

# **Manual de Sobrevivência para o Voluntário Europeu**

**A.N.E.V.E.**

**Associação Nacional de Ex-Voluntários Europeus**

A Abrir...

Pretende-se com esta brochura nortear um pouco todos aqueles jovens candidatos a Sve's perdidos um pouco na procura de um Projecto, na preparação da ida ou até na adaptação após a chegada a um País estranho. Como tudo, este manual terá as suas imperfeições e talvez não responda a todas as tuas dúvidas... Se é esse o caso, escreve ou telefona para a A.N.E.Y.E., Associação Nacional de Ex-Voluntários Europeus.

Ficam aqui os mais sinceros agradecimentos a todos os que permitiram a elaboração desta obra. Em particular todo o Staff do 6º Piso do 1.P.j., aos Formadores da Time for God, à rede de Bibliotecas Públicas de Oeiras e a todos os membros da A.N.E.Y.E..

Nota: O termo familiar "Sve", como referência ao voluntário que desempenha o Serviço Voluntário Europeu, é utilizado aqui com sentido diferente de "S. V.E", forma abreviada que utilizamos para nos referirmos ao programa.

Introdução .....	Pág. 4
<i>Antes de mais nada.</i>	
A Organização de Envio.....	Pág.6
<i>O seu papel</i>	
O Melhor para mim.....	Pág.7
<i>Cama escolho o Projecto e o País?</i>	
As minhas expectativas .....	Pág.9
<i>Quais são. afinal?</i>	
A Formação antes da partida.....	Pág.10
<i>Como aproveitar melhor.</i>	
Aeroportos, Estações, enfim: confusão!.....	Pág.11
<i>Partidas e chegadas...Bagagens...</i>	
A Organização de Acolhimento.....	Pág.12
<i>O que podem e/ou devem fazer.</i>	
O que esperam de mim?.....	Pág.13
<i>Deveres do 5ve em casa e na Org. de Acolhimento</i>	
Cultura: Um País diferente.....	Pág.15
<i>Como lidar com as diferenças.</i>	
Os direitos do Voluntário:.....	Pág.18
<i>Uma carta dos Direitos do 5ve</i>	
A Formação no País de Acolhimento.....	Pág.19
<i>Oportunidade para tracar ideias e conhecer pessoas.</i>	
Quando surgem Problemas .....	Pág.19
<i>Como resolver</i>	
O Regresso .....	Pág.21
<i>A readaptação (estás a brincar. não é?)</i>	
Contactos Úteis .....	Pág.22
<i>IPJ. 505. Embaixadas. Estruturas Nacionais.</i>	
A A.N.E.V. E. ....	Pág.32
<i>Quem. como. porquê. onde. quando?</i>	

## Introdução

O Serviço Voluntário Europeu, que te preparas para realizar, será uma experiência inesquecível! Espera-te um país diferente, que constituirá um desafio 'êscobrir; outras gentes, irás fazer novas e frutificantes amizades; uma cultura que terás por certo vontade de conhecer...

Mas...Estás preparado? Bem, mesmo que já te sintas, ler esta pequena brochura não vai custar nada, pois não?

Para mais, no final vais encontrar alguns contactos úteis que podem fazer falta por essa Europa fora.

Certamente que já pensaste no porquê do ~erviço Voluntário Europeu, o que fará mover tanta gente, tantos recursos em torno desta ideia, não?

Aqui está, em apenas quatro pontos, uma breve sùmula dos...

### *Objectivos do S. V. E.:*

Ajudar à integração dos jovens na Sociedade. Desenvolver um Serviço que beneficiará a comunidade, a nível Humanitário, Cultural e Social.

Criar parcerias e fortalecer Organizações que trabalham para o bem - estar da população por toda a Europa.

Criar laços entre jovens de toda a Europa, a fim de enraizar e fortalecer o conceito de cidadania Europeia.

Precisas saber também, se ainda desconheces, alguns pressupostos e informações fundamentais sobre o S.Y.E..

- Podem ser destinatários do Programa todos os jovens com idades compreendidas entre os 18 e os 25 anos (abrem-se excepções a esta regra em casos especiais a analisar) com residência legal num País elegível.

- Os Países elegíveis para participarem no Serviço Voluntário Europeu são chamados países programa:

-os 15 Estados Membros da União Europeia

-países E.F.T.A. membros do E.E.E. (Islândia, Liechtenstein e Noruega).

-países candidatos à adesão (Bulgária, Hungria, Polónia, Chipre, Letónia, Roménia, República Checa, Lituânia, República Eslovaca, Estónia e Eslovénia).

- O S.V.E. pressupõe sempre a existência de três parceiros: o Voluntário, uma Organização de Envio e uma Organização de Acolhimento.

- Os voluntários realizarão sempre o seu Projecto num País que não o de Residência do Voluntário.

- As actividades levadas a cabo pelos Voluntários nunca terão fins lucrativos e não são pagas.

- Estas actividades não podem substituir um emprego remunerado.

- As actividades do Voluntário conferem um valor acrescentado à Comunidade Local.

- O S.V.E. tem uma duração entre 6 a 12 meses.

### **A Organização de Envio**

Como Voluntário, não deves - nem podes - ir mais longe na concretização do teu S.V.E. sem teres uma Organização de Envio.

Uma Organização de Envio pode ser qualquer Organização não Governamental, vulgo ONG; ou Associação/Entidade desde que não tenha fins lucrativos.

Não poderá, portanto, ser Organização de Envio uma Organização como a Santa Casa da Misericórdia ou a Casa Pia, porque têm vínculo ao Estado, apesar de não terem fins lucrativos.

Pode ser Org. de Envio qualquer Associação à qual já estejas vinculado, mesmo sem ter experiência no Envio de Voluntários. Informa-te junto do I.P.j. relativamente a tudo o que é preciso para que a tua ONG ou Associação seja também uma Organização de Envio.

