



Ghidul voluntarului



Cuprins

Despre ghid	3
Cum te pregătești de o zi pe șantier	4
Măsuri de protecție împotriva COVID-19	5
Ce reguli de protecție trebuie să respecti	6
Cine suntem	8
Cum te poți implica și în viitor	9
Contacte utile	10

Habitat for Humanity România aduce oamenii împreună pentru a construi case, comunități și speranță.

În 25 de ani, 42.000 de voluntari ne-au ajutat să construim pe șantierele din țară.

Ghidul voluntarului este un instrument care ajută voluntarii să fie informați despre cum să se pregătească de o zi pe șantier, care sunt regulile obligatorii de protecție și cum pot rămâne aproape de misiunea noastră, prin acțiuni concrete.

Cum te pregătești de o zi pe șantier



Odihnă

Încearcă să te odihnești bine înainte de ziua de voluntariat. Trebuie să fii pe șantier la ora 08:00, iar programul de lucru se încheie la 17:00, deci vei avea nevoie de energie.



Îmbrăcăminte

Îmbracă-te corespunzător: cu haine comode, de care să nu îți pară rău dacă se strică, potrivite cu temperatura de afară. Ține cont că dimineața poate fi răcoare. Vino pregătit și cu o pelerină de ploaie/haină impermeabilă și încălță-te cu bocanci. Bijuteriile, ceasurile și alte obiecte de valoare trebuie lăsate acasă.



Atenție

Fii atent la instructajul de protecția muncii și urmează întocmai regulile șantierului. Poartă permanent echipamentul de protecție și nu uita că siguranța este cea mai importantă.

Măsuri de protecție împotriva COVID-19



Curățarea mâinilor

Curățați cât mai frecvent mâinile cu apă și săpun sau cu o soluție pe bază de alcool. Pe șantier vor fi puse la dizpoziție dezinfectanți.



Evitați să vă atingeți ochii, nasul și gura

Mâinile ating multe suprafețe și pot contacta viruși. Odată contaminate, mâinile pot transfera virusul la ochi, nas și gură.



Dacă aveți febră, tuse și dificultăți de respirație, solicitați asistență medicală din timp

Rămâi acasă dacă te simți rău.
Dacă simți că ai febră, tuse sau dificultăți de respirație pe șantier, anunță imediat echipa Habitat.

Ce reguli de protecție trebuie să respecti

Siguranța ta este cea mai importantă pentru noi. Toate persoanele aflate pe șantierul Habitat for Humanity România, fie că sunt voluntari sau specialiști în construcții, trebuie să respecte o serie de reguli de siguranță, de la care te rugăm să nu te abați:

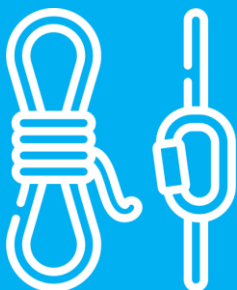
- Folosește întotdeauna echipamentul individual de protecție - cască de protecție, mănuși, ochelari. Pentru unele activități, va fi nevoie să porți un costum special și o mască de protecție.
- Dacă nu te simți confortabil cu lucrul la înălțime, te rugăm să anunți echipa Habitat. Ajutorul tău este deosebit de important și la sol.
- Nu ridica greutatea fără ajutorul colegilor de echipă!
- Nu atinge niciodată un cablu electric neizolat, poate fi periculos! Dacă observi un cablu electric care nu este conform, te rugăm să anunți imediat un membru al echipei Habitat.
- Nu folosi căști audio în timp ce lucrezi. Pentru a evita accidentele, ai nevoie să auzi ce se întâmplă în jurul tău.
- Fumatul este strict interzis pe șantier. Te rugăm să respecti această regulă și să fumezi doar în locurile special amenajate.
- Nu folosi telefonul mobil când lucrezi la înălțime.
- Consumul de alcool, stupefiante sau medicamente cu efect halucinogen sunt strict interzise pe șantierul Habitat sau în timpul unei zile de lucru.
- Spală-te pe mâini cât mai frecvent, mai ales înainte de a servi masa.



Protecție obligatorie a capului



Protecție obligatorie a mâinilor



**Protecție obligatorie împotriva
căderii de la înălțime**

Cine suntem

Habitat for Humanity România construiește locuințe decente pentru familii cu venituri reduse și ridică de la 0 sau reabilitează centre de utilitate publică în comunități vulnerabile.

Derulăm programe de prevenție și răspuns la dezastre naturale precum și programe de advocacy în domeniul locuirii sociale.

Lucrăm pentru o lume în care toți oamenii au posibilitatea să locuiască decent.

Din anul 1996 și până în prezent, am ajutat peste **100.000** de români să aibă un cămin primitiv și am construit sau reabilitat peste **5.000** de locuințe.

Proiectele sunt realizate cu sprijinul voluntarilor, iar în 25 de ani, peste **42.000** de voluntari români și străini au muncit pe șantierele Habitat din țară.

Citește mai multe despre activitatea noastră în [rapoartele anuale](#).



Cum te poți implica și în viitor



Voluntariat

Fii voluntar individual în proiectele Habitat for Humanity România. Scrie-ne la voluntar@habitat.ro



Teambuilding

Convinge-ți colegii și organizați împreună un teambuilding pe șantierul Habitat for Humanity România. Scrie-ne la daniel.mihalache@habitat.ro sau violeta.rusu@habitat.ro



Donații

Donează recurent sau fă o donație singulară pentru proiectele noastre:

- Trimite SMS cu textul „**HABITAT**” la **8845** și donează **2 euro** lunar;
- Donează lunar prin Debit Direct;
- Donează direct în contul nostru:

Asociația Habitat for Humanity România

IBAN: RO25 BRDE 050S V150 1751 0500

BRD Sucursala Oradea

- Redirecționează 3,5% din impozitul tău pe venit.
Completează [online formularul](#).



Creează-ți propria campanie de fundraising

Poți strânge donații pentru ziua ta de naștere, pentru o provocare sportivă sau pentru o campanie de fundraising în 30 de zile. Vezi opțiunile [aici](#).

Contacte utile

Adresa

Strada Naum Râmniceanu, nr. 45 A, et. 1, ap. 3, 011616, Sector 1,
București, România.

Daniel Mihalache

Corporate Partnerships Manager

+40 722 587 609

daniel.mihalache@habitat.ro

Violeta Rusu

Corporate Partnerships Manager

+40 722 644 394

Violeata.rusu@habitat.ro

Mădălina Neacșu

PR & Communication Specialist

+40 720 719 474

madalina.neacsu@habitat.ro

Gabriela Ciripială

Resource and Development Director

+40 727 599 507

gabriela.ciripiala@habitat.ro

Connect with us on social media

[Facebook](#)

[LinkedIn](#)

[Instagram](#)

Visit our website

[habitat.ro](#)