

RELATÓRIO



SOBRE O FRIIV

O FRIIV (Integração e Inclusão de Refugiadas através do Voluntariado) é uma Parceria de Cooperação Erasmus+ na área da Educação de Adultos, com o objetivo de fortalecer a inclusão, a diversidade e a participação cívica em toda a Europa através do voluntariado.

O projecto centra-se nas mulheres refugiadas de todo o mundo, reconhecendo o seu potencial não só como beneficiárias de apoio, mas também como contribuintes activas para a sociedade europeia. Ao capacitar gestoras de voluntários e mulheres com experiência vivida como refugiadas, o FRIIV trabalha para criar ambientes de voluntariado mais inclusivos, conscientes e sensíveis.

O FRIIV é coordenado pela Universidade Erasmus de Roterdão e implementado por um consórcio de universidades, ONG e organizações especializadas de toda a Europa.

Layout: Equipa AMU

Data de publicação: setembro de 2026

RESUMO

Este relatório apresenta os resultados do trabalho desenvolvido pelos membros do consórcio FRIIV. As tarefas previstas no WP2 foram realizadas entre dezembro de 2025 e junho de 2026, com base nas ferramentas desenvolvidas durante a Reunião Europeia de Investigação, realizada em Roterdão, em dezembro de 2025.

Posteriormente, os membros do consórcio identificaram áreas de interesse, reunindo 113 palavras-chave agrupadas em 17 categorias principais. Com base nesse trabalho, foi efetuada uma revisão da literatura. Em paralelo, foram também realizados onze grupos focais, dois ou três em cada país do consórcio.

Por fim, a equipa da AMU recolheu e compilou toda a informação, que, juntamente com as análises fornecidas pelos membros do consórcio, serviu de base à elaboração deste relatório. O relatório está disponível em sete línguas (inglês, neerlandês, francês, eslovaco, polaco, português e ucraniano), destinando-se a uma utilização alargada por gestores de voluntariado e por todas as pessoas que desenvolvem atividades de voluntariado no contexto da migração e do apoio a refugiados.

Este relatório integra o projeto Erasmus+ FRIIV, que incluirá também um manual para gestores de voluntariado e um curso de formação destinado a gestores de voluntariado e a mulheres voluntárias que foram anteriormente refugiadas.

Todos os resultados e produtos do projeto estão disponíveis no website do projeto: www.friiv-eu.org

Palavras-chave: voluntárias, migrantes ucranianas deslocadas à força, integração, desafios enfrentados pelas pessoas refugiadas, boas práticas na adaptação de migrantes.

ÍNDICE

SOBRE O FRIIV	2
RESUMO	3
CAPÍTULO 1. INTRODUÇÃO ao FRIIV	5
CAPÍTULO 2. INVESTIGAÇÃO DOCUMENTAL – DADOS, RESULTADOS E ANÁLISE	11
Pesquisa documental - Dados.....	11
Palavras-chave	11
A. Desafios enfrentados pelas pessoas refugiadas	12
B. Práticas	12
C. Sociodemografia	13
D. Aspetos institucionais e enquadramento jurídico	13
E. O contexto ucraniano	14
1. Especificidades geográficas.....	14
2. Comunidades de acolhimento	16
3. Infraestrutura de voluntariado	18
4. Sistema educativo e política educativa.....	19
5. Mulheres refugiadas ucranianas.....	21
6. Exclusão feminina.....	23
7. Inclusão	24
CAPÍTULO 3. ENTREVISTAS A GRUPOS FOCAIS	27
LISTA DE QUESTÕES QUE ORIENTARAM AS DISCUSSÕES DURANTE AS ENTREVISTAS EM GRUPOS FOCAIS.....	27
Entrevistas a Grupos Focais:	29
1. O Acolhimento em Novos Contextos.....	30
2. Desafios à Chegada e Respostas de Base Comunitária	34
3. Barreiras.....	35
4. O Sentido de Temporariedade	36
5. Soluções Propostas: Ativismo e Voluntariado dos Refugiados	38
CAPÍTULO 4. CONCLUSÃO	43
1. Diásporas Étnicas.....	43
2. Receção pelos moradores locais	44
3. Sentimento de pertença	44
4. Problemas do dia-a-dia	45

CAPÍTULO 1. INTRODUÇÃO ao FRIIV

A deslocação forçada continua a aumentar a nível mundial, existindo atualmente 122,6 milhões de pessoas deslocadas das suas casas (ACNUR, 2026). Os conflitos em curso, as catástrofes naturais e outras crises indicam que este número continuará, muito provavelmente, a aumentar nos próximos anos. As perdas associadas ao exílio deixam frequentemente as pessoas refugiadas com recursos limitados para enfrentar os desafios de reconstruir as suas vidas e integrar-se em novas sociedades. Neste contexto, apoiar as pessoas refugiadas na reconstrução e expansão das suas redes sociais é fundamental para uma integração bem-sucedida.

O envolvimento em atividades de voluntariado pode desempenhar um papel importante neste processo. Quando as organizações de voluntariado oferecem oportunidades às pessoas refugiadas, devem criar ambientes que reconheçam e compreendam os profundos efeitos da deslocação forçada.

O voluntariado é frequentemente apresentado como um caminho para a participação no mercado de trabalho, o desenvolvimento pessoal e o envolvimento cívico. Está inserido num discurso mais amplo de «boa cidadania», em que o voluntariado se torna uma tecnologia do eu — um instrumento através do qual as pessoas refugiadas são incentivadas a transformar-se em cidadãos que correspondem a um ideal de participação cívica (Yin Yap, Byrne & Davidson, 2011).

Contudo, a investigação demonstra que estes percursos não são igualmente acessíveis a todas as pessoas refugiadas. Os homens refugiados alcançam frequentemente autonomia e participação na sociedade ainda antes de lhes ser concedida a cidadania formal, enquanto as mulheres refugiadas enfrentam barreiras persistentes (Ouacha & Meijs, 2024). Em toda a Europa, a participação das mulheres refugiadas em atividades de voluntariado continua a ser reduzida, contribuindo para a sua sobrerrepresentação entre os grupos socialmente mais isolados — um isolamento que, muitas vezes, persiste mesmo após a aquisição da cidadania de um país europeu.

Nos últimos anos, a sociedade civil em todo o mundo, e particularmente na União Europeia, mobilizou um apoio sem precedentes às pessoas refugiadas que fogem da guerra, dos conflitos e das crises relacionadas com as alterações climáticas.

Neste contexto, o projeto FRIIV analisa de que forma as organizações que envolvem voluntários podem promover uma participação mais eficaz das mulheres refugiadas em atividades de voluntariado. O projeto capacita gestores de voluntariado para envolverem melhor voluntárias com experiência de refúgio, procurando compreender de que forma emoções como a empatia influenciam a transição do isolamento para a integração e a inclusão nas novas sociedades de acolhimento.

Para responder aos desafios enfrentados pelas organizações de voluntariado, nomeadamente a falta de diversidade e a reduzida presença de voluntários com experiência vivida de refúgio, o FRIIV centra-se também no recrutamento e na retenção de mulheres voluntárias que foram anteriormente refugiadas e que são atualmente cidadãs dos países de acolhimento. Os seus

conhecimentos e experiências podem reforçar as estratégias organizacionais de inclusão de mulheres refugiadas em atividades de voluntariado.

Desta forma, o FRIIV contribui diretamente para a prioridade europeia de promoção da inclusão e da diversidade no voluntariado, bem como para o objetivo mais amplo de construir uma sociedade europeia mais ativa e inclusiva.

Ao centrar-se em mulheres refugiadas provenientes de contextos europeus (por exemplo, da Ucrânia) e não europeus, o FRIIV reforça a capacidade dos gestores de voluntariado e das antigas refugiadas que hoje desempenham funções de voluntariado para promover ambientes de voluntariado mais inclusivos e culturalmente diversos.

A participação das mulheres refugiadas no voluntariado continua, contudo, longe de ser uma realidade generalizada, em parte devido à persistência de preconceitos que associam as origens não europeias ao subdesenvolvimento, ao isolamento ou a baixos níveis de escolaridade (Ouacha & Meijs, 2024). A abordagem inovadora do FRIIV coloca a compreensão intercultural e a partilha de narrativas no centro da ação voluntária, assegurando que as mulheres refugiadas não sejam apenas incluídas, mas também reconhecidas como agentes ativos e detentoras de conhecimento e experiência.

A Europa continua a acolher pessoas refugiadas, constituindo um importante destino para requerentes de asilo provenientes tanto do próprio continente como de outras regiões do mundo. Em 2023, cerca de 19,5 milhões de pessoas refugiadas procuraram asilo num país europeu (ACNUR, 2026).

As mulheres refugiadas, que frequentemente enfrentam uma maior vulnerabilidade do que os seus homólogos masculinos, possuem igualmente uma notável capacidade de resiliência, uma valiosa compreensão intercultural e um forte potencial inspirador. O projeto FRIIV procura valorizar estas competências, promovendo formas sustentáveis de partilha de conhecimentos e de interação através do voluntariado, oferecendo um modelo passível de ser replicado noutros contextos.

Ao dar voz às mulheres voluntárias com experiência de refúgio, permitindo-lhes partilhar as suas vivências e relatar os seus percursos em direção à segurança e à liberdade, o FRIIV introduz uma nova abordagem para promover uma identidade pan-europeia assente na experiência vivida e na compreensão mútua.

A divulgação destas narrativas pessoais detalhadas por toda a Europa terá um impacto que ultrapassa o setor do voluntariado, contribuindo para uma aprendizagem mais ampla da sociedade. Através da sua participação no FRIIV, os gestores de voluntariado e as antigas refugiadas que hoje desempenham funções de voluntariado estarão mais bem preparados para melhorar a qualidade e a inclusão das práticas de voluntariado, que continuam a constituir um dos pilares da aprendizagem cívica e da coesão social.

Embora a investigação demonstre que os benefícios do voluntariado são complexos e diversificados, sobretudo para pessoas em situação de vulnerabilidade, evidencia igualmente que

a participação em atividades de voluntariado pode promover a interação social, a criação de novas relações e aquilo que a literatura designa por «capital social», «confiança» ou «coesão social».

Ao centrar-se especificamente nas mulheres refugiadas, o FRIIV pretende não só apoiar a sua transição do isolamento para uma participação mais ativa na sociedade, mas também reforçar a capacidade das organizações da sociedade civil para criar laços sociais entre diferentes comunidades étnicas, sociais e locais.

O FRIIV concretiza as prioridades definidas através da criação de oportunidades de educação de adultos destinadas a gestores de voluntariado e a mulheres voluntárias que foram, elas próprias, refugiadas. O projeto reforça as suas competências para promover uma maior inclusão de voluntárias de todas as idades, provenientes tanto de contextos europeus (como o ucraniano) como de países terceiros.

A prioridade da inclusão e da diversidade está presente em todas as dimensões do projeto.

O FRIIV promove ambientes de voluntariado mais inclusivos e culturalmente diversificados, reconhecendo a importância de preservar a identidade cultural e de aprofundar a compreensão pública sobre o que significa ser forçado a abandonar o país de origem, reconstruir a vida noutro lugar, aprender uma nova língua e ultrapassar barreiras interculturais. Para muitas pessoas refugiadas, estes processos não resultam de uma escolha, mas são impostos pela necessidade fundamental de garantir a sua segurança e sobrevivência.

O projeto coloca as oportunidades de aprendizagem e o desenvolvimento de competências no centro da sua intervenção, enquanto mecanismos essenciais para promover a participação ativa das mulheres refugiadas na sociedade. Através do voluntariado, as participantes podem adquirir competências práticas e profissionais que favorecem a sua futura integração no mercado de trabalho e o seu desenvolvimento pessoal, mesmo continuando a lidar com os impactos psicológicos da deslocação forçada.

O FRIIV assegura que estas oportunidades de aprendizagem são acessíveis a gestores de voluntariado e a antigas refugiadas que exercem atividades de voluntariado, provenientes de diferentes contextos étnicos, culturais e geracionais. Desta forma, promove a aprendizagem ao longo da vida e a aquisição de novas competências relevantes para o desempenho das suas funções presentes e futuras.

O FRIIV promove igualmente os valores comuns e a participação cívica, incentivando o envolvimento ativo das mulheres refugiadas enquanto potenciais voluntárias. Esta participação contribui para a construção de um futuro mais coeso, assente numa educação de qualidade e numa identidade europeia autêntica.

Ao participarem em atividades de voluntariado centradas na partilha de histórias e de narrativas culturais, as participantes desenvolvem uma compreensão mais profunda dos valores europeus e dos princípios democráticos que sustentam a integração, o sentimento de pertença e a construção da identidade.

Através do seu envolvimento em iniciativas de voluntariado, as mulheres refugiadas voluntárias e os gestores de voluntariado tornam-se agentes ativos da vida cívica nas suas comunidades locais, gerando impactos que se estendem aos níveis regional, nacional e europeu.

O projeto reforça a capacidade dos setores do voluntariado e da integração para adotarem práticas mais inclusivas, alargando, assim, as oportunidades de participação para grupos sociais em situação de maior vulnerabilidade, como é o caso das mulheres refugiadas.

Ao centrar-se nos gestores de voluntariado e nas antigas refugiadas que exercem atividades de voluntariado enquanto aprendentes adultos, o FRIIV contribui para aumentar a sensibilização, o conhecimento e as competências práticas necessárias para envolver mulheres refugiadas enquanto potenciais voluntárias.

O valor acrescentado do voluntariado varia de mulher para mulher. As mulheres refugiadas que chegam à Europa, quer sozinhas, quer acompanhadas pelos seus parceiros e filhos, apresentam percursos muito diversos em termos de escolaridade e formação, que vão desde níveis de educação elevados até situações de analfabetismo (Ouacha & Meijs, 2024).

São oriundas de meios urbanos e rurais, pertencem a diferentes estratos sociais e integram comunidades religiosas distintas.

