

## Criação de uma rede de voluntários

WP3: Task 8 - *Create a voluntary network of Nutrition instructors from last year undergraduate students and alumni from FCNAUP*

### 1. Descrição da atividade

A rede de voluntários tem como objetivo aumentar o conhecimento das pessoas idosas e dos seus cuidadores sobre a nutrição e a alimentação saudável. Para atingir este objetivo, pretende-se administrar formação básica em alimentação saudável e em planeamento e preparação de refeições, destinada a: pessoas idosas; prestadores de cuidados a pessoas idosas; produtores de refeições em instituições que lidem com pessoas idosas.

Os voluntários serão estudantes da FCNAUP dos últimos anos (3º e 4º) e *Alumni* da FCNAUP. Pretende-se que os candidatos atuem no seio da sua comunidade de origem e/ou do local onde vivem, numa lógica de proximidade com os destinatários e de conhecimento do seu ambiente cultural. Isto permitirá, não só uma extensa distribuição geográfica das ações de formação, dada a variedade de locais de origem dos voluntários mas também a natural sintonia de culturas entre os formadores e os formandos.

O conteúdo conceptual da formação emana da evidência científica atual sobre as recomendações nutricionais e alimentares para os indivíduos com 65 ou mais anos, e poderá beneficiar, numa fase mais avançada, dos resultados do estudo no âmbito deste projeto, adequando as recomendações às evidências científicas obtidas sobre o estado nutricional dos indivíduos. Os materiais educacionais a desenvolver terão em conta estas considerações, bem como as especificidades dos públicos-alvo.

Esta atividade reveste-se de particular importância, dado que serve o propósito de atuar diretamente na comunidade, estendendo a abrangência do projeto para fora da esfera institucional.

### 2. Destinatários

2.1 São destinatários da formação todos os que direta ou indiretamente estejam relacionados com as refeições de pessoas idosas, nomeadamente:

- Pessoas idosas (quando autónomas);
- Cuidadores (familiares, domiciliários, institucionais);
- Preparadores de alimentos;
- Responsáveis de lares e/ou instituições de solidariedade social;

- Outros responsáveis comunitários, desde que enquadrados no âmbito da formação.

### 3. Voluntários

- Recém-licenciados em Ciências da Nutrição, pela FCNAUP;
- Alunos do 3º e 4º anos da Licenciatura em Ciências da Nutrição, FCNAUP.
- *Alumni* da FCNAUP.

### 4. Alcance das funções dos voluntários

- Licenciados - formação a profissionais (cuidadores e preparadores de alimentos). Estes públicos-alvo serão mais exigentes tecnicamente, havendo por isso necessidade de adequar a competência científica dos voluntários às suas características. Desta forma, os detentores de grau de Licenciado serão mais vocacionados a ministrar formação a outros profissionais. Isto não invalida que os Licenciados possam também dar formação aos restantes públicos-alvo.
- Alunos do 3º e 4º anos – compete a estes voluntários a formação dirigida preferencialmente a pessoas idosas e aos seus cuidadores domiciliários (familiares, etc.). Caso não haja, em dado âmbito geográfico, Licenciados para ministrar formação a profissionais, poder-se-á recorrer a alunos para o efeito.

### 5. Método de seleção

A candidatura deverá seguir um processo sistemático, através da divulgação por vários canais de comunicação, de um documento com as especificações dos candidatos e do método de candidatura. Este deverá ser ao mesmo tempo simples e específico. Sugere-se que os candidatos submetam um formulário de candidatura onde especifiquem, entre outros parâmetros, a sua motivação, o seu âmbito geográfico, a sua disponibilidade e a sua eventual experiência a lidar com os públicos-alvo e os locais onde poderão desenvolver a sua atividade. Os candidatos selecionados serão listados num diretório privado na FCNAUP.

### 6. Comunicação

A abertura do processo de candidaturas será difundida através de vários elementos de comunicação do projeto Nutrition UP 65, nomeadamente:

- Website
- Página de Facebook
- Panfletos

Para coadjuvar o processo de candidatura, serão também usados veículos de comunicação dos parceiros identificados no ponto 7.

Os instrumentos de comunicação do projeto serão usados para todas as atividades seguintes, nomeadamente para disponibilizar informações e materiais aos voluntários e para prestar apoio nas ações.

## 7. Parcerias

A comunicação da atividade e a difusão do processo de candidatura poderão ser coadjuvados pelas seguintes organizações:

- O Gabinete de Inserção na Vida Ativa (GIVA) visa promover a oferta formativa da FCNAUP e, sobretudo, a adaptação académica e a integração na vida ativa dos estudantes e *Alumni* da Faculdade, prestando apoio em diversas áreas da sua esfera profissional. Uma das funções do GIVA é promover competências pessoais e profissionais facilitadoras da inserção profissional (nomeadamente através da dinamização de Cursos e Workshops em meio académico e da promoção de ações que promovam o contacto com a Comunidade e permitam a aproximação à realidade profissional). Como tal, articula-se perfeitamente com a atividade de criação de uma rede de voluntários.
- A Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (AEFCNAUP), que através do seu Departamento de Ação Social, tem coordenado um conjunto de iniciativas semelhantes ao longo dos últimos anos e que possui uma rede de contactos privilegiada da comunidade de alunos e *Alumni* da Faculdade. A AEFCNAUP pode ter uma participação ativa neste processo, nomeadamente servindo de intermediária entre a coordenação e os voluntários, numa lógica de proximidade. Poderá competir à AEFCNAUP a disseminação de *emails* para os seus associados e de outras formas de comunicação da atividade para iniciar o processo de candidatura, bem como ajudar no processo de seleção de voluntários e entregar, no final da atividade, os certificados.

## 8. Materiais

Será criado e disponibilizado um pacote de materiais para os voluntários, nomeadamente:

- Manual de procedimentos – integra o voluntário no projeto e direciona a sua ação, estipulando os critérios atitudinais, comportamentais e conceptuais que devem reger as várias fases do processo;
- Formulário de relatório – permite, numa primeira fase, criar critérios para avaliar a tarefa; possibilita emitir certificados em conformidade com as ações que o voluntário desempenhou; identifica forças e fraquezas das ações de formação; identifica dificuldades que o voluntário sentiu.
- Panfletos informativos – poderão ser generalistas, com um conjunto de recomendações alimentares transversais à população idosa, ou específicos para casos cujo estado nutricional seja possível de identificar sem recorrer a métodos de avaliação, como por exemplo a obesidade ou a falta de hábitos de hidratação.
- Apresentações PowerPoint (para instituições que tenham projetor);

- Outros materiais (a definir).

Poderão ser criados pacotes de materiais para sessões específicas, dirigidas a diferentes públicos-alvo (idosos; cuidadores; familiares adultos e jovens; grupos de jovens; associações; produtores de refeições; responsáveis de instituições), que serão colocados à disposição dos voluntários de acordo com as sessões que estes pretendam dirigir.

Todos os materiais serão produzidos pela FCNAUP e deverão estar identificados com o *design* do projeto e dos EEA Grants.

- Diploma de participação para cada voluntário.
- Diploma de participação para os formandos (opcional)

## 9. Despesas

Identificam-se como despesas para esta atividade, a impressão de documentos e dos certificados de participação, de acordo com o previsto na rubrica "Consumíveis".

## 10. Calendarização

As inscrições para a rede de voluntários estão abertas até ao final de Março de 2016, podendo haver reabertura de inscrições em período subsequente. As atividades têm início previsto em Dezembro de 2015.