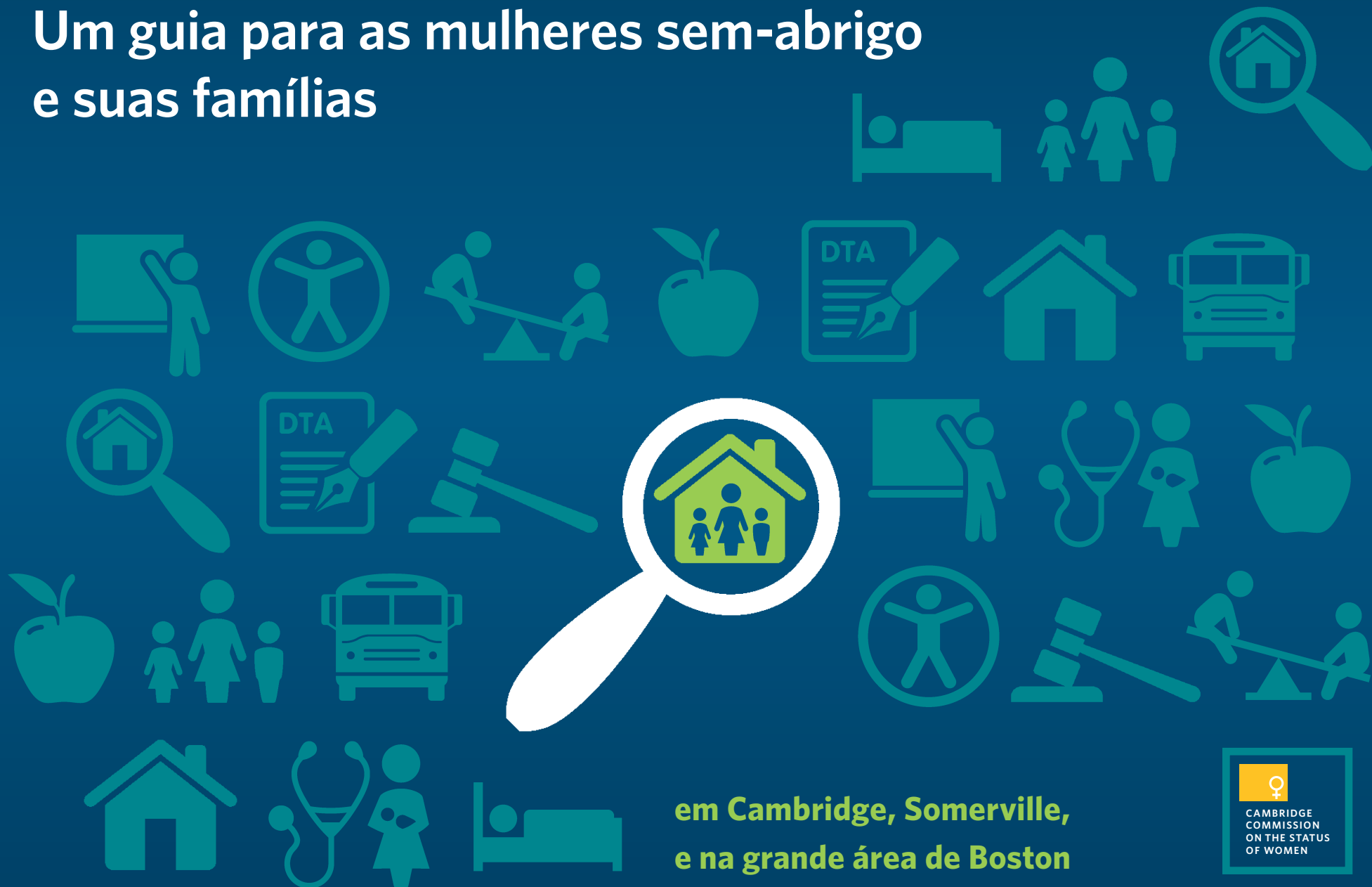


# Você Descobre a Sua Força

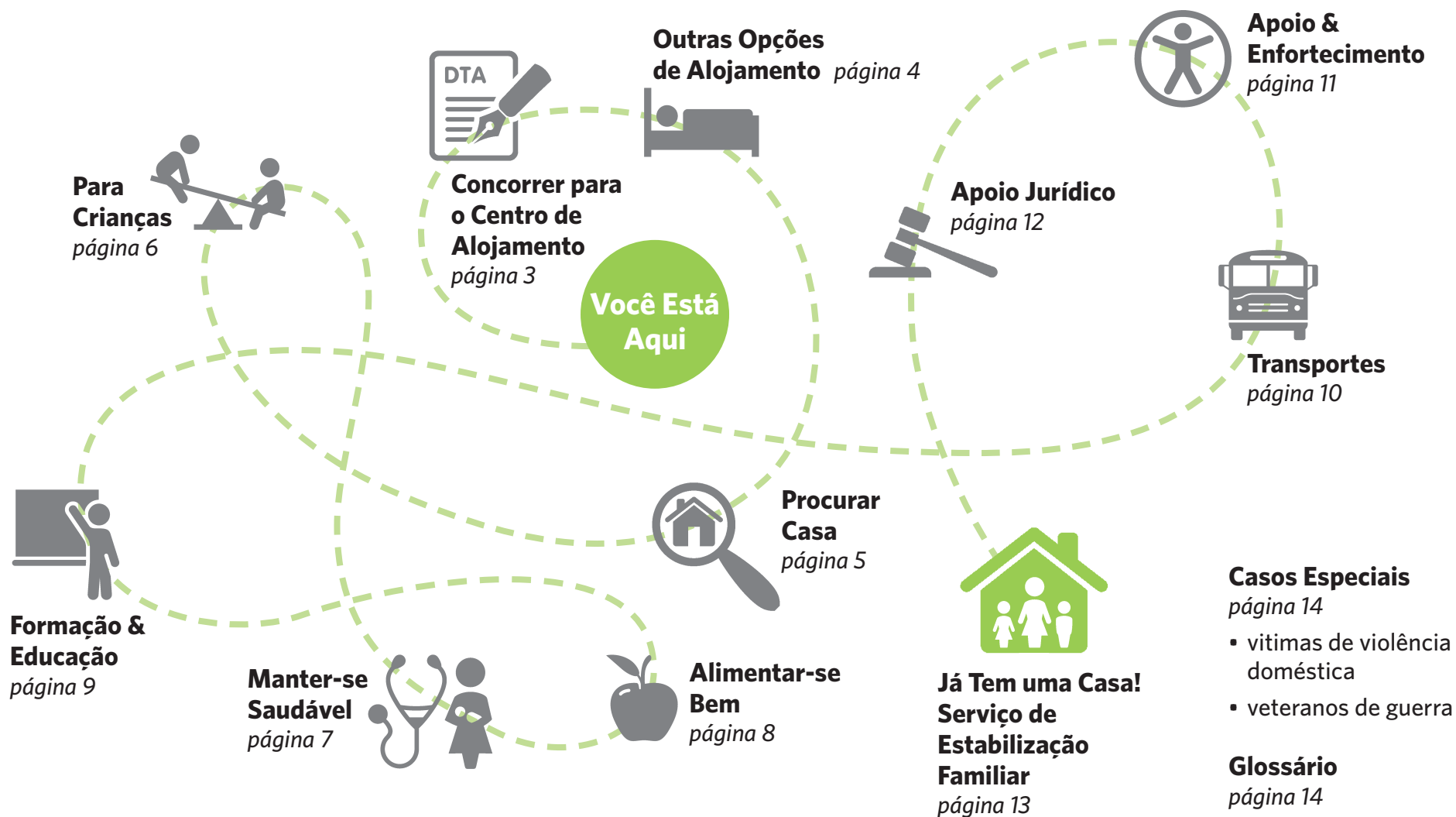
Um guia para as mulheres sem-abrigo e suas famílias



em Cambridge, Somerville,  
e na grande área de Boston



# A sua Viagem para Casa



*“Respira. A vida vai tentar fazer escolhas por ti, mas no final tu é que tens o poder de decidir.”*