Para muitas destas mulheres, o voluntariado constitui um instrumento fundamental para estabelecer relações sociais e contribuir ativamente para a sociedade europeia. Permite a partilha de experiências, o apoio mútuo e a construção de perspetivas para o futuro, elementos estreitamente alinhados com o valor da solidariedade consagrado no artigo 2.º do Tratado da União Europeia.

A evidência demonstra que o voluntariado é um instrumento único, capaz de contribuir para a resposta a uma ampla variedade de desafios europeus, nacionais e regionais (Médicos Sem Fronteiras, 2026). Quando são criadas as condições adequadas, gera um claro valor acrescentado em diferentes áreas de intervenção, para diversos grupos sociais e em variados contextos organizacionais.

O FRIIV responde à necessidade de desenvolver um programa de aprendizagem para adultos mais sólido e adaptado às necessidades dos gestores de voluntariado e das antigas refugiadas que desempenham funções de voluntariado. As competências e os conhecimentos adquiridos permitir-lhes-ão criar oportunidades de voluntariado mais estruturadas, acolhedoras e significativas para as mulheres refugiadas, reconhecendo-as não apenas como beneficiárias de apoio, mas também como agentes ativas capazes de o prestar.

Gestores de voluntariado mais bem preparados estarão mais capacitados para apoiar mulheres refugiadas e antigas refugiadas no processo de reconciliação com as suas experiências passadas e na integração dessas vivências nas suas novas trajetórias de vida.

Desta forma, contribuirão para tornar as oportunidades de voluntariado mais inclusivas, de maior qualidade e mais acessíveis, promovendo simultaneamente uma maior participação cívica de grupos em situação de marginalização.

Este objetivo será alcançado através da formação do principal grupo-alvo direto do projeto — os gestores de voluntariado (que poderão, eles próprios, ser pessoas que anteriormente viveram a experiência do refúgio) — reforçando as suas competências, a sua confiança e a sua consciência cívica intercultural.

O projeto beneficiará igualmente as mulheres refugiadas que desejam desenvolver atividades de voluntariado, uma vez que os responsáveis pelo acesso às oportunidades de voluntariado estarão mais bem preparados para as acolher, orientar e apoiar ao longo desse percurso.

A parceria FRIIV reúne organizações provenientes de vários setores, incluindo entidades de apoio e formação em voluntariado, instituições académicas, organizações sem fins lucrativos dedicadas às questões de género, organizações de capacitação de pessoas refugiadas e aceleradoras de iniciativas comunitárias. Em conjunto, estes parceiros abrangem os domínios da educação formal, não formal e informal.

O projeto apresenta um forte potencial para influenciar a formação profissional e a aprendizagem não formal através do envolvimento de voluntários, incluindo mulheres refugiadas que desempenham atividades de voluntariado. Estas voluntárias, especialmente aquelas com formação académica, podem transformar conhecimentos teóricos e experiências práticas em recursos acessíveis que apoiem os gestores de voluntariado e as antigas refugiadas que exercem funções de voluntariado na criação de ambientes onde as mulheres refugiadas se sintam incluídas, compreendidas e reconhecidas, tanto enquanto pessoas como enquanto potenciais voluntárias.

O projeto recorre igualmente às tecnologias digitais para reforçar o potencial do voluntariado transfronteiriço. Num contexto em que as redes sociais assumem um papel cada vez mais relevante na promoção e organização do voluntariado, as componentes digitais do FRIIV podem contribuir para alcançar mulheres refugiadas em situação de isolamento e gerar um impacto significativo em contextos interculturais, intergeracionais e comunitários.

Ao centrar-se na inclusão das mulheres refugiadas enquanto potenciais voluntárias, o FRIIV cria as condições para que estas possam também envolver outras mulheres das suas próprias comunidades. Enquanto pessoas que conhecem profundamente a experiência do refúgio, mas que simultaneamente procuram integrar-se nas sociedades europeias de acolhimento, encontram-se numa posição privilegiada para promover a compreensão intercultural e facilitar o diálogo entre diferentes comunidades.

O projeto demonstra como o envolvimento significativo de grupos minoritários pode gerar resultados inclusivos que se refletem em diversos contextos de participação cívica na União Europeia.

Ao abordar as necessidades de um grupo vulnerável presente, em maior ou menor dimensão, em todos os países europeus — como se verifica, por exemplo, na Polónia e na Eslováquia relativamente às pessoas refugiadas provenientes da Ucrânia — o FRIIV contribui para uma compreensão mais aprofundada dos desafios contemporâneos da integração e da inclusão.

Em última análise, o projeto reforça a cultura europeia do voluntariado enquanto espaço de aprendizagem e de desenvolvimento pessoal para gestores de voluntariado, antigas refugiadas

que desempenham atividades de voluntariado e mulheres refugiadas que aspiram a tornar-se voluntárias.

Através da disponibilização de formação adaptada, conhecimentos, ferramentas e apoio contínuo, assegurados por formadores especializados, por um sítio Web dedicado ao projeto e por uma comunidade de prática, o FRIIV contribui para melhorar a qualidade, a acessibilidade e a diversidade das oportunidades de voluntariado. Consequentemente, promove uma maior participação cívica de grupos em situação de marginalização e reforça o caráter inclusivo e a eficácia das organizações de voluntariado.

A investigação demonstra que as pessoas que se sentem isoladas ou subrepresentadas tendem a afastar-se da vida em sociedade e a participar menos nos debates interculturais e intergeracionais. As mulheres refugiadas, quer ainda se encontrem nessa condição, quer tenham já reconstruído as suas vidas nos países de acolhimento, trazem consigo experiências, narrativas e perspetivas culturais únicas que podem enriquecer todos os setores da sociedade.

Através dos seus principais resultados — incluindo o relatório Estado da Arte, o Programa de Formação e as atividades-piloto — o FRIIV dota os gestores de voluntariado, que podem eles próprios ter vivido a experiência do refúgio, da confiança e das competências necessárias para apoiar mulheres refugiadas a tornarem-se voluntárias, assegurando um impacto duradouro em toda a Europa.

Referências:

Ouacha M, Meijs L, Biekart K. A filantropia diaspórica e o sentido de pertença como expressão da identidade cultural diaspórica e da inclusão. *Voluntas: Revista Internacional de Organizações Voluntárias e Sem Fins Lucrativos*. 2024;35(6):1081-1090. doi:10.1007/s11266-024-00674-3

Su Yin Yap, Angela Byrne, Sarah Davidson, De Refugiado a Bom Cidadão: Uma Análise do Discurso do Voluntariado, *Journal of Refugee Studies*, Volume 24, Edição 1, Março de 2011, Páginas 157–170, <https://doi.org/10.1093/jrs/feg036>

Websites:

Agência da ONU para os Refugiados, <https://www.unhcr.org/>

Médicos Sem Fronteiras, <https://www.doctorswithoutborders.org/>

CAPÍTULO 2. INVESTIGAÇÃO DOCUMENTAL – DADOS, RESULTADOS E ANÁLISE

O Estado da Arte tem como objetivo dar início ao projeto FRIIV através da realização de uma análise sistemática das necessidades de formação do grupo-alvo e da elaboração de um programa de formação adequado para gestores de voluntariado nos países parceiros do projeto: Bélgica, Países Baixos, Polónia, Portugal e Eslováquia.

As ferramentas específicas utilizadas na investigação documental e nos grupos focais — nomeadamente a matriz de palavras-chave, a lista de questões para as entrevistas, as orientações para a sua realização e o código de princípios éticos — foram desenvolvidas durante a reunião de arranque do projeto FRIIV, realizada em Roterdão, em dezembro de 2015 (Reunião Europeia de Investigação).

A matriz de palavras-chave foi organizada em 17 categorias principais, cada uma composta por 3 a 11 subcategorias, totalizando 113 palavras-chave (para mais informações, consulte os resultados da investigação documental, apresentados no mapa de calor na página seguinte).

As categorias principais correspondem às áreas de interesse identificadas durante o workshop do consórcio FRIIV. Estas abrangem conceitos teóricos e jurídicos, bem como desafios e práticas do quotidiano, todos enquadrados no contexto do refúgio, com especial enfoque nas questões relacionadas com as mulheres refugiadas.

Durante a fase de investigação documental, cada equipa nacional trabalhou de forma independente. Como instrumento de trabalho, foi utilizada a lista de palavras-chave elaborada durante a Reunião Europeia de Investigação, realizada em Roterdão, com o objetivo de aprofundar e analisar a literatura selecionada em cada contexto geográfico, privilegiando dados, estudos e informação específica de cada país.

Recorrendo a uma matriz de palavras-chave acompanhada por um ficheiro com orientações gerais (replicado cinco vezes, uma para cada equipa nacional), a equipa do FRIIV analisou os recursos disponíveis nos relatórios nacionais de investigação, identificando as principais áreas de interesse.

Todos os resultados obtidos — correspondentes à análise de 30 a 60 documentos por cada equipa nacional — serviram de base à elaboração do presente relatório.

Todos os resultados encontram-se disponíveis e foram divulgados através do sítio Web do projeto: <https://www.friiv-eu.org/>.

Pesquisa documental - Dados

Palavras-chave

Na secção seguinte apresentam-se as principais categorias e subcategorias que registaram a maior frequência de ocorrência de palavras-chave. Esta frequência baseia-se na análise de um conjunto de 198 documentos sobre migração, refúgio e voluntariado, realizada pelas equipas nacionais do projeto FRIIV.

A. Desafios enfrentados pelas pessoas refugiadas

Na categoria principal «Desafios enfrentados pelas pessoas refugiadas», as subcategorias mais frequentemente identificadas foram: «1.1 Entrada na sociedade / saída das comunidades de origem», «1.3 Falta de capacidade de ação», «1.5 Escassez de recursos versus acessibilidade aos recursos», seguidas de «1.7 Refugiadismo, em termos gerais» e «1.10 Incerteza – contexto social».

A esta lista podem ainda acrescentar-se, embora com menor frequência, as subcategorias «1.8 Estigma e rotulagem social» e «1.4 Falta de conhecimento sobre o funcionamento da sociedade (emprego, educação, cuidados de saúde e sistema bancário)».

O conjunto destes desafios permite compreender de forma mais aprofundada a realidade complexa do estatuto de refugiado, tal como descrita na literatura analisada pelos membros do consórcio. Outras dificuldades frequentemente identificadas durante a fase de investigação documental foram «9.1 Acesso aos serviços» e «11.3 As línguas oficiais do Estado como barreira».

Importa igualmente destacar a recorrente referência à falta de capacidade de ação e de autonomia das pessoas refugiadas, um aspeto amplamente evidenciado nos textos analisados. A diversidade de abordagens ao discurso sobre migração e inclusão revela-se particularmente útil para compreender a relevância destes conceitos e os desafios semânticos que lhes estão associados.

Esta temática foi posteriormente aprofundada nos grupos focais (FGI), quando as participantes foram convidadas a descrever com maior detalhe os desafios enfrentados ao longo do percurso que as conduziu aos seus atuais países de acolhimento.

Esta constitui uma das categorias principais mais recorrentes nas análises realizadas, reunindo uma ampla diversidade de desafios, desde obstáculos estruturais até dificuldades individuais vividas pelas pessoas refugiadas nas comunidades onde se inserem. Os resultados permitem, assim, compreender melhor os obstáculos pessoais e sociais que as pessoas refugiadas enfrentam no momento da sua chegada ao país de acolhimento.

B. Práticas

A segunda categoria mais frequentemente identificada foi «12. Práticas», destacando-se como palavras-chave mais recorrentes «12.5 Inclusão» e «12.6 Integração».

Nesta categoria, verificou-se uma menor frequência de referências às subcategorias «histórias de sucesso» e «participação», o que revela uma área de análise particularmente relevante para reforçar e disseminar boas práticas em diferentes contextos geográficos.

A participação constitui um conceito abrangente, que engloba uma grande diversidade de experiências relacionadas com a participação, a cooperação e a colaboração. À semelhança do que aconteceu na categoria anterior, durante os grupos focais (FGI), as participantes foram convidadas a partilhar as suas perspetivas pessoais sobre experiências de participação, tanto nos seus países de origem como nos atuais contextos de acolhimento.

Algumas destas práticas, embora de natureza local e profundamente enraizadas em realidades socioeconómicas específicas, merecem ser divulgadas como exemplos de respostas individuais aos

desafios quotidianos vividos pelas pessoas refugiadas. Outras, centradas sobretudo nas comunidades de acolhimento, oferecem perspetivas relevantes sobre a forma como as populações locais se adaptam às novas realidades sociais resultantes da chegada de pessoas refugiadas.

C. Sociodemografia

Na categoria principal «13. Sociodemografia», as subcategorias mais frequentemente identificadas foram «13.2 Sociedade civil» e «13.3 Comunidades de acolhimento».

À semelhança das categorias anteriores, foi dada particular atenção ao contexto social da integração, da participação e da inclusão em iniciativas, ações e eventos. Durante a Reunião Europeia de Investigação, ao discutir-se a categoria da sociodemografia, foi delineado o perfil de um ativista, especialista ou simplesmente voluntário que atua como um elemento dinamizador nas suas comunidades, bairros, locais de trabalho ou espaços de lazer, promovendo o envolvimento e a participação de outras pessoas.

A fase de investigação documental evidenciou a riqueza desta categoria na literatura analisada e permitiu explorar diferentes perspetivas sobre o tema, constituindo uma valiosa fonte de informação para as etapas subsequentes do projeto FRIIV.

D. Aspetos institucionais e enquadramento jurídico

Os resultados demonstram uma elevada frequência de palavras-chave relacionadas com a dimensão institucional do acolhimento e da integração de pessoas recém-chegadas, destacando-se a subcategoria «5.7 Legislação e procedimentos da União Europeia, internacionais e nacionais».

Este resultado evidencia a importância atribuída aos procedimentos formais e jurídicos que condicionam o acesso a direitos fundamentais, como a possibilidade de residir e trabalhar legalmente, aceder aos cuidados de saúde ou inscrever os filhos no sistema educativo do país de acolhimento.

