

## Programa de Voluntariado

### Objetivo e atividade

A Fundação ADFP - Assistência, Desenvolvimento e Formação Profissional, é uma Instituição de Solidariedade Social, sem fins lucrativos, com estatuto de utilidade pública, que prossegue a atividade da Associação para o Desenvolvimento e Formação Profissional, nascida em Novembro de 1987, e sediada em Miranda do Corvo

O objetivo principal é a solidariedade social, contribuindo para a formação de pessoas com deficiência e doentes mentais, apoiando doentes crónicos, crianças, jovens, mulheres grávidas ou com filhos, vítimas de maus tratos, refugiados, sem-abrigo e idosos. Investe em pessoas através da criação e inovação de respostas sociais, orientadas para o convívio intergeracional, integração e inclusão de pessoas com deficiência, doença mental ou minorias étnicas, e promoção do desenvolvimento regional sustentado.

É uma Fundação cívica, nascida da livre iniciativa de cidadãos. Os órgãos sociais, desde o Conselho de Administração, até ao Conselho Estratégico, são desempenhados em regime de voluntariado não remunerado.

É uma Fundação comunitária: aposta no desenvolvimento sustentável através da coesão social no seu território de influência. Inova para gerar emprego, aumentar receitas e defender valores civilizacionais.

É uma Fundação Filantrópica, que apoia a criação e atividades de organizações culturais, recreativas, desportivas e movimentos cívicos regionais: o Clube da Mulher, Secção de Futsal Viveiro, Columbofilia, Clube de Caminheiros, Centro Hípico, Real Confraria da Matança do Porco, a AJA – Associação de Jovens, etc.

## **Enquadramento**

Na perspetiva de garantir a todos os cidadãos a participação solidária no exercício do voluntariado, a lei nº 71/98 de 3 de novembro e o decreto-lei nº 389/99 de 30 de setembro veio dar o enquadramento legal a essa ação de cidadania, definindo os princípios de enquadramento das atividades voluntárias e contemplando um conjunto de direitos e deveres dos voluntários e das organizações promotoras. A Fundação ADFP considera que é importante desenvolver um programa de voluntariado que os incentive os princípios da fraternidade contribuindo para a felicidade dos voluntários e para o bem-estar dos utentes das valências sociais e de saúde.

### **O que é o voluntariado?**

#### **(Art.º2º da lei nº71/98, de 3 de novembro)**

É um conjunto de ações de interesse social e comunitário, realizadas de forma desinteressada por pessoas, no âmbito de projetos, programas e outras formas de intervenção ao serviço do indivíduo.

### **O que é um Voluntário?**

#### **(Art.º 3.º da Lei n.º 71/98, de 3 de Novembro)**

É o indivíduo que de forma livre, desinteressada e responsável se compromete, de acordo com as suas aptidões próprias e no seu tempo livre, a realizar ações de voluntariado no âmbito de uma organização promotora.

A qualidade de voluntário não pode, de qualquer forma, decorrer de relação de trabalho subordinado ou autónomo ou de qualquer relação de conteúdo patrimonial com a organização promotora, sem prejuízo de regimes especiais constantes da Lei.

Ser Voluntário na Fundação ADFP é estar disposto a oferecer graciosamente o seu tempo disponível, a sua capacidade pessoal e profissional, o seu bom contacto humano

e a sua vontade, apoiando, direta ou indiretamente, no desenvolvimento e bem-estar dos utentes.

