



vem ser

voluntária

**O VOLUNTARIADO
PODE MUDAR VIDAS
INCLUSIVE A TUA!**

VEM SER VOLUNTÁRIO NA APPACDM DE COIMBRA

Índice

Quem somos	4
Missão	4
Visão.....	4
Valores	4
Breve Historial	5
As nossas respostas e serviços.....	6
Dandélio – Creche e Jardim de Infância	6
Centros de Recursos para a Inclusão (CRI).....	6
Centro de Atividades Ocupacionais (CAO).....	7
Formação Profissional.....	7
Lares Residenciais.....	8
Apoio Domiciliário	8
Clínica de Medicina Física e Reabilitação (CMFR)	8
Serviços de Economia Social	9
Estrutura de Funcionamento da APPACDM de Coimbra Organigrama Geral....	12
O Voluntariado na APPACDM de Coimbra	13
Deveres dos Voluntários	16
Contactos	19

Caro Voluntário, bem-vindo à APPACDM de Coimbra!

O Voluntariado é parte integrante e indissociável da história da APPACDM de Coimbra e constitui-se, hoje, como uma prática situada na linha de complementaridade no apoio à concretização da sua missão.

A promoção e desenvolvimento do voluntariado na Instituição resulta do reconhecimento de que os voluntários têm um valor inestimável e imprescindível na complementaridade da sua intervenção e da consciência de que é também sua responsabilidade, promover e fomentar a participação cívica dos cidadãos e sensibilizar a sociedade civil para a importância do voluntariado na construção de um mundo mais justo.

Para que a sua participação voluntária possa constituir uma mais-valia tanto para si, como para os beneficiários da sua ação, é fundamental que leia o presente Manual.

APPACDM de Coimbra

Quem somos

A Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental (APPACDM de Coimbra) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social.

Missão

Criar condições para que cada pessoa com deficiência mental (ou em situação de exclusão) possa atingir a sua plenitude como ser humano e social, potenciando a sua individualidade e consolidando a sua participação efetiva na sociedade.

Visão

Ser uma organização de referência nacional e internacional, dinâmica e dinamizadora, centrada na promoção da qualidade de vida da pessoa com deficiência e incapacidades, em parceria ativa com agentes sociais, económicos, culturais e políticos. Garantir a sustentabilidade financeira, mediante uma gestão eficiente dos recursos e uma aposta crescente na inovação e no empreendedorismo social, valorizando as capacidades da pessoa com deficiência.

Valores

- **Individualidade:** A especificidade e a individualidade de cada pessoa com deficiência mental e sua família têm de ser percebidas e respeitadas, defendendo o direito à expressão das suas necessidades.
- **Participação:** As pessoas com deficiência são os decisores da sua própria vida no que toca às suas necessidades, interesses e apoios recebidos, sendo por isso a opinião determinante para a organização dos serviços prestados por esta Instituição.
- **Inclusão:** A comunidade é o espaço onde cada pessoa com deficiência tem direito a crescer, a aprender, a trabalhar, a participar e a viver o seu quotidiano.
- **Inovação:** A procura em cada momento de novas respostas, diferentes estratégias e novos modos de trabalhar é determinante para a qualidade do atendimento.

- **Melhoria contínua:** Adequada aplicação de práticas de qualidade na permanente busca da excelência dos serviços prestados e na procura de formação contínua para os colaboradores.
- **Articulação com a comunidade:** Manutenção de uma relação estreita com as comunidades locais e de abertura recíproca consolidando o papel da Instituição como Pólo dinamizador de Inclusão.
- **Abrangência:** Procura das melhores respostas em cada etapa da vida do cidadão com deficiência mental.

Breve Historial

A APPACDM de Coimbra nasceu em 1969 com a criação do Centro Educacional dedicado prioritariamente ao atendimento das crianças portadoras de deficiência mental em idade escolar, procurando implementar e desenvolver serviços de apoio e ir ao encontro das características, necessidades e interesses de cada uma delas.

Ao longo dos anos a Associação foi-se expandindo dando resposta às diferentes necessidades da sua população em sintonia com a própria evolução dos conceitos e modelos de intervenção nesta área.

A APPACDM de Coimbra possui estabelecimentos e serviços nos concelhos de Coimbra, Arganil, Montemor-o-Velho e Cantanhede, proporcionando ainda apoio a indivíduos/famílias de outros concelhos desde que os mesmos não tenham resposta congénere ou por opção das famílias.

