



**Voluntários**  
**Recomendações de segurança e**  
**outras informações**

Aditamento ao Manual do Como posso ajudar o SOSvizinho

5 abril 2020



## CREDENCIAL DO VOLUNTÁRIO

A credencial do voluntário é uma imagem que contém a seguinte informação:

- Logotipo do SOSvizinho;
- Nome do Voluntário;
- Número do Pedido;
- Data;
- Decreto de Lei do regime excepcional que permite ao voluntário efetuar deslocações no âmbito do seu voluntariado.



Esta credencial é emitida automaticamente assim que o Coordenador atribui o pedido a um Voluntário, sendo esta enviada para o Voluntário, via email, juntamente com toda a informação do pedido.



## CRENCIAL DO VOLUNTÁRIO (cont.)

É um documento único por pedido e que permite:

- Que o voluntário se identifique perante as autoridades, caso seja necessário;
- Que o voluntário se identifique junto de potenciais parceiros locais (ex: supermercados, farmácias, etc.) de forma a ter prioridade no atendimento ou outra vantagem que seja estabelecida localmente com esses mesmo parceiros
- Que a pessoa que fez o pedido tenha a certeza de que está a abrir a porta a um voluntário SOSvizinho, e que este lhe traz o pedido certo.



## INFORMAÇÕES RELATIVAS AOS PEDIDOS DE AJUDA

Quando estiveres a dar resposta a um pedido de ajuda, não te esqueças de ter em conta o seguinte:

- debes comprar o produto mais económico disponível no local da compra, independente da marca, de forma a agilizar o processo - salvo se houver indicação contrária nas notas do pedido;
- debes ter em atenção se existem especificações nos pedidos (ex: leite **sem lactose**, fraldas para adulto - tamanho M);
- no caso dos medicamentos debes verificar (na informação do pedido) se o mesmo tem de ser de uma marca específica ou se pode ser genérico;
- no caso de ser preciso comprar um medicamento sujeito a receita médica, debes confirmar com a pessoa a quem estás a prestar auxílio (irás ter acesso ao seu contacto telefónico) como podes ter acesso à mesma (através de uma sms ou se é necessário ir a casa da pessoa buscar o papel da receita);



## INFORMAÇÕES RELATIVAS AOS PEDIDOS DE AJUDA (cont.)

Quando estiveres a dar resposta a um pedido de ajuda, não te esqueças de ter em conta o seguinte:

- no caso de teres a informação do NIF não te esqueças de pedir a fatura das compras/medicamentos com esse dado. Quando entregares o pedido, entrega também o recibo/fatura do mesmo;
- caso haja algum artigo da lista que esteja indisponível na loja, debes informar a pessoa para saber como debes proceder (ex: procurar noutra loja/farmácia, não faz mal estar em falta - a pessoa pede numa próxima vez, etc).



## FORMAÇÃO INICIAL E CONTÍNUA DE VOLUNTÁRIOS

O *Manual Como posso ajudar o SOSvizinho* contém toda a informação necessária para a formação inicial do Voluntário.

Vamos, no entanto, tentar criar uns vídeos com as mesmas indicações e assim que estejam prontos divulgaremos pelos Voluntários e pelos seus Coordenadores.

Da mesma forma, à medida que o voluntariado vá avançado e sempre que seja necessário, iremos transmitir novas indicações de acordo com a informação que for sendo divulgada pelas autoridades (formação contínua).



## KIT DO VOLUNTÁRIO

O KIT voluntário é composto por materiais que consideramos essenciais para que este possa realizar a sua tarefa em segurança e que, neste momento e dada a situação atual que o país atravessa, a maioria das pessoas já tem consigo em casa.

O Coordenador do concelho deve confirmar com o Voluntário se este tem consigo esses materiais que possa utilizar. Caso o Voluntário não tenha estes materiais, o Coordenador e o Voluntário podem procurar junto de entidades locais (Juntas de Freguesia, Câmaras Municipais, Farmácias, Hipermercados, etc) a possibilidade destas doarem alguns destes materiais que possam estar em falta.

É intenção do SOSvizinho ter materiais para fornecer, no entanto, como todos sabemos, a sua aquisição em massa não é possível de momento, pelo que, para já, cada voluntário terá de garantir o seu próprio material para sua segurança.



