



PEQUENAS PAUSAS NA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS
COM O APOIO DE VOLUNTÁRIOS

**HÁ RAZÕES DE SOBRA
PARA SER VOLUNTÁRIO...**

✉ razoesdesobra@isjd.pt

📍 927 231 030

📞 Estrada do Telhal, 55, 2725-588 Mem Martins



QUEM SOMOS?

O Instituto S. João de Deus – Casa de Saúde do Telhal (IPSS), instituição centenária que dedica a sua atividade respondendo às necessidades de quem mais precisa, segundo o lema “fazer o bem, bem feito” que se inspira nos princípios do seu fundador S. João de Deus.

A atividade assistencial desenvolvida é pautada pela inovação, humanização e qualidade técnica/científica, baseada na filosofia Hospitaleira da Ordem de S. João de Deus, prosseguindo fins de saúde, assistência, reabilitação e reinserção social. Visite a nossa página em www.isjd.pt.

O QUE É?

O Razões de Sobra é uma resposta comunitária que visa proporcionar aos cuidadores de pessoas com demência pequenos intervalos na prestação de cuidados que possam ser dedicados a atividades de autocuidado e convívio social. Durante estas pausas do cuidador, a pessoa com demência é acompanhada, em contexto domiciliário, por voluntários com formação específica e supervisão de um técnico especialista. Este apoio à pessoa com demência assenta na criação de uma relação de proximidade e na realização de atividades lúdicas e de convívio social.

PARA QUEM?

CUIDADORES INFORMAIS DE PESSOAS COM DEMÊNCIA:

- Que necessitem de pequenas pausas para realizar atividades de autocuidado e convívio social, dentro ou fora de casa;
- Cujo familiar com demência necessite de acompanhamento durante esse período, mas não precise de cuidados permanentes e esteja estável do ponto de vista clínico e comportamental;
- Que residam no concelho de Oeiras.

QUEM PROCURAMOS?

PROCURAMOS VOLUNTÁRIOS QUE TENHAM:

- Algum tempo disponível por semana (no mínimo 3 a 4 horas);
- Capacidades relacionais e comunicacionais, nomeadamente empatia e escuta ativa;
- Capacidade de adaptação;
- Sentido de responsabilidade e compromisso;
- Atitude dinâmica e capacidade de resolução de problemas;
- Interesse e motivação pela área das demências.



O QUE PEDIMOS?

- Que os voluntários criem uma relação de proximidade e confiança com cuidadores e pessoas com demência;
- Que os voluntários convivam com a pessoa com demência e realizem atividades significativas para ela, de forma a proporcionar ao cuidador uma pausa na prestação de cuidados.

O QUE OFERECEMOS?

- Formação específica;
- Supervisão de um técnico especialista na área das demências;
- Reuniões regulares com outros voluntários para partilha de experiências.

**HÁ RAZÕES DE SOBRA
PARA SER VOLUNTÁRIO!
INSCREVA-SE!**