



projecto dar mais

01

Desde a sua criação, em 2012, que o projecto dar + tem como missão contribuir para a promoção e consolidação dum voluntariado sólido, qualificado e reconhecido socialmente para que, de forma sistemática, seja valorizado o trabalho voluntário e para sensibilizar a sociedade em geral para a importância da acção voluntária como instrumento de solidariedade e desenvolvimento.

O projecto dar + tem pretendido a integração no maps de acções voluntárias de acordo com os serviços que dispõe e promover as aptidões e potencialidades dos voluntários envolvidos, de acordo com a necessidade de intervenção no maps. Através da promoção de uma rede de voluntários, envolvendo não apenas os indivíduos, mas também entidades, tais como rede empresarial, institutos e associações, o projecto dar + tem pretendido alargar o seu âmbito de envolvimento e articulação com a sociedade em geral.

Em 2015, o projecto dar + assumiu-se como uma ferramenta de mais compromisso, de mais consolidação, de mais cooperação e de mais cidadania. A todos os que têm vindo a colaborar no projecto dar + um sincero obrigado e um bem haja.

Projecto Dar +





03

*Quando gostamos o tempo passa a correr.*

*Comecei a desenvolver actividades com o maps a convite de um grupo de estagiárias da universidade do algarve. Fiquei como voluntária. Vão mais de dois anos. O tempo passou e o grupo “surpreendentes incalculáveis” apresentaram quatro peças. Alguns actores estão lá desde o início e um núcleo duro mantém-se motivado, comprometido e dedicado. Outros membros vão se juntando, outros mudam de vida. Fico feliz por ver que pouco a pouco a actividade consolida-se: as tomadas de decisões são mais complexas porque toda a gente quer expressar-se e defender uma posição. Há mais comunicação e paciência pelos erros e limitações de cada um. Os actores estão mais confiantes e seguros em palco. Pequenos grandes passos. Nada seria possível sem o trabalho de apoio e “cumplicidade” da equipa do maps. Raramente recebemos um não quando fazemos propostas. O nosso trabalho é enquadrado discretamente, num misto de eficácia e carinho. Sinto-me bem e valorizada. Sinto também muita confiança, chave para desenvolver um bom trabalho. Recebi uma planta verde e vermelha, prenda do grupo. Tem nome. Chama-se Alegria. Não foi fácil escolher o nome. Havia Esperança, Gratidão e mais ainda. Decidimos que seria Alegria, alegria de estarmos juntos, alegria de viver! Obrigada!*

*Laure de Witte (voluntária do projecto dar+)*

05

<b>01</b>   <i>o compromisso</i>	10
<b>02</b>   <i>a consolidação</i>	16
<b>03</b>   <i>a cooperação</i>	22
<b>04</b>   <i>a cidadania</i>	28



07



*Foi com uma grande alegria que, uma vez por semana, no maps, partilhei com todos o que me enche de felicidade – dançar. Foquei-me em proporcionar o bem-estar, criando momentos de convívio, desenvolvendo as capacidades físicas e a criatividade, indo ao encontro das preferências do grupo. A participação de funcionários, elementos da direcção e voluntários, foi sempre extremamente gratificante, especialmente porque eram os utentes que me surpreendiam e ensinavam. É sempre uma troca, e cada dia eu descobria em mim mais flexibilidade, mais aceitação, sentindo-me por vezes emocionada, por um olhar, ou um sorriso. Como diz um amigo meu “o melhor bailarino é aquele que se diverte mais”, e divertimo-nos muito. A dançar ou a fazer outra coisa qualquer, sejam felizes!*

*Fátima Monteiro (voluntária do projecto dar+)*

no

**01** | *o compromisso*

**10**

## **Responsabilidade social: um compromisso com a vida.**

A preocupação pela gestão do voluntariado no projecto dar + assumiu sempre uma importante relevância para o maps, como organização acolhedora de voluntários, integrando mecanismos de gestão nos processos de recrutamento e acompanhamento de voluntários, melhorando o impacto do voluntariado praticado.

A importância do compromisso na gestão do voluntariado tem vindo a reflectir-se na necessidade de desenvolver instrumentos que induzam a valorização do trabalho e esforço dos voluntários e de facultar instruções regulares sobre as actividades de voluntariado a desenvolver (apoio orientado para as tarefas).