Todos estes mecanismos funcionam como fatores determinantes para o processo de integração: podem constituir barreiras que dificultam a inclusão das pessoas refugiadas ou, pelo contrário, facilitar o acesso a direitos e oportunidades que favorecem uma adaptação bem-sucedida ao novo contexto de vida.

Importa salientar que não é apenas a existência de procedimentos legais que influencia este processo, mas também o tempo necessário para a regularização da situação jurídica das pessoas refugiadas e a sua progressiva integração nas comunidades locais.

Embora estes processos variem consoante o contexto geográfico e as especificidades de cada país, os casos relativos às pessoas refugiadas ucranianas analisados no âmbito deste estudo podem ser considerados exemplos de boas práticas neste domínio.

E. O contexto ucraniano

Por último, o contexto ucraniano esteve fortemente representado na matriz de palavras-chave, destacando-se as subcategorias «6.1 Posicionalidade da Europa Central» e, de forma mais específica, «14.3 Mulheres voluntárias ucranianas» e «16.2 Instituições e associações de voluntariado».

Esta predominância está naturalmente relacionada com os casos da Polónia e da Eslováquia, países envolvidos na investigação, mas não se limita a estes contextos. Na realidade, a situação das pessoas refugiadas ucranianas está presente em todos os países parceiros do consórcio FRIIV.

Esta realidade assume particular relevância — por diversas razões, incidindo este relatório sobretudo na identificação de boas práticas — especialmente desde fevereiro de 2022, quando milhões de cidadãos ucranianos procuraram proteção na União Europeia.

A análise das diferentes formas de acolhimento e adaptação demonstra, de um modo geral, que as estratégias de integração adotadas foram bastante bem-sucedidas. Em muitos casos, porém, a resposta inicial não resultou de estratégias institucionais previamente definidas, mas sim de iniciativas espontâneas das comunidades locais, motivadas pelo altruísmo, pela vontade de ajudar ou pela disponibilidade imediata de recursos, como alojamento, transporte ou alimentos. Este tipo de apoio revelou-se essencial para responder às necessidades urgentes das pessoas refugiadas.

Tal como demonstrado pelos resultados anteriormente apresentados, a matriz de palavras-chave permitiu identificar as principais áreas de interesse que estruturam o presente relatório de estado da arte. Os desafios identificados relacionam-se, sobretudo, com a escassez de recursos — não apenas materiais — e, sobretudo, com a dificuldade de acesso a esses recursos por parte das pessoas refugiadas e migrantes.

O caso das pessoas refugiadas ucranianas na Polónia constitui um exemplo particularmente elucidativo. Nos primeiros meses após a chegada, verificou-se uma forte dependência dos mecanismos de apoio social. Contudo, essa situação foi sendo progressivamente substituída por um aumento da autonomia, resultante de processos bem-sucedidos de adaptação, reconhecimento e integração na sociedade de acolhimento. Em 2022, o número de beneficiários ucranianos do sistema de proteção social na Polónia ultrapassou 1,111 milhões de pessoas, diminuindo para cerca de 148 mil em 2023.

Paralelamente, o nível de integração da população ucraniana no mercado de trabalho polaco é particularmente elevado, atingindo cerca de 90 % entre os migrantes que já se encontravam no país antes da guerra e aproximadamente 70 % entre as pessoas refugiadas que chegaram após o início do conflito (fonte: OCDE).

1. Especificidades geográficas

Algumas informações mais específicas emergem das análises realizadas pelas equipas nacionais, embora uma abordagem uniforme não seja aplicável a todos os contextos geográficos. Com efeito, a Bélgica e os Países Baixos diferem significativamente da Polónia e da Eslováquia no que respeita às vagas de refugiados e de migrantes forçados, nomeadamente quanto ao momento e à

frequência das chegadas, ao perfil sociodemográfico dos recém-chegados, às formas de adaptação cultural, aos processos de integração e de enraizamento nas comunidades de acolhimento, entre outros aspetos.

A Eslováquia constitui um exemplo ilustrativo desta realidade. Tradicionalmente, o país não está habituado a receber um número significativo de migrantes, funcionando sobretudo como território de trânsito. Apenas após o início da guerra na Ucrânia se verificou a chegada de um elevado número de pessoas refugiadas, situação para a qual os serviços públicos não estavam preparados. O acesso a serviços essenciais revelou-se inicialmente limitado e difícil, incluindo a procura de cuidados de saúde, a integração das crianças no sistema educativo, o acesso ao emprego, aos apoios sociais e a outros serviços fundamentais.

Perante esta situação, a administração pública teve de responder rapidamente a desafios para os quais existia pouca experiência prévia. Por esse motivo, muitos dos estudos analisados centram-se nas condições iniciais de acesso aos serviços, na evolução dessas condições ao longo do tempo e nas melhorias entretanto introduzidas.

Esta realidade está também estreitamente relacionada com outra palavra-chave frequentemente identificada — «13.2 Sociedade civil» — uma vez que as organizações da sociedade civil desempenharam um papel decisivo ao suprir lacunas do sistema estatal e ao prestar apoio às pessoas que tinham sido forçadas a abandonar o seu país. Diversos estudos analisam os domínios em que estas organizações tiveram uma intervenção mais relevante e identificam as áreas em que demonstraram maior capacidade de resposta.

Relativamente à palavra-chave «14.1», a Eslováquia passou a utilizar o termo «pessoa deslocada» (odídenec, em eslovaco) para designar as pessoas provenientes da Ucrânia, em resposta ao elevado número de chegadas e aos desafios associados à sua integração na sociedade. Este estatuto jurídico específico confere uma forma de proteção temporária que simplifica os procedimentos administrativos e facilita o acesso a serviços essenciais.

Ao abrigo deste estatuto, são concedidos apoios e prestações destinados às famílias deslocadas, permitindo-lhes obter alojamento temporário e residência legal num curto espaço de tempo, frequentemente em poucas horas ou dias. O regime garante ainda acesso imediato e gratuito ao mercado de trabalho, sem necessidade de autorizações especiais, bem como acesso aos cuidados de saúde urgentes e, em certa medida, aos cuidados de saúde gerais. Além disso, permite que as crianças sejam integradas de imediato nos estabelecimentos de ensino e na educação pré-escolar.

De forma semelhante, na Polónia, país que acolhe um número significativo de refugiados e de migrantes forçados provenientes da Ucrânia desde 2014 (na sequência da anexação da Crimeia pela Rússia) e, sobretudo, desde 2022 (com a invasão em grande escala da Ucrânia), a localização geográfica desempenha um papel determinante.

O contexto da Europa Central constitui uma área de interesse natural, resultante dos processos migratórios que deram origem à grande vaga de deslocações iniciada em 2014, com uma primeira fase da chegada de refugiados ucranianos, seguida de uma segunda vaga, muito mais expressiva, em 2022. Estes acontecimentos criaram um novo contexto para as dinâmicas sociais, levantando

questões relacionadas com a capacidade de resposta das sociedades e com a gestão de crises humanitárias de grande dimensão.

A integração é atualmente um dos temas centrais do debate público na Polónia, devido ao aumento da imigração e ao crescimento da proporção de pessoas estrangeiras na sociedade.

Ucranianos, bielorrussos, indianos, vietnamitas e cidadãos de muitas outras nacionalidades compõem hoje o carácter multicultural da sociedade polaca.

Importa salientar que estas comunidades se encontram distribuídas por todo o território nacional, sobretudo em consequência do acolhimento favorável e da inexistência de obstáculos significativos ao seu estabelecimento permanente. A maioria dos migrantes opta por residir nas grandes cidades, onde, em 2026, representa entre 3 % e 10 % da população urbana. A sua integração verifica-se em múltiplas dimensões, incluindo o acesso à habitação, ao mercado de trabalho, à educação, aos serviços de saúde e, de forma mais ampla, às infraestruturas e atividades de lazer.

Uma parte significativa do apoio prestado às pessoas refugiadas durante os primeiros meses da intensificação dos fluxos migratórios para a Polónia, em 2022, foi assegurada por voluntários individuais — particularmente nas regiões fronteiriças —, por organizações sociais e de solidariedade, bem como por instituições inicialmente criadas para outros fins, mas que adaptaram rapidamente a sua atividade para responder à emergência humanitária.

Entre os exemplos mais relevantes destacam-se as escolas e os jardins de infância, que acolheram crianças refugiadas durante o horário letivo e disponibilizaram igualmente serviços de prolongamento do horário escolar. Muitos destes estabelecimentos transformaram-se em verdadeiros centros de apoio às famílias refugiadas e às mães solteiras com filhos, disponibilizando refeições quentes, apoio psicológico, aulas e cursos de língua, bem como diversas formas de apoio social, particularmente importantes para permitir que as mães pudessem ingressar no mercado de trabalho.

Em muitos casos, este apoio só foi possível porque as instituições educativas asseguravam cuidados às crianças durante o dia, permitindo aos adultos desenvolver atividades profissionais. Importa igualmente destacar os serviços de avaliação e acompanhamento psicológico e psicopedagógico prestados às crianças que haviam vivido experiências traumáticas relacionadas com a migração e, frequentemente, com a guerra.

O carácter abrangente e multidimensional destas respostas, aliado ao envolvimento de um grande número de profissionais — muitas vezes prestando os seus serviços de forma gratuita —, contribuiu significativamente para promover processos eficazes de adaptação e integração das pessoas refugiadas nas comunidades de acolhimento.

2. Comunidades de acolhimento

As análises qualitativas indicam que as iniciativas informais de apoio desenvolvidas por pessoas que demonstraram empatia, abertura e disponibilidade para prestar ajuda de forma altruísta desempenharam um papel fundamental no processo de adaptação das famílias refugiadas.

Neste contexto, os voluntários assumiram frequentemente o papel de guias informais, apoiando as famílias na compreensão e no acesso aos sistemas de educação, saúde e proteção social, permitindo-lhes utilizar de forma mais eficaz os recursos e os apoios disponíveis.

Esta assistência inclui, principalmente:

1. Tradução de documentos e apoio na compreensão dos procedimentos administrativos;
2. Assistência no preenchimento de requerimentos e formulários;
3. Acompanhamento em deslocações e atendimentos em instituições públicas;
4. Organização de contactos com profissionais e especialistas da área da saúde;
5. Apoio às famílias no processo de obtenção de diagnósticos e de decisões administrativas;
6. Assistência na comunicação com escolas, jardins de infância e unidades de saúde.

As relações entre as comunidades de acolhimento e as pessoas refugiadas constituem uma área central de análise na sociologia das migrações, particularmente no contexto dos movimentos de deslocação forçada em grande escala.

Na literatura académica, estas relações são habitualmente analisadas à luz de vários enquadramentos teóricos. Em primeiro lugar, a teoria da aculturação (Berry, 1995) destaca as diferentes estratégias de adaptação dos migrantes — integração, assimilação, separação e marginalização —, que são influenciadas pelas atitudes das sociedades de acolhimento.

Em segundo lugar, o conceito de capital social salienta que a qualidade das relações entre diferentes grupos depende da existência de redes de apoio e do nível de confiança social.

Por último, o conceito de coesão social (ou coesão comunitária) parte do princípio de que a integração é um processo recíproco, moldado tanto pelas políticas públicas como pelas interações sociais do quotidiano. Nesta perspetiva, as relações entre as pessoas refugiadas e as comunidades de acolhimento são entendidas como processos dinâmicos e evolutivos, influenciados por fatores económicos, políticos e culturais.

Em síntese, as relações entre as comunidades de acolhimento e as pessoas refugiadas na Europa caracterizam-se pela sua natureza dinâmica e multidimensional. A fase inicial, marcada por uma forte solidariedade, evoluiu gradualmente para um conjunto mais complexo de interações, que inclui tanto formas de cooperação como situações de tensão social.

Do ponto de vista teórico, a análise destes processos evidencia a necessidade de considerar simultaneamente os fatores estruturais — de natureza económica e institucional — e as dinâmicas de nível micro, relacionadas com as interações sociais e as dimensões culturais.

Em particular, os contactos sociais do quotidiano e a acumulação de capital social surgem como condições fundamentais para o sucesso dos processos de integração.

3. Infraestrutura de voluntariado

Outra importante fonte de apoio foi constituída por pessoas da mesma nacionalidade que tinham chegado anteriormente como refugiadas e que já se encontravam parcialmente adaptadas às condições do país de acolhimento.

No caso da comunidade ucraniana na Polónia, por exemplo, tratava-se frequentemente de mulheres cujos maridos já trabalhavam naquele país antes do início da guerra. Estas mulheres possuíam conhecimento sobre o funcionamento das instituições, estavam familiarizadas com o contexto local e dominavam a língua, o que lhes permitia prestar um apoio eficaz às famílias recém-chegadas.

Este tipo de apoio era prestado através de redes de vizinhança, familiares ou comunitárias e abrangia tanto o fornecimento de informação prática como o apoio emocional.

No contexto da migração forçada, particularmente em situações de crise humanitária de grande escala, o conceito de «infraestrutura de voluntariado» tem emergido como uma importante categoria de análise para compreender o papel da sociedade civil no apoio às pessoas refugiadas.

A infraestrutura de voluntariado pode ser definida como o conjunto de mecanismos formais e informais que permitem, coordenam e sustentam o envolvimento de voluntários na resposta às necessidades sociais. Engloba estruturas organizacionais, redes de cooperação, canais de informação e recursos materiais que facilitam a ação coletiva.

Numa perspetiva sociológica, a infraestrutura de voluntariado funciona na intersecção entre os enquadramentos institucionais e a mobilização de base comunitária.

Inclui tanto atores institucionalizados — como organizações não governamentais, autarquias locais e agências internacionais — como redes informais de cidadãos que se auto-organizam para responder a situações de crise.

A eficácia desta infraestrutura depende da densidade das redes sociais, da disponibilidade de recursos e do nível de confiança existente na sociedade.

