



GUIA DO VOLUNTÁRIO

O MANUAL COMPLETO DO VOLUNTARIADO PARA PESSOAS
ENGAJADAS EM CAUSAS SOCIAIS





Curitiba, agosto - 2019

Produção de conteúdo: Patrícia Nalevaiko, Tania Mara Cardozo

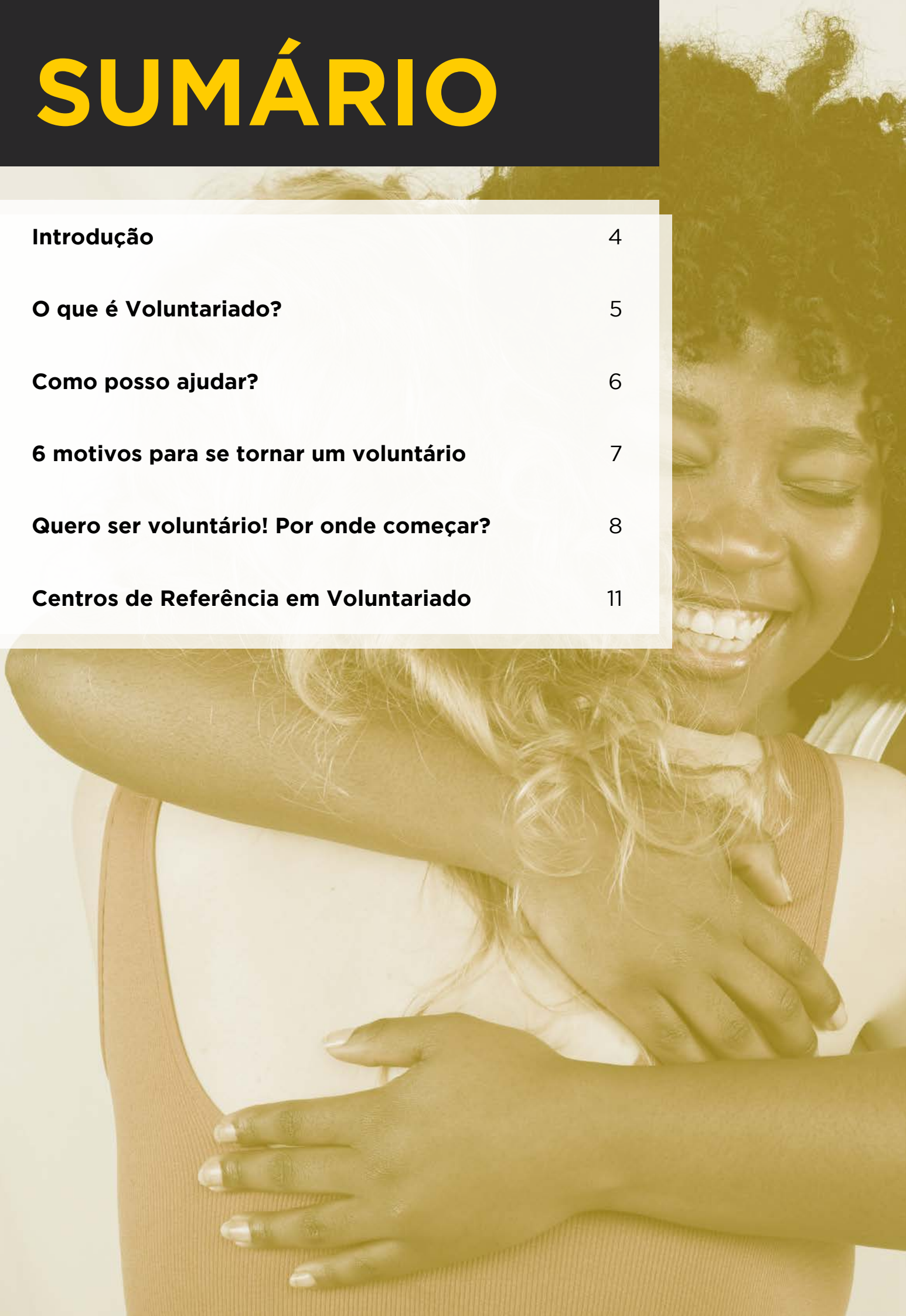
Revisão: Ana Gabriela Borges, Elaine Tezza Moratelli

Diagramação: Arianne Cordeiro

Imagens: Freepik, Pixabay - todos os direitos reservados

SUMÁRIO

Introdução	4
O que é Voluntariado?	5
Como posso ajudar?	6
6 motivos para se tornar um voluntário	7
Quero ser voluntário! Por onde começar?	8
Centros de Referência em Voluntariado	11



Introdução

Você sabia que dos **207,7 milhões** de brasileiros, apenas **11%** realizam alguma atividade voluntária?



