

## GRUPOS DE AJUDA MÚTUA

---

### REGULAMENTO INTERNO DE FUNCIONAMENTO



**Capítulo I**  
**Disposições Gerais**  
Norma I  
**Âmbito de Aplicação**

Os Grupos de Ajuda Mútua (GAM) são um serviço administrado pela Associação do Porto de Paralisia Cerebral (APPC), sem fins lucrativos, tendo como local de base o Centro de Reabilitação de Paralisia Cerebral do Porto (CRPCP), edifício sito na Alameda de Cartes, nº192, 4300-008 Porto.

Norma II

**Finalidades do Regulamento**

O Regulamento Interno dos GAM visa:

1. Ser um instrumento formal que permita apresentar o serviço, assim como, assegurar a divulgação e o cumprimento das regras necessárias ao seu eficaz funcionamento;
2. Conjuguar normas que objetivem o funcionamento do serviço e que promovam o respeito pelos direitos dos seus participantes.

Norma III

**Objetivos dos Grupos de Ajuda Mútua**

Os GAM constituem-se por pessoas que partilham um problema ou situação e se reúnem para a resolução de uma dificuldade ou satisfação de uma necessidade.

Os GAM têm como objetivos gerais o fornecimento de apoio emocional, de informação, o desenvolvimento de competências interpessoais e a promoção de estratégias para lidar com problemas. Estes grupos promovem o encontro e a coesão de indivíduos, para que reconheçam as semelhanças das suas dificuldades, e, assim, permitem que estes não se sintam sós e únicos, servindo como fonte de suporte social alternativa. No geral, promovem a partilha pessoal e potenciam o crescimento ou mudança, sendo essenciais para o desenvolvimento de competências interpessoais e psicossociais, dado serem um espaço privilegiado de interação e partilha de experiências.

São, então, objetivos específicos destes grupos:

- a) Facilitar a partilha de sentimentos, ideias, opiniões e experiências
- b) Promover as interações sociais, facilitando a intercomunicação e o estabelecimento de relações de suporte positivas;
- c) Promover a autoestima, a autoeficácia e a estabilidade emocional
- d) Facilitar o empoderamento, com o objetivo de promover a mestria e o controlo sobre as suas próprias vidas, e a fazer com que estes tenham uma postura pró-ativa face à vida;
- e) Servir como um espaço de convívio, visando reduzir o sentimento de isolamento;

Norma IV

**Órgãos e funções dos Grupos de Ajuda Mútua**

1. Os GAM's contemplam uma equipa técnica (com alguns elementos comuns a outras valências da APPC) em estreita parceria com os participantes.
2. Compete à equipa técnica as funções de gestão, planificação e executivas no desenvolvimento de atividades em estreita articulação com a Instituição;
3. Compete aos participantes as funções consultivas, de acompanhamento e desenvolvimento das atividades.

**Capítulo II**

**Processo de Seleção e Admissão**

Norma V

**Condições de Admissão**

1. Para efeitos de admissão, os participantes terão que satisfazer uma das seguintes condições:
  - a) Serem indivíduos com paralisia cerebral, clientes ou associados da APPC, com mais de 16 anos; ou
  - b) Serem Pais/Familiares de indivíduos com paralisia cerebral, clientes ou associados da APPC.
2. A participação nos GAM pressupõe a aceitação do presente regulamento.

Norma VI



### Inscrições

1. Os candidatos poderão inscrever-se através do preenchimento de uma ficha de inscrição.
2. As fichas de inscrição estarão disponíveis no site da APPC (), ou podem ser conseguidas nas respetivas Unidades Orgânicas, através das diferentes equipas técnicas.
3. Todos os candidatos serão contactados pela coordenadora técnica dos GAM para agendar uma reunião de esclarecimento e entrevista individual aos candidatos. Nesta entrevista, pretender-se-à conhecer os candidatos, os seus contextos de vida, identificar as suas necessidades e a disponibilidade dos mesmos para a participação nos GAM.
4. Posteriormente, todos os candidatos serão integrados nos respetivos GAM.
5. Os candidatos devem fazer prova das declarações efetuadas, mediante a entrega de cópias dos seguintes documentos e informações:
  - a) Cópia de bilhete de identidade próprio;
  - b) Cópia de cartão de utente do serviço de saúde correspondente;
  - c) Cópia do cartão de contribuinte do próprio;

