



PARTILHA DE NARRATIVAS DE HISTÓRIAS DE VIDA: FOLHETO

2021

Número do projeto 2019-2-UK01-KA205-062270



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Parceiros:

Merseyside Expanding Horizons Limited

Reino Unido (Coordenador)

AGIS, NOTE et INNOVE

França

Promimpresa SRL

Itália

Asociacija "Aktyvus jaunimas"

Lituânia

Aproximar - Cooperativa de Solidariedade Social

Portugal

ICEP s.r.o.

Eslováquia

Autores e Contribuidores

Maria Szilard, Alice Mechoulam, Sarah Harou, Angelina Mahé

AGIS, NOTE et INNOVE - França

Nicola Daley, Anna Bellan, Cinzia Miatto, Marta Lázaro Echavarren

Merseyside Expanding Horizons – Reino Unido

Sophia Raineri, Augustas Romanovskis, Adriana Lavrukaitytė

Active Youth – Lituânia

Tatiana Morais, Patrícia Gonçalves, Joana Portugal, Tiago Leitão

Aproximar – Portugal

Roberta Montagno, Beniamino Torregrossa, Emmanuela Riggi

Promimpresa – Itália

Marta Rakociova, Anna Barseghyan, Cataldo Riggi

ICEP – Eslováquia



Este Projeto foi financiado pela Comissão Europeia, no âmbito do Programa E+. Esta publicação reflete apenas as opiniões dos autores e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito das informações aqui contidas.



04

INTRODUÇÃO E METODOLOGIA

05-16

HISTÓRIAS

05

Choque cultural

06-07

Desenvolvimento pessoal

08

Desafios

09

Experiências

10-11

Discriminação

12-13

Migração

14

Dignidade e tolerância

15

Inclusão

16

Covid-19

17

CONCLUSÃO

INTRODUÇÃO E METODOLOGIA

O presente folheto faz parte da iniciativa Youth Connections. O iniciativa Youth Connections é co-financiada pelo Erasmus + e tem por objetivo criar laços fortes entre jovens em situação de migração ou de refúgio, jovens requerentes de asilo e jovens da UE através do trabalho criativo e de atividades culturais que visam a promoção da inclusão social.

Este folheto é o resultado de *workshops* e atividades que as organizações parceiras do projeto organizaram com jovens locais e jovens em situação de migração ou de refúgio. É uma coleção de histórias partilhadas nos *workshops* sobre a sua experiência pessoal e o seu processo de inclusão e adaptação no país de acolhimento.

As organizações parceiras do projeto adotaram uma metodologia de partilha de narrativas de histórias. Esta metodologia proporciona um ambiente lúdico onde pessoas de diferentes origens se podem expressar e representar a sua cultura, as suas crenças através de formas não ofensivas e não invasivas de partilha da sua experiência de vida. Através desta metodologia, é mais fácil reunir jovens em situação de migração ou refúgio e a comunidade de acolhimento com o objetivo de se conhecerem, partilharem os seus valores culturais e ouvirem as histórias de vida uns dos outros.

Durante os *workshops*, jovens em situação de migração e de refúgio, bem como jovens requerentes de asilo partilharam a sua jornada de vida e as mudanças que experienciaram. Estes *workshops* conduziram a um diálogo aberto e à partilha de histórias sobre as viagens de migração para a Europa, com especial foco nas expectativas, nas primeiras impressões do país de acolhimento da UE e nos desafios de inclusão social que enfrentaram.

Por outro lado, jovens de ascendência europeia partilharam a sua trajetória de vida no seu país, as suas perceções pessoais, opiniões e sentimentos.

Assim, cada participante partilhou a sua história de vida de diversas formas, desenhando, falando e escrevendo. Este folheto reúne os principais resultados obtidos nos *workshops* desenvolvidos nas organizações parceiras do projeto.

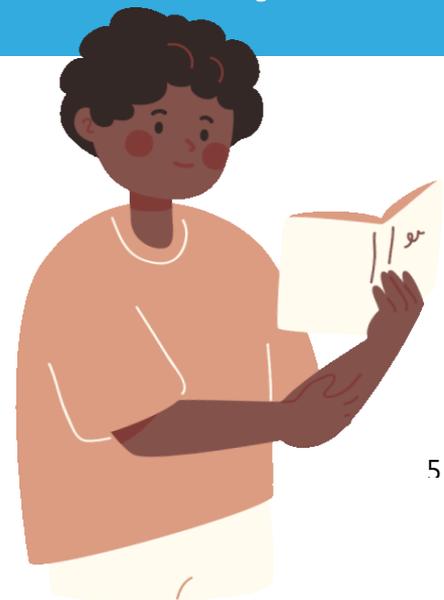
As histórias recolhidas estão divididas nos seguintes tópicos:

- ◆ Choque cultural
- ◆ Desenvolvimento pessoal
- ◆ Desafios
- ◆ Experiências
- ◆ Discriminação
- ◆ Migração
- ◆ Dignidade
- ◆ Tolerância
- ◆ Inclusão
- ◆ Covid-19



CHOQUE CULTURAL

Uma das histórias recolhidas nos *workshops* relata a jornada de um jovem que decidiu migrar para outro país para estudar. Mais concretamente, migrou do Azerbaijão para a Itália, dois países com muitas diferenças culturais. Assim que chegou ao aeroporto italiano ele ouviu a bela língua italiana, e palavras como “avanti”, “permeso”, entre outras, o que para ele foi diferente e interessante, pois era uma língua completamente distinta da sua. De seguida reparou que as pessoas em Itália são muito próximas, especialmente do sexo feminino, as pessoas cumprimentam-se com beijos e abraços, enquanto que no Azerbaijão tal só acontece se as pessoas são casadas uma com a outra (especialmente as mulheres não têm este tipo de intimidade com outras pessoas que não o marido), pelo que percebeu que poderia ser aberto na sua abordagem social. Para além das pessoas e da língua, ele frisou que a comida é diferente e que a certa altura já sentia falta da sua gastronomia local.



DESENVOLVIMENTO PESSOAL



Uma das histórias relatadas nos *workshops* foi a de uma jovem que migrou para viver noutro país. Esta foi a primeira vez que ela viveu noutro país, sozinha, sem a sua família e pessoas amigas, num país com outro idioma e outra cultura. Durante esse período de tempo, ela cresceu muito, conheceu-se melhor a si mesma, redescobriu-se como pessoa. Neste momento é independente em quase todos os aspetos. Além disso, conheceu pessoas novas e maravilhosas que leva consigo para sempre, mesmo depois de a experiência de migração terminar. Estas pessoas amigas preocupam-se com ela e confiam nela desde o início, aprendeu imenso com e sobre estas pessoas no país de acolhimento. Foi, literalmente, um crescimento pessoal. Esta experiência ajudou-a a aumentar a sua confiança, a superar seus medos, a conhecer os seus pontos fortes e fracos e a saber como superá-los. Quem imaginaria que ela sobreviveria a uma pandemia global longe de casa!



Outra história relatada nos *workshops* é a de uma jovem que migrou para o Reino Unido. Foi um grande desafio; muitos prazos, muitos projetos, mas também muito gratificante, uma vez que ela trabalhou com a comunidade. Na verdade, e como relatado por outras pessoas, sentir que se pode fazer a diferença na sociedade ou na vida de outra pessoa é gratificante. Descobriu-se uma paixão pelo trabalho. Ao estar com pessoas que trabalham para ajudar outras pessoas, ela aprendeu imenso, em particular com colegas e com a sua experiência de vida. Viver num ambiente multicultural abriu a sua mente e foi muito enriquecedor. A chave para aprender tanto, foi a confiança que depositaram nela desde o início, porque permitiu que ela tivesse e abraçasse novas responsabilidades. Os colegas fizeram com ela perdesse o medo de falar em inglês, o que foi muito importante, porque a comunicação com as pessoas é fundamental. Adquiriu novas competências e qualidades que nem sabia que tinha. Os colegas ajudaram-na também a esclarecer as suas ideias sobre a sua futura carreira. Reconhece que ainda tem muito para melhorar, contudo mantém a esperança de aproveitar ao máximo o tempo que lhe resta no Reino Unido. Espera ter dado o seu melhor a todas as pessoas, tal como essas pessoas fizeram por ela.



"No geral, sou uma pessoa privilegiada e com sorte. Um dos meus momentos mais difíceis foi uma doença, mas felizmente consegui superá-la. Um dos momentos mais importantes da minha vida foi ter conseguido a bolsa Benjamim Franklin Fellowship. Outro momento mais baixo foi o recente confinamento por causa da Covid-19, que teve um grande impacto na interação social".



"Sou cabo-verdiano e vim para Portugal para fazer a minha licenciatura".



"O meu ponto mais baixo foi aos 17 anos, quando mudei de escola e tive de deixar os meus colegas. Outro momento menos bom foi aos 18 anos porque não consegui fazer os exames finais e não pude inscrever-me na universidade que queria. No ano seguinte foi o melhor momento da minha vida, pois tive êxito nos exames finais e consegui inscrever-me na universidade que queria. Recentemente, a pandemia e o confinamento representaram o pior momento da minha vida".



"Um dos momentos mais difíceis na minha vida foi quando entrei na universidade que não queria, no entanto, quando consegui mudar de universidade e senti-me no meu ponto mais alto".



"O meu primeiro momento alto foi quando me juntei aos escuteiros, outro bom momento foi aos 15 anos quando entrei no secundário. O meu ponto mais crítico é a dificuldade em conseguir desenvolver a carreira dos meus sonhos, pois é um pouco complicado em Portugal. Outro momento bom na minha vida foi quando conheci o meu namorado".