**Por isso ser voluntário/a é:**

- Assumir um compromisso com a organização promotora de voluntariado;
- Desenvolver ações de voluntariado em prol dos indivíduos, famílias e comunidade.
- Comprometer-se, de acordo com as suas aptidões e no seu tempo livre;
- Atuar como voluntário/a é ter um ideal por bem fazer, que assenta numa relação de solidariedade traduzida em:  
Liberdade, igualdade e pluralismo no exercício de uma cidadania ativa;
- Responsabilidade pelas atividades que desenvolve com os/as destinatários/as;
- Participação nas atividades a desenvolver pela organização promotora no âmbito de aplicação do Programa de Voluntariado;
- Gratuitidade no exercício da atividade, mas sem ser onerado com as despesas dele decorrente;
- Complementaridade com a atividade dos/as profissionais, sem os/as substituir;
- Convergência e harmonização com os interesses dos/as destinatários/as da ação e com a cultura e valores das organizações promotoras.
- Atuar com as pessoas, famílias e comunidade é estabelecer uma relação de reciprocidade de dar e receber que exige direitos e impõe deveres.

## **Como ser voluntário?**

Para se inscrever no voluntariado deverá preencher uma ficha de inscrição disponível em <http://www.adfp.pt/>, ou presencialmente na sede da Fundação ADFP.

## **Qual a idade mínima para participar? Sendo menor preciso de autorização dos pais?**

Para participar no Programa de Voluntariado da Fundação ADFP, deverá ter a idade mínima de 16 anos, sendo que até aos 18 anos terão de apresentar uma declaração de autorização do encarregado de educação, devidamente assinada.

## **Não consigo fazer a inscrição via online. O que devo fazer?**

Deve certificar-se que preenche todos os campos obrigatórios, seguindo as instruções dadas. Em caso de dificuldades mais técnicas ou outro tipo de questões relacionadas com a inscrição poderá enviar correio eletrónico para [geral@adfp.pt](mailto:geral@adfp.pt), a que responderemos com a maior brevidade possível.

## **Depois de selecionado, como é que o voluntário é integrado na Fundação ADFP?**

Antes do início do apoio como voluntário é proporcionado ao mesmo informação e orientação acerca dos fins e atividades da Fundação ADFP, de modo a harmonizar a sua ação com a cultura e objetivos institucionais e, ainda, acerca do desenvolvimento do seu apoio, na medida do necessário e suficiente para a boa realização das tarefas destinadas a todos os voluntários envolvidos no programa em questão.

## **É assinado algum acordo entre a Fundação e os voluntários?**

Com todos os voluntários é assinado um Contrato de Voluntariado. Trata-se de um acordo para a formalização de um compromisso entre a entidade e o voluntário, onde constam as funções que o voluntário vai desempenhar, os horários e duração do projeto, bem com os direitos e deveres das duas partes.

Ao voluntário também é entregue um Manual de Acolhimento.

## Quais os Direitos e Deveres do Voluntário/a?

### Direitos dos/as voluntários/as:

1. Optar por ter ou não um prémio de bolso máximo de 1,50€ a 2.00/h como compensação de despesas do voluntariado que não poderá ultrapassar o teto de cerca de 100€ mensais.

2. Tem direito à alimentação em género, caso o horário de prestação de voluntariado abranja um período de refeição.

3. Tem um seguro contra acidentes pessoais no valor de 50.000€ em caso de Morte ou invalidez permanente, 15.000€ em despesas de tratamentos e repatriamento e Um seguro contra acidentes pessoais no valor de 50.000 € em caso de Morte ou Invalidez Permanente, 15,000 € em Despesas de Tratamentos e Repatriamento e 14,00 € de Subsídio Diário por Incapacidade Temporária, que cubra os riscos que possam ocorrer durante e por causa do exercício das atividade integradas no exercício do voluntariado. O voluntário pode optar por aumentar os valores de indemnização do seguro antes referido, assumindo os custos adicionais.

4. Deve respeitar as condições de higiene e segurança no trabalho a que estiver obrigado nos termos legais e convencionais do setor de atividade em que se integra;

5. Deve estabelecer com a Fundação ADFP um programa de voluntariado que regule as relações mútuas e o conteúdo, natureza e duração do trabalho voluntário que vai realizar;

6. Desenvolver um trabalho de acordo com os seus conhecimentos, experiências e motivações;

7. Receber apoio no desempenho do seu trabalho com acompanhamento e orientação técnica;

8. A qualidade de voluntário é compatível com a de “amigo”, de membro dos corpos sociais e de beneficiário da Fundação ADFP.

