

## Atividades de Voluntariado da Instituição

Instituição: APSA – Associação Portuguesa de Síndrome de Asperger

Projeto	Atividade proposta	Público alvo	Nº de voluntários	Nº de horas semanais	Perfil do Voluntário
Participar em atividades de promoção de competências Sociais dos jovens adultos e colaborar nas atividades dos ateliers de carácter vocacional.	Ajudar na construção de materiais e dinamização de atividades em grupo usando conhecimentos da sua área de formação e na organização e execução de tarefas planificadas no contexto de atelier.	Jovens adultos com síndrome de Asperger	1	Entre 3 a 6 horas	O voluntário deverá ser responsável, e empático; ter gosto por trabalhar em equipa; ter capacidade de iniciativa;

Observações adicionais:

## Atividades de Voluntariado da Instituição

Instituição: ASSOCIAÇÃO TEMPOS BRILHANTES

### PROJETO : Viver o Bairro

<b>Atividade proposta</b>	<b>Público alvo</b>	<b>Nº de voluntários</b>	<b>Nº de horas semanais</b>	<b>Perfil do Voluntário</b>	<b>Local</b>
Apoio na organização de visitas de estudo a espaços culturais (teatros, escolas de teatro); - Apoio na divulgação das atividades do projeto no Bairro Padre Cruz e em Carnide - Apoio na elaboração de teasers para divulgação do projeto (edição de imagem e som) - Apoio na dinamização de atividades de teatro com alunos do 8º ano de escolaridade	Alunos do 8º ano; Encarregados de Educação/Familiares; corpo docente da E. B. 2,3 do Bairro Padre Cruz; comunidade do Bairro Padre Cruz	4 (cada voluntário/a pode acumular mais de uma função, pelo que este número varia mediante o número de voluntários)	2 h	capacidade de planeamento e sentido de responsabilidade; capacidade de comunicação; dynamismo e proatividade; interesse pelo mundo das artes, educação e intervenção social	Escola Básica 2,3 do Bairro Padre Cruz

**PROJETO :Gis Re-Condado**

<b>Atividade proposta</b>	<b>Público alvo</b>	<b>Nº de voluntários</b>	<b>Nº de horas semanais</b>	<b>Perfil do Voluntário</b>	<b>Local</b>
Apoio na divulgação do projeto no bairro. Dinamização de workshop nas áreas arte, moda, artesanato, design, sempre pautados pela sustentabilidade. Ações de empreendedorismo. Colaborar para a construção, desenvolvimento e funcionamento da oficina colaborativa do projeto.	Pessoas desempregadas e/ou à procura do primeiro emprego através da criação e venda dos produtos, promovendo a educação e o treinamento da economia circular nas comunidades, ajudando mudança de hábitos dos consumidores.	4 (um por cada dia da semana que a oficina está aberta)	2h (2h por dia/por voluntário)	Que se identifique com a área de atuação do projeto, podendo contribuir com as ações praticas e/ou divulgação do projeto na comunidade. Com experiência ou gosto em carpintaria/ reabilitação de espaços interiores/ decoração.	Marvila, Zona J. Lisboa.

**PROJETO: Zing Planet**

<b>Atividade proposta</b>	<b>Público alvo</b>	<b>Nº de voluntários</b>	<b>Nº de horas semanais</b>	<b>Perfil do Voluntário</b>	<b>Local</b>
Apoio nos intercâmbios do Projeto, monitorando os alunos em viagens de autocarro para o Algarve com a duração de 2 dias (uma noite), durante os intercâmbios os alunos terão um roteiro de visita para cumprir e terão que obter imagens e vídeos para produzirem um vídeo de promoção do território no âmbito do turismo nacional.	Alunos do 2º e 3º ciclo e ensino secundário com idades compreendidas entre os 8 a 18 anos, com necessidades de experiências socio emocionais positivas, por exemplo turmas CEF e alunos oriundos de comunidades minoritárias.	2 a 3 voluntários por intercambio, no total são 10 intercâmbios de 2 dias.	48 h por voluntários	Que se identifique com a área de atuação do projeto, idoneidade, capacidade de liderança, disponibilidade de trabalhar com menores de idade, animação e dinamização de atividades em grupo.	Área Metropolitana de Lisboa (Odivelas, Almada, Seixal e Setúbal) e Algarve (São Brás de Alportel, Olhão, Lagoa, Faro e Vila do Bispo)

