

# Movimento Sénior



---

*Regulamento Interno*

*[Rede Social  
de Lousada]*

## Regulamento Interno

### Preâmbulo

A partir da segunda metade do século XX emergiu nas sociedades desenvolvidas um novo fenómeno – o envelhecimento demográfico, ou seja, o aumento significativo do número de pessoas idosas. Com isto, surgiu a necessidade, a nível internacional, de caracterizar o fenómeno, de repensar o papel e o valor da pessoa idosa, os seus direitos e as responsabilidades do Estado e da sociedade para com este grupo específico da população.

A I Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, realizada em Viena em 1982, adopta o Plano de Acção Internacional que apresenta de forma ampla as directrizes e os princípios gerais para enfrentar o desafio do envelhecimento populacional. Em 1991, as Nações Unidas aprovam os princípios em favor das pessoas idosas formulados em torno de cinco eixos: independência, participação, cuidados, auto-realização e dignidade. Dentro desta perspectiva, a II Assembleia, reforça o conceito de envelhecimento activo, considerado o processo pelo qual se optimizam as oportunidades de bem-estar físico, social e mental durante toda a vida com o objectivo de ampliar a expectativa de vida saudável, a produtividade e a qualidade de vida na velhice (ONU, 2002). Apela a uma mudança fundamental da nossa maneira de encarar o envelhecimento e as pessoas idosas. Formulou recomendações de carácter social, político e económico sobre os meios a introduzir para nos adaptarmos a um mundo que envelhece e construirmos uma sociedade para todas as idades. O documento afirma claramente que a velhice não é um problema, mas sim uma conquista, e que não se trata meramente de uma questão de segurança social e de bem-estar, mas sim de desenvolvimento global e de políticas económicas e direitos humanos.

Portanto Envelhecer é um processo natural, e perante as proporções que o envelhecimento populacional está a atingir, o principal desafio que se impõe às sociedades de hoje consiste em permitir que as pessoas não só morram o mais tardiamente possível, como também desfrutem de uma velhice com qualidade de vida.

Neste sentido, é importante que as pessoas que estão na terceira idade procurem ter como meta um estilo de vida activo, para tal, é necessário proporcionar-lhes actividades que lhes dê prazer,

divertimento e satisfação. É necessário estimular o envelhecimento activo através do desenvolvimento de estratégias que protejam a saúde e o bem-estar através de um ambiente propício para a convivência útil, salutar e Intergeracional.

Neste contexto a Rede Social de Lousada decidiu criar o Projecto “Movimento Sénior” como o objectivo de alterar a visão dos idosos como um subgrupo populacional vulnerável e dependente pela visão de um segmento populacional activo e actuante, através da melhoria da sua qualidade de vida e integração na sociedade.

.

Este documento, pretende regulamentar o Projecto “Movimento Sénior”.

## **CAPITULO I**

### **DISPOSIÇÕES GERAIS**

#### **Artigo 1º**

##### **Objecto**

O presente documento interno visa regulamentar o funcionamento do projecto “Movimento Sénior, no sentido do reforço da auto-estima, da promoção das sociabilidades e do incentivo ao estabelecimento de um projecto de vida.

#### **Artigo 2º**

##### **Objectivos**

O Projecto Movimento Sénior tem como objectivos específicos:

1. Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos seniores do concelho através da promoção do bem-estar social por via de uma intervenção, o mais abrangente possível, tendo em conta as suas necessidades e interesses;
2. Promover o envolvimento activo do idoso, através de actividades sociais, culturais, intelectuais, de ensino, de formação, de desenvolvimento social e pessoal, de convívio e de lazer promovendo a sua integração social, desenvolvimento interpessoal e efectivação como agente de mudança na comunidade;
3. Reforçar a informação, a participação, integração na sociedade e o exercício de cidadania da pessoa idosa no sentido do reforço da sua participação cívica e auto-organização através de práticas diversificadas;
4. Promover o intercâmbio de experiências no sentido da valorização e reconhecimento das suas experiências e conhecimentos;
5. Incentivar a aprendizagem ao longo da vida, como vínculo do desenvolvimento e fruição pessoal e social;
6. Divulgar junto dos seniores os serviços, deveres e direitos;
7. Possibilitar o acesso à formação em matérias de interesse;
8. Promover relações intergeracionais;
9. Proporcionar momentos de reflexão que permitam um enquadramento mais vasto desta população;
10. Fomentar o voluntariado, para a comunidade e na comunidade.