"Um dos momentos mais altos da minha vida, foi quando me mudei para Itália, foi o período que consegui a minha maior conquista, uma vez que, depois de chegar a Itália comecei a fazer várias coisas que beneficiaram a minha carreira. Primeiro fui aceite na Sapienza University e depois consegui uma bolsa de estudo, o que me deixou muito feliz".



"Amina, 18 anos, original da Nigéria, viaja para a França para desenvolver as suas habilidades de pintura, para estudar numa academia prestigiada e ser a estrela de uma exposição! Na sua mente existiam muitos pensamentos: o desejo de se realizar como artista e de conquistar a independência financeira, mas também a incerteza, o medo do futuro, a noção das barreiras linguísticas e sociais, para além dos obstáculos burocráticos. No entanto, Amina é uma pessoa empreendedora, independente e corajosa (uma vez que migrou sozinha, sem a família e sem quaisquer referências) e também acredita em novas oportunidades: pretende encontrar um emprego para pagar os estudos, e também encontrar novas pessoas que se tornem amigas e que partilhem as suas paixões e interesses. Ela espera encontrar apoio, uma vez que sente falta do apoio familiar e também espera encontrar compreensão nos seus pares."



EXPERIÊNCIAS

"Fiz o meu primeiro intercâmbio enquanto estudante Erasmus na Áustria e foi o segundo país para onde migrei, depois de Itália. A Áustria é muito distinta de Itália. Antes de ir, procurei pessoas que moravam lá para pedir ajuda, uma vez que precisava de alojamento (dentro do meu orçamento). A cidade de Salzburg não é tão grande como Viena, mas as casas eram caras. Pelo que, contactei uma rapariga através do Facebook que também estava a fazer Erasmus lá. Ela foi muito prestável e antes de ir enviou-me sites e sítios onde poderia alugar casa, ela também me informou sobre os preços, etc. Depois de vir para Áustria, fiquei na casa que ela alugou por um mês, aproximadamente, e depois mudei-me para o Campus".

"Um dos pontos mais difíceis da minha vida é não me sentir incluída na faculdade. Eu comecei a universidade este ano e o segundo semestre com o confinamento foi muito difícil. Não só porque não conheço ninguém da minha universidade e na minha turma, mas também porque eu estudo e trabalho ao mesmo tempo e, portanto, não é fácil sentir-me incluída nos grupos de estudo nas aulas. Sinto-me excluída dos grupos já existentes na faculdade. A parte social da minha vida académica é definitivamente um ponto baixo. Espero que no próximo ano as aulas sejam presenciais de forma a interagir e conhecer os meus colegas e as minhas colegas".

DISCRIMINAÇÃO

Uma das histórias relatadas nos *workshops* é a de uma jovem que usa *Hijab* e que decidiu migrar. Foi a primeira vez que ela viajou de avião e que entrou num aeroporto grande. Quando estava na fila com várias pessoas, um polícia abordou-a, 'aleatoriamente', e pediu para ela entrar numa sala pequena para ser revistada. Ela ficou com medo e sentiu-se discriminada por ter sido escolhida, de entre tantas pessoas na fila de verificação do passaporte, apenas porque tinha um *Hijab*. Ela entrou para a sala e um polícia pediu-lhe que retirasse o lenço e começou a verificar o cabelo dela. Ela não pode dizer não ou lutar porque não podia perder o voo. Anos depois deste episódio, começou a trabalhar com pessoas vulneráveis pertencentes a minorias e apoiá-las para falarem e aumentarem a consciência e o sentimento de segurança quando se encontram longe de casa e da sua cultura.



"Sou uma pessoa muito sociável e adoro conhecer novas pessoas. Por isso, durante a vivência em diferentes países tentei conhecer novas pessoas. Para conseguir isso, participei em Intercâmbios Erasmus e cursos de formação. Aprendi muito com todas as pessoas, mas ao mesmo tempo enfrentei uma certa discriminação por parte de algumas pessoas. Por exemplo, em projetos internacionais, em que eu representava a Itália, como não sou originária de lá, às vezes, as pessoas diziam que eu não era da UE ou de Itália, etc."

"Em 2017, passei pelo pior momento da minha vida, cheguei a Portugal e deixei a minha avó para trás (amo-a muito e tenho muitas saudades dela). Aqui em Portugal não fui bem recebida na minha turma da escola, e sofri bullying. Esse foi o pior momento. Um dos melhores momentos da minha vida foi quando estava a trabalhar e a estudar ao mesmo tempo (em 2015), e descobri a minha vocação: ser chef. Outro mau momento foi quando a minha entidade empregadora teve de fechar o restaurante e eu fiquei desempregada. Então tive de me mudar para o Reino Unido, e esse foi um dos melhores momentos. Passado algum tempo regresssei a Portugal e matriculei-me na faculdade, também estava a trabalhar e a estudar ao mesmo tempo. Poucos meses depois, descobri que estava grávida, foi o melhor momento da minha vida. Estou muito feliz por ser mãe de uma criança de 1 ano, é definitivamente o melhor momento da minha vida".



