

**MANUAL**

**DO**

**VOLUNTARIADO**





## Índice

1. Introdução .....	2
2. Objetivo e Âmbito do Manual do Voluntariado .....	2
3. Definições.....	3
3.1. Voluntariado.....	3
3.2. Voluntário.....	3
4. Fazer parte do voluntariado da Liga.....	3
5. Reflexões prévias.....	4
6. Inscrição no grupo de Voluntariado da Liga .....	4
7. Direitos do/a Voluntário/a .....	5
8. Deveres do/a Voluntário/a.....	6
9. Deveres da Liga enquanto entidade promotora.....	7
10. Relações entre o/a Voluntário/a e a Liga .....	8
11. Projetos de Voluntariado .....	8
12. Avaliações.....	10
12.1. Avaliação inicial.....	10
12.2. Avaliação periódica.....	10
12.3. Avaliação final .....	11



## 1. Introdução

A Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas é uma I.P.S.S. e associação de doentes que tem como missão *promover a qualidade de vida e a capacitação das pessoas com doença reumática, de modo a contribuir para a sua plena integração na sociedade, sensibilizando os doentes e a população em geral através da divulgação de informação sobre a natureza, prevenção, tratamento e impacto social das doenças reumáticas, defendendo as políticas de saúde e laborais mais adequadas, bem como fomentando e facilitando ainda o estudo das doenças reumáticas.*

Para isso conta com o suporte de colaboradores em regime de voluntariado, nos quais se incluem os membros dos seus Órgãos Sociais.

## 2. Objetivo e Âmbito do Manual do Voluntariado

Este manual foi elaborado pela Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas, em conformidade com as Bases de enquadramento jurídico do voluntariado consagradas na Lei n.º 71/98 de 3 de novembro e com o Decreto-Lei n.º 389/99 de 30 de setembro do Ministério do Trabalho e da Solidariedade, com vista a informar quem se candidate ao voluntariado acerca do processo de integração na equipa.

O objetivo do Manual do Voluntariado é identificar e formalizar o regime de colaboração com a Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas, servindo em simultâneo como manual informativo/promocional e manual de acolhimento. Aplica-se a todas as pessoas interessadas em integrar o Grupo do Voluntariado da Liga, de forma contínua ou pontual, bem como aos orientadores responsáveis pela avaliação e acompanhamento do voluntário.



### 3. Definições

#### 3.1. Voluntariado

a) É 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, desenvolvido sem fins lucrativos por entidades públicas ou privadas. (Art.º 2.º, n.º 1, Lei n.º 71/98 de 3 de novembro).

#### 3.2. Voluntário

a) O voluntário é o 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. (Art.º 3.º, n.º 1, Lei n.º 71/98 de 3 de novembro)

b) 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, sem prejuízo de regimes especiais constantes da lei. (Art.º 3.º, n.º 2, Lei n.º 71/98 de 3 de novembro)

c) A qualidade de voluntário é compatível com a de associado e/ou de membro dos corpos sociais da Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas.

### 4. Fazer parte do voluntariado da Liga

a) É assumir um **compromisso** com a entidade promotora – Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas, participando nas ações promovidas pelo voluntariado.

b) É contribuir **proactivamente** no desenvolvimento do projeto de voluntariado da Liga, de acordo com as suas aptidões, capacidade, disponibilidade e convicções.



## 5. Reflexões prévias

Antes de se candidatar ao voluntariado na Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas deverá refletir sobre:

- ✎ Quais as suas motivações para fazer trabalho voluntário?
- ✎ Qual ou quais as áreas em que gostaria de desenvolver voluntariado?
- ✎ Qual a disponibilidade de tempo que tem para o fazer?
- ✎ Qual o grau de compromisso que está disposto a assumir?
- ✎ O que espera dar e receber com o seu trabalho voluntário?

## 6. Inscrição no grupo de Voluntariado da Liga

### 6.1. Critérios:

- a) Idade igual ou superior a 18 anos
- b) Sentido de responsabilidade
- c) Disponibilidade
- d) Motivação para integrar os projetos de Voluntariado da Liga
- e) Capacidade de iniciativa
- f) Facilidade de comunicação
- g) Equilíbrio emocional
- h) Proatividade.

