

Universidade do Minho
Instituto de Educação

Rita Daniela Ferreira Marques

**Qualidade de Vida na População
Idosa: o contributo da animação**



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Rita Daniela Ferreira Marques

Qualidade de Vida na População Idosa: o contributo da animação

Relatório de Estágio
Mestrado em Educação
Área de Especialização em Educação de Adultos
e Intervenção Comunitária

Trabalho realizado sob orientação da
Doutora Fátima Maria Bezerra Barbosa

Outubro de 2012

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO INTEGRAL DESTA TESE APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO, QUE A TAL SE COMPROMETE;

Universidade do Minho, ____/____/_____

Assinatura: _____

AGRADECIMENTOS

A realização deste estágio, uma experiência relevante para mim, não teria sido possível sem a colaboração e o apoio de diversas pessoas e entidades. A todos os que, de diferentes formas, contribuíram para este projeto, muito agradeço.

À orientadora de estágio, Doutora Fátima Barbosa, pelo apoio, pelas conversas muito produtivas e pela compreensão manifestada.

À Santa Casa da Misericórdia de Braga, por me ter permitido desenvolver este projeto.

À Dr.^a Isabel Rocha, diretora técnica do Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia, pela confiança que depositou em mim e pelo acompanhamento do estágio, pela disponibilidade demonstrada e por todas as oportunidades de aprendizagem e envolvimento que me proporcionou.

Às funcionárias, pelo reconhecimento do meu trabalho, consideração e apoio sempre demonstrados.

Aos utentes do Lar e Centro de Dia, pelo carinho transmitido, pelos desafios que, mesmo sem saber, determinaram, pela sua participação e compromisso na emancipação dos propósitos do projeto e pela relação que construímos. Conhecer e partilhar as suas experiências de vida contribuiu decisivamente para a minha capacitação pessoal e profissional.

Às entidades e convidados que se disponibilizaram a colaborar no desenvolvimento de algumas das atividades, pela mobilização e construção participada, destacando a Polícia de Segurança Pública (PSP) de Braga, o Centro Académico de Braga (CAB) e os professores de música e dança.

À minha família, pelos valores que me transmitiram, pelo amor e compreensão sempre demonstrados, pelos conselhos e partilha de experiências.

Aos meus amigos, companheiros de vida, pela paciência em me ouvir, pela partilha de momentos de alegria e de tristeza e apoio incondicional em todos os momentos.

QUALIDADE DE VIDA NA POPULAÇÃO IDOSA: o contributo da animação

Rita Daniela Ferreira Marques

Relatório de Estágio

Mestrado em Educação – Educação de Adultos e Intervenção Comunitária

Universidade do Minho

2012

Resumo

O presente relatório, integrado no Mestrado em Educação, na Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, refere-se a um projeto desenvolvido na Santa Casa da Misericórdia de Braga, mais especificamente com os utentes do Lar e do Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia.

O processo de envelhecimento faz parte do ciclo de vida de um indivíduo e é um tema alvo de preocupação. Com o aumento da esperança média de vida e a diminuição da taxa de natalidade, a população está cada vez mais envelhecida. Em idades mais avançadas surgem distintas vulnerabilidades, pelo que importa refletir sobre o papel que as instituições podem ter no apoio aos idosos para além da satisfação das suas necessidades básicas, reconhecendo que a todos os indivíduos se devem oferecer oportunidades para experienciar os tempos livres de forma prazerosa e significativa.

Tendo como finalidade contribuir para a melhoria da qualidade de vida, este projeto pretendeu colmatar necessidades dos utentes das referidas respostas sociais, atendendo às suas expectativas e interesses, fomentando a autoestima e a valorização pessoal pela participação, contribuindo também para o bom funcionamento da instituição.

A animação apresenta-se aqui como estratégia preferencial de desenvolvimento na educação de adultos e intervenção comunitária. Através do conjunto de atividades desenvolvidas pretendeu-se contribuir para o desenvolvimento integral do idoso, ao mesmo tempo que se valorizou a aprendizagem ao longo da vida. Procurando atingir um envolvimento efetivo dos idosos, as atividades foram adaptadas às especificidades dos dois contextos, Lar e Centro de Dia.

Palavras-chave: Educação de Adultos; Intervenção Comunitária; Idosos; Animação; Qualidade de Vida.

QUALITY OF LIFE IN THE ERDERLY POPULATION: the contribution of animation

Rita Daniela Ferreira Marques

Professional Practice Report
Master in Education – Adult Education and Community Intervention
University of Minho

2012

Abstract

The present report, integrated in the Masters in Education in the Area of Specialization in Education of Adults and Community Intervention, refers to a project developed in Santa Casa da Misericórdia de Braga, more specifically with clients of the Nursing Home and Day Care Center Nossa Senhora da Misericórdia.

The aging process is part of an individual lifecycle and is a concerning theme. With the raise of life average expectancy and the birth rate decrease, population is increasingly aging. In more advanced ages distinct vulnerabilities arise, thus it matters to reflect on the role institutions may have in the support to elderly people beyond the satisfaction of their basic needs, recognizing that opportunities should be offered to all individuals to experience free time in a delightful and meaningful way.

Being its objective to contribute to a better quality of life, the aim of this project is to bridge the clients' needs of the referred social responses, responding to their expectations and interests, promoting self-esteem and personal appreciation for the participation, also contributing to a good functioning of the institution.

Animation presents itself here as a preferred development strategy of education of adults and community intervention. Through the developed set of activities was aimed to contribute to the entire development of the old-aged person, having valorised at the same time the lifelong learning. Looking forward to reaching an effective involvement of the elderly people, the activities were adapted to the specificities of the two settings, Nursing Home and Day Care Center.

Keywords: Education of adults; Community Intervention; Elderly People; Animation; Quality of Life.

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS	iii
Resumo	v
Abstract	vii
ÍNDICE	ix
ÍNDICE DE TABELAS.....	xii
INTRODUÇÃO.....	1
1. ENQUADRAMENTO CONTEXTUAL DO ESTÁGIO	3
1.1. Caracterização do Contexto de Estágio	3
1.1.1. Centro de Dia	4
1.1.2. Lar	5
1.2. Integração no Contexto de Estágio.....	6
1.3. Caracterização do Público-Alvo: Necessidades, Motivações e Expectativas.....	8
1.4. Problemática do Projeto	19
1.5. Objetivos de Investigação/Intervenção.....	20
2. ENQUADRAMENTO TEÓRICO DA PROBLEMÁTICA DO ESTÁGIO	23
2.1. Educação de Adultos.....	23
2.2. Animação de Idosos.....	33
2.3. Contributo de outras investigações e experiências para o trabalho desenvolvido.....	39
3. ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO DO ESTÁGIO	41
3.1. Apresentação e Fundamentação Metodológica da intervenção.....	41
3.1.1. Paradigmas de Intervenção/Investigação.....	41
3.1.2. Seleção dos Métodos e das Técnicas de investigação/intervenção	43
3.2. Recursos Mobilizados e Limitações do Processo.....	49
4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DO PROCESSO DE INTERVENÇÃO/INVESTIGAÇÃO	53
4.1. Atividades Desenvolvidas no Centro de Dia	54
4.2. Atividades Desenvolvidas no Lar.....	64
4.3. Atividades Desenvolvidas no Lar e Centro de Dia	69
4.4. Atividades de Apoio à Gestão Institucional.....	82
4.5. Atividades Extra	85
4.6. Atividades Planeadas Não Realizadas	86

4.7. Apresentação e Discussão dos Resultados: Avaliação Final do Projeto.....	87
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	95
5.1. Os Resultados numa Perspetiva Crítica.....	95
5.2. Implicação do Estágio a Nível Pessoal, Institucional e a Nível de Conhecimentos para a Área da Especialização.....	95
6. BIBLIOGRAFIA.....	99
6.1. Bibliografia Citada.....	99
6.2. Bibliografia Consultada.....	101
7. ANEXOS.....	103
ANEXO I: Inquéritos por questionário iniciais aplicados aos utentes	105
ANEXO II: Documentos redigidos para autorização do desenvolvimento de atividades pelo Provedor.....	111
ANEXO III: Anúncio de atividades	119
ANEXO IV: Grelha de registo das atividades.....	125
ANEXO V: Cronograma das atividades	129
ANEXO VI: Registos fotográficos das atividades	133
ANEXO VII: Perceções dos utentes do Centro de Dia acerca das atividades desenvolvidas	145
ANEXO VIII: Outros materiais utilizados e/ou produzidos.....	153
ANEXO IX: Documentos redigidos e publicados	177
ANEXO X: Instrumentos utilizados na avaliação final	185
Anexo XI: Participação em Seminários.....	191
ANEXO XII: Autorização da instituição (para a utilização do nome da mesma e de registos fotográficos no relatório de estágio)	199
Anexo XIII: Parecer da Acompanhante de Estágio	203

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Género dos utentes – Centro de Dia.....	10
Gráfico 2: Estado Civil dos utentes – Centro de Dia	10
Gráfico 3: Habilitações dos utentes – Centro de Dia.....	11
Gráfico 4: Gostos e interesses dos inquiridos – Centro de Dia	12
Gráfico 5: Sugestões de atividades a desenvolver – Centro de Dia	13
Gráfico 6: Género dos utentes – Lar	14
Gráfico 7: Estado Civil dos utentes – Lar	14
Gráfico 8: Habilitações dos utentes – Lar	15
Gráfico 9: Gostos e interesses dos utentes – Lar	16
Gráfico 10: Sugestões de atividades a desenvolver – Lar	18
Gráfico 11: Adaptação da estagiária à instituição	87
Gráfico 12: “As atividades desenvolvidas corresponderam às suas expetativas?”	88
Gráfico 13: “Gostou de participar nas atividades?”	88
Gráfico 14: “O que achou das atividades?”	88
Gráfico 15: Apreciação das funcionárias acerca das atividades desenvolvidas	89
Gráfico 16: “As atividades desenvolvidas promoveram o seu bem-estar enquanto utente do Centro de Dia?”	90
Gráfico 17: Contribuição das atividades para o bom relacionamento entre os utentes	90
Gráfico 18: Contribuição das atividades para a qualidade de vida dos utentes	90
Gráfico 19: Desempenho da aluna ao longo do estágio	91

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1: Tempo de frequência na instituição – Centro de Dia	10
Tabela 2: Ocupação profissional anterior – Centro de Dia	11
Tabela 3: Tempo de residência na instituição – Lar	14
Tabela 4: Ocupação profissional anterior – Lar	15
Tabela 5: Objetivos gerais e específicos do projeto	21
Tabela 6: Principais diferenças entre os contextos – Lar e Centro de Dia	54
Tabela 7: Atividade “A cada dia” – Análise de Conteúdo	56
Tabela 8: Atividade “Molduras de aniversário” – Análise de Conteúdo	57
Tabela 9: Atividade “Sessão de esclarecimento sobre segurança” – Análise de Conteúdo	59
Tabela 10: Atividade “Álbum de recordações” – Análise de Conteúdo	61
Tabela 11: Atividade “Enfeites de Páscoa” – Análise de Conteúdo	62
Tabela 12: Atividade “Calendário de maio” – Análise de Conteúdo	63
Tabela 13: Atividade “Sessão musical” – Análise de Conteúdo	72
Tabela 14: Atividade “A minha flor, o nosso jardim” – Análise de Conteúdo	75
Tabela 15: Atividade “Confeção de compotas” – Análise de Conteúdo	77
Tabela 16: Atividade “Sessão de dança” – Análise de Conteúdo	80
Tabela 17: Atividade “Festa de S. João” – Análise de Conteúdo	81
Tabela 18: “O que achou das atividades?” – Análise de Conteúdo	88
Tabela 19: Apreciação das atividades desenvolvidas (funcionárias) – Análise de Conteúdo	89
Tabela 20: Contributo das atividades para qualidade de vida (funcionárias) – Análise de Conteúdo	91
Tabela 21: Desempenho da aluna ao longo do estágio – Análise de Conteúdo	92

INTRODUÇÃO

Este relatório de estágio resulta de um projeto, desenvolvido entre outubro de 2011 e junho de 2012, na Santa Casa da Misericórdia de Braga, no âmbito do Mestrado em Educação, Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária. A intervenção teve como destinatários os utentes do Centro de Dia e do Lar Nossa Senhora da Misericórdia, duas respostas sociais que, embora intrinsecamente vinculadas à sua origem comum, têm um funcionamento independente.

Na opção pela instituição encontram-se razões pessoais de identificação com os seus princípios e ideologia, baseados numa visão holística do ser humano. O interesse reconhecido na aproximação a este público-alvo e aos colaboradores, era uma experiência para mim desconhecida. No entanto, sempre desejei trabalhar com este público e este projeto trouxe-me hipóteses de capacitação pessoal e profissional.

A complexidade do fenómeno do envelhecimento traz associadas variadas preocupações, acrescidas pelo aumento da população idosa. Com o aumento da esperança média de vida da população, cada vez mais idosos necessitam de apoio e cuidados institucionais, importando refletir sobre a qualidade de vida destas pessoas nos seus diversos aspetos e não apenas na satisfação das necessidades básicas.

Apostada em proporcionar aos idosos formas alternativas de ocupar o tempo livre e em contribuir para vidas mais saudáveis, significativas e alegres, esta intervenção propôs-se alterar os estereótipos acerca do envelhecimento, constatando por exemplo que a frequente atribuição de papéis passivos aos idosos influencia negativamente a sua autoestima e a imagem que a sociedade lhes atribui.

No caso da população em estudo, com vidas que foram orientadas para o trabalho e poucas oportunidades de lazer, notam-se dificuldades na reconstrução dos seus objetivos e significados de significado nesta nova realidade, agora com demasiado tempo livre.

Colaborando nos serviços prestados e ambicionando a melhoria da qualidade de vida destas pessoas, privilegiei a animação como metodologia de intervenção.

Desta forma, a designação do projeto clarifica-se. *Qualidade de Vida na População Idosa: o contributo da animação*, é ilustrativo das finalidades e objetivos propostos para o desenvolvimento deste projeto, já que se trata de uma designação de fácil apropriação e reconhecimento.

Este projeto pretendeu contribuir para o enriquecimento pessoal e também coletivo, através de uma intervenção atenta e adaptada às características individuais, e simultaneamente ao grupo.

A estrutura do relatório está organizada em capítulos. O capítulo *Enquadramento Contextual do Estágio* inclui a caracterização da instituição onde decorreu o estágio, a descrição do processo de integração, a caracterização do público-alvo do projeto, a apresentação da problemática em causa e os objetivos da investigação/intervenção.

No *Enquadramento Teórico da Problemática do Estágio* são exploradas algumas das temáticas relacionadas com a conceção e desenvolvimento deste projeto, como a educação de adultos e a animação sociocultural, fazendo ainda referência ao contributo de outras experiências para o trabalho desenvolvido.

O *Enquadramento Metodológico do Estágio* refere-se à apresentação e fundamentação metodológica, onde são identificadas e justificadas as opções metodológicas do projeto relativas aos paradigmas, métodos e técnicas. Este capítulo refere ainda os recursos mobilizados e as limitações do processo.

No capítulo seguinte, *Apresentação e Discussão do Processo de Intervenção/Investigação*, são descritas as atividades desenvolvidas no âmbito do estágio, evidenciando e interpretando os resultados obtidos em cada uma delas. No final são apresentados os resultados da avaliação final do projeto.

Nas *Considerações Finais* são analisados criticamente os resultados, evidenciando o impacto do estágio a nível pessoal, institucional e de conhecimentos para a área de especialização. As restantes secções apresentam a Bibliografia e os Anexos.

1. ENQUADRAMENTO CONTEXTUAL DO ESTÁGIO

1.1. Caracterização do Contexto de Estágio ¹



A Santa Casa da Misericórdia desenvolve várias formas de intervenção e proteção social em consonância com a doutrina da Igreja e com as suas práticas sociais. A sua ação, direcionada para vertentes como a solidariedade, a autonomia e a cultura, encontra-se ao serviço dos mais frágeis e desprotegidos de bens materiais.

A Rainha D. Leonor (1458-1525), viúva de D. João II, empregou riquezas provenientes da chegada à Índia e do comércio ultramarino, no patrocínio de obras religiosas e na assistência social aos pobres. Estimulando e custeando o projeto de Frei Miguel Contreiras para estabelecimento de Misericórdias por irmandades em todo o Reino, foi precursora, em toda a Europa, desta notável iniciativa que chegou até aos nossos dias, atuando de forma ativa e determinada no seu papel social e caritativo.

No caso específico da Santa Casa da Misericórdia de Braga, embora se investigue ainda a data exata, considera-se 1513 como o ano da sua fundação, tendo sido constituída Irmandade em 1558, pelo Arcebispo D. Diogo de Sousa. Presentemente a sua administração é exercida por uma Mesa Administrativa, trienalmente eleita pelos cerca de setecentos Irmãos, sendo constituída por sete elementos: Provedor, Vice-Provedor, Secretário, Tesoureiro e três Vogais.

Adaptando-se ao longo do tempo às múltiplas transformações sociais, atualmente conta com estabelecimentos, serviços e atividades essencialmente dirigidos a crianças, idosos e famílias. Na concretização da sua ação solidária, estabelece também colaborações com outros organismos, viabilizando e favorecendo algumas das iniciativas implementadas.

No presente ano, presta serviços sociais de apoio à família e à comunidade através de três Lares de Clientes Seniores, um serviço de Apoio Domiciliário, um Centro de Dia, duas Creches e uma Cantina Social, atendendo situações de carências económicas e sociais. Diligenciando condições de

¹ Capítulo realizado tendo por base os documentos consultados no Lar e no Centro de Dia: Regulamentos Internos, Relatório de Atividades 2010 e Planos de Atividades 2011.

vida mais dignas, promove o combate à pobreza e à exclusão social em dezoito freguesias do concelho de Braga, de acordo com o estipulado no CLDS².

Os princípios gerais das respostas sociais alvo da intervenção neste projeto, Lar e Centro de Dia, enaltecem os valores da dignidade humana, da família como célula cristã fundamental da sociedade, da corresponsabilidade, da entreatuda e participação, da universalidade, igualdade, equidade e solidariedade, da economia social, da diferenciação positiva e inserção social, da conservação dos direitos adquiridos, da tolerância e da informação.

1.1.1. Centro de Dia

Tendo iniciado a sua atividade em Agosto de 1980, o Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia constitui uma resposta social desenvolvida para a prestação de um conjunto de serviços de apoio a pessoas com total ou parcial autonomia que não disponham de proteção e retaguarda sociofamiliar, durante o período das dez às dezoito horas, nos dias úteis. Funcionando no mesmo edifício do Lar de Idosos e ainda que algumas atividades tenham realização conjunta, esta resposta social apresenta-se num espaço distinto, atuando de forma independente.

Os seus objetivos fundamentais são:

- Prestar serviços que satisfaçam necessidades básicas;
- Prestar apoio psicossocial;
- Fomentar as relações interpessoais ao nível dos utentes e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o seu isolamento;
- Facultar aos utentes diversas formas de ajuda adequadas à sua situação;
- Incentivar a participação dos utentes na vida quotidiana do Centro de Dia e da comunidade.

Consideram-se utentes do Centro de Dia as pessoas inseridas no período da vida humana etariamente designado por “idoso”, regularmente acolhidas nas instalações, em serviço de apoio diário e por períodos circunscritos.

As suas instalações têm capacidade para vinte e cinco utilizadores e contam com ajudantes, auxiliares e supervisão de uma Coordenadora.

Nos seus grandes propósitos encontramos expressa a vontade de proporcionar alegria, ocupação, boa disposição, convívio e autoestima, favorecendo as relações interpessoais, o

² Contrato Local de Desenvolvimento Social, em parceria com a Câmara Municipal de Braga e com o Instituto da Segurança Social, Instituto Público, estabelecida através de Protocolo de Compromisso assinado em 19 de Agosto de 2009 e formalizado pelo contrato com data de 4 de Fevereiro de 2011.

desenvolvimento cognitivo, social e pessoal. Para o efeito, e contando também com colaborações de parcerias, o método privilegiado é a animação nas vertentes cognitiva, lúdica e estimulativa, propondo atividades do foro cultural, social, educativo, familiar, turístico e religioso.

Na implementação destas experiências saudáveis e ativas procura-se contrariar um caminho de angústia e combater as posturas estáticas e inativas, agenciando a melhoria da qualidade de vida nos idosos.

Estes utentes têm direito a usufruir dos seguintes serviços:

- Alimentação: garantia de alimentação adequada às necessidades dos utentes, de acordo com a sua idade e estado de saúde. As refeições diárias são pequeno-almoço, almoço e lanche;
- Transporte: disponibilidade de viagens de ida e volta ao seu domicílio, para utentes que o pretendam e/ou necessitem;
- Higiene pessoal: garantida, sempre que necessitem;
- Ocupação e animação: aulas de *Yoga* às segundas-feiras em simultâneo com os utentes do Lar e atividades de animação às terças e quintas-feiras à tarde.

1.1.2. Lar

O Lar de Terceira Idade Nossa Senhora da Misericórdia foi fundado em Maio de 1980. Instalado no Largo de Santa Tecla, freguesia de S. Vitor, funciona sem interrupções todos os dias da semana. A abertura é realizada às oito horas da manhã e o fim de todas as atividades, mecanismos de som ou radiação eletromagnética que possam originar ruído e prejudicar o sossego, acontece até às vinte e duas horas.

Trata-se de uma estrutura vocacionada para prestar apoio a idosos de ambos os sexos, em regime de residência permanente que tem como objetivos:

- Responder, de forma adequada, às necessidades e interesses manifestados pelos idosos;
- Auxiliar situações de isolamento e falta de apoio (social e familiar) dos idosos;
- Proporcionar aos idosos uma habitação condigna, de forma a garantir-lhes uma vida confortável, num ambiente calmo e humanizado;
- Promover o envelhecimento ativo e saudável;
- Prestar apoio social, psicológico e médico às pessoas idosas.

São considerados utentes do Lar as pessoas de idade igual ou superior a sessenta e cinco anos, cuja situação não lhes permita permanecer no seu meio habitual, admitidos em conformidade com o

Regulamento Interno e à existência de vagas. Podem ainda ter acesso, em condições excepcionais, pessoas de idade inferior à mencionada, com justificação individualizada, após levantamento pormenorizado da sua situação social e posterior consideração da Mesa Administrativa.

As instalações do Lar têm capacidade para trinta e três utentes, que têm direito a usufruir dos seguintes serviços:

- Alojamento: os utentes são alojados em quartos duplos;
- Alimentação: garantia de alimentação adequada às necessidades dos utentes, de acordo com a sua idade e estado de saúde. As refeições diárias são o pequeno-almoço, o almoço, o lanche e o jantar.
- Saúde: prestação permanente de cuidados de saúde e assistência médica, a cargo de um corpo técnico, constituído por médico e enfermeira. Estes profissionais asseguram a prestação de cuidados de saúde básicos, quer de vigilância, quer de acompanhamento dos quadros clínicos do utente, provendo todas as necessidades para o seu bem-estar. Todos os utentes têm direito a estes serviços de assistência médica e enfermagem, devendo submeter-se às prescrições clínicas do seu Médico de Família ou do Médico da Misericórdia e das respetivas equipas de enfermagem;
- Higiene pessoal: garantida, sempre que necessário, e ajustada às necessidades dos utentes;
- Limpezas/Roupas: a limpeza do quarto é garantida, excetuando os casos de utentes que o pretendam fazer e, para tal, sejam autorizados. O processo de tratamento de roupas consiste na sua lavagem e engomagem;
- Ocupação e animação: aulas de *Yoga* às segundas-feiras em simultâneo com os utentes do Centro de Dia e atividades de animação às terças e quintas-feiras de manhã.

1.2. Integração no Contexto de Estágio

O estágio, enquanto etapa fundamental do percurso académico, possibilita ao aluno perceber o ambiente de trabalho e perspetivar as funções na sua área, permitindo-lhe aplicar as suas capacidades e conhecimentos.

Esta possibilidade, essencial e muito significativa, foi-me facultada pela Santa Casa da Misericórdia de Braga que, aceitando a implementação do projeto, me proporcionou esta experiência única de aprendizagem e contacto com o contexto institucional.

Na instituição, a Dr.^a Isabel Rocha foi responsável pelo acompanhamento do meu estágio, enquanto diretora técnica do Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia e do Lar D. Diogo de Sousa.

Atendendo a esta circunstância, na primeira reunião no mês de setembro e após a apresentação e explicitação das minhas intenções, a diretora sugeriu que a minha atividade se desenvolvesse nestes dois contextos, considerando o interesse de atuar em duas realidades distintas, proposta que aceitei com interesse e entusiasmo. Neste encontro foi-me também sugerido realizar e/ou atualizar os documentos institucionais designados por “Ficha de Caracterização Individual do Cliente”. Esta realização implicou o levantamento de diversas informações, entre elas, a narrativa “História de vida”, que consiste numa proposta de reflexão e interpretação feita por cada utente à sua própria vida, neste caso redigida por mim. Esta atividade foi muito útil, já que permitiu estabelecer proximidade e laços afetivos, bem como a recolha de informação sobre, e com, o público-alvo, constituindo-se como uma mais-valia para o cumprimento dos objetivos considerados na primeira fase do projeto, no Centro de Dia. Estas opções foram discutidas e validadas pela Professora orientadora do estágio, Doutora Fátima Barbosa, que incentivou a sua prossecução.

