

封面摄影 / 张 斌
排版设计 / 袁利荣

联络我们 / Contact us

上海市崇明东滩鸟类自然保护区管理处
Shanghai Chongming Dongtan National Nature Reserve

地址 / Add. 上海市崇明东滩东旺大道 (202183)

电话 / Tel. +86-21-59471556 传真 / Fax. +86-21-59470418

网址 / Web. www.dongtan.cn 微博 / weibo @崇明东滩鸟类国家级自然保护区



上海崇明东滩鸟类国家级自然保护区
SHANGHAI CHONGMING DONGTAN NATIONAL NATURE RESERVE

志 愿 者 手 册

上海崇明东滩鸟类国家级自然保护区

Shanghai Chongming Dongtan National Nature Reserve

Volunteer Handbook

这里的鸟、草、虫、鱼是美丽的,也是脆弱的。虔诚地希望,成为志愿者的您能够引导身边的人以一颗温柔的心去尊重自然、尊重生命,细心呵护这片柔软的生境!

——编者寄语



如果你是这样的人——

- 热爱环保,热爱大自然,关心环境与可持续发展;
- 吃苦耐劳,有责任心,且具有热诚、守时、团队合作之观念;
- 拥有积极、热情、创新、同理心、学习、自我检讨与改进之人格特质;

如果你有这样的热情——

- 亲近自然
- 爱护湿地
- 认识更多的鸟
- 了解更多关于保护区的事
- 为环保尽一份心力

欢迎和我们一起成为大自然的志愿者!

目录

CONTENTS

36	28	27		24		21		15		11		07	06	04	03	02												
—	—	—		—		—		—		—		—	—	—	—	—												
保护区注意事项	志愿者管理办法	志愿者申请流程	社区自然教育中心	社区服务类	社区调查	社区宣传	社区督导	社区自然教育中心	自然书屋管理	访客接待与服务	管理培训类	志愿者培训	宣传品设计	主题活动	自然课堂	科普宣传	科普解说	宣传教育类	鸟类环志辅助	湿地资源调查	净滩	栖息地管理与维护	外来入侵物种清除	保护管理类	志愿者岗位介绍	志愿者招募条件	东滩湿地志愿者	认识东滩

崇明东滩位于长江入海口，地处中国第三大岛崇明岛的最东端，由长江泥沙在江海的相互作用下不断淤积而成，是典型的咸淡水河口湿地。

崇明东滩湿地及其附近水域是具有全球意义的生态敏感区，是东北亚鹤类迁徙路线、东亚雁鸭类迁徙路线、东亚——澳大利西亚鹬类迁徙路线的重要组成部分。也是崇明岛的重要生态屏障，在调节气候、净化水质、抵御风暴潮等自然灾害方面发挥着重要作用。

崇明东滩鸟类国家级自然保护区是以迁徙鸟类及其栖息地为主要保护对象的野生动物类型自然保护区。国内外专家研究表明，崇明东滩是迁徙水鸟补充能量的重要驿站和恶劣气候下的良好庇护所，同时也是部分水鸟的重要越冬地。目前崇明东滩已记录到的鸟类有290种，其中国家一级保护的鸟类有东方白鹳、黑鹳、白头鹤、白尾海雕4种；国家二级保护动物35种，如黑脸琵鹭、小天鹅、灰鹤、鸳鸯、小杓鹬、小青脚鹬等。据调查统计，每年在崇明东滩湿地栖息或过境的候鸟近百万只次。

认
识
东
滩

About Dongtan



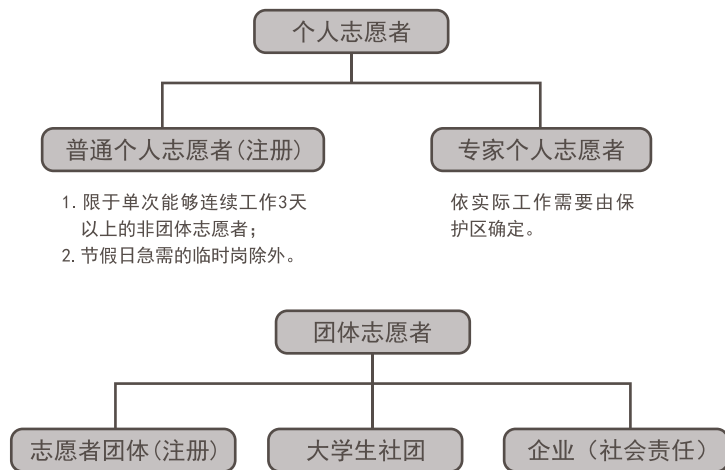
东滩湿地志愿者

为善用社会人力资源，弘扬志愿服务美德，推行自然保护区环境解说导览、环境教育及相关社区服务工作，上海市崇明东滩鸟类自然保护区管理处长期不定期招募志愿者作为自然保护工作的重要补充，协助推动全民认识崇明东滩生态环境及环境教育等工作，进而加入保护东滩湿地的行列。

上海市崇明东滩鸟类自然保护区管理处环境教育中心负责保护区志愿服务的组织管理工作，对志愿者实行分级分类管理，具有较强的自主性和灵活性。志愿者岗位的设置类别划分并不是固定不变的，也会根据保护区的发展和需求不定期进行调整。

欢迎热心环保、有兴趣在崇明东滩从事志愿服务工作的有识之士能够在这里释放热情，并收获志愿者工作带来的快乐！

【志愿者分类】



【招募条件】

1. 基本条件：

- (1) 年满18周岁以上、65周岁以下，身心健康；
- (2) 未成年人员参加志愿服务，应当征得其法定监护人的同意，选择与其年龄、身心状况相适应的志愿服务活动；
- (3) 具备所申请志愿服务项目及活动所需要的身体素质和基本技能；
- (4) 遵纪守法，认同并愿意接受保护区对志愿者的管理和要求。

2. 志愿者服务时间要求

志愿者 \ 服务时间	工作日	双休日	寒暑假	节假日	其它
大学环保社团		√	√	√	
企业志愿者团体	√	√			
普通个人志愿者	√	√	√	√	√
专家个人志愿者	√	√			√

3. 志愿者自我测评（岗位选择参考）

从志愿者在东滩从事志愿者服务的个人素质基本要求即体能、沟通、协作三个方面的要求指数评定，供志愿者进行自我测评，选择自己愿意从事且比较适合的岗位。

■ 志愿者自测指标说明表

	体能指数	沟通指数	协作指数
无要求	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
一般	★★☆☆	★★☆☆	★★☆☆
良好	★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
优秀	★★★★★	★★★★★	★★★★★