### 6.2. Preenchimento da ficha de candidatura:

a) No formulário disponível no sítio institucional da Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas.

### 6.3. Entrevista presencial ou por meios telemáticos

Com a Coordenadora do Voluntariado da Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas ou, no seu impedimento, com um elemento da Direção ou com a Secretária.

### 6.4. Após a seleção existirá uma formação inicial.

6.5. Será estabelecido um programa de voluntariado a ser assinado entre ambas as partes.



## 7. Direitos do/a Voluntário/a

São direitos do/a voluntário/a:

- a) Ter acesso a formação inicial e contínua, tendo em vista o aperfeiçoamento do seu trabalho voluntário;
- c) Dispor de um cartão de identificação de Voluntário/a;
- d) Enquadrar-se no regime social voluntário, caso não esteja abrangido por um regime obrigatório de segurança social;
- e) Exercer o seu trabalho voluntário em condições de higiene e segurança;
- f) 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;
- g) Receber as indemnizações, subsídios e pensões, bem como outras regalias legalmente definidas, em caso de acidente ou doença contraída no exercício do trabalho voluntário;
- h) Estabelecer com a Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas um Programa de Voluntariado que regule as relações mútuas e o conteúdo, natureza e duração do trabalho voluntário que vai realizar;
- i) Ser ouvido na preparação das decisões da Liga que afetem o desenvolvimento do trabalho voluntário;
- j) Receber compensação das despesas com o trabalho voluntário, nomeadamente de refeição e transporte, conforme especificado no programa de voluntariado;
- k) Ser reembolsado das importâncias despendidas no exercício de uma atividade programada pela Liga, desde que inadiáveis e devidamente justificadas dentro dos limites eventualmente estabelecidos pela mesma identidade.
- m) Receber apoio no desempenho do seu trabalho, com acompanhamento e avaliação técnica.



n) Ser reconhecido pelo trabalho que desenvolve com acreditação e certificação, nos termos do Art.º 5.º do Decreto-Lei nº 389/99 de 30 de setembro do Ministério do Trabalho e da Solidariedade.

## 8. Deveres do/a Voluntário/a

São deveres do/a voluntário/a:

- a) Observar os princípios deontológicos por que se rege a atividade que realiza, designadamente o respeito pela vida privada de todos quantos dela beneficiam;
- b) Observar as normas que regulam o funcionamento da Liga e dos respetivos programas ou projetos;
- c) Atuar de forma diligente, isenta e solidária;
- d) Participar nos programas de formação destinados ao correto desenvolvimento do trabalho voluntário;
- e) Zelar pela boa utilização dos recursos materiais e dos bens, equipamentos e utensílios postos ao seu dispor;
- f) Colaborar com a Direção, Coordenadores e demais parceiros da Liga, respeitando as suas opções e seguindo as suas orientações técnicas;
- g) Não assumir o papel de representante da Liga sem o seu conhecimento e prévia autorização;
- h) Garantir a regularidade do exercício do trabalho voluntário de acordo com o programa acordado com a Liga;
- i) Utilizar devidamente a identificação como voluntário no exercício da sua atividade;
- j) Cumprir com responsabilidade o seu programa e com assiduidade e pontualidade o horário estabelecido;
- k) Comunicar prontamente ao responsável pelo serviço ou à Direção qualquer ocorrência ou situação que julgue anormal;
- l) Respeitar os direitos dos utentes e membros associados.



## 9. Deveres da Liga enquanto entidade promotora

São deveres da Liga enquanto entidade promotora do voluntariado:

- a) Estabelecer com o voluntário um programa de voluntariado que regule as suas relações mútuas e o conteúdo, natureza e duração do trabalho voluntário a realizar;
- b) Atender à opinião do voluntário na preparação das decisões da organização que afetem o desenvolvimento do trabalho daquele;
- c) Reembolsar o voluntário das despesas efetuadas no exercício de uma atividade programada pela organização promotora, desde que inadiáveis e devidamente justificadas, dentro dos limites a estabelecer;
- d) Proceder ao pagamento das contribuições para a Segurança Social, nos termos do disposto nos artigos 39º e 40º do Decreto — Lei n.º 40/89 de 12 de fevereiro, de acordo com a remuneração mínima nacional garantida à generalidade dos trabalhadores, caso tal tenha sido previamente definido no contrato entre a Liga e o voluntário;
- e) Colaborar no processo de avaliação do(s) seu(s) programa(s) de voluntariado, bem como no processo de avaliação;
- f) Celebrar o seguro obrigatório mencionado no artigo 47.º deste Regulamento;
- g) Promover formação específica na área em que o voluntário exerce funções;
- i) Prestar a informação necessária ao voluntário respeitante ao funcionamento da Liga;
- h) Emitir o cartão de identificação do voluntário e recebê-lo nos casos de suspensão ou cessação da prestação do trabalho voluntário;
- i) Avaliar situações de incumprimento;
- j) Proceder à acreditação e certificação do trabalho voluntário, mediante a emissão de certificado onde conste, designadamente a identificação do voluntário, o domínio da respetiva atividade desenvolvida, o local onde foi desenvolvida essa atividade, o início e a duração da mesma.



## 10. Relações entre o/a Voluntário/a e a Liga

Com respeito pelas normas legais e estatutárias aplicáveis, designadamente o Artigo 9º da Lei n.º 71/98 de 3 de Novembro, será acordado entre a Liga e o/a voluntário/a, um programa de voluntariado, do qual constam, designadamente:

- a) A definição do âmbito do trabalho voluntário em função do perfil do voluntário e dos domínios da atividade previamente definidos pela Liga;
- b) Os critérios de participação nas atividades promovidas pela Liga, a definição das funções delas decorrentes, a sua duração e as formas de desvinculação;
- c) As condições de acesso aos locais onde deva ser desenvolvido o trabalho voluntário, nomeadamente lares e estabelecimentos hospitalares;
- d) Os sistemas internos de informação e de orientação para a realização das tarefas destinadas aos voluntários;
- e) A avaliação periódica dos resultados do trabalho voluntário desenvolvido;
- f) A realização das ações de formação destinadas ao bom desenvolvimento do trabalho voluntário;
- g) A cobertura dos riscos a que o voluntário está sujeito relativamente aos prejuízos que pode provocar a terceiros no exercício da sua atividade, tendo em consideração as normas aplicáveis em matéria de responsabilidade civil;
- h) A identificação como participante no programa a desenvolver e a certificação da sua participação;
- i) O modo de resolução de conflitos entre a organização promotora e o voluntário.

## 11. Projetos de Voluntariado

A Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas desenvolve projetos de voluntariado nas seguintes áreas:

### 11.1. Apoio ao doente reumático

- a) Contacto e apoio telefónico;
- b) Visita a doentes (domiciliárias, hospitalares ou a lares);



- c) Acompanhamento a consulta e exames;
- d) Redes sociais (resposta a mensagens e comentários).

#### 11.2. Sensibilização para as doenças reumáticas

- a) *Stands* em eventos;
- b) Participação em atividades de promoção da Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas;
- c) Produção de conteúdos (textos para canais de comunicação da Liga);
- d) Representação da Liga em eventos de interesse (nacionais ou internacionais);
- e) Representação da Liga na comunicação social.

#### 11.3. Serviços técnicos especializados

- a) Apoio informático;
- b) Traduções/resumos de artigos estrangeiros sobre doenças reumáticas;
- c) Produção de conteúdos;
- d) Revisão de conteúdos/materiais;
- e) Projetos de comunicação via redes sociais;
- f) Aconselhamento/encaminhamento na área da Saúde
- g) Aconselhamento/encaminhamento na área da Assistência Social;
- h) Aconselhamento/encaminhamento na área Jurídica;
- i) *Workshops* ou sessões temáticas relacionadas com a capacitação dos doentes reumáticos e seus cuidadores.

#### 11.4. Apoio logístico às atividades da Liga

- a) Secretariado;
- b) Outros serviços externos;
- c) Organização de eventos;
- e) Elaboração de projetos;
- f) Integração em equipa de projetos.



