

MANUAL FÖR VOLONTÄRER –PIÑA PALMERA, MEXICO

Alla boende och arbetare på Piña Palmera önskar dig välkommen till vårt center. Vi hoppas att den tid du tillbringar här blir givande och hjälper dig att utveckla dina intressen. Vi vet att du kommer att lära dig mycket av oss och vi av dig. Vi visar dig med glädje allt inom Piñas verksamhet. Oroa dig inte för att lära dig namnen på alla människor du kommer att möta. Du får två veckors inskolning för att bli familjer med dem och med aktiviteterna på Piña

VAD ÄR PIÑA PALMERA?

Det är en enskild organisation som är politiskt och religiöst obunden. Sedan 25 år har man arbetat med och för personer med funktionsnedsättningar (alla åldrar) och deras familjer i samhällen på landsbygden. Flertalet tillhör olika ursprungsbefolkningar.

Belägenhet: Delstaten Oaxacas sydkust, närmaste större stad är Pochutla, närmaste flygplats är Aeropuerto de Huatulco (HUX).

Strategi i arbetet: Vård och omhändertagande, rehabilitering, social inkludering, information, medvetandegörande, kunskapsutveckling och förebyggande av funktionsnedsättningar.

Vår visión/Vårt syfte:

- ✚ Bidra till att personer med funktionsnedsättningar och deras familjer på Oaxacas sydkust får en bättre livskvalité.

Målsättning

- ✚ Uppnå att personer med funktionsnedsättningar accepteras och inkluderas i sina familjer och lokalsamhällen i sitt dagliga liv.
- ✚ Att de får utveckla sin kapacitet och bli så oberoende som möjligt.
- ✚ Tillsammans söker Piña Palmera, terapiteamet, familjerna och volontärerna att uppnå dessa mål.

Som allt annat i livet utvecklas och förändras Piña Palmera ständigt. Man kämpar för att finna nya sätt att arbeta och överleva. Beslutsprocesserna är demokratiska. Varje område på Piña har en koordinatör som har ansvar för att organisera och leda arbetet inom sitt området. Koordinatörerna har ett möte varje vecka (junta de coordinación). När du har frågor så vänd dig till respektive koordinatör för att tala om allt som du undrar över. Kommunikationen är mycket viktig. För att undvika missförstånd är det nödvändigt att volontärerna tar sig tid och bemödar sig om att vara tydliga i vad de vill framföra.

På Piña Palmera bor och arbetar cirka 30 personer. Ungefär 25 -30 volontärer om året deltar i och stödjer olika aktiviteter vid centret och i byarna där vi arbetar.

LIVET SOM VOLONTÄR

Sedan 1984 har många människor i Mexico och från andra länder deltagit i Piña Palmeras verksamhet som volontärer. Vi har genom åren lärt oss mycket av dem. Det ligger i vårt intresse att du som volontär mår bra och trivs under din vistelse hos oss. Som volontär kommer du att delta i och stödja alla dagliga aktiviteter som utförs vid centret. Längre fram i denna manual finner du information om volontärernas roll inom varje område. Du kommer dagligen att arbeta ihop med personer med och utan funktionsnedsättningar. Förutom ditt stöd i arbetet är vi mycket intresserade av att lära känna dig, samtala, utbyta tankar och reflektera över olika idéer. Detta utbyte är mycket värdefullt och båda parter kan ha nytta av processen i sin personliga och professionella utveckling. Att leva tillsammans med dig och få stöd i arbetet kan bli en viktig del i rehabiliteringen för personer med funktionsnedsättningar.

På Piña Palmera genomförs rehabiliteringen genom dagliga aktiviteter och inom de olika arbetsområdena och verkstäderna, inte bara genom sjukgymnastik. Genom dessa aktiviteter utvecklar personer med funktionsnedsättningar sin fysiska, mentala och sociala förmåga. Du som volontär följer dem i den processen.

Vi vet att språket kan vara en utmaning för dig som kommer från ett annat land, men oroa dig inte! Vi är vana vid personer som inte talar perfekt spanska. Det viktigaste är att du alltid försöker förklara, och att du frågar när du inte förstår något. Lite i taget kommer du att lära dig.

