



GUIA DO VOLUNTÁRIO

QUEM SOMOS



**SONHA
FAZ E
ACONTECE**

SONHA FAZ E ACONTECE

A ASSOCIAÇÃO

A **SONHA FAZ E ACONTECE** nasceu em abril de 2012 depois de, no verão anterior, alguns de nós terem aterrado pela primeira vez na ilha do Príncipe, em São Tomé e Príncipe.

O que começou por ser uma missão de voluntariado de um mês transformou-se rapidamente num trabalho permanente de promoção da Educação nos PALOP.



SONHA FAZ E ACONTECE

A ASSOCIAÇÃO

PORQUÊ NOS PALOP?

Por um lado, porque partilhamos a língua portuguesa e uma história comum; por outro, porque alguns dos PALOP estão classificados como “mais pobres do mundo”, devido à falta de oportunidades formativas e às necessidades prementes na área da saúde e do respeito pelos direitos humanos fundamentais.



SONHA FAZ E ACONTECE

A ASSOCIAÇÃO

APOSTAR NO EMPREENDEDORISMO SOCIAL

Na SFA, adotando dinâmicas inovadoras nos desafios que encontramos, criamos valor social sustentável e em escala através do envolvimento das comunidades com que trabalhamos.

Desta forma, dotamos os nossos beneficiários das ferramentas necessárias para que, num futuro próximo, se assumam como agentes autónomos da mudança nas respetivas comunidades.