Estas intenções iniciais acabaram por influenciar significativamente a implementação do projeto, permitindo uma aproximação mais célere e consolidada no Centro de Dia e seu público-alvo do que no Lar.

Um mês após o início deste percurso, a acompanhante de estágio deixou de exercer funções no Lar D. Diogo de Sousa, passando a desempenhá-las no Lar Nossa Senhora da Misericórdia. Tendo como propósito garantir o seu acompanhamento, foi-me proposta a alteração do local de estágio e do trabalho de investigação inicial já realizado, dando-lhe continuidade, nos mesmos moldes e na nova realidade, no mês de novembro.

Esta mudança, ainda que implicando uma consolidação mais tardia dos objetivos definidos, representava também a vantagem do funcionamento do Lar e do Centro de Dia no mesmo edifício. Apesar das duas respostas sociais terem funcionamento independente, esta proximidade permitiu-me desenvolver possibilidades de colaboração entre os seus públicos, realizando atividades conjuntas, sempre que oportuno e possível.

A realização e atualização dos documentos de caracterização individual de cada utente foi um valioso contributo no cumprimento destes objetivos, facultando-me a hipótese de aplicar simultaneamente alguns instrumentos para recolha de dados.

As leituras e pesquisas bibliográficas foram um recurso fundamental para a compreensão das especificidades destes contextos e dos seus públicos, em termos genéricos.

A análise documental, através das consultas aos Regulamentos Internos, Relatórios e Planos de Atividades, facultaram uma compreensão abrangente do funcionamento da instituição, dos seus

espaços, dos recursos humanos, materiais e financeiros, a par das suas prioridades e objetivos. Este entendimento é também resultado do apoio sempre disponibilizado pela acompanhante de estágio, que me auxiliou a enquadrar a aplicação normativa nas práticas institucionais.

As conversas informais, facilitando a observação das rotinas e das dinâmicas institucionais no Lar e no Centro de Dia, favoreceram a aproximação progressiva aos utentes e aos profissionais desta instituição, contribuindo para um entendimento mais fundamentado das ações desenvolvidas e da perceção dos seus intervenientes.

A observação participante foi agenciada em diversos momentos, com a minha presença nos contextos em causa, em diferentes situações e horários. Observei e, por vezes, cooperei nas rotinas de alimentação, de higiene e saúde, tanto na perspetiva dos utentes como das funcionárias. Observei também algumas atividades promovidas pela animadora sociocultural e, sempre que possível, contribuí para o seu desenvolvimento e concretização.

Apesar de reconhecer a integração no contexto de estágio como bastante conseguida, devo salientar que os primeiros contactos com estas realidades, pouco conhecidas por mim, foram muito marcantes, ainda que bem-sucedidos. Ao longo do período de estágio, julgo ter percecionado as diferentes configurações contextuais, de forma relativamente rápida, conseguindo adaptar-me e colaborar com os todos os intervenientes, nas distintas situações.

A minha disponibilidade para auxiliar em diferentes tarefas favoreceu este processo de integração, tendo apoiado a gestão, auxiliares e outras estagiárias no desenvolvimento das suas atividades. Neste envolvimento, em funções não propostas no projeto, considerei sempre o bom funcionamento da instituição e o conseqüente bem-estar dos seus utentes.

O grande número de envolvidos e as múltiplas situações experienciadas, nem sempre me permitiram considerar toda a informação produzida, conseqüência da elevada carga de trabalho e das emoções, inevitavelmente associadas aos contactos pessoais.

1.3. Caraterização do Público-Alvo: Necessidades, Motivações e Expectativas

Qualquer situação, na perspetiva de Jean-Pierre Boutinet, “é passível de ser objecto de uma multidão de projectos possíveis” (Boutinet, 1996: 259). A definição do projeto, segundo o mesmo autor (1996), contempla necessariamente a elaboração de um estudo meticoloso da situação em que se pretende intervir e uma avaliação de todo o contexto envolvente à realidade em que se pretende atuar. O mesmo autor considera fundamental uma constante interrogação e problematização sobre tudo o

que se apreende, reconhecendo nesta análise avaliativa uma função essencial que permite “para lá de um reconhecimento do terreno, identificar as oportunidades existentes” e “apoiar-se sobre algumas destas”, garantindo assim consistência ao projeto (Boutinet, 1996: 261).

Coadjuvado por um processo, tão aprofundado quanto possível, de levantamento e recolha de dados, esta fase afigurou-se indispensável e decisiva para a determinação de objetivos e delimitação adequada da intervenção. Exigindo-se um grande trabalho de análise do contexto e dos intervenientes, a par de uma reflexão profunda sobre o plano de atividades, planificou-se uma intervenção atendendo, o mais possível, às necessidades reais do seu público-alvo.

O projeto *Qualidade de Vida na População Idosa: o contributo da animação* é destinado à totalidade dos utentes do Centro de Dia (dezassete) e do Lar Nossa Senhora da Misericórdia (trinta e três), da Santa Casa da Misericórdia de Braga. Ao longo do período de estágio o público-alvo sofreu algumas variações, relacionadas com falecimentos e/ou entrada de novos idosos no Centro de Dia e no Lar. A todos, mesmo àqueles que surgiram depois do início do estágio, foi dado a conhecer o projeto e explicados os intuítos da sua realização, sendo feita a integração destes nas atividades propostas, sempre de acordo com a expressão da sua vontade.

Como as duas respostas sociais, ainda que partilhando o mesmo edifício, funcionam independentemente e em espaços diferenciados, optou-se por dirigir os processos de investigação e intervenção para cada uma delas, separadamente.

Procurando diagnosticar as necessidades, os interesses e as potencialidades de cada idoso, enquanto indivíduo inserido na instituição e no seu grupo de interações, privilegiei a observação participante e as conversas informais com o público-alvo e com as funcionárias da instituição. A consulta e análise da documentação disponibilizada, bem como os diferentes encontros, quer com a orientadora quer com a acompanhante de estágio, foram também contributos decisivos na eleição das minhas opções no projeto. Este, suportando-se na articulação possível entre os interesses e capacidades dos utentes e as possibilidades da instituição, pretendeu promover um funcionamento ativo, baseado nos seus objetivos e ideologia.

Complementando este trabalho no “terreno”, a pesquisa bibliográfica, ampliando o meu conhecimento, permitiu-me entender melhor as especificidades deste público, caracterizando e enquadrando a intervenção. Em paralelo, efetivei e atualizei os documentos individuais que se encontravam incompletos no Centro de Dia e no Lar.

A caracterização, a seguir representada, foi realizada com base nos dados recolhidos através dos inquéritos por questionário (Anexo I) e na conjugação dos elementos já referidos. Nesta caracterização

utilizarei a designação *utentes* quando considerar a sua totalidade e a designação *inquiridos* nos restantes casos.

Caracterização do Público-Alvo do Centro de Dia

Dos dezassete utentes do Centro de Dia foram inquiridos dezasseis, uma vez que um dos utentes não apresenta condições cognitivas que permitam a obtenção de respostas. Em certos casos, algumas dificuldades na recolha de dados foram superadas com o auxílio das funcionárias, dos familiares, da observação direta e de bases documentais.

Gráfico 1: Género dos utentes (Centro de Dia)

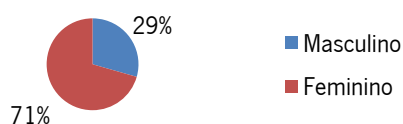
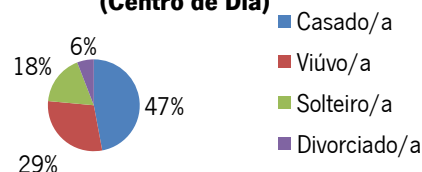


Gráfico 2: Estado Civil dos utentes (Centro de Dia)



Quanto ao género dos utentes, é notória a grande prevalência do género feminino. Relativamente ao estado civil, constata-se que a maioria é casada, existindo três casais entre os utentes. Uma percentagem considerável é viúvo(a), seguindo-se o estado civil solteiro(a) e divorciado(a).

A idade dos utentes compreende-se entre os setenta e dois e os oitenta e seis anos, sendo a média de idades de setenta e oito anos.

O tempo de frequência na instituição, de todos os utentes, pode ser observado no quadro seguinte:

Tempo de frequência (em anos)	Número de utentes e percentagem
[0,2]	12 (70%)
] 2,4]	1 (6%)
] 4,6]	1 (6%)
] 6 ou mais]	3 (18%)

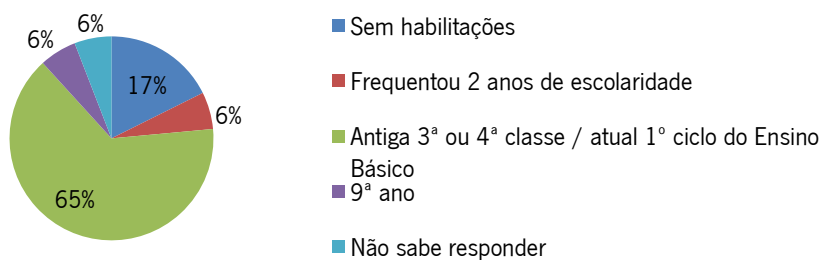
Tabela 1: Tempo de frequência na instituição (Centro de Dia)

Quanto às razões que levaram os utentes a frequentar o Centro de Dia, 53% dos utentes referiram a situação de isolamento, por ausência de retaguarda familiar durante o dia. Os restantes 47% mencionaram a vontade de ocupar os tempos livres e conviver, declarando como principal motivo o facto de não gostarem de estar sozinhos/as.

Todos os inquiridos afirmaram gostar de frequentar o Centro de Dia.

No que respeita às habilitações a maioria dos utentes concluiu a 3ª ou 4ª classe, correspondente ao atual 1º Ciclo do Ensino Básico. Ainda assim, muitos destes utentes não sabem ler ou escrever por não terem praticado, ou seja, houve uma regressão e podem neste momento ser considerados analfabetos.

Gráfico 3: Habilitações dos utentes (Centro de Dia)



A ocupação profissional, anterior ao ingresso na instituição, é bastante diversificada, como esclarece o quadro, notando-se a predominância da ocupação doméstica.

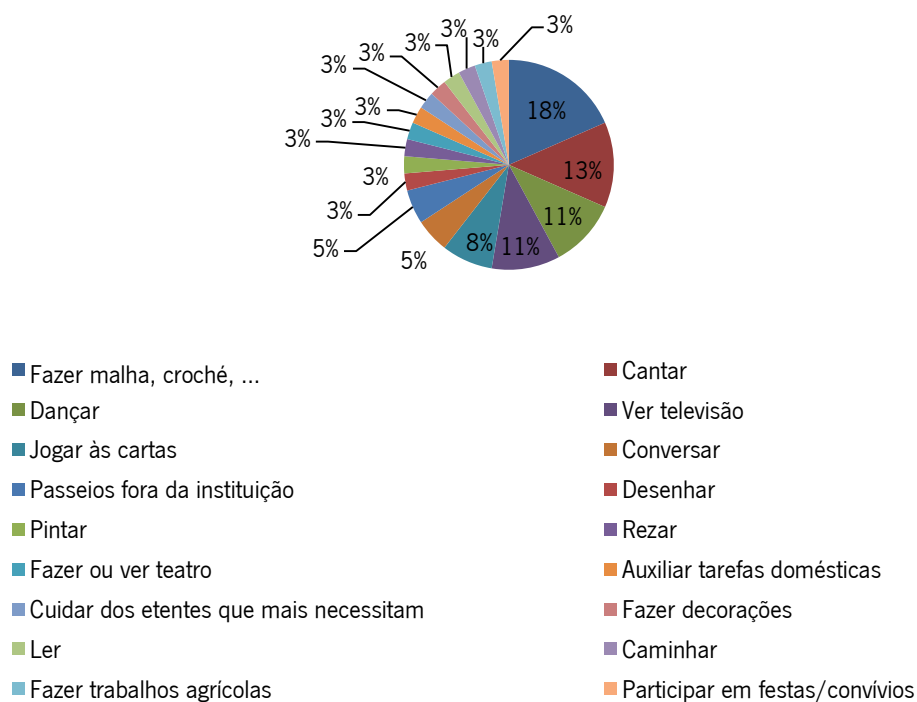
Ocupação profissional anterior	Número de utentes
Não teve	1
Doméstica	6
Empregada doméstica	1
Responsável lar de 3ª idade	1
Dona de loja de perfumes	1
Comerciante	1
Ferreiro	1
Carpinteiro	1
Funcionária de armazém	1
Canalizador	1
Empregado de escritório	1
Ajudante de mercearia	1

Tabela 2: Ocupação profissional anterior (Centro de Dia)

A totalidade dos inquiridos demonstrou satisfação relativamente ao desempenho tanto das funcionárias como dos responsáveis (membros da direção). Dos utentes, 94% dos utentes consideram-no “bom” e apenas 6% o classificou como “suficiente”, numa escala entre “bom”, “suficiente” e “mau”.

Quando questionados relativamente aos seus gostos e interesses, os inquiridos apresentaram respostas bastante diversificadas, como se observa no gráfico abaixo apresentado. As atividades mais se evidenciaram foram: fazer malha ou croché, cantar, ver televisão, dançar e jogar às cartas. Conversar e realizar passeios fora da instituição foram hipóteses referidas duas vezes e as restantes opções apenas uma vez.

Gráfico 4: Gostos e Interesses dos inquiridos (Centro de Dia)



Dada a variedade das respostas obtidas, pode considerar-se que os gostos e interesses manifestados vão ao encontro de atividades conhecidas por todos, provavelmente porque já as praticaram muitas vezes, tiveram contacto com elas ou se sentem capacitados para a sua realização.

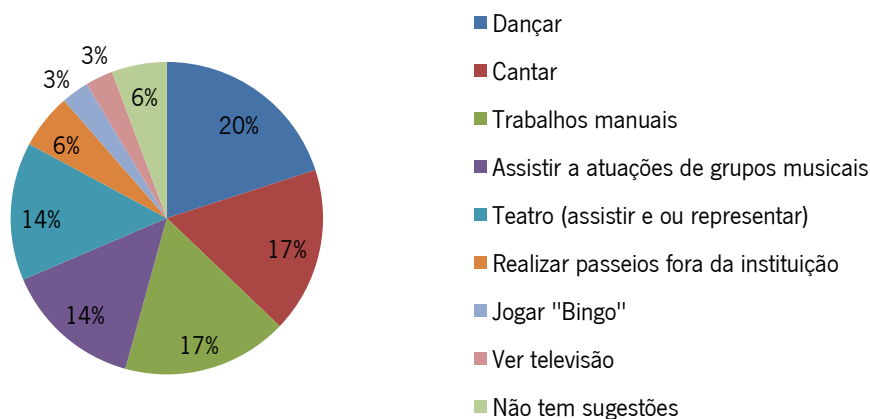
Relativamente à participação dos inquiridos em atividades desenvolvidas na instituição, anteriores à realização deste projeto, a maioria destes (63%) disse participar “sempre”, 25% “algumas vezes”, um dos inquiridos (6%) referiu participar “poucas vezes” e outro (6%) “nunca” ter participado. Através das conversas informais e da observação participante constatei que, neste último caso, o inquirido não participava nas atividades por dificuldades a nível físico, principalmente na motricidade fina dos dedos das mãos (movimento inerente à maioria das atividades desenvolvidas até então) e que o único utente não inquirido, também não participava nas atividades atendendo ao seu comportamento instável e elevado grau de dependência física, resultantes de problemas cognitivos.

As atividades em que os inquiridos mais gostaram de participar foram as comemorações festivas (38%), seguidas da ginástica/Yoga (19%) e do desenho (6%), pintura (6%), decoração (6%) e passeios fora da instituição (6%), atividades que só foram referidas uma vez cada uma. Dos inquiridos, 19% não responderam a esta questão pela não habitual participação ou manifesto desinteresse quanto às atividades desenvolvidas.

Quando questionados sobre as atividades em que gostaram menos de participar, a maioria dos inquiridos (88%) referiram que gostaram de todas e, como tal, não responderam a esta questão. Um dos inquiridos (6%) indicou os trabalhos com barro como a atividade que menos gostou, mencionando ter de sujar as mãos e outro (6%) referiu o jogo do bingo, por não saber os números.

A totalidade dos inquiridos declarou gostar que o Centro de Dia passasse a desenvolver mais atividades, para além das existentes. Motivados por esta ideia, grande parte destes sugeriu algumas atividades.

Gráfico 5: Sugestões de atividades a desenvolver (Centro de Dia)



A análise destas questões, aliadas a outras informações recolhidas ou percebidas, possibilitou a constatação de que, em geral, o público-alvo do Centro de Dia apresentava algumas características comuns, tais como o motivo da sua frequência e a satisfação relativa ao desempenho das funcionárias, ao ambiente de funcionamento e à relação entre os utentes, verificando-se também na sua adesão às atividades desenvolvidas. Estes pressupostos, deixando antever um elevado grau de participação no projecto, consideraram também a necessidade de investir em atividades adequadas a casos particulares, procurando salvaguardar igualmente os casos em que a personalidade, os gostos e os interesses variam significativamente, afigurando-se indispensável recorrer a estratégias diferenciadas e individualizadas de motivação e actuação.

Caracterização do Público-Alvo do Lar

No Lar, de um total de trinta e três utentes, foram inquiridos vinte e três. Este facto fica a dever-se ao estado cognitivo de alguns utentes, que não permitiu recolher respostas válidas.

Numa análise à totalidade dos utentes, nos gráficos seguintes, podem-se analisar o género e o estado civil dos utentes. É notória a grande prevalência do género feminino. Quanto ao estado civil, os(as) viúvos(as) prevalecem, seguido de um grupo significativo de solteiros(as) e de um número reduzido de casados(as) e divorciados(as).

Gráfico 6: Género dos utentes (Lar)

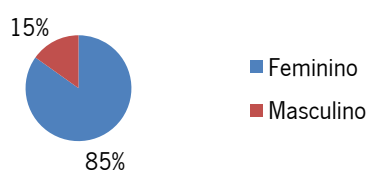
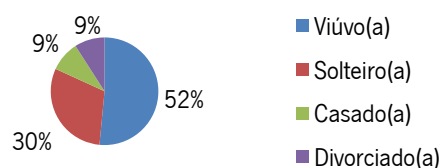


Gráfico 7: Estado Civil dos utentes (Lar)



Considerando a totalidade dos utentes, verifica-se que a média de idades é de oitenta e três anos.

Relativamente ao tempo de residência no lar, os inquiridos foram situados segundo os intervalos apresentados na seguinte tabela:

Tempo de residência (em anos)	Número de utentes e percentagem
[0,2]	5 (22%)
] 2,4]	9 (39%)
] 4,6]	1 (4%)
] 6 ou mais]	8 (35%)

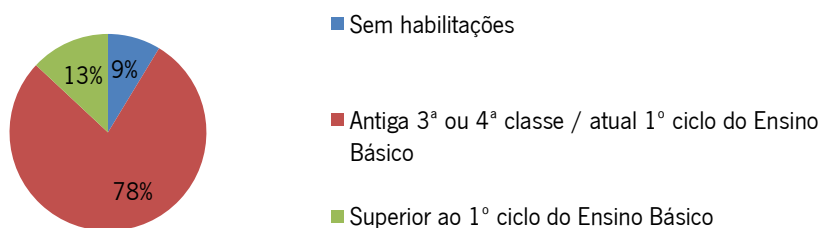
Tabela 3: Tempo de residência na instituição (Lar)

No que se refere às razões para frequência da instituição, o isolamento habitacional, sentimento de solidão e consequentes necessidades e receios a ele associados são apontados por 39% dos inquiridos. A impossibilidade dos familiares para prestar os cuidados necessários, essencialmente de saúde e o incentivo dos familiares por esta opção foi indicada em 22% casos, seguindo-se a elevada dependência a nível de cuidados de saúde (13%), a necessidade de um acompanhamento próximo

constante que não queria solicitar a familiares (9%), acompanhar o cônjuge (9%), existindo 8% dos inquiridos que não responderam, alegando não se recordar.

No que se refere às habilitações dos inquiridos deverá ser assinalado o facto de que a grande maioria, por não ter praticado, já não sabe ler nem escrever. Ou seja, houve uma regressão e podem neste momento ser considerados analfabetos.

Gráfico 8: Habilitações dos utentes (Lar)



A ocupação profissional mais comum entre os inquiridos, anterior ao seu ingresso na instituição, é a de agricultor/a, notando-se um diversificado leque de profissões com pouca representação, verificável no quadro seguinte.

Ocupação profissional anterior	Número de utentes
Agricultores/as	6
Domésticas	2
Empregada doméstica e agricultora (em simultâneo)	2
Costureiras	2
Cuidadoras de crianças	2
Doméstica e costureira (em simultâneo)	1
Empregada doméstica	1
Bibliotecária	1
Auxiliar de ação educativa	1
Telefonista	1
Barbeiro	1
Ferreiro	1
Técnico de aparelhos áudio e vídeo	1
Sapateiro, jogador de futebol profissional e metalúrgico	1

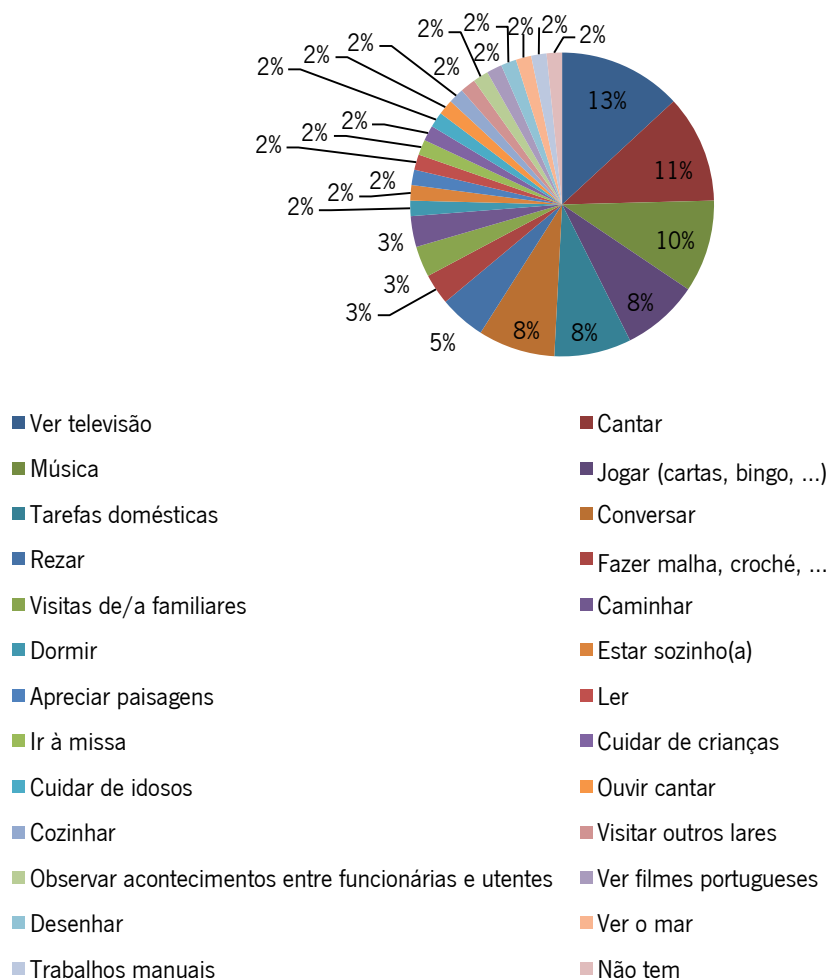
Tabela 4: Ocupação profissional anterior (Lar)

Relativamente ao desempenho das funcionárias, 76% dos inquiridos classificam-no como “bom”, ainda que parte destes considerem esta classificação em termos gerais, manifestando

descontentamento em relação ao desempenho de algumas funcionárias. Dos inquiridos, 18% consideram-no “suficiente” e 6% consideram-no “mau”.

Quanto ao desempenho dos responsáveis (membros da direção), 74% dos inquiridos consideraram-no “bom” e 26% afirmaram não saber responder a esta questão por não conhecerem suficientemente os responsáveis.

Gráfico 9: Gostos e Interesses dos utentes (Lar)



As respostas relativas aos seus gostos e interesses pessoais foram bastante variados, como se nota no gráfico apresentado. Das atividades mais referidas destacam-se respetivamente: ver televisão, cantar, ouvir música, jogar às cartas, as tarefas domésticas e conversar. Alguns dos inquiridos deram mais do que uma resposta, mencionando diferentes gostos e interesses. Este facto originou um número de respostas superior ao número dos inquiridos.

No que respeita à participação dos utentes em atividades anteriores à implementação deste projeto, apenas 22% dos inquiridos responderam que sempre participaram, 43% responderam “por

vezes” e 35% “nunca”. Os motivos da não participação são essencialmente a falta de vontade, o facto de não lhes conferirem utilidade ou destas não irem de encontro aos seus gostos e interesses ou ainda não se sentirem “à altura” para as desenvolverem.