—UMA MÃE NUM CENTRO DE ALOJAMENTO TEMPORÁRIO

# Concorrer para o Centro de Alojamento



## Departamento de Assistência Temporária (DTA)

### Agência de Dudley Square

2201 Washington St., Roxbury ..... 617-989-6000

### Agência de Revere

300 Ocean Ave., Revere. .... 781-286-7800

## Linhas de Ajuda Informativas

### Linha de Informação

**sobre Pedidos de Assistência** ..... 800-249-2007

*Informação sobre como requerer assistência e serviços oferecidos pelo departamento de assistência temporária, no entanto, é melhor dirigir-se a uma agência **em pessoa***

### Linha de Programa de Assistência

**de Nutrição Suplementar (SNAP)** ..... 866-950-FOOD (3663)

*Informação sobre condições para requerer SNAP*

**DICA** Se lhe for negado alojamento, procure ajuda através do seu advogado ou de serviços jurídicos (ver página 13). Todas as recusas (EA, violência doméstica, etc.) podem ser objecto de recurso. Consulte a página 14 para Casos Especiais.

## O Que Esperar

Quando chegar ao Departamento de Assistência Temporária (DTA) irá ser sujeita a um processo de triagem. **Esteja preparada para explicar como é que se tornou numa sem-abrigo.** Isto ajudará o DTA a determinar quais os recursos disponíveis para si e para a sua família. Se você se qualificar irá receber assistência de emergência (EA).

### Assegure-se que leva os seguintes documentos consigo:

- Carta de Condução ou Bilhete de Identidade
- Certificado de Nascimento
- Cartão de Segurança Social
- Declaração de imposto
- Documentação importante relacionada com a sua saúde
- Informação sobre pensão de alimentos
- Comprovativo de rendimentos
- Documentos de imigração (no caso de não ser cidadã americana)

**DICA** Conte com uma espera longa no DTA; traga livros, brinquedos pequenos, snacks, fraldas, biberões, etc. para os seus filhos.

# Outras Opções de Alojamento

Os centros de alojamento seguintes têm “quartos comunitários”, para situações de Assistência que não são de emergência, para estadias de pouca duração sem ser necessária uma recomendação do DTA ou papelada. As camas são *extremamente* limitadas. Telefone primeiro; não se limite apenas a aparecer lá.

## **Programa de Alojamento de Emergência de Ajuda a Família de Viajante**

Boston..... 617-542-7286  
*Tem de ser antigo/actual residente de Boston com crianças menores de 18 anos.*

**Sojourner House**, Roxbury ..... 617-442-0590  
*Cuidados infantis, apoio de alojamento, funcionários que falam espanhol*

**Queen of Peace**, Boston..... 617-288-4182  
*Não adolescentes e rapazes com idade superior a 5 anos.*



***“Trabalha duro, paga as tuas contas, faz tudo o que puderes para teres a certeza que não voltas a acabar num centro de alojamento!”***

**—SEM-ABRIGO RECENTE, MÃE DE DUAS CRIANÇAS**

**DICA** Estas agências providenciam assistência gratuita na procura de habitação e aconselhamento bem como serviços de estabilização :

**HomeStart**, 678 Mass Ave., Cambridge ..... 617-234-5340

**HomeStart**, 105 Chauncy St., Boston ..... 617-542-0338

### **Action for Boston Community Development (ABCD)**

Dept. of Housing and Homelessness Prevention  
178 Tremont St., Boston ..... 617-348-6347

### **Somerville Homeless Coalition**

One Davis Square, Somerville ..... 617-623-6111

# Procurar Casa

Quando é colocada num centro de alojamento é-lhe atribuído um gestor de caso ou advogado de alojamento para a ajudar com a sua procura de casa. O seu advogado irá tornar-se no seu aliado na procura de uma casa que você possa manter. Ele irá ajudá-la a estabelecer o seu historial de habitação para que possa preencher as candidaturas para a sua nova casa.