As nossas respostas e serviços

Dandélio – Creche e Jardim de Infância

O Dandélio – Creche e Jardim de Infância constitui-se como uma resposta inclusiva, na área da Intervenção Precoce, com apoio a crianças até aos 6 anos. É uma resposta pedagógica que visa proporcionar um desenvolvimento global harmonioso para todos e cada um dos seus utentes, através de atividades diversificadas que passam pela avaliação e implementação de estratégias pedagógicas, psicológicas e terapêuticas. É um espaço inclusivo, onde crianças com diferentes níveis de desenvolvimento e sociais, incluindo crianças com necessidades educativas especiais e crianças consideradas em situação de risco ambiental, em conjunto com crianças ditas “normais”, usufruem de espaços e atividades comuns e onde o atendimento/apoio vai ao encontro das características, necessidades e interesses de cada criança.

Centros de Recursos para a Inclusão (CRI)

Os CRI são estruturas que apoiam crianças em escolaridade obrigatória com necessidades educativas especiais de carácter permanente desde o ensino básico ao secundário. Os alunos apoiados apresentam um leque diversificado de problemáticas, tais como multideficiência, autismo, incapacidade intelectual, ou qualquer outra forma de incapacidade que impeça ou dificulte a sua aprendizagem ou a sua participação social.

A APPACDM está acreditada como Centro de Recursos pelo Ministério da Educação.

Centro de Atividades Ocupacionais (CAO)

As atividades ocupacionais visam a valorização e integração social da pessoa com deficiência moderada e profunda, com idades superiores a 18 anos, permitindo o desenvolvimento das suas capacidades, sem vinculação a exigências de rendimento. As modalidades de atendimento incluem atividades estritamente ocupacionais, que visam manter as pessoas com deficiência mais grave ativas e interessadas, favorecendo o seu equilíbrio físico, emocional e social e atividades socialmente úteis, que proporcionam a valorização pessoal e o máximo aproveitamento das capacidades da pessoa no sentido da sua autonomia, facilitando uma possível transição para programas de integração socioprofissional. As Atividades Ocupacionais são desenvolvidas em 4 unidades funcionais localizadas nos concelhos de Arganil, Cantanhede, Coimbra e Montemor-o-Velho.

Formação Profissional

A Formação Profissional tem como objetivo principal dotar as pessoas com deficiência ou incapacidade de competências laborais promotoras do acesso ao mercado aberto de trabalho, fomentando a sua qualificação e a sua inserção sócio laboral. Para tal desenvolve cursos de formação em 4 polos distintos, Arganil, Cantanhede, Coimbra e Montemor-o-Velho, destinados a adultos e a jovens fora da escolaridade obrigatória. Privilegia ações de formação profissional inicial financiada, em áreas com potencial de empregabilidade. Numa lógica de resposta às necessidades das pessoas com deficiência ou incapacidade, algumas das ações realizadas são de dupla certificação. A Instituição pode ainda desenvolver oferta formativa destinada a outros públicos. A Instituição está certificada como entidade formadora pela DGERT-DSQA.

Lares Residenciais

Os lares são uma resposta destinada a pessoas com deficiência, com idade igual ou superior a 16 anos, que se encontram impedidas, temporária ou definitivamente de residir no seu meio familiar. O objetivo principal de um Lar é providenciar alojamento residencial o mais semelhante possível a uma família e não a uma instituição, bem como cuidados, serviços de saúde e bem-estar geral, promovendo e disponibilizando condições que contribuam para uma vida com qualidade e pela plena integração social dos seus clientes portadores de deficiência mental ou em situação de exclusão.

Apoio Domiciliário

O Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta que visa prestar cuidados individualizados e personalizados no domicílio a pessoas com deficiência e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária.

Clínica de Medicina Física e Reabilitação (CMFR)

A CMFR presta apoio na área de medicina física e de reabilitação aos clientes da APPACDM de Coimbra, bem como ao público em geral. Tem um conjunto alargado de respostas terapêuticas com o objetivo principal de proporcionar bem-estar físico aos seus clientes, maximizando as suas potencialidades e capacidades e a promoção da sua autonomia.

O C.M.F.R tem convenção com a Administração Regional de Saúde do Centro que prevê a comparticipação dos tratamentos.

Por outro lado, existem acordos com algumas entidades privadas. Nesta unidade são prestados tratamentos em diferentes áreas da fisioterapia como eletroterapia, mecanoterapia, cinesioterapia, termoterapia, hidroterapia, entre outras.

