

2025



CORPO
EUROPEU
DE SOLIDARIEDADE

REGENERAR ODEMIRA III

Q
jovem

Odemira
MUNICÍPIO

O MUNICÍPIO DE ODEMIRA ABRE VAGAS PARA **VOLUNTARIADO INTERNACIONAL DE VERÃO 2025!**

São **dez vagas** para **3 projetos na Eslovénia e em Espanha**. As vagas do projeto "Regenerar Odemira III" destinam-se a jovens entre os **18 e os 30 anos**, residentes em/ou naturais do concelho de Odemira. **Todas as despesas são cobertas pelo programa Corpo Europeu de Solidariedade**: viagem de ida e volta, alojamento, alimentação e seguro de saúde e ainda recibes uma mesada.
Voluntariado internacional - porque não??

ESLOVÉNIA – Begunje na Gorenjskem

ANDALUZIA (ESPANHA) - Jerez de la Frontera

NAVARRA (ESPANHA) - Artieda

CANDIDATURAS

Até **15 abril 2025** preenche o Formulário de Candidatura
https://www.cm-odemira.pt/p/regenerarodemira_3



Deves indicar especificamente a que projeto te candidatas, sendo que te podes candidatar a vários. A seleção baseia-se nos teus interesses e motivação para participar.

Se tiveres dúvidas contacta-nos através do e-mail
juventude@cm-odemira.pt

ESLOVÉNIA

Datas: **07/07/2025 - 31/08/2025** (2 meses)

Local: **Begunje na Gorenjskem** (Eslovénia)

Organização de acolhimento: **Zavod Manipura**

EM RESUMO:

Quatro voluntários são acolhidos pela associação Zavod Manipura durante dois meses, sendo inseridos num grupo de 10 voluntários com jovens oriundos de diferentes países europeus.

O projeto VOLUNTARIADO NA ESLOVÉNIA acontece na aldeia rural de Begunje na Gorenjskem e consiste em desenvolver um programa diverso de atividades solidárias na comunidade. São bem-vindos jovens com vontade de participar e interagir com diferentes públicos-alvo!

ORGANIZAÇÃO DE ACOLHIMENTO

Zavod Manipura é uma pequena associação com muita experiência em voluntariado internacional para jovens. Trabalha com o Serviço Voluntário Europeu/Corpo Europeu de Solidariedade desde 2008 e acolheu mais de 300 voluntários de diferentes países. Organiza oficinas e atividades de tempos livres para crianças e jovens locais, como artesanato, atividades de ar livre, atividades criativas, jogos, desportos, oficinas de aprendizagem intercultural... Também faz aconselhamento psicológico e trabalho psico-terapêutico com famílias, com jovens e com crianças.

CONTEXTO LOCAL

Begunje na Gorenjskem é uma aldeia numa região rural de grande beleza natural, no pequeno país da Eslovénia (população total 2 milhões). A região é perfeita para voluntários que gostem de natureza. É possível andar a pé pelas florestas e pelas montanhas, andar de bicicleta, nadar no famoso lago Bled (que se situa a 10km de distância), visitar a Garganta de Vintgar... E aqueles que preferem cidades podem visitar Radovljica e Kranj, tal como a capital Ljubljana que não se encontra muito longe.

Nesta aldeia vivem cerca de 1.000 pessoas e aqui existe uma mercearia, 4 cafés, uma pizzeria com comida mexicana, biblioteca, posto dos correios, 3 pequenos museus, uma fábrica de skis e de barcos, jardim de infância, escola primária, cabeleireiro e um campo de futebol.

DESCRIÇÃO DO PROJETO DE VOLUNTARIADO

Quatro voluntários serão acolhidos pela associação Zavod Manipura durante dois meses, sendo inseridos num grupo maior de voluntários com jovens oriundos de diferentes países europeus. O grupo de voluntários participa num programa diverso de atividades solidárias, interagindo com diferentes grupos-alvo. É esperado de cada voluntário/a a vontade de participar e o envolvimento ativo nas atividades. O objetivo é apoiar os jovens participantes a tornarem-se mais independentes, mais auto-confiantes e mais bem-sucedidos no seu próprio processo de inclusão na sociedade e no mercado de trabalho.