O seu advogado também a ajudará a obter o seu

- Historial de crédito mais recente
- Registo criminal (se for o caso)



**DICAS** Esteja ciente dos programas de voucher que estão disponíveis para si com base nos seus rendimentos.

Pergunte sobre *todas* as opções de alojamento disponíveis: públicos, estatais, de emergência, federais, e secção 8. Se você se mudar, lembre-se de actualizar a sua morada em todas as candidaturas.

Trabalhe juntamente com o funcionário do centro de alojamento no sentido de desenvolver um orçamento sustentável, incluindo o estabelecimento de um plano pequeno de poupanças para ajudar com custos futuros de habitação.

***“Tenta pensar positivo pois há muito negativismo neste tipo de situação. Não deixes que isso te deite abaixo.”***

—UMA MÃE NUM CENTRO DE ALOJAMENTO

# Para Crianças

## CONSEJOS

Se estiver num centro de alojamento EA (assistência de emergência) pergunte à sua assistente social sobre um programa chamado Cradles to Crayons que fornece brinquedos, roupas e outros artigos grátis a crianças necessitadas.

Telefone para o coordenador de Title I da sua escola ou pergunte à sua assistente social sobre programas de intervenção precoce, programas sediados em casa, pré-escolares ou extra-curriculares.

Informe-se sobre campos de férias na sua zona e lembre-se de que as famílias se inscrevem na primavera para os campos de férias de verão.

## Vestuário

**Children's Clothing Exchange** (Troca de roupas de crianças)  
Roosevelt Towers, 391 Evereteze Way, Cambridge . . . 617-576-0039  
*Terça a Quinta das 10am-4pm, segundo e quarto sábado de cada mês das 11am-3pm*

## Cuidados Infantis/Creche

**Our Place, Salvation Army**  
402 Massachusetts Ave., Cambridge . . . . . 617-547-3400  
*Oferece acesso a cuidados de saúde e cuidados infantis a mulheres e crianças sem-abrigo*

**Head Start Day Care** (Creche)  
66-70 Union Sq, Somerville . . . . . 617-623-7370 x127

## Intervenção Precoce Cambridge-Somerville

**The Guidance Center, Inc.**  
61 Medford St., Somerville. . . . . 617-629-3919 x114  
*Para crianças dos zero aos três anos que têm ou estão em risco de ter atrasos de desenvolvimento ou outros problemas*

**“Eu tenho de insistir até alguma coisa ser feita. Estas crianças são o nosso futuro. Elas necessitam de condições para serem bem sucedidas.”**

—UMA MÃE NUM CENTRO DE ALOJAMENTO

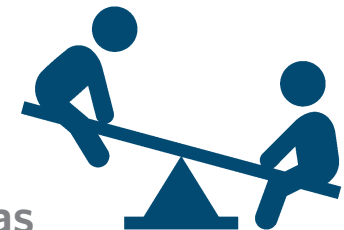
## Outras Opções de Creches ou Programas Depois da Escola

**Child Care Resource Center**  
130 Bishop Allen Dr., Cambridge . . . . . 617-547-1063

**Cambridge Center for Families**  
70 Rindge Ave., Cambridge . . . . . 617-349-6385

**Boston Center for Youth and Families**  
1483 Tremont St., Boston . . . . . 617-635-4920

**Childcare Choices of Boston**, 105 Chauncy St., 2nd Floor, Boston  
Referral Specialist . . . . . 617-348-6641  
*De segunda a sexta, 9:30am-3:30 pm*



