



VONTADES SOLIDÁRIAS NA APCC  
MANUAL DO VOLUNTÁRIO



Fazer voluntariado é **dar**: atenção, tempo, dedicação...

Fazer voluntariado é **não esperar nada em troca e, também, receber**: sorrisos, agradecimentos, afectos...

**É um dar e receber impossível de quantificar!**  
Conquistam-se cumplicidades, competências e amizades!  
Coleccionam-se agradecimentos que sinónimo são do reconhecimento que apenas o voluntariado permite alcançar!

O voluntário prova que é **possível ser-se solidário e contribuir para uma causa!**

**Queres ser voluntário e participar nesta partilha de experiências?**

Para ti, que aceitas o nosso desafio, aqui fica o teu manual, com algumas dicas e informações úteis para os dias que aí virão.

A Associação de Paralisia Cerebral de Coimbra (APCC) é herdeira legítima do Núcleo Regional Centro da Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral (NRC-APPC), fundado em 1975.

A missão da APCC é promover a inclusão social de pessoas em situação de desvantagem, com especial incidência em pessoas com deficiência e incapacidade.

Constituem-na o Centro de Reabilitação, a Quinta da Conraria, as Residências. Está em concretização o Lar Integrado para Pessoas com Deficiência e suas Famílias – “Envelhecer Juntos”.

Situa-se na Rua Garcia de Orta, no Vale das Flores, em Coimbra.

“É o conjunto de acções de interesse social e comunitário, realizadas de forma desinteressada por pessoas, no âmbito de projectos, programas e outras formas de intervenção ao serviço dos indivíduos, das famílias e da comunidade, desenvolvidos sem fins lucrativos por entidades públicas ou privadas.”

( art.º 2.º da Lei n.º 71/98, de 3 de Novembro)

De acordo com o Conselho Nacional para a Promoção do Voluntariado, o voluntariado:

“- ESTÁ ao serviço das pessoas, das famílias e das comunidades, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar das populações.

- TRADUZ-SE num conjunto de acções de interesse social e comunitário, realizadas de forma desinteressada, expressando o trabalho voluntário.

- DESENVOLVE-SE através de projectos e programas de entidades públicas e privadas com condições para integrar voluntários, envolvendo as entidades promotoras.

- CORRESPONDE a uma decisão livre e voluntária apoiada em motivações e opções pessoais que caracterizam o voluntário.”

(in <http://www.voluntariado.pt/>)

De acordo com o artigo 3.º da Lei n.º 71/98, de 3 de Novembro, voluntário “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 acções de voluntariado no âmbito de uma organização promotora”.

Diz o Conselho Nacional para a Promoção do Voluntariado que ser voluntário é:

- “assumir um compromisso com a organização promotora de voluntariado;
- desenvolver acções de voluntariado em prol dos indivíduos, famílias e comunidade;
- comprometer-se, de acordo com as suas aptidões e no seu tempo livre”.

(in <http://www.voluntariado.pt/>)

Em 2007, a APCC implementou um programa de voluntariado que até, então, era realizado de forma esporádica.

Foi efectuado um levantamento das necessidades junto de técnicos e clientes.

Quis, esta iniciativa, cumprir os seguintes objectivos:

- permitir o aumento da participação cívica;
- reforçar os laços de solidariedade;
- assumir-se como uma oportunidade de aprendizagem e desenvolvimento de competências.

Hidroterapia

Hipoterapia

Zarabatana

Refeitório

Recreio

Residências

Quinta Pedagógica “O Caracol”

Expressão

Desporto

Oficina do Brinquedo

Ludoteca

Jardim-de-infância / Escola Básica

E TU? QUE SUGERES?

O voluntariado da APCC destina-se:

- a jovens e adultos;
- estudantes, trabalhadores, desempregados e reformados;
- com idade igual ou superior a 17 anos;
- com interesse em colaborar na área da deficiência.



