

Newsletter junho 2020



Editorial

Formação, Pandemia, Parceria e Poesia!

Esta situação de pandemia veio agudizar um problema já monitorizado, embora em menor escala: **Não estamos a conseguir dar resposta a três quartos das chamadas que chegam aos nossos telefones!**

Com a ansiedade instalada na maioria da população, e em particular naqueles que já padeciam de algum tipo de problema emocional, a procura de ajuda junto dos nossos voluntários aumentou **mais de 200%**.

A nossa equipa de 28 voluntários, a quem as regras do bom senso e o acautelar da harmonia emocional só podem exigir três ou quatro serviços por mês no máximo, realizam um esforço extra mas manifestamente insuficiente.

A formação que estava a decorrer e foi interrompida em fevereiro, só foi retomada recentemente.

Se tudo correr bem, em julho/agosto já teremos mais 13 voluntários.

Entretanto, e fruto da divulgação que a parceria com o artista Agir proporcionou, temos cinquenta candidatos já informados acerca de todos os compromissos que o serviço exige, e disponíveis para iniciarem um novo processo de formação, em setembro/outubro.



Editorial

As candidaturas ultrapassaram a centena, mas, por impedimentos diversos, como a residência fora da Área Metropolitana de Lisboa e dificuldade em encaixar os nossos horários nas suas vidas pessoais e profissionais, a oferta reduziu para metade.

Para podermos rentabilizar e tornar mais célere a próxima formação, vamos ter de delinear um novo formato, dado que o atual não permite que entre as entrevistas aos candidatos e a sua adequação para o atendimento, o processo seja de duração inferior a quatro ou cinco meses.

Será um período de travessia no deserto, enquanto não conseguirmos uma melhor capacidade de resposta, mas, em contrapartida, já temos hino, graças ao Agir. E na bandeira constará sempre o velho provérbio árabe:

-O que não conseguires contar ao teu melhor amigo, conta-o ao viajante na estalagem!

Agora só temos é que aumentar o número de viajantes na nossa estalagem!

Francisco Paulino



Solidão, Relação, Telefone

O solitário está só, só consigo mesmo, só com os outros. Ninguém, ninguém pode perceber o que sente, porque se tal acontecesse já não estaria só.

A polaridade só/acompanhado é uma problemática inerente à condição humana, nunca estamos inteiramente confortáveis nem com a solidão, nem com a companhia. Ambivalentes, amamos e sofremos a solidão, como amamos e sofremos estarmos com outros. Apenas algumas pessoas com esquizofrenia conseguem cortar este nó górdio, cavando um fosso intransponível entre o eu e o mundo.

Sim, o telemóvel é hoje um cordão umbilical que nos liga ao mundo, que nos alimenta e socializa.

Esse cordão umbilical pode ser facilmente clampado, com um simples pressionar da tecla de desligar, porque estamos numa reunião, mas também porque decidimos estar activamente sós.

Ou, pelo contrário, nada flui, como dizia um doente a chorar: "Olho, olho para ele e ele nunca toca!"

Diz a lenda que quando encontraram Marilyn Monroe morta, ela tinha na mão um telefone que soava no vazio.

"A renúncia é, por vezes, mais doce que a realização", diz a personagem de Jay McInerney ("As Mil Luzes de Nova Iorque"), que espera o "telefonema que prometeste fazer amanhã de manhã."



Solidão, Relação, Telefone

A dificuldade em pedir ajuda pode ser tão grande que se mantenha mesmo depois do início de uma relação técnica de ajuda. O psiquiatra e psicoterapeuta Irvin Yalom ("De Olhos Fixos no Sol") conta o caso de um paciente que ouviu no seu telemóvel a sua própria mensagem: "Estou a sofrer. Ajudem-me, por favor."

O telefone permite continuarmos sós sem o estarmos. Vivemos a época do "delete" (cf. "Amor Líquido", Zygmunt Bauman), o fim da relação com o premir de uma simples tecla, um escasso centímetro e já está, tudo se apaga, a relação morreu para sempre.

O telefone no bolso permite também as chamadas "relações de bolso", sempre prontas para se lançar a mão.