### **Artigo 3º**

#### **Destinatários**

O Projecto Movimento Sénior destina-se a todos os seniores com idade igual ou superior a 55 anos, autónomos, residentes no concelho de Lousada e que demonstrem interesse em frequentar o espaço no sentido da melhoria da sua qualidade de vida através do convívio, lazer e aquisição/partilha de novas experiências e saberes.

### **Artigo 4º**

#### **Âmbito territorial e local de funcionamento**

O âmbito territorial do Movimento Sénior é o concelho de Lousada e o local será nas freguesias, junto da população no espaço da responsabilidade da entidade executora.

### **Artigo 5º**

#### **Adesão ao Projecto**

As Entidades com interesse em serem Entidades Executoras do projecto devem apresentar a intenção ao NE através do preenchimento de um formulário próprio.

---

**5**

### **Artigo 6º**

#### **Admissão**

Serão admitidos como Entidades Executoras aquelas que obedecerem aos critérios mínimos de aceitação que constam no respectivo formulário.

## **CAPITULO II**

### **ESTRUTURA ORGÂNICA**

### **Artigo 7º**

#### **Membros do projecto**

1. Rede Social
2. Entidade Executora
3. Banco Local de Voluntariado de Lousada

- 4. Voluntários
- 5. Outras Entidades Parceiras Locais

### **Artigo 8º**

#### **Rede Social e Entidade Executora**

- a) A Rede Social é promotora do projecto “Movimento Sénior”.
- b) A Entidade Executora do projecto será uma entidade local de direito público (Junta de freguesia) ou privado sem fins lucrativos (IPSS/Associação) que reúna condições para implementar e desenvolver o projecto.

### **Artigo 9º**

#### **Banco Local de Voluntariado de Lousada**

Estrutura local devidamente organizada de suporte a toda a intervenção voluntária.

### **Artigo 10º**

#### **Voluntários**

Indivíduo que de forma livre, desinteressada e responsável se compromete de acordo com as suas aptidões e tempo livre, a realizar acções de voluntariado no âmbito da entidade executora do projecto.

6

### **Artigo 11º**

#### **Outras Entidades Parceiras Locais**

Podem constituir entidades parceiras do projecto todas as entidades de carácter público ou privado com e sem fins lucrativos, de âmbito cultural, recreativo, social ou outro, dispostas a contribuir de modo relevante para o desenvolvimento do projecto, nomeadamente através dos seus conhecimentos técnicos, intervenção comunitária ou contributos financeiros.

### **Artigo 12º**

#### **Funções dos Membros do projecto**

- 1. Constituem funções da Rede Social:
  - a) Colaborar na implementação e desenvolvimento do projecto na freguesia;
  - b) Impulsionar a adesão de potenciais parceiros ao projecto;
  - c) Colaborar na identificação de recursos materiais/imateriais que possam ser afectos ao projecto;
  - d) Potenciar dinâmicas entre os vários “Movimentos Seniores”;

- e) Promover reuniões semestrais de acompanhamento do projecto com as entidades executoras;
- f) Monitorizar e avaliar o desenvolvimento do projecto.

**2. Constituem funções da entidade executora:**

- a) Dinamizar a execução do projecto
- b) Assegurar a boa manutenção das instalações;
- c) Assegurar sempre que possível e haja necessidade o transporte dos idosos;
- d) Cumprir e fazer cumprir o regulamento;
- e) Respeitar os deveres e os direitos dos voluntários dispostos na Lei 71/98, de 3 de Novembro;
- f) Respeitar os deveres e os direitos dos seniores;
- g) Comunicar ao Banco Local de Voluntariado a intenção de saída ou entrada de voluntários;
- h) Participar nas reuniões semestrais de acompanhamento do projecto;
- i) Organizar e manter actualizado o dossier técnico do projecto;
- j) Realizar um relatório anual de execução do projecto.

