



**o nosso mundo é humano.**

Organização Não Governamental para o Desenvolvimento

## **Oficina de Voluntariado Internacional (com vista à integração no programa da Helpo)**

Preparação para missões de curta e longa duração, visitas  
ao terreno e contacto com comunidades locais

A) - A realização desta oficina tem como propósitos:

1. Facultar informação sobre as modalidades de intervenção que a Helpo utiliza na implementação dos seus processos de voluntariado;
2. Selecionar os participantes para integrar os programas de voluntariado Internacional promovido pela Helpo (longa e curta duração, se assim se justificar);
3. Contribuir para o esclarecimento de todos os participantes que desejem empreender, à margem de qualquer programa de voluntariado, visitas aos projetos e trabalho da Helpo no terreno.

B) – Esta oficina abrange uma componente teórica e uma componente de dinâmicas de grupo. O conjunto das duas componentes e da performance dos participantes ao longo da oficina, permitirá à Helpo proceder à seleção dos candidatos que se proponham a integrar o seu programa de voluntariado internacional.

C) – Os critérios de seleção que estão na base do recrutamento dos participantes que integrarão o programa de voluntariado internacional da Helpo são:

- Apreciação do CV e carta de motivação (dos quais se pretende retirar conclusões sobre o perfil dos voluntários em termos de gostos, experiência de vida, expectativas, etc.);
- Sensibilidade a diferenças sociais e culturais;
- Facilidade de trabalho em equipa;
- Independência / autonomia;
- Flexibilidade em termos da readaptação de actividades ou metodologias nos diferentes contextos;
- Tolerância à frustração;
- Tolerância ao stress;
- Calma;
- Assertividade;
- Capacidade de assumir responsabilidade;



**o nosso mundo é humano.**

Organização Não Governamental para o Desenvolvimento

- Respeitadores de regras/ hierarquia;
- Facilidade de aceitação de críticas e conselhos;
- Demonstração de bom senso;
- Elevada maturidade.

Os módulos teóricos contemplados nas 20h da oficina são:

**1. Módulo Introdutório** (Apresentação da Helpeo; Legislação sobre o voluntariado; Visão sobre o Voluntariado; Enquadramento de voluntários em estruturas de variadas dimensões; tipos de programas de voluntariado; competências, formação e perfil do voluntário).

**2. Módulo de Relativismo Cultural** (Particularidades culturais e heranças históricas; Organização Social em sociedades multiétnicas e tribais; ajuste de Postura Comportamental).

**3. Impacto e Quotidiano no terreno** (Impacto nas comunidades; Impacto na equipa de trabalho; Impacto nas relações com parceiros locais; Impacto para a Organização; Impacto para os voluntários; As limitações no quotidiano; Os cuidados ao nível da saúde; A segurança individual; Os condicionalismos burocráticos; O pós-voluntariado).

**4. Intervenção em Emergência** (O que é uma emergência; O que é a intervenção/ação humanitária; Para que serve a intervenção humanitária; Contextos de normalidade com contornos emergenciais; A Helpeo e a intervenção em contexto de emergência).

**5. Projetos de Nutrição da Helpeo** (Conhecer os projetos de Nutrição Materno-Infantil implementados pela Helpeo, uma vez que a oficina também é frequentada pelos candidatos a programas de estágio da Helpeo nesta área).

*Ao longo dos módulos são desenvolvidas dinâmicas de grupo submetidas aos temas. Ao longo da oficina também se pretende apresentar algumas experiências de voluntariado na primeira pessoa.*

*Aos interessados em participar nesta oficina, numa perspetiva de se candidatarem a integrar o programa de voluntariado internacional da Helpeo, pedimos o favor de dar especial atenção ao quadro que se segue.*



**o nosso mundo é humano.**  
Organização Não Governamental para o Desenvolvimento

A Helpo pede-lhe humildemente que NÃO se candidate a este programa caso:

1. Não considere poder ver-se privado do contacto próximo e quotidiano com os seus amigos, familiares, ou outros no seu país de origem;
2. Não tenha uma estrutura emocional suficientemente forte que lhe permita lidar com situações de pressão individual, ou de pressão a que a sua equipa possa encontrar-se sujeita;
3. Não se encontre em condições de reavaliar o seu padrão cultural de modo a poder aprender a comportar-se de forma socialmente aceite numa cultura consideravelmente diferente;
4. Não se considere capaz de superar a falta de objectos, condições, abundância e variedade de géneros a que possa estar habituado(a) a aceder no seu dia-a-dia;
5. Não tenha capacidade para se inserir e trabalhar proficuamente no seio de uma equipa de trabalho e/ou para responder hierarquicamente ao que lhe possa ser pedido;
6. Não tenha a humildade e vontade de aprender suficientes que lhe permitam seguir as orientações e conselhos daqueles que conhecem a realidade local, permitindo-lhe tirar o maior partido possível desta experiência;
7. Procure receber, mais do que dar; ensinar, mais do que aprender; realizar expectativas pré-imaginadas, mais do que deixar-se surpreender pela realidade que irá encontrar;
8. Não seja um indivíduo de fácil trato, sociável e pronto para estabelecer e desenvolver relações de ordem pessoal necessárias à manutenção de uma rede local informal de solidariedade, que facilitará sem dúvida a sua integração e adaptação;
9. Não seja um indivíduo autónomo, capaz de propor, sugerir e apresentar soluções de forma inteiramente construtiva por forma a fazer com que a organização cresça um pouco mais devido à sua participação neste projeto.
10. Não disponha de uma disponibilidade mínima de 15 meses: 300 horas de formação presencial e voluntariado na sede da Helpo em Cascais + 12 meses de voluntariado no terreno (para o caso de voluntariado de longa duração) ou não disponha de uma disponibilidade mínima de 4 semanas (para o caso de voluntariado de curta duração).



**o nosso mundo é humano.**  
Organização Não Governamental para o Desenvolvimento

Programa de voluntariado internacional de **longa duração**, promovido pela Helpo:

- A)- Os voluntários deverão ter uma **disponibilidade mínima de 15 meses** (300 horas de formação presencial e voluntariado na sede da Helpo em Portugal e 12 meses de voluntariado no terreno);
- B)- A Helpo é responsável pelo pagamento de 80% do valor total da viagem, sendo os restantes **20% da responsabilidade do próprio voluntário**;
- C)- **O voluntário deve tratar do seu visto** (sob orientação da Helpo) e é **responsável pelo pagamento do mesmo**;
- D) A Helpo responsabiliza-se pelo alojamento e alimentação (disponibilizada na casa-escritório da Helpo) dos voluntários no terreno.

Programa de voluntariado internacional de curta duração, promovido pela Helpo:

- A)- Os voluntários deverão ter uma **disponibilidade mínima de 4 semanas**;
- B)- O voluntário é **responsável pelo pagamento total da viagem**;
- C)- O voluntário deve **tratar do seu visto** (sob orientação da Helpo) e é **responsável pelo pagamento** do mesmo;
- D) A Helpo responsabiliza-se pelo alojamento e alimentação (disponibilizada na casa-escritório da Helpo) dos voluntários no terreno.

NB: O programa de voluntariado de curta duração visa dar resposta a necessidades concretas identificadas no terreno.



**o nosso mundo é humano.**  
Organização Não Governamental para o Desenvolvimento