As atividades em que os inquiridos revelaram ter gostado mais de participar, embora constituindo cada uma apenas 8% das respostas, foram: festas comemorativas, atuações de grupos musicais, cantar, trabalhos manuais, desenhar e pintar. As atividades referidas com apenas 4% cada foram: teatro, ginástica, passeios fora da instituição, trabalhos em malha e croché, jogos (cartas, bingo, etc.). Apenas um inquirido referiu gostar de todas as atividades, tendo preferido não nomear nenhuma.

Dos inquiridos, 31% não responderam a esta questão. Estes coincidem com os que referiram na questão anterior não participar em qualquer atividade até então.

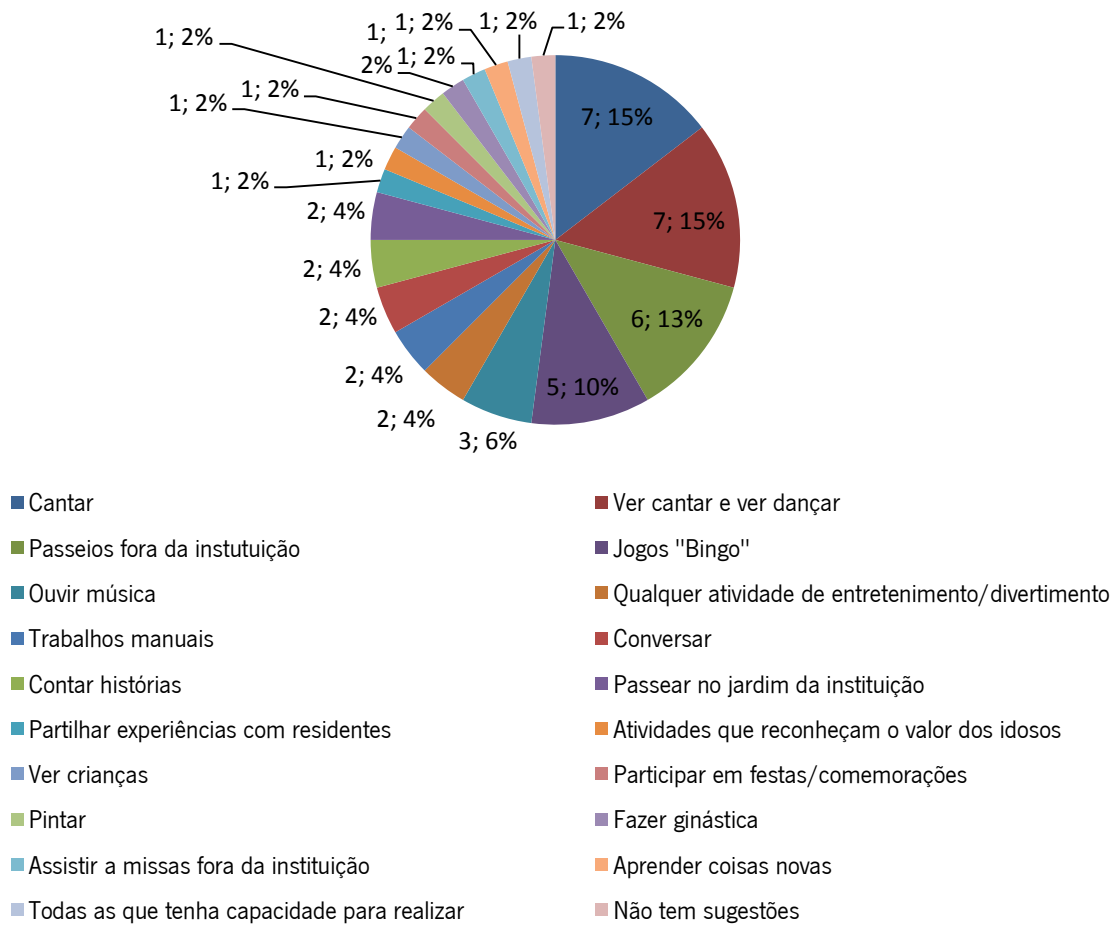
Os motivos apresentados para estas escolhas foram essencialmente: “Servem para entreter/distrair”, “Porque alegre” e/ou “Faz esquecer os problemas da vida”.

Relativamente às atividades em que gostaram menos de participar, 5% das respostas indicaram qualquer atividade que tivesse sido sobreposta ao horário da missa. Apesar de apenas um utente ter feito esta referência, que não responde diretamente à questão, este aspeto foi perceptível como uma opinião muito comum entre os utentes, através da observação participante e conversas informais com utentes, colaboradoras e diretora técnica/acompanhante de estágio. Ginástica, jogos e pintura, foram outras das atividades mencionadas apenas uma vez, como menos apreciadas pelos utentes. Dos inquiridos, 11% dos inquiridos referiram não ter apreciado todas as atividades que não conseguiram executar e 69% dos inquiridos não responderam a esta questão, por não terem participado em qualquer atividade ou não se recordarem das mesmas.

Apesar de, na generalidade, os utentes não estarem muito motivados para a realização de atividades, 91% dos inquiridos consideram positivo que se desenvolvam mais atividades no Lar e os restantes 9% referiram que não.

Quando questionados sobre sugestões de atividades a desenvolver, inicialmente nenhum dos inquiridos apresentou propostas. Depois de motivados através de diversas formas, aplicadas individualmente, os mesmos foram revelando algumas sugestões. Da totalidade das respostas, as que mais se evidenciaram foram as relacionadas com música.

Gráfico 10: Sugestões de atividades a desenvolver (Lar)



Lar e Centro de Dia: outros aspetos significativos

Relativamente aos problemas de saúde apresentados pelos utentes, podem-se identificar diversos: cardíacos, de hipertensão arterial, do sistema nervoso, depressivos, respiratórios, reumáticos, de visão, de diabetes, urinários e gastrointestinais. As patologias do foro neurológico, como a doença de Alzheimer, depressão e outras demências, são mais frequentes nos utentes do Lar.

Para além dos aspetos mencionados, constatei que as funcionárias do Centro de Dia, durante o tempo disponível entre a execução de tarefas, tentam quebrar a apatia dos utentes, tentando estimular a memória e o otimismo dos idosos e procurando desvalorizar sentimentos de incapacidade, mitos e estereótipos consequentes da sua condição e/ou idade. Quanto às funcionárias do Lar, estas não dispõem de tanto tempo para estar com os utentes, facto consequente da acumulação de diferentes e exigentes tarefas, num espaço maior e com um maior número de pessoas.

Também como resultado das práticas, apreciações e análises feitas até ao momento, reconheci, nas duas respostas sociais, Lar e Centro de Dia, a inexistência de qualquer tipo de atividade nalguns

dias da semana, dispondo apenas de dois dias de atividades realizadas com a animadora sociocultural, que perfazem quatro horas semanais, e uma aula de Yoga com duração de uma hora semanal. Nestes períodos, observei que as distrações passam essencialmente pela televisão e por atividades de âmbito religioso, como rezar ou assistir a missas – quer na televisão, quer na própria instituição. De forma geral, em vários momentos, os idosos encontram-se num aparente estado de apatia e acomodação, muitas vezes sem qualquer atividade. Verifiquei que este estado só é alterado pela presença de pessoas que não pertencem ao habitual contexto ou por alguns acontecimentos, geradores de pequenos diálogos.

Empenhada em contribuir para a possível alteração destas situações, tentei encontrar horários disponíveis e adequados para a realização de atividades no âmbito deste projeto. Esta intenção não foi facilitada devido a diversos fatores condicionantes (subcapítulo 3.2.).

Assim, a implementação das atividades nem sempre foi portanto possível em dias fixos embora, nalgumas fases, tenha existido um certo padrão.

De acordo com os dados que foram recolhidos e analisados, e tendo em consideração todas as características, necessidades, motivações, expectativas e potencialidades, tanto do público-alvo como da instituição, foram definidos os objetivos gerais e específicos do projeto (subcapítulo 1.5.), procurando que este constituísse um contributo para a melhoria da qualidade de vida destes utentes.

1.4. Problemática do Projeto

As questões demográficas como a diminuição da natalidade e o aumento da população idosa, fruto dos avanços na medicina e do conseqüente aumento da esperança média de vida, caracterizam a sociedade atual. Enquanto fenómeno que afeta a todos os seus membros, o envelhecimento não é apenas um fenómeno demográfico, tratando-se de um processo complexo, biopsicossocial.

Assim, o envelhecimento permanece associado a um conjunto de estereótipos negativos, com conseqüências nefastas para os que pertencem a este grupo etário e para a sociedade em que estes vivem. Este facto faz com que a sociedade atribua frequentemente papéis passivos aos idosos, caracterizados pela dependência ou assistencialismo. Estes estereótipos afetam a imagem que se tem dos idosos, a forma como estes se veem a si mesmos, por exemplo a nível da autoestima ou confiança, afetando inevitavelmente o seu comportamento, tornando-o conformista e passivo, podendo mesmo levar ao isolamento social. Estas ideias negativas sobre o envelhecimento geram discriminação que, por sua vez, gera o medo de envelhecer.

A necessidade de intervenção nesta área consiste na importância de contrariar a imagem que a sociedade tem dos idosos e fazer com que os mesmos possam apreciar a vida na sua plenitude, numa perspectiva de crescimento e realização pessoal. À população idosa, como em qualquer idade, devem ser proporcionadas oportunidades de continuar a interessar-se pela vida. Também aqui, é encontrada a perspectiva de uma educação comunitária, ou seja, a ideia de que “todos temos muito a aprender e a ensinar e que precisamente esta interação de conhecimentos, práticas e saberes resulta num enriquecimento de cada um de nós e toda a comunidade” (Antunes, 2001: 64). A educação preocupa-se com o desenvolvimento integral e harmónico dos seres humanos e das comunidades.

A Educação de Adultos consiste em criar condições para que os mesmos se tornem capazes de procurar as suas próprias respostas, numa perspectiva de conseguir uma maior realização pessoal e comunitária. Esta intervenção teve como referência a ideia de que “a educação de adultos terá que incluir uma importante dimensão estética e afetiva que, aproximando os diversos atores em presença, potencie novas formas de sociabilidade e respeito por si e pelos outros” (Barbosa, 2004: 209). A mesma (educação de adultos) atribui prioridade aos grupos menos favorecidos, onde se encontram, entre outros, os idosos. Este projeto, designado *Qualidade de Vida na População Idosa: o contributo da animação* é portanto centrado nos idosos, especificamente os utentes que usufruem das respostas sociais Lar e Centro de Dia e pretende ser um contributo para a qualidade de vida dos mesmos, com base na sua liberdade de escolha, nos seus gostos e interesses, características e vontades, numa perspectiva de partilha e adequação, de forma a colaborar para o seu bem-estar. A intervenção educativa não deve nunca ser imposta, ou então deixaria de fazer sentido.

Este projeto olha para a pessoa como um todo, porque valoriza mais o processo do que os resultados, aceita a complexidade dos desafios que esta problemática envolve, reveste-se de interesses e valores verdadeiramente importantes para a humanidade e para o desenvolvimento da sociedade, tais como: “o respeito pelos outros, (...) a promoção da capacidade de comunicar, o treino da capacidade de aprender, a procura da realização pessoal” (Ribeiro Dias, 2009: 182).

1.5. Objetivos de Investigação/Intervenção

Entendendo que a terminologia sobre finalidades, objetivos gerais e específicos de um projeto encerra alguma polissemia e variação de interpretações, o importante é, antes de mais, perceber se as finalidades do projeto estão claramente definidas e se os objetivos estão formulados em termos suficientemente operacionais.

As finalidades apontam o motivo da existência de um projeto, bem como a sua contribuição face aos problemas e às situações que se pretendem transformar. Os objetivos gerais “descrevem orientações para as acções e são coerentes com as finalidades do projecto, descrevendo as grandes linhas de trabalho a seguir e não são, geralmente, expressos em termos operacionais, pelo que não há possibilidade de saber se foram ou não atingidos” (Guerra, 2002: 163-164).

Este projeto teve como finalidade contribuir para a qualidade de vida dos utentes do Lar e Centro de Dia.

Os objetivos específicos expressam os resultados que se pretende alcançar, detalhando os objetivos gerais e funcionando como a sua operacionalização.

FASE I: SENSIBILIZAÇÃO	
Objetivos gerais	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conhecer o contexto de estágio; ▪ Diagnosticar problemas/respostas presentes nas valências Centro de Dia e Lar.
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Recolher documentos e informações sobre a instituição e a sua organização e dinâmica (horários, funcionamento, espaços disponíveis, recursos materiais, financeiros e humanos, prioridades e objetivos); ▪ Criar laços com os utentes e com todos os colaboradores da instituição; ▪ Analisar os documentos de caracterização individual de cada utente; ▪ Identificar as necessidades, interesses e expectativas dos idosos (características pessoais, valores, princípios, cultura, capacidades, dificuldades, gostos pessoais).
FASE II: IMPLEMENTAÇÃO	
Objetivos gerais	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dinamizar a instituição; ▪ Fomentar a autoestima e valorização pessoais; ▪ Implementar estratégias promotoras da qualidade de vida dos idosos.
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fomentar o dinamismo, entusiasmo e motivação nas atividades através da animação; ▪ Incentivar a autonomia e participação ativa dos idosos; ▪ Valorizar as capacidades, interesses, motivações e saberes dos utentes; ▪ Possibilitar momentos de atividades artísticas e de criatividade com os idosos; ▪ Aumentar o número de relações interpessoais; ▪ Promover contactos intergeracionais sempre que possível.
FASE III: AVALIAÇÃO	

Objetivo geral	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Avaliar o projeto.
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Analisar todas as informações obtidas através dos instrumentos de recolha de dados utilizados; ▪ Identificar o cumprimento ou não dos objetivos inicialmente definidos; ▪ Refletir sobre o alcance da finalidade do projeto.

Tabela 5: Objetivos gerais e específicos do projeto

2. ENQUADRAMENTO TEÓRICO DA PROBLEMÁTICA DO ESTÁGIO

Esta secção pretende abordar algumas das temáticas relacionadas com a conceção e desenvolvimento deste projeto. Para o efeito, abordarei a Educação de Adultos e a Animação Sociocultural, aplicada aos públicos e contextos em questão, fazendo ainda referência a outras investigações e experiências relevantes para o trabalho desenvolvido.

2.1. Educação de Adultos

Legalmente, define-se a entrada na idade adulta entre os 18 e os 21 anos, dependendo da região em causa. Algumas culturas africanas consideram adultos todos os maiores de 13 anos, mas na maior parte dos casos essa idade é integrada na adolescência. Normalmente, e também em Portugal, a idade considerada é de 18 anos.

Considerando a complexidade do desenvolvimento na vida adulta, vários autores têm proposto a sua divisão em fases, sendo a velhice considerada uma delas. Mas, esta questão não é consensual. Geralmente, consideram-se idosos os indivíduos com idades superiores aos 65 anos.

Segundo Oliveira,

“considera-se adulto aquele que atingiu os 18/21anos, distinguindo-se essencialmente três fases: o jovem adulto (ou adulto jovem) entre os 20-40 anos; adultos de meia-idade (entre os 40-60 anos, podendo ir até aos 65 ou 70 anos); adulto idoso (ou idoso propriamente dito)”.

(Oliveira, 2008:12)

Existem também autores que diferenciam categorias em relação aos idosos. Neugarten (1976) *apud* Simões (2006) considera os “idosos jovens” os que têm idades compreendidas entre os 65 e os 74 anos e os “idosos velhos” os que apresentam mais de 75 anos. Mais tarde, foi ainda acrescentada uma categoria intermédia, que corresponde às idades entre os 75 e os 84 anos.

Fonseca (2004) fala exclusivamente em idade adulta, dividindo-a em três períodos: “idade adulta jovem”, dos 20 aos 40 anos; “meia-idade adulta”, dos 40 aos 65 anos e “idade adulta tardia”, dos 65 anos em diante.

Diferentes autores propõem divisões semelhantes e também outras. Designações como “terceira idade”, mais ou menos entre os 65 e os 80 anos, e “quarta idade”, a partir dos 80 anos, são empregadas para distinguir os idosos, supostamente mais ou menos sujeitos aos efeitos indesejáveis

da velhice, muitas vezes relacionados com o estado de saúde a propensão para contrair doenças. Considerando estas designações, poderia dizer-se que o público-alvo deste projeto estaria, no caso do Centro de Dia enquadrado na “terceira idade” e, no caso do Lar, na “quarta idade”.

Estas atribuições, atribuídas por idades e essencialmente consequentes do aumento da esperança média de vida, são apenas um dos critérios a ter em conta no processo do envelhecimento. O estatuto do idoso não pode ser definido segundo uma data cronológica, pois varia segundo diversos fatores.

Apesar de o conceito “idoso” ter diferentes interpretações convirá lembrar, antes de mais, que por se tratar de “adultos”, a temática *educação de adultos* se apresenta aqui como pertinente.

A polissemia do termo “educação de adultos” deriva do facto de este ser um sector abrangente de contextos educativos que extravasam a educação escolar e a preparação para o trabalho.

É no ano de 1949, no contexto das reformas educativas, que surge a necessidade de promover a Primeira Conferência Internacional de Educação de Adultos que aconteceu em Elsenaur, na Dinamarca. Nesta conferência foram dados os primeiros passos na direção da primeira conceção de educação de adultos observada, pela primeira vez, como um sector diferenciado da educação escolar, embora envolto em incertezas e indefinições (Antunes, 2001). Definida como tarefa fulcral da educação de adultos “satisfazer as necessidades e aspirações do adulto em todas as dimensões da vida” (Antunes, 2001: 35), esta conceção foi considerada muito idealista e não produziu os efeitos esperados, apontando-se como um dos principais motivos o facto de ter surgido desestruturada. Com o passar do tempo e a realização de posteriores conferências, a importância da educação de adultos foi crescendo gradualmente, pelo menos em teoria.

A Recomendação de Nairobi, publicada em 1976, é um documento redigido após a Terceira Conferência Internacional de Educação de Adultos organizada pelas Nações Unidas e realizada no ano de 1972, em Tóquio, no Japão. A razão de evocar este documento para esta discussão prende-se com a sua importância e relevância para a exploração do conceito e práticas de educação de adultos.

Este é o documento onde melhor se encontram transcritos os ideais e as práticas pedagógicas de tipo democrático e emancipatório. A partir desta Terceira Conferência, “os horizontes da educação de adultos alargam-se, sendo o seu principal objetivo servir o desenvolvimento cultural e socioeconómico dos indivíduos e das comunidades” (Barbosa, 2004: 99). Apostou-se nas premissas de que a educação de adultos teria como elemento essencial a aprendizagem ao longo da vida, “a educação é, portanto, vista como um processo inacabado, que se faz ao longo da vida do indivíduo e em todos os lugares, em que esta decorre” (Barbosa, 2004: 99).

É nesta conferência que surge a definição de educação de adultos, “apresentada na sua dimensão de formação integral e refere-se a *todos* os adultos, os que tiveram e os que não tiveram acesso aos benefícios da educação escolar, na medida em que uns e outros são portadores de carências específicas” (Ribeiro Dias, 2009:182). Salienta-se que a educação de adultos deve consistir no desenvolvimento integral do sujeito e das relações que estabelece com o seu meio, bem como ajudar o sujeito a tornar-se proativo. Em resumo, desenvolver o indivíduo no conjunto das suas potencialidades, “desenvolvimento integral do homem”. Neste sentido, é essencial compreender que a base daquilo que somos está constantemente a construir-se e reconstruir-se, a modificar-se enquanto adquirimos novos elementos.

Rui Canário apresenta-nos o campo da educação de adultos como uma realidade complexa e diversa, em que o seu próprio campo de ação já apresenta estas características por si só e onde a educação é encarada “como um processo largo e multiforme que se confunde com o processo de vida de cada indivíduo” (Canário, 1999: 11).

É importante ter bem presente que educação e desenvolvimento não são distintas nem separadas, interferem simultaneamente. Antunes (2008) encara o conceito de educação como equivalente ao de educação ao longo da vida, bem como ao de educação comunitária, sendo portanto encarado como um processo permanente, completamente interdependente em relação ao conceito de desenvolvimento.

O desenvolvimento económico revela-se uma forte influência, determinando os investimentos que são feitos ou não, quando e em quê. A sociedade atual está assente no modelo economicista, sendo o desenvolvimento essencialmente associado ao sistema económico. Pensava-se que a aposta neste tipo de modelo levaria a uma melhoria das condições de vida e a uma perspetiva mais igualitária entre todos os povos, no entanto, este modelo de desenvolvimento económico “arruinou” a própria economia, colocando-a numa situação insustentável. Este modelo fracassou, tendo efeitos muito negativos como a acentuação das diferenças entre “ricos” e “pobres”, problemas ecossistémicos devido á exploração dos recursos naturais, entre muitos outros. É aliás nesta altura que a literatura, que esteve sempre muito avançada em termos económicos, fica mais alerta para este tipo de efeitos negativos, começando a referir que o desenvolvimento deve antes ser visto numa perspetiva holística, de bem-estar e qualidade de vida, e não só segundo a perspetiva económica.

A educação é atualmente encarada apenas como um meio para dar resposta à problemática do desemprego e exclusão social, fazendo surgir muitas ofertas a nível de formação. Em Portugal, neste momento, é na formação que a educação de adultos está centrada. Esta perspetiva formativa não está

a ter em conta a pluralidade de dimensões do ser humano, não o observando como meio integrante do próprio projeto. A educação de adultos está longe de se desenvolver nesta dinâmica, quer no sistema formal, quer no não-formal. Além disso, não existe uma preparação por parte das pessoas para gerir o seu próprio processo formativo.

Esta forma de ver a educação advém da conceção redutora do modelo de desenvolvimento vigente, induzindo uma visão muito pobre acerca de fenómenos educativos. Nesta perspetiva, o homem é entendido como “um elemento deste sistema de crescimento e progresso, como trabalhador/produtor e não como homem integral na sua complexidade e globalidade” (Antunes, 2008: 75).

Antunes (2008) ressalva que não se pretende afastar a formação da educação de adultos mas antes incluí-la, embora numa perspetiva bem mais abrangente e não como tendo apenas um fim que em nada se mostra debruçado sobre as dimensões humanas, sociais e culturais, essenciais a qualquer projeto desta área. O projeto apresentado neste relatório teve como finalidade contribuir para a qualidade de vida dos utentes da instituição, na vertente do Lar e do Centro de Dia, perspetivando o desenvolvimento global destes indivíduos e destes grupos de utentes.

A autora afirma ainda que, para concretizar o verdadeiro conceito de educação é imprescindível uma forte aposta na investigação na área das Ciências da Educação, pois isso permitirá uma reflexão constante e necessária quanto a conceitos e práticas educacionais, considerando também que é com base nesta reflexão que a educação deveria ser sempre tratada, contra a estagnação e numa evolução constante (Antunes, 2008).

A educação é entendida como o patamar para o desenvolvimento e a função do educador de adultos, ajudando a tornar os cidadãos ativos, críticos e participativos, apresenta-se como imensamente necessária. Num processo educativo, as funções do educador devem estar ao nível das potencialidades das pessoas a quem se dirige a intervenção. É também fulcral ter presente que se trata de um processo autónomo, e que, apesar de caber aos educadores de adultos criar condições para que tal aconteça, a decisão cabe a cada indivíduo. Ensinar consiste em transmitir conhecimentos e o papel dos profissionais de educação é educar, que, para além de ensinar, consiste em criar condições para o desenvolvimento humano.

O educador deve estar consciente disto e ser capaz de integrar desta forma, e de modo contínuo, o seu público em todas as fases que constituem a elaboração de um projeto. O educador deve ter, em resumo, uma preparação que lhe permita conhecer várias estratégias e técnicas que o aproximem do seu público e dos recursos já existentes para, a partir desta realidade, conseguir uma

articulação positiva e produtiva que culmine numa melhor qualidade de vida daqueles a quem se dirige. Para isso, todas e quaisquer diferenças devem ser encaradas como elementos para produzir algo de forma construtiva e não como impedimentos.

Para um desenvolvimento autêntico, é necessário um trabalho interdisciplinar mais focalizado no “ser” do que no “ter”. Ainda que este interesse geral fosse conseguido, este desenvolvimento estará sempre condicionado também pela vontade interna de transformação dos indivíduos e das populações. Acima de tudo, é necessária uma mudança de mentalidades a nível do próprio indivíduo, “no sentido de o tornar flexível e dinâmico passível de recombinação e recriação constantes” (Antunes, 2008: 105).

Perante o facto de o seu objeto ser plurifacetado existe uma multiplicidade das distintas tarefas que o profissional pode desempenhar. Estamos então perante uma maior exigência ao nível de competências no desempenho de funções na educação de adultos quando comparados com outros profissionais. Um dos motivos pelo qual julgo ser pertinente e necessário os profissionais imprimirem a si mesmos essa exigência, é o modo como o senso comum encara a educação, que produz, a meu ver, um não entendimento e não valorização do seu trabalho desenvolvido pelos educadores.

A educação é vista, de uma maneira geral, como dirigida apenas a públicos com determinadas idades, crianças e jovens. O pouco que se inclui no discurso do senso comum sobre educação de adultos é a visão desta numa perspetiva compensatória de lacunas dos adultos face à escolarização anterior. É perceptível que muitos adultos têm relutância em integrar processos de educação e que é feita uma procura dos mesmos, por vezes apenas tendo em vista o seu subsidiamento. Não existe uma consciencialização alargada do que é o processo de educação ao longo da vida.

