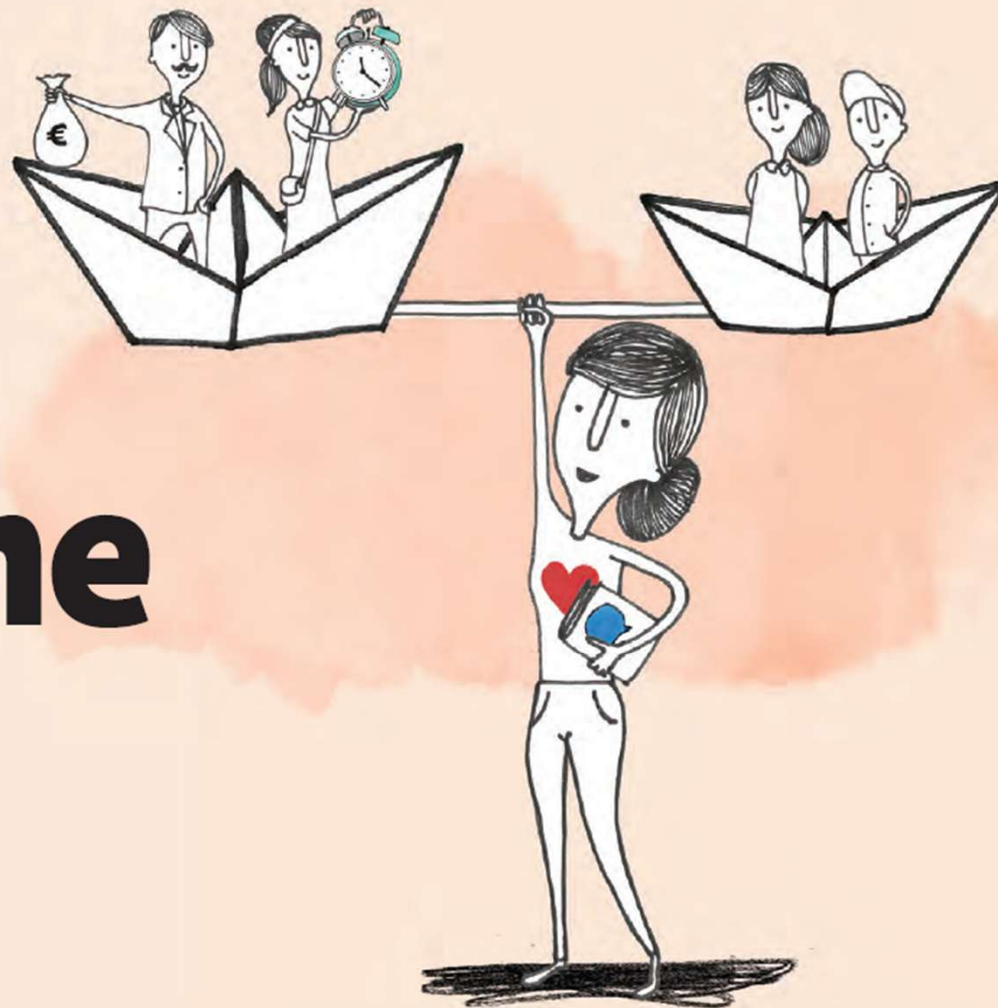
BUDDY vplyv na spoločnosť:

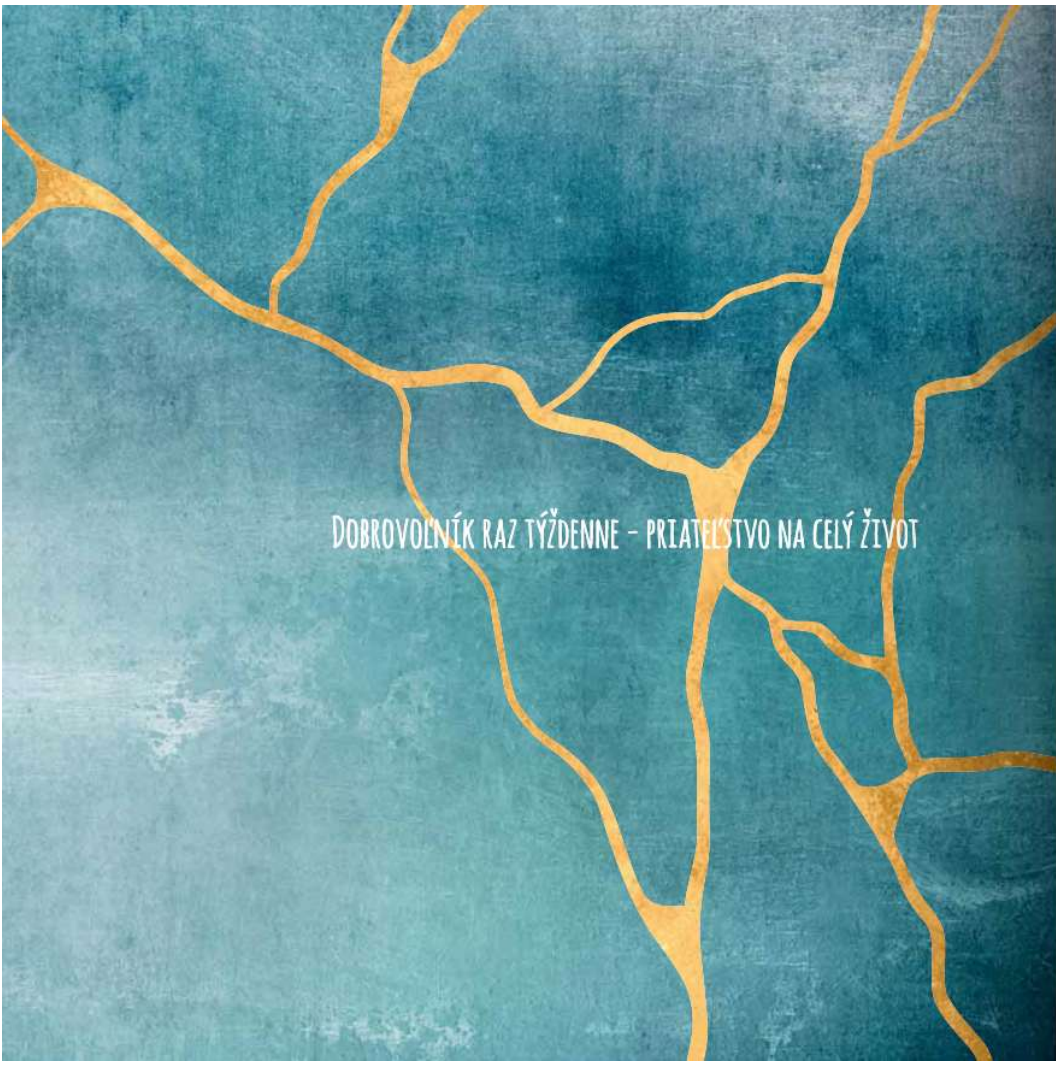
„Stúpajúci príliv zdvíha všetky člny.“

(John F. Kennedy)



Tvoríme celok



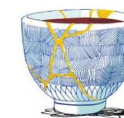


DOBROVOLNÍK RAZ TÝŽDENNE – PRIATEĽSTVO NA CELÝ ŽIVOT

Časom tvoríme krásu

V starodávnom japonskom umení kincugi sa rozbitá keramická miska zlatom zloží do pôvodného stavu. Vzniká niečo nové, častokrát možno aj krajšie než to pôvodné, čo opäť slúži svojmu účelu.

V programe BUDDY je čas a priateľstvo tým zlatom, ktoré mení životy deťom vyrastajúcim mimo svojich rodín. Prináša im krásu dobrého vzťahu a deti sa stávajú v dospelosti plnohodnotnejšími členmi našej spoločnosti.



**Naším snom je, aby každé dieťa,
ktoré nevyrastá vo svojej rodine,
malo aspoň jednu osobu, ktorej
dôveruje a vedelo žiť samostatný
a dôstojný život.**

CHCEM POMÔČŤ



ČASOM

Buď BUDDY a daruj jednému dieťaťu z detského domova to najcennejšie - svoj čas.

ZISTI VIAC



Z DANÍ

V tomto období nás môžeš podporiť aj darovaním svojich 2 % alebo 3 % z daní.

ZISTI VIAC



FINANČNE

Prispej nám finančne a my nájdeme a vyškolíme tých, ktorí deťom venujú svoj čas.

ZISTI VIAC



ODBORNE

Pomôž nám tým, čo ti ide najlepšie. Staň sa naším kolegom alebo dobrovoľným spolupracovníkom.

ZISTI VIAC



ZBIERKOU

Vytvor si vlastnú darcovskú výzvu, zdieľaj ju medzi priateľmi a pomôž nám získať ďalšie dary.

ZISTI VIAC



Hľadáme dobrovoľníčky
a dobrovoľníkov
už na celom Slovensku





NAME: **XXXXXXXXXX**
BUDDY - CH. FIVE

Ďakujeme



**„Nemôžeš zmeniť celý svet,
ale môžeš zmeniť celý svet
jednému človeku.“**

Paul Shane Spear