体能自测指南

使用台阶（男子台高30厘米，女子台高25厘米）、秒表和节拍器（频率为120次/分）或台阶试验仪测试。

测试时，受试者直立站在台阶前方，按照节拍器发出的提示声做上下台阶运动。当节拍器发出第一声时，一只脚踏上台阶，第二声时，另一只脚踏上台阶，双腿伸直，第三声时，先踏上台阶的脚下台阶，第四声时，另一只脚下台阶，连续重复3分钟后，受试者立刻静坐在椅子上，记录运动停止后1分到1分半钟、2分到2分半钟、3分到3分半钟的三次脉搏数。

测试的准确性在于你必须每分钟踏完30次，这样运动后恢复期内的心跳频率测量才是有效的。

如果受试者3次不能按照节拍器发出的节奏完成上下台阶或不能坚持运动，应立即停止运动，记录运动持续时间，并以同样方法记录三次脉搏数，然后，以下面公式计算台阶指数。

$$\text{台阶指数} = \frac{\text{运动持续时间 (s)}}{\text{(3次测量脉搏数之和)}} \times 100$$

20-59岁成年人台阶指数评分标准参见中国成年人体质测定组《国民体质测定标准手册（成年人部分）》，2003年。

注意事项：该方法主要反映人体心血管系统机能水平，心血管疾病患者，不宜进行此测试！

【志愿服务岗位介绍】

东滩志愿者岗位设置经过调研需求、会议研讨并依据保护区的实际情况而设置，通过工作岗位、工作区域、工作内容、工作时间、装备要求、可提供的岗前培训的简要说明等供志愿者选择参考。

保护管理类

- 外来入侵物种清除
- 栖息地管理与维护
- 净滩

科研调查类

- 湿地资源调查
- 鸟类环志辅助

宣传教育类

- 科普解说
- 科普宣传
- 自然课堂
- 主题日活动
- 宣传品设计

管理培训类

- 志愿者培训
- 访客接待与服务
- 自然书屋管理

社区服务类

- 社区调查
- 社区宣传
- 社区督导
- 社区自然教育中心





【外来入侵物种清除】

岗位介绍

互花米草 *Spartina alterniflora*: 禾本科米草属，多年生草本植物，原产于北美东海岸及墨西哥湾，由于人为引入与自然扩散，现在已成为全球海岸盐沼生态系统中最成功的入侵植物之一。1979年作为抗浪促淤植物引入中国，1995年首次发现于崇明东滩。该物种具有极强的入侵和扩散能力，目前在保护区中、北部区域已形成优势物种，造成鸟类优质栖息地和饵料损失严重。

互花米草的入侵改变了东滩湿地的自然环境，降低了生物多样性进而造成生态系统的退化。为了尽快控制住互花米草的扩张，对互花米草进行生态治理，并通过湿地修复的措施，改善入侵地的生态系统质量，稳定鸟类的栖息地和食物来源，东滩保护区开展了互花米草控制与鸟类栖息地优化工程，取得了显著的功效。

保护区不定期招募团体志愿者对于小范围内、不便机械作业的区域进行人工清除。



加拿大一枝黄花 *Solidago canadensis*: 菊科，为加拿大进口花卉，常用于插花中的配花，并于1935年作为观赏植物引入中国。引种后逸生成杂草，并且是恶性杂草，与周围植物争阳光、争肥料，直至其它植物死亡，从而对生物多样性构成严重威胁

工作区域	保护区大堤、路边、步道、田野附近长有互花米草和加拿大一枝黄花的区域
工作内容	在保护区工作人员指导下割除指定区域的互花米草或加拿大一枝黄花
工作时间	四季，每次工作时间1~2天，白天（雨天除外）
装备要求	穿胶鞋，下水裤，草帽，长衣裤（需要使用镰刀）
岗前培训	保护区志愿者培训班及工作人员实地指导
自测指标	体能指数：★★★★☆ 沟通指数：★★★☆☆ 协作指数：★★☆☆☆
其它要求	吃苦耐劳；有锄草经验优先考虑

■ 外来物种 & 外来入侵物种

自然界中的物种总是处在不断迁移、扩散的动态中。而频繁的人类活动又进一步加剧了物种的扩散，使得许多生物得以突破地理隔绝，拓展至其他环境当中。对于此类原来在当地没有自然分布，因为迁移扩散、人为活动等出现在其自然分布范围之外的物种，统称为外来种。

在外来种中，有一些在移入后逸散到环境中成为野生状态。若新环境没有天敌的控制，加上旺盛的繁殖力和强大的竞争力，外来种就会变成入侵者，排挤环境中的原种，破坏当地生态平衡，甚至造成对人类经济的危害性影响。此类外来种则通称为入侵种。

中国分别在2003年和2010年分2批发布中国外来入侵物种名单，共35个物种。中国34个省市自治区全部受到影响，以西南和沿海地区最为严重。据农业部的初步统计，截至2012年中国有400多种外来入侵物种。在国际自然保护联盟（IUCN）公布的最具危害性的100种外来入侵物种中，约有一半侵入到中国。与此相一致的是在《濒危野生动植物国际公约》列出的640种世界濒危物种中，有156个均在中国。



【栖息地管理与维护】



【净滩】

岗位介绍

自然湿地是水鸟、水生生物等的重要栖息地，自然湿地的丧失和退化将对生物多样性带来严重的不利影响。对退化的生物栖息地进行修复，发挥其生态服务功能；对受损的人工生物栖息地进行修复，发挥其对自然湿地的补充作用，对于湿地的保护和鸟类的生存都有着重要的生物学意义。

东滩的生物栖息地修复和维护主要是在互花米草控制和鸟类栖息地优化工程项目区域内，对互花米草进行生态控制并利用芦苇替代来恢复鸟类栖息地。

工作区域	互花米草控制和鸟类栖息地优化工程项目区域
工作内容	植被分布调整与控制以及生境小岛的维护
工作时间	四季，每次工作时间1-2天，白天（雨天除外）
装备要求	穿胶鞋、下水裤，使用镰刀，戴草帽，长衣裤（自备）
岗前培训	保护区志愿者培训班及工作人员实地指导
自测指标	体能指数：★★★★☆ 沟通指数：★★☆☆☆ 协作指数：★★★★☆
其它要求	吃苦耐劳；有割草经验优先考虑