SONHA FAZ E ACONTECE

MISSÃO

Fazemos acontecer a educação para o desenvolvimento sustentável nos

Países Africanos de Língua Oficial portuguesa





OS NOSSOS VALORES

EMPREENDEDORISMO SOCIAL

Sustentabilidade

Fidelidade à
nossa missão

Replicabilidade /
Escalabilidade

Impacto real

Compromisso e
respeito contínuo

Inovação

Juventude

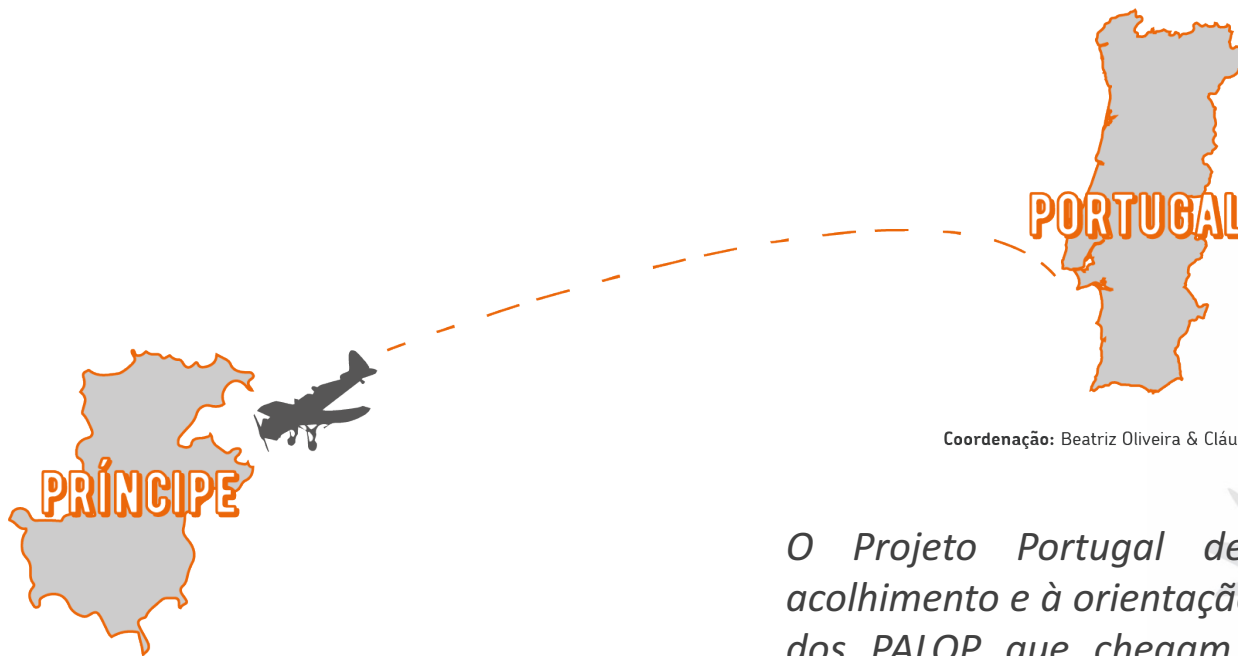
Pro-atividade /
Polivalência

VOLUNTARIADO

Garantia de sucesso

Gratuidade

PROJETOS



Coordenação: Ana Romano & Ana Tavares

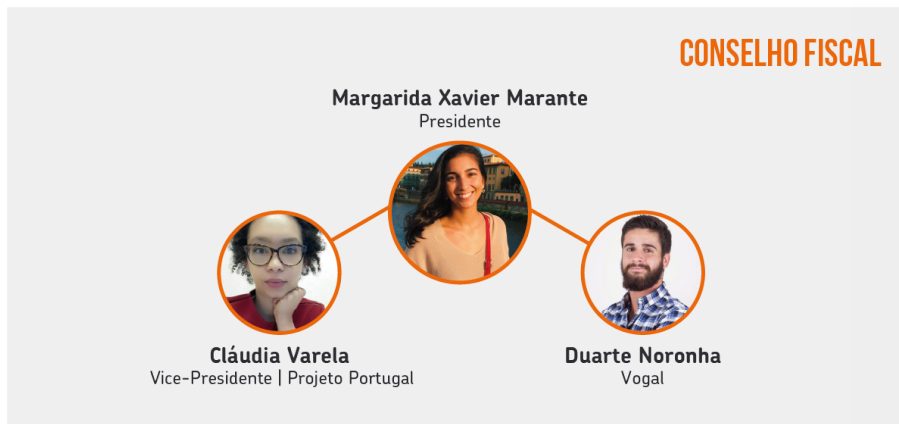
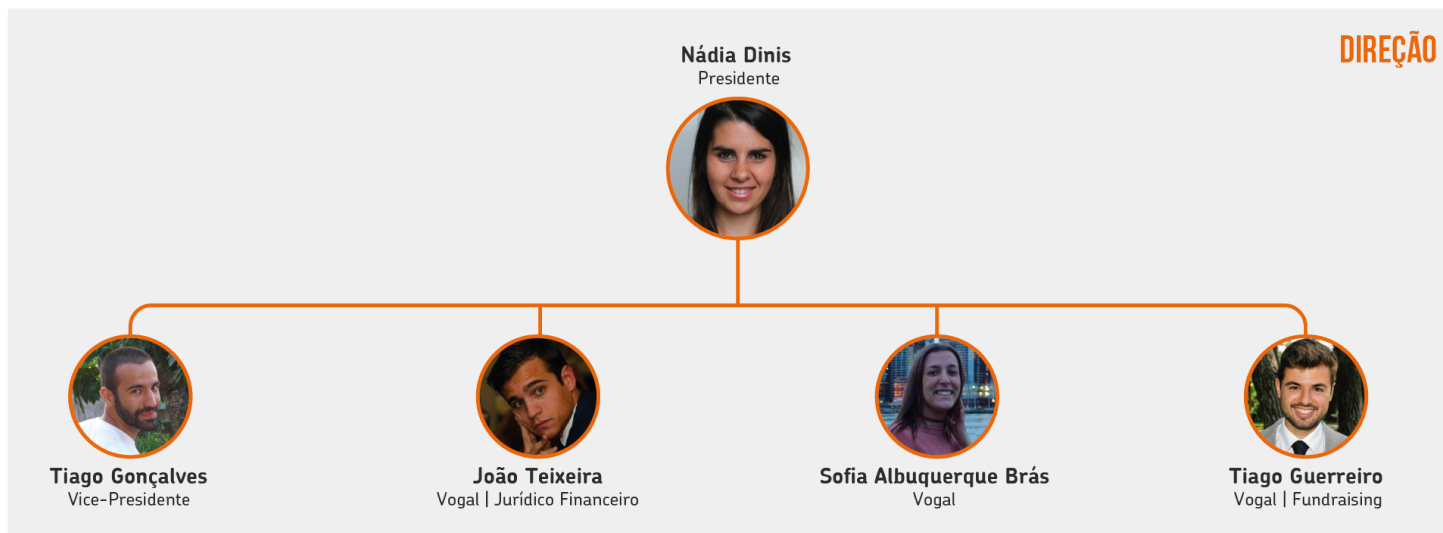
A nossa intervenção no terreno tem como principais eixos: desenvolver a educação, empreendedorismo social e o desenvolvimento sustentável.

Coordenação: Beatriz Oliveira & Cláudia Varela

O Projeto Portugal dedica-se ao acolhimento e à orientação dos jovens dos PALOP que chegam a Portugal para estudar.