TAREFA

- Desenvolver atividades lúdicas e criativas com crianças e jovens da comunidade local, tal como com pessoas com necessidades especiais;
- Atividades solidárias em organizações de caridade, no abrigo para animais resgatados e outras associações locais;
- Apoiar com tarefas práticas pessoas idosas e famílias de acolhimento;
- Trabalho prático na casa (construir muro no jardim, construir um abrigo, etc);
- Oficinas para Jovens: trabalhos manuais, habilidades sociais e digitais, aprendizagem intercultural;
- Apoiar o trabalho na horta e na floresta (preparar lenha para o Inverno);
- Tratar dos animais de estimação;
- Promover oficinas e eventos.

OPORTUNIDADES DE APRENDIZAGEM

- Ganhar experiência em atividades de tempos livres para jovens e crianças;
- Ganhar experiência no planeamento e implementação de atividades temáticas para jovens;
- Desenvolver consciência sobre solidariedade e cidadania ativa e aprender sobre inclusão social;
- Tomar consciência sobre o abuso de animais;
- Desenvolver paciência, tolerância e entendimento intercultural;
- Melhorar habilidades práticas e digitais, gestão de tempo e gestão de pequenos orçamentos;
- Aumentar a auto-estima e auto-confiança.

ALOJAMENTO/ COMIDA/ TRANSPORTES

O apartamento onde os voluntários serão alojados situa-se na aldeia de Begunje na Gorenjskem, por cima do centro da associação Zavod Manipura.

A casa é partilhada com outros voluntários de diferentes países. Compreende 5 quartos de dormir, uma cozinha com sala de estar, 2 casas-de-banho e dois WC separados. Cada quarto é partilhado por 2 ou 3 voluntárias/os. Existe um terraço e uma sala de jogos (pingpong e matraquilhos) em baixo. A/o voluntária/o compromete-se a participar na limpeza diária da casa, respeitar as regras da casa e as necessidades dos outros voluntários e vizinhos. Só é permitido fumar na rua. Consumir álcool, drogas ou qualquer outras substâncias ilegais é estritamente proibido.

Os voluntários recebem dinheiro para comida e mesada (pocket money) a cada semana. Compram a sua comida e preparam as suas refeições. A associação apoia o grupo a organizar-se coletivamente e a cozinhar em grupo. No caso de actividades que ocorram noutras localidades, a Zavod Manipura organiza o transporte na sua carrinha.

PERFIL DA/O VOLUNTÁRIA/O

As vagas do projeto “Regenerar Odemira III - Voluntariado de Verão” destinam-se a jovens entre os 18 e os 30 anos, residentes em ou naturais do concelho de Odemira. A/o participante compromete-se a partilhar a sua experiência com outros jovens de Odemira, durante o voluntariado e depois de terminada a atividade internacional, partilhando a sua experiência ativamente nas suas redes.

Na seleção dos participantes não é relevante o nível de formação académica e não faremos distinção em relação à origem étnica, religião, orientação política ou sexual. Relevante é a motivação da/o jovem, expressa no Formulário de Candidatura.

Será tomado em consideração o balanço de género no grupo dos voluntários selecionados. São bem-vindas candidaturas de jovens com menos oportunidades, incluindo dificuldades financeiras e/ou situação de desemprego, tal como portadores de deficiências (excepto se dependentes de pessoa de apoio ou de cadeira de rodas).

Experiência prévia em voluntariado local e/ou associativismo é uma mais-valia.

Daremos prioridade aos jovens que se candidataram em anos anteriores e não foram selecionados.

Para a vaga VOLUNTARIADO NA ESLOVÉNIA o perfil desejado considera:

Motivação da/o voluntária/o para sair da sua zona de conforto, morar com 10 outros jovens durante 10 semanas e a participação ativa no programa de atividades.

SABER MAIS:

Website | www.zavod-manipura.org

Facebook | <https://www.facebook.com/volunteeringinzavodmanipura>

Vídeo de voluntárias anteriores | <https://www.youtube.com/watch?v=ZwCieUyYkr0>

ANDALUZIA (ESPANHA)

Datas: **16/06/2025 - 12/08/2025** (2 meses)
Local: **Jerez de la Frontera, Cádiz** (Espanha)
Organização de acolhimento: **AJ Inter**

EM RESUMO:

Durante dois meses, três voluntários terão uma experiência intercultural em Jerez de la Frontera (Cádiz), região da cultura flamenca. Integrando um grupo de voluntários oriundos de diferentes países europeus, os jovens serão acolhidos pela associação AJ Inter, contribuindo para as redes sociais da mesma e preparando atividades culturais para jovens.