岗位介绍

崇明东滩位于长江入海口，是长江口规模最大、发育最完善的河口型潮汐滩涂湿地，因此这里的滩涂上每天随着潮涨潮落都会留下大量的海洋垃圾。废弃的鱼网是海洋中最大的塑料垃圾。在洋流的作用下，这些鱼网绞在一起，有的长达几英里，每年都会缠住和淹死数千只海豹、海狮和海豚，成为海洋哺乳动物的“死亡陷阱”。其他海洋生物则容易把一些塑料制品误当食物吞下。塑料制品在动物体内无法消化和分解，误食后会引起胃部不适、行动异常、生育繁殖能力下降，甚至死亡。

工作区域	保护区大堤及滩涂
工作内容	捡拾海洋垃圾
工作时间	工作日（雨天除外）
装备要求	统一户外服装
岗前培训	保护区志愿者培训班及工作人员实地指导
自测指标	体能指数：★★★★☆ 沟通指数：★★☆☆☆ 协作指数：★★★★☆
其它要求	此岗位只招募团体志愿者



【湿地资源调查】



【鸟类环志辅助】

岗位介绍

崇明东滩所处的独特地理位置和优良的生态环境使其成为生物多样性及其丰富的区域，鸟类、水生动物、底栖动物等类群种类繁多，数量巨大，具有重要的保护价值。保护区开展相关资源的调查，提出鸟类及其栖息地的保护措施，有利于湿地的保护和管理。

保护区会定期对湿地的水质、植被和鸟类活动进行调查，欢迎有能力的志愿者参与进来，与我们一起守护好这片土地。

工作区域	保护区滩涂
工作内容	协助保护区工作人员开展野外植被调查、鸟类调查以及水质调查等；协助进行数据的整理和录入，文献的检索和翻译工作等
工作时间	鸟类迁徙期，每次工作时间5天以上
装备要求	野外工作着装，望远镜，照相机等
岗前培训	保护区志愿者培训班及工作人员实地指导
自测指标	体能指数：★★★★ 沟通指数：★★★☆☆ 协作指数：★★★★
其它要求	吃苦耐劳；有基本的湿地鸟类知识；有生物学相关专业背景；良好的英文笔译能力的优先

岗位介绍

东滩保护区位处全球8大候鸟迁徙路线中鸟类种数最多的一条——“东亚—澳大利西亚迁徙路线”的中部。这一独特的地理位置使得崇明东滩在春秋两季成为了一个为大量途经迁徙候鸟，特别是鸬鹚类水鸟提供补充能量、暂避恶劣天气的重要中途停歇地。

保护区每年春秋两季都会进行鸟类环志，该岗位主要招募经管理处培训后能够协助环志员进行环志工作的志愿者。

工作区域	保护区滩涂
工作内容	在保护区开展环志工作期间担当助理工作，协助保护区工作人员进行环志记录、旗标制作、数据录入等一系列环志相关工作
工作时间	集中在春季的2个月和秋季的3个月，需至少能服务一周以上
装备要求	胶鞋
岗前培训	志愿者基础培训、环志工作人员工作培训及实际操作指导
自测指标	体能指数：★★★★ 沟通指数：★★★☆☆ 协作指数：★★★★
其它要求	反应较为敏捷；有基本的湿地鸟类相关知识

【什么是环志】

环志是研究候鸟迁徙的一种方法，为全世界普遍采用。具体操作是在候鸟繁殖地、越冬地或迁徙的中途停歇地捕捉到鸟类，并将印有特殊标记的金属或彩色塑料环佩戴在鸟的腿部，然后将鸟原地放飞，通过在其他地点再次观察或捕捉到，从而实现记录并研究候鸟迁徙的方法。从标记鸟儿的手段来讲，近年来已经从狭义的仅指使用金属环或彩色环/旗标标记的方法扩展到了泛指使用各种鸟类的标记手段，包括无线电跟踪、卫星跟踪以及Geolocator。

【环志主要流程及操作细则】

- 1 捕捉** 选择合适的时间、地点，在良好的天气状态下利用合适的工具捕捉鸟类。目前保护区主要使用的捕捉方法就是翻网捕捉。
- 2 环志** 将金属环和黑白棋标套在鸟的跗蹠部位，同时记录鸟的名称、环号、编码等。
- 3 测量** 依次对鸟的翅长、喙长、头喙长、跗蹠长、体重进行测。详细记录环志地点，环志日期、天气、风向、风力、以及各项测量数据。
- 4 记录** 环志及测量后对鸟的健康状况进行检查，如状况良好应立即放飞。放飞时应将鸟放置于地面或置于手掌上，让鸟自行飞离，切不可抛向空中。
- 5 放飞**



左环右旗，上黑下白

■ 测翅长

测量翅长是将翅膀在尺上按平，捋直，测量从弯曲的翼角到尖端的距离。翅长通常作为身体构造大小的参数之一，需用专门测量翅长的尺测量。（这种尺在零刻度处有一个阻挡）。对于一个个体来说，由于换羽程度，抑或是不同的年龄，翅长在不同阶段也不尽相同。



■ 测喙长

测喙长通常是测量从喙基部中间没有羽毛覆盖处开始，到喙的端部的距离。要注意因为大多数涉禽的喙都相当敏感，所以用手指持有喙的动作要特别轻，卡尺应当抵住手指而不要抵住鸟的喙。喙长是判断许多种类性别的一个重要参数。



■ 测头喙长

头喙长的测量方法与测量喙长类似，将另一端卡尺移至头的后部，要小心的移动卡尺轻刮个体头部，以确定量到的是最大读数。头喙长有时也用来判断个体性别。因为相对于多样的喙的测量，头喙长的测量具有明显的可重复性，而且对于某些种来说，这也比仅仅用喙长来判断性别更可靠。



■ 测跗蹠

跗蹠的长度是指从胫骨与跗蹠关节中点凹陷处到跗蹠与中趾关节前面最下方整片鳞片的下缘（中、大型鸟则为中趾基部）的距离。这一数值有时被用来指示种间的构造大小。



■ 描述鸟类换羽

描述鸟类换羽是一项专业性很强的工作，其目的是收集不同年龄和不同性别鸟的羽衣的描述性资料，为年龄和性别鉴定提供标准和依据。换羽是鸟类重要生物学特征之一，了解换羽的时间、换羽方式等事项可提供丰富的鸟类学知识。



■ 测体重

一般说来，体重是评估身体状况和脂肪水平的指标，尤其是在迁徙期。根据多年数据显示，迁飞的鸟儿在抵达崇明东滩时一般都已经损失一半左右的体重。可以想象，如果没有这块重要的中途停歇地，还有多少鸟儿能够顺利抵达目的地呢？





岗位介绍

科普解说是以陈列为基础，运用科学的语言和其它辅助表达方式，将知识传递给观众的一种社会活动。讲解是知识和语言的高度综合艺术，它综合了教师、播音、演讲、话剧、表演等专业的技术手段，是专业性、知识性和艺术性的综合。

岗位介绍

面向公众开展湿地与鸟类保护的宣传教育工作是东滩保护区的重要职能之一，保护区工作人员会不定期的走入社区和学校进行“送科普”活动，通过讲座、展板、播放影片等形式多样的活动来传递东滩保护理念，提高普通民众及学校师生的环保意识，从而影响更多人来参与东滩的保护工作。学生社团、企业等团体志愿者也可自发组织，保护区提供相关的展板等宣传资料。

工作区域	保护区大石头即鸟类科普教育基地、环境步道、湿地宣教中心等游客参观游览较多或担负一定环境教育功能的区域
工作内容	向参观保护区的游客讲解湿地、鸟类和栖息地保护、物种多样性、外来物种和入侵物种等科普知识
工作时间	工作日、双休日及节假日
装备要求	着装大方自然
岗前培训	保护区志愿者培训班及其它科普讲解员及环境教育培训班
自测指标	体能指数：★★☆☆ 沟通指数：★★★★ 协作指数：★★★☆☆
其它要求	普通话标准；有一定的湿地鸟类和自然保护类知识；师范专业和具有教育、教学背景的相关专业人员优先

工作区域	崇明或者上海市区的社区和学校
工作内容	在保护区以外的社区和学校（上海市区或崇明）开展湿地鸟类和保护区的宣传教育活动
工作时间	不固定，根据保护区的需要再安排
装备要求	着装大方自然
岗前培训	保护区志愿者培训班及其它科普讲解员及环境教育培训班
自测指标	体能指数：★★☆☆ 沟通指数：★★★★ 协作指数：★★★☆☆
其它要求	有一定的讲课、讲解技巧或能力；师范专业和具有教育、教学背景的相关专业人员优先



【自然课堂】



【主题日活动】

岗位介绍

自然课堂是保护区针对学生群体开展的自然教育项目。项目不定期对预约到访的学生（团体）进行自然教育相关的活动、讲座、游戏等，活动范围主要在保护区范围内的自然环境以及宣教中心的自然教室、自然书屋等。自然课堂旨在通过引导孩子们接触自然，了解自然，热爱自然，进而培养他们对自然的保护意识。

工作区域	培训室
工作内容	协助保护区工作人员对新注册上岗的志愿者进行基本的知识和适应性培训
工作时间	视具体培训班安排时间而定（包括准备时间）
装备要求	着装大方自然
岗前培训	保护区志愿者培训班
自测指标	体能指数：★★☆☆ 沟通指数：★★★★ 协作指数：★★★★
其它要求	熟悉保护区及周边相关情况；有一定的湿地鸟类和自然保护类等相关专业知 识；有长期公益活动经验和志愿服务经验的报名者优先

岗位介绍

此岗位主要针对保护区定期或不定期举办的，如世界湿地日、世界环境日等主题活动，所需志愿者主要协助配合工作人员进行活动的组织安排，前期准备、现场执行以及相应的宣传讲解等。

工作区域	视具体活动举办地点而定
工作内容	活动期间协助保护区在社区和学校开展相关的宣传教育活动；视具体情况决定
工作时间	具体活动举办日当天以及前期的准备时间
装备要求	着装大方自然
岗前培训	根据具体活动要求执行，听从现场工作人员指导
自测指标	体能指数：★★★★☆ 沟通指数：★★★★ 协作指数：★★★★
其它要求	有较好的现场应变能力

世界湿地日

1971年2月2日，来自18个国家的代表在伊朗南部海滨小城拉姆萨尔签署了《关于特别是作为水禽栖息地的国际重要湿地公约》。为了纪念这一创举，并提高公众的湿地保护意识，1996年《湿地公约》常务委员会第19次会议决定，从1997年起，将每年的2月2日定为世界湿地日，并每年都确定一个不同的主题。利用这一天，政府机构组织和公民采取各种活动来提高公众对湿地价值和效益的认识，从而更好地保护湿地。



【宣传品设计】

世界环境日

1972年6月5日联合国在瑞典首都斯德哥尔摩召开了联合国人类环境会议，会议通过了《人类环境宣言》，并提出将每年的6月5日定为“世界环境日”。同年10月，第27届联合国大会通过决议接受了该建议。联合国环境规划署在每年的年初公布当年的世界环境日主题，并在每年的世界环境日发表环境状况的年度报告书。联合国系统和各国政府，每年都在6月5日的这一天开展各项活动来宣传与强调保护和改善人类环境的重要性。



爱鸟周

是中国为保护鸟类、维护自然生态平衡而开展的一项活动。1981年9月，中国国务院批准了林业部等8个部门《关于加强鸟类保护执行中日候鸟保护协定的请示》报告，确定在每年的4月至5月初的某一个星期为“爱鸟周”，在此期间开展各种宣传教育活动。由于中国幅员辽阔，南北气候不同，各地选定的爱鸟周时间也不尽相同。上海的爱鸟周为每年4月的第二周。



学雷锋纪念日

1963年3月5日，毛泽东主席为雷锋题词“向雷锋同志学习”在《人民日报》发表。此后，每年的3月5日定为学雷锋纪念日，全国广泛开展学习雷锋的活动。



岗位介绍

保护区每年都会制作包括展板、海报、宣传折页、纪念品等形式多样的宣传资料，作为环境教育和科普宣传的重要辅助手段之一发放给公众。

为此我们需要热爱自然的并且有专业技能的志愿者，为我们提供摄影素材或者协助我们设计制作各类宣传品。对于具有专业技能的志愿者，将视工作内容确定为核心志愿者，并给予适当的志愿者津贴。所创作的照片、画作等作品需留存原稿或电子版给保护区以备后用。

工作区域	不限
工作内容	协助保护区进行相关宣传资料，包括展板、海报、宣传册等平面设计
工作时间	不限，可在保护区以外完成
装备要求	自备电脑及设计软件
岗前培训	保护区志愿者培训班
自测指标	体能指数：★★☆☆ 沟通指数：★★★★ 协作指数：★★★★
其它要求	有较好平面设计能力；平面设计相关专业；有志愿服务经验



【志愿者培训】



【访客接待与服务】

岗位介绍

志愿者培训班，是针对保护区志愿者岗位，由保护区组织的包括生态知识、工作能力等方面的培训；旨在鼓励志愿者自我提升，回馈志愿者的无私奉献。


- 基础培训：含室内及户外课程，志愿者需服从安排全程参与。
- 进阶培训：每年将举办不同内容的考核课程对志愿者开展进阶训练，建构终生学习环境，不断提升服务本领。
- 高阶培训：不定期由资深或具专长的人员针对服务活动所需之内容，带领志愿者自我成长学习。

工作区域	培训室
工作内容	协助保护区工作人员对新注册上岗的志愿者进行基本的知识和适应性培训
工作时间	视具体培训班安排时间而定（包括准备时间）
装备要求	着装大方自然
岗前培训	保护区志愿者培训班
自测指标	体能指数：★★☆☆ 沟通指数：★★★★ 协作指数：★★★★
其它要求	熟悉保护区及周边相关情况；有一定的湿地鸟类和自然保护类等相关专业知 识；有长期公益活动经验和志愿服务经验的报名者优先

岗位介绍

访客中心位于保护区南侧堤入口即捕鱼港管护站，是访客进入保护区的主入口，室内根据需要设置访客功能设施，承担一定的科普展示功能。访客中心室内设置了访客登记、宣传品展示、信息查询发布，便民服务等功能。在图文台、宣传册页以及湿地文化衍生品上都有二维码，访客通过二维码注册、下载“东滩保护区”的公众号，通过手机的APP应用，访客们可以和保护区内的展项互动。

工作区域	保护区入口访客中心
工作内容	访客接待、咨询，便民服务
工作时间	工作日、双休日、节假日
装备要求	志愿者工作服
岗前培训	保护区志愿者培训班
自测指标	体能指数：★★★★☆ 沟通指数：★★★★ 协作指数：★★★★
其它要求	有较好的服务意识



【自然书屋管理】

岗位介绍

自然书屋设立在东滩保护区科普教育基地生命驿站展馆（二号馆）一层内，占地约9平方米，为上海市一名耄耋老人陈建女士个人通过中华环境保护基金会所捐赠。自然书屋管理员主要负责新书的入库登记、图书的借阅、报刊杂志的管理及书籍装订修补等维护保养工作，同时做好自然书屋的卫生以及安全秩序维持工作。

工作区域	二号馆，自然书屋
工作内容	图书、报刊杂志的管理及装订修补等维护保养工作，书刊的借阅、流通及各项统计工作，以及书屋内卫生和安全工作
工作时间	工作日、节假日
装备要求	着装大方自然
岗前培训	保护区志愿者培训班
自测指标	体能指数：★★☆☆ 沟通指数：★★★★ 协作指数：★★★★
其它要求	无



【东滩社区自然保育家园守护圈】

项目背景

国内的自然保护区都面临着保护与开发（或利用）的矛盾，推动社区共建共管工作是保护区管理工作的内在要求和基本思路之一，通过社区共建共管能够动员社区力量参与并加强保护区的保护管理工作，提升社区居民的自然保护意识，同时通过互动找到保护区反哺社区居民的结合点，有效缓解保护与开发（或利用）的矛盾冲突。

项目介绍

“家园守护圈”项目是东滩保护区探索社区与保护区和谐共赢发展之路的一次全新尝试。项目旨在通过社区与保护区共管，保护区与社区共建，增进相互之间的理解与支持。在共管共建中提升社区居民的生态环保意识从而自觉约束自身生产生活行为，减少人为因素对保护区内动植物生态资源的破坏和负面影响；同时帮助社区居民转型可持续发展的生产生活方式、增加就业机会、提高经济收入，让社区从保护中得到实惠，从根本上逐步化解保护与发展，特别是关系到居民切身利益经济利益的矛盾冲突。

项目设想和基本内容

1 合作支持，互惠共赢。

在家园守护圈的框架下，创新社区宣传教育形式载体，加强对社区居民、农户、渔民的宣传教育力度，更好地宣传保护湿地和鸟类的重要意义，提高其生态保护意识和法律意识，争取社区对湿地保护工作的理解和支持，减轻对东滩湿地和鸟类保护的威胁；

引导转变社区居民对保护区有威胁传统的的产方式，减少滩涂资源捕捞作业，合理控制并逐步取消，加强对鸟类补充、栖息地的保护管理等，降低本地社区对保护区的破坏性影响。

寻求专家支持，降低鸟类对有关鱼塘养殖、水稻生产的影响，帮助改善社区居民的生产生活方式，保护鸟类的同时兼顾社区居民切身利益，减少保护与利用的冲突。

建立更有效的合作交流机制，加强相互间的合作和联动。为社区争取相关政策支持，扶持社区发展生态农业、生态渔业，适度开发生态旅游业（包括手工业）等，帮助改善社区居民的生产生活方式，在保护的前提下增加社区收入，使社区中保护中得益受惠。

合作支持，互惠共赢

社区共管，家园共建

社区自然教育常态化

2 社区共管，家园共建。

探索周边社区居民参与湿地和鸟类保护工作的方式和途径，如发展社区志愿者队伍，除开展社区宣传、督导等工作外，邀请社区志愿者参与湿地巡护、资源监察、鸟类检测以及外来入侵物种治理等保护管理工作。通过共同保护，营造保护生态、保护湿地、保护鸟类就是保护家园的良好社会氛围；建立更有效的合作交流机制，加强相互间的合作和联动，社区参与违法监督检举，共享信息和资源，共同促进东滩区域的和谐发展。



3 社区自然教育常态化。

保护区与社区合作，联手建设社区自然教育中心，打造一个面向社区居民、社会公众开展生态保护教育、扩展公众自然体验等活动，同时展示东滩自然资源和人文风貌、提升社区影响和品味的场所和平台。

该社区自然中心将作为“东滩社区自然保育家园守护圈”示范点，辐射周边其他社区乃至整个东滩地区，成为社区工作与保护管理联动的示范点。通过在社区中常态化开展自然教育，通过社区宣传、科普解说、自然导赏、生态手工艺品制作展示等形式，在丰富社区居民的精神文化生活的同时，更广泛深入的培养社区居民的生态保护意识，为社区共管储备力量。

项目目标愿景



项目志愿岗位介绍

社区调查：社区和流动人口的社会经济调查、保护意识调查、滩涂资源利用等调查，帮助保护区了解和掌握周边社区对于滩涂资源的利用情况，及时了解保护与利用的矛盾冲突，将有利于保护区开展的社区共管工作的有效和顺利进行，减少人为活动在对保护区的正常保护工作的干扰。

社区宣传：通过讲座、展板、影片、环保袋、文艺表演等形式多样的活动来普及湿地及生物多样性保护的重要性、科学性和相关法律法规的约束性，传递生态和谐的可持续发展观，提高社区居民的生态意识、环保意识，从而影响其行为方式，促进社区与保护区的和谐发展。

社区督导：监督社区居民的生产生活行为，及时劝阻、检举违规违法行为，促成社区与保护区共同保护。

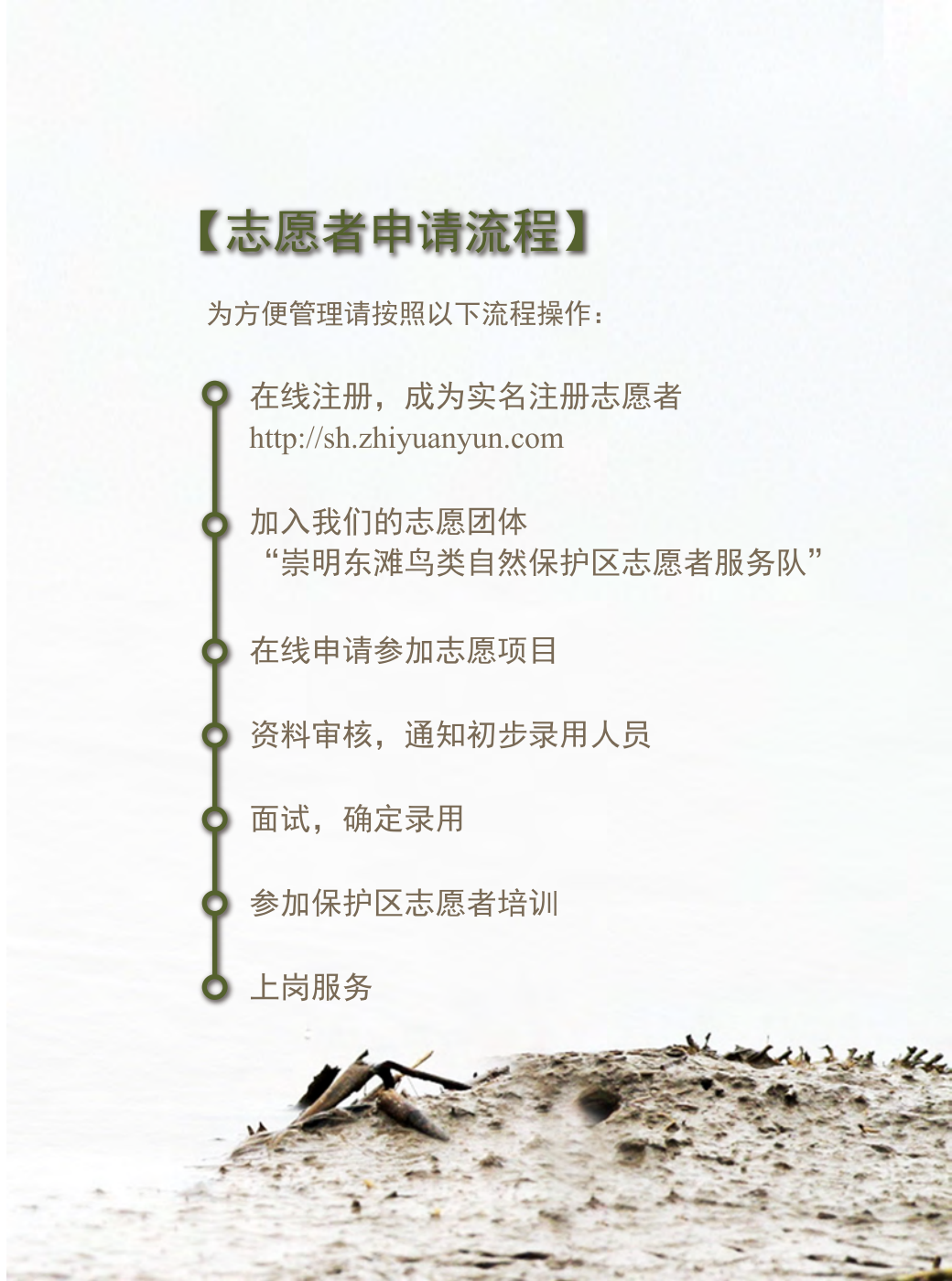
社区自然教育中心：包括访客中心服务、园艺维护、活动支持、安保保洁、自然导赏、手工艺品制作、艺术创作等工作。

工作区域	前哨及周边社区、社区自然教育中心
工作内容	社区调查、社区宣传、社区督导、社区自然教育中心科普讲解
工作时间	周末、节假日、工作日
装备要求	着装大方自然；佩戴社区志愿者徽章
岗前培训	保护区志愿者培训班
自测指标	体能指数：★★☆☆ 沟通指数：★★★★☆ 协作指数：★★☆☆
其它要求	崇明本地人员优先

【志愿者申请流程】

为方便管理请按照以下流程操作：

- 在线注册，成为实名注册志愿者
<http://sh.zhiyuanyun.com>
- 加入我们的志愿团体
“崇明东滩鸟类自然保护区志愿者服务队”
- 在线申请参加志愿项目
- 资料审核，通知初步录用人员
- 面试，确定录用
- 参加保护区志愿者培训
- 上岗服务



上海崇明东滩鸟类国家级自然保护区

志愿者服务（暂行）管理办法

第一章 总则

第一条（目的）保护区为善用社会人力资源，发扬志愿服务美德，协助推动全民认识崇明东滩生态环境及环境教育等工作，进而加入保护东滩的行列，同时为推行环境解说导览、环境教育及相关社区服务工作，特配合《上海市志愿服务条例》制定本管理机制。

第二条（依据）依照《上海市志愿服务条例》制定本管理办法。

第三条（定义）本管理办法所称的志愿者，指的是响应保护区的招募，自愿报名并愿意接受保护区管理处志愿服务组织安排，在一段时间内完成一定量的志愿服务任务的个人。

本管理办法所称的注册志愿者，指的是在“上海志愿云”实名登记注册，并在保护区管理处登记入档的志愿者。

第四条（原则）志愿者从事志愿服务活动应当遵循自愿、平等、诚信、合法的原则。

第二章 注册

第五条 基本条件：

（一）热爱自然，热心社会公益事业，具有“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神。

（二）年满18周岁以上、65周岁以下，身心健康。

（三）未成年人员参加志愿服务，应当征得其法定监护人的同意，参加与其年龄、身心状况相适应的志愿服务活动。

（四）具备所申请参加志愿服务项目及活动所需要的身体素质和基本技能。

（五）遵纪守法，愿意接受和服从保护区管理处对志愿者管理的相关规定和要求。

第六条 鼓励志愿者按照本办法规定的程序进行注册，成为注册志愿者，以便参与志愿服务，享受专业培训、服务认证、权益保护、表彰激励等服务。注册程序如下：

（一）注册申请：凡符合志愿者注册条件并志愿从事志愿服务的个人，可登录上海志愿云网站<http://sh.zhiyuanyun.com>申请实名注册成为上海志愿者。

（二）在线申请：可在崇明东滩鸟类自然保护区官方网站www.dongtan.cn下载志愿者报名申请表，填写报名表后提交至保护区管理处环境教育中心邮箱（education@dongtan.cn）完成报名。

（三）资料审核（初试）：依保护区工作需求审核报名资料，资料审核合格者，通知参加面试。

（四）面试（复试）：面试录取者，需参加基础培训。基础训练包含室内及户外课程，需全程参与，合格者授予实习工作证并发放志愿者工作服，进入实习志愿者阶段开始参与服务工作。

（五）实习期以训练合格之日起三个月，若实习期有变动，于培训时另行公布。实习期满考评合格者颁发结业证书正式成为保护区志愿者。

第三章 权利与义务

第七条 志愿者享有以下权利：

（一）志愿者拥有根据自己的意愿选择参加志愿服务活动的项目的权利。

（二）志愿者拥有获得与志愿服务相关的知识和技能培训的权利。

（三）志愿者拥有对东滩的志愿者活动进行监督，提出意见和建议的权利。

（四）志愿者拥有获得参加志愿服务活动所必要的物质、安全保障的权利。

（五）志愿者拥有申请取消注册志愿者身份的权利。

（六）志愿者拥有法律、法规规定的其他权利。

第八条 志愿者应当履行下列义务：

(一) 志愿者必须遵守国家法律法规以及上海崇明东滩鸟类国家级自然保护区的章程和管理规定。

(二) 在志愿者服务工作期间, 服从保护区工作人员指导和安排, 积极配合参加志愿服务所需的相关培训。

(三) 履行志愿服务承诺, 积极完成所愿服务工作。

(四) 告知义务。提供真实、准确、完整的注册相关信息, 如有信息变更及时联系保护区修改。志愿者须按时参加志愿服务活动, 不得无故缺席; 不能按时从事志愿服务活动时, 必须至少提前3天告知相关工作人员, 以便及时协调人员安排。

(五) 不得利用志愿者身份从事与志愿服务活动宗旨、目的不符的行为; 不得做出损害保护区权益和声誉的行为。未经许可不得冒用保护区的名义对外从事任何活动。

(六) 志愿者撰写有关崇明东滩的论文、调查报告或向媒体投稿, 须经东滩东滩审核后发表, 并需提供给保护区做存档资料。

第四章 志愿服务

第九条 志愿服务是指不以营利为目的, 经保护区管理处组织安排, 由志愿者参与实施的, 旨在提高公众环境保护意识、服务保护区建设管理的公益行为。

第十条 志愿服务范围主要包括:

(一) 保护管理类: 包含外来入侵物种清除、栖息地的管理与维护、净滩等。

(二) 科研调查类: 包含湿地资源调查、鸟类环志等。

(三) 宣传教育类: 包含科普解说、科普宣传、主题活动、自然课堂助教等。

(四) 专项服务类: 包含协助保护区开展大型活动的接待、解说服务等。

(五) 专业技术类: 包含宣传品设计、艺术创作、摄影、绘画等。

(六) 管理培训类: 包含志愿者培训助理、访客中心接待与服务等。

(七) 具体工作内容以招募公告为准。

第五章 组织管理

第十一条 上海崇明东滩鸟类国家级自然保护区管理处环境教育中心(以下简称环教中心)负责对保护区志愿者组织实施的工作, 对志愿者实行分级分类管理。

第十二条 建立志愿者培训制度。为提高志愿服务质量, 环教中心将不定期对志愿者进行各项培训, 鼓励志愿者不断自我提升。

(一) 基础培训: 包含室内及户外, 志愿者需服从安排全程参与。

(二) 进阶培训: 每年将举办不同内容的考核课程对志愿者开展进阶训练, 建构终生学习环境, 不断提升服务本领。

(三) 自我成长(即高阶培训): 不定期由资深或具专长的人员针对服务活动所需之内容, 带领志愿者自我成长学习。

(四) 座谈会: 每年举办座谈会以增进志愿者之间的沟通交流及反馈对保护区工作的意见和建议, 并表彰优秀志愿者。

第十三条 建立工作纪律制度。

(一) 志愿者在志愿服务期间应着工作服、配戴工作证, 并遵守保护区相关法律法规, 为公众树立良好榜样。

(二) 工作登记。每次上岗前需做好签到, 服务结束后应做好签退。此将作为对志愿者工作的考勤及服务时长核算依据。

(三) 排定带团引导解说或活动支持, 应事先做好准备, 包括联络、解说规划、提前到达约定地点等, 并至志愿者服务中心签退。排定游客中心服务应配合游客中心运作, 掌握到达时间, 并完成签到退手续, 不得私自更改行程或提早离开。

(四) 志愿者在每次服务结束后, 需认真填写《志愿服务记录单》, 以用作对活动的记录留档和对志愿者服务质量的考核依据。

(五) 若遇到违反保护区法律法规事件, 应予以劝阻, 如劝阻无效应通知保护区工作人员处理。

(六) 未能到勤: 已登记、排定服务时间而未能到勤者须自行联系

好代班志愿者，并提前告知环教中心及相关活动负责人以作备案。如未能自行联系到代班志愿者，须于服务日三天前告知环教中心及相关活动负责人，以便另行排定人员。

第十四条 建立服务考核制度。环境教育中心负责对志愿者工作定期进行评估，对于表现优异者实行奖励以示鼓励，对于表现不合格者实行劝退清理。

（一）服务时长考核

1、本办法以服务点数作为计算志愿者服务时长的计量单位。每累计四小时为0.5点，累计八小时为1点。

2、服务时长的年度计算周期，正式志愿者为每年一月一日起至当年十二月三十一日止，实习志愿者为基础训练合格日起至翌年十二月三十一日止。

3、以每次服务工作完成后填好《志愿服务记录单》为单次活动结束依据。以此计算志愿者单次活动服务点数，每累计四小时，加服务点数0.5点，累计八小时加1点。

4、协助保护区管理处各科室日常工作，视工作内容予以相当之服务点数。

5、为鼓励志愿者参与管理处举办的各类解说培训活动，参与一日者加1/3个服务点数，全年最高可加2个服务点数。

6、为鼓励志愿者参与志愿者表彰大会，凡颁奖活动当日参加者，加1个服务点数。

7、依据第十三条工作纪律之规定，已登记、排定服务时间而未能到勤的志愿者，出现以下情形的予以扣减相应服务点数：

（1）自行联系好代班志愿者而未告知环教中心及相关活动负责人的志愿者，扣减服务点数1点（服务时长8小时）。

（2）未自行联系好代班志愿者且未于服务日三天前告知环教中心及相关活动负责人的志愿者，扣减服务点数1点（服务时长8小时）。

（3）未能到勤且未告知环教中心及相关活动负责人的志愿者，每次扣减服务点数5点（服务时长40小时）。

（4）若因不可抗拒之紧急情事而未能到勤且未自行联系好代班志

愿者，须告知环教中心及相关活动负责人，经核实后理由正当者可不予扣减服务点数。

8、其他未尽事项，如服装仪容不整、言行不当等违反志愿者应有之职责与形象者，视情节严重酌予扣减服务点数。

（二）服务质量考核

环境中心将通过活动反馈、能力测试、民主评选等方式对志愿者在志愿服务期间的服务质量进行考核。

（三）实习解说志愿者的考核标准

1、是否达到实习期间所需要的服务点数（在培训时公布）。

2、是否根据管理处的日常要求，善尽志愿者的义务与职责。

第十五条 建立资格存续制度。志愿者在年度服务计算期内出现下列情形者，保护区管理处及环教中心将召开志愿者考评会议，商议志愿者资格的存续。经志愿者考评会议商议决定，给予志愿者批评警告或劝退处理。

（一）排定服务未到勤且未告知环教中心，且未于一个月内提出未到勤报告达两次者，或累计两次排定服务未到勤且未告知本处者。

（二）服务意愿回复表及其他须回复文件，不予回复或累计两次未按时回复者。

（三）无正当理由多次不服从志愿服务组织工作安排的。

（四）在服务过程中态度明显不佳，有损保护区形象的。

（五）不遵守纪律造成服务对象损失或影响服务活动成效，给志愿者服务项目及活动造成不良影响，且情节严重的。

（六）做出违反志愿者服务宗旨，损害保护区权益及声誉的。保护区保留对情节严重者追究法律责任的权利。

第十六条 志愿者的自主退出。志愿者可自主申请取消其注册志愿者资格。申请取消志愿者资格的，需向环教中心提交书面申请，经商议通过后。按需办理工作交接等手续，并交回相关工作证件及物品。

第六章 激励和表彰

第十七条 依据已认定的注册志愿者服务时间计算志愿者服务点数，

实行星级认证制度和奖章授予制度；结合注册志愿者服务业绩，推荐其参加评选表彰活动。

第十八条 建立志愿者星级认证制度。根据志愿者服务的时间累计及服务评价情况，认定其为一至五星志愿者。星级志愿者应佩戴相应标志。

（一）志愿者注册后，参加志愿服务时间累计达到28小时（3.5点）的，认定为“一星志愿者”；

（二）志愿者注册后，参加志愿服务时间累计达到60小时（7.5点）的，认定为“二星志愿者”；

（三）志愿者注册后，参加志愿服务时间累计达到100小时（12.5点）的，认定为“三星志愿者”；

（四）志愿者注册后，参加志愿服务时间累计达到200小时（25点）的，认定为“四星志愿者”；

（五）志愿者注册后，参加志愿服务时间累计达到300小时（37.5点）的，认定为“五星志愿者”。

第十九条 建立志愿者奖章授予制度。根据志愿者注册以后从事志愿服务的时长与绩效，授予不同级别的志愿服务奖章。

（一）大滨鹬奖章：连续二年服务时数合计达480小时（60点）或连续服务十年以上者；

（二）震旦鸦雀奖章：连续三年服务点数合计达840小时（105点）或连续服务十五年以上者；

（三）黑脸琵鹭奖章：连续四年服务点数合计达1600小时（200点）或连续服务二十年以上者；

（四）白头鹤奖章：已具备前项三种荣誉奖章且服务状况持续表现良好者，或做出显著或特殊贡献者，报告管理处领导核准，享有保护区志愿者之最高荣誉，且不受年终服务时数考核；

（五）资深服务奖章：

1. 连续十年服务点数合计达2400小时（300点）；

2. 连续二十年服务点数合计达3200小时（400点）；

3. 连续三十年服务点数合计达4000小时（500点）。

第二十条 对于具有专业技能的志愿者，将视工作内容确定为核心志愿者，并给予适当的志愿者津贴。如参与拍摄、绘画等工作，其所创作的照片、画作等作品需留存原稿或电子版给保护区以备后用。

第七章 附则

第二十一条 本办法的修改、变更、解释权归崇明东滩鸟类国家级自然保护区管理处所有。



保护区内注意事项:

1. 请选择适合户外活动的衣服和鞋子，并尽量穿着深色系或素色系衣服，避免鲜艳色彩对保护鸟类的干扰。
2. 若对日晒、蚊虫、植物等有过敏反应，务必做好防护准备。
3. 请尽量携带自用水杯，减少使用一次性杯子和矿泉水瓶。
4. 请不要采摘、捡拾活动区域内的植物、动物，并尽量低声细语，避免对保护动植物的干扰。
5. 请遵守岗位职责，在指定区域内履职。
6. 请爱护设备器材，按照使用说明操作。
7. 请勿在工作岗位吸烟。