A NOSSA ESTRUTURA



Fundraising
Lídia Gama &
Tiago Guerreiro



Jurídico-Financeiro
João Teixeira



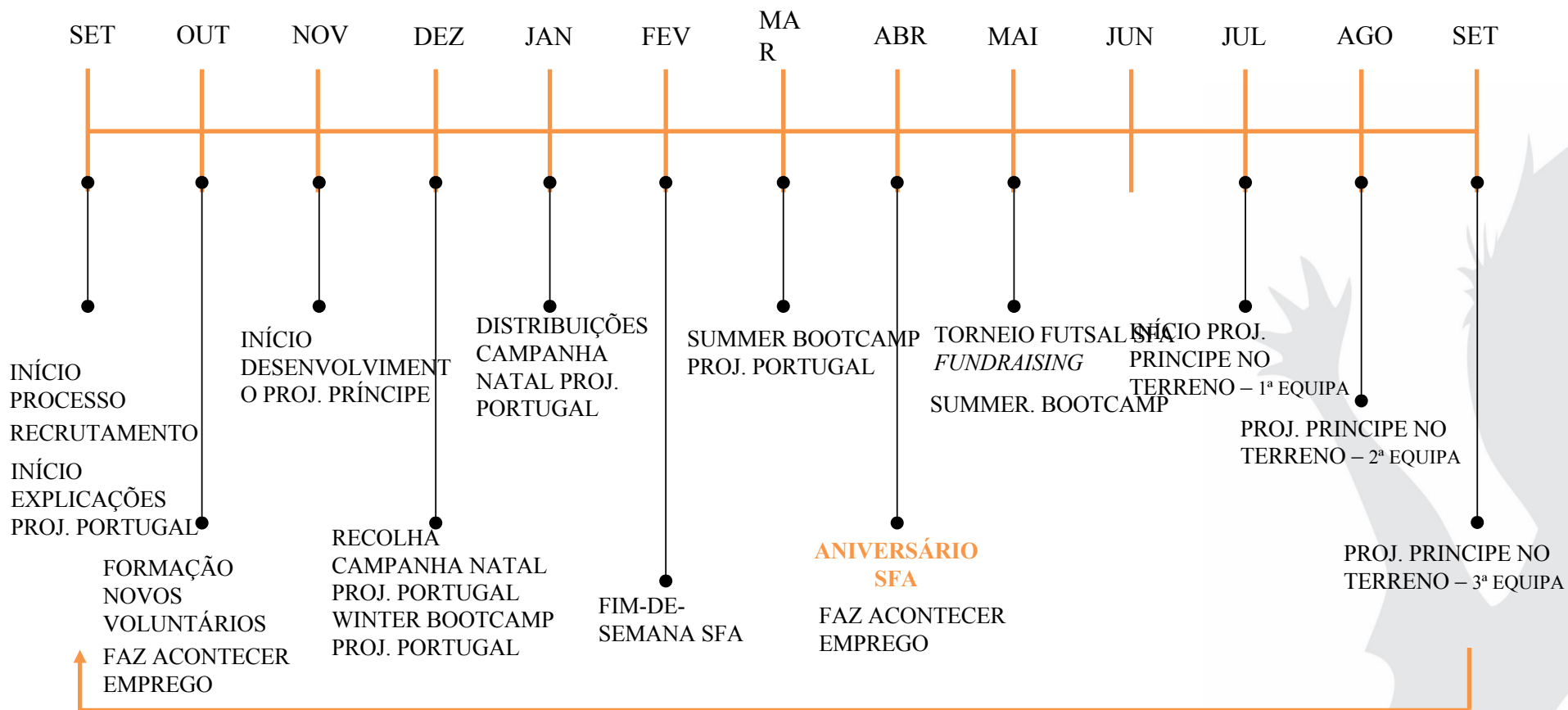
Formação
Adriana Afonso &
Maria Tolentino