Serviços de Economia Social

Há aproximadamente 10 anos, a Instituição aceitou o desafio lançado pelo IEPF para se candidatar a projetos num novo programa de criação de Empresas de Inserção que pudessem constituir uma resposta, em parceria com o Centro de Emprego na formação e inserção sócio profissional de pessoas em risco de exclusão. Foram criadas três empresas, que se mantiveram em funcionamento até ao final do programa, tendo sido analisado o seu desempenho e tendo sido decidido pela Direção a sua manutenção ou extinção.

Esta experiência por uma nova vertente de atuação da Instituição, de criação de serviços privados, que possam servir vários objetivos, tem levado a APPACDM a alargar estes serviços e a criar novas áreas de negócios muito diversificadas.

De entre os principais objetivos deste sector de atividade podemos incluir:

- Constituir uma via para a promoção da imagem do trabalho das pessoas com deficiência ou em risco de exclusão,
- Contribuir para a sustentabilidade financeira,
- Rentabilizar recursos,
- Criar serviços que respondam a necessidades da comunidade e que constituam “nichos de mercado”

Limpa Tudo

Comporta trabalhos de jardinagem e lavagem - auto.

A jardinagem desenvolve trabalhos de montagem, manutenção e limpeza de jardins. Tem uma equipa de trabalhadores composta essencialmente por pessoas com deficiência em atividades socialmente úteis.

A lavagem-auto está inserida no espaço do Hospital da Universidade de Coimbra (HUC), executando trabalhos de limpeza de viaturas seja de funcionários do hospital, como de clientes ou visitantes do HUC.

Quinta da Fonte Quente, Turismo Social e Serviços

Integra um centro de férias de turismo social e serviços de apoio (restauração e lavandaria). A funcionar desde 1989, este centro não só acolhe os utentes da Instituição em colónias de férias, como está aberto para acolher Instituições ou pessoas individuais que pretendam fazer umas férias diferentes ou somente descansar uns dias num ambiente sereno e relaxado.

Oferece ainda uma diversidade de atividades que vão desde os desportos radicais, ateliers de broa ou de pizza, mini golf, discoteca, etc.

Serviço Temporário de Apoio à Família (STAF)

Este serviço destina-se às famílias que, por um curto período de tempo, não possam cuidar dos seus familiares com deficiência mental. Funciona nas Unidades Residenciais. Aos seus utilizadores é prestado apoio de internamento temporário, que inclui alojamento, alimentação, acompanhamento, prestação de cuidados de higiene e cumprimento de medicação, ocupação de tempos livres, durante 24 horas.

Este pedido pode surgir, quer por motivos de saúde, de férias, quer simplesmente porque a família precisa de descansar e é limitado a vaga existente.

Casa de Chá

A Casa de Chá do Jardim da Sereia foi um projeto que surgiu de um sonho conjunto entre a APPACDM de Coimbra e a Câmara Municipal de Coimbra. A autarquia tinha no centro da cidade de Coimbra um jardim belíssimo, cheio de história, mas que estava bastante abandonado; a APPACDM tinha o sonho de poder ter um espaço, inserido na comunidade em que as competências das pessoas com deficiência pudessem ser evidenciadas e destacadas. Da conjugação destas duas necessidades surge a atual Casa de Chá.