**PROJETO: Integrarte**

<b>Atividade proposta</b>	<b>Público alvo</b>	<b>Nº de voluntários</b>	<b>Nº de horas semanais</b>	<b>Perfil do Voluntário</b>	<b>Local</b>
Monitorização dos alunos nas sessões de laboratórios artísticos nas escolas parceiras do projeto. O projeto é constituído por um conjunto diverso de atividades de expressão dramática e através do teatro responder à problemática da não aceitação, discriminação social e exclusão dos jovens, com base em questões raciais e étnicas.	Alunos do 2º e 3º ciclo com idades compreendidas entre os 10 a 14 anos, oriundos das comunidades de migrantes e minorias dos locais de atuação.	1 a 2 voluntários por sessões, três dias de semana.	3h30 semanais dividido por 3 dias.	Que se identifique com a área de atuação do projeto, idoneidade, aptidão para expressão dramática, capacidade de liderança, disponibilidade de trabalhar com menores de idade, animação e dinamização de atividades em grupo.	Área Metropolitana de Lisboa (Alcântara) e Algarve (Olhão)

PROJETOS: AECs (Atividades Extracurriculares) e CAFs

<b>ATIVIDADE</b>	<b>Público alvo</b>	<b>Nº de voluntários</b>	<b>Nº de horas semanais</b>	<b>Perfil do Voluntário</b>	<b>Local</b>
AEC	Crianças do Jardim de Infância e 1º Ciclo.	A combinar	A combinar	Maior de 18 anos e que queira transformar a comunidade através da educação	Arupamentos de Escolas António Luís Verney - <b>LISBOA</b>
					Agrupamento Escolar do Restelo- <b>LISBOA</b>
					Agrupamento Escolar das Laranjeiras - <b>LARANJEIRAS</b>
CAF	Crianças do Jardim de Infância e 1º Ciclo.	A combinar	A combinar	Maior de 18 anos e que queira transformar a comunidade através da educação	Escola Básica Condado- <b>CONDADO</b>
AEC + CAF + AAAF	Crianças do Jardim de Infância e 1º Ciclo.	A combinar	A combinar	Maior de 18 anos e que queira transformar a comunidade através da educação	AE Casquilhos <b>BARREIRO</b>
					AE de Santo André

					<b>BARREIRO</b>
					AE Alfredo da Silva
					<b>BARREIRO</b>

**AEC:** As Atividades de Enriquecimento Curricular, **são** atividades educativas **e** formativas que incidem na aprendizagem da língua inglesa ou de outras línguas estrangeiras **e** nos domínios desportivo, artístico, científico, técnico **e** das tecnologias de informação **e** comunicação.

**CAF:** **É o** conjunto de atividades que asseguram o acompanhamento dos alunos antes **e/ou** depois da componente letiva **e** de enriquecimento curricular, bem como durante os períodos de interrupção letiva.

**AAAF:** As Atividades de Animação **e** Apoio à Família. Destinam-se a assegurar o acompanhamento das crianças na educação pré-**escolar** antes **e** ou depois do período diário de atividades educativas (15h30m -19h00m) **e** durante os períodos de interrupção destas atividades (pausas letivas).

## Atividades de Voluntariado da Instituição

Instituição: Centro Social Paroquial Campo Grande

Projeto	Atividade proposta	Público alvo	Nº de voluntários	Nº de horas semanais	Perfil do Voluntário
<b>CATL – Espaço Boomerang</b>	Explicações / Apoio ao estudo individual ou mini grupos	Jovens dos 10 aos 14	2 a 10	7h30 Das 14h30 às 16h00	Dinâmico, bom comunicador e empático
<b>Jardim de Infância</b>	Dinamização Horta Pedagógica	Crianças entre 3 a 5 anos	4 a 6	1 hora semanal (dia a definir) 10h/11h	Que seja conhecedor dos saberes inerentes
<b>Centro de dia</b>	Dinamização de atividades	Seniores	1	2 horas semanal 11h-12h00 ou 14h-16h00	Empático Cuidadoso
<b>SAD (Serviço de Apoio Domiciliário)</b>	Entrega de Almoços/ Acompanhamento de Utentes	Seniores	2/3	4,5 horas semanais 09h às 13h30	Empático Cuidadoso Pro-ativo
<b>Núcleo Escola (AAAF e CAF)</b>	Acompanhamento das crianças nas atividades	Crianças dos 3 aos 10 anos	2 a 4	5 h/semana <b>AAAF</b> – 16h30-17h30 <b>CAF</b> – 17H30-18H30	Dinâmico, Cuidadoso, Prestável, Com espírito de iniciativa, Criativo