Marketing
Rita Gama

SONHA FAZ E ACONTECE

TIMELINE ANUAL

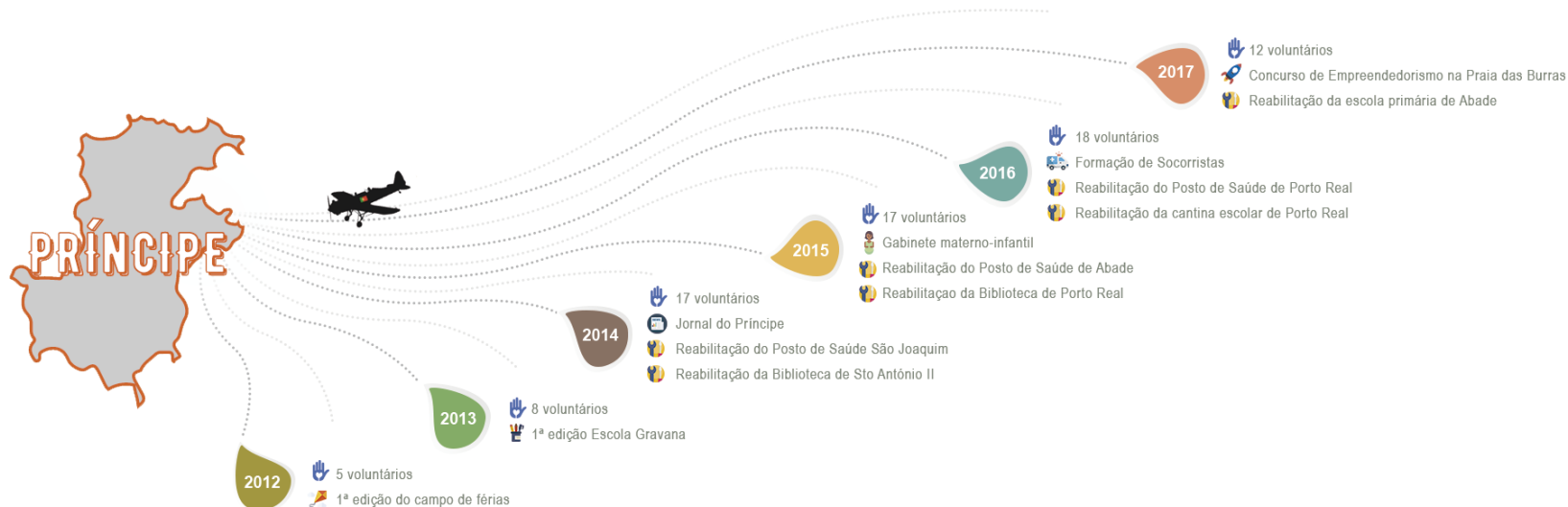


O QUE FAZEMOS



**SONHA
FAZ E
ACONTECE**

PROJETO PRÍNCIPE



DURAÇÃO:

29 de junho a
21 de setembro

EQUIPA:

11 voluntários
(20 e a 30 anos)

MISSÃO:

Promoção da educação e
do desenvolvimento
sustentável na Ilha do
Príncipe

ALCANCE:

Cerca de 2.500
beneficiários diretos
(numa população total de
cerca de 7.200 pessoas)



PROJETO PRÍNCIPE

Conseguimos aumentar a nossa área de intervenção na ilha e desenvolvemos também projetos na área da saúde, outra das áreas em que o Príncipe ainda apresenta carências.

EDUCAÇÃO



DESCRIÇÃO:

Organização de campos de férias e actividades lúdica. Reabilitação de salas de estudo e bibliotecas.

IMPACTO:

- Campo de férias de Xinaá Fogaá
- Biblioteca de Sto António II
- Escola Gravana
- Biblioteca de Porto Real
- Escola Primária de Abade
- Realização de um teatro

OBJETIVOS:

Oferecer à comunidade e às suas crianças um lugar seguro de aprendizagem e socialização.

FORMAÇÃO



DESCRIÇÃO:

Formação e acções de empreendedorismo em várias localidades do Príncipe.

IMPACTO:

- Concurso de Empreendedorismo
- Estágios profissionais
- Formação de Socorristas
- Formação de Voluntários e Monitores
- Formação de SBV e 1ºs socorros

OBJETIVOS:

Potenciar a educação e o desenvolvimento sustentável

SAÚDE



DESCRIÇÃO:

Reabilitação de postos de saúde, no que toca a infra estruturas, aparelhos médicos e medicamentos.