Micro Agressões

“Eu também sinto micro agressões todos os dias. Costumava ser pior, mas ainda acontece, embora seja mais subtil. Mas consigo identificar facilmente devido a certos comentários”.

Preconceito

O grupo de um dos *workshops* realizados no âmbito do projeto optou por contar a lenda de Kirikou para demonstrar os preconceitos que podem existir numa comunidade. Kirikou é uma criança muito pequena. Ele é sem dúvida o mais pequeno da sua aldeia. Por causa da sua idade, ele é socialmente marginalizado pelas outras crianças. Apesar disso, ele permanece tolerante e muito curioso. Ele quer entender porque é que Karaba, uma bruxa, mata todos os homens e perturba a aldeia. Atravessou a montanha para ver o avô e perguntou-lhe porque é que Karaba é má. O seu avô disse que Karaba sofreu muito. Ela foi abusada e violada por homens. Kirikou não aceitou passivamente estes factos e procurou compreender a causa das ações de Karaba. Ao fazê-lo, Kirikou salvou a bruxa e a aldeia.

Sexismo

Uma das histórias relatadas nos *workshops* é a de uma mulher que migrou do Canadá para o Reino Unido. Normalmente, as pessoas canadianas que migram para o Reino Unido não são discriminadas, porque se trata de uma maioria branca. As pessoas são sempre simpáticas para com esta mulher migrante quando ouvem o seu sotaque. Ela relatou na primeira pessoa que: “Não posso deixar de sentir que a minha origem Canadiana é bem-vinda, mas a minha pele negra não. Fui chamada de “Paki” e algumas pessoas imitavam o som de macacos. Mas não posso falar sobre esta discriminação com pessoas amigas do Reino Unido porque prefiro fingir que o país não tem um problema de racismo. Pelo que desisti. Outra discriminação difícil de experienciar no Reino Unido é o sexismo. Não estava habituada a assédio sexual em locais públicos ou brincadeiras sexuais como uma ‘norma social’ aceitável, mas há mulheres em *topless* em jornais, existe diferença salarial, diferença na promoção na carreira, discriminação de grávidas, além de muita violação e agressão sexual. Pelo que me sinto muito desconfortável e insegura”.

Segurança

Uma das histórias relatadas nos *workshops* é a história de um migrante romeno no Reino Unido, que relatou na primeira pessoa, o seguinte: “Sou romeno com dupla nacionalidade. No início deste ano, os romenos obtiveram todos os direitos para trabalhar no Reino Unido. Vim para este país pela primeira vez com visto de trabalho no final dos anos 90. Nessa altura, uma agência de arrendamento pediu-me um fiador Britânico com vista a arrendar um apartamento. A secretária disse-me categoricamente: «*não aceitamos pessoas romenas*». Noutra ocasião, um funcionário do banco disse-me «*não aceitamos clientes romenos*». Eu contribuí para esta sociedade que comecei a considerar e a amar como minha. Tenho amigos britânicos que me respeitam pela pessoa que sou, mas pela primeira vez receio pela minha segurança neste país por causa da minha nacionalidade. A forma como os romenos são retratados pelos media, passando uma determinada imagem para o público – como caçadores de benefícios que vêm para cá para criar uma crise habitacional – só aumenta o ódio e a xenofobia”.

MIGRAÇÃO

Uma das histórias partilhadas nos *workshops* é a de uma rapariga egípcia que procura asilo no Reino Unido. O momento em que ela decidiu fugir do seu país e procurar asilo num país seguro, onde poderá viver livremente, sem nenhum julgamento foi a decisão mais difícil que ela tomou na sua vida, pois ela deixou para trás a sua família, os seus amigos e todas as pessoas que lhe são queridas para começar outra vida sem qualquer ideia do processo pelo qual iria passar. Assim que ela chegou ficou com medo, temendo mesmo perder a oportunidade de obter asilo, no entanto ela estava muito ansiosa para se envolver socialmente e encontrou muitas pessoas que a receberam bem, em todo o país, e que lhe deram amor e apoio. Em todo o processo, ela aprendeu que a vida é difícil sim, mas há muitas coisas que podem colmatar as saudades de casa. Ela começou a trabalhar como voluntária em diferentes organizações para ajudar outras pessoas, a sua comunidade e também com o intuito de aprender com outras experiências de vida, o que culminou na concretização do seu sonho, o de frequentar uma universidade, o que fará no presente momento.