Perante isto, na minha opinião, um exercício de sensibilização e motivação neste sentido apresenta-se como básico e prioritário. A formação tem que ser encarada como uma forma de melhorar a qualidade de vida, de enriquecimento a vários níveis, como da própria autoestima do indivíduo, do seu autoconceito. Esta base é no fundo necessária a qualquer tipo de intervenção que queira vingar com sucesso. Neste sentido, esta problemática não deve ser de todo ignorada.

A Educação sempre existiu, pois está inevitável e intimamente ligada ao dia-a-dia de cada indivíduo e a todos os contextos que o rodeiam. Todos os conhecimentos e experiências que daí advêm devem ser valorizados. Segundo Canário, “a amplitude e o volume de situações que, na vida quotidiana, produzem efeitos educativos são tão elevados, que correspondem à maior fatia das aprendizagens realizadas pelos indivíduos” (Canário, 2000: 81).

A intervenção neste projeto parte da valorização destas situações educativas decorridas ao longo

da vida e do pressuposto de que cada sujeito é portador de uma história de vida singular, construída a partir de contextos, experiências, trajetórias e suas vivências e que estes elementos, subjetivos e variados, podem constituir situações formativas enriquecedoras para o ser humano, como forma de reconhecimento e valorização dos processos e dinâmicas educativas não formais e informais.

Desta forma, “A nossa formação realiza-se (...), também, no momento em que, comunicando aos outros o que vivemos e o que fizemos, de repente sentimo-nos capazes de compreender o sentido (...), construindo um saber” (Nóvoa, 1988: 116). O autor considera ainda que “A formação é sempre um processo de transformação individual, na tripla dimensão do saber (conhecimentos), do saber-fazer (capacidades) e do saber-ser (atitudes)” (Nóvoa, 1988: 128).

A formação depende da reflexão crítica sobre as aprendizagens que vamos realizando, que só acontece através de uma presença consciente do sujeito.

“Formar-se não é instruir-se; é antes de mais, refletir, pensar numa experiência vivida (...). Formar-se é aprender a construir uma distância face à sua própria experiência de vida, é aprender a contá-la através de palavras, é ser capaz de a conceptualizar. Formar é aprender a destrinçar, dentro de nós, o que é da ordem do vivido e o que é da ordem do concebido (ou a conceber), o que é do domínio do pretendido, isto é do projecto, etc.”

Rémy Hess (in Nóvoa, 1988: 115)

Desta forma, a formação pode comparar-se a um processo de socialização, onde os diversos contextos constituem lugares de regulação de processos específicos que se misturam, dando uma forma singular à história de vida de cada indivíduo. É neste sentido que a formação é encarada como um processo, que se desenrola nos diferentes espaços e tempos de vida, na multiplicidade de interações e dos movimentos que nela ocorrem, tornando-se a experiência do adulto fundamental para o seu próprio processo de formação.

A formação de adultos corresponde “a aspetos e momentos sucessivos do processo de socialização onde cada um é, ao mesmo tempo, objeto de socialização, sujeito da sua própria socialização, agente de socialização para os outros” (Canário, 2000: 136). Neste sentido o processo de formação confunde-se com a própria vida.

Os fundamentos da teoria da aprendizagem de adultos assentam essencialmente na necessidade de saber satisfazer as necessidades e interesses dos adultos, valorizando-se o papel da experiência prévia e da motivação. Encarar a experiência de vida como um ponto de partida fundamental, implica um olhar e uma análise sobre o percurso realizado.

Nóvoa considera que “as histórias de vida e o método (auto) biográfico integram-se no

movimento atual que procura repensar as questões da formação”, acentuando a ideia que “ninguém forma ninguém” e que “a formação é inevitavelmente um trabalho de reflexão sobre os percursos de vida” (Nóvoa, 1988: 116). Para este autor, “o sujeito do relato biográfico põe em evidência uma dupla dinâmica: a do seu percurso de vida e a dos significados que lhe atribui” (Nóvoa, 1988: 56).

O autor realça que “a abordagem biográfica deve ser entendida como uma tentativa de encontrar uma estratégia que permita ao indivíduo-sujeito tornar-se actor do seu percurso de formação, através da apropriação retrospectiva do seu percurso de vida.” e que esta auto-formação “não pode deixar de ser entendida como um processo de produção-inovação” (Nóvoa, 1988: 117).

Parece ficar assim claro que a formação de um adulto, apesar de dependente de influências exteriores, é um processo contínuo que pertence exclusivamente a ele. O adulto é o protagonista do seu processo formativo, na medida em que a ele lhe cabe sintetizar todos os elementos que possui e apropriar-se da sua própria formação (Nóvoa, 1988: 120).

Nesta perspetiva, é também perceptível que “a acção educativa só adquire capacidades formadoras quando consegue interagir com uma certa lógica de evolução pessoal de cada um” e que este processo, estimulado pela biografia educativa, necessita de um contexto favorável para se desenvolver e criar condições para uma tomada de consciência individual e coletiva (Nóvoa, 1988: 120).

De facto, cada história é única e singular, não é linear e acontece por ciclos. As relações interpessoais apresentam-se como o ponto fulcral do processo educativo e formativo, tendo os familiares têm um papel de destaque neste contexto. “Geralmente, a família de origem é sempre largamente evocada”. “Os pais são objecto de memórias muito vivas. Estabelece-se com cada um deles uma relação em particular” (Dominicé, 1988: 56), sendo que:

“(…) as relações mencionadas nos relatos de biografias educativas são as que ajudam o adulto a moldar a sua vida. A formação é feita da presença de outrem, daqueles de que foi preciso distanciarmo-nos, dos que acompanham os momentos-charneira, dos que ajudam a descobrir o que é importante aprendermos.”

(Dominicé, 1988: 60)

Este autor, considera também que:

“A formação assemelha-se a um processo de socialização, no decurso do qual os contextos familiares, escolares e profissionais constituem lugares de regulação de processos específicos que se enredam uns nos outros, dando uma forma original a cada história de vida.”

(Dominicé, 1988: 60)

Nas palavras de Dominicé, “a formação depende do que cada um faz do que os outros quiseram, ou não quiseram fazer dele”, o que “corresponde a um processo global de autonomização” (Dominicé, 1988: 61).

Para que ocorra alteração da situação, é essencial que o formando adquira competências, “não dar o peixe, ensinar a pescar”. Estes conhecimentos permitem delinear estratégias de intervenção, pois a tarefa de aproximação dos processos através dos quais os adultos se formam e educam facultam a possibilidade de atuações mais eficientes e eficazes.

Durante todo o período de estágio, o contacto com os utentes foi sempre sustentado no conjunto de vivências, experiências e saberes que os mesmos possuíam, sendo valorizados em diferentes circunstâncias. Para a maioria destes utentes os conhecimentos provêm essencialmente de um contexto extraescolar, relacionado com as suas experiências de vida, como os próprios fazem questão de realçar. A título de exemplo, cito uma frase de uma das utentes, tida no decorrer de uma conversa informal: “Eu não sou muito adiantada mas a vida ensinou-me muito”. (Notas recolhidas para a realização do diário de bordo)

Na fase inicial do estágio tive a oportunidade de recolher informações para a construção da História de Vida dos utentes do Centro de Dia, favorecendo não só a recolha de dados como a aproximação e criação de laços com os mesmos. Estimulando uma reflexão pessoal, estes momentos pareceram significativos e produtivos para cada uma destas pessoas.

Delors apresenta os quatro pilares da educação:

“A educação deve organizar-se à volta de quatro pilares de aprendizagens fundamentais que, ao longo de toda a vida, serão de algum modo para cada indivíduo, os pilares do conhecimento: *aprender a conhecer*, isto é, adquirir os instrumentos da compreensão; *aprender a fazer*, para poder agir sobre meio envolvente; *aprender a viver juntos*, a fim de participar e cooperar com os outros em todas as actividades humanas; finalmente, *aprender a ser* eles e aprender a ser, via essencial que integra as três precedentes.”

(Delors, 1996: 77)

Aquando de uma das recolhas de dados realizadas junto dos utentes indagando a sua opinião sobre as atividades realizadas no âmbito do estágio, surgiu a seguinte afirmação: “Não é que a menina não tenha pensado isto muito bem, que pensou, mas o segredo disto tudo correr assim e de irmos todos fazer estas coisas foi a sua simpatia e, acima de tudo, a sua humildade”.

Nesta frase, a utente deu especial ênfase às dimensões do *saber-ser* e *saber-estar*, valorizando-as. (Notas recolhidas para a realização do diário de bordo)

A demografia da sociedade atual caracteriza-se pelo aumento da esperança média de vida, determinando um aumento da população idosa que, tudo indica, continuará a crescer nos próximos anos. Por este motivo, o fenómeno do envelhecimento tem dado origem a diversas investigações, constituindo uma realidade que é motivo de reflexão e preocupação em Portugal e noutros países da Europa.

O envelhecimento da população é um dos fenómenos mais preocupantes nas sociedades modernas. Podendo ser encarado segundo diversas perspetivas, é fundamental que seja analisado também do ponto de vista demográfico. De acordo com o Instituto Nacional de Estatística, em 2011, em Portugal, a população com 65 anos ou mais era de 19%, sendo que em 1960 era de 8%, menos de metade (INE, 2011). Tal resulta da conjugação de vários fatores, tais como os avanços verificados na medicina, o aumento da esperança de vida das pessoas, a melhoria das condições socioeconómicas sobretudo a nível da alimentação e condições de higiene, bem como a diminuição progressiva da taxa de natalidade (Zimmerman, 2000).

Como salienta Fernandes, “com o passar de anos, as transformações que ocorreram nas sociedades industrializadas e o gradual envelhecimento das suas populações proporcionaram as condições para que, socialmente se começasse a considerar a velhice como situação problemática e a necessitar de apoio social” (Fernandes, 1997: 139). Portugal tem atualmente mais população idosa do que jovem e estima-se que o envelhecimento aumente nas próximas décadas.

Esta situação faz-nos refletir sobre questões importantes, entre elas a qualidade de vida dos idosos e o seu estatuto na sociedade. É importante, antes de mais, referir que todas as faixas etárias são heterogéneas, sendo primordial considerar o contexto em que estão inseridos, bem como a sua condição a vários níveis. Ainda assim, há questões mais generalistas que se devem abordar.

Segundo Pierre Bourdieu, “cada sociedade, em cada momento, elabora um corpo de problemas sociais” (Bourdieu, 1989: 35). A população idosa e respetivos cuidadores têm sofrido alterações. A falta de meios de subsistência próprios e de auxílio familiar, ou por afastamento, ou por rutura dos laços, promove por vezes situações de vulnerabilidade ao idoso.

O crescente aumento da população idosa e a atual valorização social desta temática são considerados por alguns como um fardo pesado para a sociedade, na medida em que têm que disponibilizar verbas e condições adequadas a alguém que se tornou “improdutivo”.

O facto de a sociedade contemporânea se reger por valores materiais faz com que se privilegiem apenas os indivíduos ativos e produtivos, resultando daqui uma visão redutora do homem e da sociedade. Este aspeto pode produzir consequências negativas, entre elas depressivas, geradoras de doenças que, de algum modo, poderão diminuir as capacidades da pessoa.

O idoso, distante do mundo do trabalho, onde outrora se encontrou, e interiorizando a imagem da sociedade que sobre ele recai, facilmente pode tender ao isolamento. Dessa forma, a longo prazo aumenta a probabilidade de se confrontar com situações de dependência.

Assistindo-se a uma certa tendência em negar ao idoso a vivência dentro de um quadro harmonioso, afetuoso e com sentido, esta circunstância não é alheia à fragmentação verificada e não muito distante na história, entre escalões etários. O associativismo juvenil pode ser disso exemplo, ao promover a juventude em detrimento de outras faixas etárias (Lopes, 2006). Esta “separação”, contribuindo para um distanciamento entre as gerações mais ativas e os seus idosos, apresenta-lhes, não raras vezes, soluções institucionais que parecem favorecer esse distanciamento, anulando as reais necessidades dos seus utentes.

Atualmente, os idosos não se observam como antes. Os seus conhecimentos, com os quais se podia contar pela transmissão da experiência de vida, são frequentemente considerados como antigos, retrógrados, ultrapassados e até mesmo inúteis. Nota-se um crescente desejo de afastamento para que não incomodem, nem atrapalhem, as vidas dos mais jovens e, entende-se também assim porque há, cada vez mais, idosos postos fora de casa ou abandonados, a viver sozinhos ou em instituições.

A população idosa é um grupo com características específicas: idade, aposentação do trabalho, diferentes situações de convivência, situações de saúde geral e condições físicas muito diferentes, residência de acordo com situações muito particulares, em habitação própria, com familiares ou instituições específicas e grande disponibilidade de tempo livre. Entendendo o desgaste normal da idade, não devemos esquecer também que:

“(…) esse desgaste não é apenas físico, mas também nas relações sociais e na auto-estima, que vão diminuindo em função do seu grupo, que fica cada vez mais reduzido devido às perdas, às dificuldades para sair, à falta de estímulo e às limitações físicas e psíquicas.”

(Zimerman, 2000: 134)

Em resposta a este problema social, está em desenvolvimento um campo de soluções para os idosos e que tende a generalizar-se e a produzir ofertas diversificadas.

Os lares de idosos constituem uma dessas respostas sociais e consistem em equipamentos coletivos de alojamento permanente ou temporário, destinados a fornecer respostas a idosos que se encontram em risco, com perda de independência ou autonomia. Já os Centros de Dia são instituições que dão apoio através da prestação de serviços dirigidos a idosos da comunidade, cujo principal objetivo é desenvolver atividades que proporcionem a manutenção dos idosos no seu meio sócio familiar.

Este projeto observa o processo do envelhecimento como parte integrante do ciclo de vida, considerando que, nesse sentido, não se trata de um problema por si só. O desafio assenta na compreensão das suas implicações, que diferem de pessoa para pessoa e na hipótese de poder participar neste processo de forma positiva e construtiva para cada indivíduo.

2.2. Animação de Idosos

É no campo da animação sociocultural que este projeto assume sentido e se enquadra como estratégia de intervenção social e educativa.

Iniciando-se uma aproximação, ainda que sumária, ao termo *animação* dever-se-á notar que, já na sua raiz greco-latina, a palavra nos sugere duas aceções: a de “animus”, que traduz ação ou efeito de animar, de alegria, movimento ou dinamismo e a de “anima”, que designa vida e sentido. Historicamente e em diferentes sociedades e culturas, ambos os conceitos têm sido aplicados, com maior ou menor ênfase em cada um deles. A definição do conceito continua vasta e pouco consensual, sendo encarada de diferentes formas consoante a área de intervenção ou o público a que se destina.

Mais atualmente, a sua complementaridade, parece ser considerada essencial para um entendimento global da noção de animação sociocultural. Ventosa Pérez, realça: “En una palabra «dar vida» y «poner en relación», anima y animus constituyen a, nuestro entender, dos categorías plenamente explicativas del concepto de animación sociocultural” (Ventosa Pérez, 1993: 17).

Na inerente indissociabilidade da pessoa humana destas atribuições etimológicas e nas naturais interações e apropriações espaço-temporais, infere-se a composição do individual, ou comunidade. Os seus desígnios são, afinal, o intrínseco fundamento da animação sociocultural.

Inicialmente, esta aparece particularmente associada a movimentos que, através de processos localizados e sociologicamente construídos, lutavam pela solução para alguns dos seus problemas, essencialmente focalizados nos meios urbanos e sobretudo dirigidos a minorias ou subculturas. A

partir daí, assiste-se à evolução deste modelo inicial, capaz de envolver as pessoas em dinâmicas de organização social, especialmente dirigidas à ocupação dos tempos de lazer, para formas mais ambiciosas e, como tal, mais heterogéneas, de integração e interação comunitárias. Estes processos, promovendo a expressão e a criatividade, pretendiam formar cidadãos responsáveis e críticos, favorecidos pelo acesso ao conhecimento e, como tal, construtores do seu próprio desenvolvimento. Ventosa Pérez, a este propósito, entende que a verdadeira dimensão transcendente da animação seria a de provocar em cada pessoa “una exigência de sentido que le permita contribuir personalmente a la gestión de la colectividad y a la creación de sus valores».” (Ventosa Pérez, 1993:18).

Na segunda metade do século XX, os sistemas educativos do mundo ocidentalizado, aqueles que mais interessam à análise, são atravessados por grandes e profundas mudanças, certamente interligadas com as transformações sociais, económicas e culturais, que se vão determinando. Somente há algumas décadas se estuda e considera a animação sociocultural como um meio significativo para a qualidade de vida.

Assim se poderá interpretar a animação sociocultural como um:

“conjunto de técnicas sociais que, baseadas numa pedagogia participativa, têm por finalidade promover práticas e actividades voluntárias que com a participação activa das pessoas, se desenvolve num determinado grupo ou comunidade, e se manifesta nos diferentes âmbitos das actividades socioculturais que procuram o desenvolvimento da qualidade de vida”.

(Ander-Egg, 2000: 100)

Na sua obra, Trilla refere-se à Animação Sociocultural como:

“O conjunto de acções realizadas por indivíduos, grupos ou instituições numa comunidade (ou num sector da mesma) e dentro do âmbito de um território concreto, com o objectivo principal de promover nos seus membros uma atitude de participação activa no processo do seu próprio desenvolvimento quer social quer cultural.”

(Trilla, 2004: 26)

A animação é atualmente um campo fundamental da ação educativa que abrange públicos muito diversificados no que diz respeito à idade, estatuto social e nível de instrução. Está também presente em áreas de atividade social muito diversas, como as empresas, serviços sociais, vida escolar, administração pública, organização de saúde, etc., e que conta já com instituições especializadas nesta matéria e com um corpo de agentes em acelerado processo de

profissionalização.

Segundo Rui Canário, a animação socioeducativa constitui um campo fundamental da ação educativa que abrange públicos muito diversos e está presente em áreas de atividade social muito diversificadas. O monopólio educativo da escola foi seriamente abalado nas últimas décadas, pelo que a crescente revitalização da instituição escolar fez com que a visibilidade social e o reconhecimento da importância estratégica da animação sociocultural enquanto área de intervenção educativa não formalizada crescessem a olhos vistos (Canário, 1999: 71).

A animação sociocultural é, no entanto, um fenómeno educativo e social muito recente e a sua crescente presença nas práticas e discursos do dia-a-dia não é sinónimo de clareza e rigor conceptuais correspondentes. Rui Canário explica-nos que este “défice teórico e conceptual está associado a origem histórica da animação sociocultural (conjunto de práticas situadas ‘à margem’ da realidade escolar dominante instituída)” (Canário, 1999: 72). O mesmo autor refere que, até 1960, a Animação Sociocultural procurou desenvolver-se enquanto prática cultural original, rejeitando tendencialmente tanto investigações científicas, como análises que poderiam contribuir para clarificar a sua problemática, estruturas e as suas práticas concretas.

A emergência da Animação Sociocultural como importante campo de práticas sociais e educativas só pode ser compreendida num contexto de um conjunto de mudanças sociais e educativas. Canário indica-nos como principais mudanças:

- “Rápido crescimento económico (acelera mudanças sociais, estruturas, engendrando o fenómeno da urbanização e exigindo a criação de poderosos aparelhos educativos e culturais).
- Fenómeno de massificação, consequência dos efeitos combinados da industrialização, do crescimento demográfico e urbanização.
- Fenómenos de natureza demográfica, como por exemplo, envelhecimento da população do mundo industrializado, criação de novas categorias sociais a exigirem atenção e respostas específicas no plano sociocultural.
- Tendência de normalização social, através de grandes aparelhos de massas, cujo efeito de condicionamento e despersonalização pode ser acentuado ou contrariado pela animação sociocultural, de acordo com as funções que lhe são atribuídas.
- O aumento generalizado do tempo livre que traria à população um confronto de problemas relacionados com a sua ocupação, o que faz emergir a animação sociocultural como uma resposta aquilo que o autor apelida de civilização dos lazeses.”

Canário (1999:76)

Assim, o autor, sintetiza e enumera cinco grandes funções gerais, retiradas de um leque alargado e diversificado de funções sociais da animação sociocultural:

- “Uma função de adaptação e de integração, tendo como principal finalidade promover a socialização dos indivíduos numa perspectiva de conformidade e com as mutações próprias da sociedade industrial;
- Uma função recreativa ligada ao tempo de lazer. A sociedade industrial não tolera a desorganização nem a preguiça, mesmo nos tempos livres e por isso trata de organizar a sua ocupação, encarregando-se dos divertimentos e actividades lúdicas dos indivíduos;
- Uma função educativa em que a animação sociocultural é entendida como uma escola paralela que permite complementar as formações anteriores e, ao mesmo tempo, aprofundar interesses culturais específicos;
- Uma função ortopédica, visando promover o reequilíbrio de uma sociedade marcada por perturbações permanentes, contribuindo, assim, para uma regulação da vida social;
- Uma função crítica: em contraponto à sua vertente de normalização social, a animação sociocultural pode exercer um importante contributo para a construção e exercício de um pensamento crítico que possa garantir o pleno exercício da democracia. A animação sociocultural tem assim a potencialidade de assumir um lugar de centralidade, na procura de novos modos de organização social e de novos modos de vida mais qualitativos, menos obcecados pelo produtivismo e pela corrida ao dinheiro.”

(Canário, 1999: 76-77)

Desta forma, ver a Animação Sociocultural apenas como um meio de ocupar o tempo é, no mínimo, redutor. Desde os anos 70 que estamos a assistir a uma evolução no mundo industrializado. Há um insistente crescimento do desemprego de massas e conseqüente marginalização dos que não têm trabalho. Conseqüentemente, há que fazer escolhas no plano da organização da vida social que permitam uma reequilibracão da educaçã, nos múltiplos termos do papel da açã educativa nas suas distintas modalidades. De entre estas modalidades inclui-se a Animação Sociocultural, enquanto potencial instrumento de transformacão social.

Segundo Canário, esta vertente da Animação Sociocultural tem um grande papel na criaçã de desenvolvimento local enquanto projeto coletivo, autossustentado e assumido pelos atores locais.

“O Animador é, entã, entendido como um intermediário e agente de comunicaçã entre grupos, suscitando e orientando iniciativas, promovendo a optimizaçã de recursos (nomeadamente endógenos) favorecendo a participaçã, organizaçã, autonomia, dos indivíduos e dos colectivos, criando condiçã favoráveis à comunicaçã entre pessoas, grupos e instituiçães.”

(Canário, 1999: 78)

“no âmbito da sociedade civil, a animação sociocultural adquiriu nos últimos anos um papel relevante como forma de actuar no seio de muitas organizaçães e movimentos

sociais mas a sua importância não se fica só neste âmbito. A animação sociocultural transformou-se, também, num sopro de ar fresco e renovador que penetrou – e em alguns casos impregnou – a praxis social e a praxis educativa. Tanto no trabalho social como na prática educativa, tem-se recorrido à animação como forma de estímulo e motivação nestes campos de acção sócio-educativa.”

(Pereira *et al*, 2008: 21)

Através da animação pretende-se: transformar os idosos em protagonistas do seu próprio desenvolvimento, gerar processos de participação, criar espaços para a comunicação entre as pessoas e estimular os processos de desenvolvimento social e cultural, estimulando a educação e a formação; desenvolvendo atitudes, possibilitando a realização pessoal. “A animação de idosos, em específico, define-se, de uma forma geral, na maneira de actuar em todos os campos de desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, um estímulo da vida mental, física e afectiva da pessoa idosa” (Jacob, 2007: 31). Além disso, “a prática da animação sociocultural tem a missão de criar uma nova imagem cultural alternativa à visão negativa do envelhecimento” (Osorio, 1997: 262).

Para Zimerman, a forma mais eficaz de promover a qualidade de vida na população idosa é a estimulação.

“Estimular é excitar, incitar, activar, animar, encorajar. [...] é criar meios de manter a mente, as emoções, as comunicações e os relacionamentos em actividade. [...] é o melhor meio para minimizar os efeitos negativos do envelhecimento e levar as pessoas a viverem em melhores condições”.

(Zimerman, 2000: 133)

Lopes, encontra fundamentação na gerontologia educativa para a animação sociocultural de idosos: “a gerontologia educativa começa a adquirir uma importância crescente no campo das ciências da educação como estratégia de intervenção na prevenção e compensação de situações de deterioração do corpo, provocada pelo avanço da idade” (Lopes, 2008: 329). A animação deve ainda ser entendida como um conjunto de processos que permite potenciar e articular, em termos educativos, as situações sociais quotidianamente vividas.

Os lares devem ser espaços de animação sociocultural, geradores de convivência, participação e integração da pessoa idosa e os programas desenvolvidos devem ter em conta o aspeto cultural, psicossocial, socioeducativo e terapêutico, podendo as atividades ter um carácter lúdico, intelectual, psicológico, físico, social, de destreza manual ou outro.

"a animação nos nossos dias está no centro das prioridades de todas as estruturas de acolhimento de pessoas idosas, que tomaram consciência da sua importância enquanto elemento determinante da qualidade de vida em estabelecimentos e que se integra no projecto de vida de um centro social, preservando a autonomia dos residentes".