IMPACTO:

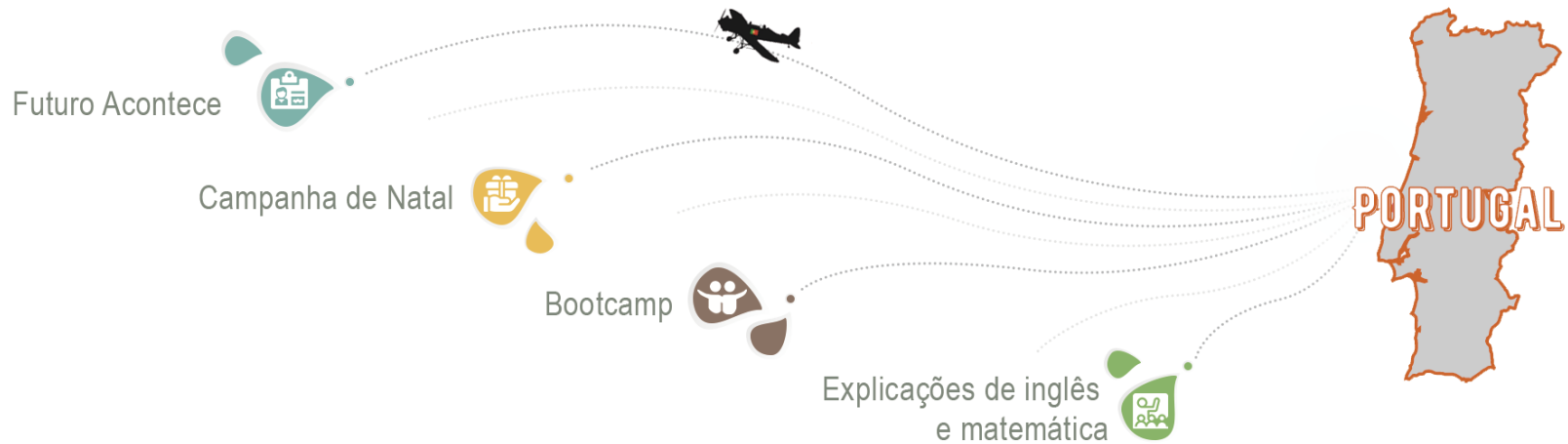
- Posto de São Joaquim
- Gabinete Materno-Infantil
- Posto da Praia do Abade
- Posto de Porto Real

OBJETIVOS:

Dar à comunidade melhores condições na área de saúde.



PROJETO PORTUGAL



DURAÇÃO:

Anual

EQUIPA:

20 Voluntários

MISSÃO:

Acolhimento e orientação dos jovens para criarem soluções estruturais que conduzam ao seu sucesso académico.

ALCANCE:

30 beneficiários diretos e 100 beneficiários indiretos

PROJETO PORTUGAL



Acreditamos que a formação dos estudantes é a verdadeira solução para que, a longo prazo, estes países possam atingir níveis de desenvolvimento sustentável.



CAMPANHA DE NATAL

Campanhas de angariação de material escolar, roupa de inverno, alimentos e kits de higiene.



ACOMPANHAMENTO ESCOLAR

Explicações semanais, monitorização e avaliação do sucesso académico.



FAZ ACONTECER EMPREGO

Apoio na construção do CV, procura de trabalho e integração no mercado de trabalho.



APOIO AO CIDADÃO

Apoio na legalização da situação do estudante em Portugal e noutros assuntos burocráticos, como candidatura a bolsas estaduais ou a residências de estudantes.



BOOTCAMP

Fins-de-semana organizados sob uma temática central (emprego, cultura, etc.) em que voluntários e estudantes passam tempo juntos a trabalhar competências.



ENCONTROS DE SONHO

Organização de eventos que facilitem o intercâmbio de culturas e a adaptação em Portugal.

O QUE É SER VOLUNTÁRIO SFA?



**SONHA
FAZ E
ACONTECE**



SER VOLUNTÁRIO

No Príncipe

DIREITOS:

- Apoio e mentoria na elaboração de um plano de trabalho de equipa;
- Apoio em todo o que necessites antes, durante e depois da experiência;
- Jornadas de formação de voluntários;
- Apoio no terreno dado pelos voluntários locais;
- Transfer do aeroporto do Príncipe até à cidade (chegada e partida)
- T-shirt da associação;

DEVERES:

- Assistir obrigatoriamente às formações, reuniões de equipa e eventos de fundraising;
- Respeitar a cultura, religião e tradições das comunidades locais do Príncipe.

ALOJAMENTO:

Casa disponibilizada por parceiro local, em quartos partilhados com a equipa, com todas as condições essenciais: wc, cozinha, máquina de lavar roupa, roupa de cama.

CUSTO:

Viagem de ida e volta + alimentação a cargo do voluntário (aprox. 1200€/mês).

Quota Anual - 25 €



SER VOLUNTÁRIO

Em Portugal

DISPONIBILIDADE:

Dependendo das actividades envolvidas e da escolha do voluntário mas pelo menos 2 horas semanais.