No caso das pessoas refugiadas provenientes da Ucrânia, a infraestrutura de voluntariado desempenhou um papel fundamental na fase inicial da sua chegada a vários países europeus. A rápida mobilização de cidadãos, comunidades locais e organizações da sociedade civil permitiu responder de forma imediata às necessidades mais urgentes, incluindo o acesso a alojamento, a distribuição de alimentos e o acesso à educação e aos cuidados de saúde.

Esta forma de organização «de baixo para cima» compensou, em parte, a limitada capacidade de resposta inicial das instituições formais, demonstrando a importância do envolvimento cívico em contextos de emergência.

Ao mesmo tempo, a infraestrutura de voluntariado não é estática, evoluindo à medida que as circunstâncias se alteram. Nas fases iniciais caracteriza-se, geralmente, pela espontaneidade e por elevados níveis de mobilização social. Contudo, à medida que as necessidades das pessoas refugiadas se prolongam no tempo, a sustentabilidade do envolvimento dos voluntários torna-se uma preocupação central. Esta evolução conduz frequentemente à institucionalização de práticas

anteriormente informais e ao desenvolvimento de formas mais estruturadas de coordenação entre as instituições públicas e as organizações da sociedade civil.

Além disso, o funcionamento da infraestrutura de voluntariado tem implicações importantes nas relações entre as pessoas refugiadas e as comunidades de acolhimento. Por um lado, reforça a coesão social ao promover o contacto direto, a empatia e a solidariedade.

Por outro, a dependência prolongada do apoio voluntário pode conduzir ao desgaste dos voluntários e gerar tensões relacionadas com a distribuição dos recursos disponíveis.

Em síntese, a infraestrutura de voluntariado constitui uma componente essencial da resposta das sociedades aos fenómenos de migração forçada. A sua análise permite compreender melhor a capacidade das comunidades de acolhimento para mobilizar recursos, coordenar intervenções e assegurar a continuidade dos mecanismos de apoio ao longo do tempo, sobretudo em contextos em que a resposta das instituições formais se revela insuficiente.

4. Sistema educativo e política educativa

Desde o início da guerra na Ucrânia, em fevereiro de 2022, os sistemas educativos de muitos países europeus sofreram uma rápida transformação para responder ao aumento do número de crianças refugiadas, a maioria das quais chegou acompanhada pelas suas mães.

A população refugiada proveniente da Ucrânia é maioritariamente composta por mulheres e crianças, que constituem o principal grupo demográfico entre as pessoas que procuram proteção.

Esta composição demográfica tem implicações importantes para o funcionamento dos sistemas educativos, uma vez que as mulheres desempenham um papel central na mediação do acesso das crianças à educação, no apoio aos processos de adaptação e no acompanhamento dos procedimentos exigidos pelas instituições.

No caso da Polónia, por exemplo, o sistema educativo integra os alunos refugiados ucranianos através de duas modalidades institucionais principais: a integração em turmas regulares e a frequência de turmas preparatórias destinadas a alunos com conhecimentos limitados da língua polaca. Estas turmas oferecem um currículo adaptado e apoio linguístico adicional, mantendo-se, contudo, alinhadas com o currículo nacional.

Numa perspetiva de género, estas medidas assumem especial importância para as raparigas, uma vez que as barreiras linguísticas e os desafios de adaptação podem cruzar-se com expectativas associadas ao género relativamente ao comportamento, aos papéis sociais e à participação na vida escolar.

Importa salientar que a composição maioritariamente feminina da população refugiada faz com que as mulheres assumam, frequentemente, a principal responsabilidade por assegurar a participação das crianças no sistema educativo, muitas vezes em contextos marcados pela insegurança económica e por um apoio institucional limitado. Esta realidade pode restringir a sua capacidade de acompanhar plenamente o percurso escolar dos filhos, sobretudo quando as dificuldades linguísticas se conjugam com a necessidade de trabalhar e com as responsabilidades de prestação de cuidados.

Consequentemente, a eficácia das políticas de integração educativa depende não apenas das intervenções desenvolvidas pelas escolas, mas também da existência de medidas de apoio socioeconómico dirigidas às mulheres refugiadas.

É igualmente de salientar que, embora o sistema educativo polaco tenha conseguido implementar um modelo híbrido que combina a integração em turmas regulares com mecanismos de apoio específicos, a sua eficácia a longo prazo depende da incorporação de uma perspetiva sensível às questões de género. Responder às necessidades educativas das raparigas refugiadas ucranianas e apoiar o papel determinante das mulheres refugiadas nos processos educativos constitui uma condição essencial para garantir a igualdade de acesso à educação e prevenir a reprodução de desigualdades no contexto da migração forçada.

O processo de adaptação das crianças refugiadas implica a sua integração simultânea em novos contextos linguísticos, culturais, sociais e educativos. Os alunos passam a frequentar um ambiente onde as normas sociais, a organização escolar e as expectativas educativas diferem frequentemente das que conheciam no seu país de origem. As experiências de guerra, violência, deslocação forçada, perda do sentimento de segurança e separação de familiares e pessoas próximas tornam este processo ainda mais complexo.

A investigação demonstra que uma adaptação bem-sucedida é favorecida pelo estabelecimento de relações positivas com colegas e professores, pelo desenvolvimento de um sentimento de pertença à comunidade escolar e pela promoção de atividades que incentivem a integração intercultural.

Entre os fatores que facilitaram o processo de adaptação dos alunos provenientes da Ucrânia ao ambiente escolar nos países europeus de acolhimento, sobretudo durante o período inicial da sua permanência, destacam-se a experiência prévia das instituições de ensino no trabalho com estudantes estrangeiros, a presença de profissionais com conhecimentos de ucraniano ou russo e a existência de alunos ucranianos que tinham migrado antes do início da guerra.

Estes fatores podem ser interpretados à luz dos conceitos de capital institucional e capital sociocultural, na medida em que favorecem a adaptação ao proporcionar um ambiente comunicacional mais acessível e ao reduzir as barreiras linguísticas e culturais.

A situação das famílias com crianças e jovens com deficiência ou com outras necessidades educativas específicas revela-se particularmente complexa. Em muitos casos, estas famílias abandonaram o país de origem sem a documentação médica, psicológica e educativa dos seus filhos, tornando necessário repetir os procedimentos de avaliação e diagnóstico.

Os pais têm de recorrer a consultas com diferentes especialistas, reunir documentação clínica, submeter as crianças a avaliações nos serviços de psicologia e orientação educativa e obter uma decisão formal que reconheça a necessidade de medidas de educação inclusiva ou de educação especial.

As barreiras linguísticas, o conhecimento limitado do funcionamento das instituições do país de acolhimento e os impactos decorrentes da experiência migratória constituem obstáculos significativos à concretização destes procedimentos.

O processo de adaptação das crianças refugiadas é multidimensional e vai muito além das intervenções desenvolvidas exclusivamente pela escola. Particularmente importantes são as redes informais de apoio social, criadas por pessoas movidas pela empatia e pela solidariedade, bem como por membros das comunidades migrantes que já passaram anteriormente pelo processo de adaptação.

No caso das crianças com necessidades educativas específicas, é fundamental proporcionar às famílias apoio na compreensão e na navegação dos sistemas de avaliação, diagnóstico e acompanhamento educativo.

As experiências das famílias analisadas demonstram que a eficácia do processo de integração depende não apenas das respostas institucionais, mas também da qualidade das relações sociais, da disponibilidade das comunidades locais para prestar apoio através do voluntariado e da capacidade das escolas para criar um ambiente seguro, inclusivo e sensível à diversidade das experiências migratórias.

5. Mulheres refugiadas ucranianas

No contexto da migração forçada proveniente da Ucrânia, a situação das mulheres refugiadas tem vindo a merecer uma atenção crescente por parte da investigação nas áreas humanitária e das ciências sociais. Os dados disponíveis indicam que a população refugiada proveniente da Ucrânia é maioritariamente composta por mulheres e crianças, em grande medida devido às restrições impostas à saída do país dos homens em idade de mobilização militar (CARE, 2026; ACNUR, 2026).

Alguns estudos indicam que as mulheres representam a maioria da população adulta refugiada nos países de acolhimento.

A investigação evidencia que as mulheres refugiadas enfrentam desafios específicos associados aos papéis e responsabilidades tradicionalmente atribuídos ao género, incluindo as responsabilidades de prestação de cuidados, as dificuldades de acesso ao mercado de trabalho e uma maior vulnerabilidade económica. Estes desafios são frequentemente agravados pela responsabilidade de acompanhar e cuidar dos filhos, o que limita não só a participação das mulheres no mercado de trabalho, como também influencia a sua capacidade para apoiar a integração educativa das crianças (Huliaieva, 2024).

Além disso, os relatórios de monitorização da proteção indicam que as mulheres são desproporcionalmente afetadas por situações de discriminação e estigmatização, evidenciando a dimensão de género dos processos de integração nas sociedades de acolhimento (International Rescue Committee – IRC, 2026).

Numa perspetiva educativa, as mulheres desempenham um papel fundamental na mediação do acesso das crianças à escolaridade, na interação com os sistemas administrativos e no acompanhamento dos seus percursos de aprendizagem.

Apesar da relevância deste papel, os constrangimentos e as necessidades específicas das mulheres refugiadas continuam a ser insuficientemente estudados, sobretudo no que diz respeito à influência que exercem nos resultados e percursos educativos das crianças.

A inexistência de dados sistematicamente recolhidos e desagregados por sexo constitui, igualmente, uma limitação importante ao desenvolvimento de políticas educativas e de medidas de intervenção especificamente orientadas para responder às necessidades das mulheres refugiadas (CARE, 2026).

Neste enquadramento mais amplo, a situação das raparigas no contexto educativo continua a constituir uma área de investigação ainda pouco desenvolvida. Embora as raparigas representem uma parte significativa da população estudantil refugiada, em resultado da natureza maioritariamente feminina dos fluxos migratórios provenientes da Ucrânia, as suas experiências são raramente analisadas de forma autónoma na investigação em educação.

Os estudos existentes indicam que as crianças refugiadas enfrentam múltiplos desafios psicossociais associados à guerra e à deslocação forçada, incluindo experiências traumáticas, a perda do sentimento de estabilidade e a incerteza em relação ao futuro, fatores que afetam negativamente o seu envolvimento na escola e o seu bem-estar (UNICEF, 2026).

Além disso, os relatórios evidenciam dificuldades persistentes na integração entre pares, nomeadamente o isolamento social, a reduzida interação com os estudantes do país de acolhimento e a formação de redes de amizade paralelas, constituídas maioritariamente por crianças e jovens da mesma origem.

Estes processos podem contribuir para uma menor participação na vida escolar e para níveis mais reduzidos de envolvimento nas atividades educativas. As experiências de discriminação, incluindo episódios de agressão verbal e de exclusão social, tornam ainda mais complexo o processo de integração educativa das crianças refugiadas (IRC, 2026).

As raparigas adolescentes podem enfrentar riscos adicionais associados às expectativas de género, incluindo a assunção de responsabilidades de prestação de cuidados no contexto familiar, a pressão social para corresponder a determinados papéis e os constrangimentos decorrentes de normas culturais. Em conjugação com barreiras estruturais, como o conhecimento limitado do sistema educativo, as dificuldades linguísticas e as limitações económicas, estes fatores podem aumentar a probabilidade de interrupções nos percursos escolares ou de uma menor participação no ensino formal (CARE, 2026).

Numa perspetiva comparativa, as diferenças de género constituem uma dimensão importante, embora ainda insuficientemente explorada, da educação de crianças e jovens refugiados. Embora tanto as raparigas como os rapazes sejam afetados pelos principais desafios associados à deslocação forçada, ao trauma e à interrupção da escolaridade, a evidência disponível sugere que estes grupos tendem a vivenciar e a responder a essas dificuldades de formas distintas.

As raparigas apresentam maior propensão para interiorizar o sofrimento, manifestando sinais de retraimento, ansiedade ou dificuldades escolares menos visíveis. Os rapazes, por sua vez, tendem mais frequentemente a exteriorizar essas dificuldades através de problemas comportamentais ou de situações de conflito.

Esta diferenciação tem implicações importantes na forma como os professores identificam e respondem às necessidades dos alunos, uma vez que as dificuldades interiorizadas tendem a

passar mais facilmente despercebidas no contexto escolar, podendo, por isso, receber menor atenção e apoio.

As diferenças de género manifestam-se igualmente nos processos de integração social.

Embora tanto as raparigas como os rapazes possam experienciar situações de exclusão, as raparigas tendem a ser mais sensíveis às dinâmicas relacionais e à pressão social, enquanto os rapazes estão, com maior frequência, expostos a formas mais explícitas de conflito.

Durante a adolescência, estas diferenças são ainda reforçadas pelas normas de género, que podem influenciar as aspirações educativas, a participação na vida escolar e o acesso a oportunidades de aprendizagem e desenvolvimento.

As barreiras no acesso à educação constituem uma área de particular preocupação, afetando também as raparigas adolescentes. A investigação indica que uma parte dos jovens refugiados enfrenta dificuldades relacionadas com as barreiras linguísticas, o conhecimento limitado do sistema educativo do país de acolhimento e as limitações económicas, fatores que podem conduzir à exclusão temporária ou permanente da escolaridade (CARE, 2026).

Além disso, é frequentemente identificado um sentimento persistente de transitoriedade e de incerteza relativamente ao futuro, o qual tem um impacto negativo no envolvimento dos alunos no processo educativo e na sua participação escolar (IRC, 2026).

Ao mesmo tempo, estudos qualitativos sugerem a existência de pressões de assimilação no contexto escolar, manifestadas, por exemplo, na tendência de alguns alunos para ocultarem a sua identidade cultural e se conformarem com as normas dominantes da sociedade de acolhimento (CEO, 2026; UNICEF, 2026).

Embora estes relatórios raramente diferenciem as experiências dos alunos em função do género, pode sustentar-se que a situação das raparigas e das jovens mulheres requer uma análise mais aprofundada, particularmente no que respeita à sua potencial vulnerabilidade a formas específicas de pressão social, exclusão ou interrupção dos seus percursos educativos.