Nós, do **Instituto GRPCOM** e do **Movimento Voluntariado de Curitiba (MVC)**, queremos mudar essa realidade, pois acreditamos que uma sociedade melhor se constrói ao darmos as mãos e trabalharmos juntos.

Se você já pensou em ser voluntário, mas não foi em frente por acreditar que não tinha condições de ajudar, saiba que existem muitas maneiras de ser solidário e mesmo as atividades mais simples podem causar um grande impacto em uma comunidade. Além disso, a soma de pequenas ações pode gerar um resultado transformador em toda a sociedade.

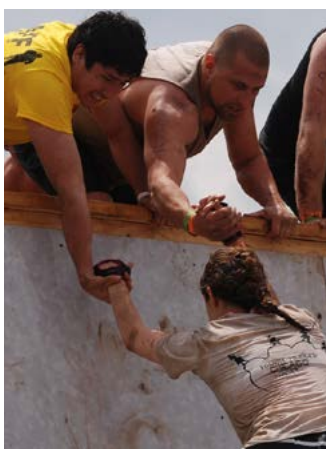
O que é Voluntariado?

Voluntariado é o conjunto de ações, desenvolvidas sem fins lucrativos, que visam favorecer a sociedade (indivíduos, OSC, famílias ou comunidades), por meio de programas, projetos ou outras formas de intervenção.

Além de agregar muito às pessoas e organizações das mais diferentes causas sociais, o voluntariado também pode ser transformador para quem o executa, ou seja, o para o próprio voluntário.



O que é Ser Voluntário?



Segundo a definição da ONU, voluntário “É o jovem ou o adulto que, devido a seu interesse pessoal e ao seu espírito cívico, dedica parte do seu tempo, sem remuneração alguma, a diversas formas de atividades, organizadas ou não, de bem estar social, ou outros campos...”

Ou seja, o voluntário é alguém que está disposto a ceder seu tempo e suas habilidades e que, além de qualquer aptidão, acredita na sua responsabilidade social e doa-se sem esperar um benefício direto. Trabalha por um mundo mais justo e melhor para todos.

Como posso ajudar?

Existem muitas formas de atuar voluntariamente em uma instituição. Conheça abaixo os Tipos de Voluntários:



Pontual ou Esporádico: Participa de pequenos projetos ou ações pontuais.



Permanente: Mantém rotina permanente de comparecimento.



Profissional: Atua ofertando sua competência profissional, no local de trabalho ou na OSC.



On-line: Atividade virtual. Trabalho desenvolvido através da internet.



Doador: É o voluntário que atua através de doações materiais ou financeiras.

6 motivos para se tornar um voluntário



Voluntariado é cidadania!

Exercer o voluntariado é uma forma de exercer a cidadania e fazer a sua parte pela transformação da sociedade.



Aprender coisas novas e conhecer outras realidades

É comum que no voluntariado possamos experimentar novas habilidades e vivenciar realidades e contextos diferentes do nosso, expandindo a nossa visão de mundo.



Descobrir o que te move

Encontrar uma causa e se engajar nela pela busca de um mundo melhor pode mudar a forma como você entende a vida!



Deixar um legado

Ao fazer o bem, você deixa a sua marca e ajuda a construir um mundo melhor.



Ser valorizado no mercado de trabalho!

As empresas valorizam cada vez mais as soft skills, habilidades como empatia e colaboração podem ser desenvolvidas durante o voluntariado e fazer a diferença no seu currículo.



Fazer o bem, só faz bem!

Além de ajudar os outros, você também se sentirá muito melhor ao saber que faz a diferença!

A hand is holding a large yellow question mark cutout with a white border. The cutout is positioned on the right side of the page, partially overlapping the text area. The hand is visible from the bottom right, holding the bottom part of the question mark.

Quero ser voluntário!

Por onde começar?

Ficou convencido e quer se voluntariar agora mesmo, mas não sabe por onde começar?

Confira, nas páginas a seguir, o nosso passo a passo!

01

Descubra qual é a causa que te motiva.

Faça uma reflexão e pense em quais causas te engajam, em qual área você gostaria de ajudar.



Busque informações sobre a causa

Pesquise quais são os maiores desafios da causa em questão, as soluções que já estão sendo implementadas e principalmente quais são as organizações da sua cidade que atuam com essa causa.

