

CARTAS CONTRA A SOLIDÃO

Ações perante a COVID-19



Ficha-Manual

CARTAS CONTRA A SOLIDÃO

Ações perante a COVID-19



Descrição

Perante a emergência da COVID-19, dois dos grupos mais vulneráveis são o das pessoas idosas e o das pessoas com incapacidade que vivem em lares. Por este motivo, precisam de especial atenção para evitar que entrem em situações de *stress* ou depressão como consequência do isolamento social devido à situação de confinamento que estamos a viver.

Nesta atividade, os/as voluntários/as manterão correspondência com pessoas idosas e/ou com incapacidade para lhes proporcionarem companhia e apoio moral, contando-lhes quem são ou alguma história pessoal, perguntando-lhes sobre a sua vida etc.

Objetivo

Mitigar os efeitos do isolamento deste grupo e contribuir para melhorar o seu estado de espírito.

Beneficiários

Pessoas idosas e/ou com incapacidade de todo o território espanhol que vivem em lares.

Colaborador

Fundación para el Fomento del Desarrollo y la Integración (FDI).

CARTAS CONTRA A SOLIDÃO

Ações perante a COVID-19

Horário e local da atividade

Esta atividade realiza-se via **correspondência**, o que permite uma maior **disponibilidade** e **flexibilidade**, bem como a participação de voluntários de todo o território nacional.

Não há um mínimo de compromisso, somente enviar as cartas e responder às que se recebam via correio eletrónico enviadas pelo lar.

Processo de acompanhamento



CARTAS CONTRA A SOLIDÃO

Ações perante a COVID-19



Funções dos voluntários

- Acompanhar as pessoas idosas e/ou com incapacidade e dar-lhes apoio emocional para contribuir para a melhoria do seu estado de espírito e mitigar os efeitos do isolamento social.

Requisitos

- Ser maior de idade.
- Ser funcionário/a, pré-reformado/a ou reformado/a do Grupo Repsol e estar registado/a como Voluntário/a Repsol.
- Poder-se-ão envolver familiares e amigos (incluindo menores de idade) como acompanhantes para que colaborem nesta iniciativa.