ORGANIZAÇÃO DE ACOLHIMENTO

AJ Inter existe em Jerez de la Frontera desde 1997 enquanto associação juvenil, desenvolvendo projetos Erasmus+ de mobilidade internacional para jovens desde 2011. A associação procura promover uma atitude de tolerância e de combate contra todas as formas de exclusão, sobretudo a xenofobia, o racismo e a homofobia. Promove a igualdade de oportunidades, os valores da cidadania europeia e a participação ativa dos jovens. AJ Inter abre as portas a todos os jovens dos 16 aos 30 anos com o desejo de aprender mais sobre outras culturas europeias.

CONTEXTO LOCAL

Jerez de la Frontera encontra-se no sudoeste da Espanha, na província de Cádiz. Com uma população de 214.000 pessoas, Jerez é conhecido pela produção do vinho sherry e pelos passeios a cavalo, tal como pela música e dança Flamenca. Em Jerez os jovens têm dificuldade em encontrar trabalho, pelo que muitos optam por mudar-se para a cidade para estudar e/ou trabalhar. Os habitantes locais têm normalmente dificuldade em falar inglês mas são muito amigáveis.

Jerez é o local ideal para vivenciar a cultura andaluza e as suas tradições. Encontra-se perto da praia, muito apreciada nos meses de verão.

DESCRIÇÃO DO PROJETO DE VOLUNTARIADO

Gostarias de desenvolver as tuas competências de comunicação digital? E tens curiosidade em viver a cultura espanhola da Andaluzia?

Três voluntários terão uma experiência intercultural em Jerez de la Frontera (Cádiz), região da cultura flamenca. Integrando um grupo de voluntários oriundos de diferentes países europeus, os jovens serão acolhidos pela associação AJ Inter, contribuindo para as redes sociais da mesma e preparando atividades culturais para jovens.

Os voluntários trabalham 30 horas por semana, com os fins-de-semana livres, a partir do escritório da associação e também a partir do apartamento (2 tardes por semana) que partilharão em Jerez de la Frontera. Uma vez por semana apoiam a iniciativa de comércio justo Oxfam Intermón e têm ainda a opção de participar no Clube de Inglês. Durante as atividades de voluntariado, os jovens recebem apoio e orientação para realizar as suas tarefas e têm acesso a mentoria pessoal e apoio à integração na cultura local.

TAREFAS

- Criação de conteúdos para as redes sociais da associação;
- Escrever artigos para o jornal digital da associação [<http://ajinter.org/journal-aj-inter/>] e promover oportunidades europeias, disseminando resultados de projetos locais e internacionais;
- Editar vídeos simples;
- Promover localmente produtos de comércio justo;
- Apoiar no planeamento do Intercâmbio Jovem, incluindo preparar dinâmicas de quebra-gelo e atividades simples para desenvolver com jovens;
- Organizar atividades culturais, como noite de filme & snack e apresentar a cultura portuguesa para jovens locais e outros voluntários.

OPORTUNIDADES DE APRENDIZAGEM

- Desenvolver competências em comunicação digital e ganhar experiência em programas de edição digital (incluindo vídeo), no Canva (para o jornal digital) e nas redes sociais;
- Desenvolver a iniciativa própria, trazendo ideias e criando eventos simples;
- Melhorar competências em línguas estrangeiras (inglês e espanhol);
- Melhorar habilidades em comunicação, trabalho em equipa, gestão de atividades, cidadania e diversidade cultural;
- Aumentar a auto-estima e auto-confiança.

ALOJAMENTO/ COMIDA/ TRANSPORTES

Os voluntários partilharão um apartamento com outros voluntários do Corpo Europeu de Solidariedade. O apartamento encontra-se totalmente equipado e tem 4 quartos, uma cozinha comum, sala de jantar e 2 casas-de-banho. Cada voluntária/o tem um quarto individual.

A cada voluntária/o será atribuída uma bicicleta para as suas deslocações locais. A casa está localizada a 10 minutos a pé do centro da cidade. Para o escritório a distância é de 15 minutos de bicicleta. Os voluntários recebem dinheiro para comida e mesada (pocket money) a cada semana. Compram a sua comida e preparam as suas refeições.