Vi inser att det kan vara tufft för nyanlända volontärer att bo i ett land eller ett område som är okänt, att integreras i en annorlunda kultur och kanske lära ett nytt språk. Vi råder dig att ha tålamod med dig själv. Volontärkoordinatören finns alltid till hands för att stödja och hjälpa dig med frågor och sådant som du undrar över. Det viktiga är att du talar om för oss hur du känner.

Flexibilitet och tålamod är några av de viktigaste egenskaperna en volontär kan ta med sig till Piña.

När du kommer kanske du har många idéer om vad som kan ändras och förbättras i de aktiviteter du observerar. Vi är intresserade av och öppna för dina observationer. Men det är viktigt att du talar med oss innan du agerar.

När du befinner dig inom de olika arbetsområdena och inte förstår något eller inte är överens om sättet man arbetar på, så tala med områdeskoordinatören för att lära dig mer om sammanhanget och varför man arbetar som man gör. Försök förstå att vi arbetar långsiktigt och är tvungna att tänka efter ordentligt innan vi ändrar något. Det kan hända att ditt förslag förverkligas långt senare när du lämnat Piña.

Volontärernas deltagande på Piña är mycket viktigt. De kommer med ny energi, andra idéer och åsikter. Deras blick utifrån kan hjälpa oss att reflektera över vårt arbetssätt.

Som volontär kommer du att lära dig mycket om dig själv, kulturen vid kusten och att leva i gemenskap. Du kommer att uppleva kulturchocker på ett eller annat sätt. Sättet att kommunicera, lära och organisera sig är många gånger förvirrande för volontärerna. Sättet att tala är den vanligaste orsaken till missförstånd. Planer och tidsscheman kan förändras under en dag. Försök att lära dig så mycket som möjligt genom att observera hur centret fungerar. Det är så lokalbefolkningen lär sig: genom att observera andra. En del av arbetarna ger dig sällan instruktioner. Därför är det viktigt att du frågar när du inte förstår. Vi uppskattar ditt stöd. Det viktigaste är inte att du utför dina uppgifter

snabbt. Viktigare är att du gör dem väl, tar den tid du behöver för att slutföra dem och att du kommunicerar med dem du arbetar tillsammans med. .

Under dina två första introduktionsveckor kommer volontärkoordinatören att ge dig ett schema så att du får lära känna alla människorna och de olika arbetsområdena inom Piña. Sedan kan du tillsammans med de andra volontärerna och koordinatören göra en aktivitetsplan utifrån centrets behov, dina kunskaper, förmåga, yrke och intresse.

Det vi förväntar oss av volontärerna är inte speciella yrkeskunskaper utan att de är flexibla, redo att hjälpa till med allt, från det enklaste till det mest komplexa, att de har empati för människorna på Piña och ställer upp när det uppstår oförutsedda situationer på oförutsedda tider. Vi förväntar oss också att volontärerna är beredda att säga till direkt och till den person det berör när de inte är överrens om något. Och att man har enkla och konkreta förslag som är möjliga att genomföra när så krävs.

PROGRAM PÅ PIÑA

-  **REHABILITACION BASADA EN Y CON LA COMUNIDAD (RBC)**
-  **BYBASERAD/NÄRBASERAD REHABILITERING**

Vårt program RBC består i att arbeta med olika byar/lokalsamhällen vid kusten. Syftet är att personer med funktionsnedsättningar och deras familjer ska inkluderas fysiskt och socialt i det aktiva samhällslivet samt att förändra samhällets attityder till temat funktionsnedsättningar.

Ett RBC-program startas alltid på initiativ av en eller flera medlemmar i byn/samhället där vi sedan kommer att arbeta. Innan vi påbörjar programmet gör vi en ”undersökning” där för att veta hur det speciella samhället fungerar, hur man lever och vilka behov som finns. Vi har möten med lokalbefolkningen och olika samhällsaktörer och förklarar hur vårt program fungerar.