## MATERIAIS DO KIT DO VOLUNTÁRIO

### SOLUÇÃO ALCOÓLICA EM GEL:

Esta solução alcoólica em gel é para desinfetares as mãos sempre que não tenhas acesso a uma casa de banho onde possas lavar as mãos com água e sabão.



### SOLUÇÃO ALCOÓLICA EM SPRAY

O álcool que temos em casa são frascos de 500mL de álcool a 96º. No entanto, o álcool recomendado para desinfecção de superfícies para o coronavírus é a 70º porque se evapora mais lentamente. Sendo assim a nossa sugestão é que utilizes um frasco de spray (gasta menos em cada utilização) de 100mL e coloques lá 70mL do álcool que tenhas em casa + 30mL de água. Assim poupas álcool e garantes uma maior eficácia e eficiência na desinfecção.





## MATERIAIS DO KIT DO VOLUNTÁRIO (cont.)

### **ROLOS DE PAPEL DE COZINHA**

No KIT estão incluídos rolos de papel de cozinha. O papel serve para pôr o álcool e usar para limpar superfícies (ex: asas dos sacos, tablier/banco do carro ou tabuleiros onde se transportam os sacos, etc).



### **SACOS DE PLÁSTICO PARA UTILIZAÇÃO ÚNICA**

É fundamental que os materiais descartáveis utilizados sejam colocados num saco de utilização única que deve ser depositado num contentor de lixo no final da intervenção.

### **MÁSCARAS E LUVAS**

Embora não sejam de uso obrigatório, a sua utilização serve para proteção do voluntário e de quem é ajudado. Caso decidas utilizá-las lembra-te que não dispensam todos os procedimentos de higiene das mãos e desinfeção dos materiais.



## OUTROS PROCEDIMENTOS E RECOMENDAÇÕES DE SEGURANÇA

Para uma maior segurança e esclarecimento de como proceder, aconselhamos a visualização dos seguintes vídeos:

### **Utilização de máscaras:**

<https://www.youtube.com/watch?v=96mXibiZvE4>

mais informação em:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>

### **Lavagem de mãos:**

[https://www.youtube.com/watch?v=2MxCdialn\\_E](https://www.youtube.com/watch?v=2MxCdialn_E)

### **Remoção de luvas:**

<https://www.youtube.com/watch?v=CNBJBXowSK8>



## OUTROS PROCEDIMENTOS E RECOMENDAÇÕES DE SEGURANÇA (cont.)

Deixamos alguns exemplos que, não sendo ideais nem recomendações das autoridades oficiais, podem constituir uma proteção para os voluntários no terreno:

- Informamos ter conhecimento que em alguns Centros de Saúde onde escasseiam máscaras cada profissional tem duas máscaras cirúrgicas que utiliza alternadamente. Ao final de cada dia de trabalho a máscara utilizada nesse dia é pulverizada com a solução alcoólica em spray e depois fica de repouso durante 24h antes da nova utilização.

- **Como construir uma viseira em casa:**

<https://www.facebook.com/cleopatra.oprea.9/videos/3318934798133776/>

(se utilizares uma viseira não te esqueças de a remover com cuidado e a desinfetar após cada utilização)



## SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS DO VOLUNTÁRIO

Oportunamente serão divulgadas as condições totais da apólice, mas deixamos aqui as informações gerais sobre o mesmo:

Foi realizado um Seguro de acidentes pessoais coletivo, subscrito pela Ageas Portugal, Companhia de Seguros S.A. e patrocinado pela Fundação Ageas - Agir com coração.

- **Duração temporária do contrato:** até dia 23 de Junho.
- **Âmbito das Coberturas:** Risco extraprofissional (voluntários) - Classe 1/2 – Ações de Voluntariado “SOSvizinho” (rede de apoio a grupos de risco que neste momento se devem encontrar em isolamento social, fazendo chegar a essas pessoas os bens essenciais que necessitam, evitando que saiam das suas casas e, conseqüentemente, estejam mais expostas).



## SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS DO VOLUNTÁRIO (cont.)

**Descrição:** Este seguro destina-se a cobrir, os acidentes pessoais ocorridos no exercício exclusivo da atividade de voluntariado e ainda durante o percurso direto para o local de apresentação ao serviço ou do regresso deste, ficando, portanto, excluído todo e qualquer acidente que ocorra no exercício de outra atividade profissional ou extraprofissional.

Este contrato também garante a cobertura dos riscos resultantes da utilização de veículos motorizados de duas e quatro rodas.