Assim, apesar do crescente número de estudos sobre a situação dos estudantes ucranianos nas escolas polacas, a perspetiva de género continua a estar insuficientemente desenvolvida.

Esta lacuna evidencia a necessidade de realizar investigações mais aprofundadas, centradas especificamente nas experiências educativas das raparigas e das jovens mulheres no contexto da migração forçada.

6. Exclusão feminina

A feminização da migração forçada implica que as mulheres desempenhem um papel central na garantia da participação das crianças no sistema educativo. São frequentemente responsáveis pela inscrição dos filhos nas escolas, pela manutenção da comunicação com os estabelecimentos de ensino e pelo acompanhamento dos processos de aprendizagem em contexto familiar.

Contudo, estas responsabilidades são, muitas vezes, assumidas em condições de insegurança económica e de apoio institucional limitado. A conjugação das responsabilidades de prestação de

cuidados, das dificuldades de acesso ao mercado de trabalho e das barreiras linguísticas pode limitar o envolvimento das mulheres no sistema educativo e aumentar o risco de exclusão.

Esta realidade evidencia a necessidade de desenvolver políticas que não se centrem apenas nos alunos, mas que tenham igualmente em consideração as condições socioeconómicas mais amplas das famílias refugiadas, reconhecendo o papel determinante das mulheres nos processos de integração educativa.

Embora as raparigas representem uma parte significativa da população estudantil refugiada, as suas experiências específicas continuam a ser pouco estudadas. A investigação existente indica que as crianças refugiadas enfrentam desafios psicossociais significativos, incluindo experiências traumáticas, instabilidade e incerteza, fatores que podem afetar negativamente o seu envolvimento no processo educativo.

As raparigas adolescentes podem estar expostas a riscos adicionais associados às normas de género, como a assunção de responsabilidades de prestação de cuidados, a pressão social para corresponder a determinados papéis e uma menor liberdade de circulação. Estes fatores podem aumentar a probabilidade de interrupções nos seus percursos educativos.

As barreiras estruturais, nomeadamente as dificuldades linguísticas e o conhecimento limitado do sistema educativo do país de acolhimento, contribuem ainda para agravar estes riscos.

As diferenças de género constituem uma dimensão importante, mas ainda insuficientemente explorada, da educação de crianças e jovens refugiados, sendo o seu conhecimento essencial para promover estratégias de inclusão mais eficazes.

Embora tanto as raparigas como os rapazes vivenciem as consequências da deslocação forçada, as suas formas de resposta e os respetivos percursos educativos podem diferir.

Estas diferenças influenciam a forma como os professores identificam as necessidades dos alunos e lhes prestam apoio, podendo dar origem a respostas educativas desiguais.

Além disso, as raparigas tendem a ser mais sensíveis às dinâmicas relacionais no seio dos grupos de pares, enquanto os rapazes estão frequentemente mais expostos a formas explícitas de conflito. Estes padrões diferenciados em função do género evidenciam a necessidade de desenvolver abordagens educativas específicas e sensíveis às diferentes necessidades de raparigas e rapazes, de forma a promover uma inclusão efetiva.

7. Inclusão

A principal área de intervenção consiste na integração sistemática da perspetiva de género nas políticas de integração educativa. Tal implica a recolha e a análise de dados desagregados por sexo, bem como a incorporação das diferenças de género na avaliação das necessidades dos alunos. Como referem os relatórios humanitários, a ausência de dados desagregados por sexo limita significativamente a capacidade de conceber medidas de apoio adequadas.

A implementação de mecanismos de monitorização da situação educativa das raparigas permitiria identificar áreas de maior risco, como o abandono escolar ou a ocorrência de situações de violência entre pares.

Uma segunda linha de intervenção fundamental prende-se com o desenvolvimento de políticas destinadas a prevenir a exclusão educativa das raparigas, em particular durante a adolescência. A literatura destaca que os jovens refugiados enfrentam barreiras significativas no acesso à educação, relacionadas com fatores linguísticos, económicos e institucionais. No caso das raparigas, as políticas educativas devem considerar igualmente o risco acrescido associado à assunção de responsabilidades de prestação de cuidados e aos constrangimentos decorrentes das normas culturais. Neste contexto, recomenda-se o desenvolvimento de programas de prevenção do abandono escolar adaptados às necessidades específicas das raparigas com percurso migratório.

Outro elemento essencial consiste na criação de ambientes seguros e inclusivos, sensíveis às experiências de violência e discriminação. A investigação demonstra que os alunos refugiados e requerentes de asilo são frequentemente alvo de diferentes formas de exclusão e de agressão verbal. Consequentemente, as políticas educativas devem incluir medidas de combate à discriminação e programas de prevenção da violência baseada no género, incluindo a criação de espaços seguros destinados às raparigas. Os voluntários podem desempenhar um papel importante na criação, dinamização e manutenção destes espaços.

É igualmente relevante desenvolver programas de capacitação que constituam uma resposta às pressões de assimilação e aos desafios associados à construção da identidade em contextos migratórios. No âmbito das políticas educativas, isto implica apoiar iniciativas de mentoria, programas de aprendizagem socioemocional e atividades que promovam a participação das raparigas na vida escolar e comunitária.

Estas intervenções, frequentemente desenvolvidas com o apoio de voluntários, podem contribuir para o reforço do capital social e para o desenvolvimento de um maior sentimento de pertença à comunidade local.

Referências:

Berry, JW (2005). Aculturação: Viver com sucesso em duas culturas. *Revista Internacional de Relações Interculturais*, 29:6. <https://10.1016/j.ijintrel.2005.07.013>

Bogoni, A. e J. Normann. Obecna sytuacja ukraińskich uchodźców w Polsce [A situação actual dos refugiados ucranianos na Polónia]. *Europa Azul* (2024).

Huliaieva, L. (2024). Mulheres migrantes forçadas ucranianas na Polónia: análise de inquérito. *Societas/Communitas* 37(1), pp.

Websites:

CARE International Rescue Committee, <https://www.rescue.org>

Centrum Edukacji Obywatelskiej [Centro Educativo Cívico], <https://www.ceo.org.pl>

Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico, <https://www.oecd.org>

Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), <https://unicef.pl/>

CAPÍTULO 3. ENTREVISTAS A GRUPOS FOCAIS

LISTA DE QUESTÕES QUE ORIENTARAM AS DISCUSSÕES DURANTE AS ENTREVISTAS EM GRUPOS FOCAIS

I. “Durante a viagem”

1. Descreva, brevemente, como chegou ao seu atual local de residência a partir do seu país ou local de origem. (Quando chegou? Que percurso fez? Como foram os primeiros momentos após a chegada?)
2. Quais são as suas memórias da chegada ao seu atual local de residência? (Demorou muito tempo a encontrar um alojamento adequado, trabalho ou locais para ocupar os seus tempos livres?)

II. “O acolhimento”

3. Que barreiras encontrou desde que passou a viver aqui?
4. Está satisfeito(a) com as suas atuais condições de vida? (habitação, trabalho, cuidados de saúde, educação dos filhos e espaços para ocupar os tempos livres)
5. Como avalia o local onde vive atualmente neste país? Considera que é um bom lugar para viver?

III. “Redes sociais”

6. Mantém contacto com os seus familiares, pessoas próximas e amigos que permaneceram no seu país ou local de origem? Em caso afirmativo, com que frequência e de que forma (por exemplo, através de visitas presenciais ou sobretudo por meios de comunicação à distância)?
7. Pode dizer que, no local onde vive ou permanece (bairro, local de trabalho ou espaços de lazer), estão a surgir e a funcionar comunidades? Em caso afirmativo, quem faz parte dessas comunidades e quais são alguns exemplos das suas atividades e iniciativas?

IV. “Voluntariado”

8. O que significa para si o termo «voluntariado»?
9. Em que difere o voluntariado no país onde vive atualmente daquele que existia no seu país de origem? (Quem participa? Quais são alguns exemplos de atividades?)
10. Mantém contacto com outras pessoas que chegaram recentemente a este país (por exemplo, prestando diferentes formas de ajuda e apoio), com membros do seu grupo étnico ou com pessoas em situação semelhante?
11. Participa em alguma atividade de voluntariado (prestação de apoio não remunerado a pessoas em situação de necessidade)? Em caso afirmativo, em que contexto, organização ou associação?
12. Que exemplos de boas práticas ou de iniciativas bem-sucedidas dirigidas a pessoas com experiência de migração ou de refúgio pode mencionar?
13. Como avaliaria as suas competências linguísticas na compreensão e na utilização ativa da língua do país de acolhimento?

14. Há mais alguma coisa que gostaria de acrescentar?

Entrevistas a Grupos Focais:

As memórias e os argumentos apresentados durante os grupos focais (FGIs) estiveram frequentemente associados às barreiras e aos desafios enfrentados pelos participantes, bem como às suas lutas individuais, impulsionadas pelo desejo de encontrar um lugar melhor e mais seguro para viver, tanto no presente como no futuro. Contudo, estas reflexões não se centram apenas no futuro. Em muitos casos, as experiências do passado oferecem perspetivas relevantes que podem também contribuir para compreender e enfrentar os desafios do presente:

“A Europa esquece a sua própria história. Houve muitos refugiados europeus. Eu próprio sou meio italiano. Nova Iorque está cheia de apelidos italianos porque muitos italianos fugiram da pobreza e da guerra. E, ironicamente, hoje são muitas vezes os próprios italianos os primeiros a opor-se aos refugiados. Na minha investigação sobre a filantropia das diásporas, observo exatamente o mesmo fenómeno. Quando falo de pessoas que enviam dinheiro para os seus países de origem, toda a gente assume que me refiro a pessoas do Sul Global. No entanto, depois da Segunda Guerra Mundial, quando os Países Baixos estavam devastados, muitas famílias neerlandesas sobreviveram graças ao dinheiro enviado por familiares que viviam nos Estados Unidos e no Canadá. As pessoas esquecem-se disso. Em todas as palestras, acaba sempre por haver alguém que diz: ‘Tem razão — a minha família também recebeu ajuda do estrangeiro.’ Esquecemo-nos das nossas próprias histórias.”

Independentemente dos locais onde as entrevistas foram realizadas, o percurso comum dos refugiados evidencia um conjunto de experiências que obrigam a uma profunda redefinição da vida quotidiana: um forte sentimento de temporariedade, a incerteza em relação ao futuro, a perda de autonomia e a interrupção forçada dos projetos de vida. Os testemunhos recolhidos forneceram informações valiosas que serão posteriormente utilizadas no âmbito do projeto, tanto no trabalho com refugiados como com especialistas e voluntários.

Em alguns casos, os participantes identificaram o voluntariado como uma dimensão central do seu envolvimento, permitindo-lhes recuperar um sentido de autonomia, pertença e realização pessoal. Como referiu um dos participantes:

“Para ser sincero, nunca fiz voluntariado na Ucrânia. Mas, em Portugal, isso devolveu-me um propósito. Porque, quando chegamos, estamos sobretudo a receber ajuda... e sentimos vontade de retribuir. (...) Sim, faz-nos sentir novamente ativos.”

As citações apresentadas nos quadros em destaque foram selecionadas pelo seu carácter universal. Independentemente de quem as proferiu, refletem experiências comuns aos refugiados, o seu quotidiano, as suas preocupações e as suas motivações. Quando questionados sobre o que os motivou a migrar e a enfrentar todos os desafios associados —

“Qual foi a força que o(a) levou a procurar formas de garantir melhores condições para si e para a sua família?” — quatro participantes responderam:

Pessoa 6: “Os filhos.”

Pessoa 3: “Os filhos.”

Pessoa 7: “Tudo pelos filhos.”

Pessoa 8: “No meu caso, por exemplo, os meus filhos já são adultos. O que me dá tranquilidade é saber que eles também estão aqui, com as suas famílias, em segurança.”

Para além das motivações profundas que marcaram o processo de deslocação, os participantes identificaram uma grande diversidade de obstáculos em todas as fases da sua experiência migratória — desde a decisão de partir, passando pela viagem, até ao processo de instalação no país de acolhimento. Quando questionados sobre os desafios específicos enfrentados enquanto recém-chegados, responderam:

“A habitação. Acho que toda a gente dirá o mesmo. Porque, sem um alojamento estável, nada mais funciona.”

Pessoa 4: “Sim, e não se trata de qualquer alojamento. É preciso um lugar onde sintas que podes ficar, sem ter de voltar a mudar dali a dois meses.”

Pessoa 2: “Mudei de casa várias vezes. Sempre que mudas, perdes energia. Tens de conhecer um novo bairro, novos transportes, novos vizinhos... é extremamente desgastante.”

Pessoa 7: “E isso afeta os teus planos. Não consegues comprometer-te com um emprego ou inscrever-te em cursos se não souberes onde vais viver.”

Com os exemplos apresentados acima, bem como com muitos outros recolhidos ao longo do estudo, procuramos traçar um retrato das experiências vividas pelos refugiados.

Seguidamente, apresentamos as perspetivas das equipas nacionais do projeto FRIIV e, nas secções seguintes, desenvolvemos uma análise geral dos resultados dos grupos focais (FGIs).

Na secção que se segue são apresentadas as principais Áreas de Interesse, com o objetivo de oferecer uma visão global das experiências dos refugiados e dos gestores de voluntariado. A organização destas Áreas de Interesse segue a lógica do percurso vivido pelos participantes: desde a viagem e a chegada ao país de acolhimento, passando pelas barreiras e desafios encontrados, até às formas de ativismo e voluntariado desenvolvidas por refugiados, voluntários e gestores, apresentadas como possíveis respostas e soluções para esses desafios.

1. O Acolhimento em Novos Contextos

Todos os participantes dos grupos focais partilharam não apenas os desafios práticos que enfrentaram, mas também o peso emocional duradouro da deslocação forçada. A saída dos seus locais de residência permanente foi raramente descrita como uma escolha, sendo antes apresentada como uma decisão imposta pelas circunstâncias. Muitos partiram de forma precipitada, convencidos de que regressariam ao fim de poucas semanas, deixando para trás documentos, bens pessoais e projetos de vida inacabados.

