

CARTILHA MINUTO PRESENÇA VOLUNTÁRIA

01:00



CONTE NUM FILME
DE 1 MINUTO
COMO SUA PRESENÇA
FAZ A DIFERENÇA.

REC
01:00



PROGRAMA
VOLUNTÁRIOS
BRADESCO



Bradesco

PROGRAMA
VOLUNTÁRIOS
BRADESCO



Bradesco



O MINUTO PRESEÇA VOLUNTÁRIA

O Programa Voluntários Bradesco quer conhecer a atuação social dos funcionários da Organização, para isso, criou o Minuto Presença Voluntária, com o objetivo de reconhecer as melhores ações de voluntariado, estimulando os colaboradores a registrar em um vídeo de um minuto uma ação social.

Para participar basta escolher uma causa, mobilizar pessoas e dedicar tempo e talento a uma ação transformadora que deve ser registrada em um vídeo de exatamente 1 minuto.

As melhores ações serão reconhecidas pela Organização num evento comemorativo que será realizado em novembro de 2010.

É hora de mostrar o que você faz para ser presença inspiradora na vida das pessoas.

Participe!

Confira o regulamento do minuto presença voluntária disponível no portal voluntários bradesco (www.voluntariosbradesco.com.br) e também na intranet corporativa (net.bradesco.com.br).

PERÍODO

As inscrições para o Minuto Presença Voluntária se encerram no dia 12 de julho e o prazo para envio dos vídeos é dia 1 de setembro.

O julgamento e apuração final dos vídeos acontecerá em outubro e o evento de reconhecimento das melhores ações acontecerá no dia 24 de novembro.

Os participantes do Minuto Presença Voluntária terão mais que 2 (dois) meses para realizar suas ações e registrá-las em vídeo, por isso planeje com antecedência o dia da execução da ação e reserve tempo para a edição do vídeo, esta última etapa pode levar um tempo considerável.

| 01/06/2010 a 12/07/2010 | Inscrições |
|--------------------------------|--|
| Julho e Agosto | Período para os voluntários gravarem e editarem os vídeos |
| 01/09/2010 | Prazo final para o envio do vídeo finalizado e documentos obrigatórios |
| Outubro e Novembro | Julgamento e Apuração final |
| 24/11/2010 | Evento de reconhecimento das melhores ações |



INSCRIÇÕES

Podem participar do Minuto Presença Voluntária funcionários de toda Organização Bradesco em todo território nacional.

Para se inscrever basta acessar a Intranet Corporativa (net.bradesco.com.br), clicar no ícone Minuto Presença Voluntária e preencher o formulário de inscrição até o dia 12/07/2010.

Escolha a modalidade de participação:

Na modalidade individual, o(a) voluntário(a) realiza uma ação social e registra a atividade em vídeo.

Na modalidade por equipe, os voluntários participantes organizam equipes de até 20 pessoas. A ação voluntária obrigatoriamente deve ter a participação ou envolvimento de todos os membros da equipe. Será necessário eleger um líder que será o representante da equipe perante o Comitê Organizador. É o líder o responsável pela inscrição do grupo.

Período de inscrições: De 01/06/2010 até 12/07/2010.

Atenção

Não é permitido envolver clientes, fique atento às normas da Política de Voluntariado e às Diretrizes do Programa Voluntários Bradesco disponível no Portal: www.voluntariosbradesco.com.br

ENVIO DO VÍDEO

O vídeo finalizado deverá ser enviado por malote para 4823 – DRM –Minuto Presença Voluntária ou diretamente para o endereço da Consultoria APOENA Sustentável na Rua Tabapuã, 888 conjunto 11, Itaim, São Paulo, SP, CEP 04533-003 até o dia 01/09/2010.

Juntamente com o vídeo devem ser enviados os seguintes documentos:

- **Breve descrição da ação**, com no máximo 1.500 caracteres, de acordo com o modelo padrão disponibilizado.
- **Termo(s) de adesão** de todos os funcionários envolvidos na ação. Lembrando que este termo deve ser assinado pelos voluntários e pela Instituição social que será beneficiada pela sua ação.
- **Autorização(ões) do uso de imagem** de todas as pessoas que aparecem no vídeo.