02

03

Faça uma análise do seu perfil

Você se considera calmo ou agitado? É muito tímido ou extrovertido? Reconhecer características como essas possibilita que você encontre uma atividade que realmente combine com você.



Escreva uma lista com suas principais habilidades

Podem ser atividades que você realiza profissionalmente ou como hobbies, mas lembre-se: algumas atividades não exigem experiência na área, a boa vontade é a habilidade mais importante!

04

05

Determine quanto tempo você pode dedicar

Refleta sobre quanto tempo você pode dedicar e que tipo de voluntário você quer ser (pontual, profissional, on-line...)

PRÓXIMA PÁGINA



06

Procure um local em que possa se capacitar e ser encaminhado

Se houver um centro de promoção do voluntariado, procure por capacitação e encaminhamento. Se você não conhece ou se não há nenhuma instituição promotora do voluntariado em sua região, procure diretamente uma organização ou iniciativa e descubra quais são as ações realizadas e a melhor forma de ajudar.



Visite mais de uma Organização antes de se comprometer

Mesmo instituições que atuam com a mesma causa, podem ser diferentes. Procure pelo menos duas ou três organizações para descobrir em qual se sente mais à vontade.

07

08

Prepare-se para sua chegada:

Não inicie sem ter certeza das ações que irá desenvolver, do conhecimento das regras da instituição e assinatura do Termo de Voluntariado. É obrigação de toda instituição deixá-lo seguro para dar o melhor de seu potencial



**Assumi um compromisso?
Seja responsável!**

Se você assumiu um compromisso com uma Organização, comprometendo-se a estar lá com certa frequência, seja responsável, pois além de a OSC estar contando com a sua colaboração, em muitos casos cria-se um vínculo afetivo com o público atendido, o que pode gerar uma expectativa.

09

10

Orgulhe-se da sua atitude!

Dedicar uma parte do seu tempo livre para fazer o bem é motivo de orgulho! Parabéns por ajudar a construir o mundo com o qual sonhamos!



Centros de Referência em Voluntariado

Os centros de voluntariado buscam ligar pessoas que querem ser voluntárias às organizações que estão procurando por algum serviço.

Conheça abaixo Centros e Plataformas que oferecem esse tipo de serviço:

O **Atados** é uma organização da sociedade civil (OSC) que atua em prol do fortalecimento do Terceiro Setor, estabelecendo conexões entre organizações parceiras e voluntários interessados em gerar transformações positivas na sociedade. Possui uma plataforma gratuita onde divulga vagas de trabalho voluntário e mobiliza pessoas dispostas a ajudar. Também oferece gratuitamente às organizações atividades de troca e integração e articulação do Terceiro Setor e realiza programas de voluntariado corporativo e responsabilidade social, conectando empresas a organizações e projetos.



Público Atendido: Pessoas Físicas, Empresas e OSC

Objetivo: Conectar voluntários a diversas oportunidades abertas por organizações de todo o Brasil.

Atendimento: on-line.

A **FreeHelper** é uma startup social, sem fins lucrativos, que trabalha para aproximar ONGs e voluntários especializados nas mais variadas áreas e que buscam uma oportunidade para fazer a diferença e gerar impacto social. Sua missão é acelerar e profissionalizar organizações de todo o mundo e, por isso, procura por profissionais e estudantes que queiram somar e oferecer seus conhecimentos.

Na FreeHelper, todo o processo de seleção de voluntários é realizado de maneira on-line: basta acessar o site e seguir as instruções.

Público atendido: Pessoas Físicas, empresas e OSC.

Objetivo: Ligar pessoas que desejam ser voluntárias às instituições que buscam voluntários

Atendimento: on-line

FREE HELPER

O **Programa Impulso** é um projeto do Instituto GRPCOM que oferece ferramentas, capacitações e ações gratuitas para o fortalecimento de organizações sem fins lucrativos de todo o Paraná e que enxerga o voluntariado como uma das formas de alcançar esse objetivo.

Os interessados em participar podem se cadastrar no site, **clikando aqui**. A partir do cadastro, uma das pessoas responsáveis entra em contato com o candidato e com as organizações, realizando um processo de mediação.

Público Atendido: OSC e pessoas físicas

Objetivo: Ligar pessoas que desejam ser voluntárias às Instituições cadastradas no Programa Impulso, em todo o Paraná.

Atendimento: 08h30 às 17h30 e on-line

impulso

impulso