## Programas em Bibliotecas

**Cambridge Public Library**  
449 Broadway, Cambridge, Children's Section . . . . . 617-349-4038

**Boston Public Library**  
700 Boylston St., Boston . . . . . 617-536-5400  
*As bibliotecas públicas muitas vezes apresentam eventos grátis para crianças e pais, tais como leitura de histórias ou trabalhos manuais*

# Manter-se Saudável



## Cambridge Health Alliance

### Cambridge Health Alliance

1493 Cambridge St., Cambridge ..... 617-665-1305

*Telefone para arranjar um médico de família ou pediatra*

No caso de estar grávida ou necessitar de ser vista imediatamente, telefone antes para:

### Somerville Women's Health Center

230 Highland Ave., South Building, 5th Floor

Somerville ..... 617-591-4800

### Cambridge Women's Health Center

1493 Cambridge St., Cambridge ..... 617-665-2800

## Cuidados de Saúde para os Sem-Abrigo em Cambridge/Somerville

### Cambridge Salvation Army Clinic

402 Mass Ave., Cambridge ..... 617-547-3400

*Telefone para se informar do horário da clínica*

## Cuidados de Saúde para os Sem-Abrigo em Boston

**Boston Medical Center**, Boston ..... 617-638-8000

*Telefone para arranjar um médico de família ou pediatra*

**Jean Yawkey Place**, 780 Albany St., Boston ..... 857-654-1000

**DICA** Pergunte ao seu médico sobre as principais vacinas que a sua criança necessita para se manter saudável.

**DICA** Pergunte sobre o *Healthy Child Toolkit for Homeless Mothers*.

### Cambridge Hospital

**Psychiatric Emergency Department** ..... 617-665-1560

*Para cuidados de saúde mental em situações de emergência*

## Sidney Borum, Jr. Health Center

130 Boylston St., Boston ..... 617-457-8140

*Somente adultos e jovens dos 12 aos 29 anos*

***“Eu percebi que se mostrar respeito, isso faz com que as pessoas fiquem com mais vontade de ajudar.” —UMA MÃE EM TRANSIÇÃO***

# Alimentar-se Bem

## Bancos Alimentares

Para encontrar um banco alimentar perto de si, telefone para **Project Bread's FoodSource Hotline** at 800-645-8333

### **Banco Alimentar Margaret Fuller House**

71 Cherry St., Cambridge ..... 617-547-4680  
*Quartas-feiras: 5pm-7pm, Quinta a Sábado: 9am-12noon*

### **Banco Alimentar ABCD North End / West End**

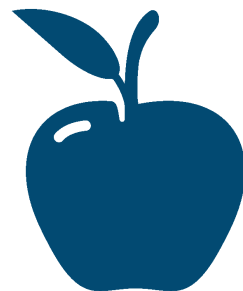
One Michelangelo St., Boston ..... 617-523-8125

### **Haley House, Inc.**

23 Dartmouth St., Boston ..... 617-236-8132  
*Banco alimentar semanal e produtos frescos*

### **Cambridge Economic Opportunity Commission (CEOC)**

11 Inman St. (cave), Cambridge ..... 617-868-2900  
*Segundas e Quartas-feiras: 4pm-6pm, Terças: meio-dia-2pm, Quintas-feiras: 11am-1pm*



## DICA

Aprenda a como conseguir food stamps (vale de refeição) na agência do Departamento de Assistência Temporária (DTA) da sua zona, ou telefone para a linha SNAP através do número **866-950-FOOD (3663)**

Se estiver grávida ou se o seu filho tiver menos de 5 anos de idade tem direito a candidatar-se a coupons WIC para comprar comida.

