



voz amiga

Ligue-nos. Nós ligamos.

Newsletter

Abril 2019

Editorial

No verão passado, o Papa Francisco deixou uma mensagem aos jovens do Paraguai:

Vivam a vida com generosidade, mansidão e alegria!

Dirigiu-se aos jovens paraguaios, porque era ali que se encontrava, pois decerto que esta realidade e ensinamentos se aplicam de uma forma transversal aos jovens de todo o mundo.

Uma excelente amostra desta transversalidade, é nem mais nem menos que este primeiro exemplar da newsletter sob a responsabilidade de um grupo de alunas finalistas da Escola Superior de Comunicação Social, em favor do nosso serviço, entre outras iniciativas a levar a cabo pelo recentemente constituído, Núcleo de Comunicação Institucional.

É certo que existe um protocolo entre as duas entidades, mas a generosidade e entusiasmo que observamos nas nossas jovens colaboradoras, está muito para além de qualquer alínea do documento oficial.

Seria injusto não referir as professoras responsáveis pela supervisão do projecto “Dar Voz à Saúde Mental”, Ana Raposo e Mafalda Eiró-Gomes.

Num mundo cada vez mais exigente e intolerante, é reconfortante encontrarmos aqui e ali algumas ilhas de solidariedade. Bem Hajam!

Francisco Paulino

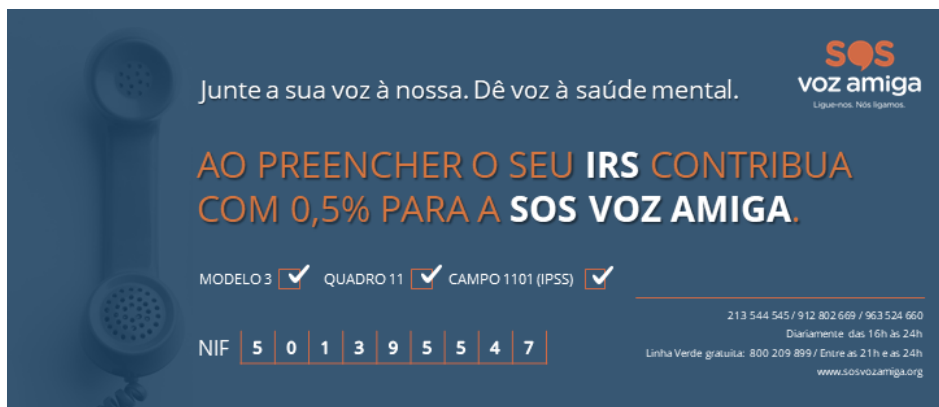
(Presidente da SOS Voz Amiga)

Junte a sua voz à nossa. Dê voz à saúde mental.

O valor alcançado este ano pela concessão dos 0,5% do IRS solidário a favor da SOS Voz Amiga foi excelente. Graças à **generosidade** de tantas pessoas anónimas, vamos poder continuar a oferecer este serviço de ajuda à população.

Este ano, à semelhança dos anos anteriores, poderá continuar a **contribuir para a nossa causa**. Até 30 de junho, ao preencher o seu IRS, assinale com um X o quadro 11 do modelo 3 e escreva o NIF 501395547 para contribuir com 0,5% para a SOS Voz Amiga.

Junte a Sua Voz à Nossa. Dê Voz à Saúde Mental.



Infographic with a dark blue background and a telephone handset icon on the left. It contains the following text:

Junte a sua voz à nossa. Dê voz à saúde mental. **SOS voz amiga** Ligue-nos. Nós ligamos.

AO PREENCHER O SEU IRS CONTRIBUA COM 0,5% PARA A SOS VOZ AMIGA.

MODELO 3 QUADRO 11 CAMPO 1101 (IPSS)

NIF **5 0 1 3 9 5 5 4 7**

213 544 545 / 912 802 669 / 963 524 660
Diariamente das 16h às 24h
Linha Verde gratuita: 800 209 899 / Entre as 21h e as 24h
www.sosvozamiga.org

É cliente MEO? Saiba como contribuir.

A MEO/Altice incluiu a Associação SOS Voz Amiga num **programa de pontos convertíveis em donativos**, atribuídos pelos seus clientes, a favor do nosso serviço.

Ao dirigir-se ao site, aceda ao separador **Intervenção Social** e fique a saber tudo [aqui](#).



