



## **NORMAS DE PARTICIPAÇÃO 2019**

### **PROGRAMA MARÉ VIVA**

#### **I. OBJETIVOS**

Definem-se como principais objetivos do Programa Maré Viva:

- Contribuir para o bem-estar geral e segurança dos utentes das praias do concelho, promovendo uma melhor utilização daquele espaço e prevenindo situações de risco;
- Sensibilizar os utentes, bem como, os participantes para as questões relacionadas com a melhoria do ambiente;
- Divulgar junto dos utentes, informações úteis relativas a Turismo, Ambiente, Saúde Pública e outras de âmbito municipal;

#### **II. DESTINATÁRIOS**

O Programa **Maré Viva** destina-se a jovens moradores ou estudantes no concelho de Cascais, com idades compreendidas entre os 15 e os 21 anos (à data de início do turno pretendido), exceto Team Leaders e Team Assistant, que podem ter até 30 anos. O projeto Cascais Acessível – Praia para Todos é para jovens até 30 anos com, ou em, formação na área da saúde que residam ou não no concelho de Cascais.

#### **III. TAREFAS E FUNÇÕES**

Entre as diversas funções desenvolvidas pelos Voluntários, devem-se destacar as mais importantes e exercidas com maior frequência:



- Apoio à prestação de 1<sup>os</sup> Socorros;
- Vigilância e prevenção de situações de risco, com alerta para as autoridades;
- Promoção de ações de sensibilização e informação sobre questões relacionadas com o ambiente e saúde pública;
- Distribuição de pulseiras de identificação e reencontro de crianças perdidas;
- Apoio à ação dos nadadores salvadores;
- Limpeza de manutenção dos areais e zonas de acesso;
- Apoio às colónias escolares;
- Distribuição dos cinzeiros de praia;
- Prestação de informações de interesse turístico e apoio direto a turistas.

**Tarefas gerais:**

- Dar apoio geral aos utentes que o solicitem;
- Colaborar na manutenção da limpeza das praias;
- Colaborar na segurança e vigilância das crianças que frequentam as praias;
- Exercer uma ação preventiva de situações de risco para a saúde e bem-estar dos utentes;
- Cooperar com as autoridades presentes nas praias e alertá-las quando constatem situações que imponham a sua intervenção;
- Colaborar nas iniciativas de Verão que a Câmara promover e nas que estiver a apoiar;
- Participar em ações de divulgação de informações úteis para os utentes.



#### **IV. CALENDARIZAÇÃO**

O Programa decorre entre junho e setembro, diariamente, entre as 9h00 e as 19h00. O Programa é distribuído por 3 turnos de 30 dias e o dia divide-se em dois períodos.

Para 2019, os turnos são os seguintes:

##### **Turnos:**

- 1º Turno – 15 de Junho a 16 de Julho
- 2º Turno – 17 de Julho a 15 de Agosto
- 3º Turno – 16 de Agosto a 15 de Setembro

##### **Períodos:**

- 1º Período – das 09h às 14h
- 2º Período – das 14h às 19h

O Jovem Voluntário que seja selecionado pela primeira vez deverá frequentar uma **formação obrigatória** antes do início do turno para o qual se inscreveu:

- 1º turno – 10, 11, 12 e 13 Junho;
- 2º turno – 8, 9, 10 e 11 de Julho ;
- 3º turno – 5, 6, 7 e 8 de Agosto.

O local será indicado posteriormente. O Voluntário poderá, mediante o número de vagas por turma, escolher um horário de manhã, à tarde ou à noite.

Esta formação consiste:

- 3 horas de formação sobre o Programa Maré Viva;
- 5 horas de formação em Comunicação e Relações Interpessoais;
- 3 horas de formação em Manutenção e Promoção da Saúde;
- 1 hora de formação em Mobi Cascais;



- 1 hora de formação em Proteção Civil;
- 1 hora de formação em Perfil de Praia;
- 1 hora de formação em Higiene e Segurança no Trabalho;
- 1 hora de formação com o Movimento Claro.

Em caso de desistência o jovem deve comunicar esse facto à Cascais Jovem através do e-mail [mare.viva@cm-cascais.pt](mailto:mare.viva@cm-cascais.pt).

## **V. PERÍODO DE DESCANSO SEMANAL**

O jovem voluntário terá direito a 1 dia de descanso semanal, contabilizando 4 dias na totalidade. Três destes dias terão de ser obrigatoriamente gozados em dias de semana. Só terá direito a gozar um dia num dia de fim de semana/feriado à escolha. Em relação ao Marézinhas do Futuro consultar as Normas de Participação para Jovens dos 12 aos 14 anos e Pegada N'Areia no ponto VII das presentes normas.

