

**COSTA
SOLIDÁRIA**



**PLATAFORMA
DE VOLUNTARIADO**

MANUAL COMO POSSO AJUDAR A COSTA SOLIDÁRIA

Como sabemos, o Covid-19 é particularmente perigoso para alguns grupos de risco, nomeadamente idosos e doentes crónicos (como hipertensos, pessoas com problemas cardíacos e cardio-respiratórios, diabéticos, pessoas imunodeprimidas e com doenças auto-imunes, entre outras).

Perante a situação atual, em que a DGS recomenda - por parte de todos – a diminuição do contacto social ao imprescindível, surgiu a preocupação: tendo em conta que muitos destes doentes de risco vivem sozinhos ou não devem sair de casa, como poderemos ajudá-los a proteger-se e a não sair de casa? Quem os ajuda? Quem faz as compras? Quem vai à farmácia?

Neste sentido, após uma reunião entre a Junta de Freguesia da Costa de Caparica, Centro Social Paroquial Nossa Senhora da Conceição, GNR – Posto Territorial da Costa de Caparica e Bombeiros Voluntários de Cacilhas, surgiu a “Costa Solidária”, uma plataforma de voluntariado para a população residente na Costa de Caparica.

COSTA SOLIDÁRIA

A COSTA SOLIDÁRIA pretende ajudar a sinalizar os grupos/doentes de risco do território da freguesia da Costa de Caparica através da colaboração de voluntários com as entidades já referidas.

Pretende-se, assim, fazer chegar aos grupos de maior risco os bens essenciais de que necessitam, evitando que saiam das suas casas.

O que pretendemos dos nossos voluntários?

1. Receber o pedido.
2. Realizar a compra.
3. Entregar o pedido no respetivo domicílio.

NOTA: Devido à situação de emergência que vivemos atualmente e a título excepcional, doravante a palavra voluntário será utilizada para definir todos aqueles que pretenderem ajudar e colaborar com a Costa Solidária. Assim, exclui-se do previsto no DL n. 389/99, de 30 de setembro, que regula a Lei n. 71/98, de 3 de novembro, que estabelece as fases de enquadramento jurídico do voluntário.

Queres fazer parte desta plataforma? Junta-te a nós e ajuda os teus conterrâneos!

Direitos do voluntário

O Voluntário tem direito, designadamente, a:

1. Receber formação inicial e contínua relativamente às suas funções e comportamentos de proteção pessoal.
2. Ter acesso a material de higienização e desinfeção:
 - a. Solução alcoólica em gel;
 - b. Solução alcoólica em spray;
 - c. Sacos de plástico para utilização única;
 - d. Rolos de papel de cozinha
3. Ser portador de um cartão de identificação de voluntário.
4. Ser respeitado no decorrer das suas funções e em todo o processo.
5. Receber apoio, disponibilizado pelas entidades responsáveis, no decorrer das suas funções mediante acompanhamento técnico necessário.
6. Suspender o voluntariado quando quiser, informando sempre da sua decisão.

Deveres do voluntário

1. O Voluntário deverá, no decurso da sua prestação:
2. Utilizar devidamente a sua identificação como voluntário ao executar cada pedido (seja durante a compra ou aquando da entrega do pedido).
3. Prestar ajuda de forma gratuita e voluntária.
4. Desinfetar as mãos antes, durante e no final do voluntariado, com especial atenção no momento de entrega dos bens.
5. Suspender o voluntariado caso surjam sintomas de doença (tosse, nariz entupido, febre, dores de cabeça, falta de ar, fadiga), devendo informar a Costa Solidária sobre a situação.
6. Informar a Costa Solidária quando inicia e termina o turno.
7. Realizar a entrega no mesmo turno em que recebe o pedido. (Caso tal não seja possível, alertar a Costa Solidária)
8. Informar a Costa Solidária quando termina uma entrega (identificando a entrega, o valor e o meio de pagamento utilizado).
9. Informar a Costa Solidária no caso de surgir alguma alteração face à informação disponibilizada no Formulário de Inscrição (disponibilidade, horários, estado de saúde ou quarentena, etc.).
10. Não entrar em casa das pessoas a quem está a prestar auxílio, nem realizar tarefas que fogem ao âmbito deste voluntariado.
11. Evitar o contacto físico com as pessoas a quem vai entregar a encomenda.
12. Respeitar a privacidade das pessoas que utilizam o serviço do SOS Vizinho, não divulgando os dados que lhe são entregues.
13. Receber o pagamento dos pedidos (MB WAY ou dinheiro).
14. Não aceitar qualquer pedido para levantamento de dinheiro no multibanco.
15. Conhecer e assumir o programa, respeitando as normas de funcionamento e os métodos de trabalho.
16. Informar caso pretenda abandonar o projeto.

