

TÍTULO ABREVIADO DO DOCUMENTO

Voluntariado no Centro de Apoio ao Sem Abrigo

Manuel Gomes Ferreira

(Relatório de Actividade)

Resumo— Com este relatório pretende-se descrever aquilo que foram as minhas actividades enquanto voluntário no Centro de Apoio ao Sem Abrigo (CASA), uma associação que tem como objectivo ajudar com alojamento e alimentação os mais carenciados, em particular crianças, adolescentes e idosos. Enquanto voluntário e, juntamente com o grupo dos demais, participei em diversas actividades como recolha de alimentos e preparação e distribuição de refeições para os sem-abrigo. Neste relatório, encontra-se uma breve descrição da associação e das diversas actividades desenvolvidas enquanto voluntário. Por fim, na conclusão, é feita uma reflexão acerca desta actividade como um todo.

Palavras Chave— Sociedade, solidariedade, voluntariado, trabalho em equipa.

1 INTRODUÇÃO

HOJE em dia, e com o agravar da crise, existem cada vez mais carenciados, não só sem-abrigo, mas pessoas com uma aparência normal (em oposição a de um sem-abrigo) que, apesar de terem casa, procuram associações que lhes deem de comer. O que para nós, pessoas com casa, comida e roupa lavada uma ajuda a estas pessoas não é mais do que apenas algumas horas, para eles essas horas significam muito mais. Significam bem-estar.

O CASA [1], é uma associação que apoia pessoas socialmente desfavorecidas, vítimas de violência, independentemente da sua crença religiosa ou etnia.

No princípio deste semestre, decidi acompanhar de perto esta realidade e tornei-me voluntário nas equipas de rua do CASA. Enquanto voluntário nas equipas de rua, existem uma série de tarefas a desempenhar como participar em recolha de alimentos, preparação de refeições e toda a logística relacionada com a cozinha e, por fim, mas não menos importante,

o momento em que as refeições são distribuídas pelos sem-abrigo, de acordo com as várias rotas pré-definidas.

Este relatório pretende descrever as minhas actividades no CASA e está estruturado da seguinte maneira. Na Secção 2, é feita uma breve descrição acerca do CASA e da equipa que integrei. Na Secção 3, são decríticas as várias actividades em que eu participei como voluntário. Este relatório é concluído na Secção 4.

2 O CASA E A EQUIPA



Figura 1. Logotipo do CASA.

O CASA (Figura 1) é uma instituição sem fins lucrativos fundada em Portugal em 2002 pelo mestre espiritual budista Pema Wangyal Rinpoche [2]. As principais acções do CASA passam por fazer e distribuir refeições aos sem-abrigo, 365 dias por ano e, também, por distribuir cobertores, roupa e calçado.

Para o CASA trabalham voluntários para trabalho administrativo, *designers*, *web developers*,

- Manuel Gomes Ferreira, n. 67032,
E-mail: manuel.g.ferreira@tecnico.ulisboa.pt,
é aluno do curso de Engenharia Informática e de Computadores,
Instituto Superior Técnico, Universidade de Lisboa.

Manuscrito entregue em 20 de Junho de 2014.

(1.0) Excelent	ACTIVITY					DOCUMENT						
	Objectives x2	Options x1	Execution x4	S+C x1	SCORE	Structure x0.25	Ortogr. x0.25	Gramm. x0.25	Format x0.25	Title x0.5	Filename x0.5	SCORE
(0.8) Very Good												
(0.6) Good												
(0.4) Fair												
(0.2) Weak												
	1.2	0.7	24	0.5	4.8	0.13	0.2	0.2	0.23	0.5	0.5	1.76

enfermeiros, médicos, equipas de rua, entre outros.

Mas é, de facto, nas equipas de rua onde existe o contacto com essas pessoas. É na rua que se fala com eles, é onde se percebem as suas necessidades e onde se pode dar um pouco de atenção que muitos deles tanto apreciam. Existe uma equipa de rua para cada dia da semana. A equipa onde fui integrado, a de sexta-feira, está cheia de malta jovem num ambiente caracterizado pela descontração. Foi uma surpresa para mim aperceber-me que, num presente fortemente marcado pelo amor-próprio e egoísmo, existem tantos jovens dispostos a ajudar nesta nobre causa.

*linguagem
imprópria*



Figura 2. Eu, na recolha de alimentos realizada no dia 26/04/2014, no Continente da Amadora.

3 ACTIVIDADES

A actividade com maior carga emocional e que mais marca um voluntário integrado nas equipas de rua é, sem dúvida, a distribuição de refeições. Mas, para haver refeições para distribuir é necessário prepará-las. Por sua vez, para se conseguir preparar uma refeição há que haver alimentos. Deste modo, as 3 principais tarefas que constituem este fluxo são: a recolha de alimentos que acontece periodicamente de seis em seis meses, a preparação e distribuição de comida que, para cada equipa, acontece uma vez por semana.

De seguida, são descritas mais detalhadamente estas três actividades.

3.1 Recolha de Alimentos

A recolha de alimentos é algo que acontece com uma periodicidade de seis meses, dependendo também, do *stock* de alimentos da associação. Consiste em os voluntários estarem à porta de um dado supermercado, tentando mobilizar as pessoas para esta causa e, caso estas estejam a fim, é-lhes entregue um saco de plástico onde estas, ao fazerem as suas compras, colocam alguns dos alimentos que constam numa lista, entregue juntamente com o saco. Ao saírem do supermercado, as pessoas que amavelmente contribuíram com algo, entregam-nos o saco contendo os alimentos. Estes alimentos normalmente são arroz, massas, salsichas, leite, entre outros.