Uma das histórias partilhadas nos *workshops* foi a de uma jovem espanhola de 24 anos que emigrou para outro país. No relato na primeira pessoa realçou que "Eu interessei-me por comunicação e também pelas relações humanas e sociais, sempre me senti atraída por questões relacionadas com a Europa e a ligação entre pessoas, países e comunidades. Ao terminar o curso de direito, ganhei uma bolsa para fazer um estágio no estrangeiro. Eu queria desafiar-me, fazendo algo que me desse oportunidade de melhorar as minhas competências profissionais e o meu inglês, mas também que me permitisse crescer do ponto de vista pessoal. Eu sempre quis viver no estrangeiro e experimentar novas culturas, ambientes e conhecer novas pessoas. Adoro a troca de ideias, opiniões e costumes, pois ajuda-me a pensar mais sobre mim mesma e a ter uma perspetiva diferente do mundo. A minha decisão levou-me para o Reino Unido, mais especificamente para Liverpool, uma cidade cheia de coisas para fazer, multicultural e com pessoas amigáveis e fáceis de conversar, mesmo que por vezes seja impossível entendê-las por causa do sotaque!

"Um dos piores momentos após chegar a Portugal foi experienciar xenofobia, nomeadamente na escola, onde sofri um pouco. A escola em geral é um pouco hostil. A minha experiência não é igual à de um migrante alemão aqui em Portugal, por exemplo. Na maior parte do tempo, senti que os meus professores não esperavam muito de mim. E ainda vivencio algumas micro agressões todos os dias. Por exemplo, a minha professora de português finge que não entende o meu português e pede aos meus colegas para "traduzir" o que eu digo. É importante referir que a minha experiência não é tão grave quando comparada com a de algumas mulheres brasileiras que são negras. A experiência delas é muito pior que a minha. Um dos pontos altos da migração para Portugal é a segurança, uma vez que posso andar nas ruas sem medo."

"Sou do interior de Portugal, onde não há muitos migrantes. No entanto, testemunhei um pequeno grupo de portugueses a fazer comentários sobre trabalhadores, eles diziam que preferiam «contratar trabalhadores africanos porque trabalham bem, ao contrário dos brasileiros que são preguiçosos e que não gostam de trabalhar, só de dormir»".



"Sou do Norte de Portugal, no que se refere à questão da migração (incluindo migração forçada) penso que é crucial que a comunidade internacional acolha e apoie pessoas que estão em situação de migração ou de refúgio".



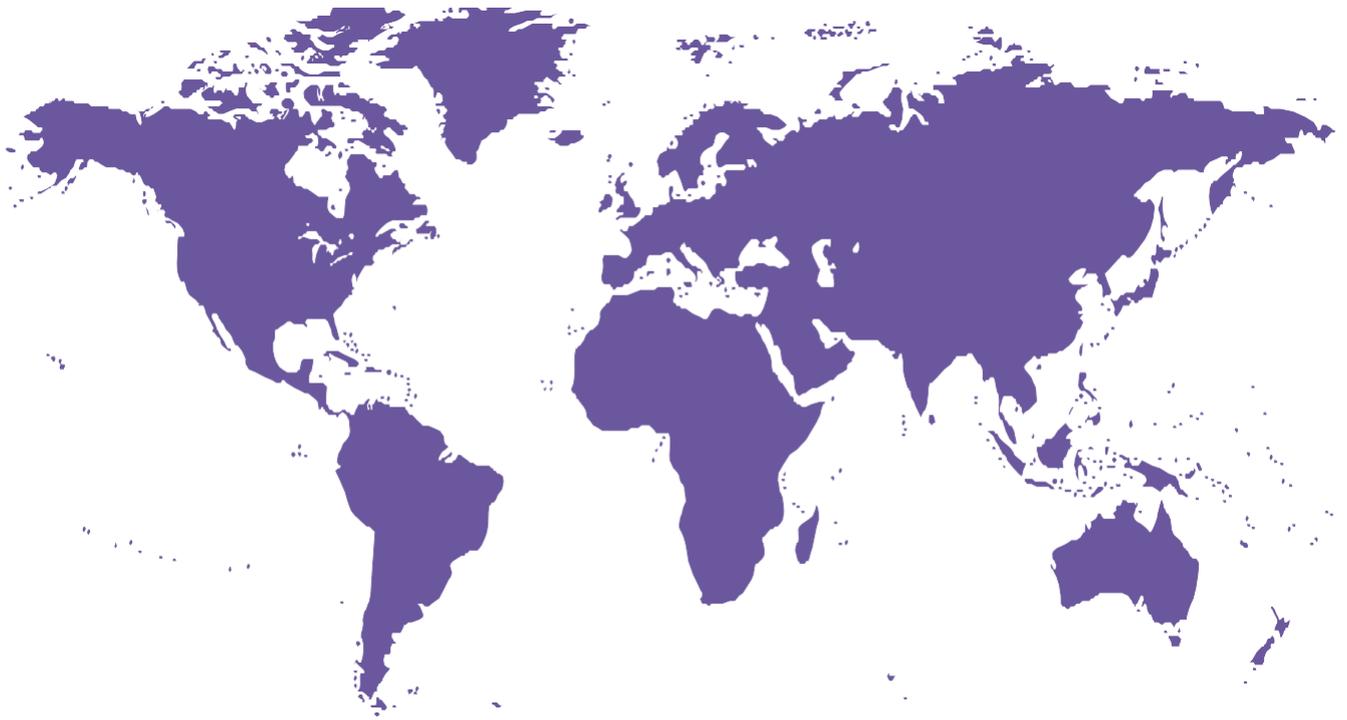
"Eu sou da Venezuela, mas os meus pais são portugueses. Cheguei a Portugal com 18 anos. Quando estive na Venezuela era "o português" /" o estrangeiro" e aqui em Portugal ainda sou o "estrangeiro"/"o venezuelano". Parece que estou num limbo, o tempo todo, sem pertencer a lugar algum".