Vi arbetar *med* lokalsamhället och *med* familjerna. Det är viktigt att volontären förstår att vi inte åker till byarna för att skänka saker eller ge behandlingar. Det viktigaste i vårt arbete är att informera, undervisa och visa människor vilka möjligheter de har. Vi visar personer med funktionsnedsättningar och deras familjer vilka aktiviteter de kan göra i hemmet och hur de kan inkluderas i hushållet och i sina byar/samhällen. Vi informerar människor om deras rättigheter och möjligheter och hur de kan förebygga sjukdomar och funktionsnedsättningar. Vi arbetar för att varje person ska få ett mer oberoende liv. Vi överlåter ansvaret för hur de ska förverkliga och kämpa för sitt oberoende till personerna själva, till deras familjer och samhället. Vi är bara ett stöd i den processen.

RBC är en lång och långsam process. Var och en får ta sin tid. Vi kan inte påskynda processen. Terapeuterna har inte rollen som ”curanderos” (lokala medicinmän). De är bara verktyg. Det är viktigt att människorna i byn inte blir beroende av dem. Det är också viktigt att vi lyssnar på vad människorna verkligen vill. Många gånger har de inte samma idéer, önsknings och drömmar som terapeuten.

“Om du ger mig en fisk har jag mat för en dag, om du lär mig fiska har jag mat för hela livet...”

“Fokusera på det jag kan, inte på vad jag inte kan ...”

Avstånd till byarna: från en till fyra timmar med bil beroende på vägarnas kondition,

Volontärernas roll när vi åker ut till en by/samhälle

Förbereda lekar/övningar där alla kan vara med och integreras, alltså barn och vuxna i alla åldrar, med och utan funktionsnedsättningar. Det ska vara enkla lekar som är lätta att förstå och som skapar energi och glädje hos deltagarna.

Stödja roliga och underhållande aktiviteter och lekar för barn som t.ex. sånger och målning/teckning. Vi föredrar att du använder dig av enkla lekar och material som familjen har tillgång till och kan använda hemma.

- Ta med material: kriter, papper, bollar och andra saker för att genomföra lekar med barnen,
- Hjälpa till med att organisera väggtidningar med information om Piña Palmeras arbete,
- Ta med kamera och fotografera.
- Fylla i närvarolistor.
- Hjälpa terapeuterna att städa och ställa i ordning platsen där man arbetar.
- Göra aktiviteter som integrerar brukarna och deras familjer med varandra.

Viktiga regler

- När man åker till en by ska man ha långbyxor eller kjol, inte shorts.
- Om du gör observationer under arbetet kan du framföra dina synpunkter direkt till terapeuterna vid dagens slut. Men inte framför brukarna och deras familjer.
- Försök vara del av teamet med initiativ, förslag, kreativitet, spontanitet och var flexibel.
- Respektera människors seder och bruk och tro i byn/lokalsamhället.
- Betala din mat på restaurangen.

Arbetstiden: Tiden varierar varje gång man åker till en by eller ett samhälle. Det beror på vart man ska åka, vilka aktiviteter som ska genomföras, hur vägarnas kondition. Resorna kan ta mellan sex och 12 timmar.

Viktigt: Många gånger uppstår det problem med transporterna. Man kan behöva ställa in en resa till en by utan att säga till innan.

Ansvariga

Koordinator: RBC Flavia Ester Anau

Koordinator för terapiteamet: Marcelino

Ansvarig för tidig intervention (Intervención Temprana): Chely

Logoped Språk och inlärningssvårigheter(Terapia de lenguaje y aprendizaje): Betty

Socialarbetare och teckenspråk (lenguaje de señas): Moisés

Arbete med familjerna:

Socialisering:

Sjukgymnastik: Marcelino, Chely, Sofia

Vattentherapi: Marcelino

Trädgård och ekologi: Adalberto, Tio Timo

Underhåll: Guicho

Administration: Ana Berta, Silvia

Chaufför: Don Benito, Tete

SÄRSKILD OMVÅRDNAD/CUIDADOS ESPECIALES

Inom detta arbetsområde fyra unga vuxna med allvarliga funktionsnedsättningar; Malena, Paco, Alfredo och José. De har bott på centret nästan hela sina liv. Volontärernas arbete består i att **stödja** den ordinarie personalen i den dagliga omvårdnaden. Man hjälper till med morgonkaffet, den personliga hygien, förflyttning till rullstolar, påklädning, matning, och hjälper dem till deras aktiviteter eller medverkar i ev. behandlingar. Allt arbete sker tillsammans med personalen. Det är också viktigt att inkludera de unga i andra aktiviteter och områden inom Piña. Dessutom kan volontärerna göra enkla aktiviteter som stimulerar dem, t.ex. genom musik, rörelser, berättelser och taktil stimulans. Man ska alltid räkna med och inkludera dessa ungdomar i samtliga aktiviteter, om de inte är förhindrade på grund av sin hälsa. Volontärerna kan fråga tjänstgörande arbetare om allt som de undrar över. Varje ungdom har också en pärm med aktuell och viktig information om honom eller henne.