Centro Integrado para o Desenvolvimento Intelectual – CIDI

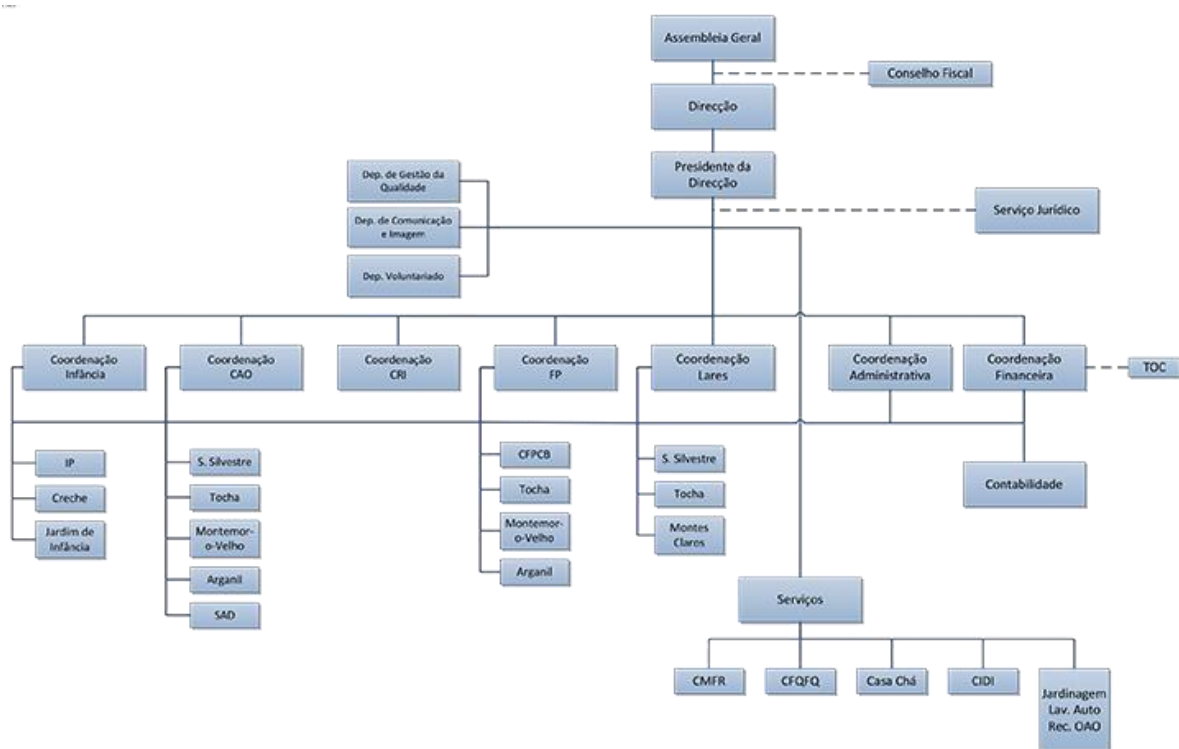
Criado em 2013, surgiu da necessidade expressa, em especial por pais de crianças em idade escolar, com dificuldades no seu desenvolvimento ou na aprendizagem, que não encontram em Coimbra uma resposta vocacionada para esta problemática. Conjugando outras vertentes de apoio, surgiu o CIDI que tem como objetivo constituir-se como um centro de excelência no apoio aos problemas de desenvolvimento, intelectuais, de aprendizagem e emocionais. Assim, tem como missão ajudar a pensar, sentir e agir, para ser e viver com qualidade.

Recolha de Óleos

A APPACDM de Coimbra tem procurado investir também em novas áreas, com preocupações ambientais de que são exemplo a recolha de óleos alimentares usados.

Estrutura de Funcionamento da APPACDM de Coimbra

Organigrama Geral



O Voluntariado na APPACDM de Coimbra

Dar e Receber

“Olhos nos Olhos com a Diferença”

O que esperamos de ti, Voluntário!

- Empenho voluntário;
- Compromisso;
- Relação;
- Apoio

Para ti, Voluntário!

- A riqueza do conhecimento Humano, “(Re)conhecer” e sentir-se “(Re)conhecido”.
- Uma relação não regulada pelo “económico”.
- O sentido de “utilidade”.
- A vontade e a capacidade de transformar a “realidade” em algo melhor.
- A “fé” na vontade e bondade de todos nós.
- Possibilidade de realização de tarefas únicas e específicas, em termos pessoais e/ou profissionais.
- Enriquecimento pessoal e humano e valorização curricular e profissional.
- Disponibilidade para te receber e teres sempre alguém disponível para contacto.
- Interação com jovens/adultos que valorizam quem “és”.
- O reconhecimento da realização de uma atividade socialmente útil.

OBJETIVOS GERAIS DO VOLUNTARIADO NA APPACDM DE COIMBRA

- Apoiar e complementar a intervenção desenvolvida pela APPACDM de Coimbra, contribuindo para a maximização da sua missão;
- Constituir uma mais-valia, diferenciadora em si mesma, na melhoria da qualidade de vida e do bem-estar das pessoas apoiadas pela instituição;
- Inspirar as pessoas a contribuírem com o seu tempo, conhecimento e energia na melhoria da qualidade de vida da pessoa com deficiência e seus significativos;
- Proporcionar experiências válidas enriquecedoras e gratificantes, tanto para os voluntários, como para os beneficiários das suas ações;
- Promover a participação e a cidadania ativa e incentivar as pessoas a reforçarem laços solidários com a sua comunidade, contribuindo para o fortalecimento da solidariedade e da coesão social.