*A Org. de Envio tem como responsabilidades:*

- Ajudar-te na escolha do Projecto mais adequado para ti, de acordo com as tuas capacidades e possibilidades.
- Contactar a Organização de Acolhimento.
- Efectuar uma preparação antes da tua partida e garantir a tua ida a uma Sessão de Formação da responsabilidade da Agência de Envio, em Portugal o I.P.J. (Instituto Português da Juventude).
- Manter-se em contacto contigo e com a Org. de Acolhimento durante o teu período de voluntariado, a fim de zelar pelo bom desenrolar do projecto.
- Acompanhar-te no período que se segue ao teu regresso, na procura de outras oportunidades de educação, formação e emprego, na realização do teu projecto de Capital Futuro, ou informando-te sobre outras possibilidades ao abrigo do programa Juventude.

### **O melhor para mim**

Já estás confortavelmente instalado em frente ao Computador...

Existe disponível para consulta uma base de dados dos projectos existentes, por ramo de Actividade e por País. Não limites demasiado a tua busca, ao escolher só um projecto ou dois, nem faças o inverso, tipo "vou a todas" . Sê razoável na tua escolha. Não escolhas um Projecto que nada tenha a ver contigo.

Auxiliar idosos, restaurar uma capela, tomar conta de crianças, estudar focas no seu habitat natural ou fazer parte de um grupo de Teatro... São coisas tão diferentes que é impossível que tenhas o mesmo gosto a fazer todas elas.

Fica aqui um conselho: pede ajuda à tua Organização de Envio a fim de escolher o tipo de Projecto mais adequado para ti.

No processo de escolha do Projecto, tu e a tua Org. de Envio devem obter o máximo de informação possível junto da Organização de Acolhimento, de modo a evitar

situações melindrosas de resolver por lá.

Tenta informar-te sobre aspectos tais como...

- Em que consiste, exactamente, o meu serviço? Ao que te deves depois colocar a questão: estou preparado para ele? Com realismo e humildade poderás tirar daí conclusões.

- Em que condições serão realizadas as minhas actividades? Daí deduzes da necessidade de mais roupa, mais confortável ou mais quente, em local público e/ou a lidar com o público, em área rural, etc..

- Onde vou residir? Residência familiar, albergue, instalações próprias da Organização? Há agora que saber dos transportes, que terão de ser pagos entre o local de residência e o de trabalho.

- Quais as *condições* da minha residência? Ou dito de outra forma: tenho direito a refeições? Recebo dinheiro para cozinhar? Tenho quarto para mim ou divido com outra pessoa? Lavam a roupa ou procuro lavandaria?

- Será que esqueci de comunicar que tenho uma alergia, um tipo de alimentação especial, cuidados específicos de saúde? E disse que preciso de tomar medicamentos a horas certas, ou comer a horas certas?

- Há que ter a certeza de que não se esquecem de providenciar a aprendizagem da língua!

- É necessário saber algumas características específicas do local onde farei o meu S.V.E., tais como dimensão da Povoação ou Cidade, visto que há quem não suporte Cidades muito grandes, e os que não aguentam residir em povoações muito isoladas.

- Tenho formação/acompanhamento para realizar as minhas tarefas? Vou tirar algum curso específico?

- Esperam que eu saiba realizar alguma tarefa que eu desconheço, como trabalhar em computador, mudar fraldas ou conduzir?

Cabe a ti colocar estas e outras questões que consideres pertinentes, e depois perguntar a ti próprio se vais aceitar a responsabilidade de dizer sim, e partir confiante de que vais causar uma boa impressão.

### **As minhas expectativas**

A seguinte lista de expectativas, foi elaborada por um grupo de Voluntários durante uma Sessão de Formação após a chegada, neste caso à Grã-Bretanha. A formação teve lugar em Maryvale, em 1999, ainda não havia nada escrito para "nortear" os Voluntários.

Vê isto como um simples exemplo do que pensam outros jovens, da nossa idade e oriundos de mais de dez países europeus!

#### *Expectativas. ..*

Conhecer pessoas novas

Partilhar experiências

Fazer novas amizades

Melhorar a nossa aptidão linguística (Inglês e outros idiomas) Curtir a Natureza

Conhecer melhor a sociedade e a cultura britânica

Visitar grandes cidades

Fazer a diferença nos nossos projectos no trabalho com as pessoas Conhecer outros projectos de voluntariado

Viajar

Conhecer o País

Ter experiência intercultural

Divertir-nos

Conhecer melhor o S.V.E.

Ultrapassar o choque cultural

Conhecer pessoas do nosso País e falar a nossa língua

Descobrir outra forma de vida

Provar todas as Cervejas Inglesa

As tuas expectativas podem coincidir com estas...ou não! Mas será por certo um bom exercício anotá-las num papel, a fim de pôr algumas ideias em ordem.

o S.V.E. não substitui um emprego e também não se trata de férias. Não

menosprezes o seu valor ao não ver melhor utilidade neste Programa que apenas sair para conhecer outro País ou aprender outra língua. Claro que como Sve's vocês vão poder fazer tudo isso, é mais que óbvio!

Mas com o S.V.E. pretende-se mais que isso. Total envolvimento no Projecto que vocês abraçaram e participação nas actividades - que até já ficam a saber quais são quando escolhem um Projecto em particular.

### **A Formação antes da partida**

Antes de partir, terás direito a uma sessão de Formação de extrema importância. Para além da aprendizagem intercultural, terás acesso a alguma informação de carácter mais técnico.

Será a tua ultima oportunidade de tirar dúvidas, aproveita-a. Vais ter uma noção da realidade lá fora, aprenderás a lidar com o choque cultural e a minimizá-lo.