(Jacob, 2008: 22)

Ainda que a legislação regule o dever de pôr ao dispor dos seus utentes atividades de animação sociocultural recreativa e ocupacional, tal nem sempre se verifica, pelo menos com o investimento e atenção que mereceria.

Neste âmbito, importará assim perceber que a estimulação necessária não se restringe apenas a exercícios físicos. Assim, será importante também estimular “a inteligência, a memória, a capacidade de aprendizagem, os relacionamentos, os pensamentos, a auto-estima, enfim, os aspectos da esfera socioemocional” (Zimerman, 2000: 134). O autor reconhece ainda a necessidade de “criar meios de manter a mente, as emoções, as comunicações e os relacionamentos em actividade”, afirmando que este “é o melhor meio para minimizar os efeitos negativos do envelhecimento e levar as pessoas a viverem em melhores condições”, acentuando que devemos “estimular o pensamento do velho para aspectos positivos, para a alegria, a esperança, a criatividade e a sensação de merecimento de todas essas coisas” (Zimerman, 2000: 133-135).

O ócio tem uma estreita relação com animação, enquanto meio para a realização pessoal do ser humano. Anteriormente considerado o oposto do trabalho, a animação considera-o um ponto de referência para o desenvolvimento pessoal e comunitário, como uma necessidade que deve ser satisfeita e que, segundo diversos autores, traz distintos benefícios. Entre os quais, fazer face à apatia e rotinas, promoção do bem-estar e com benefícios também para a saúde e a qualidade da vida.

Estas e outras questões fazem com que a animação sociocultural na terceira idade constitua um dos âmbitos mais promissores para o futuro da animação sociocultural (Lopes, 2006: 337), sendo necessário entender que “Ser velho não é o contrário de ser jovem. Envelhecer é simplesmente passar para uma nova etapa da vida, que deve ser vivida da maneira mais positiva, saudável e feliz possível” (Zimerman, 2000: 28).

“A possibilidade de consolidação de uma prática de animação sociocultural numa determinada sociedade passa pela existência de condições mínimas prévias: a existência de um regime democrático consolidado, uma sociedade civil com um grau de autonomia e desenvolvimento suficiente em relação ao Estado, um certo grau de desenvolvimento socioeconómico que possibilite a existência de uma infraestrutura básica de equipamentos, actividades e serviços socioculturais ao alcance

da maioria dos cidadãos.”

(Ventosa Pérez, 2004: 95)

Neste projeto, a animação apresenta-se como um conjunto de contributos que pretendem facilitar o acesso dos utentes a uma vida mais ativa e criativa, melhorando as relações com os outros através de uma melhor comunicação. Com isto se pretende um maior envolvimento e participação na vida da comunidade que integram, desenvolvendo as potencialidades do indivíduo e do grupo.

2.3. Contributo de outras investigações e experiências para o trabalho desenvolvido

Os primeiros projetos de intervenção comunitária dirigiam-se aos países do terceiro mundo mas, ao longo do tempo, as suas finalidades foram-se alterando. Atualmente, inclui as próprias sociedades tecnologicamente avançadas, reconhecendo-se a necessidade de desenvolvimento em todas as comunidades.

Em Portugal, a maioria das atuações são dirigidas a bairros sociais e escolas problemáticas, por exemplo. De uma forma geral, o país fomenta projetos numa perspetiva assistencialista em que, supostamente, os técnicos reconhecem as necessidades e atuam sobre elas. É necessário alterar esta perspetiva e promover uma intervenção emancipatória, onde a participação dos destinatários é essencial.

No contexto educativo, é fundamental que teoria e prática se harmonizem, fazendo depender o sucesso do trabalho de uma coordenação e dinâmicas constantes entre estes dois elementos.

Procurando sustentar o projeto desenvolvido, para além das referências e temáticas já sinalizadas, selecionei como experiências de intervenções semelhantes, três trabalhos recentes, de 2010 e 2011 e também implementados por colegas, no âmbito do Mestrado em Educação, na Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária da Universidade do Minho.

- “Animação Sociocultural: Uma forma de Educação Permanente e ao Longo da Vida para um Envelhecimento Activo” de Ana Catarina Santos Correia

- “Depois dos 60...(Re) Educar para os tempos livres” de Raquel Filipa Peixoto Capitão

- “Vida com *Animus*: uma perspectiva de animação sociocultural com idosos” de Liliana Patrícia Barros da Silva

Estes estudos constituíram um apoio importante, consonantes com a temática investigada e, na minha opinião, devidamente enquadrados e fundamentados, a nível teórico e metodológico. Da sua consulta, ao longo do estágio, resultaram diversas reflexões e inspirações que auxiliaram o desenvolvimento e concretização do projeto.

A comparação da caracterização dos respetivos públicos-alvo, as atividades desenvolvidas e os resultados conseguidos nestes projetos, realizados em contextos semelhantes, permitiram-me observar, de forma mais natural e consciente, algumas das limitações com que me deparei, desvalorizando-as.

As intervenções referidas, envolvendo efetivamente os seus destinatários, são exemplos que aclararam e evidenciaram aspetos fundamentais na articulação entre a teoria e a prática, referindo condicionantes do sucesso, ou insucesso, dos resultados.

3. ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO DO ESTÁGIO

“Nunca poderemos pensar o projecto sem pensarmos na metodologia que o sustenta. Esta permite-nos “compreender em que é que os projectos tendem para o sonho, para o voto piedoso, para a quimera, ou, completamente ao contrário, para a planificação minuciosa, para o programa preestabelecido, ou ainda, para a sujeição.”

(Boutinet, 1996: 255)

3.1. Apresentação e Fundamentação Metodológica da intervenção

3.1.1. Paradigmas de Intervenção/Investigação

Após a definição dos objetivos do projeto (subcapítulo 1.5), tornou-se necessário reconhecer os meios mais indicados para os atingir. “Uma investigação social não é uma sucessão de métodos e técnicas estereotipadas que bastaria aplicar tal e qual se apresentam, numa ordem imutável. A escolha, a elaboração e a organização dos processos de trabalho variam com cada investigação específica” (Quivy & Campenhoudt, 1992: 16). Para o efeito, considerou-se a realidade em que se pretendia investigar e atuar.

O projeto emergiu da análise e compreensão numa realidade social onde estiveram presentes diversos fatores subjetivos, como motivações, desejos, angústias ou capacidades. A apreciação destas situações e contextos inclui também uma análise subjetiva que deve ser observada como indissociável à complexidade do conhecimento e da intervenção no âmbito social. Isto é, “importa, acima de tudo, que o investigador seja capaz de conceber e pôr em prática um dispositivo para a elucidação do real” (Quivy & Campenhoudt, 1992: 13). Desta forma, entendeu-se como mais adequada a visão qualitativa, procurando compreender e interpretar os fenómenos em toda a sua complexidade.

Ao contrário do que uma abordagem quantitativa propõe, a abordagem qualitativa não pretende efetuar generalizações mas antes particularizar, compreender e interpretar os fenómenos (Serrano, 2004).

“Ainda que os indivíduos que fazem investigação qualitativa possam vir a seleccionar questões específicas à medida que recolhem os dados, a abordagem à investigação não é feita com o objectivo de responder a questões prévias ou de testar hipóteses. Privilegiam, essencialmente, a compreensão dos comportamentos a partir da perspectiva dos sujeitos da investigação. As causas exteriores são consideradas de importância secundária.

Recolhem normalmente os dados em função de um contacto aprofundado com os indivíduos, nos seus contextos ecológicos naturais.”

(Bogdan & Biklen, 1994: 16)

A investigação/intervenção baseou-se, essencialmente, na visão proposta pelo paradigma hermenêutico, segundo o qual “a compreensão da realidade passa pela compreensão da pessoa” (Barbosa, 2004: 23), considerando que o indivíduo se desenvolve em simultâneo com a sociedade. O sentido desta opção metodológica foi justificado pela ambição de compreender o desenvolvimento do indivíduo e valorizá-lo, observando-o como parte integrante da sociedade e procurando atender à complexidade da realidade a investigar e, simultaneamente, intervir.

Neste projeto, a idade do público-alvo foi uma das características que apresentou uma relevância considerável no *desenho* do projeto. Esta e outras características intrínsecas dificultam os processos de mudança e, nesse sentido, ambicioná-lo seria irrealista, diminuindo as hipóteses de sucesso do projeto, sua pertinência e viabilidade. Neste enquadramento, a opção acima referida pareceu ser a mais adequada já que “apesar de postular uma crítica da realidade e procurar desvendar os seus sentidos ocultos, este paradigma não está implicado com processos de transformação social” (Barbosa, 2004: 23).

Como nos lembram Bogdan e Biklen, nas investigações qualitativas, existem “preocupações relativas a riscos de subjectividade”, pelo que este projeto considerou-a como inerente, não deixando, ainda assim, de reflectir estas preocupações. Os autores salientam também que “os dados carregam o peso de qualquer interpretação e, deste modo, o investigador tem constantemente de confrontar as suas opiniões próprias e preconceitos com eles” (Bogdan & Biklen, 1994: 67).

Os paradigmas qualitativo e quantitativo apresentam naturezas e intenções diferenciadas mas, no entanto, não são incompatíveis, antes pelo contrário. Serrano refere que “As duas perspectivas têm diversos aspectos, enriquecem-se, diversificam-se e complementam-se mutuamente”, notando que “apesar de exigir, necessitar e precisar da contribuição dos diferentes modelos de investigação, devido à sua índole do trabalho, ao campo e objecto de estudo, se orienta, prioritariamente, para as metodologias de tipo qualitativo” (Serrano, 2004: 103-104). Ou seja, a preferência entre abordagem qualitativa e quantitativa, enquanto opção metodológica pode ser, de certa forma, imposta consoante o tipo de investigação/intervenção, não implicando a exclusão da outra opção.

Neste sentido, neste projeto prevaleceu o paradigma qualitativo mas o quantitativo teve também aplicação em determinadas circunstâncias da investigação/intervenção, particularmente no que se

relacionou com as fases de avaliação. A complementaridade destes dois modelos conceptuais facultou uma compreensão mais aprofundada da realidade da investigação/intervenção.

3.1.2. Seleção dos Métodos e das Técnicas de investigação/intervenção

Este projeto privilegiou, como metodologia preferencial, a animação sociocultural, enquanto “resposta institucional, intencional e sistemática a uma determinada realidade social para promover a participação activa e voluntária dos cidadãos no desenvolvimento comunitário e na melhoria de qualidade de vida” (Vallicrosa, 2004: 171).

Lopes (2006), observa também a animação como uma forma de estimular a participação, despertando a capacidade criadora de cada indivíduo. Trata-se de um meio que pretende contribuir para um enriquecimento pessoal e coletivo, numa perspetiva de desenvolvimento comunitário para a melhoria da qualidade de vida.

A animação sociocultural é referenciada como uma metodologia ativa e participativa. Neste projeto, o fato de o público-alvo ser constituído por idosos inseridos nestes contextos específicos, exige uma perspetiva específica e relativizada sobre esta participação, dadas as características desta faixa etária nos diversos domínios.

A animação com pessoas idosas constitui uma especialidade da Animação Sociocultural, tendo aqui o animador sociocultural um papel fundamental.

“(…) a Animação Sociocultural na terceira idade funda-se, portanto nos princípios de uma gerontologia educativa, promotora de situações optimizantes e operativas, com vista a auxiliar as pessoas idosas a programar a evolução natural do seu envelhecimento, a promover-lhes novos interesses e novas actividades, que conduzam à manutenção da sua vitalidade física e mental, de perspectivar a Animação do seu tempo, que é predominantemente livre.”

(Lopes, 2006: 329)

Neste sentido, “o incremento deste tempo demasiado livre, no contexto da Animação, deve servir para uma valorização pessoal, tendo como desiderato central a auto-estima e a participação comprometida com um bem-estar individual e colectivo” (Lopes, 2006: 329). Esta pareceu ser uma opção concordante com os objetivos formulados e pertinente para uma realidade que reconheceu, no diagnóstico de necessidades, a existência de muitos tempos livres, de sinais de apatia e de inatividade.

Neste tipo de metodologia, de investigação-ação, as principais características a salientar são o facto dos destinatários e do investigador trabalharem em conjunto, permitindo uma maior flexibilidade na atuação e, desta forma, a possibilidade de uma constante reavaliação da intervenção e uma readaptação às situações, como condição fundamental para a obtenção dos resultados pretendidos.

Este tipo de investigação/intervenção trata, portanto, um processo contínuo que, neste projeto, surgiu logo nas fases iniciais de diagnóstico e sensibilização onde se fizeram análises do contexto e do público-alvo. A investigação-ação não pretende dar soluções mas antes utilizar meios para atingir fins e, através de uma constante reflexão que acompanha a prática, tem como intenção envolver efetivamente todos os intervenientes e, desta forma, capacitá-los para melhorar as suas condições de vida. Neste projeto, em que os propósitos se prenderam com os interesses dos participantes e com a melhoria da sua qualidade de vida, a natureza dinâmica desta metodologia, implicando a participação de todos, constituiu-se também num processo de formação dos intervenientes.

Esta metodologia possibilita que prática e teoria:

“(…) encontrem um espaço de diálogo comum, para que o prático se transforme em investigador, pois ninguém melhor do que ele pode conhecer os problemas que precisam de solução. Este espaço comum de confluência e de vinculação entre a teoria e a prática oferece múltiplas possibilidades no campo da animação sociocultural.”

(Serrano, 2004: 112)

O desenvolvimento das atividades do projeto considerou especialmente as características e os gostos do público-alvo, conjugando estas condições com o seu contexto e possibilidades de realização. Assim, o processo baseou-se em metas flexíveis, realistas e adequadas às circunstâncias, contando, sempre que possível, com a colaboração e envolvimento dos utentes, das funcionárias e dos elementos da Direção.

Desde logo, foi perceptível que a motivação e envolvimento dos utentes nas atividades seriam maiores se estes lhes reconhecessem utilidade e possibilidades concretas de aplicação. Atividades sem suportes materiais apresentavam-se como difíceis de compreender pelos utentes e, ainda que tivessem existido algumas tentativas, os níveis de participação foram reduzidos, facto que implicou a adequação dos objetivos, conteúdos e métodos das atividades aos seus interesses.

Assim, os idosos foram observados e tratados de forma individualizada e adaptada, tendo sido considerados como pessoas com responsabilidade, utilidade e liberdade para tomar decisões, apreciados como detentores de uma vasta experiência adquirida ao longo da vida e, como tal,

admiráveis e respeitáveis.

Como nos lembra Ander-Egg, uma metodologia de Animação trata-se de um caminho que se vai percorrendo, com princípios metodológicos da ação que foram delineados de forma geral e abrangente. No decorrer da investigação/intervenção foram observadas perspectivas e implementadas formas de atuação que atenderam e se adaptaram ao permanente movimento e desenvolvimento da realidade e, por esse motivo, muitas técnicas específicas não foram delineadas à partida. Não faria sentido que fosse de outra forma, já que se pretende realizar uma ação sobre uma realidade que tem, por si só, um inerente grau de complexidade e torna inapropriada a fixação de determinados elementos à partida (Ander-Egg: 2002, 169-170).

Como anteriormente referido, a reflexão e a seleção da metodologia aquando da conceção de um projeto é essencial e de relevante importância. No entanto, é igualmente fundamental não esquecer também que, tal como refere Fátima Barbosa, “A educação produz-se num meio complexo e fluído, onde os fins não podem ser determinados à partida e onde as técnicas educativas terão de ser flexíveis” (Barbosa, 2004: 23). Na Animação Sociocultural não há técnicas específicas, nem técnicas melhores do que outras, fazendo-se uso de técnicas comuns a outros campos de intervenção social, sendo que a sua eficácia está relacionada com a adequação da técnica, ou conjunto de técnicas, a cada situação concreta (Vallicrosa, 2004: 172).

Relativamente à metodologia utilizada na avaliação, importa salientar que muitas vezes esta realiza-se na fase final dos mesmos ou até mesmo depois, como forma de avaliar os seus resultados e impacto. Nestes casos acontece que estes resultados não exercem qualquer efeito sobre o seu desenvolvimento e, quando muito, apenas poderão servir de exemplo, permitindo retirar constatações, a considerar em projetos semelhantes.

Neste projeto considerou-se a importância, pertinência e utilidade de uma avaliação com contributos nas ações desenvolvidas e preocupada em colaborar, o melhor possível, com o desenrolar do processo de investigação/intervenção. Incluindo todos os intervenientes que devem reflectir acerca do processo e reorganizar-se se necessário, a avaliação trata um processo complexo que deve ser contínuo, reavivando e realimentando as suas intenções e estratégias, cruzando vários elementos e, como tal, sendo também reguladora da ação. Assim,

“A avaliação acompanha qualquer prática. Ela não se apresenta, simplesmente, na fase terminal, mas através de diferentes avaliações pontuais, que constituem outras tantas avaliações

intermédias, a prática toma melhor consciência daquilo que faz. A avaliação reside nesta apreciação da distância existente entre a regra encarnada pelo projecto e as realizações efectivas.”

(Boutinet: 1996, 267)

Sustentado no pensamento de Guerra relativamente à avaliação segundo a temporalidade, este projeto integrou três momentos distintos de avaliação. Um primeiro, de *avaliação diagnóstica* que, com fins de planeamento, pretendeu conhecer e caracterizar o contexto de intervenção, recolhendo elementos que auxiliaram a definição de estratégias de intervenção. Um segundo, a *avaliação on-going* ou *contínua* que, com fins de acompanhamento ao longo do processo, permitiu verificar se os objetivos traçados estavam a ser atingidos, melhorando as práticas de intervenção e, por vezes, modificando-as. Por fim, uma *avaliação ex-post* ou *final* que pretendeu verificar os efeitos do projeto no seu contexto de implementação, analisando os resultados esperados e não esperados, o cumprimento dos objetivos definidos e a eficácia do projeto (Guerra, 2000: 195-197).

Tendo em conta estas opções metodológicas e os pressupostos enunciados, a investigação/intervenção deste projeto recorreu às técnicas, a seguir, destacadas.

A pesquisa bibliográfica teve um papel fundamental desde o primeiro momento, tendo sido a primeira técnica utilizada, mesmo antes do contacto com os contextos de estágio. Ampliando o meu conhecimento, permitiu-me entender melhor as especificidades deste público, caracterizando e enquadrando a intervenção em diversos aspetos. Neste sentido, veio a constituir um apoio fundamental ao longo da investigação/intervenção e após esta.

Na fase inicial do projeto, considerou-se necessário recorrer à análise documental. Para o efeito, consultei e analisei documentos institucionais relativos ao Lar e ao Centro de Dia que, com o auxílio da interpretação prática da acompanhante de estágio, me facilitaram a compreensão do funcionamento e contexto destas realidades. Os documentos disponibilizados foram os Regulamentos Internos, os Relatórios e Planos de Atividades mais recentes e os documentos de Caracterização Individual dos utentes. Estes últimos, não forneceram à partida tantas informações quanto desejável ou expectável, por estarem desatualizados, na sua grande maioria. Ainda assim, este facto acabou por constituir também uma mais-valia para o projeto pois, por me ter sido atribuída a responsabilidade de atualizar e efetuar os registos inexistentes deste arquivo, promoveu um contacto mais próximo e individualizado com os utentes (essencialmente no Centro de Dia mas também do Lar).

A observação participante foi privilegiada ao longo de todo o processo, favorecendo verdadeiramente a perceção das realidades, das atuações e dos seus intervenientes. Embora de difícil regulação, esta técnica permitiu entender as reações dos utentes nas diferentes situações, registando

ainda outras informações úteis. A participação que envolve e as possibilidades de captar comportamentos, no momento em que acontecem, facultaram uma aproximação ao dia-a-dia da instituição e aos seus intervenientes, contribuindo para que estes se tenham sentido mais confortáveis com a minha presença, identificável nos seus comentários, atitudes e sentimentos. Embora intencionalmente utilizada como forma de investigação, tornou-se também num ótimo meio de intervenção, uma vez que a minha participação nos diferentes contextos e situações concorreu, em larga medida, para alcançar os objetivos do projeto. Este envolvimento direto sustentou, ainda, o entendimento global da problemática e as especificidades dos públicos-alvo.

As conversas informais com os frequentadores, habituais ou ocasionais, da instituição representaram valiosos contributos que acompanharam todo o projeto. Ultrapassada a fase inicial, na qual fui por vezes observada como invasora da sua privacidade, acabei por tornar-me confidente, criando oportunidades que me permitiram um acesso privilegiado à informação, principalmente com os utentes do Lar. Esta técnica e também a observação participante foram bases fundamentais da fase inicial, de desenvolvimento e de avaliação final do projeto.

A construção de um diário de bordo foi uma proposta da Orientadora de Estágio que integrou diversas notas de campo relativas às experiências vividas e observadas no contexto de estágio e fora deste, se para ele contribuíram. Como nos referem Bogdan e Biklen, as notas de campo são “o relato escrito daquilo que o investigador ouve, vê, experiencia e pensa no decurso da recolha e refletindo sobre os dados de um estudo qualitativo” (Bogdan e Biklen, 1994: 150).

Os registos efetuados tiveram também em consideração informações conseguidas através das restantes técnicas, como a observação participante, as grelhas de registo de atividades (Anexo IV) que permitiram registar aspetos relevantes sobre o desenvolvimento de cada atividade.

Este registo diário, descritivo e reflexivo, permitiu-me uma constante ponderação/avaliação que auxiliou a organização das intenções do projeto, determinando um reposicionamento pessoal contínuo, nas diferentes fases e situações.

Na fase inicial do estágio, foi utilizado o inquérito por questionário (Anexo I) visando recolher informações e opiniões acerca do público-alvo. Na fase final da avaliação foi também utilizado na obtenção de opiniões dos utentes e das funcionárias do Centro de Dia, relativamente ao desenvolvimento do projeto e dos seus resultados (Anexo X). Esta técnica

“(…) consiste em colocar a um conjunto de inquiridos, geralmente representativo de uma população, uma série de perguntas relativas à sua situação social, profissional ou familiar, às suas opiniões, à sua atitude em relação a opções ou questões humanas e sociais, às suas expectativas,

ao seu nível de conhecimentos ou de consciência de um acontecimento ou problema, ou ainda sobre qualquer outro ponto que interesse os investigadores.”

(Quivy & Campenhoudt, 1992: 190)

Com recurso a esta técnica foi possível reunir informações que permitiram caracterizar o público-alvo em geral, perceber atividades realizadas antes deste projeto, entender o interesse dos utentes nas participações e obter sugestões de atividades a desenvolver.

Este questionário foi aplicado através “de administração indireta”, designação que se atribui “quando o próprio inquiridor o completa a partir das respostas que lhe são fornecidas pelo inquirido” (Quivy & Campenhoudt, 1992:190). A sua aplicação presencial, utente a utente, foi uma ótima oportunidade para estreitar relações, sensibilizar para a implementação do projeto, tornando-se num meio eficaz de responsabilização que favorece a consciência das implicações que envolvem a participação.

Outra das técnicas utilizadas ao longo do período de estágio, foram os registos fotográficos (Anexo VI), que foram empregados no Centro de Dia, através da construção de um álbum de recordações e no Lar, através da sua exposição regular num local designado para o efeito.

No âmbito da avaliação final, foi aplicada uma entrevista semiestruturada (Anexo X) à acompanhante de estágio e diretora técnica do Lar e do Centro de Dia tendo como propósito compreender até que ponto a implementação deste projeto favoreceu, ou não, a instituição em geral e os seus utentes, em particular. Este tipo de entrevista “é certamente a mais utilizada em investigação social”, onde:

“(…) geralmente, o investigador dispõe de uma série de perguntas-guias, relativamente abertas, a propósito das quais é imperativo receber uma informação da parte do entrevistado. Mas não colocará necessariamente todas as perguntas na ordem em que as anotou e sob a formulação prevista”.

(Quivy & Campenhoudt, 1992:194)

A entrevista incluiu essencialmente questões indiretas, uma vez que “a abordagem indirecta tem mais probabilidade de produzir respostas francas e abertas”, não-específicas atendendo a que as estas “podem levar, indirectamente, o sujeito à informação desejada e com menos alarme” e de opinião, embora notando que “as questões opinativas não levam, necessariamente, a produzir opiniões honestas porque, com elas, podem ocorrer distorções, baseadas na expectativa social” (Tuckman, 2000: 309-310).

Outra das técnicas utilizadas foi a análise de conteúdo. Utilizada para realizar a avaliação contínua do projeto no Centro de Dia, analisou testemunhos do público-alvo, recolhidos em cada uma

das atividades desenvolvidas. A este propósito, Bardin refere que “A análise de conteúdo é um conjunto de técnicas de análise das comunicações” e que “não se trata de um instrumento, mas um leque de apetrechos; ou, com maior rigor, será um único instrumento, mas marcado por uma grande disparidade de formas e adaptável a um campo de aplicação muito vasto: as comunicações” (Bardin, 1994: 31).

Os elementos recolhidos foram inicialmente interpretados e apreendidos na sua globalidade. Em seguida, destacaram-se algumas citações e ideias, observando-as como confirmação, ou não, dos objetivos da investigação/intervenção.

