



Quem somos

CONSTITUIÇÃO

A AMARA – Associação pela Dignidade na Vida e na Morte foi constituída a 8 de Outubro de 2003. Tem actualmente a sua sede no Concelho de Loures, na Rua Alves Redol, 4 - 4º - C 2660-215 Santo António dos Cavaleiros.

A AMARA rege-se pelo estatuto jurídico de Associação sem fins lucrativos.

Nº Identificação Segurança Social: 20.016.161.139

Nº Identificação Fiscal: 506 634 841

Requerido o Estatuto de IPSS em 4 de Novembro de 2003

Reconhecido o Estatuto de IPSS como pessoa colectiva de utilidade pública em 3 de Março de 2005. O registo foi lavrado no Livro nº 2 das **Instituições com Fins de Saúde, sob o nº 01/05.**

A AMARA como Instituição com Fins de Saúde passa a depender do Ministério da Saúde e a reportar-se ao Director-Geral da Saúde.

MISSÃO

Levar a cabo acções de solidariedade social e outras de âmbito nacional e internacional, ajudar as pessoas em fim de vida, seus familiares e pessoas próximas, aconselhando-as e acompanhando-as, por forma a dar sentido e minorar o sofrimento e a proporcionar condições de dignidade na vida e na morte.

DESTINATÁRIOS

Pessoas em fim de vida, seus familiares, amigos, médicos, enfermeiros, voluntários trabalhando nesta área e outros acompanhantes que procurem informação e apoio na Associação independentemente da sua nacionalidade, credo religioso, político ou etnia. O que une os membros da Associação é o desejo de poder contribuir para que o maior número possível de seres humanos possa ter dignidade na vida e, sobretudo na morte.

PARCERIAS E PROTOCOLOS

A AMARA é membro da "International Association for Hospice & Palliative Care" (IAHPC) organização que apoiamos através da tradução de conteúdos para português para distribuição pela Europa, América Latina e alguns países africanos. A missão da IAHPC é promover a divulgação e o acesso aos cuidados paliativos a nível mundial. O Presidente da IAHPC é o Dr Eduardo Bruera, especialista internacional em Oncologia.

A AMARA foi convidada para apresentar o tema "O Treino e a Preparação do Voluntariado" durante o "Congresso Nacional de Cuidados Paliativos" organizado pela Fundação Calouste Gulbenkian, que decorreu entre 17 e 19 de Novembro de 2004.

amara@amara.pt www.amara.pt

Rua Alves Redol, 4 – 4º C 2660-215 Santo António dos Cavaleiros



A AMARA no início da sua Constituição contou com o apoio da Dr^a Isabel Galriça Neto, assistente graduada de medicina geral e familiar e Médica de Cuidados Paliativos, tendo feito parte da Direcção da AMARA no seu primeiro mandato.

A AMARA foi reconhecida como IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social com fins de Saúde) em Março de 2005. Este reconhecimento dá abertura à obtenção de financiamentos/apoios por parte do Estado e de outras empresas particulares.

A AMARA e a Escola Superior de Enfermagem Calouste Gulbenkian, actualmente designada por Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, assinaram um protocolo de colaboração e de permuta de cursos, em Janeiro de 2005

FORMAÇÃO A VOLUNTÁRIOS

A AMARA já deu formação a mais de 600 pessoas, particulares, voluntários e profissionais de saúde, contando neste momento com cerca de 130 Associados formados e 30 Voluntários em acompanhamento.

Esta formação de base "Vida e Morte: a mesma Preparação", é um curso de desenvolvimento pessoal e formação teórico-prática no acompanhamento de pessoas em fim de vida e consiste em 6 dias (36 horas) de reflexão e de interacção, onde os formandos podem pensar sobre a morte e sobre a forma de melhorar a qualidade da sua vida, diminuindo assim os seus receios perante a morte e, conseqüentemente sensibilizando-os para o acompanhamento a doentes em fim de vida.

FORMAÇÃO EM INSTITUIÇÕES

Formação de base "Vida e Morte: a mesma Preparação"

ACREDITAR – Associação de Pais e Amigos de Crianças com Cancro (2005)

CENTRO HOSPITALAR DE LISBOA (Hospital de S.José) (2005)

HOSPITAL GERAL DE SANTO ANTÓNIO em Maio, Setembro e Dezembro (2005)

Profissionais de Saúde de várias Instituições Hospitalares, ao abrigo da bolsa atribuída pela Fundação Calouste Gulbenkian, de Outubro de 2005 a Fevereiro de 2008:

IPO PORTO (1) em Outubro de 2005

CENTRO DE SAÚDE DE LOULÉ em Novembro de 2005

IPO PORTO (2) em Novembro de 2005

IPO PORTO (3) em Janeiro de 2006

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE AZEITÃO em Janeiro de 2006