Porque nunca mais serás o mesmo, os formadores estão aí para te contar como foi com eles, aquela velha história do testemunho vivo, porque faz sempre falta conhecer outros que tenham passado por essas experiências tão enriquecedoras.

### **Aeroportos, Estações, enfim: confusão!**

Uma parte significativa das viagens entre os Estados aderentes ao S.Y.E. serão feitas de Avião, por motivos óbvios.

Abaixo seguem algumas dicas e esclarecimentos, que à semelhança de tudo o mais neste manual, podem ser actualizadas ou corrigidas por ti. Aqui vai:

- As viagens entre a tua terra e o Projecto de acolhimento e volta, serão pagas. Para que não surjam dúvidas!
  
- Não leves bagagem em excesso: torna-se incómoda, arriskas-te a pagar acima dos 20 Kg. autorizados (geralmente 25 Kg. ainda escapam bem), ou pior, podes chegar à infeliz conclusão de que afinal a roupa não é adequada ao clima, ou a diferença de preço entre cá e lá é pequena...
  
- Leva na bagagem de mão as coisas mais pesadas mas que não ocupem muito volume, é da praxe.

- Não esquecer aquelas coisas que te façam sentir mais perto de casa, família e amigos. Tu sabes, fotos, Diários, recordações, CDs, etc.. A saudade bate forte!
- Atenção aos horários: se viajas pouco de Avião, o melhor é estar no Aeroporto 1:30 m antes do voo. As despedidas comem tempo, e o Check - In pode demorar.
- Para quem sofre ou tenha sofrido dos ouvidos, levar pastilha elástica é essencial, para evitar a descompressão. Não ingerir álcool antes do voo, parece ser igualmente importante.
- Certifica-te de que terás alguém à tua espera no Aeroporto, com um cartaz, ou coisa parecida, com o teu nome escrito. É o usual.

### **A Organização de Acolhimento**

Vais viver seis Meses ou um Ano na dependência de uma Organização de Acolhimento, à partida o teu elo mais forte com o País onde estarás.

Deve designar-te um Tutor, Supervisor ou Mentor (os vários termos significam o mesmo), alguém que te ajudará a conhecer os teus direitos, te esclarecerá a respeito das dúvidas que tenhas relativamente ao trabalho, alojamento ou relacionamento com os colegas.

O Tutor deve estar disponível para te escutar, visto que é a primeira pessoa a quem acorrerás em caso de problemas.

A Organização de Acolhimento deve ainda garantir...

- A tua Formação específica para garantir o bom desempenho das tuas actividades no local onde se desenvolve o teu S.V.E..

- Tem de garantir que irás à Sessão de Formação após a chegada - lembra-lhes isso, porque algumas Organizações de Envio esquecem-se disso. Também devem garantir o treino linguístico.

- O apoio individual, na pessoa do Tutor.

- Ajudar-te a ultrapassar quaisquer dificuldades e problemas que poderão advir no desempenho das tuas tarefas, na tua residência, na tua vida pessoal...
- A tua integração na Comunidade local, a tua vida Social normal, participação em actividades de lazer, o contacto com outros jovens e outros voluntários.
- O teu Alojamento, como já foi referido anteriormente, seja em instalações próprias, em residência Familiar ou Albergue, mas garantindo sempre o teu conforto e satisfação no local designado.
- A tua alimentação, ou certificar-se de que a família de acolhimento a providencia.

### **O que esperam de mim?**

**Assim como tu tens expectativas, a Organização de Acolhimento e as pessoas que vais encontrar em geral criaram expectativas relativamente a ti.**

Tentaremos resumir em poucas linhas algumas das expectativas mais comuns dessa verdadeira comunidade de pessoas que conhecerás.

- Respeito das regras da tua Organização de Acolhimento. Já existem, estão provavelmente bem definidas.
- Contribuir trabalhando de acordo com as tuas habilidades e capacidades. Eles têm uma ideia daquilo que tu és capaz, esperam que correspondas.
- Logo, não traias a confiança que foi depositada em ti ao aceitar um determinado Projecto que ultrapassa as tuas competências. Humildade é fundamental.
- Ter abertura de espírito relativamente à cultura em que estás inserido. Fechar-se em copas é francamente mau. leva uma vida social normal, tal como eles, e faz um esforço por te integrares no grupo. Já que o Programa prevê isso mesmo: criar possibilidades de convivência com colegas, outros jovens, outros Sve's.
- Respeitar a cultura dos outros, sejam ou não Voluntários. Certamente encontrarás pessoas com hábitos culturais diferentes, podem até ser outros Voluntários a passar

pelo mesmo período de adaptação que tu... lembra-te disso.

- Aprende e utiliza a língua da Região/País onde residas.
  
- Não "gozes" com aqueles que são diferentes de ti nem comentas ou te rias de situações que penses serem estranhas: o ditado "pelos costas dos outros vejo as minhas" é universal. Podes criar situações desagradáveis para os outros e para ti próprio. Porém, se quiseres mudar alguma coisa, pensa primeiro nas consequências da simples menção do problema! Não melindrar as pessoas é sempre bom...
  
- Dignifica Portugal. Divulga Portugal. Uma sessão de divulgação ou um pequeno trabalho sobre o nosso País não calhará nada mal.
  
- Tenta respeitar os hábitos da residência onde habitas, a nível de horários de refeições, entrada em casa, arrumações, higiene, boa educação, pudor! Quase tudo pode, apesar de tudo, ser negociado mas há coisas que serão sempre "sagradas"!
- É de senso comum pedir aos responsáveis autorização para levar amigos para dentro de casa (e apenas quando isso for possível!), para fazer um churrasquito com os colegas nas instalações, ou voltar a meio da noite para acabar aquele trabalho importante no computador...
  