É curioso que os "não-lugares" (conceito de Marc Augé, "Não-Lugares"), as estações de serviço, aeroportos, centros comerciais, etc., estão cheios de telefones...e de pessoas que não estão, ou melhor, que acabaram de chegar e já estão de partida, sós no meio da multidão desconhecida. Como diz Auge ("Diário de Guerra"), não há tempo, devido ao "caráter alienado das nossas existências quotidianas (resumido pelo célebre "metro, boulot, dodo"-"metro, trabalho, cama"".

Aos presos é-lhes retirado o uso do telefone e está aí o cerne do seu castigo. A prisão é muito mais do que a privação da liberdade (cf. "Vigiar e Punir", Michel Foucault). E poderíamos dizer, talvez com algum exagero, que uma prisão com telefones livres e outros meios de comunicação acessíveis não seria uma prisão!

António Gomes Bento

Excertos de um texto oferecido à SOS Voz Amiga em 2009





Dá Voz À Tua Alma

No passado mês de maio, celebrámos uma **parceria** com artista Agir. Através do mote "Dá Voz À Tua Alma", a parceria teve como objetivo lançar a música "Alma" do artista e dar a conhecer o trabalho que a SOS Voz Amiga desenvolve.

Os lucros obtidos com a venda ou escuta de cada *stream* revertem totalmente a favor da nossa Associação, para que possamos continuar a escutar e ajudar aqueles que precisam.

Esta parceria, além dos lucros que irão reverter a favor da SOS Voz Amiga, trouxe outras boas oportunidades para a Associação, como o aumento do número de candidaturas de voluntários.







SOS Voz Amiga nos Media

Como resultado da parceria com o artista Agir, a SOS Voz Amiga teve a **oportunidade de** dar a conhecer todo o seu trabalho em vários meios de comunicação social.

- Reportagem TVI: No passado dia 22 de maio, a SOS Voz Amiga teve uma participação no **Jornal das 8** numa reportagem acerca do tema "Alma" do cantor Agir, onde foi explicado o papel que a Associação pode ter no combate à solidão.
- Programa Era o que faltava: Dia 29 de maio esteve presente na emissão no programa "Era o que faltava" da Rádio Comercial, com Rui Maria Pêgo e Ana Martins, onde foi partilhada um pouco da história da SOS Voz Amiga e o papel que ela pode ter na sociedade como linha de apoio emocional.
- Programa "A Nossa Tarde": No dia 2 de junho, o Presidente da SOS Voz Amiga, Francisco Paulino, esteve presente em conjunto com o artista Agir no programa "A Nossa Tarde", onde, através de uma conversa descontraída, se deu a conhecer um pouco mais a Associação.

Campanha de pontos MEO

A campanha de pontos da Meo, a favor da SOS Voz Amiga, continua ativa.

É possível ajudar a SOS Voz Amiga com os seus pontos MEOS. Basta ter um telemóvel MEO para poder aderir ao programa de conversão de pontos e, assim, por cada 1€ de carregamentos ou fatura paga, receberá 1 MEOS que pode converter em donativos para organizações de intervenção social. **IIVEOS**

Clique <u>aqui</u> ou aceda ao site MEO, secção Programa MEOS, para saber como contribuir.



Quotas Sócios

Informamos os sócios que ainda não procederam ao pagamento da quota anual, no valor de 20,00€, que o poderão fazer através de transferência para o IBAN:

PT50 0035 0697 0021 5459 6325 4

Se não é sócio e pretende juntar-se à nossa causa, pode fazê-lo no nosso site:

http://www.sosvozamiga.org/pt/donativos/ser-associado/

IRS Solidário

Junte a sua Voz à nossa. Termina já no próximo dia 30 de Junho a entrega da declaração de IRS, em que é possível contribuir com 0,5% do mesmo para a SOS Voz Amiga.

Ao contribuir, está a ajudar a nossa equipa e todos os nossos voluntários em tudo o que realizam no dia-a-dia, em prol do bom funcionamento da SOS Voz Amiga.





Ligue-nos. Nós escutamos.

Ficha Técnica:

Periodicidade: bimestral

Redação: Equipa SOS Voz Amiga

Ediç:ão: Núcleo Comunicação Institucional - Escola Superior de Comunicação Social **Contactos**: nucleocomunicacao.escs@gmail.com / direccaolphm@gmail.com

213 544 545 | 912 802 669 | 963 524 660 Diariamente das 16h às 24h www.sosvozamiga.org