HOSPITAL DE SÃO JOÃO em Janeiro de 2006

IPO PORTO (4) em Fevereiro de 2006

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE AZEITÃO em Fevereiro de 2006

CENTRO DE SAÚDE DE BEJA em Fevereiro de 2006

IPO PORTO (5 e 6) em Março de 2006

IPO MEDICINA 5 (1) em Maio de 2006

SAMED em Maio de 2006

IPO MEDICINA 5 (2) em Junho de 2006

CENTRO DE SAÚDE DE BEJA (1) em Junho de 2006

IPO MEDICINA 5 (3) em Junho de 2006

CENTRO DE SAÚDE DE BEJA (2) em Junho de 2006

amara@amara.pt

www.amara.pt

Rua Alves Redol, 4 – 4º C 2660-215 Santo António dos Cavaleiros



IPO MEDICINA 5 (4) em Junho de 2006
CENTRO DE SAÚDE DE BEJA (3) em Setembro de 2006
SAMED em Setembro de 2006
IPO MEDICINA 5 (5) em Outubro de 2006

ARS (ALENTEJO) em Março, Abril e Maio de 2007.
IPO PORTO (Programa Saúde XXI) de Março a Maio de 2007
IPO PORTO UCP DR FERRAZ GONÇALVES em Setembro de 2007
IPO PORTO UCP DR FERRAZ GONÇALVES em Outubro de 2007
HOSPITAL DO MAR (1) em Novembro de 2007
HOSPITAL DE ÁGUEDA (Programa Saúde XXI) em Novembro e Dezembro de 2007
HOSPITAL DO MAR (2) em Dezembro de 2007
HOSPITAL DO MAR (3 e 4) em Janeiro e Fevereiro 2008
HOSPITAL CUF DESCOBERTAS em Junho de 2008
HOSPITAL CUF DESCOBERTAS / INFANTE SANTO em Setembro de 2008

WORKSHOPS

A AMARA para além da formação de base tem também outros workshops destinados a particulares e profissionais de saúde.

O Sentido da Vida
A Alquimia da Dor
"Viva a Vida"
"A Terapia da Dignidade"
"Workshop para famílias e amigos de pessoas em fim de Vida"
"Ars Moriendi"

ASSISTÊNCIA (VOLUNTÁRIOS)

A AMARA faz Acompanhamento Hospitalar e ao Domicílio, a doentes e suas famílias que requeiram o seu apoio.

A AMARA faz a integração dos seus Voluntários em Hospitais, Centros de Saúde e outras Instituições com equipas especializadas em Cuidados Paliativos.

A AMARA faz regularmente Aconselhamento Telefónica a familiares de doentes que não querem visitas.

FORMAÇÃO CONTÍNUA

No âmbito de reciclar e dinamizar o grupo de voluntários a AMARA realiza workshops como **complemento da formação de base**.

Comunicação com Doente e Família (2006)
Prática de Acompanhamento em Cuidados Paliativos (2006)
Prática de Acompanhamento e Cuidados Básicos em Enfermagem (2007)
"Perdas" (2008)
"Psicoterapia pela Dignidade" do Prof Chochinov (2008)



Competências em escuta activa e relação de ajuda (2008)
Psicodrama (2008)

Formadoras: Carol Gouveia e Melo, Cláudia Farinha, Tsering Paldrön e colaboração da equipa de professores de enfermagem da ESEL (formação para voluntários)

REUNIÃO DE SUPERVISÃO

Com regularidade são feitas reuniões de supervisão com os voluntários, conduzidas por Carol Gouveia e Melo e Cláudia Farinha, para partilha de experiências e emoções pessoais relacionadas com a prática de acompanhamento de doentes em fim de vida, e gestão das dificuldades de acompanhamento e a integração de novos voluntários.

CANDIDATURAS (BOLSA/FUNDOS)

A AMARA tem apresentado candidaturas a várias Bolsas/Fundos para suportar o funcionamento administrativo e os serviços ligados com os trabalhos dos Voluntários.

Help the Hospices

Candidatura à bolsa p/formação de 200 Profissionais de Saúde do Hospital S.José

Fundação Calouste Gulbenkian

Candidatura à formação de Profissionais de Saúde em Cuidados Paliativos e Proposta de Investigação

Fundação Grunenthal

Negociação de uma colaboração alargada

Constituem também receitas da Associação o produto das jóias e quotas dos Associados, os donativos e produtos de eventos e subscrições, as doações, legados e heranças e os subsídios do Estado ou de Organismos Oficiais.

DIRECÇÃO

Emília Teresa Marques Rosa (Tsering Paldrön)
Silvia Ercoli
Maria Helena Canha da Piedade
Carol Costeloe de Gouveia e Melo
Rosie Blandy

Presidente da Direcção
Vice-Presidente da Direcção
Tesoureira da Direcção
Secretária da Direcção
Vogal da Direcção