As técnicas mencionadas, essencialmente de investigação, e a forma como foram aplicadas e conduzidas promoveram significantes contributos na intervenção. Nesta, utilizaram-se também um conjunto de técnicas específicas como a expressão dramática, plástica e musical, as festas, a culinária, a gastronomia, a agricultura e a leitura comentada, entre outras, observadas no capítulo seguinte, aquando da descrição das atividades desenvolvidas.

3.2. Recursos Mobilizados e Limitações do Processo

O projeto implicou a mobilização de diferentes recursos, indicados em seguida:

Recursos Humanos

O projeto contou com a colaboração e o envolvimento dos utentes e da estagiária responsável pelo projeto, da diretora técnica e também acompanhante de estágio, da direção, das encarregadas gerais do Lar e do Centro de Dia e, ainda, de algumas colaboradoras.

Determinadas atividades contaram com a colaboração de convidados que apoiaram voluntariamente a sua realização, salientando-se os contributos dos Professor de Música, Professores de Dança, os Jovens Voluntários do Grupo de Ação Social (G.A.S) do Centro Académico de Braga (C.A.B.), a Polícia de Segurança Pública (P.S.P.) e as crianças da Escola João de Deus.

Recursos Materiais

Dos materiais utilizados, descritos em cada atividade, destacam-se os utensílios agrícolas, os materiais de pintura, recorte e colagem, os instrumentos musicais, os equipamentos áudio e as fotografias.

Os espaços utilizados na dinamização das atividades foram essencialmente as salas de convívio do Lar e do Centro de Dia e o refeitório deste. Pontualmente, o jardim, a varanda e a capela serviram também estes propósitos. No Lar, as atividades de contactos mais individualizado aconteceram nos quartos dos utentes e nos corredores da instituição.

Recursos Financeiros

A utilização e aproveitamento dos recursos materiais disponibilizados e, essencialmente, a colaboração da estagiária, encontrando soluções alternativas, materiais cedidos ou da própria, implicaram despesas pouco significativas para a instituição. Nalguns casos a estagiária comprou voluntariamente alguns materiais e as colaboradoras contribuíram também na recolha de material reciclável.

Limitações do Processo

Ao longo do desenvolvimento do projeto surgiram algumas limitações e dificuldades. O facto de a investigação/intervenção ser dirigida a dois contextos diferentes, dificultou, desde logo, a gestão das tarefas em que me envolvi. Por este motivo, nem sempre foi fácil completá-las com sucesso, uma vez que a minha atuação nos diferentes locais era intercalada, já que requeriam a minha presença em determinados horários específicos.

O tempo despendido na adaptação, necessária e constante, a cada um destes contextos, prolongou a fase inicial do projeto, mais do que o previsto. Este facto é consequência também da mudança de um dos locais de estágio, um mês após o seu início.

A atuação no Lar revelou-se muito mais complexa que no Centro de Dia, atendendo ao seu elevado número de utentes, não favorecendo a tarefa de me dirigir a todos. Outro constrangimento prendeu-se com o espaço físico, não existindo um local adequado para realização de atividades, nem equipamentos necessários à sua execução. Também as condições físicas, psicológicas e sociais, acrescidas de hábitos e rotinas dos utentes, como estar na sala de convívio ou ver televisão, não favoreceram a sua participação e implicaram a realização de atividades nos corredores e quartos, que constituíram os espaços possíveis nestas condições.

Os utentes do Lar constituem um grupo muito heterogéneo no que diz respeito às suas características, gostos, motivações e interesses, inviabilizando a realização de atividades dirigidas a todos, mesmo com alguma insistência. É ainda de salientar que estes utentes não se identificam como

grupo e que a maioria não se relaciona, evidenciando desinteresse por qualquer tipo de atividade conjunta. Por este motivo, muitos frequentam espaços diferenciados na instituição.

A recolha de dados para efeitos de avaliação, constituiu também uma limitação do projeto. Essencialmente determinada pela baixa escolaridade e iliteracia dos utentes, este facto implicou uma recolha individualizada de dados e uma especial atenção às suas dificuldades de expressão nos aspetos a avaliar, tornando este procedimento mais moroso do que o previsto.

Por constatar que os utentes do Lar não apreciam e colaboram pouco neste tipo de recolhas de dados, foram apenas realizados inquéritos por questionário na fase inicial do estágio, considerando a observação participante e as conversas informais para efeitos de avaliação contínua e final.

No Centro de Dia foi perceptível, desde logo, que a motivação e envolvimento dos utentes nas atividades seriam maiores se estes lhes reconhecessem utilidade e possibilidades concretas de aplicação. Atividades sem suportes materiais apresentaram-se como difíceis de compreender pelos utentes e, ainda que tivessem existido algumas tentativas, os níveis de participação foram reduzidos. Este aspeto implicou uma adequação dos objetivos, conteúdos e métodos das atividades que se revelou muito exigente e levou a abdicar de determinado tipo de atividades.

Outra das dificuldades sentidas relacionou-se com a tentativa de encontrar horários disponíveis e adequados para o desenvolvimento de atividades. As opções não eram muitas já que tanto no Lar como no Centro de Dia as manhãs são reservadas à alimentação e assistência da missa através da televisão, rotinas que entendi como imprescindíveis para o bem-estar dos idosos.

Também a acompanhante de estágio, apesar de me ter atribuído a sua confiança, responsabilidade e liberdade no exercício das minhas práticas teve que, por imperativos de funcionamento, definir o horário de início e fim das atividades.

Atendendo a estas condicionantes, restaram como opção as tardes, sendo que duas delas estariam ocupadas com a dinamização de atividades pela animadora sociocultural e uma outra, ainda que não integralmente, pela habitual hora semanal de Yoga. Apesar de não ser muito participada pelos utentes, entendi que não deve ser sobreposta com nenhuma outra possibilidade pois poderia ser um incentivo à não frequência desta atividade física, que também considero adequada e importante.

As refeições do almoço e lanche também se apresentaram como condicionantes, bem como o desenvolvimento de atividades com os utentes por parte de outros estagiários presentes na instituição, em determinados períodos do estágio. As atividades foram, portanto, realizadas essencialmente entre os horários de almoço e lanche, uma vez que os utentes iam para as suas casas, no caso do Centro de Dia, nas duas tardes disponíveis da semana. No Lar o funcionamento foi semelhante, tendo sido

também utilizado o horário entre o lanche, com duração variável consoante o utente, e o horário de saída da diretora técnica, que passou a ser também o meu.

A articulação entre os horários disponíveis e as atividades a desenvolver nunca foi facilitada pelos motivos referidos. Esta tarefa da diretora técnica foi auxiliada em muitos momentos por mim, através da ponderação, considerando sempre o bom funcionamento institucional e o bem-estar dos utentes. Assim, a implementação das atividades nem sempre foi realizada em dias fixos, como seria preferível por questões de organização e de regulação do processo, embora nalgumas fases tenha existido um certo padrão, que favoreceu a intervenção.

Outra limitação relacionou-se com a realização de passeios ao exterior, não incluídos no plano de atividades por já constarem da agenda da instituição.

4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DO PROCESSO DE INTERVENÇÃO/INVESTIGAÇÃO

Neste capítulo descrevem-se as atividades desenvolvidas, ao longo do período de estágio, seguidas da discussão e da sua avaliação contínua, no contexto em que foram implementadas e a avaliação final do projeto.

Na fase inicial, depois de perceber e recolher elementos fulcrais para a prossecução deste projeto, foram planeadas as atividades. Ao longo da implementação do projeto, estas propostas tiveram em consideração, a par de outros fatores, os objetivos, o funcionamento e os planos de atividades da instituição, ajustando-se sempre que necessário.

Todo o processo foi flexível, nunca descurando a finalidade e as intenções do projeto, assegurando um contacto próximo com a acompanhante de estágio e diretora técnica, com quem colaborei na gestão, na articulação das diversas atividades e noutras ações.

Durante o período de implementação, não desenvolvi apenas atividades respeitantes ao meu projeto, tendo colaborado durante todo o período de estágio em atividades desenvolvidas pela instituição, essencialmente dinamizadas pela animadora sociocultural da instituição mas também por estagiários de outras áreas ou atividades oferecidas por outras instituições ou entidades.

O conjunto destas atividades constituiu um contributo para a qualidade de vida dos utentes e, ainda, para a gestão da instituição, para o reconhecimento da importância deste tipo de intervenção e desta área de estudos. Estas atividades, desenvolvidas com os utentes, proporcionaram a ocupação dos seus tempos livres, promovendo a convivialidade e a divulgação de conhecimentos, artes e saberes, aliando o lazer à motivação e ao dinamismo. Algumas atividades foram dirigidas para âmbitos mais particulares. As que se relacionaram com trabalhos manuais, incentivaram a expressão da criatividade, apresentando vantagens a nível cognitivo, de motricidade e coordenação. Outras pretenderam, mais especificamente, aumentar a atividade cerebral, retardar a perda de memória, entre outros aspetos, prevenindo o surgimento de doenças degenerativas, geralmente comuns nesta faixa etária.

As atividades lúdico-recreativas, a celebração de dias comemorativos, entre eles os aniversários, apelaram ao desenvolvimento e à valorização pessoal e social, na medida em que promoveram o convívio e a interação, incentivando a partilha e o diálogo.

Atendendo ao facto de as instituições já desenvolverem diferentes atividades físico-motoras, este âmbito não foi muito explorado neste projeto, permitindo a opção por áreas menos beneficiadas.

As atividades, desenvolvidas segundo os seus objetivos, tiveram em conta as características do público-alvo e dos contextos nas duas realidades: Lar e Centro de Dia. Os aspetos mais significativos desta variação apresentam-se na seguinte tabela.

ASPETOS SIGNIFICATIVOS	LAR	CENTRO DE DIA
Número de utentes	Maior	Menor
Dimensão do espaço	Maior	Menor
Localização dos utentes	Vários locais	Num mesmo local
Características do grupo	Heterogéneo	Homogéneo
Ambiente favorável à integração	Menos favorável	Mais favorável
Predisposição dos utentes para participar em atividades	Menor	Maior
Disponibilidade das funcionárias para estar com os utentes	Menor	Maior

Tabela 6: Principais diferenças entre os contextos (Lar e Centro de Dia)

Por questões de organização, optou-se pela seguinte subdivisão deste capítulo: Atividades desenvolvidas no Centro de Dia (4.1.); Atividades desenvolvidas no Lar (4.2.); Atividades no Lar e Centro de Dia (separadamente ou não) (4.3.); Atividades de apoio à gestão institucional (4.4.); Atividades extra (4.5.); Atividades planeadas mas não realizadas (4.6.) e Apresentação e discussão dos resultados da avaliação final (4.7.). No cronograma de atividades (Anexo V) observa-se a distribuição temporal do seu processamento.

4.1. Atividades Desenvolvidas no Centro de Dia

Depois da descrição de cada uma das atividades, apresentar-se-á a sua avaliação. Esta, correspondente à avaliação contínua do projeto, foi realizada tendo por base a observação participante, as conversas informais com utentes e funcionárias, bem como a análise de conteúdo, efetuada ao conjunto de perceções dos utentes, recolhidas ao longo do desenvolvimento do projeto (Anexo VII).

Atividade: “A cada dia”

Data: 4, 11 e 18 de janeiro e continuada no tempo (do estágio e depois dele)

Com esta atividade promoveu-se a construção de um calendário pelos utentes, visando a sua orientação temporal. Os principais objetivos foram: envolver os utentes nas atividades institucionais;

promover o enquadramento temporal no dia, semana e mês; impulsionar o espírito de equipa; desenvolver a motricidade fina e fomentar atitudes de responsabilização/compromisso.

Os utentes do Centro de Dia, a responsável do projeto e, sempre que possível, as funcionárias da instituição presentes ou disponíveis, constituíram os recursos humanos.

Para o desenvolvimento desta atividade foi necessário o recurso a diversos materiais (Anexo VIII) para a base do calendário, para a construção dos números, para as iniciais dos dias da semana, para a identificação dos meses e, ainda, uma lista com os nomes dos utentes responsáveis pela trocar do indicador do dia no calendário até ao final do ano e em sistema rotativo.

Em todas as sessões e para a realização das tarefas, foi solicitada a organização dos utentes por grupos. A cada participante foi facultada a hipótese de escolher as funções a desempenhar, atendendo à sua capacidade de execução e motivação.

Durante as sessões, os passos das tarefas foram sendo explicados e apoiados, repetindo sempre que necessário e adequando a explicação à capacidade cognitiva e personalidade de cada um. A grande maioria dos utentes demonstrou curiosidade e motivação na construção do calendário, questionando os materiais utilizados e o local onde este viria a ser colocado. Esta decisão, proposta pelas funcionárias e estagiária, atendeu à facilidade do seu acesso e mereceu a aprovação dos idosos.

No final, o calendário foi fixado numa parede, permitindo a visualização por todos os utentes nos seus locais habituais, sala de convívio e local de refeições. Adequando a altura e atendendo às limitações físicas de alguns dos utentes, permitiu-se que o indicador do dia pudesse ser trocado por cada um. Esta incumbência posterior, denominada “Responsável do Dia”, foi muito bem aceite pelos utentes que mostraram agrado e disponibilidade para a sua manutenção.

É de salientar que, meses depois, em maio, um dos utentes sugeriu o melhoramento dos números do calendário por apresentarem algum desgaste, conseqüente da sua utilização diária. Este facto justificou a inclusão de uma atividade nesse sentido, perspetivando a continuidade da ação, sempre difundida e acordada com todos os envolvidos. Para o efeito, os utentes foram convidados a trabalhar em equipa, tendo distribuído tarefas entre si e colaborando ativamente na recuperação dos números, empenhando-se neste aperfeiçoamento.

Avaliação: Nos grupos surgiram momentos de troca de experiências, de opiniões pessoais e de comentários, não só sobre a realização da atividade mas também acerca de outros temas. A colaboração e a ajuda entre os participantes foram espontâneas. O ambiente foi calmo e produtivo, sendo de realçar o empenho, os níveis de dedicação e a exigência colocada na perfeição dos trabalhos.

A não-participação nas atividades foi muito reduzida e justificada por impedimentos físicos e cognitivos, por doenças incapacitantes ou episódicas. Apesar de não diretamente, estes utentes acabaram por ser envolvidos, observando atentamente as realizações, comentando-as e/ou emitindo opiniões. A ideia, sempre aclarada e difundida, de que este calendário serviria todos os utentes, parece ter favorecido a motivação de todos, possibilitando os bons níveis de participação observados.

As funcionárias da instituição demonstraram igual apreço pela atividade e pelo produto final. Reconhecendo-lhe utilidade, colaboraram na sua exposição e auxiliaram no desenvolvimento da responsabilização de tarefas.

No período do estágio os utentes demonstraram-se envolvidos e entusiasmados com a “presença” do calendário. Não descurando a tarefa de mudança do dia, revelaram até alguma ansiedade enquanto aguardavam a sua vez.

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Utilidade	“(…) os materiais utilizados fizeram com que fosse útil.” “(…) permite uma orientação que antes não tínhamos.” “(…) São coisas que deve haver porque senão a gente esquece.”	64%
Estética	“Ficou muito bonito (…)”	50%
Interesse/ Participação	“Eu acho muito bem porque vai cada um pôr o seu dia.” “Achei bem fazermos o calendário. Gostei de tudo, para estarmos a ver e para mudar os dias. Ainda hoje fui mudar o dia!”	30%
Localização	“Adoro ver o calendário ali! Ficou muito bonito e o sítio foi bem escolhido.”	21%
Criatividade	“Maravilhoso, foi uma ideia genial porque achei uma coisa fora do vulgar, uma atividade muito bonita.”	14%
Recordação	“É importante porque a gente recorda onde estivemos, onde foi feito e por quem foi feito. Eu gostei muito, está muito bonito.”	7%

Tabela 7: Atividade “A cada dia” – Análise de conteúdo

Relativamente à perceção dos utentes sobre esta atividade, verifica-se que estes atribuem relevância à questão da sua utilidade. A atividade permitiu uma orientação no dia e no mês, que antes não existia, tendo contribuído para minimizar as falhas de memória e de orientação temporal, manifestadas em idades mais avançadas e reconhecidas pelos próprios.

A dimensão estética foi bastante significativa para os utentes, orgulhando-se de terem conseguido fazer um trabalho que consideraram muito bonito, pelos materiais utilizados, pelas cores e resultado final. Outro dos aspetos que os utentes ressaltaram foi o seu interesse e participação. Na tarefa “responsável do dia” os utentes demonstraram igual agrado e um envolvimento continuado. A

localização do calendário, num local adequado à visualização de todos os utentes, motivou também a expressão de opiniões positivas.

Alguns utentes evidenciaram criatividade na construção do calendário e na gestão do seu funcionamento, referindo ainda a dimensão simbólica da atividade, enquanto recordação dos seus momentos de envolvimento e participação.

Atividade: “Molduras de aniversário”

Data: 25 e 27 de janeiro

A atividade consistiu na realização de molduras com vários tipos de massas, para futura colocação da fotografia de cada utente no calendário já construído. Desta forma, os aniversários ficaram identificáveis a cada mês, no respetivo dia, uma vez que o calendário apresenta uma vista mensal. Os objetivos inerentes foram: incentivar a autoestima e valorização pessoais; fomentar a criatividade; exercitar a motricidade fina e humanizar a presença dos utentes na instituição.

Os recursos humanos envolveram essencialmente os utentes do Centro de Dia, a responsável do projeto e, sempre que possível, as funcionárias presentes ou disponíveis. Como recursos materiais utilizaram-se molduras em cartão, previamente executadas, vários formatos de massas comestíveis, cola branca, pincéis, tintas guache e máquina fotográfica.

Na primeira sessão, foram disponibilizadas as bases das molduras em cartão onde os utentes colaram massas comestíveis, de acordo com as suas preferências, tendo surgido diferentes decorações. Na segunda sessão realizou-se a pintura das molduras. Foram distribuídas algumas tintas de cores diferentes e, individualmente, escolhidas. Uma das utentes, com maior grau de dependência a nível cognitivo, misturou várias cores e realizou um trabalho diferente dos restantes. Os outros participantes consideraram esta atitude menos própria, associando-a ao seu estado cognitivo, e consideraram o trabalho incorreto, ainda que não o tenham demonstrado diretamente. Perante a situação, elogiei a criatividade de todos os trabalhos, aproveitando para fomentar um debate elucidativo acerca da criação de cores, pela sua mistura, ilustrado através de exemplos concretos.

Avaliação:

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Utilidade	“Assim sabemos todos o aniversário de cada um, é melhor do que estar a perguntar, senão esquecia porque a nossa idade já não dá para lembrar.” “Gostei, está bem. Já devia ter sido feito há mais tempo, está uma coisa muito boa.”	62%

Estética	“Está bonito e isso é muito bom. A sala fica mais airosa e mais bonita!”	46%
Criatividade	“São bonitas, práticas e uma ideia que não foi muito dispendiosa.”	8%
Valorização pessoal	“Concordei e terei gosto em ter lá o meu aniversário quando chegar a altura.”	8%

Tabela 8: Atividade “Molduras de aniversário” – Análise de conteúdo

Os utentes ressaltaram a utilidade desta atividade, pela importância atribuída às datas de aniversário e pela possibilidade de, assim, se conseguirem lembrar delas. Também, a dimensão estética das molduras se apresentou como muito significativa, salientando a criatividade da ideia e a satisfação pela valorização pessoal proporcionada.

Enquanto exercício de criatividade, esta entusiasmou muito os idosos que se mostraram empenhados e perfeccionistas, tecendo considerações sobre os trabalhos dos outros. O resultado final evidenciou produções interessantes e admiradas por todos, incluindo as funcionárias, realçando-se o facto de uma utente ponderar recriar a ideia em casa.

Atividade: “Sessão esclarecimento sobre segurança”

Datas: Organização: 23, 24 e 26 de janeiro | Realização: 1 de fevereiro

Foram principais objetivos desta atividade contribuir para a segurança e tranquilidade dos utentes fora da instituição, sensibilizar sobre os perigos reconhecidos, prevenir e evitar situações de risco, alertar para o seu conhecimento e favorecer a proximidade entre os utentes e as forças de segurança.

Os recursos humanos incluíram a responsável do projeto, os utentes, as funcionárias do Centro de Dia e os dois agentes da Polícia de Segurança Pública de Braga, associados ao Programa “Apoio 65 - Idosos em Segurança”. Como recursos materiais, foram utilizados um projetor, um computador portátil e uma apresentação em *PowerPoint* com informação relativa aos temas em análise.

Em contactos com a Polícia de Segurança Pública de Braga esclareceram-se questões relativas aos objetivos e funcionamento do programa, a possibilidade de este poder ser solicitado por instituições de apoio aos idosos e os procedimentos necessários para o efeito. A verificação de detalhes relacionados com a cooperação e o agendamento da ação de sensibilização ocorreram dias depois, salientando-se a disponibilidade sempre presente (Anexo VIII).

No dia, a sala de convívio foi preparada de acordo com as recomendações prévias dos agentes e, após a sua chegada, foi perceptível a consideração e respeito dos utentes pela instituição de segurança e uma grande satisfação pela proximidade facultada.

A atividade consistiu na dinamização de uma sessão de esclarecimento por parte de dois Agentes da Polícia de Segurança Pública, no âmbito do “Programa Apoio 65 – Idosos em Segurança”.

Durante a sessão, a maioria dos utentes mostraram-se atentos e interessados e, embora tenham existido momentos mais expositivos, a sessão foi conduzida levando em linha de conta a contextualização que, antes, havia feito. Com flexibilidade e abertura para responder a questões e com adequação do discurso, através de explicações mais acessíveis ao entendimento de todos, a ação motivou uma participação ativa dos utentes que foi aumentando com o decorrer da sessão.

Nos momentos finais, alguns participantes solicitaram a atenção dos Agentes partilhando as suas experiências, particularmente relacionadas com os temas debatidos na sessão, relatando casos em que haviam sido abordados e burlados por pessoas que fingiam ou aparentavam ser “confiáveis”. Foram então lembradas algumas das recomendações a seguir, ajustando-as à especificidade destes casos e, para além disso, comentados alguns exemplos de situações reais.

Avaliação:

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Importância da temática	“Gostei porque eram de cá e de conversar com eles e reconheço que foi importante.”	70%
Utilidade das aprendizagens	“Foi uma coisa muito boa porque ensinaram coisas importantes para evitar que coisas más aconteçam.” “Alertou-nos de coisas que nós não sabíamos e para a nossa segurança.”	57%
Agentes da PSP	“Gostei muito! É importante que as pessoas nos deem conselhos e os agentes foram muitos simpáticos.” “Gostei muito dos polícias, são muito bonitos e lembro-me de coisas que disseram sobre os roubos.” “Gostei e acho que até devia haver mais vezes e em mais sítios porque agora as coisas estão muito diferentes de antigamente e convém saber como são. Eles são as melhores pessoas para falar sobre isso, que estão por dentro do assunto.”	50%

Tabela 9: Atividade “Sessão de esclarecimento sobre segurança” – Análise de conteúdo

A atividade foi produtiva e decorreu num ambiente descontraído. O tema contemplado agradou aos presentes e, quando questionados, todos demonstraram bastante satisfação com a realização.

Também reconhecida pelos utentes, a simpatia e a dedicação dispensada pelos agentes permitiram alcançar os objetivos pretendidos.

Posteriormente à realização da atividade, pude constatar a validade da iniciativa, percebendo alterações de comportamento, conseqüentes dos conhecimentos adquiridos. O seu desenvolvimento justificou ainda, de acordo com opinião da direção técnica, a redação de uma notícia que foi publicada num jornal local (Anexo IX).

Atividade: Visita de crianças

Data: 12 de março

Assisti e colaborei numa atividade que consistiu na leitura de poemas aos idosos, promovida por um grupo de crianças de uma escola, e na interpretação de canções conhecidas pelos utentes, conseqüência da sua participação espontânea.

Tendo como intenção compreender o nível de satisfação dos idosos, estive presente antes e depois da atuação. Partilhando estes momentos com os utentes, observei reações e comentários muito positivos, considerando a ação como promotora de novos contactos e de uma alteração saudável nas suas rotinas. A experiência serviu também para validar a minha intenção de solicitar a colaboração de uma escola “vizinha” da instituição, visando promover contactos intergeracionais e alterar as rotinas.

Atividade: “Recordar é viver”

Data: Recolha de dados: 14 e 16 de março | Realização: 21 de março e 4 de julho

Nesta atividade foi construído e organizado um álbum de recordações que teve como objetivos recolher perceções dos utentes acerca das atividades realizadas; valorizar a sua participação; estimular a memória; incentivar a partilha de opiniões e o trabalho em equipa.

Conversando individualmente com utentes e funcionárias, anotei as suas opiniões sobre as iniciativas efetivadas até esta data (Anexo VII) e, depois de explicitar os intuítos da ação, todos concordaram em colaborar. Informando-os e motivando-os, registei as frases proferidas acerca das atividades, também consideradas na avaliação contínua do projeto.

A realização, que envolveu utentes, funcionárias e a responsável do projeto, implicou diferentes recursos, como cartolinas, tesouras, colas, fotografias das atividades realizadas e as frases dos utentes e colaboradoras, previamente recolhidas.