A esta incerteza juntava-se frequentemente um profundo sentimento de culpa por terem deixado familiares para trás, em particular cônjuges e pais idosos. Embora a viagem em si tenha sido muitas vezes descrita como um período dominado pela sobrevivência e pelas exigências logísticas, mais

do que pelas emoções, o impacto emocional tornou-se muito mais intenso após a chegada ao país de acolhimento.

“Durante a viagem, não se pensa. Depois de chegar ... tudo nos cai em cima de uma só vez.”

Muitos participantes referiram que o momento mais difícil não foi a partida, mas sim a chegada ao país de acolhimento. A estrutura e o objetivo claros da viagem deram lugar à incerteza e a um intenso desgaste emocional. Muitos descreveram a sensação de estarem

“entre dois mundos” — já não pertenciam à vida que deixaram para trás, mas também ainda não se sentiam plenamente integrados no novo contexto. Este sentimento de suspensão dificultava o compromisso com a construção de uma nova vida.

O alojamento foi identificado como um dos desafios mais urgentes à chegada. As mudanças frequentes de residência geravam instabilidade, dificultando a manutenção de um emprego, a frequência de cursos e o estabelecimento de rotinas. Os participantes salientaram que, mais do que encontrar um lugar para viver, era essencial garantir um alojamento estável que lhes permitisse reconstruir as suas vidas.

O trabalho foi igualmente considerado fundamental, não apenas para assegurar a estabilidade financeira, mas também para recuperar a independência, a autoconfiança e o sentido de identidade. Contudo, os participantes referiram diversos obstáculos, entre os quais as dificuldades no reconhecimento da experiência profissional adquirida nos países de origem, as limitações linguísticas e as sucessivas candidaturas a emprego sem sucesso.

Muitos participantes descreveram ainda o apoio emocional recebido nos primeiros momentos como excessivo ou prematuro, referindo que lhes foi disponibilizada muita informação numa fase em que ainda não estavam preparados para a assimilar ou utilizar.

Por esse motivo, defenderam a necessidade de um apoio contínuo, gradual e mais personalizado. Em vez de privilegiarem apenas o acompanhamento psicológico formal, destacaram a importância do contacto humano regular e de pequenos gestos de atenção.

Como sintetizou um dos participantes: *“Alguém perguntar ‘Como estás, de verdade?’ faz toda a diferença.”*

Curiosamente, vários participantes identificaram os filhos, os familiares que permaneceram nas suas cidades de origem e o sentido de responsabilidade para com eles como as principais fontes de motivação. Com o passar do tempo, essa motivação deixou de estar centrada apenas na sobrevivência diária e passou a orientar-se para a construção de uma vida estável, em que as rotinas quotidianas desempenham um papel essencial na recuperação de um sentimento de normalidade.

“Quando chegámos, recebemos logo na fronteira, através de voluntários, informações sobre os cuidados de saúde, os apoios disponíveis e o funcionamento do sistema aqui. Isso foi muito importante para nós. Depois, quando chegámos ao centro humanitário, distribuíram-nos alguns bens essenciais. Também nos deram folhetos informativos, de diferentes formatos, onde constavam todas as informações necessárias, incluindo contactos telefónicos úteis.”

“Quando se chega como recém-chegado, toda a gente à nossa volta percebe que não somos dali. Nós próprios sentimos isso. Mas quando uma organização não governamental se aproxima, pergunta do que precisamos e procura responder a essas necessidades, sentimo-nos apoiados. É como se tivéssemos uma família aqui. Dizem-nos sempre que fazemos parte da equipa e isso é verdade — sentimos que somos uma família. Continuo a ter os meus próprios problemas, mas este ambiente faz-me sentir menos stressado. Só quero dizer: obrigado.”

A comunidade de refugiados foi considerada uma importante fonte de apoio prático e emocional. No entanto, alguns participantes salientaram que depender exclusivamente dessa rede pode limitar uma integração mais ampla na sociedade de acolhimento. As relações de apoio estabelecidas a nível individual revelaram-se igualmente fundamentais.

O voluntariado ajudou muitos participantes a recuperar um sentido de propósito, a contribuir para as suas novas comunidades e a desenvolver competências linguísticas. Ainda assim, barreiras linguísticas, a falta de confiança e o desgaste físico e emocional limitaram, por vezes, a participação nestas atividades.

De forma consistente, os participantes descreveram as pessoas das comunidades de acolhimento como prestáveis e acolhedoras, mas caracterizaram os sistemas administrativos como lentos e difíceis de compreender. Como sintetizou um dos participantes: *“As pessoas são simpáticas, mas o sistema é lento.”*

Entre as principais soluções propostas destacam-se a necessidade de procedimentos administrativos mais rápidos, uma comunicação mais clara, um acompanhamento mais consistente dos refugiados e a disponibilização de apoio continuado que vá além da fase inicial de acolhimento.

Os participantes descreveram as suas experiências recorrendo a expressões como

“entre dois mundos”, “reconstruir lentamente” e “um processo contínuo”, refletindo a ideia de que a integração permanece em curso. De um modo geral, os seus testemunhos demonstram que uma integração bem-sucedida depende não apenas do apoio prático recebido, mas também do tempo, da estabilidade e da oportunidade de reconstruir um sentido de identidade e de pertença.

Tendo em conta as difíceis circunstâncias enfrentadas pelos recém-chegados, pelos refugiados e por todas as pessoas obrigadas a fugir em situações dramáticas, as suas necessidades vão muito além da assistência material. Estas exigem processos de avaliação e acompanhamento cuidadosos e sensíveis, capazes de equilibrar as necessidades específicas dos refugiados com a capacidade de resposta e os recursos disponíveis por parte dos voluntários e das organizações de apoio.

“Também me lembro de que, quando vivia em Gliwice, durante os primeiros dois dias, algumas pessoas traziam grandes quantidades de alimentos. Não sei exatamente de onde vinham, talvez através do trabalho do meu pai. Lembro-me de que entrei para o 7.º ano numa escola em Gliwice e, no meu primeiro dia de aulas, deram-me todo o material escolar — marcadores, cadernos e outras coisas. Quando entrei na sala, disseram-me simplesmente: ‘Leva o que precisares!’ Foi mesmo assim.”

“Quando chegámos e saímos do comboio, o meu pai olhou para mim e perguntou:

‘Como te sentes?’ Eu respondi: ‘Estou em casa.’ Foi mesmo esse o primeiro sentimento.

Sentia que estávamos em casa, como se tudo estivesse bem. Mas, para ser mais preciso, era uma sensação semelhante à que tinha da minha casa antes da guerra.”

“Era estrangeiro. Mas, ao fim de duas semanas, no máximo três, comecei a falar polaco. Passado um mês, já conseguia conversar com os meus amigos.”

Contudo, entre os temas que surgiram de forma mais espontânea durante as entrevistas, destacou-se o sentimento de integração e de pertença ao lugar onde os participantes viviam atualmente. Independentemente do momento da chegada ou do percurso realizado até ao destino final, a grande maioria dos entrevistados manifestou a convicção de que aquele era agora o seu “lar” ou que se sentiam “em casa”.

Outro exemplo particularmente relevante refere-se a um advogado local, especializado em apoiar refugiados nos processos de legalização e regularização documental. Graças à sua formação académica na Ucrânia e ao domínio das línguas polaca e ucraniana, conseguiu prestar um apoio especialmente valioso a quem enfrentava procedimentos administrativos complexos. Os participantes salientaram que este tipo de apoio foi extremamente útil.

“Gostaria ainda de acrescentar que há um advogado em Poznań (...). Não sei se já ouviram falar dele. É bilingue: fala polaco, mas estudou ucraniano na Ucrânia e fala ucraniano fluentemente. Organiza regularmente sessões de esclarecimento sobre questões jurídicas, nomeadamente relacionadas com a legalização da permanência, bem como sobre outras matérias legais dirigidas especificamente aos cidadãos ucranianos. (...) Também está presente no Facebook, onde as pessoas colocam questões e ele responde, prestando aconselhamento jurídico. Faz tudo isto de forma inteiramente voluntária.”

Os participantes descreveram a chegada ao país de acolhimento como uma experiência emocionalmente avassaladora, referindo que foi apenas depois de alcançarem um lugar seguro que a realidade do deslocamento se tornou plenamente evidente: *“Durante a viagem, não se pensa. Só depois de chegar ... é que tudo nos cai em cima de uma só vez.”*

Outro exemplo é o das mulheres alojadas num navio em Roterdão, que destacaram a importância do apoio mútuo, descrevendo a sua comunidade como “uma única família”, apesar das difíceis condições de vida. O contacto com pessoas que partilhavam experiências semelhantes ajudou a reduzir o sentimento de solidão e constituiu uma importante fonte de apoio emocional e de resiliência.

Para além do alojamento e da segurança, os participantes salientaram a importância de uma inclusão social efetiva. O voluntariado, a participação em cursos, as atividades culturais e a possibilidade de preservarem a sua identidade para além da condição de “refugiado”

foram considerados elementos essenciais para o seu bem-estar. Os participantes sublinharam ainda a necessidade de uma maior compreensão por parte da sociedade de acolhimento, destacando que os refugiados fugiram por necessidade e não por escolha, e apelaram a uma atitude de maior empatia por parte das comunidades anfitriãs.

2. Desafios à Chegada e Respostas de Base Comunitária

A análise das especificidades do acolhimento dos refugiados pode começar pela apresentação das respostas espontâneas das comunidades locais à chegada de migrantes e refugiados. É importante sublinhar que os primeiros momentos — em particular os primeiros dias após a chegada — são decisivos, uma vez que os recém-chegados necessitam de diferentes formas de apoio para responder às suas necessidades mais imediatas.

Na realidade, o quotidiano no local de acolhimento é moldado não apenas pelas necessidades dos recém-chegados, mas também pelas respostas da comunidade anfitriã: especialistas e ativistas individuais, comunidades locais, organizações não governamentais envolvidas em iniciativas de acolhimento, bem como voluntários da mesma origem étnica, que podem partilhar as suas experiências e facilitar o processo de integração. As citações que se seguem ilustram algumas destas iniciativas.

“Quando fui viver para o Syria Ship, estava constantemente com fome. A qualidade da comida era muito má. Por vezes, o frango estava queimado por fora, mas ainda congelado e cru por dentro. Utilizavam especiarias a que não estávamos habituados. Muitas vezes, a comida estava mal preparada ou não apresentava as condições de higiene adequadas.”

“Quando fui viver para o Syria Ship, estava constantemente com fome. A qualidade da comida era muito má. Por vezes, o frango estava queimado por fora, mas ainda congelado e cru por dentro. Utilizavam especiarias a que não estávamos habituados. Muitas vezes, a comida estava mal preparada ou não apresentava as condições de higiene adequadas.”

“Somos como uma grande família no navio [o local de acolhimento]. As condições de vida não são as ideais, mas apoiamo-nos uns aos outros. Encontramos pequenos momentos de felicidade. Às vezes choramos, outras vezes celebramos. Até chamamos ‘mãe’ a algumas das mulheres mais velhas. Sentimo-nos como uma única família, não por sermos refugiados, mas porque vivemos juntos há muito tempo. Não é fácil, mas tento manter a esperança.”

Para além dos momentos imediatamente após a chegada, alguns participantes recordam o acolhimento e o apoio que receberam de voluntários locais. A citação seguinte ilustra também a importância de manter o contacto com familiares e amigos que permaneceram no país de origem:

“[Sobre os familiares que chegaram a Poznań vindos da Ucrânia] No início da guerra vieram para nossa casa. Primeiro conheceram o apartamento e viram onde estava tudo. Depois saíram para dar uma volta e regressaram com dois ou três sacos de alimentos, roupa, alguns medicamentos e brinquedos para as crianças, porque ela estava com um filho pequeno. Perguntei-lhe onde tinham conseguido tudo aquilo e ela disse que tinha sido num ponto de apoio, perto da Avenida [centro comercial de Poznań], onde a Cruz Vermelha distribuía ajuda. Foi mesmo no início da guerra.”

“E enviamos encomendas. Por exemplo, recentemente comprei medicamentos para a minha mãe. Quando ela esteve aqui, na Eslováquia, viu quais os medicamentos disponíveis e enviou-me uma lista. Os meus pais são médicos e também precisam de medicamentos para outras pessoas que continuam lá. Por isso, sempre que vou à Ucrânia, levo medicamentos, porque ela precisa deles. O mesmo acontece com a minha irmã. Também enviamos algumas coisas, porque a roupa para

crianças é mais cara lá. Mantemos o contacto por telefone, enviamos encomendas e, sempre que é possível, vamos lá.”

De um modo geral, os desafios enfrentados pelos refugiados à chegada são significativamente atenuados pela ação de diversas organizações da sociedade civil, organizações não governamentais (ONG) e iniciativas espontâneas de apoio aos recém-chegados. Em seguida, apresentam-se alguns exemplos concretos de auto-organização, ativismo e voluntariado desenvolvidos pelos próprios refugiados.

3. Barreiras

A questão das barreiras foi amplamente abordada pelos nossos participantes. Esta temática torna-se particularmente relevante quando o desenvolvimento de um sentimento de pertença, ou de enraizamento, no novo contexto assume maior importância ao longo de uma estadia prolongada. Como referiu um dos participantes: *“As pessoas são simpáticas, mas o sistema é lento.”* Os entrevistados identificaram diversas diferenças relativamente aos seus países de origem, bem como novos desafios e obstáculos resultantes de malentendidos, interpretações erradas ou preconceitos.

Na presente subsecção são apresentados alguns casos ilustrativos, que procuram retratar as perspetivas quotidianas dos refugiados e migrantes. Para além de descreverem as barreiras que enfrentam, muitos participantes vão mais longe e propõem possíveis soluções. Estas reflexões revelam-se particularmente relevantes, uma vez que partem daqueles que estão diretamente envolvidos nestes processos.