Áreas de Voluntariado da APPACDM de Coimbra

Os Projetos/Ações de voluntariado poderão ser desenvolvidos em todos os domínios e áreas de intervenção da instituição, abrangendo crianças, jovens e adultos portadores de deficiência mental e suas famílias, bem como indivíduos em risco de exclusão.

As formas de ação voluntária serão tão diversificadas quanto à vontade e criatividade do voluntário e as necessidades da instituição:

- Apoio no acompanhamento de crianças, jovens e adultos em atividades de sala ou exterior;
- Apoio nas Colónias e Campos de Férias;
- Acompanhamento de Jovens e Adultos integrados nos Lares Residenciais;
- Apoio na dinamização de Atividades Culturais Desportivas e de Animação;
- Apoio Administrativo, de Logística e Marketing;
- Apoio em Campanhas de Angariação de Fundos;

- Convergência e harmonização com os interesses dos destinatários da ação e com a cultura e valores das organizações promotoras

Direitos e Deveres do Voluntário, na APPACDM De Coimbra

Ser Voluntário na APPACDM de Coimbra significa estabelecer uma relação de reciprocidade de dar e receber, que implica os seguintes direitos:

Direitos dos Voluntários, (com base no Art.º 7º da Lei n.º 71/98, de 3 de Novembro)

- Desenvolver uma atividade de acordo com os seus conhecimentos, experiências e motivações;
- Ter acesso a formação inicial e contínua, de modo a adequar as suas competências às exigências do serviço prestado;
- Receber apoio no desempenho das suas atividades, com acompanhamento e avaliação técnica;
- Usufruir de um ambiente circundante favorável e em condições de higiene e segurança;
- Participar nas decisões que dizem respeito às suas atividades;
- Estabelecer com a APPACDM de Coimbra um Compromisso - programa de voluntariado que regula as suas relações mútuas e o conteúdo, natureza e duração do trabalho voluntário que vai realizar, de acordo com a minuta – (Compromisso – Programa de Voluntariado da APPACDM de Coimbra);
- Ser ouvido na preparação das decisões da entidade promotora que afetem o desenvolvimento do seu trabalho voluntário.
- Ser reconhecido pelas atividades que desenvolve, com a respetiva certificação.; - No final do Projeto/Ação de voluntariado, o voluntário será reconhecido pelo seu trabalho e empenho, através do (FR Certificado de Voluntário) emitido pela APPACDM de Coimbra.
- Dispor de um cartão de Voluntário – A APPACDM de Coimbra emite um Cartão de Identificação do Voluntário (Cartão de Identificação do Voluntário), de uso obrigatório e que lhe permite aceder e circular nos locais onde irá desenvolver a sua atividade voluntária.
- Ser reembolsado das despesas de transportes, ou das que resultem do exercício de trabalho voluntário, em situações a apreciar caso a caso, devendo as mesmas ser

previamente autorizadas;

- Ter acesso a refeição gratuita no local onde desenvolve a atividade voluntária, Voluntária, em situações a apreciar caso a caso;
- Beneficiar de um seguro de riscos pessoais - A APPACDM de Coimbra obriga-se a contratar uma apólice de seguro de grupo, tendo em conta as normas aplicáveis em matéria de responsabilidade civil, para proteção do Voluntário em caso de acidente ou doença sofridos ou contraídos por causa direta e especificamente imputável ao exercício do trabalho Voluntário, bem como para cobertura dos prejuízos causados a terceiros pelo Voluntário no exercício da sua atividade.
- Enquadrar-se no regime do seguro social voluntário, caso não esteja abrangido por um regime obrigatório de segurança social

Deveres dos Voluntários

Em relação aos destinatários, à APPACDM de Coimbra e sociedade, de acordo com o Art.º 8º da Lei n.º 71/98, de 3 de Novembro:

Atuar diretamente com os Clientes significa estabelecer uma relação de reciprocidade de dar e receber, que implica os seguintes deveres:

Para com os Clientes da APPACDM de Coimbra

- Respeitar a vida privada e a dignidade de cada Cliente, ou qualquer outro beneficiário da sua ação voluntária, enquanto pessoa;
- Respeitar as convicções ideológicas, religiosas e culturais;
- Guardar sigilo sobre assuntos confidenciais;
- Usar o bom senso na resolução de assuntos imprevistos, informando os respetivos responsáveis;
- Atuar de forma gratuita e interessada, sem esperar contrapartidas e compensações patrimoniais;
- Contribuir para o desenvolvimento pessoal e integral de cada Cliente e/ou beneficiário da ação voluntária.