Atenção: Os três documentos acima serão enviados por e-mail para o voluntário responsável pela inscrição e também estão disponíveis na Biblioteca do Portal Voluntários Bradesco.

Caso não receba os documentos em até 2 dias úteis após a inscrição, entre em contato com minuto@apoenasustentavel.com.br.

Fique atento para não perder os prazos!

| Ação | Prazo |
|---|------------|
| Envio do vídeo, descrição da ação, termo de adesão ao trabalho voluntário entre as partes envolvidas e autorização de uso de imagem das pessoas que aparecem no vídeo | 01/09/2010 |

PONTUAÇÃO

Comitê Organizador

O Comitê Organizador será o responsável pelo acompanhamento do Minuto Presença Voluntária, pelo recebimento das inscrições, dos vídeos e pelo atendimento de dúvidas através dos seguintes canais:

E-mail: minuto@apoenasustentavel.com.br

Telefone: (11) 3079-0312 ramal 15.

Comitê de Avaliação

O Comitê de Avaliação será responsável pela análise das ações desenvolvidas e por definir a pontuação das ações realizadas segundo os critérios abaixo descritos. As decisões do Comitê são soberanas e definitivas.

As ações de voluntariado realizadas serão avaliadas segundo os seguintes critérios:

- **Relevância da ação social apresentada no vídeo.** Apesar de se tratar de um festival de vídeo o que está em jogo é a ação voluntária realizada.
- **Complexidade da ação realizada.** Nesse critério serão consideradas as dificuldades e o desafio superado para tornar a ação proposta uma realidade.
- **Criatividade da ação realizada.** Será considerado o grau de criatividade das soluções propostas pela ação social realizada pelos participantes.



- **Qualidade do vídeo.** Os vídeos devem ter uma qualidade mínima estabelecida para que possam ser reproduzidos mostrando o valor da ação proposta em seu conteúdo.

Serão atribuídos valores a cada critério que poderão variar segundo o quadro a seguir:

| | |
|---------------------------|---|
| Relevância da Ação Social | Pequena - 1.000 pontos Média - 1.500 pontos Grande - 2.000 pontos |
| Complexidade da Ação | Pequena - 500 pontos Média - 1.000 pontos Grande - 1.500 pontos |
| Criatividade da Ação | Pequena - 500 pontos Média - 1000 pontos Grande - 1.500 pontos |
| Qualidade do Vídeo | Baixa 100 - pontos Média 300 - pontos Ótima 500 - pontos |

O Comitê de avaliação será composto por convidados especiais que atuam na área de cinema, responsabilidade social e sustentabilidade. As ações que obtiverem a maior pontuação em cada categoria serão consideradas vencedoras.

ENTRANDO EM AÇÃO

Após realizar a inscrição o voluntário ou a equipe de voluntários devem planejar e realizar a ação que será registrada em vídeo.

Os vídeos deverão ter duração de 60 segundos, portanto, os participantes deverão selecionar as imagens de forma que a ação que está sendo realizada esteja claramente representada nesse intervalo de tempo. Esse é o desafio!

CATEGORIAS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES

A ação social realizada deve se enquadrar em uma das categorias a seguir, sendo escolhida no momento de inscrição no Minuto Presença Voluntária.

Aqui apresentamos algumas sugestões de atividades que podem ser desenvolvidas e registradas em vídeo.

Atenção, são apenas sugestões, a equipe pode se inspirar nas atividades sugeridas e propor ações diferentes, contanto que não fujam das categorias sugeridas.



MEIO AMBIENTE E ECOEFICIÊNCIA

Ações ou projetos que contribuam para o uso consciente e eficiente de recursos naturais ou industrializados.

Exemplo: Destinação do óleo de cozinha

Proposta: Implantar um programa de coleta e destinação do óleo de cozinha de determinada instituição ou comunidade para uma cooperativa local.

Como fazer:

- Reúna as pessoas de interesse na instituição ou as lideranças da comunidade e realize uma palestra, distribua materiais, faça uma sensibilização para convencê-los da importância e dos benefícios da destinação correta do óleo de cozinha.
- Convide a cooperativa para participar da fase de planejamento do projeto já que eles possuem o conhecimento para orientar a forma correta de armazenar esse tipo de resíduo.
- Elabore um plano de ação que seja simples, claro e que todos os participantes consigam compreender para que a adesão seja ampla.
- Por fim, monitore se a destinação do óleo está seguindo o cronograma proposto no plano de ação. Não se esqueça de divulgar os resultados periodicamente para que todos conheçam os benefícios desse tipo de ação.