Os participantes referem também as dificuldades em manter contacto com familiares e amigos que permaneceram nos seus países de origem. A citação seguinte contextualiza alguns dos obstáculos enfrentados por uma participante ao tentar regressar à sua cidade natal, situada nas proximidades de Kharkiv:

“Já lá fui mais do que uma vez, mas Kharkiv está devastada. Há bombardeamentos todos os dias, e assim sucessivamente. Claro que deixei lá o meu apartamento. Nem sequer sei em que estado está.”

“[Sobre visitar a cidade natal na Ucrânia] Já não faz sentido, não faz sentido começar tudo de novo. Ir apenas para passear, ver alguns lugares ou visitar a família, isso ainda faz sentido. Mas viver ou trabalhar lá deixou de ser uma opção. (...) Não conseguiria, psicologicamente, aguentar uma semana lá...”

No que respeita às barreiras ao enraizamento, surgem igualmente exemplos de obstáculos quotidianos relacionados com o acesso ao mercado de trabalho, tal como descritos pelos refugiados adultos:

“Para os meus pais, o maior desafio foi o trabalho. O meu pai ainda consegue desempenhar tarefas manuais e trabalho físico. Já a minha mãe teve mais dificuldades. Na Bielorrússia era contabilista principal e tinha muita experiência, mas aqui, na Polónia, é como se tudo isso deixasse de contar.

E, quando eu próprio quero trabalhar e construir uma carreira, é difícil, porque somos da Bielorrússia e nem todos os empregadores estão dispostos a contratar-nos.”

Outra barreira importante identificada foi a língua e a necessidade urgente de adaptação a uma nova realidade comunicacional. Encontrar-se num contexto multicultural exige o desenvolvimento de competências que, para muitos refugiados, eram até então desconhecidas ou desnecessárias.

“A comunidade ucraniana. No início foi muito importante. Podíamos perguntar qualquer coisa e havia sempre alguém que respondia rapidamente.”

“Mas, se permanecermos apenas nesse ambiente, torna-se mais difícil integrar-nos.”

“O que não me agradou em alguns desses artigos foi o facto de apontarem problemas, mas apresentando as pessoas como se elas próprias fossem o problema. Como se os refugiados fossem, por natureza, perigosos ou criminosos. Não abordavam a verdadeira questão: as condições de vida são extremamente difíceis. Sinceramente, imaginem colocar 1.800 neerlandeses num navio, sem acesso à internet, em quartos minúsculos e com comida de fraca qualidade — também haveria problemas. É como uma pequena aldeia. A conclusão deveria ser que estas condições não permitem criar um ambiente seguro. Em vez disso, a conclusão era: ‘É perigoso porque há muitos refugiados de diferentes culturas.’ Isso é injusto. Desumaniza as pessoas. É uma narrativa conveniente para as organizações, porque assim não têm de mudar nada.”

Como se podem sintetizar os testemunhos apresentados acima? Entre as diversas motivações identificadas, os laços familiares, em particular a preocupação com os filhos, surgem como o fator predominante. Esta foi uma ideia recorrente, referida por numerosos participantes nos grupos focais realizados em diferentes locais.

“A única força que tenho vem dos meus filhos. Simplesmente não posso parar, não posso deixar de seguir em frente. Sei que nunca voltarei a casa. Essa possibilidade já não existe para mim.”

“A parte mais difícil foi deixar os meus pais para trás. Eles não queriam partir. Por isso, quando fui embora, senti que os estava... a abandonar.”

“A família e os filhos – o que eu queria era paz e segurança para eles. Enquanto a guerra continuar, não penso em regressar a casa. Simplesmente, não podemos.”

Como demonstrado anteriormente, alguns desafios surgem de forma recorrente, independentemente do país de origem ou das circunstâncias individuais dos refugiados. Em síntese, estes desafios refletem a necessidade constante de se adaptarem a uma nova realidade, procurando construir um futuro, sem deixarem de carregar o peso das experiências vividas no passado.

4. O Sentido de Temporariedade

A condição de temporariedade e a procura de novas oportunidades foram igualmente temas recorrentes nos testemunhos dos participantes:

“Sim... essa ideia de que tudo é ‘temporário’ é muito forte. Eu também a senti. Para mim, a parte mais difícil foi tomar a decisão. Porque partir significa aceitar que a tua vida fica...interrompida.

Fiquei mais tempo do que devia. Continuei à espera que a situação acalmasse, mas isso nunca aconteceu. E, quando finalmente parti, senti alívio, mas também culpa.”

“Porque é que escolhi precisamente Espanha? (...) Bem, já lá tinha estado duas vezes e gostei muito do país. A língua espanhola é.... não diria melhor, mas é uma língua bonita. O país é lindo, a arquitetura também. E o mar fica ali perto.”

Independentemente do seu país de origem, os refugiados vivem frequentemente numa condição de temporalidade e relatam a dificuldade em fazer planos para o futuro. Esta realidade está associada à perda de autonomia, à saudade do país de origem e à sensação de estarem simplesmente à espera que algo aconteça nos locais onde chegam. Muitas vezes, as decisões são tomadas de forma emocional, numa tentativa de aproveitar as oportunidades que surgem. A seguinte citação ilustra este estado de espírito, quando os participantes descreveram o processo de decisão entre dois possíveis países de destino:

“Sou da região de Donetsk. Vim para cá quando a guerra começou. Vim com os meus filhos e com a minha mãe. No início, nem sequer sabia para onde ia, porque não tínhamos ninguém aqui na Eslováquia, nem em qualquer outro país. Estávamos indecisos entre a Moldávia e a Eslováquia, porque um amigo tinha ido para um lado e outro amigo tinha ido para o outro, e eu não sabia qual seria o nosso destino.”

Dilemas semelhantes foram identificados no testemunho de outro participante dos grupos focais (FGI):

“Para mim, a viagem em si não foi fisicamente perigosa, mas, a nível psicológico, foi... muito confusa. Andava de um lugar para outro sem saber realmente onde iria acabar. Quando alguém sugeriu Portugal, aceitei sem pensar. Só mais tarde fui ver onde ficava.”

Outra refugiada resumiu esta experiência numa frase particularmente expressiva:

“É como se a tua vida anterior não existisse verdadeiramente aqui.”

Outra participante recordou:

“Lembro-me de estar a fazer as malas, mas sem pensar realmente. Limitava-me a pôr coisas num saco sem me perguntar: ‘Vou precisar disto?’ Continuava a pensar que regressaria dali a duas semanas. Por isso, não levei documentos, fotografias nem muitas outras coisas importantes. (pausa). Agora arrependo-me, mas, naquela altura... o cérebro está em modo de sobrevivência.”

Através destes grupos focais (FGIs), procurámos captar as perspetivas dos próprios refugiados sobre as suas experiências pessoais, de forma a compreender melhor a complexidade das suas necessidades, expectativas e das realidades que enfrentam ao reconstruir as suas vidas e assumir novos papéis nos contextos sociais de acolhimento.

A condição de refugiado, marcada pela sua natureza temporária e pela necessidade de confiar em pessoas acabadas de conhecer, coloca frequentemente os indivíduos perante situações de incerteza, escolhas imprevisíveis e decisões dramáticas. Como relatou uma das participantes:

“Quando atravessámos a fronteira com a Ucrânia, ela virou-se para mim e disse: ‘Desculpe, mas não tenho lugar para si nem para os seus filhos.’ Virou costas e foi-se embora, e nunca mais a voltei a ver. Naquele momento, senti-me completamente destroçada; foi terrível. Tinha algum dinheiro, porque o meu marido trabalhava numa mina, mas não falava eslovaco. Não conhecia ninguém. Simplesmente, não tinha ninguém.”

As citações apresentadas acima, bem como muitas outras incluídas nesta secção, oferecem uma perspetiva sobre a realidade quotidiana dos refugiados, desde a luta por encontrar um lugar seguro onde reconstruir o futuro até ao esforço contínuo para enfrentar os traumas do passado.

5. Soluções Propostas: Ativismo e Voluntariado dos Refugiados

O trauma do exílio, da condição de refugiado e da migração forçada, aliado à procura de um sentido de pertença, frequentemente perturbado pela natureza temporária da sua situação, pode ser explicado por diversos fatores. Entre os mais frequentemente referidos destacam-se os relacionados com o voluntariado.

Os participantes nas entrevistas de grupo foram informados de que as áreas de interesse do projeto FRIIV incluíam o envolvimento, o ativismo e o voluntariado dos refugiados. Por esse motivo, estes temas foram frequentemente introduzidos nas perguntas colocadas durante as entrevistas, estando refletidos em numerosos testemunhos recolhidos.

"Faço voluntariado num projeto chamado Ajuda para a Ucrânia, gerido por cidadãos neerlandeses. Recolhemos donativos em supermercados, sobretudo produtos de higiene, artigos para bebés e outros bens essenciais. Depois, motoristas neerlandeses transportam estes materiais para a Ucrânia, incluindo para zonas próximas da linha da frente. Faço voluntariado todos os fins de semana há dois anos e meio. Também recolhemos roupa, mas o seu transporte é dispendioso. Um camião só consegue transportar um número limitado de caixas, pelo que damos prioridade aos bens essenciais. Por vezes, a organização recebe donativos em dinheiro e, nesse caso, utiliza-os para adquirir drones, cobertores e outros materiais de primeira necessidade."

"A primeira vez foi no verão, há sete anos. Sei também que a comunidade bielorrussa desenvolve muitas iniciativas. Sempre que ouço falar de eventos culturais deste tipo, são eles que estão envolvidos, pelo menos segundo aquilo que os meus amigos me contam. Estão sempre presentes."

"Em Poznań existem sobretudo estas iniciativas culturais, mas penso que são uma excelente forma de nos dar a conhecer outras culturas. Há um evento que se realiza há vários anos e que atrai principalmente pessoas interessadas nesta temática: a Primavera Ucraniana, organizada pelo Centro Cultural Zamek. Como vê, há várias iniciativas deste género. Por vezes também há atividades no Ethnoport. Depende de ano para ano, mas, em algumas edições, o programa inclui oficinas e atuações de um coro ucraniano."

"Fiz voluntariado no Centro de Artes Vocaís. Era o coração da atividade do centro. Refiro-me a eventos como o Festival Crossroads de Música, que era uma verdadeira paixão. Todos os anos ajudava na organização de um desses eventos."

"Passei três dias inteiros a receber pedidos de pessoas que procuravam alojamento. Registava as ofertas de quem estava disposto a ajudar e procurava famílias que correspondessem a essas ofertas, porque a fila no exterior era tão grande que havia pessoas à espera com crianças. Mais tarde, a situação melhorou, mas nos primeiros dias, quando começaram a chegar, tudo se concentrava na Feira. Eu também ia para lá transportar bens e distribuir alimentos."

"(...) Há uma Fundação para Crianças em Poznań. É um sítio muito bom, mesmo muito interessante. Durante o verão, a Fundação dedica-se exclusivamente às crianças. Organiza atividades de integração para as turmas, bem como ações de voluntariado, aulas de língua polaca e diversas sessões de preparação para exames. É assim que funciona, está vocacionada precisamente para esse tipo de apoio. Também dispõe de psicólogos, tanto para crianças como para adultos. É a informação de que precisamos, mas também se pode dizer a uma criança que é um bom sítio para ir, situado no centro da cidade."

«Bem, estamos a angariar fundos. Para os militares [ucranianos]... (...) Há uma pessoa que coordena essa iniciativa. Diz simplesmente: "Estou a recolher donativos." Criou uma ligação para contribuições e eu limito-me a recolher o dinheiro de todas as pessoas que querem apoiar. Depois, esse apoio é encaminhado para as unidades militares identificadas. Em alguns casos, as próprias pessoas compram e entregam os bens de que há necessidade; noutras situações, entregam-nos o dinheiro para que possamos fazê-lo.» «Eu, por exemplo, colaborei com a organização Liga za duševné zdravie (Liga para a Saúde Mental), onde, como voluntária, também ajudei na integração de pessoas provenientes da Ucrânia. Inicialmente, trabalhei sobretudo com crianças e, mais tarde, também com adultos.

Ainda hoje continuo a colaborar como voluntária na Liga para a Saúde Mental, apoiando todas as pessoas que necessitam de ajuda — não apenas ucranianos, mas também cidadãos eslovacos e pessoas provenientes de outros países.

Foi também através deste trabalho que conheci pessoas deslocadas da Geórgia e procuro apoiar todos aqueles que recorrem a mim quando precisam de ajuda.»

«O meu voluntariado consiste em dinamizar um clube de voleibol para adolescentes. Participam tanto o meu filho como outras crianças e jovens da Ucrânia, muitos dos quais não conseguiram, de imediato, fazer amizades. O clube é aberto tanto a jovens eslovacos como a jovens ucranianos.»

«Sou educadora de formação. Tenho formação superior em Pedagogia e também trabalhei com crianças na Ucrânia. Quando a organização People in Need nos prestou apoio, conheci uma educadora eslovaca. Ela percebeu que eu podia ajudar a trabalhar com as crianças e a apoiá-las nas atividades educativas. Foi assim que comecei a colaborar como voluntária, desempenhando funções de intérprete para crianças.»

Alguns exemplos deste tipo de ativismo revelam-se particularmente valiosos para as pessoas refugiadas recém-chegadas e para outros recém-chegados a locais onde já existem comunidades étnicas estabelecidas. Estas pessoas prestam apoio aos seus conterrâneos porque conhecem bem as suas necessidades, dificuldades e preferências, podendo oferecer uma ajuda mais próxima e adequada.

Importa igualmente salientar o papel particularmente relevante desempenhado pelos meios de comunicação digitais e pelas redes sociais neste contexto. Estas plataformas facilitam a partilha rápida de informação, a criação de redes de apoio, a troca de experiências e o acesso a recursos essenciais, constituindo um importante instrumento de integração e de solidariedade entre membros da mesma comunidade.