O trabalho voluntário não decorre de uma relação subordinada nem tem compensações financeiras. Apenas tem lugar num quadro de autonomia e pluralismo alicerçado no princípio da responsabilidade social. É neste contexto que se colocam as relações entre o voluntário e o maps e é acordado entre ambos a realização do trabalho voluntário, o compromisso, que decorre do encontro de vontades.

Em 2015, o projecto dar + atribuiu vinte e cinco certificados de voluntariado aos participantes das diversas acções de voluntariado no ano anterior, certificando setecentas e trinta e duas horas e cinquenta minutos de trabalho voluntário.

Ao longo do ano de 2015, a integração de doze voluntários activos no projecto dar + representou um total de trezentas e setenta e oito horas de trabalho voluntário, devidamente acompanhado por funcionários do maps e pelos coordenadores do programa de voluntariado.

Contabilizaram-se, em 2015, cento e sessenta e nove participações voluntárias em diversas actividades, sendo exemplos de actividades de carácter regular, dinamização de sessões de teatro do oprimido (cinquenta e seis participações), danças do mundo (vinte e quatro participações), dinamização de sessões de corpo e movimento (dezasseis participações), apoio no refeitório do maps (trinta participações) e dinamização de sessões de formação e educação (quatro participações). Houve, ainda, a participação de voluntários pontualmente em eventos festivos variados, apresentação de peças de teatro, apoio ao estudo, acompanhamento ao exterior e participação nas equipas de apoio social directo.



13

*Tal como o escritor inglês John Ruskin disse “a maior recompensa do nosso trabalho não é o que nos pagam por ele, mas aquilo em que ele nos transforma”. Esta frase adquire maior dimensão quando nas rotinas quotidianas se sente um vazio de utilidade e de sentimento de dever cumprido. Foi na busca por um final de semana que bem pesado fosse afinal de contas positivo que decidi começar por me inscrever como voluntário no maps. Após a formação inicial comecei por ajudar nos serviços de refeições. Passei também pelas equipas de rua e por uma acção de sensibilização da campanha “preservativa-te”. Este modo de vida em que damos algum do nosso tempo em prol de uma sociedade mais justa e equilibrada faz-me sentir mais útil e, de facto, recompensado e preenchido. Além disso, fiz mais amigos e compreendi uma parte da nossa sociedade que por vezes é incompreendida, ou até alvo de exclusão.*

*Kevin Azevedo (voluntário do projecto dar+)*

**15**



**02** | *a consolidação*

**16**

## **Usando a consolidação na superação de desigualdades e distâncias.**

O voluntariado pode ser encarado como uma ferramenta eficiente no combate à exclusão, ao alheamento social e ao afastamento das pessoas. Por outro lado, as associações gestoras de programas de voluntariado têm um papel importante enquanto ferramenta de formação e qualificação dos voluntários, para o desempenho de funções nas mais diversas áreas.

Estes são os fundamentos do projecto dar +, já que se pretende proporcionar actividades onde os voluntários se envolvem pró-activamente na resolução de situações reais, consolidando conhecimentos apreendidos e melhorando a sua consciência de responsabilidade social. Simultaneamente, o maps pretende envolver-se nos problemas e desafios da comunidade e tornar-se um potencial parceiro para o desenvolvimento e colaboração de projectos em prol da comunidade.

Em parceria com a associação nacional de jovens empresários do algarve, o projecto dar + acolheu , durante o ano de 2015, participantes do projecto caburera - *capacity building relay race*. Este projecto, que envolveu parceiros de portugal, grécia, itália, jordanía, líbano e palestina, pretendia reduzir o desemprego jovem na região do mediterrâneo, através da mobilidade juvenil e da formação profissionalizante, sendo financiado pelo *european neighbourhood and partnership instrument (enpi) cross-border cooperation (cbc) mediterranean sea basin programme*.

Numa fase inicial, o projecto dar + acolheu três jovens voluntários, de nacionalidade palestiniana, durante os meses de maio, junho e julho, envolvendo-os nas actividades e projectos promovidos pelo maps. Durante os meses de setembro, outubro e novembro o projecto dar + integrou uma jovem voluntária, de nacionalidade portuguesa, que anteriormente integrou um processo de mobilidade euromediterrânea no líbano. Estes voluntários integraram no maps, individualmente, num compromisso de três meses, com participação diária nas actividades promovidas, perfazendo um total de mil cento e oitenta horas de trabalho voluntário.