## Refeições

### **Women's Lunch Place**

67 Newbury St., Boston ..... 617-267-1722  
*De segunda a sábado: 7am-2pm — pequeno-almoço 8am-11am, almoço 12noon-2pm*

### **Project SOUP**

Saint Benedict's Church, 15 Franklin St. (cave traseira)  
East Somerville ..... 617-776-7687  
*Segundas, Terças e Sextas: 10am-2pm, Quartas: 12noon-4pm, Quintas: 1-4, Sábados: 9am-12noon*

### **Hearty Meals for All**

Somerville Community Baptist Church  
31 College Ave., Davis Square, Somerville  
Jantares comunitários às segundas sextas-feiras de cada mês  
6:30pm (5:30pm workshop sobre alimentação nutricional)

### **Community Suppers**

First Congregational Church of Somerville  
89 College Ave., Davis Square, Somerville  
Às segundas-feiras a começar às 5 da tarde.



# Formação & Educação



## Para Si

### **Crittenton Women's Union**

One Washington Mall, Boston ..... 617-259-2900

*Aconselhamento profissional e programas educativos para mulheres/mães com poucos rendimentos*

### **YouthBuild Boston**

504 Dudley St., Roxbury ..... 617-445-8887

*Formação profissional e programas educativos para jovens, dos 16 aos 24 anos, com poucos rendimentos*

### **One Family Scholar**

186 South Street, 4th Floor, Boston ..... 617-423-0504 x214

*Programa que providencia bolsas de estudo para famílias monoparentais sem-abrigo com poucos rendimentos*

**DICA** Se estiver inscrita na escola (ou se trabalhar) pode ser elegível a mais benefícios, nomeadamente, descontos na creche e senhas de transporte.

***“Tenta usar o teu tempo com sabedoria. Já que vais estar aqui, aproveita para ir à escola. Faz alguma coisa em vez de estares para aí sentada a gastar o teu tempo.”***

**—MÃE DE DUAS CRIANÇAS EM CENTRO DE ALOJAMENTO**

## Para o Seu Filho

**Cambridge Schools Homeless Family Liaison** (profissional que faz a ligação entre a escola e a família) ..... 617-349-6551

### **Somerville Schools**

**Homeless Family Liaison** ..... 617-625-6600 x6028

### **Boston Schools Homeless Education Resource Network**

**Service Coordinator** ..... 617-635-8037

## O seu filho tem o direito a:

- Permanecer na sua escola antiga ou transferir para uma escola perto do local onde agora se encontra
- Alunos até à sexta série que vivam a mais de uma milha da escola têm direito a transporte grátis para a escola
- Alunos da sétima à oitava série que vivam a mais de uma milha e meia da escola têm direito a transporte grátis para a escola
- Começar de imediato a escola mesmo antes de toda a documentação estar completa.
- Ter acesso a todos os programas e serviços
- Receber na escola pequeno-almoço e almoço gratuito

# Transportes

## MBTA

**Transportation Access Pass (TAP)** – passe de transporte

*Se você for inválida, pode qualificar-se para um passe com desconto;*

*peça ao seu médico para a ajudar com o pedido pela internet*

[http://mbta.com/riding\\_the\\_t/accessible\\_services/default.asp?id=17163](http://mbta.com/riding_the_t/accessible_services/default.asp?id=17163)

### **Crianças com idade inferior a 11 anos**

Duas crianças viajam de graça quando acompanhadas por um adulto pagante

### **Matricula Escolar**

Alunos na secundária e liceu têm 50% de desconto nos bilhetes do metro e são elegíveis para um passe mensal de estudante por \$20 por mês para viagens ilimitadas em autocarros, metros, e comboios urbanos.



**DICAS** Como cabeça de casal matriculado na escola ou a trabalhar, você pode ser elegível para receber ajudas de transporte. Fale com o funcionário do DTA (e o gestor do seu caso) sobre uma possível ajuda com cuidados infantis e transporte.

Pais podem telefonar para o family liaison dos sem-abrigo da escola (ver página 9) para mais informação ou ajuda com s transporte escolar para os seus filhos.