**3. Constituem funções do Banco Local de Voluntariado:**

- a) Promover o respeito pela legislação em vigor aplicável à actividade voluntária:
  - Lei 71/98, de 3 de Novembro;
  - Decreto-Lei 389/99, de 30 de Setembro;
  - Portaria 87/2006, de 24 de Janeiro
- b) Diligenciar no sentido de garantir que as entidades executoras cumpram as obrigações legais decorrentes da actividade desenvolvida;
- c) Recolher informação que permita produzir diagnósticos de caracterização da actividade de voluntariado junto da entidade executora do projecto;
- d) Aferir, regularmente, com as entidades executoras do projecto o grau de satisfação das partes no desenvolvimento da actividade.

**4. Constituem funções dos voluntários:**

- a) Respeitar a legislação em vigor aplicável à actividade voluntária [Lei 71/98, de 3 de Novembro (CAPÍTULO III, artigo 7.º)];
- b) Observar os princípios deontológicos por que se rege a actividade que realiza, designadamente o respeito pela vida privada de todos quantos dela beneficiam;
- c) Actuar de forma diligente, isenta e solidária;

- d) Participar nos programas de formação destinados ao correcto desenvolvimento do trabalho voluntário;
- e) Zelar pela boa utilização dos recursos materiais e dos bens, equipamentos e utensílios postos ao seu dispor;
- f) Colaborar com os profissionais da organização, respeitando as suas opções e seguindo as suas orientações técnicas;
- g) Garantir a regularidade do exercício do trabalho voluntário de acordo com o programa acordado;
- h) Utilizar devidamente a identificação como voluntário no exercício da sua actividade;
- i) Frequentar formação sempre se seja disponível.

**5. Constituem funções das Entidades Parceiras:**

- a) Cumprir o regulamento;
- b) Respeitar os deveres e direitos dos seniores e voluntários;
- c) Apresentar proposta de colaboração no projecto à entidade executora;
- d) Participação na reunião semestral de acompanhamento.

**Artigo 13º**

**Funcionamento do projecto**

- 1) O Projecto “Movimento Sénior” funcionará nas freguesias no espaço físico da responsabilidade da entidade executora;
- 2) Cada Projecto terá o seu próprio funcionamento que será determinado pela entidade executora do projecto;
- 3) A calendarização das actividades do projecto e os seus diversos procedimentos serão firmados pela entidade executora, excepcionalmente, se as actividades forem promovidas por entidades parceiras serão estas a determinar o seu funcionamento em consonância sempre com a entidade executora;
- 4) Em caso de desacordo entre a entidade executora e entidade parceira no desenvolvimento das actividades deverá a entidade executora comunicar ao NE da Rede Social;
- 5) Caberá à Rede Social a realização de uma reunião entre as partes para resolução da situação;
- 6) As partes devem ser convocadas via e-mail para a respectiva reunião a realizar sempre nas instalações do Município;
- 7) Após tomada de decisão será elaborada a acta, a qual será lida e aprovada na própria reunião e entregue uma cópia a cada Entidade



### **CAPÍTULO III**

#### **DISPOSIÇÕES FINAIS**

##### **Artigo 14º**

###### **Vigência**

O presente regulamento Interno produz efeitos a partir da data em que for aprovado pelo Núcleo executivo da Rede Social e válido após aprovação e deliberação pelo Plenário do CLAS para o período de três anos, considerando-se tacitamente renovado por iguais períodos sucessivos, caso não seja denunciado, por escrito, por qualquer das partes signatárias.

##### **Artigo 15º**

###### **Alterações ao Protocolo**

Os outorgantes podem em qualquer altura proceder às necessárias adaptações ao presente protocolo, devendo, em caso de acordo, celebrar-se a respectiva adenda sempre em plenário de CLAS.

Lousada, 16 de Dezembro de 2010

Um exemplar do presente regulamento, devidamente assinado pelo presidente do CLAS, ficará na posse de cada uma das entidades que adira ao projecto.