«Estão a criar as suas próprias comunidades online, sobretudo no Facebook. Lá existem vários grupos, como “Não sei o que se passa em Poznań”, “Estrangeiros em Poznań” ou “Ucranianos em Poznań”, onde as pessoas partilham muitas das suas experiências e colocam inúmeras questões. É impossível manter contacto direto com toda a gente, porque estamos constantemente a lidar com um grande número de pessoas. Sejamos realistas: são centenas de milhares de pessoas. Mesmo que se dedicasse apenas um minuto a falar com cada uma delas, não chegaria um dia inteiro. Foi por isso que surgiram muitos grupos e fóruns nas redes sociais, onde as pessoas colocam perguntas como: “O que devo fazer nesta situação?”. Depois, outros membros da comunidade começam a responder, partilhando conselhos, experiências e sugestões.»

«O facto de estarmos ligados desta forma, enquanto comunidade, através de um grupo no Telegram também nos ajuda muito. Por exemplo, podemos saber onde há ofertas de emprego, quem está a contratar, onde encontrar determinado serviço ou quem disponibiliza um determinado tipo de apoio. Temos também algo muito importante para os ucranianos: há pessoas que viajam regularmente para a Ucrânia e podemos contactá-las quando queremos enviar alguma coisa ou viajar com elas. Desta forma, conseguimos manter o contacto com aqueles que permaneceram na Ucrânia.»

«Também temos grupos online. São muito importantes. Podemos fazer qualquer pergunta e há sempre alguém que responde.»

«Sim, sobretudo no início. É muito mais rápido do que recorrer à informação oficial.»

«Mas, por vezes, isso faz com que as pessoas permaneçam sempre no mesmo círculo. Acabam por não criar ligações com pessoas fora dessa comunidade.»

«É verdade. É confortável, mas também acaba por ser limitador.»

Contudo, nem todas estas iniciativas são verdadeiramente inclusivas. O testemunho seguinte ilustra, de forma mais detalhada, algumas das circunstâncias que podem limitar ou condicionar essa inclusão:

«Quando estes eventos são promovidos em bielorrusso ou, por exemplo, em inglês, se forem divulgados nessa língua, o objetivo não é apenas integrar as pessoas ou dar-lhes a conhecer essa cultura. O mais importante é criar um espaço e uma oportunidade para que as pessoas simplesmente se sentem juntas, convivam e se sintam como se estivessem em casa umas com as outras.»

Outra participante, de origem ucraniana, partilhou alguns exemplos de atividades de voluntariado desenvolvidas na Ucrânia:

«Lembro-me de fazer voluntariado na Ucrânia, sobretudo através da escola. Recordo-me de uma situação em 2014, quando começou a guerra com a Rússia, aquilo a que muitos chamavam a “pequena guerra”. Estava no primeiro ano de escola e pediram-nos que fizéssemos desenhos com mensagens que gostaríamos de enviar aos militares, aos soldados. Ao mesmo tempo, os nossos pais recolhiam e enviavam bens essenciais, como meias e roupa térmica, para apoiar os soldados.»

«Lembro-me de fazer voluntariado na Ucrânia, sobretudo através da minha escola. Recordo-me de uma situação em 2014, quando começou a guerra com a Rússia — aquilo a que muitos chamavam a “pequena guerra”. Estava no primeiro ano de escola e pediram-nos que fizéssemos desenhos com mensagens que gostássemos de enviar aos militares, aos soldados. Ao mesmo tempo, os nossos pais reuniam e enviavam bens essenciais, como meias e, penso eu, roupa térmica para os soldados.»

«Lembro-me de que, antes de 2022, a minha mãe trabalhava com voluntários e também enviava apoio aos soldados. Penso que eram roupas e outros bens essenciais. Lembro-me também de fazer pulseiras em azul e amarelo. Fazíamos ainda pequenos cartões e desenhos, que depois eram enviados aos soldados através das equipas de voluntários.»

Outra participante forneceu informações sobre os incentivos que motivam os jovens a envolver-se em atividades de voluntariado e de participação cívica. Referiu que esse envolvimento pode permitir a obtenção de pontos adicionais no percurso escolar, através da participação em iniciativas e ações de voluntariado. Estes pontos podem assumir importância nos processos de candidatura ao ensino secundário ou ao ensino superior, constituindo um incentivo adicional à participação dos jovens em atividades de voluntariado.

«A verdade é que, no início, a motivação estava relacionada com o tempo de voluntariado, porque precisávamos de acumular horas [para efeitos de candidatura ao ensino secundário após a conclusão do ensino básico]. As crianças com menos de treze anos têm de fazer voluntariado acompanhadas pelos pais. Só a partir dos 13 anos podem participar sozinhas. (...) Para o meu filho, acabou por ser também uma oportunidade para criar novos contactos. Inicialmente ia apenas por curiosidade. Eu já tinha cumprido as cinquenta horas de voluntariado exigidas pela nossa escola, mas ele acabou por fazer ainda mais.

Simplemente gostou da experiência.

E devo dizer que também conheci muitos adultos que estavam ali apenas para ajudar.

Tenho um enorme respeito por todos vós, pelo trabalho que desenvolvem como voluntários.»

Motivações situadas entre a realização pessoal e o altruísmo

«Pessoalmente, o voluntariado traz-me muita alegria. Sou voluntária há quatro anos e é maravilhoso poder ajudar o nosso próprio povo. Porque, sabe, somos uma família. Não importa se alguém é daqui ou dali. Nesta situação tão difícil que vivemos, somos uma só família. É natural querer ajudar e, sobretudo, apoiar aqueles que fazem parte da nossa comunidade.

No nosso centro organizámos muitas atividades para nós. No início, estávamos abertos das sete da manhã às onze da noite. E, de facto, havia sempre pessoas connosco, desde adolescentes até crianças muito pequenas.»

Por fim, um dos testemunhos das participantes permite compreender o significado atribuído à perceção de segurança e ao sentimento de estar em casa. Esta ideia é reforçada pela comparação com o lar e com o país de origem, evidenciando a forma como o sentimento de pertença pode emergir no contexto de acolhimento.

No que respeita às circunstâncias que favorecem este sentimento, este poderá estar relacionado com a proximidade cultural percebida no país de destino.

«Depois, o meu pai veio buscar-nos e fomos para o aeroporto. Penso que viajámos de avião até Varsóvia e, depois, de comboio até Poznań. Quando chegámos à região da Grande Polónia, lembro-me perfeitamente de sairmos do comboio. O meu pai olhou para mim e perguntou: “Como te sentes?” Eu respondi: “Estou em casa.” Foi realmente essa a primeira sensação que tive: como se estivéssemos em casa, como se tudo estivesse bem. Mas, ao mesmo tempo, a minha verdadeira casa continuava a ser aquela que tinha antes da guerra.»

Outros comentários e reflexões permitiram compreender de forma mais aprofundada as barreiras institucionais e sociais que as pessoas refugiadas enfrentam no seu quotidiano.

Para ultrapassar essas dificuldades, as participantes destacaram a importância da ajuda mútua no seio das comunidades de pessoas refugiadas. Referiram igualmente a existência de inúmeras iniciativas bem-sucedidas, organizadas regularmente em espaços públicos das cidades, que se caracterizam pelo seu carácter inclusivo e pela abertura à participação de qualquer pessoa interessada.

CAPÍTULO 4. CONCLUSÃO

O presente relatório constitui a primeira etapa do projeto FRIIV. O seu conteúdo baseia-se na investigação documental e nas entrevistas realizadas em grupos focais, que permitiram recolher informação sobre as experiências de pessoas refugiadas e de gestores de voluntariado.

As pessoas participantes apresentaram contributos valiosos e formularam propostas destinadas a melhorar a qualidade de vida e a promover uma maior inclusão nas sociedades de acolhimento.

Como ilustra uma das respostas recolhidas durante os grupos focais à pergunta «O que significa o voluntariado para si?», uma das participantes afirmou:

«Dá sentido à vida. Sobretudo quando sentimos que perdemos o papel que antes desempenhávamos.»

O testemunho seguinte centra-se, por sua vez, na realidade das mães cuidadoras e nas oportunidades de acesso ao mercado de trabalho.

«O facto de esta experiência não ter sido remunerada evidencia também um desafio importante. Embora este tipo de oportunidades possa abrir portas, nem todas as mulheres refugiadas conseguem aceder-lhes em condições de igualdade, sobretudo aquelas que enfrentam dificuldades económicas ou têm responsabilidades de prestação de cuidados. Isto levanta questões importantes sobre a inclusão e a equidade no acesso a oportunidades de desenvolvimento profissional.»

Neste sentido, acrescentou:

«São necessárias estruturas mais inclusivas e mais solidárias, que permitam às mulheres refugiadas aceder a estas oportunidades e delas beneficiar sem ficarem expostas a uma vulnerabilidade acrescida.»

Outra sugestão apresentada por uma participante dos grupos focais (FGI) foi a seguinte:

«O que considero particularmente valioso é o facto de estas atividades reunirem sempre residentes de Roterdão e pessoas recém-chegadas. Conhecem-se de forma natural; não se trata de “uma atividade para os residentes de Roterdão” ou “uma atividade para os recém-chegados”. É uma atividade partilhada.»

Em síntese, importa destacar os seguintes aspetos principais:

1. Diásporas Étnicas

As diásporas étnicas resultantes de anteriores vagas migratórias desempenham um papel particularmente relevante no contexto das pessoas refugiadas provenientes da Ucrânia. Estas comunidades incluem tanto as pessoas que abandonaram o país após fevereiro de 2022 como os migrantes económicos que vivem na Europa há mais tempo, em alguns casos desde 2014, quando a primeira vaga de grande dimensão — com cerca de um milhão de pessoas — deixou a Ucrânia na sequência da anexação da Crimeia pela Rússia e do conflito armado na região de Donbass, episódio que algumas das pessoas entrevistadas designaram como a «pequena

guerra». Em contextos de crise como este, os membros destas diásporas já estabelecidas podem assumir um papel determinante enquanto gestores de voluntariado, colocando ao serviço das pessoas recém-chegadas o conhecimento que possuem do contexto local, das instituições e das redes de apoio, facilitando assim os processos de acolhimento e integração.

2. Receção pelos moradores locais

O segundo aspeto mais frequentemente referido pelas pessoas entrevistadas, e considerado particularmente importante na perspetiva das pessoas refugiadas, foi o acolhimento favorável e a abertura demonstrados pelas comunidades locais.

O carácter espontâneo e de base comunitária de muitas iniciativas de apoio, aliado à ampla participação de voluntários de diferentes idades, fez com que praticamente todas as pessoas conseguissem encontrar alguém a quem recorrer em busca de apoio, orientação e ajuda.

As participantes recordaram os contactos estabelecidos durante estas iniciativas e as amizades que daí nasceram, algumas das quais se mantêm até aos dias de hoje.

Para reforçar este tipo de experiências positivas, importa divulgar e valorizar estas boas práticas através dos meios de comunicação social, contribuindo para uma maior sensibilização da sociedade e para a promoção de uma cultura de solidariedade e inclusão.

3. Sentimento de pertença

A importância do sentimento de pertença, expresso de diversas formas, surgiu igualmente como consequência das necessidades e das obrigações com que as pessoas refugiadas se viram confrontadas. Estas pessoas não escolheram o seu destino e, em muitos casos, nem sequer planearam o país onde acabariam por se estabelecer.

À medida que os anos passavam no país de acolhimento, tornava-se cada vez mais evidente o afastamento da ideia de que existia um lugar ao qual poderiam regressar. Esse regresso não era possível, uma vez que as condições existentes no país de origem — que estiveram na origem da sua deslocação forçada — continuavam a verificar-se.

Importa não esquecer que, por detrás de cada um destes testemunhos, existem histórias de vida marcadas pela coerção, por um profundo sentimento de injustiça histórica e pela esperança de um eventual regresso, ainda que esse momento permaneça indefinido.

Neste contexto, o sentimento de pertença, em contraste com a perceção de transitoriedade, pode ser fortalecido através do envolvimento em iniciativas de participação social promovidas e dinamizadas pelas próprias comunidades de migrantes e de pessoas refugiadas.

4. Problemas do dia-a-dia

Outro tema frequentemente abordado nas entrevistas foi a reflexão sobre os problemas do quotidiano nos locais de acolhimento. Estes dizem respeito ao acesso à habitação, às exigências administrativas para a regularização da permanência no país, às dificuldades na obtenção de cuidados de saúde especializados, aos desafios enfrentados no trabalho, na escola ou na universidade e às dinâmicas de convivência com outras pessoas refugiadas e migrantes.

Naturalmente, as novas amizades nem sempre se revelam positivas ou duradouras. Algumas participantes relataram ter sido vítimas de diversos tipos de fraude e abuso, por exemplo, durante a procura de habitação para arrendamento ou na regularização de contratos de trabalho.

O quotidiano das pessoas migrantes nos novos contextos de acolhimento implica também a procura e a validação de contactos, a construção de relações de confiança com as pessoas que vão conhecendo e a aprendizagem das inúmeras normas, procedimentos e formalidades que condicionam a sua vida diária.

As pessoas entrevistadas partilharam numerosos exemplos de situações em que conseguiram alcançar os seus objetivos graças ao apoio de novos contactos, muitas vezes membros da sua própria comunidade étnica ou nacional que prestavam ajuda a título voluntário.

Este aspeto evidencia a importância de formar e capacitar gestores de voluntariado que pertençam, ou tenham pertencido, às comunidades migrantes e refugiadas, valorizando a sua experiência vivida como um recurso fundamental para apoiar os processos de integração de outras pessoas.

«Gostaria que as pessoas se lembrassem de que os refugiados são, acima de tudo, pessoas. Devemos pensar em como nos podemos ajudar mutuamente e em como podemos ser úteis uns aos outros. Enquanto mulheres, o que mais nos ajuda é mantermo-nos ativas — fazer voluntariado, frequentar cursos, participar em atividades. Pequenas coisas, como workshops, concertos, sessões de beleza ou qualquer outra atividade que nos faça recordar que continuamos a ser mulheres, e não apenas refugiadas. São esses momentos que nos devolvem a felicidade.»