



Veronika Štureková má 24 rokov. Od základnej školy, ktorú ukončila na Orave sa angažovala ako dobrovoľníčka v škole aj v obci.

Postupnými zážitkami z dobrovoľníckej práce u seba pozorovala, že ju najviac priťahujú slabí a chorí ľudia. A tak sa rozhodla nasmerovať svoje dobrovoľníctvo týmto smerom. Podporila to aj štúdium na lekárskej fakulte v Košiciach. Tu rozbehla zaujímavý projekt : Mladí srdcom. Jeho cieľom je realizovať aktivity, ktorými sa mladí, silní ľudia naučia priblížiť starým ľuďom. Dokážu im venovať svoj voľný čas, darovať pekne slovo. Pochopila, že liekom pre nich nie sú len tabletky ale aj ľudská blízkosť.

Od roku 2012 mala možnosť byť súčasťou projektu Rady mládeže Žilinského kraja, ktorý bol zameraný na deti a mladých ľudí s onkologickým ochorením. A tak sa pre ňu otvorila nová cesta a stala sa súčasťou Spoločnosti detskej onkológie.

Veronika je veľmi obetavou a srdečnou dobrovoľníčkou vo svete slabých a chorých. Svojím príkladom priťahuje aj rovesníkov a tak rozširuje rady mladých ľudí, ktorí dokážu trpezlivo stáť aj pri človeku, ktorý zomiera a potešiť jeho blízkych, vnášať nádej.



Anton Michalica sa narodil pred 29 rokmi. Od roku 2005 založil občianske združenie Misia mladých, ktorého sídlo je v malom hornooravskom mestečku Tvrdošín. Napriek tomu, že ide o malé združenie robí pod vedením Antona veľké veci. Najskôr sa Anton venoval mladým ľuďom, ktorí trávili svoj čas v baroch, aby ich odtiaľ vytiahol a ponúkol im iný spôsob života.

Anton je zakladateľom zaujímavého programu pre rodiny, ktoré sa ocitli v ťažkej situácii. Od roku 2008 on a jeho kolegovia - dobrovoľníci pomáhajú rodinám v núdzi, predovšetkým mladým matkám – vdovám s malými deťmi. Anton dlho hľadal spôsob ako naozaj poskytnúť dlhodobé a udržateľné riešenie pri ich ťažkej situácii, do ktorej ich život dostal. A tak vznikol program Sebestačnosti, za ktorý získali viaceré ocenenia. Rodiny, ktoré chcú zmeniť svoju súčasnú situáciu od organizácie, ktorú Anton vedie dostanú sliepky, morky, kozy, ovocné stromy, kríky a semiačka zeleniny, aby sa mohli starať o zvieratá a mať z nich úžitok, či pestovať plodiny, ktoré im pomôžu prežiť. Tie, ktoré nemajú vlastné polia ani záhrady, majú možnosť si ich prenajať za symbolickú cenu.

Rodiny sa registrujú na predaj prebytkov z dvora a získavajú možnosť privyrobiť si do rodinného rozpočtu. Rodiny učia zbierať a spracovávať byliny, variť lacné a zdravé jedlá a vyrábať si alternatívne prostriedky, ktoré im šetria peniaze na iné dôležité potreby.

Do programu sa zapájajú ďalšie a ďalšie rodiny, ktoré chcú byť sebestačnejšie, zdravšie a pracovitejšie.

Anton okrem iných ocenení získal v roku 2011 cenu SRDCE V RUKÁCH. Anton je konateľom cestovnej agentúry.



Dominik Hriník je mladý človek, ktorý si všimol na sídlisku, kde žije, ako mladí ľudia posedávajú na schodoch panelákov, nudia sa a ničia okolie nezmyselnými aktivitami. Dlhú dobu uvažoval o tom, ako tejto mládeži ponúknuť zmysluplné trávenie času. Veľa s nimi rozprával, pýtal si rady, komunikoval s vedením mesta, čo by sa dalo pre túto zaháľajúcu mládež urobiť. K jeho iniciatíve sa pridali ďalší.

A tak pred dvomi rokmi prišli na zaujímavý nápad: blízko panelákov začali budovať cvičiska, kde bude môcť prísť ktokoľvek, kto sa nudí a nemá na vstupné do posilňovne. Skoro zistili, že je málo vybudovať workoutový park na sídlisku. Bolo treba mladých učiť ako správne a zdravo využívať hrazdy a iné náradia. Tak k budovaniu parkov pribudla aj osobná cvičiteľská činnosť.

Pretože záujem mladých ľudí narastal, potreboval ďalšie posily a tak sa k nemu pridávali aj ďalší ochotní cvičitelia, a tak vznikol Workout Team. Založili si vlastné občianske združenie, cez ktoré plánujú ešte viac rozvinúť svoje aktivity aj mimo mesta Žilina. Ďalšie kroky Dominika viedli do Banskej Bystrice, kde študuje a na obzore sa aj tu rodí nový workoutový park.

Dominik je osobnosť, ktorej úprimne záleží na mládeži a líder Workout Teamu. Mení svet mladých ľudí a premieňa ho na zmysluplný a hodnotný.

Jeho krédom je: "Hlavne sa netreba báť, strach je tvoj najväčší nepriateľ."