- Atenção ao que pode ser considerado como *abuso de confiança* . . . o bom senso é o melhor meio de saber quando ultrapassamos os limites. Uma conversa com colegas e responsáveis também pode elucidar-nos relativamente ao que vai ser tolerado pelos anfitriões.

### **Cultura: Um País diferente**

A União Europeia, a Islândia, a Noruega, o Liechtenstein e os países candidatos à adesão são Estados muito distintos. Mesmo dentro da maioria destes países existem enormes diferenças culturais, que não raro influem directamente na convivência. Ainda temos as diferenças linguísticas, de que falaremos adiante. Não tenhamos ilusões: visitar não é o mesmo que viver em... Mas é isto que torna o S.Y.E. mais atractivo: há que entender o outro, habitante de uma nação que vê o Mundo de forma diversa da nossa.

*Sabias que...*

- Aprender a língua do País que te recebe é uma grande maisvalia para o bom acolhimento.

- Interessar-se pela cultura é um elogio, tenta demonstrar interesse pela cultura do País.

- Não te esqueças, se fores para um País nórdico, de fazer o trabalho de casa: a César o que é de César! São nações com uma história rica, não gostam assim muito de ser confundidos com os seus vizinhos... e isso infelizmente é muito habitual, pois Vikings eram os antigos Dinamarqueses, os tais que são especialistas em cereais, fazem a *Carlsberg*, que é provavelmente... e o País dos Mil Lagos é a Finlândia, a mesma das telecomunicações, vulgo *Nokia*. A Islândia tem paisagens formidáveis, Björk, e uma fauna, principalmente marinha, riquíssima. Noruega, lá está, não é só Bacalhau e festivais da Canção: tem uma tradição de neutralidade e é social e economicamente muito desenvolvida. A Suécia, que tem uma rainha brasileira, é muito mais que Automóveis seguros, tem um sistema político e social quase perfeito, nas cidades há muita vida, apesar do clima, e a costa marítima, tal como a da Noruega, merece uma visita.

- Justiça se faça à Bélgica, habituada a ser confundida com a vizinha França. Aqui falam-se três idiomas, faz-se ótima cerveja e magnífico chocolate, e é a terra do *Tintim...* Na Holanda além dos *coffee shops* existem os bordados, os Portos, os *Polders*, as flores. O Luxemburgo, além dos Bancos e dos portugueses, tem uma das mais velhas democracias do mundo. A saber: o luxemburguês é também língua! O alemão é, no entanto, muito corrente.

- A Alemanha constrói a sua reunificação, tem uma Indústria próspera e uma grande consciência ambiental!. Os Estados federados têm uma identidade cultural própria, a estudar... A Áustria tem os Alpes, estâncias de Ski - dizem que a modalidade surgiu aqui, e belas cidades plenas de cultura e Arte (Viena é incontornável). Na Itália, a História é tão evidente que se tropeça nela. Cultura, moda, Arte, velocidade... Para além da Pasta, da Pizza ou das estâncias de férias. Descubram as diferenças entre o Sul pitoresco e o Norte industrial.

- A vizinha Espanha é, no fundo uma quase desconhecida irmã: tem as touradas, a

noite, tem praia, Sol, peixe, muito de pitoresco e paisagens de desafiar a compreensão. Não esquecer as Autonomias, e há que ter um certo cuidado ao falar delas... Grécia é também Olimpo, mitologia, Filosofia, o melhor iogurte, tradição Turística, ilhas, ilhas e mais ilhas.

- Não chames Ingleses aos Escoceses nem aos Galeses. Eles são Britânicos! Do Reino Unido há a saber... que existe Gales, que tem língua própria de origem Celta, uma interessante Cultura e mitologia, também com grande influência céltica; existe uma Escócia, de incrível beleza natural, tal como Gales, Whisky, Lã e *Kilts* com o célebre padrão escocês (que difere consoante o Clã). A Irlanda, além de alguma da melhor música do mundo, tem a sorte de *Shamrock* (o trevo de quatro folhas), e a *Guinness*, as fadas, campos verdes e pessoas muito hospitaleiras e divertidas.

- Nós Latinos, geralmente temos uma proximidade física com o interlocutor muito grande, e falamos um pouco com as mãos. Os povos do Norte da Europa preferem um pouco mais de espaço, e alguns afastam-se instintivamente de nós. Os britânicos assustam-se um pouco com o nosso uso das mãos enquanto falamos.

O hábito do aperto de mão é um exemplo destas diferenças culturais: pouco se usa em Espanha, menos ainda entre Britânicos, é habitual entre Franceses e Alemães. O beijo quase não existe entre muitos povos Europeus, mas em certos Países de Leste, é natural que homens também se beijem.

- A hora das refeições não é muito variável por essa Europa fora... mas Espanha come tarde, e no Norte deste Velho Continente janta-se mais cedo. O almoço é, para muitos uma simples *sandwich*, e em muitos sítios vão conhecer famílias que não jantam.

Tu encontrarás pessoas para as quais tu és tudo o que elas conhecem do nosso País, outras com uma ideia errónea de Portugal. Cumpre o teu papel! Defende e divulga, sem saturar, este cantinho à beira-mar!

Todavia, tem cuidado com os ânimos exacerbados, orgulhos desmedidos, e nacionalismo em excesso. Todos os Países ensinam História, mas cada um à sua maneira. Ficarás admirado com coisas que nos ensinaram a respeito de sermos os únicos ou os melhores em qualquer coisa, e afinal noutros Países e Regiões dizem o mesmo deles próprios!

## **Os direitos do Voluntário**

Esta Carta de Direitos do Voluntário não é oficial, foi feita por Voluntários como tu, já no decorrer do seu período de voluntariado.

