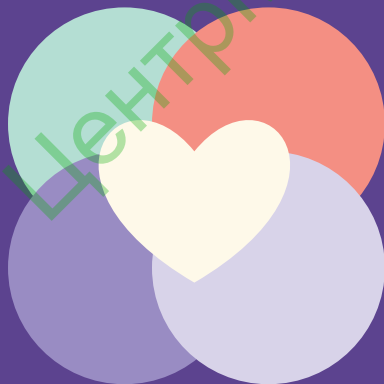


ЛИЧНАЯ ИСТОРИЯ ДОБРЫХ ДЕЛ

КНИЖКА УЧАСТНИКА

ВОЛОНТЁРСКОГО ДВИЖЕНИЯ



УЧАСТВУЙ • ПОМОГАЙ • РАЗВИВАЙСЯ

Книжка № _____

20__ / 20__

Важен каждый добрый поступок

01

Заполни профиль

Укажи объединение, интересы и ссылку на электронный профиль.

02

Записывай участие

Один номер на развороте — одно событие. Дата, задача и результат помогают увидеть твой вклад.

03

Подтверждай часы

Уточни учёт у организатора. Бумажная запись сама по себе не переносит часы на Добро.рф.

04

Собирай портфолио

Добавляй обучение, навыки, благодарности и планы на следующий этап.

Мой профиль

Книжка участника волонтерского движения

Фамилия

Имя, отчество (при наличии)

Город / населённый пункт

Организация / учебное заведение / объединение

ID или короткая ссылка профиля на Добро.рф

Дата выдачи

Номер книжки

Подпись участника

Ответственный за выдачу

Контакты координатора: стр. 27. Поля заполняются по необходимости.

Где я могу помочь

Отметь интересы и допиши своё направление

- ☐ Помощь людям и забота о старших
- ☐ Дети, образование и наставничество
- ☐ Экология и городская среда
- ☐ Помощь животным
- ☐ Культура и историческая память
- ☐ Спорт и общественные события
- ☐ Здоровый образ жизни
- ☐ Медиа, дизайн и цифровая помощь

Другое направление

Удобный формат

- ☐ очно
- ☐ онлайн
- ☐ смешанный

Перед участием

Короткий список для подготовки к событию

☐ Задача понятна

Уточни роль, место, время и контакт координатора.

☐ Условия подходят

Согласуй возрастные требования, доступность площадки и необходимые документы.

☐ Инструктаж пройден

Узнай правила площадки. Бери задачи по своим навыкам и подготовке.

☐ Помощь уважительна

Спроси, нужна ли помощь. Береги личную информацию и согласуй фото.

☐ Есть силы и время

Планируй перерывы; при усталости или трудностях сообщи координатору.

После события: уточни часы, поблагодари команду и запиши, чему научился.

Участие в событиях

Записи 01-04 • продолжение справа

01	Дата _____	Напр. _____
Событие / проект _____		
Организатор _____		
Место / онлайн _____		
02	Дата _____	Напр. _____
Событие / проект _____		
Организатор _____		
Место / онлайн _____		
03	Дата _____	Напр. _____
Событие / проект _____		
Организатор _____		
Место / онлайн _____		
04	Дата _____	Напр. _____
Событие / проект _____		
Организатор _____		
Место / онлайн _____		

Направление: например, экология, культура, помощь людям.

Мой вклад и часы

К записям 01–04 на странице слева

01	Моя задача	_____
	Результат	_____
	Часы	ID записи / ссылка _____
	ФИО / подпись	_____
02	Моя задача	_____
	Результат	_____
	Часы	ID записи / ссылка _____
	ФИО / подпись	_____
03	Моя задача	_____
	Результат	_____
	Часы	ID записи / ссылка _____
	ФИО / подпись	_____
04	Моя задача	_____
	Результат	_____
	Часы	ID записи / ссылка _____
	ФИО / подпись	_____

Подтверждение: ФИО и подпись либо ID записи. Печать при наличии.