ÁREA DE TRABALHO:

Depende da vontade do voluntário. No entanto, temos sempre em consideração que também dependerá das necessidades de cada área e das características e competências de cada um.

PROCESSO DE SELEÇÃO:

Realiza-se uma formação inicial para que possam conhecer todos os detalhes da associação e do projeto, e ficarem com a certeza que é este o projeto certo para cada um. Esta formação é de carácter obrigatório. Em seguida, realizamos entrevistas individuais a cada um dos candidatos. Por fim, serão anunciadas as equipas para o projeto.

CUSTO:

Quota Anual - 25 €

PERGUNTAS FREQUENTES



**SONHA
FAZ E
ACONTECE**

PROJETO PRÍNCIPE



SONHA
FAZ E
ACONTECE

PERGUNTAS FREQUENTES

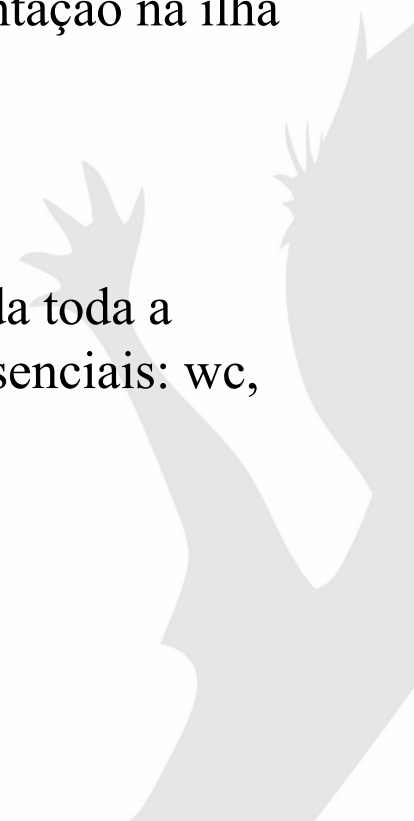
PROJETO PRÍNCIPE

QUAL É O CUSTO DO PROGRAMA DE VOLUNTARIADO?

O programa de voluntariado não obriga a pagamentos diretos à SFA. No entanto, os voluntários na ilha do Príncipe são responsáveis pelo pagamento da viagem de ida e volta (em média, 1000€) e pelos custos de alimentação na ilha (em média, 200€/mês).

ONDE FICAMOS ALOJADOS?

Numa casa disponibilizada por um parceiro local onde fica alojada toda a equipa, em quartos partilhados. A casa tem todas as condições essenciais: wc, cozinha, máquina de lavar roupa, roupa de cama.



PERGUNTAS FREQUENTES

PROJETO PRÍNCIPE

QUAIS SÃO OS REQUISITOS PARA SER VOLUNTÁRIO?

- Mínimo de 20 anos de idade;
- Viver na zona da grande Lisboa (ou ter disponibilidade para se deslocar semanalmente);
- Ter vontade de acrescentar valor e aprender.



PERGUNTAS FREQUENTES

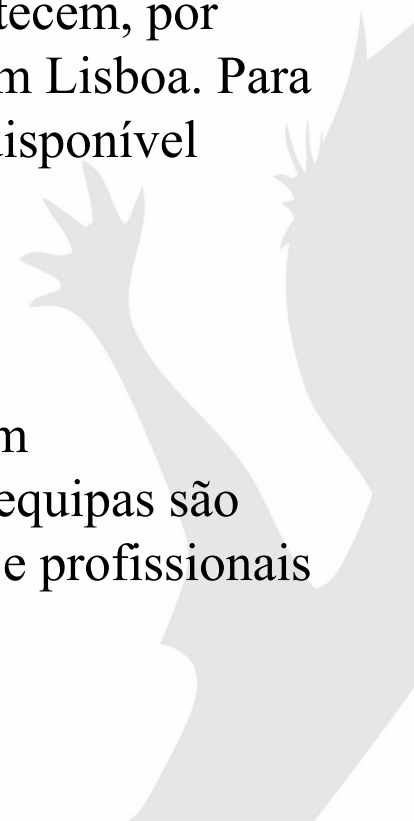
PROJETO PRÍNCIPE

QUAL É A DISPONIBILIDADE NECESSÁRIA?

Durante o período de preparação e desenvolvimento do projeto (entre outubro e a partida para a ilha) é crucial que estejas presente nas reuniões de equipa, formações e atividades de *fundraising*. Estes compromissos acontecem, por norma, todas as semanas com uma duração média de 2 horas, e em Lisboa. Para a implementação do projeto no terreno, é necessário que estejas disponível durante um mês, entre julho e setembro.