### **Direitos do Voluntário**

Supervisionamento, bom e atempado  
Boa Acomodação e condições no lar  
Tempo suficiente para o Lazer  
Integração na comunidade  
Trabalho apropriado e direito de recusar o inadequado  
Fazer-se ouvir e expressar opiniões  
Conhecer outros Voluntários  
Treino individual e desenvolvimento pessoal  
Cessar o contrato, quando necessário  
Dinheiro suficiente para viver e trabalhar  
Divertir-se durante o período de voluntariado  
Igualdade de oportunidades

### **A Formação no País de acolhimento**

Para além da formação linguística, de que já falamos, tens ainda previstas para ti duas (em princípio) sessões de formação: uma após a chegada e outra a meio-termo (que terá lugar sensivelmente três meses depois daquela).

Estas sessões destinam-se a dar a conhecer um pouco do País Anfitrião, ensinar a lidar com o choque cultural, apresentar outros Voluntários oriundos dos mais variados Países Europeus, falar dos problemas de adaptação pelos quais passam alguns jovens, e resolvê-los.

Durante a tua Sessão de Formação poderás - deverás, aliás - ficar com o contacto dos outros Sve's, para aproveitar quando der a solidão, ou quiseres mudar de ares e passar um fim-de-semana na outra ponta do País.

Como todos os outros Voluntários que conhecerás estarão, grosso modo, a passar pelo mesmo que tu, eles vão ser certamente os primeiros a quem vais acorrer quando surgir uma situação menos agradável. Mantém-te também sempre disponível para os receber, ouvir e confortar.

### **Quando surgem Problemas**

Sim, eles podem surgir, como em qualquer outro lado!

A atitude a tomar dependerá, naturalmente, da gravidade da situação, mas o mais importante é ter serenidade, não criar casos que suscitem mal-entendidos ou piores a situação sem antes contactares quem te possa elucidar.

Fica, porém, ciente de que as primeiras seis semanas são as mais críticas, é durante esse período que surgirão os maiores problemas de adaptação, dificuldades no contacto, no trato, no serviço ou na residência.

Se crês que estás, de facto perante um problema, analisa-o, friamente...

- É um problema que se resolverá com nada mais que tempo, como uma falta de treino em fazer qualquer coisa, falta de recursos linguísticos ou uma obra em frente à tua porta que não te deixa dormir? Se forem coisas que não tomem *demasiado* tempo, tem paciência...

- A dificuldade está na adaptação aos hábitos da família com que vives? Tenta falar com a família, antes de mais nada. Eles podem não gostar se debateres o problema com terceiros. Se, apesar de tudo, a resolução não for possível, fala então com o tutor.

- Não és bem aceite pelos colegas, sentes-te discriminado ou posto de parte? Com calma, expõe o problema ao tutor e aguarda uns dias para que tudo volte ao normal. Se tal não acontece, volta a falar com o Tutor, e só se não houver melhorias contactas a Entidade de Envio, e aguarda uns dias para que eles tomem providências.

- O problema coloca-se a nível de dinheiro? Gastaste demasiado? Sê sincero contigo mesmo! Ou não consegues fazer comida com o que te dão? Tenta expor o

problema, podem existir várias soluções: obter recibos dos gastos, comer numa residência, numa Escola próxima, numa Cantina. Pensa nisto junto com o Tutor.

- O problema é que não sabes lavar a roupa? Bem... Não haverá aí perto lavandarias de auto-serviço? Será que podes ter acesso a uma máquina de lavar?

- O problema é justamente com a Organização de Acolhimento? Antes de desesperar, fala com a tua Organização de Envio. Eles vão indicar-te o que deves fazer.

**- Houve um mal entendido no respeitante às férias, tempo livre, número de horas de serviço a prestar? Tenta falar antes que seja tarde ou a situação piore.**

*Para qualquer dúvida que surja, não te inibas, telefona! E não te esqueças que o S.O.S., que significa Structure of Operational Support existe justamente para solucionar todos aqueles problemas que nós não sabemos como resolver. Todos os contactos estão mais adiante*

### **O regresso**

Pois é! Agora que estás de volta, o bom e velho Portugal já não parece o mesmo, pois não? Talvez até te tenham prevenido disso, na formação antes da partida, ainda tens uma ideia?

Minimiza o choque cultural: mantém os contactos lá de fora, e volta "à carga" cá dentro. A saudade - outra vez - bate forte!

*Mas não fiques a dormir à sombra dos louros obtidos nem a lastimares-te sobre o que deixaste para trás. Deves fazer qualquer coisa para aplicar o que de bom viste e aprendeste.*

*Há que manter o contacto com quem conhecestes lá fora, e não esqueças que a Organização de Envio tem algo para te dizer.*

Informa-te sobre todos os programas disponíveis, quem sabe algum te serve para

alargar competências?

Se por qualquer motivo não podes continuar activamente envolvido nas mesmas actividades que aprendeste ou desenvolveste lá fora, por motivos relacionados com estudos ou trabalho, lembra-te que tens dois anos para apresentar o teu Capital Futuro.

Pede a documentação referente ao Capital Futuro em qualquer das delegações regionais do I.P.J...

Ah! não esqueças: adiciona a experiência lá de fora ao teu currículo. E bom proveito!



### **Contactos úteis**

*Segue uma lista de contactos que te podem ser úteis aqui e lá fora. Usa e abusa.*

### **Serviços Centrais do I.P.J.**

Av. Da Liberdade. 194 - 6°

1269-051 Lisboa

Telefone: (351) 213 179200

Fax: (351) 213179210

E-mail: [ipj.sve@mailtelepac.pt](mailto:ipj.sve@mailtelepac.pt)

### **Delegações Regionais do I.P.J.**

#### **Aveiro**

Rua das Pombas. - Apart. 182

3881-901 Aveiro.

