

O que você precisa saber antes de seu primeiro voluntariado



Enquanto você escolhe

Faça uma lista das causas com as quais você quer se envolver. Isso ajudará a restringir a busca

Pesquise a presença digital da associação escolhida. Conheça a fundo os projetos que ela já realizou e como trabalha



Depois de escolher o projeto

Certifique-se de solicitar todos os documentos e permissões necessários. Desde o passaporte em dia, contratos ou acordos que precise assinar, seguros de saúde e/ou de responsabilidade civil, vistos e autorizações de permanência no país, até a reserva de hospedagem, se a organização não a oferecer...

Prepare um detalhamento de gastos para o período em que estiver no voluntariado internacional

Pesquise a cultura e o idioma locais. Aprenda algumas frases básicas para poder se comunicar

Verifique se precisa de alguma vacina e agende uma consulta para poder tomá-la a tempo



Alguns dias antes da viagem

Faça a mala com roupas adequadas ao trabalho que você vai realizar, especialmente se ele exigir esforço físico. Opte por peças confortáveis e protetoras que permitam que você participe das atividades com tranquilidade

Certifique-se de levar o passaporte e todos os documentos necessários

Leve também algo que permita se reconectar com o seu lar e se sentir em casa. Você ficará várias semanas fora e, para cuidar dos outros, também é preciso cuidar de si

Leve um diário para registrar a experiência. Ele ajudará você a refletir sobre tudo o que aprendeu e sobre o impacto que está gerando com seu esforço

Confira o clima na época do ano em que será feita a viagem

Verifique o transporte público da região de hospedagem

Conheça as normas sociais e os hábitos da região para que a adaptação seja fácil e rápida