### **Deveres dos/as voluntários/as para com:**

São deveres do voluntário/a:

- a) Observar os princípios deontológicos por que se rege a atividade que realiza, designadamente o respeito pela vida privada de todos quantos dela beneficiam;
- b) Observar as normas que regulam o funcionamento da entidade a que presta colaboração e dos respetivos programas ou projetos;
- c) Reger-se sob os princípios de confidencialidade nos assuntos referentes ao exercício do trabalho de voluntariado;
- d) Atuar de forma diligente, isenta e solidária, com respeito pelos valores da Fundação ADFP;
- e) Participar nos programas de formação destinados ao correto desenvolvimento do trabalho voluntário;
- f) Zelar pela boa utilização dos recursos materiais e dos bens, equipamentos e utensílios postos ao seu dispor;
- g) Colaborar com os profissionais da Fundação ADFP, respeitando as suas opções e seguindo as suas orientações técnicas;
- h) Não assumir o papel de representante da Fundação sem o conhecimento e prévia autorização desta;
- i) Garantir a regularidade do exercício do trabalho voluntário de acordo com o programa acordado com a Fundação ADFP;
- j) Utilizar devidamente a identificação como voluntário no exercício da sua atividade.
- k) Informar a direção da valência ou serviço onde está integrado (ou administração da Fundação) dos aspetos negativos que detetar contribuindo para o objetivo geral “investir em pessoas com bondade”.
- l) Apresentar sugestões e propostas que melhorem a eficácia dos serviços da Fundação, visando o bem-estar, a felicidade e a dignidade dos utentes e dos colaboradores.

## Plano Formativo

As formações iniciais serão divididas em duas partes, sendo que na primeira será feito um enquadramento da instituição e do Programa de Voluntariado.

Na segunda parte os voluntários são divididos por áreas, sendo dada formação específica sobre as mesmas, incluindo uma visita ao local onde irão dar apoio. A participação é essencial para que os voluntários estejam totalmente enquadrados e conheçam os locais onde as atividades se realizam.

Trimestralmente será promovida formação que melhore o desempenho e o trabalho de equipa.

**Onde será realizada a formação?** A formação será realizada nas instalações da Fundação ADFP.

## Sensibilização

### 2018: Ano Europeu do Património Cultural;

**Janeiro:** Liberdade Religiosa e liberdade de crer e de não crer. A Liberdade Religiosa deriva da liberdade de pensamento, uma vez que quando é mantida exteriorizada torna-se uma forma de manifestação do pensamento. Compreende outras liberdades: liberdade de crença, liberdade de culto, liberdade de organização religiosa e liberdade de expressão. Esta abrange a liberdade de escolha da religião, liberdade de mudar de religião, liberdade de não aderir a religião alguma e liberdade de ser agnóstico. A liberdade de culto, abrange a liberdade de orar e a de praticar atos próprios das manifestações exteriores em casa ou em público.

**Fevereiro:** FT1 - integração dos voluntários no contexto de atuação institucional

**Março:** Natureza, a sua promoção e preservação;

**Abril:** Iniciativa para a prevenção dos maus tratos na infância;

**Maio:** **FT2-** integração dos voluntários no contexto de atuação institucional;

**Setembro:** **FT3** - integração dos voluntários no contexto de atuação institucional;

**Outubro:** Comemoração do Dia Internacional da Não-Violência.

**Novembro:** **FT4** - integração dos voluntários no contexto de atuação institucional;

### **Plano de Iniciativas em Contexto Social dos Voluntários (as)**

Consideram-se como domínios de execução do voluntariado e respetivas competências, os seguintes aspetos, nas seguintes áreas:

#### **a) Infância e Juventude:**

- Ajudar a promover uma cultura de valores contrária à adoção de comportamentos desviantes;