Procedimentos de Segurança

Os Procedimentos de Segurança são fundamentais para a saúde do voluntário, da pessoa a quem presta auxílio e de toda a comunidade.

DURANTE AS COMPRAS

Deves ser o mais rápido possível, tocando no mínimo de superfícies de forma a diminuir a probabilidade de contágio.

Coloca as compras num saco de plástico/papel para entregar à pessoa a quem prestas auxílio.

Se estás a usar o teu carro durante o transporte das compras, podes utilizar um tabuleiro de plástico ou metal para colocar o saco das compras na mala do carro, desde que revestido por papel de cozinha, que terás de substituir sempre após a entrega.

Antes da entrega, deves desinfetar as mãos com água e sabão ou com solução à base de álcool a 70%. Deves também lavar as mãos sempre que te assoares, espirrares, tossires ou após contacto direto com a pessoa a quem vai ser entregue a encomenda (evita sempre tocar na cara com as mãos, olhos, nariz e boca).

DURANTE A ENTREGA

Antes de qualquer contacto, pergunta se a pessoa teve febre ou dificuldade em respirar que antes não havia. Se sim, **NÃO DEVE HAVER QUALQUER CONTACTO**: se o Vizinho está doente, **DEVES AFASTAR-TE DELE** e ajudá-lo, contactando a Saúde 24 (800 24 24 24) ou INEM (112).

Não partilhes objetos pessoais ou comida com as pessoas a quem vais entregar a encomenda.

Mantém uma distância de segurança durante a entrega (pelo menos dois metros).

O único ponto de contacto deve ser apenas as pegadas do saco, que no

momento da entrega deves limpar com solução alcoólica e manusear de seguida com toalhetas Dodot, que deves deitar para o lixo assim que possível.

A abordagem do voluntário deve ser:

1. deixar o saco à porta do Vizinho (usando as toalhetas que deve depois
2. guardar), afastando-se de seguida mais de 1 metro.
3. aguardar que o saco seja recolhido, que o pagamento seja deixado no
4. chão e que a pessoa se afaste mais de 1 metro.
5. recolher o dinheiro.
6. recomendar que o saco onde vieram as compras seja deitado fora de imediato, sem ser usado para outras coisas.

APÓS A ENTREGA

Após a entrega, deves:

Desinfetar o tabuleiro, se o usaste, utilizando o papel de cozinha e solução alcoólica em spray. O papel usado deve ser imediatamente colocado no saco do lixo (utilização única), sendo este fechado imediatamente;

Desinfetar as mãos, novamente, com a solução alcoólica.

Imediatamente após o teu turno de voluntariado, deves mudar de roupa e tomar banho - sendo que idealmente deves retirar a roupa à entrada de casa e colocá-la imediata e diretamente dentro de um saco, procedendo à lavagem da mesma assim que possível.

RELEMBRAMOS QUE:

O risco principal será sempre no sentido do voluntário para o conterrâneo, pelo que é FUNDAMENTAL que fiques em casa se suspeitares de contactos com infectados/doentes ou se tens sintomas de Covid-19.

NUNCA te deves colocar em risco... ou serás tu o veículo de propagação do vírus!

PEDIMOS-TE QUE:

A cada uma/duas semanas de resposta a pedidos de ajuda, fazas 15 dias de isolamento - isto permitirá quebrar eventuais cadeias de contágio que possam surgir.

NOTA FINAL

A Costa Solidária, atendendo às circunstâncias excepcionais decorrentes da pandemia Covid-19 que motivou sua criação, não poderá garantir que todas as atividades por si preconizadas sejam salvaguardadas, pelo que não se poderá responsabilizar por quaisquer danos emergentes que ocorram com os voluntários, pedidos de ajuda, ou outras ocorrências/situações (contempla as áreas de saúde, sinistros e outros), bem como não se responsabilizará por quaisquer contactos e atos ilícitos, naturalmente alheios à Costa Solidária, que possam advir dessa atividade