Arbetstider: måndag till lördag, tillfälligtvis också någon söndag. I så fall tar man en dag ledig i veckan som kompensation.

På morgonen: 8.30 – 14.30

På eftermiddagen/kvällen: 13.30 – 19.00

Ansvariga

Koordinator: Reynaldo

Anställda: Juana, Idolina, Domitila, Magdalena, Goya, Lupe, Cristina

PAPPERSÅTERVINNING/PAPEL RECICLADO

Man arbetar med framställning av returpapper och tillverkar pappersark, böcker, ramar till bilder och andra produkter från pappersåtervinningen som sedan säljs i Piñas affär. "Papel reciclado" fungerar som arbetsterapi för barn och ungdomar som deltar i vårt program. Det är också en källa till inkomster för Piña. Volontärernas roll består i att stödja och inkludera personer med funktionsnedsättningar i tillverkningen av olika produkter i en arbetsmiljö som kan leda till att de utvecklar nya färdigheter. Volontärerna kan också bidra med idéer till nya produkter och designer.

Arbetsid: Måndag till lördag 8.30 – 14.30

Ansvarig: Manuel

AFFÄR/VERKSTAD TIENDA/TALLER

I affären säljer man produkter som tillverkats på Piña samt av de lokala konsthantverkare som ingår i nätverket "Solidarisk ekonomi". Arbetet är uppdelat i två delar: den ena är tillverkningen av konsthantverk. Volontärens uppgift är då att stödja personerna som just då är sysselsatta med denna aktivitet. Den andra är försäljningen. Volontären hjälper då till med allt från att öppna affären, göra i ordning varorna och

städa lokalen till att sälja de produkter som finns och föra register över vad som sålts under dagen samt den totala summan.

Syftet inom arbetsområdet affär och verkstad är att personer med funktionsnedsättningar ska utveckla sin förmåga och skicklighet och genom dessa aktiviteter uppnå största möjliga oberoende. Vi önskar att volontärer som är duktiga på att teckna och måla är snälla och lär dem som deltar i verksamheten.

Arbets tid: måndag till lördag 11.00 – 17.00

Ansvarig

koordinatör: Patty

Ansvarig för att såga ut leksaker i snickeriet:

Vi har också ett snickeri där man tillverkar allt som Piña behöver i form av trä; stolar, bord, dörrar, fönster etc. Man anpassar rullstolar och rollatorer och tillverkar enklare hjälpmedel.

 **KÖKET/COCINA**

Här tillagar man all den mat som anställda, volontärer och boende på Piña Palmera äter under dagens lopp. Volontärens arbete består i att hjälpa till med tillagningen av maten samt med disken. Om volontärerna har idéer på andra maträtter som går att tillaga utifrån lokala livsmedel är sådana förslag välkomna.

Arbetstider: måndag till lördag 11.00 -18:00

Ansvariga:

Koordinatör: Tía Juanita

Anställda: Irene y Lupe

 **UNDERHÅLL/MANTENIMIENTO**

Här har man ansvar för reparation och skötsel av Piña Palmeras olika delar. Volontärens arbete består av att hjälpa till att genomföra detta arbete. Om volontären har kunskap inom det här området är hans/hennes insats välkommen.

Arbetstider: måndag till lördag 8.00 – 14.00

Ansvarig:

Koordinatör: Guicho

TRÄDGÅRD/HUERTA

Trädgården har planerats med tanke på att personer i rullstol ska kunna arbeta in den. Förutom att odla producerar man också organisk gödning genom kompostering och genom att behandla organiskt avfall med hjälp av maskar. Volontärens arbete består i att hjälpa den ansvarige i dessa aktiviteter och om volontären har kunskap inom det här området är hans/hennes insats och förslag viktiga. Vi skulle exempelvis vilja ha workshops där man renar vatten och återvinner alla typer av avfall.