"O meu momento mais baixo foi quando cheguei a Portugal. Enfrentei alguns desafios como migrante, algumas micro agressões, mas felizmente fui capaz de superar".



"Sou da Guiné-Bissau, e estudo em Lisboa na Faculdade de Direito há dois anos. Penso que uma das vantagens da migração é a garantia de uma vida melhor, com mais qualidade e maior acesso à educação".



DIGNIDADE

Uma das histórias compartilhadas nos *workshops* é a história de uma requerente de asilo e o agravamento da sua situação durante a pandemia. Ela fugiu do seu país na América do Sul para a Europa há 5 anos e continua à espera de uma decisão para viver condignamente no seu país de acolhimento. Durante os últimos 5 anos, não conseguiu comprar as coisas que necessitava porque não tinha permissão para trabalhar e isso afetou a sua saúde mental, especialmente durante a pandemia, uma vez que não podia comprar os alimentos básicos e bens essenciais. Ela falou com outras pessoas que conhecia para pedir ajuda na compra de sapatos e uma das suas amigas fez um *post* no *facebook* a pedir ajuda aos seus amigos e, surpreendentemente, centenas de pessoas queriam doar bens pessoais que já não usavam. Nesse momento, uma amiga dela teve a ideia de começar uma iniciativa, partilhando fotos de itens e as pessoas que necessitavam podiam escolher o que gostavam, em vez de estarem à espera que as organizações de apoio conseguissem enviar os itens de que dispunham. A história desta mulher foi uma inspiração para um novo espaço onde as pessoas podiam sentir que a sua dignidade era respeitada, ao mesmo tempo que as pessoas que experienciam dificuldades na sua vida podem-se sentir bem-vindas, acolhidas e apoiadas.

TOLERÂNCIA

Esta é uma história sobre interseccionalidade. Uma das histórias compartilhadas nos *workshops* relata a história de uma mulher negra muçulmana, deficiente e que usa *hijab*. Ela é vítima de múltiplas discriminações. Começou um novo emprego numa grande empresa onde o chefe valoriza a tolerância e luta contra a discriminação. Mas os seus colegas de trabalho incomodam-na, constantemente, com observações sexistas, sobre religião, etc. Tornou-se um inferno para ela mas, ainda assim, permaneceu no emprego. O seu chefe percebeu que ela não estava bem e agiu. Reuniu todos os funcionários e destacou os valores da empresa e pediu uma mudança imediata de comportamento. Ele exigiu aos funcionários que a discriminam que: ou ficam e mudam de atitude ou vão embora. O que resultou na mudança de comportamento dos funcionários e na melhoria do ambiente de trabalho.





INCLUSÃO

"Eu sou da Guiné-Bissau. Cheguei a Portugal para continuar a estudar. Cheguei em 2016. Em 2019 terminei a minha primeira licenciatura, no Alentejo. E agora estou a terminar a minha segunda licenciatura em Lisboa. A minha integração no Alentejo foi mais fácil do que aqui em Lisboa, a cidade era mais pequena e as pessoas estavam mais atentas às nossas necessidades e dificuldades. O processo de inclusão no Alentejo foi definitivamente muito mais agradável. Em Lisboa existe tanta gente que fica mais difícil ter acesso a determinados serviços".



Uma das histórias partilhadas nos *workshops* é a de uma mulher com excesso de peso. Ela sofre imenso de discriminação fruto da desvalorização social associada ao seu peso, através de julgamento e olhares de outras pessoas. Ela adora moda, mas não se atreve a vestir como gosta nem a criar uma carreira na área. Um dia, acordou sentindo-se muito mal. O estômago dela doía e estava rígido. Começou a ficar preocupada e decidiu ir a um médico. O seu médico não estava, pelo que foi observada por um médico substituto. O médico substituto não a levou a sério. Ele relativizou a sua dor dizendo que era apenas da obesidade. Ela saiu da consulta sentindo-se totalmente marginalizada e desprezada. Após a consulta, ela começou a chorar na rua. A dor e a humilhação eram demasiadas para ela suportar. Um homem na rua foi ter com ela e perguntou-lhe o que se passava. Ela contou a história: a recente consulta e todas as outras discriminações. Este homem é o presidente de uma associação. Perguntou-lhe se ela gostaria de ajudá-lo a aumentar a consciência do público em geral sobre o assunto. Ela aceitou e, em conjunto, ambos organizaram manifestações contra o estigma do peso. Após as iniciativas ativistas, ela decidiu fazer carreira na moda e abrir a sua própria marca. Simultaneamente, continua a lutar por uma gama mais alargada de tamanhos de roupa para todos os homens e mulheres. Ela tornou-se, assim, um exemplo!