PERFIL DA/O VOLUNTÁRIA/O

As vagas do projeto "Regenerar Odemira III - Voluntariado de Verão" destinam-se a jovens entre os 18 e os 30 anos, residentes em ou naturais do concelho de Odemira. A/o participante compromete-se a partilhar a sua experiência com outros jovens de Odemira, durante o voluntariado e depois de terminada a atividade internacional, partilhando a sua experiência ativamente nas suas redes.

Na seleção dos participantes não é relevante o nível de formação académica e não faremos distinção em relação à origem étnica, religião, orientação política ou sexual. Relevante é a motivação da/o jovem, expressa no Formulário de Candidatura.

Será tomado em consideração o balanço de género no grupo dos voluntários selecionados. São bem-vindas candidaturas de jovens com menos oportunidades, incluindo dificuldades financeiras e/ou situação de desemprego, tal como portadores de deficiências (exceto se dependentes de pessoa de apoio ou de cadeira de rodas).

Experiência prévia em voluntariado local e/ou associativismo é uma mais-valia.

Daremos prioridade aos jovens que se candidataram em anos anteriores e não foram selecionados.

SABER MAIS

Website | www.ajinter.org

Facebook | <https://www.facebook.com/ajinter/>

Instagram | <https://www.instagram.com/ajinter/>

Newsletter | <http://ajinter.org/journal-aj-inter/>

NAVARRA (ESPANHA)

Datas: **10/07/2025 - 28/08/2025** (2 meses)

Local: **Artieda, Navarra** (Espanha)

Organização de acolhimento: **Eco-Aldeia Arterra Bizimodu**

EM RESUMO:

A oportunidade de fazer voluntariado na Eco-Aldeia Arterra Bizimodu é desenhada para jovens curiosos sobre comunidades ecológicas e modos de vida sustentáveis, que queiram participar em actividades numa quinta agroecológica. Durante dois meses, três voluntários vão vivenciar o dia-a-dia de uma eco-aldeia, juntando-se ao grupo de 9 voluntários internacionais e à comunidade de 30 pessoas que habitam Arterra Bizimodu.

ORGANIZAÇÃO DE ACOLHIMENTO

Arterra Bizimodu é uma comunidade intencional que nasceu na primavera de 2014 na localidade de Artieda, Navarra. Com o lema "Outro mundo não só é possível como é necessário" esta eco-aldeia tem como objetivo dinamizar atividades que levem à auto-suficiência e explorar novas economias que reflitam o equilíbrio entre o pessoal e o coletivo, nutrindo a criatividade e os talentos de cada pessoa que se junta ao projeto. Arterra Bizimodu. Apoia o nascimento de diferentes iniciativas empreendedoras, como oficinas, cursos, hortas, artesanato, música ou cooperativas, para alcançar economias simples e familiares e para viver uma cultura de abundância de vida, aprendendo com a Terra e a sua generosa diversidade. Para isso utilizam a Sociocracia como modelo de governança e gestão coletiva. Arterra Bizimodu faz parte da GEN - Global Ecovillage Network.

A comunidade aloja-se num grande edifício que serviu como escola e depois como hotel rural, no sopé dos Pirinéus, onde habitam 30 pessoas de diferentes idades e nacionalidades. As tarefas comunitárias incluem a cozinha partilhada, a horta biológica, a limpeza geral desde a piscina aos corredores.

CONTEXTO LOCAL

Arterra Bizimodu faz parte da aldeia de Artieda, no vale Urraúl Bajo localizado no sopé dos Pirinéus. Existe aqui uma grande diversidade de ambientes naturais, desde o rio Irate à garganta de Lumbier e de Arbaiun. Arbaiun, à entrada do vale Salazar dos Pirinéus, é a mais extensa e impressionante garganta em Navarra, esculpida pelo rio Salazar em imponentes paredes verticais ao longo de 6km. É possível chegar de bicicleta a Lumbier, seguindo a estrada verde. A língua local é o basco, falado pela população além do espanhol.

A aldeia de Artieda tem acesso limitado de transportes públicos. Existem 2 autocarros por dia para chegar a Pamplona, que é a maior cidade na redondeza a cerca de 30km de Arterra. A vila mais perto tem mercearia e café e encontra-se a 7km. A comunidade disponibiliza bicicletas.