Outras sugestões de atividades: oficinas de brinquedos recicláveis, oficina de produção de papel reciclável, artesanato ecológico, palestras de conscientização para o consumo consciente, caminhada ecológica, campanhas solidárias de redução de consumo de energia elétrica e água, ações de revitalização de espaço físico com foco em redução do impacto ambiental, implantação da coleta seletiva em escolas, creches, empresas, etc.



ARTES E CULTURA

Ações voluntárias que promovam o acesso à cultura e a arte, envolvendo dança, teatro, canto, artes plásticas, expressão corporal e outras formas de manifestação artística ou cultural.

Exemplo: Contadores de Histórias

Proposta: organizar uma oficina de contadores de histórias para funcionários de uma instituição.

Como fazer:

- Procure uma instituição que atenda crianças ou outro público como idosos, jovens, pessoas com deficiência. Ensine os funcionários a criarem um espaço de incentivo à leitura por meio da arte de contar histórias.
- Prepare um ambiente na instituição com almofadas, brinquedos, e livros.

Algumas dicas:

- Contar histórias é uma arte que se aprende na prática, se você nunca contou uma história, basta começar. Convide seus parentes, irmãos, sobrinhos e amigos para ouvir sua história e dar sugestões.
- Preste atenção no ritmo e na entonação da voz. Uma história bem contada deve ser bem preparada anteriormente.
- Leia a história um ou duas vezes em voz alta, pode ser até na frente do espelho para praticar a postura e gestos que fazem toda diferença.
- Não se preocupe em memorizar o texto, você pode e deve usar o livro na hora de contar a história, o importante é entender a mensagem que a história quer transmitir.
- Sempre leve mais de uma história na cabeça, prepare jogos e brincadeiras para entreter o público entre uma história e outra, é aconselhável não emendar uma história na outra.

Outras sugestões de atividades: oficinas de artes plásticas, teatro infantil e para adultos, atividades lúdicas, leitura para deficientes visuais e idosos, apresentações artísticas públicas, campanhas de valorização da arte, estímulo à brincadeira na infância, jogos e brincadeiras para crianças e jovens, etc.



HUMANIZAÇÃO

Ações que promovam o aumento da auto-estima de públicos específicos através da melhoria de espaços de convivência em asilos, hospitais, creches, etc, ou através de atividades em grupo que promovam a integração trazendo qualidade de vida para os beneficiados.

Exemplo: Construção/Revitalização de um jardim

Proposta: realização de uma atividade coletiva de integração entre funcionários e internos de uma instituição beneficente por meio da criação ou revitalização de um jardim.

Como fazer:

- Chame um profissional de jardinagem para ajudar a avaliar os tipos de plantas mais adequados para os espaços disponíveis.
- Busque parcerias com possíveis doadores de mudas para o jardim.
- Não se esqueça de considerar a manutenção do jardim e se é viável tendo em vista o número de funcionários disponível na instituição.
- Envolver os beneficiados da instituição em todas as etapas da ação.
- Programa-se para os dias de trabalho ao ar livre, leve em consideração a previsão do tempo, alimentos para os que irão trabalhar, água para todos, etc.

Outras sugestões de atividades: plantio de horta, revitalização de uma biblioteca, criação de uma brinquedoteca, realização de oficina com ações de aumento de auto-estima ou relaxamento, etc.



ESPORTE

Ações de voluntariado que utilizem o esporte para promoção da inclusão social e qualidade de vida de crianças, jovens, adultos e idosos.

Exemplo: Copa do Mundo Social

Proposta: aproveitando o ano de Copa do Mundo, faça da prática esportiva uma oportunidade de inclusão.