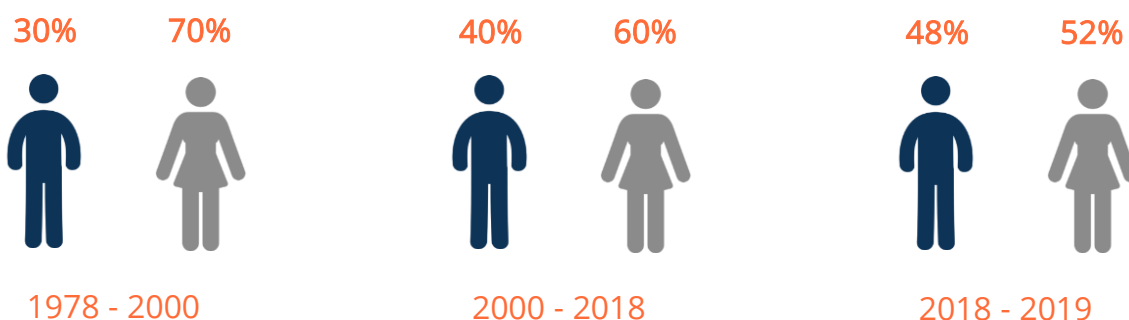
As idiossincrasias de género

Na quase totalidade destes quarenta anos em que disponibilizamos apoio emocional à população, verificámos uma constante:

Os pedidos de ajuda recebidos nos nossos telefones eram maioritariamente feitos por mulheres, numa percentagem rondando os 70%, durante um longo período de anos.

Na última década, baixou gradualmente para os 60% de chamadas no feminino, versus os 40% no masculino.

Nos últimos seis meses, as estatísticas dizem-nos que os números estão muito próximos: 52% dos apelos foram feitos por mulheres e 48% por homens.



Estes valores percentuais não significam que há mais homens a sofrer no presente, quer apenas dizer que os homens se vão capacitando cada vez mais para o facto de que partilhar o sofrimento não retira masculinidade.

“Dar Voz à Saúde Mental”

No passado dia 27 de março, no âmbito do colóquio “Investigação e Comunicação em Saúde”, foram apresentadas, em formato póster, as campanhas de Relações Públicas que tinham como objetivo **promover a Associação SOS Voz Amiga e a saúde mental**.

Estas campanhas foram desenvolvidas por alunos da Licenciatura em Relações Públicas e Comunicação Empresarial da Escola Superior de Comunicação Social no âmbito da cadeira de 3º ano “Comunicação no Interesse Público”. Posteriormente, a Associação SOS Voz Amiga selecionou o projeto “**Dar Voz à Saúde Mental**”, que está a ser trabalhado por um grupo de alunas enquanto Núcleo de Comunicação Institucional da Associação.



Os voluntários do nosso contentamento

Desde Outubro de 1978 até aos dias d'hoje, já se contam pelas centenas, as pessoas que decidiram ser "ladrões" do seu próprio tempo e colocá-lo **ao serviço daqueles que sofrem** e não podem, não querem, ou não têm com quem desabafar!

Chegam, escutam, tentam atenuar o sofrimento de quem liga e **fazem a diferença pela positiva**, tendo consciência que são uma espécie de linha paralela, que acompanha o outro durante aquela curta viagem, que é o tempo que dura a chamada telefónica, mas que nunca se vão encontrar. Não são super-mulheres, nem super-homens. São seres humanos com uma consciência cívica e humana acima da média.

A vida é cheia de compromissos, que nem sempre se conseguem conciliar e um dia estes Voluntários partem, mas antes asseguram-se que outros ocuparão o seu lugar, para que este serviço de apoio possa continuar ativo. **É com muito orgulho** que sou presidente de uma organização, onde a palavra **solidariedade** tem um significado Maior.

A todos aqueles que já foram nossos Voluntários e aos Voluntários que no presente asseguram ajuda emocional a quem dela precisa, um enorme **BEM HAJAM!**

Francisco Paulino

(Presidente da SOS Voz Amiga)



voz amiga

Ligue-nos. Nós ligamos.

Ficha Técnica:

Periodicidade: mensal

Redação: equipa SOS Voz Amiga

Edição: Núcleo Comunicação Institucional

Contactos: nucleocomunicacao.escs@gmail.com / direccaolphm@gmail.com

213 544 545 | 912 802 669 | 963 524 660

Diariamente das 16h às 24h

Linha Verde gratuita: 800 209 899 / Entre as 21h e as 24h

www.sosvozamiga.org