### 11.5. Organização de atividades lúdicas e culturais para os associados

- a) Atividades ao ar livre;
- b) Festa de Natal e convívios;
- c) Ida a espetáculos (teatro, bailado, etc.);
- d) Visitas a museus, monumentos ou exposições;
- e) Outras atividades lúdicas e culturais.

### 11.6. Atividades ocupacionais e criativas

- a) Organização de *workshops*;
- b) Criação dos postais de aniversário e de Natal a enviar aos associados;
- c) Organização de grupos de teatro e/ou canto;
- e) Organização e dinamização de grupos de leitura e/ou escrita.

## 12. Avaliações

### 12.1. Avaliação inicial

- a) A avaliação inicial visa selecionar os/as candidatos/as a Voluntário/a;
- b) Consiste na análise da ficha de candidatura e na entrevista com a Coordenadora do Voluntariado.
- c) A Coordenadora do Voluntariado reporta à Direção da Liga que, enquanto entidade promotora, deverá dar o seu parecer.

### 12.2. Avaliação periódica

A avaliação periódica consiste na observação e acompanhamento das atividades do/a voluntário/a, sendo sempre dado conhecimento em reunião com o voluntário da sua avaliação, com a finalidade de melhorar a sua atuação e desempenho. A Coordenadora do Voluntariado reporta à Direção da Liga, enquanto entidade promotora. Serão considerados os seguintes critérios:



- a) Responsabilidade e zelo na execução das tarefas atribuídas;
- b) Cumprimento das regras e normas da Liga;
- c) Autonomia e criatividade;
- d) Motivação e empenhamento;
- e) Relacionamento pessoal com todos os intervenientes no projeto;
- f) Evolução da ação do/a voluntário/a no projeto.

### 12.3. Avaliação final

A avaliação final ocorre quando terminaram as atividades do/a voluntário/a na Liga, por sua vontade ou na sequência de avaliações periódicas negativas.

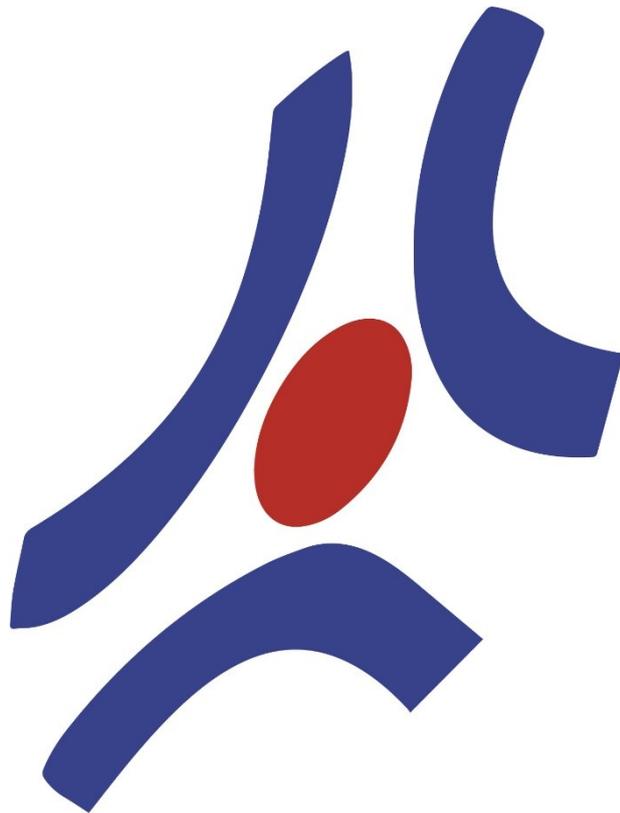
Deixam de pertencer ao grupo de voluntariado da Liga os voluntários que:

a) Mostrarem não ter capacidade para o exercício de voluntariado, nomeadamente por não cumprimento das normas e regulamentos internos da instituição.

b) Faltarem às atividades, mais de duas vezes seguidas, sem justificação prévia ou fundamentada;

c) Pelo seu procedimento causarem mau ambiente entre os voluntários e mau nome ao voluntariado e à Liga.

d) Tenham solicitado, por escrito, o pedido da sua demissão do voluntariado da Liga.



LIGA  
PORTUGUESA  
contra as  
**DOENÇAS  
REUMÁTICAS**