Como fazer:

- Contate uma organização do terceiro setor e proponha a realização de uma copa interna de futebol.
- Para convidar as crianças, jovens e até adultos realize uma palestra contando a história da Copa do Mundo e os valores relacionados à prática esportiva: cidadania, superação, união, harmonia, saúde, qualidade de vida, convivência, etc.
- Escolha um espaço para a realização da atividade esportiva levando em consideração as condições meteorológicas, o ideal é um espaço semi-coberto, para os casos de chuva ou sol excessivos.
- Mobilize a comunidade e amigos para a organização do evento, venda de alimentos e organização das atividades esportivas.
- Prepare uma equipe de primeiros socorros para atender casos de acidentes durante as atividades.
- Providencie prêmios simbólicos para os participantes que se destacarem nas atividades esportivas, principalmente para as crianças e adolescentes.
- Envolve os pais no evento que podem participar como voluntários na organização.

Outras sugestões de atividades: exercícios ao ar livre, caminhada solidária, futebol, vôlei, basquete e demais modalidades esportivas com foco em inclusão social para crianças, jovens, adultos, idosos, etc.



MENSAGEM VOLUNTÁRIA

Ações não necessariamente concretas, mas vídeos que transmitam uma mensagem inspiradora sobre solidariedade e voluntariado. Vídeos que estimulem o “partir para a ação”. Essa é a única categoria que não envolve necessariamente uma ação concreta dos voluntários, mas um esforço em conscientizar as pessoas para a importância do agir por uma causa social.

Exemplos: Um vídeo de animação sobre o que é ser voluntário

Proposta: através da edição das imagens transmitir o conceito de que o voluntário é aquele que doa seu tempo e talento para uma causa social relevante, estimulando o espectador a realizar uma ação.

Como fazer:

- Nessa categoria os voluntários deverão usar a imaginação e criatividade para pensar no vídeo, que pode ser uma história com narrativa, pode ser apenas uma intersecção de imagens significativas e trilha sonora ou até mesmo textos, poesias, frases que estimulem e valorizem a ação voluntária.

Outras sugestões de atividades: um vídeo de fotos/ imagens que mobilizem pessoas para uma causa social, criação de um banco de dados de oportunidades de atuação voluntária no bairro onde você mora, criação de um site na internet com dicas de como ser voluntário com informações para pessoas interessadas, etc.

DICAS DE CINEASTA!

Nessa cartilha você encontrará algumas dicas para o seu vídeo ter uma boa qualidade para exibição.

Vamos imaginar que a equipe de voluntários se transformou numa equipe de produção de um estúdio de cinema, e mesmo se o voluntário estiver participando na modalidade individual, poderá convidar amigos e familiares para ajudar na execução do vídeo, um bom filme precisa de:

- 1. Roteiro:** uma boa idéia na cabeça só vira um filme quando é feito o roteiro. O roteiro é como uma receita para um bom filme, nele o voluntário pode organizar as idéias e encadeá-las de forma que o vídeo faça sentido.

Caso o vídeo tenha uma voz narradora, ou seja, um locutor, o roteiro pode ser feito numa folha de papel dividida em duas colunas. Na coluna da esquerda deverá ser colocado o texto que o narrador irá gravar e do lado direito aparecerão descritas as imagens que serão inseridas no momento da fala.



Atenção: quando existe um locutor, é importante que sua voz seja gravada à parte das imagens, ou seja, primeiro o locutor grava o texto que deve ter duração máxima de um minuto, depois junta-se a gravação da voz do locutor com as imagens correspondentes ao trecho narrado.

A voz do locutor pode ser gravada no mesmo computador onde será editado o vídeo, basta o computador ter entrada para microfone.

Para vídeos sem locutor é interessante utilizar músicas adequadas e coerentes com as imagens que estão sendo mostradas. Uma técnica interessante é utilizar textos escritos que podem aparecer como legenda em determinados momentos do vídeo.

2. Qualidade do som: cuidado com ruídos na hora de capturar as imagens. É comum acontecerem barulhos inesperados como telefones e alarmes. Se o vídeo tiver depoimentos certifique-se de que o lugar escolhido para gravar os depoimentos não tenha muitos ruídos.

3. Direção de arte: um bom vídeo se faz com uma boa direção de arte, ou seja, deve-se ter cuidado especial com o visual do vídeo, com os enquadramentos escolhidos para registrar as atividades, verificar se a iluminação está adequada e se há luz suficiente para dar nitidez às imagens. O vídeo nada mais é do que uma sequência de fotografias em movimento, e para termos um bom resultado estético, cada enquadramento do vídeo deve ser encarado como uma fotografia.