COVID-19

“

"Um dos piores momentos da minha vida foi durante a Covid-19. Embora eu reconheça que vivemos vidas privilegiadas e que não passei por momentos muito desafiadores em toda a minha vida, a Covid-19 e o confinamento têm sido um desafio e definitivamente um ponto baixo em toda a minha vida".

“

"Um dos meus melhores momentos foi aos 5 anos quando entrei na escola, seguido de um mau momento aos 10 anos quando mudei de escola. Aos 18 anos vivi outro bom momento quando entrei na universidade e cheguei a Portugal. O mais recente ponto baixo da minha vida está relacionado com a Covid-19 e com o confinamento".

“

"O melhor momento da minha vida foi o nascimento do meu irmão quando eu tinha 7 anos. A minha infância foi muito feliz. No entanto, a minha adolescência foi um pouco mais triste, mas as coisas pioraram quando não consegui entrar na universidade que queria. O meu melhor momento foi o primeiro ano na universidade onde eu queria entrar. A Covid-19 e o confinamento representaram um momento letárgico".

“

"Um dos momentos mais baixos é definitivamente a Covid-19 e o confinamento, todos os estágios foram cancelados, portanto não consegui iniciar o meu próprio estágio".

“

"Sou de Lisboa, de Portugal, acho que este workshop foi muito útil e interessante porque é essencial para o serviço social, o meu curso na Universidade. A situação da Covid-19 teve um grande impacto na interação social, sinto que as minhas aulas são muito melhores presencialmente do que online".



CONCLUSÕES

A migração é, antes de mais, uma atividade humana normal. O ser humano sempre migrou, sempre esteve em movimento entre países, localidades ou locais de residência. As pessoas migram de suas casas e de suas famílias para novos lugares e países. As histórias recolhidas neste folheto são um testemunho dos desafios enfrentados pelos e pelas jovens participantes e as suas experiências de vida.

O que aprendemos com as histórias é que as pessoas migraram e continuam a migrar por diversos motivos, mas a principal motivação é o desejo de uma vida melhor.

Estas histórias revelam que, normalmente as pessoas em situação de migração que se deslocam para outro país têm as mesmas motivações daquelas pessoas que se mudam de uma região para outra, ou de uma cidade para outra, ou de uma aldeia para outra, dentro do próprio país. As pessoas mudam na esperança de melhorar, de encontrar um emprego melhor e de criar uma vida melhor, enquanto que outras vezes são forçadas a deixar o seu país de nacionalidade ou de residência por outras circunstâncias mais extremas e adversas, nomeadamente perseguição e ameaça à sua vida e integridade física.

Por meio da recolha de narrativas de histórias de vida, diversos temas emergiram, incluindo, a luta que as pessoas em situação de migração ou de refúgio enfrentam ao chegarem ao país de acolhimento, nomeadamente: discriminação, choque cultural, desafios económicos, barreira linguística.

O objetivo principal deste folheto é o de ouvir e transcrever a voz de jovens em situação de migração ou refúgio e jovens de ascendência europeia, através da compreensão dos seus sentimentos, opiniões, medos e histórias.

Para apoiar as pessoas em situação de migração ou de refúgio no país de acolhimento, é importante que estas pessoas se sintam bem-vindas e incentivadas a partilhar as suas experiências e culturas. Simultaneamente, é essencial fornecer a cada jovem local estratégias que lhes permitam ajudar, compreender e ter empatia pelos seus pares que estão a passar por transformações extremas a nível físico, social, emocional e psicológico.

A
L
É
M

F
R
O
N
T
E
I
R
A
S



THE SEARCH MISSION

Once upon the time Abdullah the squirrel was home alone looking through his mom's stuff. Suddenly he noticed a diary! At first Abdullah was getting bad thoughts about reading his mom's diary, but at the end he couldn't resist. So he started looking through the diary and what he found out was shocking! It turns out he has a twin brother named Darshan. Abdullah wanted to meet him so he started his Search Mission.

The first search point was Thailand beaches. Unfortunately he ~~sit~~ couldn't find his brother there. So he flew to Netherlands and searched through the flower fields - no results. In the end he lost all his hope and returned ~~to~~ back home. The same day he was wandering ⁱⁿ the wheat fields in his home town. He was so devastated, he was walking with his head down.