Arbetstider: måndag till lördag 8.00 – 14.00

Ansvariga:

Timo y Adalberto

Viktigt:

De angivna tiderna är tider för det dagliga arbetet inom de olika områdena. Det är emellertid viktigt att volontärerna är flexibla vad gäller arbetstider. Det finns tillfällen då arbetstiden överskrids. Vi ber också om volontärernas hjälp för att kunna genomföra många aktiviteter utanför det dagliga arbetet.

ALLMÄN INFORMATION

MÖTEN

- **Allmänna möten/Junta general**

Varje tisdag har man ett stormöte som kallas junta general, ett allmänt möte.

Här deltar alla: volontärer, anställda, brukare och besökare. Man tar upp olika ämnen kring arbetet i allmänhet på centret. Man informerar kring de olika aktiviteterna som man genomför under veckan och de nya volontärerna presenterar sig. De får här även möjlighet att ge en 5 minuter lång presentation kring det land eller den delstat de kommer ifrån.

- **Möte för volontärerna/Junta de voluntarios**

Här deltar volontärerna, volontär-koordinatören, ibland den övergripande koordinatören; det vill säga Flavia eller månadens koordinatör. På detta möte tar man upp olika teman som rör volontärernas arbete och här har volontärerna möjlighet att föra fram sina förslag eller frågetecken. Här organiserar man också uppdragen inför veckans aktiviteter.

- **Möte terapi-teamet/Junta de terapia**

Här planerar Piña Palmeras rehabiliteringsteam sitt arbete. Om det finns förslag från volontärernas sida eller om de arbetar inom detta område så kan de delta i mötet.

- **Möte särskild omvårdnad/Junta de cuidados especiales**

Här gör de anställda upp arbetsschema för området och här organiseras de aktiviteter som man kommer genomföra med ungdomarna. Om det finns förslag eller frågetecken från volontärerna rörande arbetet är det viktigt att framföra dessa här.

- **Koordinationsmöte/Junta de coordinación**

På det här mötet diskuterar man framförallt ämnen som har att göra med förbättringar inom de olika områdena. Varje koordinatör har möjlighet att presentera sina utmaningar/problem för resten av gruppen för att gruppen sedan ska kunna hitta en möjlig lösning. Här väljer man också månadens koordinatör som har i uppdrag att hjälpa den övergripande koordinatören på olika sätt. Man diskuterar interna organisationsfrågor och viktiga händelse såsom besök, kurser och internutbildning. Varje vecka deltar en volontär i detta möte.

HORARIOS/ Schema

- **Mat**

Kaffe och kex	7:30-8:30
Lunch	13:00-2:30
Middag	18:00

- **Program**

Särskild omvårdnad/ Cuidados especiales	24 horas al día todos los días
Pappersåtervinning/ Papel reciclado	8:30-14:30, lunes a sábado
Affär/verstad/ Tienda/taller	11:00-17:00, todos los días
Kök/ Cocina	7:00 – 18:0, todos los días
Trädgård/ Huerta	8:15-14:00, lunes a sábado
Underhåll/ Mantenimiento	8:15-14:30, lunes a sábado
Administration/ Oficina	8:30- 14:30, lunes a sábado
Bybaserd/närbaserad rehabilitering/ RBC	Depende de la salida

- **Juntas / möten**

Junta general	varje tisdag	8:20
Junta de voluntarios	varje tisdag	15:00
Junta de terapia	varje tisdag	9:30
Junta de cuidados especiales	varannan tisdag	13:00
Junta de coordinación	varje torsdag	8:30

VOLONTÄRERNA HAR RÄTT

- till kaffe med mjölk, lunch och middag (atole eller te)
- till en sovplats om det finns ledigt (ej eget rum)
- till två veckors semester per 6 månadersperiod. Dessa veckor kan tas ut först efter att man arbetat 3 av de 6 månaderna.
- att lägga fram förslag till Junta general, volontärmötena och koordinationsmöten samt även direkt inom de områden där de deltar.
- att använda datorn för att utföra uppdrag relaterade till arbetet på Piña Palmera
- att få allmän läkarvård genom Piña Palmeras läkare
- att ta emot brådskande telefonsamtal vad gäller exempelvis sjukdom i familjen, så länge tidsgränsen på 5 minuter respekteras.
- att öppet och med respekt framföra sina frågetecken och meningsskiljaktigheter beträffande de aktiviteter de deltar i.