- 1.Inscrição
- 2.Entrevista
- 3.Selecção
- 4.Período de experiência
- 5.Admissão
- 6.Compromisso entre organização e voluntário
- 7.Formação
- 8.Período de voluntariado
- 9.*Terminus* com emissão e entrega de certificado

**Nota:** todos os voluntários devem entregar o respectivo registo criminal no início da actividade

O Serviço Voluntário Europeu (SVE) tem como objectivo desenvolver a solidariedade, bem como uma cidadania activa e o entendimento mútuo.

Permite aos jovens realizar voluntariado, de duas semanas até 12 meses, num país que não o seu e, assim, adquirir competências, aprender novas línguas e contactar com outras culturas.

Para que um projecto SVE possa acontecer, tem de haver uma organização coordenadora, uma organização de envio e uma organização de acolhimento.

O SVE não é remunerado, nem tem fins lucrativos e é desempenhado a tempo inteiro. Para isso, o voluntário é recebido por uma organização de acolhimento.

A APCC tanto é organização de acolhimento de voluntários europeus, como organização de envio de voluntários portugueses para outros países.



DG Educação e Cultura

Programa «Juventude em Acção»

## **“Holding Hands With Other Abilities”**

Em 2008, o programa de voluntariado da APCC alargou-se ao Serviço Voluntário Europeu (SVE). Desde então já recebeu 16 voluntários de países como Itália, Lituânia, Alemanha, Hungria, Estónia, Áustria, Letónia, Espanha e Grécia.

A APCC considera a cidadania europeia uma das prioridades do voluntariado. Este projecto permite:

- contactar com outras culturas;
- incentivar o diálogo;
- promover uma convivência comunitária;
- mudar atitudes;
- promover a tolerância, compreensão e aceitação da diversidade.

As actividades, quer no Centro de Reabilitação, quer na Quinta da Conraria e nas Residências, juntam assim voluntários nacionais e europeus, numa partilha que se tem demonstrado bastante profícua para todos.

**APCC**

Rua Garcia de Orta  
Vale das Flores,  
3030-188 Coimbra

T. 239 792 120

F. 239 792 129

**Email** geral@apc-coimbra.org.pt

ou

voluntariado@apc-coimbra.org.pt

<http://vontadessolidariasnaapcc.blogspot.com/>



# **REGULAMENTO DO VOLUNTARIADO NA APCC**

O voluntariado é uma actividade inerente ao exercício de cidadania que se traduz numa relação solidária para com o próximo, participando, de forma livre e organizada, na solução dos problemas que afectam a sociedade em geral (decreto Lei nº 389/99).

É uma acção que se situa numa linha de complementaridade do trabalho do profissional, realizado no âmbito das actividades desenvolvidas pela APCC.

## **CAPÍTULO I**

### **NATUREZA E FINS**

#### **Artigo 1º**

A APCC é uma Instituição Particular de Solidariedade Social. Prossegue a defesa dos interesses e o desenvolvimento de acções que visem a resolução dos problemas do cidadão com Paralisia Cerebral, situações neurológicas afins e outras.

## **CAPÍTULO II**

### **INSCRIÇÃO E ADMISSÃO DE VOLUNTÁRIOS**

#### **Artigo 2º**

Condições de inscrição no voluntariado:

- Ter idade superior a 17 anos.
- Estudantes, trabalhadores, desempregados e reformados.
- Interesse em colaborar na área da deficiência

#### **- Artigo 3º**

As admissões obedecem aos seguintes critérios:

- Os candidatos deverão fazer a sua inscrição no serviço de pessoal do Centro de Reabilitação de Paralisia Cerebral de Coimbra, preenchendo a ficha criada para o efeito.
- Os candidatos serão entrevistados por um técnico da APCC, a fim de ser

apreciada a capacidade para o exercício do trabalho de voluntariado. Após a selecção, o voluntário deverá frequentar os módulos de formação e submeter-se a um período experimental para treino e capacitação.