COMO SE ORGANIZAM AS EQUIPAS?

As equipas são constituídas normalmente entre 4-5 elementos com características, capacidades e competências complementares. As equipas são formadas pela associação, em função das características pessoais e profissionais de cada um, bem como a sua disponibilidade.



PERGUNTAS FREQUENTES

PROJETO PRÍNCIPE

COMO ME POSSO INSCREVER?

Envia um email com a tua carta de motivação para realizar o projeto, assim como o teu CV, para o email formacao@sonhafazacontece.org.pt

COMO É O PROCESSO DE SELEÇÃO?

Após a inscrição realiza-se uma formação inicial para que possas conhecer todos os detalhes da associação e do projeto, e ficares com a certeza que é este o projeto certo para ti. Esta formação é de carácter obrigatório e acontece normalmente em setembro ou outubro. Em seguida, realizamos entrevistas individuais a cada um dos candidatos. Por fim, serão anunciadas as equipas para o projeto.

PERGUNTAS FREQUENTES

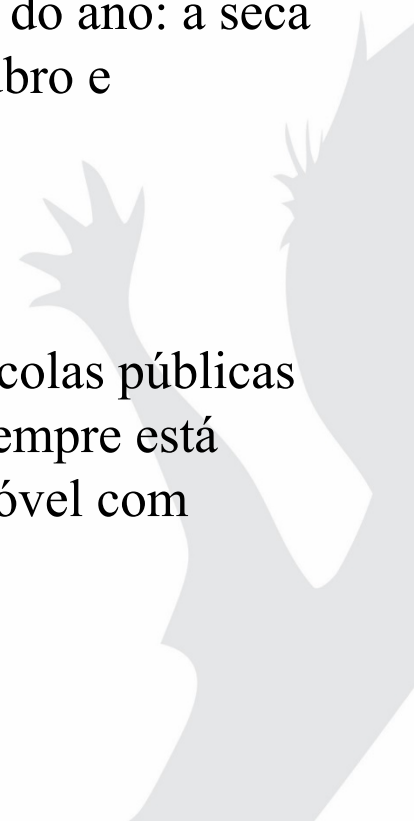
PROJETO PRÍNCIPE

COMO É O CLIMA NO PRÍNCIPE?

São Tomé e Príncipe tem um clima equatorial quente e húmido. O que lhe oferece um clima ameno durante todo o ano com uma temperatura média entre os 24° e os 26° graus. Diferencia-se principalmente duas estações do ano: a seca de Junho a Setembro e a época de chuvas de Março a Maio, Outubro e Novembro.

HÁ INTERNET E TELEFONE NO PRÍNCIPE?

Sim, Existe um café disponível na ilha com internet e algumas escolas públicas também têm rede wireless. No entanto a conexão é fraca e nem sempre está disponível. Podes optar por comprar um cartão SIM para o telemóvel com dados móveis incluídos.



PROJETO PORTUGAL



PERGUNTAS FREQUENTES

PROJETO PORTUGAL

QUAL É O CUSTO DO PROGRAMA DE VOLUNTARIADO?

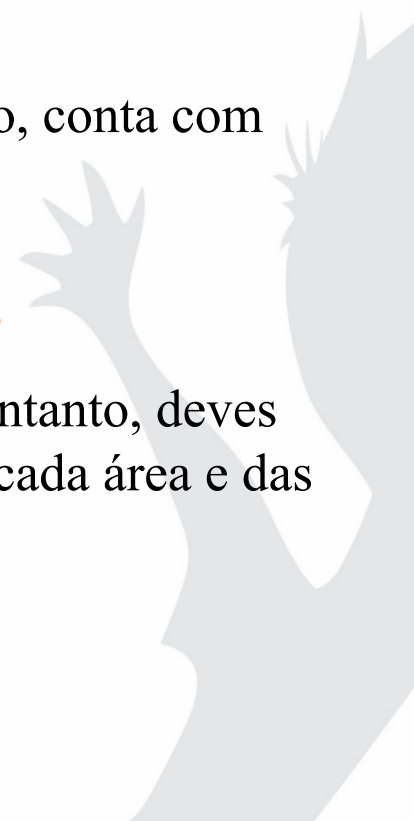
O programa de voluntariado não obriga a pagamentos diretos à SFA.

QUAL É A DISPONIBILIDADE NECESSÁRIA?