Участие в событиях

Записи 05–08 • продолжение справа

05	Дата	_____	Напр.	_____
	Событие / проект	_____		
	Организатор	_____		
	Место / онлайн	_____		
06	Дата	_____	Напр.	_____
	Событие / проект	_____		
	Организатор	_____		
	Место / онлайн	_____		
07	Дата	_____	Напр.	_____
	Событие / проект	_____		
	Организатор	_____		
	Место / онлайн	_____		
08	Дата	_____	Напр.	_____
	Событие / проект	_____		
	Организатор	_____		
	Место / онлайн	_____		

Направление: например, экология, культура, помощь людям.

Мой вклад и часы

К записям 05–08 на странице слева

05	Моя задача		
	Результат		
	Часы	ID записи / ссылка	
	ФИО / подпись		
06	Моя задача		
	Результат		
	Часы	ID записи / ссылка	
	ФИО / подпись		
07	Моя задача		
	Результат		
	Часы	ID записи / ссылка	
	ФИО / подпись		
08	Моя задача		
	Результат		
	Часы	ID записи / ссылка	
	ФИО / подпись		

Подтверждение: ФИО и подпись либо ID записи. Печать при наличии.

Обучение и подготовка

Курсы, мастер-классы, тренинги и инструктажи

ОБУЧЕНИЕ 01

Дата / период

Часы обучения

Тема и организатор

Сертификат / ссылка / подтверждение

ОБУЧЕНИЕ 02

Дата / период

Часы обучения

Тема и организатор

Сертификат / ссылка / подтверждение

Часы обучения записывай отдельно от часов волонтёрского участия.
Каталог курсов: edu.dobro.ru.

Обучение и подготовка

Курсы, мастер-классы, тренинги и инструктажи

ОБУЧЕНИЕ 03

Дата / период

Часы обучения

Тема и организатор

Сертификат / ссылка / подтверждение

ОБУЧЕНИЕ 04

Дата / период

Часы обучения

Тема и организатор

Сертификат / ссылка / подтверждение

Часы обучения записывай отдельно от часов волонтерского участия.
Каталог курсов: edu.dobro.ru.

Мои навыки

Отмечай рост и сохраняй примеры из практики

НАВЫК	СТАРТ	СЕЙЧАС
Общение и работа в команде		
Организация и тайм-менеджмент		
Понимание задач и инициативность		
Забота и уважительное общение		
Медиа и цифровые инструменты		
Подготовка к безопасной работе		

Самооценка: 1 — знакомлюсь; 2 — делаю с поддержкой;
3 — действую самостоятельно. Это не квалификационный допуск.

Мой пример: что получилось и в каком событии

Благодарности

Награды, отзывы и рекомендации

Дата / кто отметил мой вклад

За что / название награды или отзыва

Документ / ссылка

Дата / кто отметил мой вклад

За что / название награды или отзыва

Документ / ссылка

Дата / кто отметил мой вклад

За что / название награды или отзыва

Документ / ссылка

Моя инициатива

От идеи к небольшому полезному действию

Кому и чем хочу помочь

Идея / название

Первый конкретный шаг

Кто поможет / что понадобится

Срок

Как пойму, что получилось

Что изменилось

Один период — несколько важных наблюдений

Период

Что мне удалось и кому это помогло

Чему я научился / научилась

Где мне нужна поддержка

Что хочу попробовать дальше

Итоги за год

Год: 20____ • заполняется по записям книжки

Месяц	Событий	Часы участия	Часы обучения
Январь			
Февраль			
Март			
Апрель			
Май			
Июнь			
Июль			
Август			
Сентябрь			
Октябрь			
Ноябрь			
Декабрь			
ИТОГО			

Учитывай одно событие один раз. Обучение и участие суммируй отдельно; часы сверяй с подтверждением организатора.

Моя команда

Рабочие контакты для связи по волонтерским задачам

Координатор объединения

Имя, организация

Рабочий телефон / почта / мессенджер

Организатор / наставник

Имя, организация

Рабочий телефон / почта / мессенджер

Канал команды / место встреч

Записывай контакты с согласия владельца. Не указывай здесь личные сведения людей, которым помогаешь.

Заметки и идеи

Что важно не забыть

ЦентрМаг

ЦентрМаг



ДОБРО НАЧИНАЕТСЯ С ТЕБЯ

Мои дела. Мой опыт. Моя команда.

Если книжка найдена, передайте её
в объединение или организатору:
