



Instituto Superior
de Ciências Educativas
do Douro



Voluntariado

Volume 1, Edição 1

Julho 2023





NESTA EDIÇÃO:

O que é o voluntariado?	3
O que é ser voluntário?	4
Princípios do voluntariado	5
Deveres e direitos do Voluntário	6
Benefícios do Voluntariado	8
Voluntariado no ISCE Douro: - Ações desenvolvidas	10
Conclusões finais	22
Contactos	24





“A solidariedade é o sentimento que melhor expressa o respeito pela dignidade humana.”

Franz Kafka

O QUE É O VOLUNTARIADO?

“um conjunto de ações de interesse social e comunitário, realizadas de forma desinteressada por pessoas, no âmbito de projetos, programas e outras formas de intervenção ao serviço dos indivíduos, das famílias e da comunidade, desenvolvidos sem fins lucrativos por entidades públicas ou privadas. Excluem-se as atuações que, embora desinteressadas, tenham um carácter isolado e esporádico ou sejam determinadas por razões familiares, de amizade e de boa vizinhança” (Lei n.º 71/98, de 3 de Novembro).



VOLUNTÁRIO:

“indivíduo que de forma livre, desinteressada e responsável se compromete, de acordo com as suas aptidões próprias e no seu tempo livre, a realizar ações de voluntariado no âmbito de uma organização promotora. A qualidade de voluntário não pode, de qualquer forma, decorrer de relação de trabalho subordinado ou autónomo ou de qualquer relação de conteúdo patrimonial com a organização promotora”
(Lei n.º 71/98, de 3 de Novembro).



*“O maior bem que fazemos aos outros não é comunicar-lhes a nossa riqueza, mas revelar-lhes a sua”
(Loius Lavelle)*



PRINCÍPIOS DO VOLUNTARIADO:

⇒ **Solidariedade**

⇒ **Participação**

⇒ **Cooperação**

⇒ **Responsabilidade**

⇒ **Gratuidade**

⇒ **Convergência**

⇒ **Complementaridade**

(Art.º 6.º da Lei n.º 71/98, de 3 de novembro)



“Por vezes sentimos que aquilo que fazemos não é senão uma gota de água no mar. Mas o mar seria menor se lhe faltasse uma gota”

Madre Teresa De Calcutá



Direitos do voluntário:

- ⇒ Ter acesso a programas de formação inicial e contínua, tendo em vista o aperfeiçoamento do seu trabalho voluntário;
- ⇒ Dispor de um cartão de identificação de voluntário;
- ⇒ Enquadrar-se no regime do seguro social voluntário, no caso de não estar abrangido por um regime obrigatório de segurança social;
- ⇒ Exercer o seu trabalho voluntário em condições de higiene e segurança;
- ⇒ Faltar justificadamente, se empregado, quando convocado pela organização promotora, nomeadamente por motivo do cumprimento de missões urgentes, em situações de emergência, calamidade pública ou equiparadas;
- ⇒ Receber as indemnizações, subsídios e pensões, bem como outras regalias legalmente definidas, em caso de acidente ou doença contraída no exercício do trabalho voluntário;
- ⇒ Estabelecer com a entidade que colabora um programa de voluntariado que regule as suas relações mútuas e o conteúdo, natureza e duração do trabalho voluntário que vai realizar;
- ⇒ Ser ouvido na preparação das decisões da organização promotora que afetem o desenvolvimento do trabalho voluntário;
- ⇒ Beneficiar, na qualidade de voluntário, de um regime especial de utilização de transportes públicos, nas condições estabelecidas na legislação aplicável;
- ⇒ Ser reembolsado das importâncias despendidas no exercício de uma atividade programada pela organização promotora, desde que inadiáveis e devidamente justificadas, dentro dos limites eventualmente estabelecidos pela mesma entidade.

(Art.º 7.º da Lei n.º 71/98, de 3 de novembro)

Deveres do voluntário:

- ⇒ Observar os princípios deontológicos por que se rege a atividade que realiza, designadamente o respeito pela vida privada de todos quantos dela beneficiam;
- ⇒ Observar as normas que regulam o funcionamento da entidade a que presta colaboração e dos respetivos programas ou projetos;
- ⇒ Atuar de forma diligente, isenta e solidária;
- ⇒ Participar nos programas de formação destinados ao correto desenvolvimento do trabalho voluntário;
- ⇒ Zelar pela boa utilização dos recursos materiais e dos bens, equipamentos e utensílios postos ao seu dispor;
- ⇒ Colaborar com os profissionais da organização promotora, respeitando as suas opções e seguindo as suas orientações técnicas;
- ⇒ Não assumir o papel de representante da organização promotora sem o conhecimento e prévia autorização desta;
- ⇒ Garantir a regularidade do exercício do trabalho voluntário de acordo com o programa acordado com a organização promotora;
- ⇒ Utilizar devidamente a identificação como voluntário no exercício da sua atividade.

(Art.º 8.º da Lei n.º 71/98, de 3 de novembro)



Benefícios do Voluntariado

- ⇒ **Permite evoluir e conhecer-se melhor;**
- ⇒ **Aumento e aprimoramento das capacidades sociais;**
- ⇒ **Diminuição do stress, aumento dos níveis de felicidade;**
- ⇒ **Aumenta a rede de contactos;**
- ⇒ **Aquisição competências valorizadas;**
- ⇒ **Enriquecer o seu currículo;**

(Figueiredo, 2021)



“À medida que envelheceres, descobrirás que tens duas mãos: uma para ajudar-te a ti mesmo, a outra para ajudar os outros.”

Audrey Hepburn



Ação de voluntariado na associação CASA- Centro de Apoio ao Sem Abrigo, Porto, por parte das alunas do 2º ano, da licenciatura de Educação Social e do 1º anos do CTeSp de Serviço Familiar e Comunitário.



Voluntariado no ISCE Douro

Ações desenvolvidas no ano letivo 2022/2023



Ações desenvolvidas :

Ao longo dos últimos quatro meses, os voluntários do ISCE Douro levaram a cabo diversas ações de voluntariado, nomeadamente:

Na Junta de freguesia de Penafiel;



Na ADASM– Associação de Apoio Social de Meinedo;



Na Associação CASA– Centro de Apoio ao Sem Abrigo do Porto;





CASA PORTO

As estudantes do 1º ano do CTeSp de Serviço Familiar e Comunitário e do 2º ano da licenciatura de Educação social, visitaram a Associação CASA-Centro de Apoio ao Sem Abrigo do Porto.

No âmbito do projeto: “Equipas de Rua”, as alunas colaboraram com os voluntários da associação na preparação de kits de comida, na cozinha da Associação e, posteriormente na distribuição dos mesmos pela população em situação sem abrigo pela cidade invicta. Ainda procederam à recolha de peças de vestuário para a sua distribuição na mesma noite.

Existiu também a participação no projeto: “Restaurante Solidário”, onde prepararam e serviram comida diretamente aos utentes desta associação, que se dirigem aos serviços deste projeto.



"Fazer voluntariado é dar e receber muito mais sem o esperar."

Inês, 1º ano do CTeSp de Serviço Familiar e Comunitário



"Ser voluntário é crescer a partir das experiências do outro"

Carla Ramos, 1º ano do CTeSp de Serviço Familiar e Comunitário



"Voluntários não são pagos com dinheiro porque o que fazem não tem preço. Não é sobre há quanto tempo o fazemos, mas quanto amor colocamos no que fazemos."

Catarina, 1º ano do CTeSp de Serviço Familiar e Comunitário



"Solidariedade é o melhor presente que qualquer um pode oferecer."

Beatriz, 1º ano do CTeSp de Serviço Familiar e Comunitário



*“Os voluntários não
têm necessariamente o
tempo, têm o coração”*

Elizabeth Andrew





JUNTA DE FREGUESIA DE PENAFIEL

As alunas da licenciatura de Educação Social do 2º ano, realizaram ações de voluntariado com a população sénior do centro de dia da Junta de Freguesia de Penafiel. Ao longo dos últimos meses dinamizaram diversas atividades:

Pintar ovos com os idosos com o objetivo de transmitir alegria em grupo, partilha, cor e permitir soltar a imaginação. Elsa, uma das voluntárias refere que, “O engraçado é que eu ainda fui gozada por alguns a dizer que já havia pintainhos espalhados pela junta, devido à demora de pintar os ovos.”

Muitas outras atividades foram dinamizadas na Junta de Freguesia de Penafiel: karaoke, dominó, cartas, jogos de pesca, muitas conversas e culinária. Manuela, outra voluntária, diz que “Tivemos uma tarde a fazer coccos com os idosos, maior parte participou, mas o que gostaram mais foi de comer.”

Por fim, os idosos ainda foram incluídos em atividades do ISCE Douro:

Participação na construção de um laço azul humano, para assinalar o Mês da Prevenção dos Maus-Tratos na Infância e Juventude, em conjunto com alunos, corpo docente e não docente.

Assistiram ao teatro: “As tradições”, dinamizado pelo 1º ano da licenciatura de Educação Social e o 1º ano do CTeSP de Apoio a Crianças e Jovens,, que culminou em muita dança, gargalhadas e abraços. No final, ainda participaram num lanche de convívio com os alunos.





“O voluntariado para além de nos levar a compreender as desigualdades existentes na sociedade também nos transforma pessoalmente.”

Lurdes, 2º ano da Licenciatura de Educação Social

“Voluntariado é fazer alguém feliz.”

Manuela Soares, 2º ano da Licenciatura de Educação Social



“A solidariedade é contagiosa. Contagie e fará alguém sorrir!”

Elsa, 2º ano da Licenciatura de Educação Social



“Ser voluntária é o encontro com a felicidade nesta vida, é a oportunidade para não me fechar em mim mesma, é a liberdade das coisas domésticas e dos problemas pessoais. Sair para estar com o Outro a resolver os problemas dele, é abertura para resolução dos meus, por vezes tão insignificantes.

Já dizia Bergoglio em 2014 na Carta aos consagrados que encontraremos a vida dando a vida, a esperança dando a esperança, o amor, amando.”

Filipa Pinto, 2º ano da Licenciatura de Educação





ADASM

ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO E APOIO SOCIAL DE
MEINEDO

Na ADASM, o voluntariado era 3 dias por semana, e estiveram envolvidos estudantes de Desporto e Educação Social, cada dia tinha uma atividade da associação definida, as alunas voluntárias dinamizavam atividades com os idosos que não queriam participar nas que eram proporcionadas pela associação. Algumas das atividades realizadas pelas mesmas foram: bingo, dominó, canções tradicionais, revelação da sua própria fotografia, entre muitas outras.



“Assim, termina esta etapa maravilhosa ao lado deste movimento sénior fantástico, que é a ADASM.

Conheci pessoas maravilhosas, que me acolheram como uma neta e me fizeram sentir como família. Recebi amor, carinho e, acima de tudo, recebi histórias de vida que me fizeram ver o mundo com outros olhos.

Hoje não é uma despedida, mas sim um até já...

Para sempre, ADASM!”

Vanessa, 3º ano da licenciatura de Desporto

CONCLUSÕES FINAIS:

O S. João foi a melhor forma de terminar a experiência de

Ao longo dos últimos quatro meses foi possível verificar que, com gestos muito simples, é possível criar impacto na vida das pessoas.

Aos voluntários deixamos um agradecimento especial por todo o seu trabalho e empenho. Sem a sua dedicação, esforço e solidariedade nada deste impacto era possível.

A vulnerabilidade social é uma realidade, e apenas com a participação ativa de todos é possível criar um mundo melhor e mais inclusivo, onde TODOS possamos ser felizes!

Foram meses maravilhosos e mal podemos esperar pelos próximos.



“Os voluntários não são pagos, não porque sejam inúteis, mas porque não têm preço.”

- Sherry Anderson





Instituto Superior
de Ciências Educativas
do Douro

ISCE Douro

Rua Vitorino da Costa, n.º 96
4560-708 Penafiel | PORTUGAL

+351 255 318 550

geral@iscedouro.pt

Edição:

Belinda Ribeiro

Revisão:

Cátia Vaz

Contributos:

Voluntários do ISCE Douro

