„Voluntarii nu sunt plătiți, nu pentru că nu au valoare, ci pentru că nu au preț.” – Sherry Anderson

Cine poate fi voluntar în cadrul Căminului pentru Persoane Vârstnice?

Poate să fie voluntar şi să aducă o contribuţie cât de mică, persoana adultă, având capacitate deplină de exercițiu, cu experiență într-o meserie calificată, care să corespundă nevoilor vârstnicilor din cămin, dornică de a-și pune în folosul comunității abilitățile sale cu scopul de a face BINE.

Ce te-ar putea motiva?

Dacă duci dorul bunicilor, care ți-au oferit o copilărie de vis, dar care nu mai sunt, ori a unei rudenii vârstnice: un unchi, o mătușă, sau a cuiva care a avut grijă de tine în copilărie sau care și-a pus amprenta asupra dezvoltării tale ca persoană, respectiv fosta dădacă, ori un dascăl sau orice altă persoană vârstnică, de care ești apropiat și față de care nu ai reușit să-ți arăți recunoștința, din motive obiective, vino la cămin și fii tu acel prieten, acel nepot, acel CINEVA, care are de oferit o mângâiere, o încurajare, un sfat, dispus să facă o plimbare, să asculte o poveste de viață, să hrănească, să dea un pahar cu apă sau chiar doar să fie acolo pentru cel aflat în nevoie.

Cine ai putea fi tu pentru persoana vârstnică instituționalizată?

Doar atunci când ajuți un bătrân îți dai seama, privind în ochii lui, că ești nepotul pe care el, bătrânul, și l-ar fi dorit și nu îl are, că esti fiul sau fiica pe care și i-ar fi dorit și nu îi are, că esti acea rudă cu care ar dori să vorbească, dar nu există.

Ce satisfacții poți avea fiind voluntar la Căminul de Persoane Vârstnice?

Voluntariatul la Căminul de Persoane Vârstnice, printr-o muncă de solidaritate și de bunătate, se constituie fără niciun dubiu în primul rând dintr-un sentiment de jertfă, de întrajutorare, de satisfacție sufletească, mulți dintre rezidenții căminului necesitând o îngrijire permanentă, iar o persoană adițională care să ajute personalul calificat contează foarte mult, creându-se astfel un sentiment de apartenență, de prietenie, de acel cineva care a venit doar pentru el, din proprie inițiativă, în scopul de a se dărui pe sine, fără alte așteptări.

Totodată, voluntariatul în cadrul căminului, poate constitui un stagiu de practică, pentru cei trimiși fie de instituțiile de învățământ, fie de angajator sau o experiență ce va fi depusă în portofoliul dvs., iar o recunoaștere în scris din partea instituției vă va ajuta pe viitor în diferite proiecte. Prin voluntariat ai șansa să fii părtaș la schimbarea vieții cuiva, să te dezvolți personal și profesional, să dobândești noi abilități, precum și o viziune mai amplă asupra lucrurilor.

Domenii de activitate în cadrul Căminului pentru Persoane Vârstnice în care puteți fi voluntar:

- Activităţi de socializare şi petrecere a timpului liber;
- Kinetoterapie;
- Asistenţă medicală;
- Activităţi de îngrijire personală a beneficiarilor;
- Activități de organizare documente – Biroul de asistență socială;
- Activități de natură psihologică.

Să zicem că ai vrea să te implici ca voluntar….

Înainte de a decide ce fel de activitate vrei să desfășori, ar fi bine să ai o idee clară despre cine ești tu ca persoană. Acest lucru îți va spori șansele de a găsi tipul de activitate care ți se potrivește, o activitate care să te satisfacă, să fie interesantă și să îți dea posibilitatea de a te dezvolta ca persoană. Alocă, deci, puțin timp pentru a te cunoaște, pentru a-ți cunoaște obiectivele, abilitățile, caracteristicile personale și valorile. Aceasta te va ajuta să îți evaluezi mai bine punctele tari și te va ajuta să îți pui în lumină potențialul atunci când te înscrii ca voluntar.