Telefone: 234381935 - 234382391

Fax: 234382395

E-mail: [ipj.aveiro@mailtelepac.pt](mailto:ipj.aveiro@mailtelepac.pt)

**Beja**

Rua Pedro Álvares Cabral, 8  
7800-509 Beja  
Telefone: 284322672 - 284322423  
Fax: 284329766  
E-mail: ipj.beja@mailtelepac.pt

**Braga**

Rua de Santa Margarida, 6  
4710-306 Braga  
telefone: 253616697/8  
fax: 253616629  
E-mail: ipj.braga@mailtelepac.pt

**Bragança**

Rua Oróbio de Castro  
5300-220 Bragança  
Telefone: 273331017/8  
Fax: 278324929  
E-mail;ipj.braganca@mailtelepac.pt

**Castelo Branco**

Rua Dr. Francisco José Palmeiro  
6000-230 Castelo Branco  
Telefone: 272326910 - 272326920  
Fax: 272326950  
E-mail: ipj.cbranco@mailtelepac.pt

**Coimbra**

Rua Pedro Monteiro, 73  
3000-329 Coimbra  
Telefone: 239401064 - 239401621  
Fax: 239403070  
E-mail: ipj.coimbra@mailtelepac.pt

**Évora**

Rua Miguel Bombarda, 43  
7000-919 Évora  
Telefone: 266150050  
Fax: 289801413  
E-mail: [ipj.evora@mailtelepac.pt](mailto:ipj.evora@mailtelepac.pt)

**Faro**

Rua da PSP  
8000-408 Faro  
Telefone: 289801556 - 289801831  
Fax: 289801413  
E-mail: [ipj.faro@mailtelepac.pt](mailto:ipj.faro@mailtelepac.pt)

**Guarda:**

Avenida Alexandre Herculano  
6300-659 Guarda  
Telefone: 271212210 - 271214533  
Fax: 271212756  
E-mail: [rnij.guarda@mailtelepac.pt](mailto:rnij.guarda@mailtelepac.pt)

**Leiria**

Avenida 25 de Abril  
2400-265 Leiria  
Telefone: 244813421/2/3  
Fax: 244813810  
E-mail: [ipj.leiria@mail.telepac.pt](mailto:ipj.leiria@mail.telepac.pt)

**Portalegre**

Avenida Bonfim. Apart. 2  
7300-03 1 Portalegre  
Telefone: 245330476 - 245330479  
Fax: 245202665  
E-mail: [ipj.portalegre@mailtelepac.pt](mailto:ipj.portalegre@mailtelepac.pt)

**Porto**

Rua Rodrigues Lobo, 98  
4150-638 Porto

Telefone: 226003173 - 226004182

Fax: 226003 166

E-mail: [ipj.porto@mail.telepac.pt](mailto:ipj.porto@mail.telepac.pt)

### **Santarém**

Avenida Grupo de Forcados Amadores de Santarém, I

2000-181 Santarém

Telefone: 243333292 - 243333959

Fax: 243327855

E-mail: [ipj.santarem@mail.telepac.pt](mailto:ipj.santarem@mail.telepac.pt)

### **Setúbal**

Largo José Afonso

2900-429 Setúbal

Telefone: 265539340

Fax: 265532963

E-mail: [ipj.setubal@mail.telepac.pt](mailto:ipj.setubal@mail.telepac.pt)

### **Viana do Castelo**

Rua do Poço, 16 / 26

4900-5 19 Viana do Castelo

Telefone: 258808800

Fax: 258808819

E-mail: [ipj.vcastelo@mail.telepac.pt](mailto:ipj.vcastelo@mail.telepac.pt)

### **Vila Real**

Avenida Dr. Manuel Cardona

5000-558 Vila Real

Telefone: 259378270

Fax: 259374744

E-mail: [ipj.vilareal@mail.telepac.pt](mailto:ipj.vilareal@mail.telepac.pt)

### **Viseu**

Portal do Fontelo

Carreira dos Carvalhos

3500 Viseu

Telefone: 232483410

Fax: 232431070

E-mail: [ipj.viseu@mail.telepac.pt](mailto:ipj.viseu@mail.telepac.pt)

### **Comissão Europeia**

Directorate General XXII

Education, Training and Youth

Unit C.2

Rue de la Loi, 200

B - 1049 Bruxelles

Telefone: (322) 2951100

Fax: (322) 2994158

E-mail: [vol@dg22.cec.be](mailto:vol@dg22.cec.be)

### **S.O.S. Structure of Operational Support**

Rue des Drapiers, 35

B - 1000 Bruxelles

Telefone: (32) 25495590

Fax: (32) 2549559

E-mail: [evs@sosforevs.org](mailto:evs@sosforevs.org)

### **Estruturas Nacionais**

#### **Belgique**

Bureau International Jeunesse BIJ

13-17 Boulevard Adolphe Max

B - 1000 Bruxelles

Telefone: (32) 22190906

Fax: (32) 22188108

E-mail: [veronique.balthasart@cfwb.be](mailto:veronique.balthasart@cfwb.be)

#### **Belgie**

JINT v.z.w.