De forma a garantir a acção voluntária consciente e sólida, o projecto dar + dinamizou sessões de formação dirigidas aos participantes, abordando os conceitos do voluntariado e, especificamente, as áreas em que o maps intervém, nomeadamente, sexualidade, toxicodependência e exclusão social.

Durante o ano de 2015, com o envolvimento no projecto caburera, o projecto dar + consolidou a sua intervenção junto da comunidade nacional e internacional, no âmbito do voluntariado, criando “pontes” entre culturas, países e fronteiras, promovendo simultaneamente as componentes pedagógica e profissionalizante dos voluntários envolvidos.



10

*Conbeci o maps em 2012. Criámos um espaço de diálogo, uma oficina de teatro, onde reforçámos laços de solidariedade e compromisso entre todos os participantes. Foi uma experiência importante para mim. Senti-me ligada ao grupo e partilhei muitas aprendizagens. Também eu senti-me crescer e fortalecer com o ânimo e a entrega de cada elemento. E fez-me pensar no que habita a força interior de ser humano... Voltei em 2015, desta vez para partilhas de corpo e movimento. Com o objectivo de estimular a pró-actividade, procurávamos um maior bem-estar e coexistência com o próprio corpo. Para isso criámos o momento para um outro modo de existir em grupo. Onde houve o tempo e o espaço para cada um estar consigo próprio. Escutar-se, observar-se, perceber as suas limitações e trabalhar ultrapassar bloqueios físicos. Vitórias foram alcançadas: melhor postura, mais paciência, melhor disposição, maior tranquilidade, mais desenvoltura.*

*Marta Gonçalves (voluntária do projecto dar+)*

21

**03** | *a cooperação*



## **Cooperação como forma de consciência e de participação.**

Desde a sua constituição que o projecto dar + tem como intuito articular com institutos públicos ou privados, nos âmbitos cultural, social, educacional, de saúde e empresarial, que pretendam estabelecer parceria com o maps, no âmbito do voluntariado.

Para o projecto dar +, a rede de cooperação existente através de parcerias estratégicas, as quais permitem aos diferentes actores conjugar vantagens, numa óptica em que o benefício global é superior ao da acção individual, é um dos instrumentos de optimização da interacção dos intervenientes na promoção do voluntariado, bem como no intuito de optimização dos recursos existentes.

Num contexto de cooperação em rede, tanto informal, como formal, as actividades do projecto dar + têm vindo a ser levadas a cabo numa lógica baseada na complementaridade das competências e recursos. A rede de parceiros do projecto dar + tem vindo a ser constituída com a preocupação de incluir e envolver os parceiros que, pela sua reconhecida experiência, possam trazer as valências necessárias à identificação, à criação e à dinamização de redes de cooperação de forma eficaz, promovendo-se o voluntariado consciente e participativo.





Com base no valor da cooperação, em 2015, o projecto dar + garantiu a continuidade das parcerias anteriormente estabelecidas, no âmbito do voluntariado, nomeadamente com o banco local de voluntariado de faro, com o instituto de solidariedade e cooperação universitária e com a associação mandacaru – cooperativa de intervenção social e cultural.

Tendo em vista a articulação entre o maps e a universidade do algarve, o projecto dar + assinou, no final do ano de 2015, um protocolo de parceria com o grupo de voluntários da universidade do algarve, ualg v+. Também, a associação nacional de jovens empresários do algarve foi uma das novas parcerias estabelecidas, no decurso do último ano, com o encaminhamento de voluntários internacionais e nacionais (projecto caburera) para o maps.

Durante o ano de 2015, em articulação com as entidades parceiras, o projecto dar + promoveu uma sessão de esclarecimento para os estudantes do curso de educação social e participou num fórum de discussão sobre o voluntariado para a comunidade académica da universidade do algarve, promovendo a sensibilização para o voluntariado e estimulando o serviço voluntário em prol da comunidade.