#### Norma VII

### Critérios de Seleção e Distribuição dos Participantes

Sempre que o número de candidatos aos GAM exceda o seu limite aceitável, dever-se-ão distribuir os candidatos por GAM distintos, de acordo com a disponibilidade da equipa técnica, sendo critério de priorização, a condição de associado da APPC.

### Capítulo III

#### Direitos e Deveres

#### Norma VIII

### Direitos dos Participantes

1. São direitos dos participantes:
  - a) Ser respeitado na sua dignidade pessoal, nos seus usos e costumes, bem como no direito à reserva da intimidade privada e familiar;
  - b) Ser ouvido sempre que manifestar a sua opinião;
  - c) Usufruir do apoio necessário, de acordo com o plano individual estabelecido;
  - d) Exigir a qualidade dos serviços;
  - e) Participar ativamente na vida e atividades da instituição;
  - f) Privilegiar um ambiente de crescimento humano, cultural e social em consonância com os valores propostos pela instituição;

#### Norma XIX

### Deveres dos Participantes

2. São deveres dos participantes:
  - a) Colaborar com a equipa do GAM na medida das suas possibilidades;
  - b) Respeitar o cumprimento das regras em vigor;
  - c) Respeitar os horários de atendimento e desenvolvimento das atividades;
  - d) Manter atualizado o seu processo, indicando quaisquer alterações verificadas depois do seu preenchimento inicial;
  - e) Respeitar as informações e indicações que lhe forem transmitidas pelos colaboradores do GAM;
  - f) Contribuir para a tranquilidade, funcionamento e bem-estar necessários para que seja prestado um serviço de qualidade.

#### Norma X

### Direitos da Instituição

Sem prejuízo das regras genericamente estabelecidas neste Regulamento, a Instituição tem ainda os seguintes direitos:

- a) A lealdade e respeito por parte dos clientes e pessoas próximas;
- b) Exigir o cumprimento do presente Regulamento;

Norma XI

**Deveres da Instituição**

Sem prejuízo das regras genericamente estabelecidas neste Regulamento, a Instituição tem ainda os seguintes deveres:

- a) Garantir a qualidade dos serviços prestados;
- b) Garantir a prestação dos serviços atempadamente;
- c) Garantir aos clientes a sua individualidade e privacidade;
- d) Possuir livro de reclamações.

**Capítulo IV**

**Pagamentos de serviços**

Norma XII

**Pagamentos de serviços**

1. A participação nos GAM é gratuita.
2. No caso de serem planificadas atividades extra no âmbito dos GAM, que exijam pagamento, esse deverá ser previamente acordado com os participantes.

Norma XIII

**Seguro**

1. O valor do seguro será fixado pela Direção da APPC e deverá ser pago no ato da renovação e/ou nova admissão, sendo os participantes ou representantes legais informados do valor de indemnizações coberto pelo referido seguro.
2. O pagamento do seguro é obrigatório, pelo que condiciona a frequência do serviço.

**Capítulo V**

**Funcionamento e Organização**

Norma XIV

**Organização**

1. Os GAM serão desenvolvidos de acordo com as necessidades e aspirações dos participantes, sendo as suas atividades planeadas e programadas sempre numa ótica de colaboração entre todos.
2. A liderança dos GAM será partilhada entre os seus participantes, sendo o seu sistema de decisão democrático.
3. As regras de funcionamento dos GAM serão definidas por todos, sendo sempre garantida a confidencialidade.