Numa sessão posterior, foram sendo compostas as várias páginas do álbum, integrando as fotografias e as opiniões das funcionárias e utentes, concluindo-se a atividade no final do estágio e ficando o álbum disponível na sala de convívio. A inclusão de novos registos, relativos a próximas atividades, foi uma possibilidade que mereceu unânime concordância e entusiasmo.

Avaliação: As opiniões recolhidas foram bastante positivas, não só acerca das atividades desenvolvidas como também nas apreciações feitas à minha postura e características pessoais, proporcionando momentos muito agradáveis para mim e para os utentes. Dispensando um tempo considerável com cada um deles e dando-lhes uma atenção diferente, fortaleci os elos criados até então, reforçando a minha motivação e acrescentando responsabilidade à manutenção deste grau de satisfação.

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Recordação	“Foi muito bom, uma beleza! Gostámos muito! Gosto de como ficou e serve para recordar mais tarde.” “Achei bem, engraçado. É bom ter recordações daquilo que fizemos e gostamos.” “Gostei porque o livro vai ficar aqui.”	78%
Estética	“Achei bem porque estava uma coisa bem feita e bonita.”	33%
Distração	“Gostei porque nos distrai. Assim podemos ver as fotografias das coisas que fizemos.”	11%
Valorização da participação	“Acho bem porque gosto de me ver nas fotografias e recordar as coisas.”	11%

Tabela 10: Atividade “Álbum de recordações” – Análise de conteúdo

Aos utentes agradou o facto de verem registadas as atividades desenvolvidas e a possibilidade criada de as poderem presenciar, sempre que o pretendam fazer. O aspeto do álbum foi igualmente elogiado e muito apreciado pelos idosos que, na visualização das fotografias, experimentaram intensos momentos de distração e oportunidades de valorização da sua participação.

Atividade: “Enfeites de Páscoa”

Data: Preparação: 25, 26 e 27 de março | Realização: 28 de março

A atividade, solicitada pela Animadora da instituição, pretendeu envolver os utentes na preparação da festa da Páscoa através da construção de elementos decorativos alusivos a esta época.

Tendo como principais objetivos desenvolver momentos de descontração, apelar à criatividade, exercitar a motricidade fina, aumentar o sentido de utilidade e de pertença à instituição, os utentes e a

responsável do projeto utilizaram, como recursos materiais, pincéis, tintas guache, papel de jornal para revestimento das mesas e pequenos recipientes para tintas.

Uma técnica com balões, papel de jornal e cola branca serviu a construção dos ovos decorativos. Reconhecendo os primeiros passos da tarefa como difíceis de executar pelos idosos, decidi realizá-los nos dias anteriores ao desenvolvimento da atividade, construindo um ovo por cada utente. As dificuldades que senti na laboração e o longo tempo despendido nas tarefas, não me impedindo de as concluir com sucesso, comprovaram a impossibilidade da sua realização pelos utentes.

Com os ovos que havia construído e o material necessário para a sua pintura, expliquei as intenções da atividade e as razões que impossibilitaram a realização dos primeiros passos da tarefa pelos próprios, salientando o tempo necessário e as condições de secagem. A realização feita até ao momento e a apresentação dos materiais foram entendidas e os utentes pintaram, a seu gosto, todos os “ovos”.

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Interesse pela atividade	“Gostei muito e achei muito bonito fazer coisas próprias da época.” “Estavam bem, foi uma coisa bem feita.”	38%
Pintura	“Achei muito bonito, gosto muito de pintar.” “Gostei muita de pintar com os pincéis.”	38%
Valorização pessoal	“Gostei imenso e depois eu sabia sempre qual era o meu porque houve uns que ficaram borrados e o meu não.”	13%
Exposição dos trabalhos	“Gostei porque foi para enfeitar e toda a gente viu.”	13%
Distração	“Gostei porque gostei de pintar e distraí-me. Passou-se bem o tempo e ficaram bonitos.”	13%

Tabela 11: Atividade “ Enfeites de Páscoa” – Análise de conteúdo

Avaliação: Os participantes demonstraram agrado pela ideia inicial e pelo resultado conseguido, apreciando a tarefa de pintura e associando-a a momentos recreativos. Os ovos decorados, transmitindo satisfação aos utentes e permitindo a sua valorização pessoal, foram colocados à entrada da instituição no Centro de Dia e, parte deles, oferecidos ao Lar.

Atividade: “O mês de maio”

Datas: 2 de maio (realização) | 3 de maio (entrega no lar)

Considerando as comemorações religiosas do mês de maio, muito valorizadas pelos utentes, a atividade consistiu na construção de um calendário mensal com a identificação dos principais dias

comemorativos deste mês. Integrando uma imagem de Nossa Senhora de Fátima, a intenção foi que cada utente ou casal do Centro de Dia pudesse construir e levar para casa um destes calendários.

Os recursos materiais desta produção foram cartolinas para suporte, colas, tesouras, um calendário que assinala as principais datas comemorativas de maio e uma imagem religiosa, utilizados em técnicas de recorte, dobragem e colagem.

Embora alguns utentes não tenham participado por motivos de doença, todos, sem exceção, mostraram agrado pelos elementos a incluir e vontade de ter um calendário para si. Assim, os utentes mais dedicados construíram também calendários para aqueles que não conseguiam fazer e todos foram contemplados.

No final, destacando a utilidade do calendário e a beleza da imagem religiosa, os utentes identificaram os trabalhos com o seu nome, tendo auxiliado aqueles que tinham dificuldades nesse aspeto e construído um calendário para cada utente do Lar, entregue no dia seguinte. Estes idosos ficaram igualmente satisfeitos e colocaram-no na sua mesinha de cabeceira.

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Recordação em casa	“Gostei muito e tenho no meu quarto e olho para ele todos os dias.” “Gostei de o construir para ter uma recordação em casa daquilo que eu fiz.”	78%
Estética	“Gostei muito. Pu-lo no meu quarto e assim já sabia os dias. Foi muito bonito aquele calendário.” “Muito bonito, muito prático(...)”	44%
Dimensão religiosa	“Achei muito bem, foi muito bonito. Sou religiosa e gostei muito.” “Ainda tenho lá em cima da televisão e não sai de lá tão cedo. Tem a Nossa Senhora.”	33%
Orientação	“Muito bonito, muito prático. Podemos levar para casa e pôr em qualquer sítio, que ele não ocupa muito e também assim estamos sempre orientados.” “Gostei muito. Pu-lo no meu quarto e assim já sabia os dias. Foi muito bonito aquele calendário.”	22%
Participação	“Gostei de o fazer e achei muito lindo. E gostei da imagem religiosa. É uma recordação que se tem.” “Gostei de o construir para ter uma recordação em casa daquilo que eu fiz.”	22%
Interesse da ideia	“É um calendário de estimação e próprio para o mês em que estávamos. É uma boa ideia e também é uma ideia com inteligência.”	11%

Tabela 12: Atividade “Calendário de maio” – Análise de conteúdo

Avaliação: Algum tempo depois desta atividade, os utentes do Centro de Dia mostravam ainda contentamento pela realização do calendário. Confirmando o seu uso durante o mês de maio, referiram mantê-lo num local visível, como recordação das atividades desenvolvidas no âmbito deste estágio.

4.2. Atividades Desenvolvidas no Lar

Para a avaliação apresentada de cada atividade desenvolvida no lar, a metodologia baseou-se na observação participante e nas conversas informais com utentes, funcionárias, acompanhante de estágio e outros, como familiares, amigos ou convidados.

Não foram recolhidos dados com recurso a outras técnicas, pelo facto de a maioria dos utentes terem falhas de memória e não ser aconselhada pela acompanhante de estágio a utilização de inquéritos, que os utentes não apreciam por considerarem maçadores, uma vez que já foram sujeitos a eles várias vezes, por parte de outros estagiários ou investigadores.

Atividade: “Contactos individualizados”

Data: Ao longo do período de estágio, com maior incidência a partir do mês de janeiro.

Conviver de forma próxima com a realidade das pessoas institucionalizadas em lares origina preocupação pelo seu máximo bem-estar, atendendo às suas próprias limitações e às impostas pelo próprio contexto e funcionamento. O carinho, o cuidado, a atenção e a companhia, são necessidades que existem em qualquer idade. Neste contexto específico e com estes utentes em particular, comprovei que são acentuadas. Procurando atenuá-las, e aproveitando para contrariar pensamentos negativos aliados a mitos e estereótipos cultivados pela sociedade, optei por estar o máximo de tempo possível com os utentes, individualmente.

A grande maioria dos utentes não estabelece grandes contactos entre si nem demonstra interesse nisso e não gostam de ter uma atenção partilhada. Daí que tenha considerado este tipo de atuação como o mais indicado às circunstâncias, considerando o contributo positivo que estes momentos revelam para a autoestima, valorização pessoal e diminuição do seu isolamento.

Estes contactos implicaram diferentes investimentos e posturas, de acordo com o estado físico, emocional, gostos, interesses e outras características, singularmente consideradas e, como tal, de difícil descrição.

Avaliação: Neste estreitamento de relações observei reações e atitudes demonstrativas da importância que os utentes atribuem a estas ocasiões. As suas reações foram muito positivas, contrastando com as dificuldades de realização das atividades em grupo, pelos motivos já, antes,

expostos. Observei assim estes relacionamentos personalizados como bastante significativos e ajustados às preocupações implícitas nos objetivos deste projeto.

Atividade: “Livro da partilha”

Datas: Durante os meses de abril, maio e junho.

O desenvolvimento da atividade teve como intuito motivar os utentes para a partilha de saberes, experiências e temas culturais, sendo seus objetivos incentivar a autoestima e valorização pessoais, promover a partilha de conhecimentos e estimular a memória.

Sendo necessário um envolvimento mútuo, meu e dos utentes, em momentos pontuais que exigiam um maior investimento na atividade, pude contar com a colaboração da estagiária na área de Produção de Eventos, presente na instituição. Os recursos materiais envolvidos na recolha foram apenas folhas e caneta sendo, posteriormente, utilizada uma capa de arquivo e separadores.

As opções relativas aos elementos a integrar propostas foram sendo ajustadas, sempre que necessário, atendendo à participação, interesse, conhecimentos e opiniões dos utentes. Conversando com um número considerável de utentes, individualmente ou em pequenos grupos, foi possível recolher elementos válidos para este propósito.

Finalizada a recolha, os elementos foram reunidos e organizados em capítulos e o livro disponibilizado a todos os que frequentam a instituição. O documento incluiu elementos das seguintes temáticas: “poemas”, “lições de vida”, “canções”, “adivinhas”, “provérbios”, “significado de palavras ou expressões”, “histórias verídicas” “anedotas”, “receitas” e “quodras de S. João”.

Avaliação: Alguns utentes demonstraram pouco entusiasmo em colaborar, embora aprovando a ideia, justificando-se com a falta de memória ou desvalorizando os seus conhecimentos. Nalguns casos foi possível contrariar estas atitudes.

Utentes, colaboradoras, familiares e visitantes, manifestaram satisfação com o desenvolvimento e o resultado desta partilha e exposição destas recolhas.

Atividade: “Os Maios: coroa”

Data: 30 de abril

A atividade, solicitada pela acompanhante de estágio, pretendeu manter a tradição e envolver os utentes. Historicamente, o ritual das Maias acontece na noite de 30 de abril para 1 de maio. Como

tradição primaveril, cujas origens se perdem no tempo, é festejada na instituição com os seus utentes, enfeitando a porta ou varanda principal com uma coroa de flores e giestas amarelas.

Tendo como objetivo manter uma tradição valorizada pelos utentes e cumprir a rotina anual da instituição, na sua execução os recursos humanos envolvidos foram, para além de mim e os utentes, a Estagiária na Área de Produção de Eventos.

O material utilizado implicou o recurso a vegetação natural, papel de jornal, papel autocolante, fita-cola, agrafador, flores de papel e marcadores. Procurando cumprir a solicitação com as condições existentes, sugeri a pintura de flores amarelas em papel junto dos utentes que, depois de plastificadas, substituíram a tradicional coroa de “maias”.

Avaliação: O material utilizado que teve de ser improvisado porque a atividade não estava planeada. A participação foi reduzida, atendendo ao número total de utentes. Os envolvidos demonstraram conhecer e ter gosto em cultivar esta tradição, ficando agradados por vivenciar e participar nesta produção. Ainda assim, manifestaram descontentamento pelo pouco tempo para executar a tarefa e de materiais pouco adequados.

A coroa foi colocada na fachada principal da instituição, agradando aos utentes, funcionárias e outros frequentadores da instituição, que a elogiaram.

Atividade: “O Pássaro da alma”

Datas: 23 de março (Perceção da recetividade); 10 e 11 de abril (preparação); abril, maio e junho (realização)

A atividade pretendeu incentivar a uma reflexão pessoal sobre sentimentos positivos, intimamente associados ao bem-estar e teve como objetivos promover uma relação de proximidade individualizada e adaptada entre mim e os utentes, incentivar o espírito crítico, estimular o pensamento abstrato e evitar sentimentos de solidão (ver anexo III). Os recursos humanos incluíram, para além de mim e dos utentes, a estagiária na área de Produção de Eventos.

Como recursos materiais, a atividade contou com um guia explicativo, incluindo o propósito e modo de execução, o livro “O Pássaro da Alma”, canetas, colas e pequenos papéis de diferentes cores. Para a construção do pássaro foi necessário cartão branco, fio de pesca, marcadores, fita-cola, tesoura e furador.

A sua implementação foi antecipadamente anunciada, tendo tido boa recetividade por parte dos utentes. As indicações do “guia explicativo” foram essenciais para colaboradoras e presentes na instituição apreenderem a intenção da atividade. Esta desenvolveu-se através da leitura que,

individualmente, fiz do livro “O Pássaro da alma”, ao maior número de utentes possível. Trata-se de uma pequena história onde a relação entre a nossa alma e nós mesmos é explicada de forma delicada e poética, abordando a forma como lidamos com os sentimentos.

No final de cada leitura, cada participante foi incentivado a comentar o conteúdo do livro e a efetuar uma reflexão pessoal sobre três sentimentos positivos, como o amor, o carinho e a paz, bem como a identificar uma cor que para si melhor corresponderia a cada um deles.

Após explicitados os intuitos e autorizada a exposição destas opiniões, as gavetas do pássaro, exposto no corredor da instituição e frequentado por todos os presentes, foram sendo preenchidas com pequenos quadrados coloridos e o nome do utente que designou a cor.

Avaliação: Todos os utentes demonstraram agrado em ouvir a história, tendo referido várias vezes o desejo de poder ler e lamentando a sua incapacidade para o fazer, por falta de habilitações ou por problemas de visão, considerando esta uma boa opção. O conteúdo do livro foi também alvo de comentários positivos, comprovando a adequação da sua escolha.

A atividade, adaptada às condições cognitivas de cada utente, teve sempre um tempo de duração consideravelmente longo. Por esse motivo, não foi possível abranger todos os utentes num só dia, implicando a sua continuação em várias sessões. A tentativa de ler a história a dois utentes simultaneamente, originou falta de atenção e interrupções, por vezes conflituosas, consequência de diferentes visões e entendimentos da história. Procurei resolver a situação com subtilidade, repetindo a história separadamente tendo, desta forma, alcançado os objetivos pretendidos.

Atividade: Passeio ao exterior (colaboração)

Data: 19 de abril

Promovido pela instituição, o passeio teve como destino S. Bento da Porta Aberta, local de culto religioso e do agrado dos utentes. Durante a tarde, acompanhei cerca de metade dos idosos do Lar que, no entendimento da direção técnica, reuniam condições de saúde e vontade de participar.

Nas viagens os utentes rezaram o terço e cantaram algumas canções religiosas, fazendo orações mais íntimas e pessoais no local. O mau tempo impediu a realização de passeios a pé e uma merenda como planeado mas, ainda assim, os utentes mostraram-se satisfeitos com a atividade, apreciando também o facto de saírem da instituição. Já na instituição, depois do regresso, auxiliei na distribuição do lanche.

Avaliação: As diversas contribuições que prestei permitiram-me contactos privilegiados onde pude observar de perto, e num contexto diferente da instituição, a forma como os idosos interpretam a religião e as suas práticas.

Atividade: “Visita de jovens voluntários”

Data: 26 de abril

A atividade teve como propósito favorecer um contacto direto com todos os utentes e uma aproximação mais individualizada, insuficientemente promovida dado o seu elevado número, minorando esta desvantagem da intervenção (Anexo III).

Os objetivos da atividade visavam quebrar as rotinas diárias, atenuando a apatia e o sentimento de solidão, procurando favorecer os afetos, promover momentos de descontração e contactos intergeracionais.

Para o efeito, solicitei a colaboração do Centro Académico de Braga (C.A.B.) que logo se disponibilizou, mobilizando um grupo de jovens voluntários do seu Grupo de Ação Social (G.A.S.). A colaboração e os momentos de convívio informais a proporcionar aos utentes reconheceram-se como necessários contributos para a sua qualidade de vida.

Os recursos humanos envolvidos foram, assim, os utentes, os jovens voluntários do Grupo de Ação Social do Centro Académico de Braga e a estagiária, não existindo recursos materiais.

A atividade realizou-se à tarde, horário mais adequado ao funcionamento institucional e a uma maior recetividade dos utentes. Os seis voluntários promoveram momentos informais de contacto e convívio entre gerações, nos quais participei. Os utentes demonstraram-se agradados com sua presença, envolvendo-se facilmente em conversas, geralmente acerca de si próprios e das suas experiências de vida. Os voluntários adotaram essencialmente o papel de ouvintes, reconhecendo a necessidade que todos evidenciavam em ser escutados e ter a sua atenção. Algumas canções surgiram espontaneamente de algumas utentes, ocasionando o seu acompanhamento pela maioria. No final, os utentes mostraram apreciar a postura e simpatia dos jovens voluntários, acarinhando-os com palavras e gestos amistosos.

Avaliação: No momento da despedida, alguns utentes consideraram a atividade como muito positiva, diferente e alegre e salientaram a continuidade que o contacto com estes jovens deveria ter, confirmando assim o cumprimento dos objetivos estabelecidos.

Agradecendo a presença aos convidados tecemos, juntos, alguns comentários reflexivos, considerando este tipo de atividade muito adequada e positiva para os utentes. O grupo, simpaticamente, disponibilizou-se para cooperar em futuras ações, assegurando a aproximação feita e garantindo o contacto intergeracional. Perspetivando esta possibilidade, anunciei esta oportunidade à acompanhante de estágio.

Atividade: Dia Mundial da Criança – visita dos alunos da Escola João de Deus

Data: 1 de junho

Neste dia teve lugar uma atividade não planeada. A Escola João de Deus, anteriormente contactada por mim para organização de uma ação conjunta, ofereceu “queijadinhas” à instituição confeccionadas nessa manhã, pelas crianças e seus pais, nas atividades do Dia Mundial da Criança. A acompanhante de estágio concordou com a visita e os alunos, acompanhados dos seus professores, ofereceram os doces aos idosos e cantaram uma canção.

Avaliação: A satisfação de todos foi evidente, verificando-se um ambiente de muita alegria e importante interação entre gerações. O convívio, conseqüente também dos contactos que havia realizado anteriormente, estabeleceu relações entre estas instituições geograficamente próximas e, ao que tudo indica, favoreceu a hipótese de futuras colaborações.

4.3. Atividades Desenvolvidas no Lar e Centro de Dia

A avaliação das atividades baseou-se na observação participante e nas conversas informais com utentes, funcionárias, acompanhante de estágio e outros presentes na instituição, como familiares ou convidados. Contemplando também a análise de conteúdo, referente aos dados recolhidos junto dos utentes do Centro de Dia, esta estratégia não foi utilizada com os utentes do Lar.

As atividades realizadas em colaboração, aqui também incluídas, não apresentam avaliação por não constarem da planificação do projeto. Ainda assim, destas foram retirados contributos importantes, implícitos na descrição das atividades, segundo a minha percepção dos acontecimentos.

Atividade: Colaboração nas festividades

Datas: 9 de novembro (Festejo do Magusto/S. Martinho); 14 de dezembro (Festa de Natal); 17 de fevereiro (Festa de Carnaval); 5 de abril (Festa da Páscoa); 22 de junho (Festa de S. João).

Ao longo do ano, a instituição celebra diferentes datas, habitualmente organizadas pela sua Animadora Sociocultural. A opção da minha envolvimento na colaboração, preparação e realização destas festividades, tomada na fase inicial do estágio, pretendeu auxiliar o cumprimento do plano de atividades da instituição, perceber aspetos da organização e funcionamento deste tipo de eventos, observar atitudes e estados de espírito, partilhar momentos festivos com os utentes, as suas famílias e a restante comunidade institucional, fatores que favoreceram também o planeamento de atividades a do projeto.

Os recursos humanos coincidiram em quase todas as festividades, contando com a presença da diretora técnica, um ou mais elementos da Mesa Administrativa da instituição, a animadora sociocultural da Instituição, as funcionárias, os utentes e familiares do Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário. Estes últimos, devido a dificuldades de deslocação, transporte e estado de saúde, nem sempre puderam comparecer.

Nestes momentos de convívio, algumas atividades tiveram como protagonistas utentes interessados em participar que entoaram canções natalícias, desfilaram no Carnaval ou participaram nas representações teatrais do Magusto e Páscoa. Sempre que possível e adequado, convidados promoveram atuações de música tradicional que constituíram momentos “altos” da comemoração. Observando esta animação como muito importante, prolonguei estes momentos de diversão, alegria, descontração e exercício físico, animando os utentes para dançar e trocar de pares, para fazer coreografias e cantar, solicitando mais repertório aos músicos.

Solicitada para colaborar nalgumas atividades e contribuindo noutras, por vezes intuitivamente, apoiei a sua realização, auxiliando em tarefas de decoração e organização dos espaços e materiais, apoiando a deslocação e orientação dos idosos e outros, efetuando registos fotográficos, motivando o envolvimento dos participantes para e nos acontecimentos, contribuindo assim para a elevação dos seus níveis de bem-estar e autoestima. O auxílio às funcionárias na distribuição do lanche e o acompanhando de alguns casos particulares, permitiu-me um contacto mais individualizado que agradou aos utentes e familiares presentes.

Visando a preparação das comemorações de Natal e Carnaval colaborei também nestas atividades:

- Preparação da Festa de Natal (7 de dezembro)

Para os trajes do coro natalício que interpretará diversas canções alusivas à época, fizeram-se decalques e recortes de estrelas em papel autocolante com os utentes. A colagem nas respetivas vestes, também construídas nesse momento, contou com a ajuda das funcionárias.

Avaliação: Durante as tarefas, os participantes conversaram e comentaram acerca dos seus trabalhos, salientando a perfeição que se observava. A rapidez destas realizações surpreendeu as estagiárias e mesmo os envolvidos que associaram os elogios feitos às suas qualidades. O sentido de responsabilidade demonstrado pela maioria dos idosos, pareceu ficar a dever-se à utilidade que estes lhes reconheceram, desde logo, porque as vestes iriam ser usadas pelos próprios.

▪ Preparação da festa de Carnaval (2, 7, 8 e 9 de fevereiro)

Nesta atividade, desenvolvida em conjunto com a animadora sociocultural da instituição, promovi com os utentes a realização de disfarces para o desfile de Carnaval, com recurso a materiais recicláveis.

Avaliação da colaboração: Esta participação contribuiu para a concretização do planeado e a minha colaboração demonstrou-se útil. A partilha destes momentos, com os utentes e demais presentes, permitiu-me uma maior proximidade a toda a comunidade institucional e à sua dinâmica de funcionamento.

Os presentes e as funcionárias demonstraram satisfação pela minha presença, particularmente na distribuição do lanche que envolvia um elevado número de pessoas. Em todos os momentos e festividades a refeição pareceu ser o momento que mais agradou aos utentes.

Com este envolvimento pude perceber a viabilidade de futuras realizações com estes utentes, realçando a representação teatral como atividade que mais parece ter agradado a participantes e espectadores.

Atividade: “Sessão musical”

Data: 22 de fevereiro

A atividade constitui na dinamização de uma sessão musical com os utentes e pretendeu promover o contacto com a música tradicional portuguesa, proporcionar momentos de descontração e convívio e exercitar a coordenação motora (Anexo III).

Os recursos humanos envolveram o Professor de Educação Musical convidado, a responsável do projeto e, separadamente, os utentes do Lar e do Centro de Dia e respetivas colaboradoras. Os recursos materiais utilizados foram pequenos instrumentos de percussão e a guitarra clássica.

A intenção inicial de juntar os utentes das duas valências num espaço comum da instituição e, assim, promover também o convívio entre si, esta hipótese não se verificou. Na fase do planeamento da ação, tanto a acompanhante de estágio como o convidado consideraram mais ajustado realizar

duas sessões, em separado, atendendo ao elevado número de idosos e às suas dificuldades de deslocação.

A sessão contou com a disponibilidade e interesse do professor convidado, Carlos Fernandes, que sugeriu propostas de atividades e coadjuvou a sua programação. De início, foi dada a conhecer uma versão adaptada da música “A saia da Carolina”. Conhecendo a versão original, os idosos aceitaram bem esta variação e assimilaram-na facilmente sendo, posteriormente, convidados a repeti-la pela declamação.