# Apoio & Enfortecimento

## YogaHope

Uma organização sem fins lucrativos que providencia aulas de yoga gratuitas a mulheres carentes; as aulas estão disponíveis nos seguintes locais:

Transition House, Cambridge .....	617-591-6909
Meridian House, Boston .....	617-569-6050
Women's Lunch Place, Boston.....	617-267-6803
Women's Hope, Dorchester.....	617-442-0048
The Family Center, Somerville.....	617-628-8815
<b>Boston Alcoholics Anonymous</b> .....	617-426-9444
<b>Boston Narcotics Anonymous</b> .....	617-884-7709
<b>Cambridge Cares About AIDS/AIDS Action</b> 17 Sellers St., Cambridge .....	617-661-3040

**“Leva um dia de cada vez.”**

—MÃE DE TRÊS CRIANÇAS RECENTEMENTE REALOJADA



## Reaching Out About Depression (ROAD) .....

617-591-6909  
Um programa comunitário para mulheres com poucos rendimentos na zona de Cambridge e Somerville que necessitem de acompanhamento emocional. O programa disponibiliza workshops confidenciais e gratuitas.

## Somerville Family Center

366 Somerville Ave., Somerville .....

617-628-8815  
Uma agência de serviços familiares sem fins lucrativos que providencia terapia familiar, workshops para pais, e outros eventos familiares.

## Cambridge Women's Center

56 Pleasant St., Cambridge .....

617-354-8807  
Um centro seguro de recursos só para mulheres

## The Guidance Center

5 Sacramento St., Cambridge.....

617-354-2275  
Serviços familiares e de intervenção precoce

## Mass Coalition for the Homeless

15 Bubier St., Lynn .....

781-595-7570  
Providencia ajuda em crises de curto prazo a sem-abrigo ou a indivíduos em risco de ter de mudar de lugar rapidamente ou a ficarem desalojados

## Homes for Families

14 Beacon St. #615, Boston .....

617-227-4188  
Um colaborativo de famílias que tiveram experiência como sem-abrigo. Organizam e defendem melhores políticas que resolvam as causas de raiz que levam as famílias a situações de estarem desalojadas.

# Apoio Jurídico



**Cambridge and Somerville Legal Services** ..... 617-603-2700

**Greater Boston Legal Services** ... 617-371-1234 or 617-742-9179

**SPAN Inc.**

105 Chauncy St., 6th Floor

Boston..... 617-423-0750 or 617-482-2717

*Assistência a ex-reclusos ou indivíduos actualmente encarcerados.*

*Gestão de projectos, alojamento, necessidades básicas, benefícios da segurança social, formação profissional, serviços de saúde, e grupos de apoio têm prioridade*

**Community Legal Services and Counseling Center (CLSACC)**

One West St., Cambridge ..... 617-661-1010

*Direito de família, alojamento, imigração, subsídios por invalidez têm prioridade*

**VLP Volunteer Lawyers Project (Boston Bar Association)**

90 Chauncy St., Suite 400, Boston ..... 617-423-0648

[www.masslegalhelp.org](http://www.masslegalhelp.org)

*Direito de família, propriedade habitacional, desemprego, falências, vedação de acesso ao registo criminal têm prioridade*

**Harvard Legal Aid Bureau**

23 Everett St., Cambridge ..... 617-495-4408

*Direito laboral, direito de família/violência doméstica, insolvência, alojamento, SSI/SSDI, subsídio de desemprego têm prioridade*

**Community Legal Assistance Services Project (CLASP)**

Cambridge Multi-Service Center

19 Brookline St., Cambridge ..... 617-349-6340

*Atendimento legal gratuito todas as terças-feiras às 8:30 am para residentes de Cambridge que estão desalojados*

**DICA** Se você tem algum problema legal tem de começar cedo; o processo de encontrar um advogado e completar o seu caso pode ser demorado.

# Serviços de Estabilização Familiar Quando Estiver Realojado

Os **Serviços de Estabilização Familiar** são importantes para manter a sua nova casa. Tipicamente os serviços incluem ter um gestor de casos ou a visita de um advogado na sua nova casa para a ajudar a conectar-se com os seus recursos locais tais como bancos, infantários, assistência com combustível, sistema escolar, grupos de pais, bancos alimentares, biblioteca, GED, centro de formação, etc.

