

Dlaczego warto być wolontariuszem?

Wolontariat stanowi jedną z podstawowych form aktywności obywatelskiej, polegającą na dobrowolnym i nieodpłatnym świadczeniu pracy na rzecz innych osób lub podmiotów działających w sferze pożytku publicznego. Zgodnie z Ustawą z dnia 24 kwietnia 2003 roku o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (t.j. Dz.U. z 2025 r. poz. 1338), wolontariusze mogą współpracować zarówno z organizacjami pozarządowymi, jak i instytucjami publicznymi.

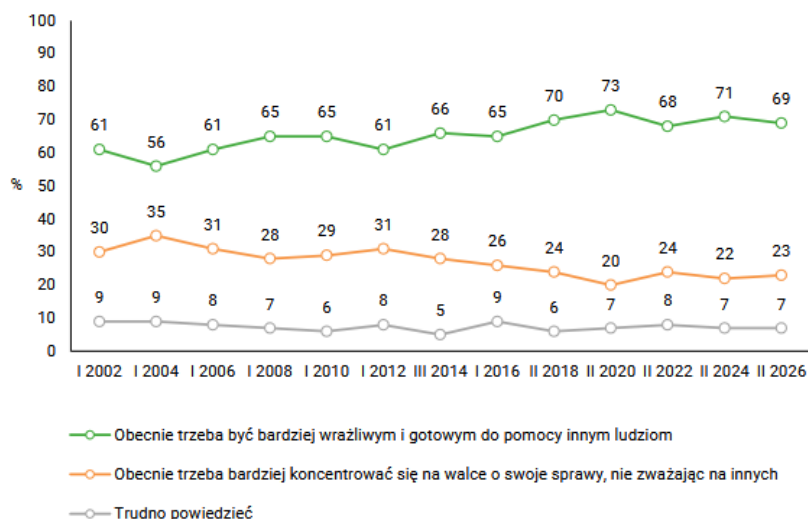
Działalność wolontaryjna opiera się na zasadach dobrowolności, solidarności społecznej oraz odpowiedzialności za wspólnotę. Może być realizowana w sposób systematyczny lub okazjonalny, w zależności od potrzeb organizacji oraz możliwości osoby zaangażowanej.

Wymiar społeczny zaangażowania w wolontariat

Jednym z najważniejszych powodów podejmowania działalności wolontariackiej jest możliwość realnego wpływu na otoczenie społeczne. Wolontariusze uczestniczą w działaniach na rzecz osób potrzebujących wsparcia, przyczyniają się do rozwiązywania problemów społecznych oraz wspierają funkcjonowanie instytucji realizujących zadania publiczne.

Wolontariat uzupełnia działania administracji publicznej, szczególnie w obszarach takich jak pomoc społeczna, edukacja, kultura czy ochrona zdrowia. Dzięki zaangażowaniu wolontariuszy możliwe jest rozszerzenie zakresu oferowanego wsparcia oraz zwiększenie jego dostępności dla różnych grup społecznych.

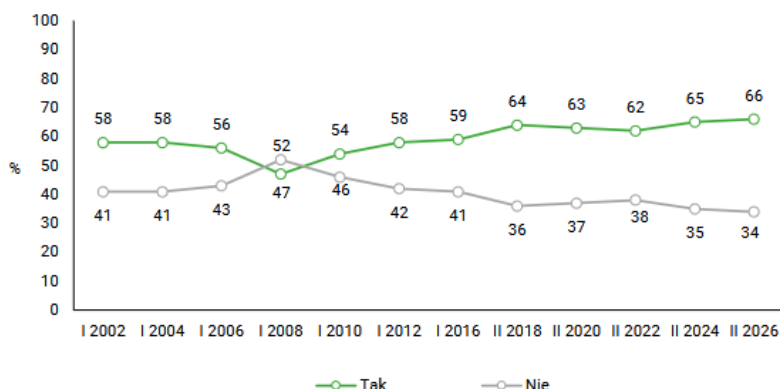
Raport CBOS „Polacy o altruizmie” wskazuje, że aż 69% Polaków uważa, iż należy być wrażliwym na potrzeby innych i gotowym do pomocy, natomiast jedynie 23% respondentów deklaruje bardziej egoistyczne podejście skoncentrowane przede wszystkim na własnych sprawach.