Para com a APPACDM de Coimbra

- Observar os princípios e normas inerentes à sua missão, em função das Unidades Funcionais, Departamentos e serviços em que se insere;
- Conhecer e respeitar os estatutos e o funcionamento da APPACDM de Coimbra, bem como as normas das estruturas onde desenvolve a atividade voluntária;
- Atuar de forma diligente, isenta e solidária;
- Zelar pela boa utilização dos bens e meios postos ao seu dispor;
- Participar na formação para um melhor desempenho das suas atividades;
- Contribuir para um bom clima organizacional no exercício da sua função de Voluntário;
- Garantir a regularidade do exercício da atividade de Voluntariado - Sempre que pretenda interromper ou cessar a sua atividade voluntária, o Voluntário deve informar o Responsável pelo Projeto/Ação da Unidade Funcional e o Departamento de Voluntariado com a maior brevidade possível, de modo a não prejudicar as expectativas criadas pelos destinatários do Projeto/Ação.

O Voluntário deverá preencher e assinar a *Ficha de Assiduidade e registo da Atividade Voluntária*, existente para o efeito.

- Utilizar a identificação como voluntário no exercício da sua atividade – O Voluntário, nos dias em que desenvolver atividade voluntária, fará uso obrigatório do seu cartão de identificação de voluntário, colocando-o no vestuário em local visível. Sempre que as circunstâncias o exigirem poderá ser solicitado ao Voluntário a uniformização da sua apresentação.
- Não assumir o papel de representante da organização sem consentimento ou autorização prévia.

Para com os Colaboradores da APPACDM de Coimbra

- Colaborar com os profissionais da APPACDM de Coimbra, potenciando a sua atuação no âmbito da partilha de informação e em função das orientações técnicas inerentes ao respetivo domínio de atividade;
- Contribuir para o estabelecimento de uma relação fundada no respeito pela função que a cada um compete desempenhar.

Para com os outros Voluntários

- Respeitar a dignidade e liberdade dos outros Voluntários, reconhecendo-os como pares e valorizando as suas atividades;
- Fomentar o espírito de equipa, contribuindo para uma boa comunicação e um clima de convivência agradável;
- Facilitar a integração e participação de todos os Voluntários.

Para com a Comunidade

- Fomentar uma cultura de solidariedade;
- Difundir o Voluntariado;
- Conhecer a realidade sociocultural da comunidade onde desenvolve a sua atividade de Voluntário;
- Complementar a ação social da APPACDM de Coimbra;
- Transmitir com a sua atuação, os valores e os ideais do Voluntariado.

Perfil e condições de candidatura a voluntário na APPACDM de Coimbra

- Ter idade igual ou superior a 18 anos de idade ou, se inferior a 16, ser sempre acompanhado por um adulto;
- Tomar uma decisão livre, apoiada em motivações sociais e pessoais;
- Apresentar motivação em colaborar na área da Deficiência Mental;
- Estar exclusivamente movido pelo desejo de altruísmo;
- Possuir idoneidade moral e humanas reconhecidas;
- Ter sentido de responsabilidade;
- Ser emocionalmente estável;
- Estar fisicamente capaz de desempenhar as funções atribuídas;
- Ter disponibilidade de fazer formação e avaliação das atividades;
- Assumir o compromisso de regularidade na prestação do trabalho Voluntário;
- Conseguir harmonizar a prática do Voluntariado com a cultura, missão, princípios e valores da APPACDM de Coimbra.

Com o intuito de proteger o público, pode ser solicitado aos voluntários, em determinadas situações, que se submetam a uma verificação do registo de antecedentes criminais, podendo ser recusada a admissão de voluntários que não o aceite.

Ser Voluntário na APPACDM de Coimbra é uma oportunidade de dar expressão plena à nossa Cidadania, e a possibilidade de, ao partilhar o nosso tempo, trabalho e talento, de forma altruísta, obter uma experiência profundamente enriquecedora.

Contactos:

Departamento de Voluntariado da APPACDM de Coimbra

Rua Machado de Castro, nº 6

3000-254 Coimbra

Telefone: 239708370

Telemóvel: 919981089

E-mail: coord.voluntariado@appacdmcoimbra.pt

Website: <http://www.appacdmcoimbra.pt>

Facebook: <https://facebook.com/appacdm.coimbra>

Instagram: @appacdmcoimbra