- Apoiar em atividades de animação sociocultural e de carácter recreativo, realizadas dentro ou fora da instituição, sob a orientação de pessoal especializado;

- Auxiliar no desenvolvimento de atividades lúdico-pedagógicas que promovam a aquisição de competências pessoais e sociais adequadas ao perfil dos utentes, tendo sempre em consideração o interesse superior da criança;

- Apoiar no incentivo do relacionamento interpessoal, o convívio e ocupação;

- Apoiar no acompanhamento e auxílio dos jovens na utilização dos serviços existentes dando a conhecer a sua localização, a função e como recorrer a estes (Câmara Municipal, Junta de Freguesia, Finanças, Correios, serviços bancários, Centro de Saúde, etc;

- Apoiar os jovens na aquisição de competências associadas às tarefas domésticas: limpeza da habitação, cozinhar, armazenar alimentos, utilização dos eletrodomésticos, pagar contas e realizar compras.

- Ajudar no acesso dos serviços da comunidade e incluindo o acompanhamento a consultas médicas.

### **b) Terceira Idade**

- Apoiar nas visitas ao domicílio dos utentes, que aprovelem essa forma de convívio, rompendo com situações de isolamento social;

- Ajudar no acesso dos serviços da comunidade, incluindo o acompanhamento a consultas médicas.

- Apoiar em atividades de animação sociocultural e de carácter recreativo dinamizadas na valência ou no exterior, dirigidas aos grupos de utentes;

- Auxiliar na promoção de atividades para os utentes de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

- Apoiar na colaboração com a comunidade em diversas atividades, de forma revelar um contributo inestimável para a causa humanista e para o sucesso coletivo da Fundação.

- Auxiliar a prestar cuidados e serviços personalizados e humanizados, nas diferentes valências de apoio a idosos na Fundação ADFP.

### **c) Pessoas com Deficiência ou Doença Mental**

- Ajudar a melhorar continuamente os serviços prestados aos utentes e familiares;

- Apoiar na melhoria de qualidade de vida e bem-estar, dos nossos residentes beneficiando de diversos serviços nas suas Residências;
- Auxiliar a contribuir diariamente para a valorização e dignificação das pessoas com doença Mental e/ou deficiência.
- Apoiar no desenvolvimento de atividades com outras valências da instituição privilegiando a convivência intergeracional;
- Ajudar a proporcionar aos utentes um ambiente familiar e harmoniosos, onde se fomenta a sua autonomia, socialização e participação em atividades recreativas e culturais da instituição e da comunidade;
- Auxiliar nos cuidados de higiene e conforto dos utentes sempre com apoio da restante equipa.
- Ajudar no acesso dos serviços da comunidade, incluindo o acompanhamento a consultas médicas.

#### **d) Parque Biológico Serra da Lousã**

- Ajudar a garantir o bem-estar dos animais.
- Apoiar no bem-estar e nas condições de acessibilidade/"visitabilidade" dos visitantes.
- Participar em eventos;
- Ajudar no desenvolvimento de atividades para aumentar eficiência, qualidade, humanização e bondade;
- Apoiar na dinamização do sector atraindo novos visitantes permitindo assim a criação de emprego e aumentar as receitas;
- Contribuir para criar nos visitantes o gosto pela biofilia e a paixão pela natureza.

### **e) Pessoas Sem- Abrigo**

- Apoiar no contacto e comunicação com as pessoas sem-abrigo da cidade de Coimbra e na sua periferia, tendo em vista despertar neles a esperança e o desejo de mudança de vida.

- Apoiar no serviço de refeições e distribuição de agasalhos.

- Ajudar na procura e oferta de cuidados de saúde com a consciência de que na sua maioria são pessoas com doença mental ou deficiência.

- Contribuir para a promoção da dignidade nas pessoas sem-abrigo.

**Fundação ADFP**

**2018**