



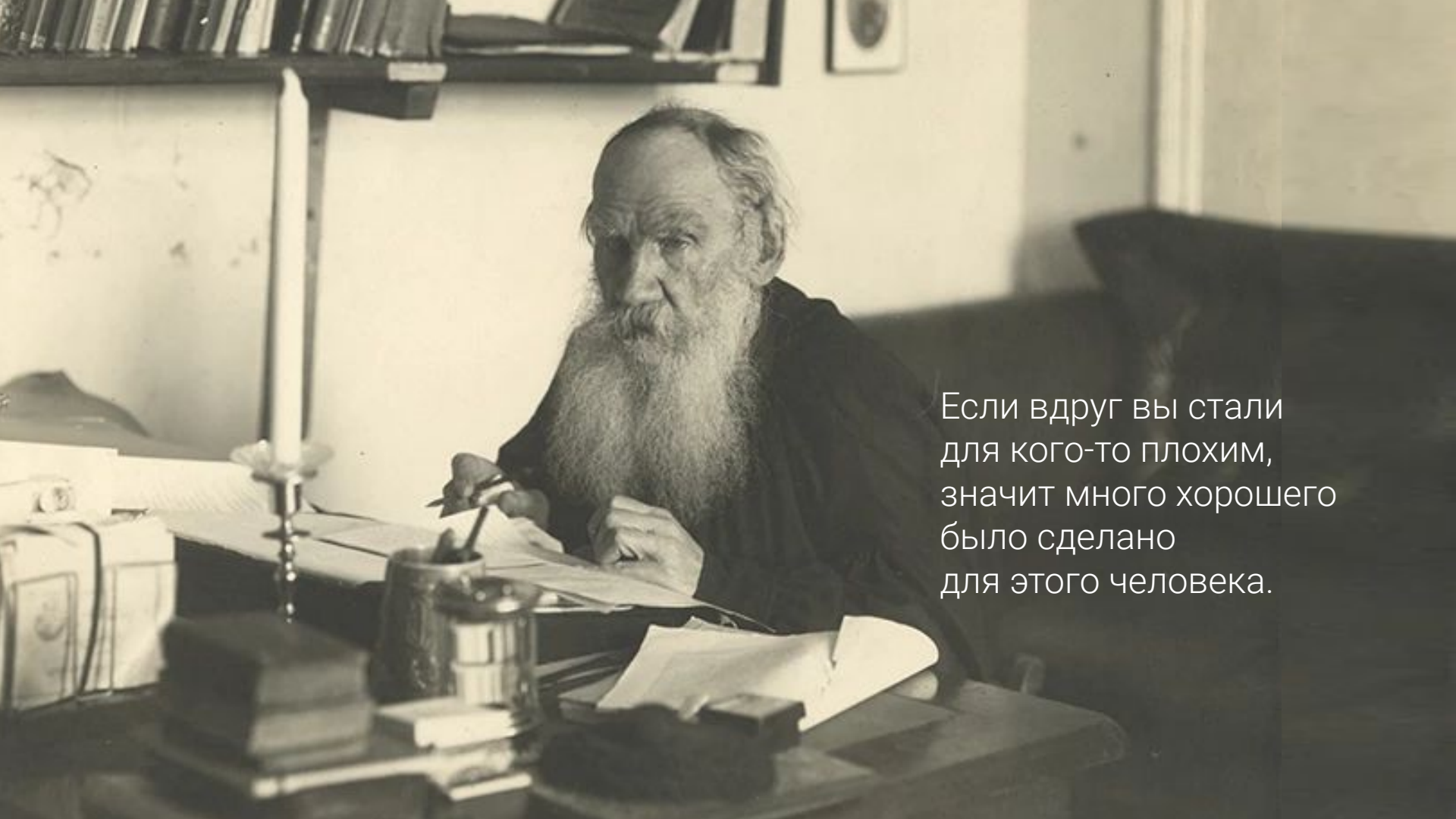
**Сообщество - группа людей**  
**добровольно объединенных**  
**общими ценностями**

Добровольность - это  
когда люди

**хотят к вам возвращаться**

и иметь с вами дело.





Если вдруг вы стали  
для кого-то плохим,  
значит много хорошего  
было сделано  
для этого человека.