Grétystraat 26

B - 1000 Brussel

Telefone: (32) 22090720

Fax: (32) 22090749

E-mail: [jint@jint.be](mailto:jint@jint.be)

## **Belgien**

Agentur "Jugend für Europa"

Quantum Center

Hütte 79

B - 4700 Eupen

Telefone: (32) 87560979

Fax: (32) 87560944

E-mail: rdj@rdj.be

## **Danmark**

ICU

Vandkunsten 3

DK - 1467 København K

Telefone: (45) 33142060

Fax: (45) 33143640

E-mail: icu@icu.dk

## **Deutschland/Alemanha**

Deutsches Büro "Jugend für Europa"

Hochreuzallee 20

D - 53175 Bonn

Telefone: (49) 2289506220

Fax: (49) 2289506222

E-mail: evs@ijab.de

## **Ellas/Grécia**

General Secretariat for Youth

417 Achamon Street

GR - Athens I1 I 43

Telefone: (30) 12531349

Fax: (30) 12531420

E-mail: evsgng@otenet.gr

## **Espana**

Instituto de la Juventud

C/ José Ortega y Gasset, 7 I E - 28006 Madrid

Telefone: (34) 913477665

Fax: (34) 913477687

E-mail: sve@mtas.es

### **France**

Institut National de la Jeunesse et de la Education Populaire

Parc du Vai Flory

9-11 Rue Paul Leplat

F - 78160 Marly-le-Roi

Telefone: (33) 0139172744

Fax: (33) 0139172790

E-mail: sve@injep.fr

### **Ireland**

LEARGAS, The Exchange Bureau

Avoca House

189/193 Parnell Street

IRL - Dublin 1

Telefone: (353) 18731411

Fax: (353) 18731316

### **Islândia**

Ungt fólk i Evrópu

Hitt Hasid

Aðalstraeti 2

IS - 101 Reykjavik Telefone: (354) 5522239 Fax: (354)

5624341 E-mail: evs@rvk.is

### **Itália**

Presidenza dei Consiglio dei Ministri

Departamento per gli Affari Sociali

Via Vittorio Veneto 56

I - 00187 Roma

Telefone: (39) 6481615 54

Fax: (39) 648161481

E-mail: eu.giovanil@affarisocia

### **Luxembourg/Luxemburgo**

Centre d'Information et d'Exchanges de Jeunes CNIEJ / SNJ

76 Boulevard de La Pétrusse

L - 2320 Luxembourg

Telephone: (352) 405552

Fax: (352) 405556

E-mail: tom.koeller@info.jeunes.lu

### **Nederlanden/Holanda**

NIZW international Centre

Catharijnesingel 47

P.O. Box 19152

NL - 350 I DD Utrecht Telephone: (31) 302306546 Fax: (31) 302306540 E-

mail: europa@nizw.nl

### **Norge/Noruega**

SUAK - UIS

EVS Norge

Postboks 8036 Dep.

N - 0030 Oslo

Telephone: (47) 22249090

Fax: (47) 22249523

E-mail: evs@suak.dep.telemax.no

### **Österreich/Áustria**

Interkulturelles Zentrum

Kettenbrückengasse 23

A - 1050 Wien

Telephone: (43) 158675440

Fax: (43) 158675449

E-mail: iz.vienna@blackbox.at

### **Suomi/Finland**

Centre for International Mobility (CIMO)

Hakaniemenkatu 2

FIN - 00531 Helsinki

Telephone: (358) 977477033

Fax: (358) 977477064

E-mail: [evs.neuvo@cimo.fi](mailto:evs.neuvo@cimo.fi)

**Sverige/Suécia**

Ungdomsstyrelsen

PO Box 17801

S - I 18 94 Stockolm

Telephone: (46) 84625368

Fax: (46) 86448854

E-mail: [evs@ungdomsstyrelsen.se](mailto:evs@ungdomsstyrelsen.se)

**United Kingdom/Reino Unido**

Youth Exchange Centre

The British Council.

10 Spring Gardens

UK - London

Telephone: (44) 1713894030

Fax: (44) 1713894033

E-mail: [dorothy.saunders@britcoun.org](mailto:dorothy.saunders@britcoun.org)

**Magyarország/Hungria**

Mobilitás Ir,úsági Szolgálat

(Mobility Youth Service)

Amerikai ut 96

H-1145 Budapest

Tel: (36) 1460 1 050/ 1460 1 060

Fax: (36) 12205633

e-mail: [mobility@mail.mgx.hu](mailto:mobility@mail.mgx.hu)

**Polska/Polónia**

Foundation for the Development of the Education system

Polish Youth for Europe National Agency

Al. Szucha 25

PL-00-918 Warsaw

Tel: (48) 226223706/226297613

Fax: (48) 226223708/226296359

e-mail: [yfe@kaliopie.men.waw.pl](mailto:yfe@kaliopie.men.waw.pl)

**Romania/Roménia**

EUROTIN - Romanian Youth for Europe National Agency

16 Vasile Conta Street

Sector 2

RO-Bucharest I

Tel: (40) 12108904

Fax: (40) 12119078

e-mail: eurot@kappa.ro

**Slovenija/Eslovénia**

Na Mladina Movit Gregorieva. 3

SI-1000 Ljubljana

Tel: (386) 14265268

Fax: (386) 14265273

**Slovenska Republika/República Eslovaca**

National Agency for Youth Mobility

(NAFYM) - IUVENTA

Karloveská 64

SK-842 58 Bratislava

Tel: (421) 754411420

Fax: (421) 754411421

e-mail: nafym@iuven.sk

**Bulgarija/Bulgária**

Committee for Youth. Physical Education and Sports

Youth for Europe National Agency

75 Vassil Levski Blvd.

BG-1040 Sofia

Tel: (359) 2872526 / 29817577

Fax: (359) 2818816

e-mail: yfe@mbox.cit.bg

**Ceská Republika/República Checa**

Institut dětí a mládeže MSMT

Youth for Europe National Agency

Moravská 20  
CZ-120 00 Praha 2  
Tel: (420) 224251335  
Fax: (420) 224256205  
e-mail: [agency@mbox.vol.cz](mailto:agency@mbox.vol.cz)

### **Eesti/Estónia**

Archimedes-Estonian Youth for Europe National  
Agency  
Kohtu 6  
EE-IO 130 Tallinn  
Tel: (372) 6962420  
Fax: (372) 6962426  
e-mail: [reet@euedu.ee](mailto:reet@euedu.ee)