Informe-se sobre os serviços de estabilização que a sua agência oferece; trabalhe com o seu técnico para activar os serviços de estabilização **antes** de você mudar para a sua nova casa. Isto ajudará a facilitar a sua transição e a dos seus filhos para a sua nova casa e ajudará a mantê-la lá.



*“Quando finalmente estiver realojada é importante que mantenha os seus apoios e perceba que levará algum tempo até se estabelecer.”*

—MÃE RECENTEMENTE REALOJADA

**DICAS** Leia o seu contrato de arrendamento cuidadosamente. Se tiver perguntas, informe-se com o seu senhorio ou advogado. Informe-se sobre os seus direitos e responsabilidades como inquilina.

Reencaminhe o seu correio para a sua nova morada de modo a não perder correspondência importante; é crucial que também mude o seu endereço com as agências habitacionais (housing authority) às quais se candidatou.

Logo que possível trate de arranjar um novo médico e pediatra na sua nova zona de residência de forma a manter-se a si e aos seus filhos saudáveis. Actualize o seu endereço com a Mass Health ou outra seguradora.

# Casos Especiais

Poderão existir serviços adicionais disponíveis para si se se encontrar desalojada e se for:

## vítima de violência doméstica

Telefone para a SafeLink, uma linha disponível 24 horas, através do número 877-785-2020 para obter informações

ou

## uma veterana de guerra

Telefone para o Departamento de Veterans Affairs, Women Veterans' Homelessness Program, através do número **857-364-4027** ou o Departamento de Serviços dos Veteranos de Cambridge na Inman St., nº 51 em Cambridge, ou através do número **617-349-4761** para se informar sobre benefícios

## Agradecimentos

Este guia foi criado e moldado através do esforço colectivo de muitas mulheres magníficas que dão muito de si à comunidade: gostaríamos de agradecer à Ronit Barkai, Trudy Bartlett, Kathy Bouchard, Melody Brazo, Jean Burbidge, Jonna Hopwood, e Lynne Tyree pelo seu tempo, sabedoria e orientação. Gostaríamos também de reconhecer a visão e empenho de Patricia Maher e Barbara Watts e agradecer profundamente à Claire Calderon pelo seu entusiasmo, talento e dedicação.

Estamos também gratos ao Fred Berman pela sua boa vontade em partilhar o seu conhecimento e especialidade.

Finalmente, estendemos os nossos agradecimentos às muitas mulheres e às suas famílias que partilharam as suas histórias e nos deram conselhos para que outros possam perceber a experiência de ser um sem-abrigo.

# Glossário

**Quartos Comunitários:** um número específico de camas num centro de abrigo que não necessita de recomendação do DTA/DHCD

**CORI:** Registo criminal

**DTA:** Departamento de Assistência Temporária

**DHCD:** Departamento de Habitação e Desenvolvimento Comunitário

**EA:** Assistência de Emergência

**Section 8:** um programa federal de escolha habitacional que patrocina casas subsidiadas para indivíduos e famílias com poucos rendimentos. Existem dois tipos:

- 1) Baseado em inquilinos: Os seus subsídios seguem-no para onde queira viver
- 2) Baseado em bairros sociais: Os subsídios destinam-se a um apartamento específico e não podem ser transferido para outro

**SNAP:** Programa de Assistência de Nutrição Suplementar (vales de refeição)

Para informação adicional ou para sugerir correcções ou actualizações a este guia, por favor contacte a Comissão para o Estatuto das Mulheres de Cambridge através do telefone **617-349-4697**.



Uma versão digital deste guia está disponível no site <http://cambridgewomenscommission.org/youfindyourstrength>

Design by Tyler Kemp-Benedict of [hardworkingtype.com](http://hardworkingtype.com) abril 2011