Dica: Evite balançar a câmera durante a gravação com o uso de um tripé, ele ajuda muito na estabilidade e qualidade do vídeo.

4. Direção de cena: às vezes as pessoas ficam tímidas diante das câmeras, e nem sempre os primeiros depoimentos são bons. Repita o mesmo depoimento várias vezes se necessário, tranquilize a pessoa se ela estiver nervosa dizendo que ela pode errar à vontade e que as cenas serão editadas.

5. Edição: a edição é o momento de selecionar os melhores trechos para que o vídeo tenha duração máxima de 1 minuto, e também é nessa hora que a fala do locutor (se houver) deve ser sincronizada com as imagens e com a trilha sonora escolhida para o vídeo.

6. Iluminação: opte por ambientes abertos, à luz do dia, de preferência na parte da manhã quando a iluminação é mais intensa mesmo em dias nublados. Em locais fechados, mesmo com boa iluminação, leve um ponto de luz portátil, que possa ser lançado sobre o local ou pessoas gravadas, mesmo que este ponto de luz seja apenas uma lanterna.



Dica: nunca aponte a faixa de luz diretamente para a pessoa que está sendo filmada, reflita a luz numa parede próxima à pessoa e o ambiente onde ela se encontra ficará mais iluminado.

7. Extensões: os programas de edição de vídeo mais conhecidos são o Adobe Premier e Final Cut, eles reconhecem qualquer extensão de arquivo. Se a equipe optar por editar o vídeo no programa Windows Movie Maker, as extensões possíveis são: .avi*, .mpg*, .m1v*, .mp2*, .mp2v*, .mpg*, .mpe*, .mpv2*, .wm*, .wmv*, .asf

Os vídeos podem ser produzidos em **qualquer tipo de equipamento digital**, mas atenção para o uso de câmeras fotográficas ou celulares, pois esse tipo de equipamento não produz vídeos com boa resolução.

MÃOS À OBRA!

O vídeo é uma ferramenta de comunicação com grande poder mobilizador, gerações inteiras são influenciadas pelo que vêem na televisão e no cinema. Na era da informação em apenas 1 minuto podemos enviar uma mensagem para 1 milhão de pessoas pela internet. Uma simples mensagem pode começar um movimento transformador e o seu vídeo pode inspirar e modificar a vida de muitas pessoas.

O vídeo é uma maneira de registrar aquilo que você pensa e o que pretende mudar no mundo, e as imagens são muito mais do que palavras, pois são acessíveis a todos os povos, não dependem da tradução do idioma. O vídeo é uma linguagem universal!

Queremos conhecer suas ações voluntárias, o que você já faz, para aqueles mais experientes, e o que você começou a fazer agora para os iniciantes. Conte sua história, mostre em 1 minuto o seu verdadeiro filme de ação!

Os melhores vídeos farão parte de um evento especial em novembro e serão divulgados nos principais meios de comunicação da Organização.

Aconselhamos que todos os voluntários, antes de iniciar uma ação, consultem o **Regulamento do Minuto Presença Voluntária** para conhecer a maneira correta de registrar a sua ação em vídeo. O Regulamento está disponível no Portal Voluntários Bradesco (www.voluntariosbradesco.com.br) e também na Intranet corporativa (net.bradesco.com.br)

Informações adicionais:
www.voluntariosbradesco.com.br
minuto@apoenasustentavel.com.br
tel. (11) 3079-0312 ramal 15

Realização:
Departamento de Relações
com o Mercado -
Área de Responsabilidade
Socioambiental Departamento
de Marketing



ANEXOS

Todas as fichas apresentadas abaixo, serão enviadas por e-mail para o voluntário responsável pela inscrição após o momento do cadastro. Caso não as receba, entre em contato com minuto@apoenasustentavel.com.br

MINUTO PRESEÇA VOLUNTÁRIA - DESCRIÇÃO DA AÇÃO

Descrição da Ação

Modalidade: Individual Equipe

Categoria da ação (assinale apenas uma das alternativas abaixo):