VOLONTÄRERNA HAR SKYLDIGHET

- att läsa, underteckna och lämna in kontraktet som de får av volontärkoordinatören vid ankomsten.
- att bidra med 150 pesos per månad för kostnader för vatten, elektricitet och underhåll. Detta bidrag lämnas hos Ana Bertha i början av vistelsen på Piña Palmera.
- att delta som volontär måndag till lördag inom de olika arbetsområdena.
- att delta vid den allmänna städningen varje lördag.
- att hålla i ordning på och hålla rent där man bor och att rapportera eventuella problem vad gäller underhåll till månadens koordinatör
- att vid sjukdom informera volontärkoordinatören eller den övergripande koordinatören detta.
- att vid ansökan om ledighet eller semester prata med volontärkoordinatören eller den övergripande koordinatören.
- om volontärerna har förslag rörande arbetet på Piña Palmera framföra dessa hos koordinatören inom relevant område.

Det är också viktigt att:

- volontärerna redan från början av sin vistelse försöker skapa sociala kontakter med såväl de personer som arbetar på centret, som de som deltar i rehabiliteringen.
- när volontärerna deltar i ett terapi-team, alltid kommunicera med teamet och koordinatörerna eller de ansvariga för aktiviteterna innan man agerar gentemot brukarna.
- eftersom Piña Palmeras verksamhet bedrivs i den miljö den bedrivs i, använda ett enkelt språk, enkla kläder, enkelt material och att ha en öppen attityd för nya utmaningar.
- om volontären känner att han/hon inte har möjlighet att åta sig att arbeta direkt med en person med funktionsnedsättning, meddela detta i förväg.
- volontärerna är sociala och umgås, med arbetarna och brukarna på Piña. Då volontärerna bor i en egen del av Piña Palmera är det lätt att volontärerna "isolerar sig i ett getto för utländska volontärer", men kom ihåg varför du är här och ta vara på tiden så mycket du kan för att lära dig om livet och kulturen i regionen.

Kom också ihåg att det är strängeligen förbjudet att dricka alkohol och ta droger på Piña Palmera.

Sist men inte minst: Vi uppskattar förslag på gemensamma aktiviteter såsom utflykter, gemensamma måltider etc. som möjliggör att alla umgås.

FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER ATT FÖLJA PÅ PIÑA PALMERA:

- Drick inte vatten ur kranen
- Tvätta frukt/grönsaker och borsta tänderna med vatten från garrafónes, stora dricksvattenflaskor à 10 liter som ni hämtar i köket på Piña.
- Förvara värdesaker i det egna rummet
- Lås ditt rum
- Ta inte med vänner eller bekanta från stranden in på Piña Palmera
- Ta reda på var det är tillåtet att röka
- Prata spanska när du är med de övriga personerna på Piña Palmera
- Kom inte till jobbet i badkläder. Det uppfattas som respektlöst och stötande.

FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER ATT FÖLJA/VIDTA UTANFÖR PINA PALMERA:

- Var inte ute och gå själv kvälls- och nattid efter mörkrets inbrott.
- Bär inte värdesaker synligt
- Bär inte stora summor pengar på dig, ta endast med det nödvändiga
- Var försiktig vid bad, Zipolites strömmar är starka
- Använd solskyddskräm
- Var försiktig med byns olika djur (hundar)
- Tänka på vad man säger om verksamheten utanför Piña Palmera. Man representerar centret.
- Kom ihåg att ni är förebilder för ungdomarna på Piña Palmera och andra i byn. På grund av detta bör intag av alkohol begränsas, och våld och andra aktiviteter som kan komma att ställa Piña Palmera i dålig dager undvikas.

Detta var översatt av Klara Stinzing för Föreningen Palmeras Vänner, november 2011