25

*Meu tempo dedicado a ser voluntária do maps foi uma mudança de vida... Tem sido muito mais que dedicar o meu tempo e conhecimento aos que mais precisam! Tenho vivido, sentido, aprendido, sorrido... e sobretudo conquistado muito de mim que nem sequer sabia existir. Tem sido uma experiência indescritível! Sempre com o apoio e reconhecimento de toda a equipa de trabalho, a que acresce a imensa gratidão de todos com quem contacto. O que deixa presente em mim o sentimento de missão cumprida e a vontade de fazer sempre algo mais. Eu recomendo esta experiência a qualquer voluntário que acredite em pessoas e nas suas capacidades, mesmo com as adversidades da vida. É uma experiência não-convencional, baseada na valorização do outro. O meu muito obrigado por me receberem nesta casa sempre de braços abertos e sobretudo o meu agradecimento especial a todos os meus queridos (utentes), pois são parte fundamental deste processo de mudança da minha vida.*

*Petra Carlos (voluntária do projecto dar +)*



04 | *a cidadania*

28

## **Cidadania: uma partilha sem interesses.**

A concepção de cidadania activa do projecto dar+ sustenta-se em que a cidadania é tanto melhor quanto mais forem os que dela participarem activamente. A eficácia das iniciativas voluntárias é tanto maior quanto mais participadas elas são e quanto melhor é a ligação entre as pessoas e as organizações. O voluntariado no projecto dar + é uma das formas de organizar os que querem pôr os seus conhecimentos, o seu tempo e a sua determinação ao serviço da comunidade.

Para o maps, o voluntariado cívico assume a plenitude das suas potencialidades quando é realizado como exercício consciente de quem o pratica, o gere e dele beneficia. Trata-se, portanto, de congregar vontades, competências e necessidades a favor da dinamização do voluntariado na sua correspondência com os problemas das pessoas.

Como factor de mudança, o projecto dar + tem possibilitado ao maps promover actividades inovadoras, implementadas e dinamizadas pelos próprios voluntários, potenciando-se as capacidades e conhecimentos que estes proporcionam à dinâmica do maps.

Em 2015, o maps contou com a colaboração activa dos voluntários Ana Cristina Guerreiro, Ana Paula Carvalho, Lídia Regala, Joana Guerreiro, João Félix, Kevin Azevedo, Petra Carlos e Rafaela Almeida, envolvendo-se no apoio ao estudo, nos ensaios e apresentações de peças de teatro, comemoração de dias festivos, oficinas psicossociais, passeios e acompanhamento ao exterior, campanhas de sensibilização, equipas de apoio social directo e apoio nas refeições.

O maps beneficiou da colaboração de sete projectos totalmente implementados e moderados por voluntários do projecto dar +, nomeadamente, projecto maps-mandacaru (dinamização de sessões de teatro do oprimido para o grupo “os surpreendentes incalculáveis”) com Laure de Witte; danças do mundo (dinamização de sessões de danças do mundo) com Fátima Monteiro; oficina de corpo e movimento (dinamização de sessões de técnicas de expressão corporal e relaxamento) com Marta Gonçalves; projecto *made with love* (construção de acessórios e geleias para comercialização, implicando a formação em técnicas de venda e gestão) com Olivia Odeh e Marisa Cabrita; projecto jardim alma (construção de um espaço de lazer e conforto, visando o bem-estar dos utentes) com Natalie Esmail; projecto pára! estás em perigo (sensibilização da comunidade universitária para o uso do preservativo) com Wisam Jabarin; massagem de som (técnicas de relaxamento com taças tibetanas e gongos) com Ana Barreto.



31



*A minha experiência no maps começou a todo o gás ao encontro de toda uma nova realidade. Fui recebida por uma equipa com um coração enorme e estarei sempre eternamente agradecida. No início questioneei-me como poderia ajudar. Mas tudo fluiu de uma maneira fenomenal e pude conhecer e conviver com seres com almas maravilhosas! Estou muito grata e feliz por ter tido esta oportunidade fantástica!  
Com amor e gratidão.*

*Ana Barreto (voluntária do projecto dar +)*

## Agradecimentos

Associados, Funcionários, Utentes e Voluntários do MAPS

Associação Nacional de Jovens Empresários do Algarve

Banco Local de Voluntariado de Faro

CRPA, Lda.

Câmara Municipal de Faro

Confederação Portuguesa do Voluntariado

Centro Distrital da Segurança Social de Faro

Instituto de Solidariedade e Cooperação Universitária

Mandacaru – Cooperativa de Intervenção Social e Cultural

Universidade do Algarve (UAlg V+)

## Ficha Técnica

Boletim Dar + | 2015

### Direcção

Movimento de Apoio à Problemática da Sida

### Gestão e Coordenação

Movimento de Apoio à Problemática da Sida

### Produção de Conteúdos

Elsa Morais Cardoso | Fábio Simão | Helga Jesus | Osvaldo Coutinho | Rute Lopes

### Local e Data

Faro, 29 de Fevereiro de 2016