## **VI. BOLSA**

Os Marézinhas – incluindo participantes do Projeto “Cascais Acessível – Praia para Todos” e “Pegada N'Areia” usufruirão de uma bolsa de 10€ por dia de trabalho;

Os Team Assistants usufruirão de uma bolsa de 12,5€ por dia de trabalho;

Os Team Leaders usufruirão de uma bolsa de 15€ por dia de trabalho;



## VII. PROJETOS ESPECIAIS

### CASCAIS ACESSÍVEL – PRAIA PARA TODOS

Este projeto encontra-se inserido no Programa **Maré Viva**, programa de Voluntariado e Ocupação de Tempos Livres para Jovens que assegura os serviços básicos ao nível da prevenção, vigilância e segurança nas praias do município de Cascais e tem como objetivo:

Tornar as praias do município de Cascais acessíveis a pessoas com mobilidade condicionada, sensibilizando também os veraneantes para a importância de uma sociedade inclusiva através de

- Ajuda a pessoas com mobilidade condicionada e com deficiência motora na ida ao banho de mar;
- Manusear o equipamento próprio (Tiralô);
- Desenvolvimento de atividades lúdicas

1. O Projeto **Cascais Acessível - Praia Para Todos** encontra-se implementado nas praias de Carcavelos, Tamariz e Conceição e decorrerá de 15 de junho a 15 de setembro.

2. O período de atividade dos Voluntários é das 9h00 às 14h00 ou das 14h00 às 19h00.

3. As plantas de localização do ponto acessível nas três praias encontram-se disponíveis em [www.cascais.pt](http://www.cascais.pt).

4. Os participantes do projeto **Cascais Acessível – Praia Para Todos** encontram-se inseridos no Programa **Maré Viva**, regendo-se pelas normas



do mesmo, sendo obrigados a respeitá-las, sob pena de exclusão do programa.

5. Os participantes do projeto **Cascais Acessível – Praia Para Todos** têm de ter idades compreendidas entre os 15 e os 30 anos, à data de início do Programa.

6. Os jovens selecionados e que participem pela primeira vez no projeto, terão uma formação específica, com duração de cerca de 4 horas, dada por profissionais da área da saúde em data a definir. Esta formação é da responsabilidade da Câmara Municipal de Cascais.

7. Os participantes serão selecionados de acordo com as normas do Programa **Maré Viva** e com base na sua experiência prévia.

8. Será dada preferência a pessoas com experiência e/ou formação na área da saúde, nomeadamente frequentadores de cursos de fisioterapia, terapia ocupacional, enfermagem entre outros.

9. Além da documentação referida no ponto VII das Normas de Participação dos Programas de Voluntariado Jovem 2018, é exigido aos participantes do Projeto **Cascais Acessível – Praia Para Todos** o Comprovativo de frequência em estabelecimento de ensino na área da saúde (fisioterapia, enfermagem, medicina, motricidade humana, entre outros). Caso o jovem não entregue o comprovativo de frequência em estabelecimento de ensino na área da saúde, não poderá iniciar o projeto.

10. Aos participantes cabe a tarefa de apoiar os utilizadores nas deslocações entre a rampa de acesso e os equipamentos que constituem o ponto acessível.



11. Os participantes são ainda responsáveis pelo acompanhamento dos utilizadores à água e supervisão durante o banho.

12. Os participantes são obrigados a usar o fato-de-banho com o logótipo do projeto, sendo que este faz parte do uniforme.

### **MARÉZINHAS EM MOVIMENTO**

Este projeto encontra-se inserido no Programa **Maré Viva** e tem como objetivo:

Tornar a Ciclovía do Guincho num lugar mais seguro para os seus utilizadores através de

- Rondas de bicicleta para prevenção de situações de risco;
- Impedimento de estacionamento fora dos parques para o efeito;
- Desobstrução/limpeza das areias que se acumulam na Ciclovía;
- Prestação de informações de interesse turístico e apoio direto a turistas.



## **PEGADA N'AREIA**

Este projeto encontra-se inserido no Programa **Maré Viva** e tem como objetivo:

- Apoio a atividades de âmbito ambiental, prevenção, informação e de saúde pública.
1. O projeto destina-se a jovens com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos,
  2. O horário é das 9h00 às 14h00 nos dias em que sejam desenvolvidas atividades com os parceiros nas praias do concelho de Cascais.
  3. A calendarização funciona de acordo com os dias em que sejam desenvolvidas atividades com parceiros nas praias do concelho de Cascais;
  4. O Voluntário tem direito a uma bolsa de 15€ por dia de atividade;
  5. O descanso semanal do Voluntário acontece nos dias em que não sejam desenvolvidas atividades com parceiros nas praias do concelho de Cascais;
  6. O projeto **Pegada N'Areia** encontra-se implementado nas praias da Conceição, Duquesa, Moitas, Tamariz, Poça, S. Pedro, Avencas, Parede e Carcavelos.



7. Os participantes do projeto **Pegada N'Areia** encontram-se inseridos no Programa **Maré Viva**, regendo-se pelas normas do mesmo, sendo obrigados a respeitá-las, sob pena de exclusão do programa.

8. Os participantes serão selecionados de acordo com as normas do Programa **Maré Viva** e com base na sua experiência prévia.

9. Será dada preferência a pessoas com experiência e/ou formação na área da animação sociocultural.

**NOTA:** A leitura destas normas não invalida a leitura das Normas de Participação dos Programas de Voluntariado Jovem 2019.