

## Ảnh chụp nhanh của Úc



Gần

**1 trong 2 người Úc trưởng thành** là tình nguyện viên

Số trung bình của giờ tình nguyện là **2,5 giờ mỗi tuần**

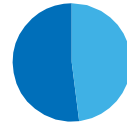
Giờ tình nguyện **đã tăng lên** trong thập kỷ qua

**94% tổ chức phi lợi nhuận** liên quan đến tình nguyện viên

## Ai tình nguyện?



Cộng đồng tình nguyện viên Canberracó học vấn cao, với **79% có bằng cấp đại học**



Trong ACT **gần một nửa số 35 - 44 tuổi** là tình nguyện viên



**56,8% thanh niên ở ACT** là những người tình nguyện, cao hơn mức trung bình quốc gia



**Gần 4 trong số 10 người ở ACT** đang tham gia vào hoạt động tình nguyện

Tháng 10 năm 2019

P (02) 6251 4060 E [info@volunteeringact.org.au](mailto:info@volunteeringact.org.au)

[volunteeringact.org.au](http://volunteeringact.org.au)



# TÌNH NGUYỆN TRONG HÀNH ĐỘNG

*ask us anything*

## Mọi người tình nguyện ở đâu?



Giáo dục



Trường hợp khẩn cấp Cứu trợ



Xã hội Dịch vụ



Tôn giáo



thể thao



môi trường



Sức khỏe

## Tình nguyện là gì?



Tình nguyện là thời gian sẵn sàng vì lợi ích chung và không thu được lợi nhuận về tài chính

## Làm thế nào bạn có thể tình nguyện?

### Tình nguyện chung

Sử dụng thời gian và kỹ năng của bạn để hỗ trợ tình nguyện viên liên quan đến các tổ chức ở Canberra. Khu vực với các hoạt động hàng ngày của họ, các chương trình và dự án.

### Sự kiện tình nguyện

Tình nguyện tham gia, tổ chức hoặc điều hành các sự kiện cộng đồng ở Vùng Canberra.

### Nhân viên tình nguyện

Sử dụng kiến thức chuyên môn cá nhân của bạn và trình độ để giúp các tổ chức cải tiến quản lý chung và các dự án hiện có, hoặc bắt đầu các dự án mới sẽ bổ sung thêm giá trị.

### Tình nguyện khẩn cấp

Tình nguyện viên trong thời gian khủng hoảng để hỗ trợ Vùng Canberra với phản hồi và phục hồi trong và sau khi cấp cứu.

### Tình nguyện môi trường

Hoạt động ngoài trời và hoạt động tình nguyện thời gian và năng lượng của bạn để giúp bảo vệ và phát triển môi trường

## Sẵn sàng tình nguyện?

Nếu bạn quan tâm đến hoạt động tình nguyện, chúng tôi có thể Cứu giúp! Bắt đầu ngay hôm nay bằng cách:



Ghé thăm trang web của chúng tôi tại **Volunteeringact.org.au** để xem các vai trò tình nguyện còn trống và nộp đơn trực tuyến ngay lập tức.



Gọi cho đường dây nóng thông tin của chúng tôi trên **(02) 6248 7988** cho hơn hỗ trợ điện thoại.



Tham gia **cộng đồng** của chúng tôi **Trung tâm thông tin** tại Trung tâm Griffin, Genge Street, Canberra, cho trong trợ giúp người.

Tình nguyện viên đóng một vai trò quan trọng trong việc tạo ra kết nối, đa dạng và bao gồm cộng đồng. Với tỷ lệ cao nhất là tình nguyện trong nước, ACT lợi ích rất nhiều từ công việc của tình nguyện viên đóng góp cho sức khỏe và hạnh phúc của cộng đồng Canberra.

**Tình nguyện viênACT** là cơ quan đỉnh cao cho thông tin tình nguyện và cộng đồng ở Vùng Canberra, cũng như một nhà cung cấp dịch vụ các chương trình cho mọi người gặp bất lợi và cô lập, người khuyết tật và những người cần hỗ trợ cho tinh thần khỏe mạnh. Chúng ta có một tầm nhìn về một Canberra toàn diện và sứ mệnh để thúc đẩy sự hòa nhập bằng cách cho phép sự tham gia và kết nối.

## Tại sao lại tình nguyện?

### Động lực cá nhân

Mọi người tình nguyện:

- vì sự hài lòng của cá nhân
- để giúp đỡ người khác hoặc cộng đồng
- làm điều gì đó đáng giá
- cảm thấy được kết nối với cộng đồng
- để hình thành các mối quan hệ mới
- vì hạnh phúc cá nhân
- để học các kỹ năng mới

### Tình nguyện & Hạnh phúc

- 96% tình nguyện viên nói rằng tình nguyện làm cho họ hạnh phúc
- 93% tình nguyện viên đạt được những thay đổi tích cực thông qua hoạt động tình nguyện
- Hoạt động tình nguyện bền vững có liên quan với sức khỏe tinh thần tốt hơn
- Kinh nghiệm giúp đỡ người khác cung cấp ý nghĩa, cảm giác về giá trị bản thân, một vai trò xã hội và nâng cao sức khỏe

### Giúp đỡ người khác

- Tình nguyện là điều quan trọng để cung cấp chương trình cộng đồng
- 86% tình nguyện viên tham gia vào các tổ chức cần thêm tình nguyện viên
- 57% nhân viên tình nguyện tham gia tổ chức là tình nguyện viên