Observações adicionais:



## Atividades de Voluntariado da Instituição\_2022-2023

Instituição: Centro Social e Paroquial São Tomás de Aquino

Projeto	Atividades proposta	Público-alvo	N.º voluntários	N.º horas semanais	Perfil do Voluntário
Desenvolver capacidade básica	Exercícios simples para estimulação cognitiva (noções básicas para lidar com o dia a dia: relembrar as cores, os odores, fazer contas básicas, jogos com objetos e formas, etc...)	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 12h00 e as 14h00 – 16h00	Criativo e paciente
Animação Sociocultural	Apoio na realização de atividades temáticas (ex: máscaras para o Carnaval, coelhos para a Páscoa, postais de Natal, etc). Também animação com música, caso saiba tocar um instrumento.	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 12h00 e as 14h00 – 16h00	Conversador e paciente
Jogos	Interação direta com os utentes através de jogos de cartas, dominó, bingo ou outro	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 12h00 e as 14h00 – 16h00	Conversador e paciente
Alfabetização	Ensinar/relembrar utente a escrever o nome, a preencher atividades/exercícios de estimulação cognitiva	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 12h00 e as 14h00 – 16h00	Empenhado e paciente
Compras	Acompanhamento individual ao comércio local (farmácia e praça – junto ao Centro) ou simplesmente a dar um passeio pelo jardim	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 12h00 e as 14h00 – 16h00	Responsável, cuidadoso e sociável
Notícias	Acompanhamento na leitura de jornal, revista ou telejornal e discussão de notícias atuais	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 12h00 e as 14h00 – 16h00	Ponderado na escolha das notícias a ler/discutir e conversador
Aulas	Aulas de desenho, pintura, informática, tricot/crochet (ou outra) – ou ainda apoio nas aulas já existentes	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 12h00 e as 14h00 – 16h00	Criatividade e conhecimento básico da matéria/área
Internet/PC	Acompanhamento no manuseamento da internet como meio de informação: mostrar o FB da Instituição, pesquisar no google algo de interesse/curiosidade do utente, mostrar imagens da sua terra, escolher uma música que gostasse de recordar, etc	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 12h00 e as 14h00 – 16h00	Conversador e paciente
Almoço e Lanche	Apoio a dar a refeição à boca e ir incentivando para comer	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 12h00 – 13h00 e/ou 16h00 – 16h30	Empático e paciente
Inquéritos e/ou Informação	Realização de inquéritos presenciais e/ou por telefone para aferir o nível de satisfação, informar a realização de um passeio, etc	Utentes de centro de dia e de centro de convívio com mais de 65 anos	1	Entre as 10h00 – 18h00	Conversador e simpático

### Observações adicionais:

O nosso público-alvo é muito diversificado pelo que se aceitam outras propostas para projetos que possam vir a enriquecer os dias dos nossos utentes, com vista ao seu bem-estar e promoção da sua qualidade de vida. Não limitamos o tipo de atividades e entendemos que estas possam ser propostas pelos próprios estudantes indo ao encontro do que sabem e gostam de fazer, e garantindo assim o seu êxito perante os nossos utentes. Desta forma, os projetos acima descritos são meramente indicativos, podendo sempre melhorá-los ou substituí-los. Importa gostar das pessoas que se encontram nesta faixa etária, terem o perfil adequado para poderem conviver e relacionar-se. O facto de serem disponíveis, conversadores, simpáticos, empáticos e pacientes é o suficiente para ser um estágio de sucesso, pois mesmo que não saibam com que projeto avançar a maioria dos nossos utentes gostam sobretudo de conversar.