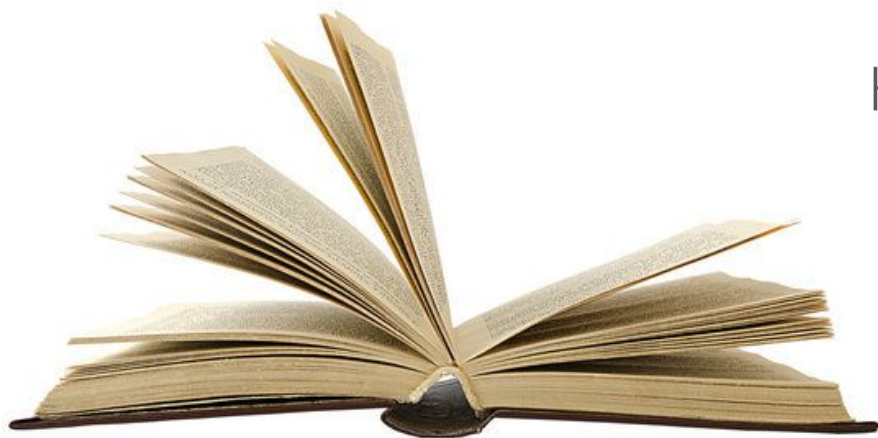





Волонтер испытывает примерно такую же радость, как если бы его зарплату вдруг повысили на 30%.

# Книга о **тяжелой жизни** женщин в России

Нет, спасибо, я сама



The image shows two human hands held open, palms facing upwards, against a dark, blurred background. The hands are positioned symmetrically on either side of the center. The skin tone is light, and the lighting highlights the texture of the palms and fingers. The overall mood is one of openness and vulnerability.


Вы отдаете -  
у вас зашкаливает

**ОКСИТОЦИН**



А что происходит  
с нашим  
окружением?



A close-up photograph of two human hands held open, palms facing upwards. The hands are positioned symmetrically on either side of the center. The skin is a natural, warm tone, and the lines on the palms and fingers are clearly visible. The background is dark and out of focus, with some circular light patterns that suggest a shallow depth of field. The overall mood is one of openness and vulnerability.

О чем можно  
**попросить?**

# ПРАВИЛА ЭБС



Если делают вклад,  
то **примите** его!





Принимайте вклады  
с искренней  
**благодарностью!**

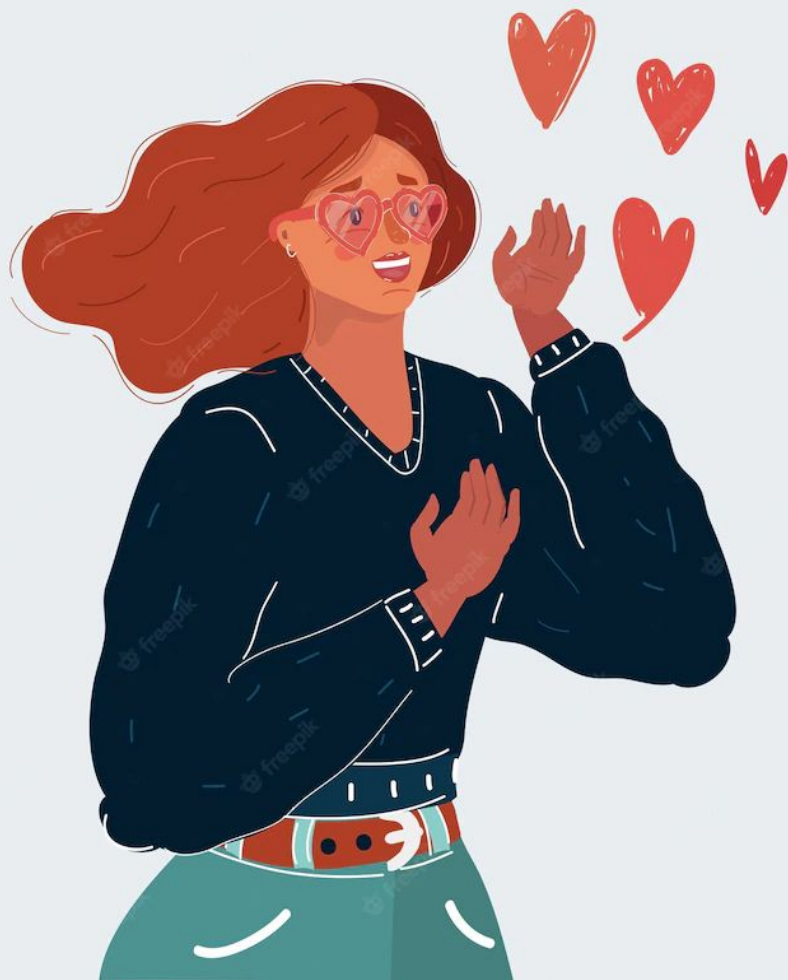




**Просите,**  
напоминайте,  
намекайте...

Поддерживайте  
**равенство**  
вкладов!





Подберите слова  
**благодарности**





АНАЛИТИК

ОРГАНИЗАТОР

# LEADER



КОММУНИКАТОР

КРЕАТИВЦЫК





Аналитик

Организатор

**Вдохновитель**



Коммуникатор

Креативщик