1. **Activităţi de socializare şi petrecere a timpului liber**

Cerințe pentru activitate:

Voluntarul care dorește să desfășoare activități de socializare și petrecere a timpului liber, în cadrul căminului, ar trebui să cunoască un tablou de ansamblu realist cu privire la persoanele vârstnice instituționalizate și ar trebui să aibă cel puțin următoarele abilități: interpersonale, pedagogice, de vorbire în public, de citire, de ascultare, legate de viața socială, de lucru în echipă, manuale, creative, artistice, fluență ideatică etc.

Activități desfășurate:

- pentru menţinerea abilităţilor manuale (împletit, croşetat, decupat, colorat, pictat);
- activităţi pentru cultivarea simţului estetic;
- terapie prin jocuri;
- lectură;
- audiţii muzicale;
- teatru;
- însoţirea beneficiarilor la activităţile desfăşurate în aer liber.

Precizăm faptul că pentru realizarea activităților de grup este nevoie de voluntari care sunt dispuși să activeze de luni până vineri, în intervalul orar 10^{00}-13^{00}, iar pentru activitățile individuale în intervalul 10^{00}-20^{00}.

2. **Activități de mobilizare**

Cerințe pentru activitate:

Voluntarul trebuie să deţină informații minime despre nevoile persoanelor imobilizate la pat sau care se mobilizează cu dificultate, ajutându-se de dispozitive medicale, sau chiar să cunoască câteva tehnici şi metode de mobilizare a persoanelor vârstnice, dobândite din experiențe personale sau ca urmare a efectuării unor cursuri.

Activități desfășurate:

- mobilizări active și pasive,
- însoțirea vârstnicilor în spațiile de recreere în aer liber (terase, curtea interioară a imobilului),
- exerciții fizice/gimnastică, etc.

Activitatea de voluntariat se realizează sub supravegherea și îndrumarea specialiștilor angajați din cadrul căminului.

Beneficiarii cu care se vor desfășura activitățile sunt persoane dependente, persoane semidependente și independente.

Intervalul orar 10^{00} – 20^{00}

3. **Activități de asistenţă medicală**

Cerințe pentru activitate:

– voluntarii trebuie să dețină diplomă de asistent medical, activitatea de voluntariat se realizează sub stricta supraveghere a asistentului medical de serviciu din cadrul căminului;

Activități desfășurate:

– sprijinirea asistentului medical în realizarea activităților de specialitate curente;
– monitorizarea parametrilor funcţionali,
– administrarea medicaţiei, efectuarea portofoliului pansamentelor,
– supravegherea/monitorizarea beneficiarilor.

Intervalul orar 08^{00} – 20^{00}

Beneficiarii cu care se vor desfășura activitățile sunt persoane dependente, persoane semidependente și independente.

4. Activităţi de îngrijire personală a beneficiarilor

Cerințe pentru activitate:

Înainte de a lua decizia să deveniți îngrijitor persoane vârstnice, asigurați-vă că știți ce presupune să lucrați cu persoane răpuse de boală, de singurătate, invalizi, înaintare în vârstă, etc.

Persoana, care acordă îngrijirea, trebuie să rămână calmă și calculată în situații de criză, chiar și în fața tragediei; trebuie să empatizeze cu durerea bolnavului, dar să nu afecteze starea ei, să nu îi atribuie un caracter personal si să nu altereze calitatea serviciilor ei.

Meseria de infirmieră presupune, de cele mai multe ori, flexibilitate, răbdare și rezistență fizică.

Pot să apară situații neprevăzute, de criză, se poate înrăutăți rapid starea de sănătate a persoanei pe care o îngrijește și atunci necesită o atitudine lucidă, stăpână pe sine, gata sa actioneze în interesul bolnavului.