DESCRIÇÃO DO PROJETO DE VOLUNTARIADO

A oportunidade de fazer voluntariado na Eco-Aldeia Arterra Bizimodu é desenhada para jovens curiosos sobre comunidades ecológicas e modos de vida sustentáveis, que queiram participar em actividades numa quinta agroecológica. Durante dois meses, três voluntários vão vivenciar o dia-a-dia de uma eco-aldeia, juntando-se ao grupo de 9 voluntários internacionais e à comunidade de 30 pessoas que habitam Arterra Bizimodu.

Os voluntários trabalham de manhã cedo, juntando-se a uma equipa específica: horta biológica, confeção de doces caseiros, manutenção, etc, tendo as tardes livres. Em dias em que haja tarefas à tarde, as manhãs são livres. As tarefas ocupam 5 a 6 horas diárias. Os fins-de-semana são livres a partir de sexta-feira à tarde. Os voluntários podem ainda propor atividades de sua própria iniciativa.

Nos tempos livres os voluntários poderão nadar na piscina e no rio Irati e ainda juntar-se às várias

atividades disponibilizadas pela comunidade, como ioga ou contact dance.

TAREFAS

- Participar no dia-a-dia da comunidade ecológica;
- Apoiar a horta biológica todas as manhãs;
- Juntar-se à equipa de manutenção do edifício;
- Participar na cozinha comunitária, preparando refeições e/ou conservas.

OPORTUNIDADES DE APRENDIZAGEM

- Adquirir conhecimento e experiência sobre modos de vida comunitários e sustentáveis nas dimensões ecológica, económica, social e cultural;
- Aprender práticas de agricultura sustentável;
- Melhorar competências em línguas estrangeiras (espanhol e inglês);
- Desenvolver competências de cooperação e comunicação multicultural;
- Adquirir conhecimento e experiência em métodos de tomada de decisão colaborativa;
- Aumentar a auto-estima e auto-confiança.

ALOJAMENTO/COMIDA/TRANSPORTES

As refeições do lanche matinal (cerca das 10h) e almoço (cerca das 13h30) são partilhadas com a comunidade e são vegetarianas (possibilidade de pedir opções veganas e sem gluten). O pequeno-almoço e o jantar são organizados individualmente ou entre voluntários, estando disponíveis cozinhas em cada apartamento.

Os voluntários partilharão um apartamento com outros voluntários do Corpo Europeu de Solidariedade. O apartamento encontra-se totalmente equipado e tem quartos individuais e quartos partilhados.

Os voluntários recebem pocket money a cada semana.

PERFIL DA/O VOLUNTÁRIA/O

As vagas do projeto "Regenerar Odemira III - Voluntariado de Verão" destinam-se a jovens entre os 18 e os 30 anos, residentes em/ou naturais do concelho de Odemira. A/o participante compromete-se a partilhar a sua experiência com outros jovens de Odemira, durante o voluntariado e depois de terminada a atividade internacional, partilhando a sua experiência ativamente nas suas redes.

Na seleção dos participantes não é relevante o nível de formação académica e não faremos distinção em relação à origem étnica, religião, orientação política ou sexual. Relevante é a motivação da/o jovem, expressa no Formulário de Candidatura.

Será tomado em consideração o balanço de género no grupo dos voluntários selecionados. São bem-vindas candidaturas de jovens com menos oportunidades, incluindo dificuldades financeiras e/ou situação de desemprego, tal como portadores de deficiências (exceto se dependentes de pessoa de apoio ou de cadeira de rodas).

Experiência prévia em voluntariado local e/ou associativismo é uma mais-valia.

Daremos prioridade aos jovens que se candidataram em anos anteriores e não foram selecionados.

Para a vaga de VOLUNTARIADO EM NAVARRA a seleção inclui:

Conversa online com a organização de acolhimento, para se conhecerem uns aos outros, para responder a questões e dúvidas e para verificar se a experiência numa eco-aldeia é adequada para a/o jovem.

SABER MAIS

Website | <https://arterrabizimodu.org/>

Facebook | <https://www.facebook.com/arterrabizimodu/>

Instagram | https://www.instagram.com/arterra_bizimodu/

Vídeo (em inglês) | <https://www.youtube.com/watch?v=xEsTiQtxRXM>

O projecto de voluntariado CES "**REGENERAR ODEMIRA III**" é financiado pelo Corpo Europeu de Solidariedade, União Europeia.

Para mais informações:
https://youth.europa.eu/home_pt



VOLUNTARIADO INTERNACIONAL PORQUE NÃO?

CANDIDATA-TE JÁ