### **Capítulo III**

#### **DIREITOS E DEVERES DOS VOLUNTÁRIOS**

##### **Artigo 4º**

São direitos dos voluntários:

- Beneficiar de um seguro, que o proteja em caso de acidente ou doença sofridos ou contraídos por causa directa e especificamente imputável ao exercício do trabalho voluntário.
- Ter acesso a programas de formação inicial e contínua, com vista ao aperfeiçoamento do seu trabalho de voluntário.
- Dispor de um cartão que o identifique como voluntário.
- Exercer o trabalho voluntário em condições de higiene e segurança.
- Receber as indemnizações, subsídios e pensões, bem como outras regalias previstas na lei, em caso de acidente ou doença contraída no exercício do trabalho voluntário.
- Estabelecer com a entidade promotora um compromisso de voluntariado que regule as relações e o conteúdo, natureza e duração do trabalho voluntário.
- Ser ouvido nas decisões da entidade promotora que afectem o desenvolvimento do seu trabalho voluntário.
- Ser reembolsado das importâncias despendidas no exercício de uma actividade programada pela entidade promotora, desde que inadiáveis e devidamente justificadas, dentro dos limites estabelecidos.
- A qualidade de voluntário é compatível com a de associado, de membro dos corpos sociais e de beneficiário da entidade promotora onde exerce voluntariado.

##### **Artigo 5º**

São deveres do voluntário:

- Ser honesto, sincero e interessado.
- Ter consciência das suas limitações e aptidões.
- Respeitar clientes, profissionais, colegas e organização.
- Ter presente os princípios do voluntariado.
- Respeitar os princípios deontológicos por que se rege a actividade que realiza.
- Observar as normas que regulam o funcionamento da entidade promotora e

dos respectivos programas ou projectos.

- Actuar de forma diligente, isenta e solidária.
- Participar nos programas de formação destinados aos voluntários.
- Zelar pela boa utilização dos recursos e dos bens, equipamentos e utensílios postos ao seu dispor.
- Colaborar com os profissionais da entidade promotora, respeitando as opções e seguindo as orientações técnicas.
- Não assumir o papel de representante da entidade promotora sem o conhecimento e prévia autorização desta.
- Garantir a regularidade do exercício do trabalho voluntário, em conformidade com o programa acordado com a entidade promotora.
- Utilizar devidamente a identificação como voluntário no exercício da actividade.
- Informar a entidade promotora com a maior brevidade possível quando pretenda interromper ou cessar o trabalho voluntário.

## **CAPÍTULO IV**

### ORGANIZAÇÃO E FUNCIONAMENTO

#### Artigo 6º

Compete à Direcção da APCC promover a gestão e funcionamento do Voluntariado, pugnando pelo cumprimento da legislação em vigor e do presente regulamento.

#### Artigo 7º

O voluntário antes de ser admitido passará por um período experimental de duas semanas.

O voluntário, nos dias em que prestar serviço, fará uso do seu cartão de identificação.

O voluntário deve preencher e assinar a ficha de presença existente para o efeito.

O voluntário deve dirigir-se ao departamento, equipa ou outro local que lhe tenha sido destinado para o exercício das actividades.

O voluntário, em caso de ausência, deve informar o responsável da actividade



com a maior antecedência possível.

O voluntário, que pretenda interromper ou cessar a actividade, deve informar o responsável do Gabinete de Voluntariado e o serviço pessoal, com uma semana de antecedência.

A interrupção temporária do exercício de voluntariado não pode exceder o período de um ano.

A interrupção de actividade superior a 1 ano pressupõe a solicitação de nova inscrição.

#### Artigo 8º

São motivos de suspensão:

- Incapacidade para o exercício das tarefas que lhe foram atribuídas.
- O incumprimento reiterado dos horários estipulados para o exercício das actividades.
- Faltar injustificadamente 5 dias.
- O desrespeito grave aos utentes, profissionais e colegas.

Deve ser solicitado, por escrito, a cessação do trabalho de voluntariado.

### **Capítulo V**

#### DISPOSIÇÕES FINAIS

O presente regulamento será objecto de alteração ou revogação sempre que normas superiores o exijam ou interesses internos da Instituição o justifiquem e delas serão consideradas nulas e de nenhum efeito quaisquer disposições que restrinjam ou violem disposições contidas em diplomas com força legal.

Este regulamento foi aprovado em direcção com o código "APCC\_VOL\_MV\_ed01 - Manual do Voluntário".