– pentru desfășurarea activităților de îngrijire a persoanelor imobilizate la pat, în special, a persoanelor suferinde de diverse boli, persoana care acordă îngrijirea este necesar să dețină următoarele abilități:

- bună cunoaștere a procedurilor medicale;
- forță fizică;
- răspuns rapid în situații de urgență;
- abilitatea de a rezolva probleme legate de starea fizică a bolnavului;
- calm;
- atitudine respectuoasă față de vârstnic, familia acestuia și personalul medical;
- empatie;
- atentie la detalii;
- diverse abilităţi interpersonale;
- abilitatea de a actiona prompt si eficient;
- abilitati de comunicare;
- stabilitate emotională;
- bună comunicare.

Activități desfășurate:

– aplicarea tehnicilor de mobilizare a vârstnicilor;

– sprijin în efectuarea toaletei parțiale/generale și a schimbării materialului de incontinență;

– ajutor acordat beneficiarilor la hrănire şi hidratare, îmbrăcat/dezbrăcat.

Activitatea de voluntariat se realizează sub supravegherea personalului de specialitate de serviciu din cadrul căminului;

Intervalul orar 08^{00} – 20^{00}

5. **Activităţi de organizare documente –Birou asistență socială**

Cerințe pentru activitate:

– pentru activitatea de organizare documente este necesar ca voluntarul să dețină următoarele abilități:

- Bun organizator şi ordonat,
- Atentie,
- Meticulozitate,
- Capacitatea de a colabora,
- Atitudinea pozitivă faţă de muncă,
- Eficienţa.

Activități desfășurate:

- Ordonarea și atașarea fișelor la dosare,
- Arhivare dosare,
- Organizarea bibliorafturilor în fișete.

Interval orar- 8^{00}-16^{00}

6. **Activități de natură psihologică**

Cerințe pentru activitate:

– pentru activitatea de natură psihologică este necesar ca voluntarul să fie absolvent al Facultății de psihologie și își va desfășura activitatea sub supervizarea psihologilor angajați;

Activități desfășurate:

- ascultare active – identificare nevoi afective/emoționale,
- petrecere timp de calitate cu vârstnicul,
- sprijin în acțiunile sale.

Intervalul orar 10^{00} – 20^{00}

Beneficiarii cu care se vor desfășura activitățile sunt persoane dependente, persoane semidependente și independente.

Notă!

Precizăm, de asemenea, faptul că se dorește colaborarea cu un număr constant de voluntari statornici, pentru evitarea schimbărilor prea dese, dat fiind faptul că munca voluntară presupune realizarea de activități de socializare cu persoane vârstnice, care manifestă adesea o adaptabilitate redusă și reticență la persoanele noi, precum și nevoia de atașament și statornicie.

Cerințe voluntari:

– comunică aptitudinile și posibilitățile reale de care dispun;
– păstrează și protejează confidențialitatea informațiilor;
– furnizează o bună calitate a serviciilor oferite;
– respectă programul stabilit;
– mențin o abordare flexibilă a îndatoririlor;
– sunt persoane de încredere și constante în sarcinile trasate;
– dispuse să învețe;
– acționează într-o manieră profesionistă în relația cu beneficiarii centrului;

– informează instituția în timp util în caz de absență;
– manifestă respect față de angajații căminului;
– respectă mediul de lucru, dar și echipamentul folosit;
– refuză cadouri și/sau recompense financiare din partea beneficiarilor;
– consultă coordonatorul de voluntari cu privire la diferitele probleme, cu care se confruntă, pentru îndrumare;
– duce la bun sfârșit sarcinile asumate.

Documente necesare înscrierii în programul de voluntariat:

- Cerere de înscriere ca voluntar
- Declaraţie de confidenţialitate
- Carte de Identitate;
- Curriculum vitae- în format european;
- Adeverință medicală emisă de medicul de familie care să ateste starea de sănătate corespunzătoare;
- Acte de studii;

- Certificat de integritate comportamentală.

Perioada de voluntariat va fi stabilită la încheierea contractului de voluntariat, în funcție de disponibilitatea voluntarului.

Pentru detalii și înscrieri vă rugăm să vă adresați Serviciului Monitorizare Programe, Strategie din cadrul Direcției de Asistență Socială Brașov, str. Panselelor, nr. 23, et. II, cam. 19, telefon: 0368469995, interior 812, mobil 0727379824, e-mail dasbv@dasbv.ro.