### **Kypros/Chipre**

Youth Board / Organismos Neolaias  
Youth for Europe National Agency  
Th. Dervi Street 41 office 106  
CY-1066 Nicosia  
Tel: (357) 230480 I  
Fax: (357) 2760840  
e-mail: [youth@cytanet.com.cy](mailto:youth@cytanet.com.cy)

### **Latvija/Lituánia**

jaunatne eiropai  
National Agency of Latvia  
Merkela 11-531  
LV-1050 Riga  
Tel: (371) 7213202  
Fax: (371) 7222236  
E-mail: [yfe@latnet.lv](mailto:yfe@latnet.lv)

### **Lietuval/Letónia**

State Council for Youth Affairs  
Agency of Internacional Youth Cooperation  
Gedimino pr.37

LT-2001 Vilnius

Tel: (370) 2220409

Fax:(370) 2220409

E-mail: lilija.gerasimiene@Vjrt.lt

## **Embaixadas**

### **Alemanha**

Embaixada em Bona

Chancelaria: Ubierstrasse 78

5300 Bonn 2

Telefones: (49) 228363011/12/13/14 (Chancelaria)

Telefax: (49) 228352864

E-mail: 101327.2272@compuserve.com

### **Áustria**

Embaixada em Viena

Chancelaria: Operngasse, 20b/8

A - 1040 Viena

Telefones: (43) 15867536/7/8 (Chancelaria)

Telefax: (43) 15875839

### **Bélgica**

Embaixada em Bruxelas

Chancelaria: Avenue de la Toison D'Or 55

1060 Bruxelas

Telefones: (32) 25393521/25393850 (Chancelaria)

Telefax: (32) 25390773

E-mail: ambassade.portugal@skynet.be.

### **Dinamarca**

Embaixada em Copenhague

Chancelaria: Hovedvagtsgade 6, MEZZ

1103 Copenhague K

Telefones: (45) 3313130 I (Chancelaria) (45) 33127117 (Secção Consular)

Telefax: (45) 33149214

## **Espanha**

Embaixada em Madrid

Chancelaria: Calle Castello, 128

28006 Madrid

Telefones: (34) 915617800/08/09 - 914116071 (Chancelaria)

Telefax: (34) 141101 72

## **Finlândia**

Embaixada em Helsínquia

Chancelaria: Itainen Puistotie II B 14

Helsinki 14

Telefones: (358) 9171717 (Chancelaria)

Telefax: (358) 9663550

## **França**

Embaixada em Paris

Chancelaria: 3. Rue de Noisiel

75116 Paris

Telefones: (33) 147273529 (Chancelaria)

Telefax: (33) 147550040

## **Grã-Bretanha**

Embaixada em Londres

Chancelaria: li, Belgrave Square

London, SW1X 8PP

Telefones: (44) 2072355331/2/3/4 (Chancelaria)

Telefax: (44) 2072451287

e-mail: Portembassy-London@dialin.net

Página do Departamento Cultural: <http://portembassy.gla.ac.uk>

## **Grécia**

Embaixada em Atenas

Chancelaria: Karneadou 44/46. 6.º andar

10676 Atenas

Telefones: (30) 17290052/96 - 17257505

Telefax: (30) 17236784

## **Irlanda**

Embaixada em Dublin

Chancelaria: Knocksinna House

Knocksinna – Foxrock

Dublin 18

## **A A.N.E.V.E.**

### Quem somos?

Somos uma associação de carácter juvenil sem fins lucrativos, formada por ex-voluntários do programa Serviço Voluntário Europeu.

Ah, sem vocês não somos nada!

Como surgimos?

Surgimos da vontade expressa dos ex-voluntários em manterem contacto entre si, desenvolverem projectos em comum e, na medida das possibilidades de cada um, colaborar em prol do voluntariado juvenil ligado ao programa S.V.E..

Quais os nossos objectivos?

Ser porta voz dos voluntários do programa S.V.E.; participar nas diversas acções de formação; funcionar como contacto útil junto dos voluntários do S.V.E.; esclarecer e apoiar os ex-voluntários em programas de Capital Futuro; organizar encontros nacionais de ex-voluntários do S.V.E.; representar todos os voluntários portugueses em encontros europeus; defender a criação do estatuto de voluntário europeu e ajudar os ex-voluntários na difícil fase de integração pós-voluntariado.

Onde estamos?

Sem lugar ou cara fixa, distribuídos por todo o território nacional. Eis os nossos elementos da Comissão Instaladora:

- Miguel (Porto): 93.9302312 (jmrpp@hotmail.com)
- Nelson (Ourém): 91.4615017 (nelsonbaptista@yahoo.com)
- Mário (Setúbal): 265.523152 (mario\_batista@yahoo.com)
- Magda (Beja): 96.6610666 (mjubilot@hotmail.com)
- Saúl (Lisboa): 91.8434670 (litomiranda@yahoo.com)
- Vânia (S.to André): 269.751391 (vaniavdk@hotmail.com)
- Rui (Setúbal): 269.744899 (fonseka@clix.pt)
- Catarina (Lisboa): 21.2101891 (catarinabarbedo@hotmail.com)
- Andrea (Évora): 266.733479 (flor-luar@hotmail.com)

- Nair (Amarante): 255.423067 (naircardoso@hotmail.com)
- Luis (Évora): 266.732832
- Susana (Madeira): 291.562150 (estevinho@lycosmail.com)

Quando nascemos?

O mote foi dado pela Comissão Europeia ao convidar alguns ex-voluntários para uma reunião que tinha como único objectivo medir a nossa vontade de continuar ligados ao programa S.Y.E.. Daí até hoje foi um correr de ideias e iniciativas que culminaram, primeiro, no Encontro Nacional de Ex-Voluntários do S.Y.E. realizado em Janeiro de 1999 em Leiria e depois, na legalização da nossa AN.E.Y.E. ocorrida em Outubro de 2000.