## Atividades de Voluntariado da Instituição

Instituição: **Re-Food Carnide**

Projeto	Atividade proposta	Público alvo	Nº de voluntários	Nº de horas semanais	Perfil do Voluntário
Combate ao desperdício alimentar redirecionando os excedentes alimentares para quem deles mais necessita	Re-food Carnide funciona de segunda a domingo: Segunda 16:00-21:30 Terça 17:00-20:00 Quarta 19:30 – 21:30 Quinta 17:00 – 19:30 Sexta 21:00 – 23:00 Sábado 16:00-23:00 Domingo 16:00 – 18:00	Alimentar todos na comunidade local que têm carências alimentares	Atualmente cerca de 50 voluntários	2h (também em regime flexível, se acordado)	Responsável, dinâmico, com espírito de equipa

Observações adicionais:

## Atividades de Voluntariado da Instituição

Instituição: ReFood 4 Good - Lumiar

Projeto	Atividade proposta	Público alvo	Nº de voluntários	Nº de horas semanais	Perfil do Voluntário
Concretização de tarefas variadas, no âmbito do resgate e preparação de alimentos, para posterior entrega a famílias carenciadas na zona da freguesia do Lumiar.	Recolha de excedentes alimentares, preparação de refeições completas, seriação de bens alimentares, arrumação e limpeza de material e do espaço do núcleo e atendimento das famílias de beneficiários da ReFood Lumiar.	Alunos de Licenciatura e Mestrado	5 a 10 voluntários	2-4 horas por semana	O voluntário deve mostrar compromisso para com os turnos a que se disponha, dentro do horário de funcionamento, trazendo boa energia e vontade de trabalho.

Observações adicionais:

- A distribuição dos alunos pelos vários dias poderá ser efetuada de forma fixa ou dentro de um regime flexível, estando sempre dependente do número de voluntários já alocados aos turnos de funcionamento e da necessidade semanal dos turnos, comunicada pelos gestores de turno.

- Findo o período de voluntariado curricular, é dada a opção ao aluno para poder continuar ligado ao núcleo, em definitivo, no dia e horário à sua escolha.

## Atividades de Voluntariado da Instituição

Instituição: \_Serve the City Lisboa\_

Projeto	Atividade proposta	Público alvo	Nº de voluntários	Nº de horas semanais	Perfil do Voluntário
Academia da Mudança (Lisboa e/ou Oeiras)	Ateliês, como participantes ou facilitadores	- Pessoas em Situação Sem Abrigo - Séniores em Situação de Isolamento Social/Solidão - Desempregados de longa Duração - Outros	Sem limite de inscrições	2-4h/ semana	Ver anexo
Mobilidade (Lisboa e/ou Oeiras)	Ateliês, como participantes ou facilitadores	- Séniores em Situação de Isolamento Social/Solidão	Sem limite de inscrições	2-4h/ semana	Ver anexo
Cultivar Futuros (Lisboa, Marvila)	Atividades comunitárias centradas nas temáticas da Agricultura Urbana e sustentabilidade, etc.	Membros da comunidade em Marvila, por exemplo: - Crianças e jovens - Desempregados de longa Duração - Outros	Sem limite de inscrições	2-4h/ semana	Ver anexo
Apoio Administrativo (Lisboa, Remoto)	Apoio na elaboração e organização de documentos, registos informáticos, apoio nas comunicações, etc.	- A própria associação e os colegas voluntários, possibilitando o trabalho com todas as pessoas em situação de fragilidades	1 ou 2 voluntários	2-4h/ semana	- Interesse pelo funcionamento das Associações - Conhecimento do Office na ótica do utilizador - Idealmente, capacidade de

					trabalhar com base de dados (providenciam os formação) - Proatividade e Capacidade de Gestão do tempo/tarefas

Observações adicionais:

## Perfil de Posto

DE VOLUNTARIADO



### BairroCidade > Marvila > Voluntários Ateliês da Terra

#### DESIGNAÇÃO

Voluntários Ateliês da Terra

#### RESPONSÁVEL DIRECTO

Inês Cardial, Coordenadora do Projecto

#### OBJECTIVO

Inclusão social através da criação ou fortalecimento de pontes entre bairros municipais e a Cidade, promoção de uma cidadania participativa, valorização das pessoas e do território, redução do abandono e aumento do sucesso escolar, desenvolvimento de uma economia local dinâmica e inovadora.