A Figura 2 mostra a recolha de alimentos onde eu participei, e que aconteceu no dia 26 de Abril deste ano, no supermercado Continente na Amadora. Normalmente, cada voluntário escolhe um turno de 3 horas em está disponível para ajudar na recolha. Devido à falta de voluntários para este evento, estive presente desde as 14 até às 00 horas. Na recolha, basicamente, existem três tipos de tarefas a desempenhar:

- estar à porta do supermercado e entregar os sacos e listas de alimentos às pessoas que vão entrando;
- estar num dos postos de recolha dos sacos com os alimentos, onde estes últimos são colocados em carrinhos de supermercado;
- levar estes carrinhos, quando cheios, para junto das carrinhas onde é feita a separação e arrumação dos alimentos (como é o caso da Figura 2).

Apesar de ter sido, de facto, um dia extremamente cansativo pelas imensas horas em pé, dum lado para o outro, houve uma coisa que me deixou estupefacto: nunca imaginei que houvesse tanta gente a contribuir para estas recolhas de alimentos, o que por si só, é bastante gratificante para nós, voluntários.

3.2 Preparação das Refeições

Todas as sextas-feira, a nossa equipa começa, por volta das 17 horas, a preparar as refeições.



Figura 3. Eu, a lavar o chão da cozinha.

Existe um voluntário mais graúdo que é responsável por cozinhar as refeições. Os restantes, são responsáveis por uma série de outras importantes tarefas como: embalar, em doses individuais, as várias vagas de comida que vão sendo feitas (uma vez que estamos a falar de 400 doses individuais feitas todas as sextas-feira); lavar todas os utensílios usados para preparar as refeições; limpar o chão da cozinha (ver Figura 3); recolher bolos de determinadas pastelarias que, ao final do dia, se disponibilizam para nos darem as suas sobras para podermos, também, distribuir pelos sem-abrigo.

3.3 Distribuição das Refeições

Como dito anteriormente, a distribuição das refeições, tarefa por nós chamada por a "volta", é talvez a parte com uma carga mais emocional mas, ao mesmo tempo mais gratificante, por nos ser reconhecido valor por aqueles a quem estamos a ajudar.

Normalmente, começa por volta das 21 e vai até às 00 horas. A equipa divide-se em grupos e, a cada um deles, é atribuído uma das várias rotas¹, que são percorridas por carro. Cada

1. Av. Almirante de Reis, Av. da Liberdade, Cais do Sodré, Campo das Cebolas, Gare do Oriente, Saldanha, Núcleo de Apoio Local e Santa Apolónia

rota, geralmente, tem várias paragens. Em cada paragem, os voluntários saem do carro e, cada um deles, fica responsável por dar aos sem-abrigo ou as doses individuais de refeições, ou os talheres, ou a água, ou o pão, etc... É de salientar que, para alguns sem-abrigo, quase tão importante que as refeições, é a atenção que lhes damos durante o período que estamos a fazer a distribuição. Na maioria dos casos, os sem-abrigo estão animados e agradecem-nos. Outras vezes, queixam-se que a comida é "sempre igual", ou que demorámos muito, ou porque já não há bolos... Enfim, situações que requerem alguma compreensão e tolerância da nossa parte.

4 CONCLUSÃO

Em Fevereiro deste ano, decidi integrar uma das equipas de voluntários do CASA, uma associação de apoio aos sem-abrigo.

Integrei uma equipa jovem, onde reina o bom ambiente e descontração. Participei em várias e diferentes actividades, mas todas igualmente importantes, como a recolha de alimentos e a preparação e distribuição de refeições. Este relatório serviu para descrever, detalhadamente, cada uma dessas actividades que compõem este voluntariado como um todo.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer às pessoas do CASA que, após o meu pedido para integrar uma das suas equipas, me receberam e continuam a receber com todo o carinho.

REFERÊNCIAS

- [1] <http://casa-apoioaosemabrigo.org/>
- [2] http://pt.wikipedia.org/wiki/Pema_Wangyal_Rinpoche

Manuel GomesFerreira Tirei a Licenciatura no Instituto Superior Técnico (IST) em Engenharia Informática e de Computadores. Completei, em princípio, este semestre o mestrado na mesma área.

Neste tipo de documento (técnico) a CONCLUSÃO deve começar com um resumo do assunto abordado e depois deve realçar os resultados

APÊNDICE

COMPROVATIVOS DE EXECUÇÃO



Declaração Voluntariado

O **Centro de Apoio ao Sem Abrigo (C.A.S.A.)**¹ com sede na Praça Marechal Humberto Delgado (Metropolitano de Lisboa P.M.O.I) 1500-423 Lisboa, registado na Direcção Geral de Segurança Social como Instituição Particular de Solidariedade Social (I.P.S.S.) e reconhecido como Pessoa Colectiva de Utilidade Pública, com o NIPC 506 116 786², declara que **Manuel Gomes Ferreira**, portador do Documento de Identificação nº **13852416** prestou serviço de voluntariado na mesma entre Fevereiro e Junho de 2014.

Lisboa, 06 de Junho de 2014

¹ Constituído por escritura pública a 19 de Julho de 2002 e publicado em Diário da República, 2.ª série – n.º 168 – 31 de Agosto de 2007

² Diário da República 2.ª série – n.º 237 de 09/12/2008