Rysunek 1 *Postawy altruistyczne i egoistyczne wśród Polaków w latach 2002–2026*

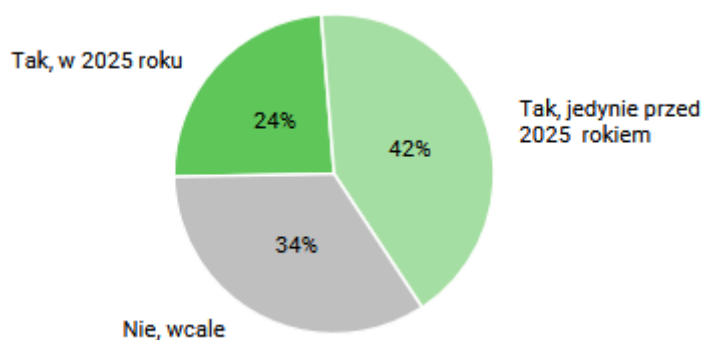
Źródło: CBOS, *Polacy o altruizmie*, Komunikat z badań nr 28/2026, Warszawa 2026, s. 2, rysunek 1.

Badania pokazują również, że działalność społeczna i pomocowa są coraz bardziej powszechne. Obecnie 66% respondentów deklaruje, że kiedykolwiek dobrowolnie i nieodpłatnie pracowało społecznie na rzecz potrzebujących osób lub wspólnot. Jest to najwyższy wynik od początku prowadzenia badań przez CBOS.



Rysunek 2 *Deklaracje dotyczące dobrowolnej i nieodpłatnej pracy społecznej w Polsce*
Źródło: CBOS, Polacy o altruizmie, Komunikat z badań nr 28/2026, Warszawa 2026, s. 3, rysunek 2.

W ciągu ostatnich dwunastu miesięcy działalność wolontariacką lub społeczną podejmował niemal co czwarty dorosły Polak (24%), podczas gdy 42% badanych deklaruje wcześniejsze doświadczenia w pracy społecznej, a 34% nigdy nie angażowało się w podobne działania.



Rysunek 3 *Aktywność wolontariacka Polaków w 2025 roku i w latach wcześniejszych*
Źródło: CBOS, Polacy o altruizmie, Komunikat z badań nr 28/2026, Warszawa 2026, s. 4, rysunek 3.

Korzyści wynikające z zaangażowania w wolontariat

Zaangażowanie w wolontariat umożliwia rozwijanie licznych kompetencji przydatnych zarówno w życiu społecznym, jak i zawodowym. Do najważniejszych należą:

- umiejętności komunikacyjne i interpersonalne,

- zdolność pracy w zespole,
- kompetencje organizacyjne i planistyczne,
- odpowiedzialność za powierzone zadania.

Wolontariat stanowi również istotne źródło doświadczenia zawodowego. Udział w projektach społecznych pozwala na poznanie specyfiki pracy w organizacjach pozarządowych oraz zdobycie praktycznych umiejętności, które mogą być wykorzystane na rynku pracy.

Kto najczęściej angażuje się wolontaryjnie?

Raport CBOS pokazuje, że osoby angażujące się w działalność społeczną najczęściej charakteryzują się wyższym wykształceniem, dobrą sytuacją materialną oraz aktywnością społeczną i obywatelską. W działalność społeczną częściej angażują się także mieszkańcy największych miast oraz osoby regularnie uczestniczące w praktykach religijnych.