#### DESCRIÇÃO

Procuramos pessoas com interesse pela agricultura urbana, hortas, permacultura e semelhantes, com disponibilidade para trabalhar a terra em conjunto com os moradores dos quatro Bairros Municipais em Marvila.

#### FUNÇÕES D@ VOLUNTÁRI@

As principais funções serão:

- Apoiar/participar na preparação do solo para horta (limpeza, enriquecimento, design), em conjunto com os moradores;
- Facilitar alguns Ateliês da Terra, caso tenham disponibilidade para tal;
- Acompanhar o desenvolvimento (plantação, manutenção) da(s) horta(s) de forma próxima.

#### LOCAL

Marvila, Lisboa (EB 2,3 e zona envolvente)



## DIA/ HORA

Serão criadas 2 equipas, para 2 dias/ horários a combinar—em princípio uma num dia útil e a outra aos sábados.

## COMPROMISSO MÍNIMO

O compromisso mínimo para este projeto é de 6 meses, com disponibilidade para trabalhar 2-4h por semana neste projecto.

## PERFIL d@ voluntári@

- Reconhecida idoneidade moral e humana;
- Sentido de responsabilidade e compromisso;
- Gosto por agricultura/ jardinagem comestível/ actividades ao ar livre;
- Gosto por trabalho manual e capacidade física;
- Capacidade de trabalho em equipa;
- Disponibilidade interior e de tempo;
- Capacidade de empatia e sensibilidade cultural.

## FORMAÇÃO NECESSÁRIA

Para participar neste projeto, o voluntário deve participar nas seguintes formações (ou equivalentes):

- Sessão de Esclarecimento;
- Formação Específica do Projeto Marvila;
- Formação Específica Academia da Mudança (opcional, mas ideal).

## BENEFÍCIOS

Esta posição traz os seguintes benefícios:

- Oportunidade de ser uma influência positiva na vida dos moradores da zona;
- Oportunidade de motivar colegas e moradores para um estilo de vida mais saudável;
- Oportunidade de desenvolver capacidades de trabalho em equipa e gestão da mudança, que poderão servir como experiência profissional;
- Direito a um certificado de voluntariado com o registo das horas de voluntariado;





## Academia da Mudança > Participante Ateliê Comunitário

### DESIGNAÇÃO

Participante nos Ateliês Comunitário da Academia da Mudança

### RESPONSÁVEL DIRECTO

Céu Salgueiro (Lisboa), Alexandra Gonçalves ou Raquel Coelho (Porto), Coordenadoras do Projeto

### LOCAL E HORÁRIO

Lisboa, Oeiras ou Porto

Em horário a escolher, a partir do calendário divulgado. Em geral, os Ateliês são à tarde/fim do dia nos dias úteis ou sábados à tarde.

### OBJECTIVO

Os Ateliês Comunitários da Academia da Mudança têm 3 objetivos principais, nos quais @s voluntári@s participam:

- Fomentar a inclusão social de pessoas afetadas pela fragilidade ou exclusão social;
- Estimular a pertença, o conhecimento e o abrir-se a novas possibilidades em pessoas que estagnaram ou desistiram de percursos de vida com maior dignidade e riqueza;
- Apoiar a transição de um estado de desinteresse e desmotivação e as ofertas de formação/emprego/ocupação disponíveis, mas nem sempre aproveitadas.

### FUNÇÕES D@ VOLUNTÁRI@

As principais funções serão:

- Participar ativamente no Ateliê Comunitário;
- Estar atento ao ambiente e aos processos de aprendizagem dos convidados, procurando estimular e apoiar a participação de cada um.

### COMPROMISSO MÍNIMO

@ Voluntári@ pode participar dos Ateliês que lhe forem possíveis, e o participante tem o compromisso apenas de fazer os Ateliês agendados. No caso dos Ateliês que pertencem a uma série (Nível 2-4), é necessária a disponibilidade para participar em todos.