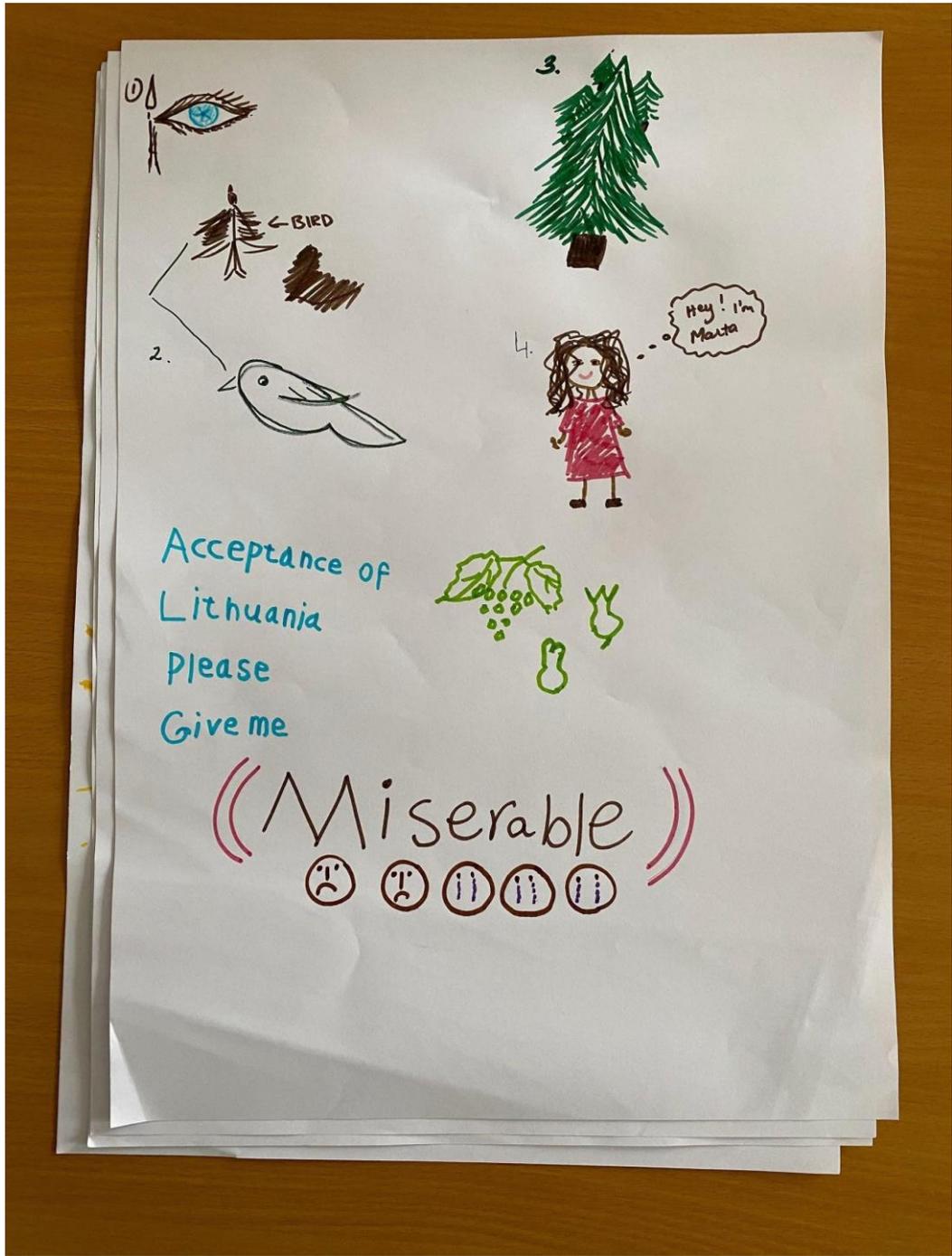
But when Abdullah finally looked up - he could not believe his eyes - it was like he was staring into the mirror. Darshan was standing right in front of him.

After this long journey Abdullah learned to never give up on his goals and keep searching.

The End

A
L
É
M

F
R
O
N
T
E
I
R
A
S



LISTEN [HERE](#) TO THE FRENCH STORYTELLING



P
A
R
A

A
L
É
M

D
O
S

E
C
R
Ã
S

OBRIGADA!

Gostaríamos de expressar a nossa mais
sincera gratidão a:

DHARSHAN NAVARATNAM SAYED
KAZAME
VASSIL SIMEONOV
ORNELLA BASILE
DAFNE MODAFFARI
SIMONA CORONA
ILARIA VACCA BASMA
KAMEL



NARR

ATIÇA

S DEH

**ET
HISTÓ**

Coordenador de Projeto:
Merseyside Expanding Horizons Limited
The Old Secondary Education Centre,
Mill Lane – OL
Postal Code: L13 5TF | Liverpool,
United Kingdom
www.expandinghorizons.co.uk

Número do Projeto 2019-2-UK01-KA205-062270