Badania wskazują również, że osoby aktywne społecznie poświęcają na działania pomocowe coraz więcej czasu. Respondenci, którzy w 2025 roku angażowali się w wolontariat lub pracę społeczną, przeznaczili na nią średnio 19 dni w ciągu roku. Jest to wynik wyższy o pięć dni w porównaniu z rokiem 2023 i zbliżony do poziomu notowanego przed pandemią COVID-19.

Wolontariat w Krakowie

W Krakowie wolontariat odgrywa istotną rolę w realizacji działań społecznych, kulturalnych i edukacyjnych. Na terenie miasta funkcjonują liczne organizacje pozarządowe oraz instytucje publiczne angażujące wolontariuszy w różnorodne przedsięwzięcia.

Wolontariusze uczestniczą między innymi w:

- działaniach na rzecz osób starszych i osób z niepełnosprawnościami,
- wsparciu integracji cudzoziemców,
- organizacji wydarzeń kulturalnych i miejskich,
- projektach edukacyjnych skierowanych do dzieci i młodzieży.

Istotnym elementem systemu wsparcia wolontariatu w Krakowie są punkty pośrednictwa wolontariatu funkcjonujące w [Centrum Obywatelskim Centrum C 10](#) oraz [Centrum Obywatelskim ul. Reymonta 20](#). Ich zadaniem jest łączenie osób zainteresowanych działalnością wolontaryjną z organizacjami poszukującymi wsparcia. Punkty te prowadzą działania informacyjne, pomagają w wyborze odpowiedniej formy zaangażowania oraz wspierają organizacje w procesie rekrutacji wolontariuszy.

Dodatkowo w Krakowie funkcjonują podmioty wspierające rozwój wolontariatu, które realizują działania szkoleniowe, doradcze oraz promujące aktywność społeczną mieszkańców.

Podsumowanie

Wolontariat stanowi istotny element funkcjonowania społeczeństwa obywatelskiego, umożliwiając mieszkańcom aktywne uczestnictwo w życiu społecznym oraz współtworzenie rozwiązań odpowiadających na lokalne potrzeby. Jego znaczenie wykracza poza bezpośrednie wsparcie osób i instytucji – przyczynia się on również do budowania postaw odpowiedzialności społecznej, solidarności oraz zaangażowania obywatelskiego.

Raport CBOS wskazuje, że działalność pomocowa i altruistyczna pozostają ważnym elementem postaw społecznych Polaków. Niemal siedmiu na dziesięciu respondentów

identyfikuje się z ideą altruizmu, a dwie trzecie deklaruje doświadczenie dobrowolnej pracy społecznej.

Z perspektywy indywidualnej działalność wolontariacka sprzyja rozwojowi kompetencji, zdobywaniu doświadczenia oraz poszerzaniu wiedzy w różnych obszarach życia społecznego i zawodowego. Udział w wolontariacie może stanowić istotny element ścieżki edukacyjnej i zawodowej, a także wpływać na kształtowanie świadomych i aktywnych postaw obywatelskich.

W wymiarze lokalnym, na przykładzie Krakowa, widoczna jest rosnąca rola wolontariatu jako narzędzia integracji społecznej oraz budowania relacji między mieszkańcami a instytucjami publicznymi i organizacjami pozarządowymi. Funkcjonowanie punktów pośrednictwa wolontariatu w centrach obywatelskich oraz rozwinięta oferta organizacji pozarządowych sprzyjają zwiększaniu dostępności tej formy zaangażowania.

Wolontariat, jako forma współdziałania na rzecz dobra wspólnego, stanowi trwały i ważny element rozwoju społecznego, przyczyniając się zarówno do poprawy jakości życia mieszkańców, jak i wzmacniania potencjału lokalnych wspólnot.

Wolontariat, jako forma współdziałania na rzecz dobra wspólnego, stanowi trwały i ważny element rozwoju społecznego, przyczyniając się zarówno do poprawy jakości życia mieszkańców, jak i wzmacniania potencjału lokalnych wspólnot.