Depende das atividades em que te envolvas no projeto, no entanto, conta com pelo menos 2h semanais.

POSSO ESCOLHER EM QUE ÁREA QUERO COLABORAR?

Sim, tentamos sempre dar resposta à vontade do voluntário. No entanto, deves ter em consideração que também dependerá das necessidades de cada área e das tuas características e competências.



PERGUNTAS FREQUENTES

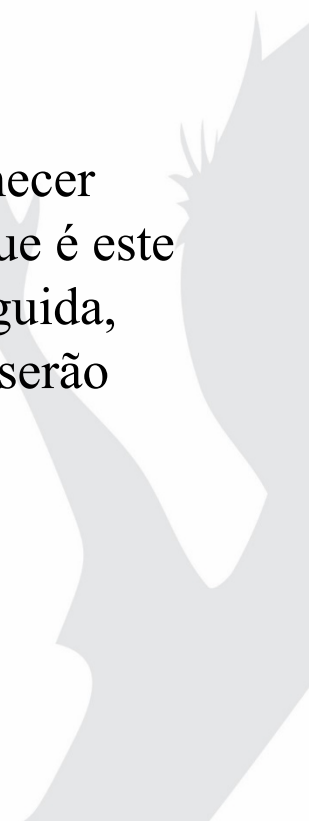
PROJETO PORTUGAL

COMO ME POSSO INSCREVER?

Envia um email com a tua carta de motivação, assim como o teu CV, para o email formacao@sonhafazacontece.org.pt.

COMO É O PROCESSO DE SELEÇÃO?

Após a inscrição realiza-se uma formação inicial para que possas conhecer todos os detalhes da associação e do projeto, e ficares com a certeza que é este o projeto certo para ti. Esta formação é de carácter obrigatório. Em seguida, realizamos entrevistas individuais a cada um dos candidatos. Por fim, serão anunciadas as equipas para o projeto.



RECOMENDAÇÕES



**SONHA
FAZ E
ACONTECE**

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

PROJETO PRÍNCIPE

DOCUMENTAÇÃO NECESSÁRIA

- Passaporte: obrigatório e com uma validade mínima de 6 meses antes do dia de partida.
- Visto São Tomé e Príncipe: É necessário solicitar o visto na embaixada de São Tomé e Príncipe em Lisboa com antecedência de pelo menos 3 semanas antes da partida. O visto é solicitado por cada um dos voluntários.

MOEDA E BANCOS

A moeda nacional é a dobra. É possível fazer o câmbio de moeda na ilha do Príncipe. Não existem caixas multibanco na ilha, é recomendável levar todo o dinheiro necessário em efetivo. Tem em conta que também não é possível realizar pagamentos com cartão multibanco ou de crédito.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

PROJETO PRÍNCIPE

VACINAS

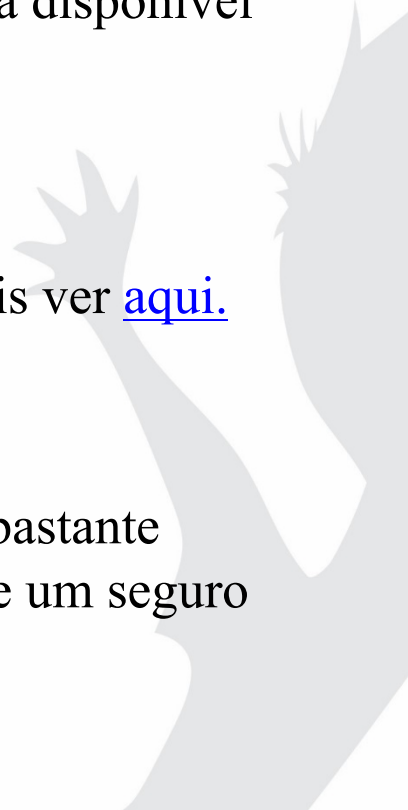
Não existem vacinas obrigatórias para visitar o território. No entanto recomenda-se que marques uma consulta do viajante antes da viagem para que te possam aconselhar da melhor forma. A consulta do viajante está disponível em vários centros de saúde em Lisboa.

CUIDADOS DE SAÚDE

Para informação atualizada sobre os cuidados de saúde disponíveis ver [aqui](#).

ASSISTÊNCIA MÉDICA

Existe um hospital na ilha do Príncipe, no entanto, com recursos bastante escassos e falta de medicamentos. Recomenda-se a contratação de um seguro de saúde antes da viagem.





OBRIGADA

FICAMOS À TUA ESPERA.