- Meio Ambiente/Eco Eficiência
- Artes e Cultura
- Humanização
- Mensagem Voluntária
- Esporte

Nome da Instituição beneficiada:

Nome da pessoa da Instituição:

Endereço e telefone da Instituição:

Público atendido pela Instituição:

Quantidade de pessoas beneficiadas pela Instituição:

Nome do responsável pela inscrição:

Telefone: _____

E-mail: _____

Dependência: _____

DESCRIÇÃO DA AÇÃO

(refere-se a explicação máximo de 400 palavras.

de forma direta e indiretamente

envolvidos direta e

na realização da ação? ações, realização de

da ação e gravação do vídeo de atividade em 2010; por todas as pessoas

necessárias para a realização da ação (máximo de 400 palavras)

realizadas durante a realização da

(s) demonstrada(s) no

em vídeo, os temas de uso de imagem das instituições para a APOENA Sustentável endereço Rua Tabapuã, 1000, São Paulo, SP. Aos cuidados de APOENA - Minuto Presença

É possível também o envio de todo o material por email minuto@apoenasustentavel.com.br.



ANEXOS

Termo de Adesão de Voluntariado

Nome da Instituição: _____
CNPJ/MF: _____
Endereço: _____
Área de Atividade: _____

Nome do Voluntário: _____
RG nº: _____ CPF/MF: _____

Participação voluntária na(s) área(s) de:

- Assistência Social
- Atividades de Apóio Técnico e Administrativo
- Atividades Esportivas e de Lazer
- Cidadania e Defesa dos Direitos Civis
- Cultura
- Educação e Pesquisa
- Meio Ambiente e Animais
- Outros

Tarefa Específica: _____
Local: _____
De: _____ Até: _____ Horários: _____

Declaro, por meio deste Termo de Adesão, o meu interesse em realizar a ação voluntária acima especificada, a ser desempenhada junto à Entidade supra indicada, que, de acordo com a Lei nº 9.608, de 18 de fevereiro de 1998, é atividade não remunerada, e não gera vínculo empregatício nem funcional, ou quaisquer obrigações trabalhistas, previdenciárias e afins.

retratável, em todo o
nha pessoa por meio
lução da minha voz e
lhos e textos, inclusive
bem assim, quaisquer
podendo, em qualquer
undidos, reproduzidos,
er meio ou métodos de
abilidade de quaisquer
zação.

Nome:
RG nº:



ANEXOS



TERMO DE CESSÃO DE USO DE IMAGEM

Pelo presente termo de uso de imagem, eu, (nome e qualificação completos), portador (a) da cédula de identidade RG-_____, inscrito(a) no CPF sob nº. _____, residente e domiciliado(a) na Rua _____, nº. ____, Bairro _____, no Município de _____, Estado de _____, A U T O R I Z O o Banco Bradesco S.A. ("Banco"), com sede na Cidade de Deus, s/nº, Vila Yara, Município e Comarca de Osasco, Estado de São Paulo, inscrito no CNPJ/MF sob o nº. 60.746.948/0001-12, a título gratuito, e em todo o território nacional e internacional, no todo ou em parte, de forma "ao vivo" ou "gravada", das imagens feitas da minha pessoa por meio de filmagens e/ou fotografias e ainda reprodução da minha voz e utilização do meu nome, bem como, de todos os trabalhos e textos (e-mails etc.) por mim elaborados, incluindo quaisquer outros assuntos relacionados ao serviço voluntário, podendo em qualquer lugar e sem restrição alguma, serem editados, difundidos, reproduzidos, divulgados, veiculados e distribuídos por qualquer meio ou métodos de divulgação, ficando a instituição envolvida, bem como, qualquer outra empresa da Organização Bradesco, isentas de responsabilidades de quaisquer pagamentos e ou reivindicações, de direitos autorais, morais e patrimoniais, decorrentes dos efeitos dessa autorização.

Obs: No caso de menor de 18 anos não emancipado, deverá ser assistido por representante legal.

A presente autorização vigorará por prazo de cinco anos, a contar da data de assinatura deste Termo de Cessão de Uso de Imagem.

Por ser esta a expressão da verdade firmo o presente.

_____, ____ de _____ de 2010.

Nome completo _____

Representante Legal _____