Norma XV

**Horário de Funcionamento**

1. Os GAM funcionarão periodicamente (semanal, quinzenal ou mensalmente), numa das instalações da APPC.
2. O horário específico de funcionamento dos GAM será acordado com os participantes, respeitando os critérios de disponibilidade de maiorias.
3. Sempre que sejam planeadas atividades extra, o horário dos GAM poderá ser alterado para um horário mais conveniente à realização das mesmas, ficando dependente da concordância dos participantes.
4. Os GAM suspenderão o seu funcionamento nos períodos de férias e interrupções previstas para a APPC, em cada ano civil.

Norma XVI

**Ausência dos participantes**

1. As situações de ausência dos participantes devem ser comunicadas pelos mesmos ou seus representantes legais à responsável pela atividade.
2. As ausências injustificadas superiores a 50% do tempo de realização das atividades, podem determinar a exclusão do participante.

Norma XVII

**Desenvolvimento das Atividades**

1. A APPC reserva-se o direito de fazer cessar qualquer atividade do GAM sendo que a suspensão será comunicada aos clientes com uma antecedência mínima de 30 dias.

Norma XVIII

## Serviços Extra

### 1. Serviço de transporte:

1.1. Os participantes podem usufruir de um serviço de transporte caso necessitem, pelo que devem conhecer atentamente o seu regulamento específico.

1.2. O serviço de transporte é um serviço extra ao desenvolvimento da atividade dos GAM, pelo que toda e qualquer informação ou necessidade de alteração deverá ser tratada pessoalmente com o *Serviço de Transportes*.

### 2. Serviço de refeições

2.1. Os participantes que desejarem usufruir do serviço de refeições devem, com pelo menos 24h de antecedência, fazer chegar essa informação aos Serviços ou através do e-mail: gam-appc@appc.pt.

2.2. Os serviços de transporte e refeições, deverão ser pagos até ao dia 8 do mês seguinte, utilizando para o efeito qualquer uma das seguintes modalidades: transferência bancária ou diretamente nas tesourarias locais.

Norma XIX

### Situação de doença e higiene dos participantes

1. Não será permitida a entrada e permanência na instituição de pessoas com doenças contagiosas, febre alta ou agentes parasitários, enquanto não estiverem livres de contágio;

2. Em caso de doença, não podendo o participante permanecer na instituição, serão, nos casos em que se aplique, contactados de imediato os seus representantes legais ou outro elemento do agregado familiar indicado, para o vir buscar o mais rapidamente possível;

Norma XX

### Contactos entre os participantes e a Equipa Técnica

1. Os contactos entre a Equipa Técnica e os participantes podem ser mantidos informalmente sempre que uma das partes manifeste vontade;

2. Serão formalmente, e com a devida antecedência, agendadas e comunicadas as reuniões que sejam necessárias.

## Capítulo VI

### Disposições finais

Norma XXI

### Disposições finais

1. As dúvidas e casos omissos do presente regulamento, serão resolvidas pela Direção da APPC;

2. Os participantes e/ou seus representantes legais deverão apresentar as suas sugestões e/ou reclamações, bem como qualquer pedido de reunião indicando neste caso o motivo;

3. Em situação de conduta imprópria quer do(a) participante, quer dos seus representantes legais, a Direção reserva o direito de recorrer à suspensão temporária do participante;

4. Este regulamento entra em vigor a partir de dia 1 de Setembro de 2012 e terá validade anual, sendo automaticamente renovado caso não exista informação em contrário;

5. Das alterações ao regulamento serão sempre informados os participantes, com antecedência mínima de 30 dias relativamente à data da sua entrada em vigor, sem prejuízo do direito à resolução do contrato que a estes assiste.

Porto, 26 de Julho de 2012

A Direção

APPC - Associação do Porto de Paralisia Cerebral  
A DIRECÇÃO

**Termo de Consonância**

Eu, \_\_\_\_\_,  
tomei conhecimento e aceito na totalidade as regras presentes no Regulamento Interno do Grupo de Ajuda  
Mútua da Associação do Porto de Paralisia Cerebral.

Porto, \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_

Assinatura

\_\_\_\_\_