## PERFIL d@ voluntári@

@ Participante deve ser uma pessoa:

- Com interesse em ter uma participação social ativa;
- Que valoriza a dignidade humana da pessoa;
- Que pratica a escuta ativa;
- Com capacidade de empatia, resiliência e adaptação (lidar com imprevistos);
- Com sentido de compromisso e responsabilidade.

## FORMAÇÃO NECESSÁRIA

Para participar neste projeto, o voluntário deve completar as seguintes formações (ou equivalentes):

- Sessão de Esclarecimento (1h);
- Formação Específica para a Academia da Mudança (2h).

## BENEFÍCIOS

Esta posição traz os seguintes benefícios:

- Oportunidade de ser um agente de mudança na vida dos participantes dos Ateliês;
- Cobertura por um Seguro de Voluntariado que inclui acidentes pessoais e responsabilidade civil;
- Apoio permanente da rede de voluntariado através de formação, acompanhamento e reconhecimento da atividade voluntária;
- Direito a um certificado de voluntariado com o registo das horas de voluntariado.

## Perfil de Posto

DE VOLUNTARIADO



### Mobil.idade > Participante Ateliers/Roda de Conversa

#### DESIGNAÇÃO

Voluntári@ Participante dos Ateliers Comunitários do Mobil.idade

#### RESPONSÁVEL DIRECTO

Francisco Lino, Coordenador de Voluntariado do Projeto

Vera Rainho, Coordenadora do Projeto Equipa de Mobilização

#### LOCAL E HORÁRIO

Biblioteca Camões, Chiado, Lisboa;

Os Ateliês/Rodas de Conversa ocorrem quinzenalmente, em geral das 15h-17h.

#### OBJECTIVOS

- Combater o isolamento social e promover o envelhecimento ativo e a inclusão dos residentes séniores da Misericórdia;
- Contribuir ativamente para a manutenção e melhoria da mobilidade da pessoa sénior;
- Contribuir eficazmente para a estimulação cognitiva da pessoa sénior;
- Promover a valorização da pessoa do sénior e reforçar o seu papel na comunidade.

#### COMPROMISSO MÍNIMO

O compromisso mínimo para esta posição é de 6 meses com disponibilidade para trabalhar até 5 horas/ mês neste projeto (2 horas quinzenais no local do serviço; 1 hora mensalmente remotamente em contactos com os colegas e coordenação).

#### RESPONSABILIDADES D@ VOLUNTÁRI@

As principais responsabilidades serão:

- Participar nos Ateliês/Rodas de Conversa, estando atento ao ambiente e procurando estimular e apoiar a participação de cada sénior;



- Interagir com os séniores de forma positiva no momento de acolhimento e durante a atividade, mantendo—mesmo assim—a devida segurança e distanciamento;
- Participar nos momentos de briefing da equipa no início do serviço, procurando por isso chegar a horas.

## PERFIL D@ VOLUNTÁRI@

Procuramos pessoas com:

- Interesse em ter uma participação social ativa: resiliente, empática, que pratica escuta ativa;
- Facilidade em relacionar-se com os seniores e estabelecer uma relação positiva com os mesmos;
- Que tem coração motivado para ver vidas de séniores transformadas;
- Que valoriza a dignidade humana da pessoa sénior e deseja de promover e salvaguardar o seu bem-estar;
- Trato calmo e agradável;
- Disponibilidade interior e de tempo;
- Sentido de responsabilidade e compromisso.

## FORMAÇÃO NECESSÁRIA

Para assumir esta responsabilidade, @ voluntári@ deve:

- Integrar a rede Serve the City;
- Participar na Sessão de Esclarecimento do Mobilidade (90min) e Formação sobre a Temática do Envelhecimento (3h).

## BENEFÍCIOS

Esta posição traz os seguintes benefícios:

- Oportunidade de ser uma influência positiva na vida dos séniores;
- Oportunidade de desenvolver capacidades de trabalho em equipa e de sensibilização e interação com população em situações de vulnerabilidade e exclusão;
- Cobertura por um Seguro de Voluntariado que inclui acidentes pessoais e responsabilidade civil;
- Apoio permanente da rede de voluntariado através de formação, acompanhamento e reconhecimento da atividade voluntária;
- Direito a um certificado de voluntariado com o registo das horas de voluntariado.