No desenvolvimento da ação foram sendo incluídas, por etapas, diferentes formas de percussão como acompanhamento musical. Cantando, batendo palmas ao ritmo da música e contando com a participação de alguns utentes, como instrumentistas voluntários dos pequenos instrumentos de percussão, a música foi sendo construída. Ampliando o grau de autonomia e confiança, à medida que os exercícios avançavam, a música foi interpretada e repetida com reconhecido sucesso.

O professor convidado, condutor da ação e seu impulsionador, foi fundamental na participação dos idosos que evidenciaram empenho e elevados níveis de cooperação. Tendo como referência a música tradicional portuguesa, os meios utilizados nesta prática musical ativa foram o canto e a percussão corporal e instrumental, dinâmica que fez dos envolvidos também protagonistas.

A ação, contando com a participação de grande parte dos utentes, implicou adaptações ao planeado no decorrer das atividades, principalmente no Lar, simplificando ou encurtando determinadas etapas e exercícios.

Avaliação:

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Postura do Professor de Música	“Gostei muito dele (professor), é um grande músico!” “Então não hei-de gostar? São jovens! E ele conversou muito comigo.” “Achei bonito, ele era muito simpático, tocou muito bem e achei bonito vir-nos visitar. Eu não cantei mas gostei imenso de ouvir.”	58%
Interesse pela atividade	“Gostei porque gosto de música e gosto de tocar. Relembrei os tempos em que tocava e cantava muito.” “Gostei porque gosto muito de música. Eu já costumo tocar e toquei outra vez.”	42%
Participação	“Gostei porque gosto de música e gosto de tocar. Relembrei os tempos em que tocava e cantava muito.” “Gostei porque gosto muito de música. Eu já costumo tocar e toquei outra vez.”	25%
Distração	“Distraímo-nos muito. Gosto dessas coisas e ele era muito simpático e era meu conterrâneo!”	8%
Música apreciada	“Gostei da canção que ele tocou e cantou, era bonita e ele foi muito simpático.”	8%

Reviver do passado	“Gostei porque gosto de música e gosto de tocar. Relembrei os tempos em que tocava e cantava muito.”	8%
--------------------	--	----

Tabela 13: Atividade “Sessão musical” – Análise de conteúdo

A condução da sessão pelo Professor foi adequada às características e capacidades dos envolvidos, facto verificado na percepção que os utentes fizeram das atividades, salientando ainda a sua postura, simpatia e qualidades musicais e requerendo a sua presença no futuro. Importante também foi a referência ao facto de este ser jovem e, como tal, do seu agrado.

Os processos de simplificação e ajustamento, favoreceram intervenções e comentários espontâneos de alguns utentes, atendidos por mim e pelo convidado, proporcionando momentos de descontração, de estímulo e divertimento, como pretendido.

A acompanhante de estágio demonstrou igual satisfação e, sublinhando o interesse deste tipo de atividades para a comunidade institucional, solicitou-me a redação de uma notícia para posterior publicação (Anexo IX).

Atividade: “A minha flor, o nosso jardim”

Datas: Centro de Dia: 29 de fevereiro, 7 de março e com continuidade no tempo | Lar: 2 e 9 de março

A atividade consistiu na ornamentação de vasos e plantação de flores, procurando aproveitar os espaços do jardim e da varanda da instituição para realização de atividades ao ar livre.

A proposta sugerida, depois de devidamente explicada, mereceu o interesse de todos e o seu desenvolvimento teve como objetivos aplicar conhecimentos da experiência de vida dos utentes, contribuir para o aumento da autoestima, incentivar a criatividade, aumentar o sentimento de pertença à instituição e promover rotinas de responsabilização e compromisso.

Tendo como recursos humanos, a responsável do projeto e, em separado, os utentes do Lar e do Centro de Dia, foram utilizados como recursos materiais para a ornamentação dos vasos e para a plantação: vasos, papel autocolante de diferentes cores, moldes de diversas formas em cartão, paus de espetada, etiquetas com o nome de cada utente, papel transparente para plastificar, tesouras, canetas, terra/substrato natural, bolbos de flores, pás, luvas e garrafas de água.

Da primeira fase constou a ornamentação dos vasos, um por cada utente, e sua identificação com uma bandeira. No Centro de Dia, foram constituídos pequenos grupos, de acordo com a vontade

de cada um, que fizeram vários motivos em papel autocolante de diferentes cores, utilizando moldes previamente construídos e livremente selecionados.

Os moldes de cartão facilitaram o decalque no papel e alguns utentes, apelando à criatividade, criaram formas próprias através da sua combinação. À medida que iam terminando estes trabalhos, distribuíram-se materiais para a tarefa de construção de uma bandeira com o seu nome para serem colocadas nos vasos.

Na sessão seguinte, os utentes foram convidados a levar para o jardim os vasos que haviam decorado onde, disponibilizando os materiais necessários e adequados, foram sendo plantados os bolbos de flores. Nesta atividade, houve variadas sugestões e demonstrações de conhecimentos, trocas de ideias sobre a plantação e cuidados a ter com a rega. No final, os utentes colocaram o vaso num local acordado por todos assumindo, cada um, o compromisso de cuidar futuramente da sua planta.

No Lar, esta atividade evidenciou as significativas diferenças reconhecidas entre os dois contextos e a inexistência de um local com condições apropriadas à realização foi, também, impedimento de uma concretização mais conseguida. O espaço da varanda não pôde ser utilizado dadas as condições climáticas pelo que, na sala de convívio e nos corredores, expliquei as intenções da ação a todos os utentes. Embora tenha requerido a sua participação, na maioria dos casos, tal não se verificou.

Indagando sobre os motivos desta pouca participação, grande parte dos utentes não se justificou suficientemente e, nalguns casos, mostraram resistência às questões. Ainda que, por várias vezes, exemplificada a proposta e evidenciada a facilidade de execução das tarefas, assim como a minha disponibilidade para auxiliar, muitos destes idosos afirmaram não apreciar os trabalhos manuais, deixando transparecer a sua noção, ou presunção, de incapacidade para a realização. Ainda que sujeita a estas condicionantes, foi conseguida a participação de alguns.

Estes utentes, dando continuidade à sessão anterior, plantaram as flores e alguns dos que não haviam colaborado na ornamentação dos vasos, depois de individualmente motivados, também o fizeram neste dia. As atividades tiveram lugar no terraço da instituição, num bonito dia de sol, mas alguns participantes evidenciaram dificuldades no entendimento da sequência das tarefas. Não prestando a devida atenção às explicações, precipitando-se na realização e, aparentemente, pouco interessados na minha presença e nas vantagens do trabalho em grupo, a maior parte trabalhou individualmente. Alguns foram interrompidos por visitas de familiares.

Avaliação (Centro de dia):

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Participação/ continuidade	“É uma coisa que nos aproxima da natureza, gostamos de ver desenvolver as plantas a cada dia.” “Todos gostam dos vasos e eu também! Cada um procura no dia seguinte ver se está regado, o que poderá levar a deitar água a mais porque gostam tanto que querem estar sempre a regar!”	64%
Estética	“Gosto muito, ficaram bonitos, ficaram bem.” “Achei bem e gostei de enfeitar e plantar, de ver como estão a nascer e vai ficar o nosso sítio bonito.”	43%
Coincidente com os gostos	“Tive pena de não estar porque gosto muito de flores e gosto muito de mexer na terra.” “Gostei muito dos vasos, de fazê-los e ainda hoje os reguei e gosto muito de vasos porque tinha a casa cheia e agora já não posso ter, então tenho aqui.”	21%
Distração	“Achei muito bem os vasinhos, é uma coisa natural com que a gente se distrai.”	7%
Materiais adequados	“A menina trouxe tudo, os vasos, a terra, ... e nós plantámos. Gostei muito, aquilo está lá muito bonito, estão todas a nascer.”	7%

Tabela 14: Atividade “A minha flor, o nosso jardim” – Análise de conteúdo

Nas sessões, os participantes apreciaram muito positivamente esta atividade e a sua dimensão estética, considerando que se distraíram muito e reconhecendo o meu empenho na sua preparação e adequação dos materiais.

Ao longo do estágio, todos os idosos se mostraram atentos e entusiasmados com o crescimento das flores, promovendo-se assim a comunicação e o espírito de grupo. Os utentes organizaram-se diariamente sobre as questões da rega, tendo acompanhado estas ações quando presente na instituição.

Avaliação (Lar): As maiores dificuldades deste contexto prendem-se com a impossibilidade de dar resposta, em tempo útil, às solicitações de cada um dos utentes. Apesar do meu esforço, nem sempre foi possível atendê-los convenientemente, por requerem uma atenção constante. A sua reduzida motivação, resultante das suas características pessoais e acrescida das diminutas condições físicas para a realização desta atividade, implicando a sua dispersão por diferentes locais da instituição, também não favoreceu uma realização mais consequente.

As primeiras regas, por não acontecerem espontaneamente, foram incentivadas e acompanhadas por mim. Pelo pouco interesse evidenciado e a pela impossibilidade da minha presença continuada na instituição, as plantas deixaram de ser regadas, considero só parcialmente atingidos os objetivos desta atividade.

Atividade: “Dia das Comadres” (colaboração)

Data: 28 de fevereiro

Desenvolvida no âmbito do Contrato Local de Desenvolvimento Social de Braga (CLDS), esta atividade foi promovida pela Santa Casa da Misericórdia, em parceria com a Câmara Municipal de Braga e o Instituto da Segurança Social. Tendo a instituição aceite a participação acompanhei, em conjunto com a animadora sociocultural, utentes do Lar e Centro de Dia.

A atividade, denominada “Rede de afetos”, consistiu na realização conjunta de um tapete de trapos, na qual a maioria do público feminino se empenhou bastante permitindo que, espontaneamente, algumas participantes iniciassem conversas informais e entoassem músicas. Apoiando e estimulando estas iniciativas, ao mesmo tempo, preparei materiais evitando a interrupção da produção. Os utentes masculinos organizaram pequenos torneios de cartas com o jogo da “Sueca”, recreação que não pude acompanhar tão proximamente.

Seguiu-se um lanche que também apoiei, distribuindo alimentos e bebidas. Neste local observei ainda uma exposição de trabalhos manuais feitos no âmbito do Contrato Local de Desenvolvimento Social, procurando exemplos de realizações com possibilidades de uma eventual integração no âmbito do estágio.

Avaliação: Nos percursos, viajei com um grupo de utentes que, em conversas informais, testemunharam a sua satisfação por esta participação, elogiado também, por iniciativa própria, outras atividades desenvolvidas no âmbito do estágio. Estes momentos de reconhecimento, foram muito gratificantes para mim, constituindo referências de orientação nas práticas a implementar.

Atividade: Confeção de compotas

Datas: Centro de Dia: 22 e 31 de maio | Lar: 24 e 29 de maio

Esta atividade foi idealizada, organizada e desenvolvida em conjunto com a animadora sociocultural da instituição e com os utentes que, desde logo, aprovaram a ideia. Proporcionar momentos de descontração, valorizar os conhecimentos dos utentes, angariar fundos para realizar outras atividades e aproximar os utentes de familiares e amigos foram objetivos desta realização.

Na confeção das diferentes compotas utilizaram-se, como recursos materiais, frutas, açúcar, recipientes e panelas adequados, balança de cozinha, frascos, material de identificação e decoração dos mesmos. O espaço que serviu esta atividade foi a copa e no Centro de Dia também a sala de refeições, onde foi cortada a fruta.

Escolhidas pelos utentes, as compotas de maçã e de abóbora foram confeccionadas no Lar, em diferentes momentos. No Centro de Dia fizeram-se, numa só sessão, compotas de maçã e morango.

O corte da fruta em pequenos pedaços e a mistura dos ingredientes foi participada e acompanhada pelos utentes. No Centro de Dia os níveis de envolvimento foram bastante superiores aos observados no Lar. Nestes momentos de descontração, os idosos foram incentivados a partilhar as suas receitas e conhecimentos, contribuindo com sugestões e indicando procedimentos. Todos os envolvidos, sobretudo os do género feminino, demonstraram empenho e satisfação com a atividade e o resultado final traduziu-se numa agradável surpresa. Com as compotas confeccionadas encheram-se diversos frascos que, no dia seguinte, os utentes do Centro de Dia decoraram com papel crepe e ráfia. Evidenciando perfeccionismo na execução das tarefas, os utentes trabalharam em equipa e, revelando satisfação com a sua participação nesta atividade, emitiram opiniões positivas sobre os resultados conseguidos pela confeção e decoração das compotas. A sua venda foi também um sucesso, junto de utentes, funcionárias e de alguns familiares presentes no Lar e no Centro de Dia. Estes compraram a maior parte das compotas, para eles próprios ou para oferecer a familiares e amigos deixando, como tal, de fazer sentido a divulgação redigida para o efeito. Pretendendo também facultar esta possibilidade da aquisição aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário, solicitou-se a colaboração das funcionárias na sua divulgação.

A instituição contribuiu com as despesas necessárias à execução e as funcionárias tiveram um papel fundamental no fornecimento e gestão dos materiais necessários. O dinheiro conseguido com a venda, compensando as despesas feitas, serviu para suportar gastos de material relacionados com outras atividades de animação.

Avaliação (Lar): No Lar, poucos utentes aderiram à iniciativa, evidenciando o seu reduzido interesse por atividades que impliquem esforço físico. As tentativas de motivação também não obtiveram o sucesso pretendido, até porque os utentes observavam estas tarefas como “trabalho”. Ainda assim, os que participaram empenharam-se e mostraram agrado pela atividade.

Avaliação (Centro de Dia):

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Interesse pela temática (culinária)	“Foi original porque dá gosto fazer um tipo atividade que todas as mulheres gostam.” “Acho que anima as pessoas que gostem de gastronomia e aqueles que gostam de comer doces.”	56%
Envolvimento e resultado final	“Gostei muito de participar e estavam muito bons!” “Estavam uma maravilha, não podiam estar melhor! E gostei muito de as fazer!”	56%

Criatividade	“Foi original porque dá gosto fazer um tipo atividade que todas as mulheres gostam.”	11%
Aprendizagem	“Achei bem porque, por acaso, eu fazia vários doces mas esse nunca tinha feito e ficaram muito bons.”	11%

Tabela 15: Atividade “Confeção de compotas” – Análise de conteúdo

Sendo a maioria dos utentes do género feminino, e embora todos se tenham envolvido nesta atividade, foram estas quem participou mais ativa e espontaneamente. Este facto é também consequente de uma questão cultural que generalizava este tipo de tarefas para as mulheres e excluía os homens da sua realização. Ainda assim, todos apreciaram a iniciativa e o seu resultado final, considerando-a muito criativa.

Atividade: “A Santa Casa está na Moda: Modelos por um Dia” (colaboração)

Datas: 8 de junho (preparação do desfile); 10 de Junho (realização do desfile)

Acompanhei ao centro comercial “Braga Parque” algumas das utentes e funcionárias que participaram num desfile de moda, promovido pela estagiária na área de produção de eventos, organização que acompanhei e coadjuvei desde o início. A deslocação foi motivada pela necessidade de selecionar roupas e acessórios a usar.

Auxiliando, de forma intensa, a experimentação das roupas e partilhando estes momentos com as utentes, para quem a experiência era uma completa novidade, esta tarde entusiasmante e de muitas emoções foi extremamente cansativa para as idosas, sobretudo pelas deslocações exigidas. Procurando atenuar estas circunstâncias apoiei as deslocações, dando especial atenção à orientação e mantendo conversas informais sobre a sua participação no desfile.

Tratando-se de uma atividade intergeracional, a estagiária responsável solicitou a minha participação. Experimentando roupas para o efeito, esta cooperação foi bastante apreciada pelas utentes.

No dia do desfile, coadjuvei a sua organização, incentivando e ajudando os participantes nos diferentes atos preparatórios. No período da manhã, a preparação do cabelo e a maquilhagem foram muito apreciados pelas utentes, promovendo a boa disposição e contribuindo para a elevação da sua autoestima.

Nesta tarde especial de domingo, os participantes e espectadores manifestaram alegria e satisfação com a atividade tendo, alguns idosos, ficado especialmente agradados com a presença de

familiares. A música foi um fator fundamental no ambiente de animação criado que promoveu distintas formas de participação nos presentes e, no final, os intervenientes foram muito elogiados por todos.

A propósito desta atividade, e a pedido da acompanhante de estágio, preenchi uma ficha de iniciativas no âmbito do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações. Este preenchimento pretendeu constituir um contributo para qualidade de vida dos cidadãos europeus (Anexo VIII).

Atividade: “Sessão de Dança”

Data: Preparação: Desde 24 de maio | Realização: 15 de junho

A atividade objetivava o envolvimento dos utentes num espetáculo de dança, proporcionando momentos de descontração, de alegria, de convívio e de exercício da coordenação motora (Anexo III). A sua organização implicou uma planificação conjunta entre mim e os professores convidados.

Nos dias precedentes da atividade fez-se o seu anúncio e divulgação. Os cartazes e as conversas informais com os utentes apelaram à sua comparência, reforçando a importância da atividade e lembrando o horário.

Os recursos humanos integraram o par de bailarinos convidados, os utentes do Lar e do Centro de Dia, a responsável do projeto, as colaboradoras, a diretora técnica e familiares ou amigos. Como recursos materiais, utilizou-se um computador portátil com equipamento de som e vestuário adequado ao espetáculo.

A sessão realizou-se num espaço comum ao Lar e ao Centro de Dia, preparado durante a manhã pela responsável do projeto e pela Encarregada Geral do Lar.

Os contributos dos professores Paula Brites e João Sá da Escola de Dança - Arte em Movimento, de Viana do Castelo foram fundamentais na dinamização da sessão que contou com momentos de exibição de coreografias do par, alternados com danças conjuntas entre convidados e participantes. Salsa, Semba, Valsa e Tango, foram alguns dos tipos de dança partilhados e, para os participantes com reduzida mobilidade, realizaram-se coreografias adequadas que exercitavam mãos e braços.

Avaliação (Lar): Os utentes participaram bastante na atividade e teceram comentários muito positivos sobre a sua realização. Durante a sessão, e mesmo depois desta, foram notórias alterações positivas no estado de espírito de todos os envolvidos.

Avaliação (Centro de Dia):

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Interesse da atividade	“Gostei daquilo, estiveram muito bem aquelas danças. Agradou-me.” “Gostei muito e até dancei! Foi uma festa muito linda, foi uma surpresa boa.”	89%
Distração/ Diversão	“Gostei muito de ver, foi muito divertido!” “Gostei porque foi divertido e engraçado.”	33%
Participação	“Gostei muito de dançar com os bailarinos e com toda a gente.”	22%
Exercício físico	“Esteve muito bem porque nos distraiu muito e movimentámo-nos.”	11%

Tabela 16: Atividade “Sessão de dança” – Análise de conteúdo

Os utentes do Centro de Dia, participando na sua maioria, apreciaram notoriamente este tipo de atividade, considerando-a propiciadora de momentos de distração e de diversão. As duas utentes que não dançaram pela sua vividez salientaram, também, ter apreciado bastante o acompanhamento da sessão.

Nesta realização, o meu contributo e o das funcionárias foi muito relevante e indispensável no envolvimento dos utentes, tanto no Lar como no Centro de Dia. A atividade justificou, na opinião da direção técnica, a redação de uma notícia, posteriormente publicada (Anexo IX).

Atividade: Festa de S. João (organização conjunta com animadora sociocultural)

Datas: Preparação: mês de junho (até à data de realização) | Realização: 22 de junho

A atividade de comemoração da data, tradicionalmente festejada na cidade e também na instituição, consistiu na organização de um espetáculo, reunindo todas as respostas sociais da Santa Casa da Misericórdia de Braga - três lares e o Centro de Dia, a realizar no Lar Nevarte Gulbenkian, em conjunto com a animadora sociocultural.

Para o efeito, sugeri a dramatização de uma lenda alusiva a esta temática pelo público-alvo do projeto, considerando que a atividade poderia agradar aos utentes participantes e também aos espectadores. A proposta teve uma adesão bastante satisfatória verificando-se, contudo, menor participação dos utentes do Lar.

Inicialmente, os interessados foram encaminhados para o local habitual de ensaios e, depois de ouvirem a leitura do texto a dramatizar, definiram em grupo os papéis a representar, analisando as suas aptidões e possibilidades de atuação. Os utentes envolveram-se ativamente, mostrando satisfação

e empenho pela representação e o grande grupo ficou especialmente entusiasmado com os momentos musicais da dramatização, entoando canções próprias desta festividade, tão popular na cidade. A lenda “Os raminhos de S. João” foi também eleita por estes motivos e, posteriormente, adaptada segundo as necessidades (Anexo VIII).

Os restantes ensaios decorreram com normalidade e idêntica alegria. Em diferentes ocasiões, surgiram momentos bastante cómicos, suscitados por mim, pela animadora e pelos próprios participantes. O ambiente descontraído não impediu participações dedicadas e, por se notar alguma ansiedade relacionada com o desconhecimento do local da atuação, tentou-se um ensaio geral no espaço do espetáculo, infelizmente, não concretizado.

No Lar Nevarte Gulbenkian, conjuntamente a com a animadora, observamos o local da realização do espetáculo e construímos diversos elementos do cenário, contactando com utentes deste Lar. Por terem sido sugeridas por mim, aquando da organização conjunta da festa, auxiliei os ensaios destes utentes nas leituras de quadras alusivas aos festejos, experiência enriquecedora que me permitiu a observação de características muito diferentes do público-alvo do meu projeto.

Dias antes da realização foi divulgado um convite no Lar e no Centro de Dia e, na manhã do dia da festa, em conjunto com a animadora, preparamos o espaço e os materiais necessários para as diferentes realizações. A tarde decorreu de acordo com o planeado e, no final de variadas interpretações bem-sucedidas e aplaudidas, atuou ainda um rancho folclórico convidado que incluiu os utentes nas suas coreografias.

Durante a festa, ajudei também as deslocações e orientação dos idosos, motivando-os para dançar e auxiliando no lanche e no seu transporte. Com uma das colaboradoras, na fase inicial e final da festa, acompanhei os utentes na carrinha da instituição. No final do dia, arrumei o espaço e retirei a decoração.

Avaliação (Centro de Dia):

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Participação/ Envolvimento	“Gostei muito de participar e de ir fazer o espetáculo para as pessoas.” “Gostei porque eu sempre gostei de teatro. Quando era nova representava.”	56%
Tradição do festejo/convívio	“Gostei muito de participar porque fizemos com o acordo de todos e por ser tradição foi ainda melhor.” “Gostei porque foi uma coisa bonita porque era a representar o S. João, como me lembro de ser no meu tempo.”	38%
Distração/Diversão	“Gostei muito do teatro e de tudo porque foi divertido e deu para distrair e para rir.”	13%

Tabela 17: Atividade “Festa de S. João” – Análise de conteúdo

Os utentes apreciaram a sua participação e envolvimento, destacando algumas atuações, incluindo a sua, e também o lanche. Valorizando a tradição, lembraram tempos antigos, divertindo-se e convivendo entre si.

Avaliação (Lar): Apesar de não terem sido recolhidos dados concretos, a percepção dos utentes participantes do Lar acerca da atividade foi bastante semelhante à manifestada no Centro de Dia. Infelizmente, alguns utentes mais dependentes não puderam participar, por inexistência de condições de transporte ou vigilância, durante a festa.

4.4. Atividades de Apoio à Gestão Institucional

Atividade: Realização e/ou atualização das “Fichas de Caracterização Individual do Cliente”

Datas: Ao longo do período de estágio com maior incidência nos meses de outubro, novembro e dezembro.

Proposta pela diretora técnica e acompanhante de estágio que a considerava indispensável ao funcionamento da instituição, esta foi uma atividade inicial do projeto. Intencionalmente orientada para o conhecimento do público do Centro de Dia, evidenciou também a sua utilidade junto da comunidade institucional, como pretendido pela diretora técnica.

No Lar, durante o período de estágio, foram também realizadas idênticas tarefas, sempre que possível ou necessário. Neste âmbito, atualizei ainda alguns documentos com dados referentes aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário (S.A.D.) que, pela impossibilidade de contacto, me foram transmitidos pela diretora técnica e pelas colaboradoras da instituição.

Esta execução cumpriu, como objetivos, o estabelecimento de empatia e laços afetivos, a recolha de dados para realização ou atualização destes documentos, o ajustamento do formato de documentos como facilitadores da sua consulta e a estimulação da memória e reflexão dos utentes sobre o seu passado (História de Vida).

Envolvendo, como recursos humanos, para além de mim e dos utentes, algumas das colaboradoras e familiares, foram necessários, como recursos materiais, dossiers de arquivo para as “Fichas de Caracterização Individual do Cliente” e o modelo digitalizado do documento, um computador portátil, impressora, micas, folhas e caneta.

Procedendo à recolha de dados junto dos utentes, realizei atendimentos individualizados de acordo com a sua presença, disponibilidade ou disposição. Para o efeito, os locais foram sendo

ajustados de acordo com a vontade de cada utente, tendo sido mais utilizado, por questões de privacidade, o gabinete da diretora técnica.

As intenções destas recolhas, sempre devidamente explicitadas, beneficiaram de questões adaptadas às características e à personalidade de cada utente atendido, notadas no decorrer da sua realização.

Os dados obtidos foram sendo inseridos no computador num formato, por mim, adaptado que melhorou o conteúdo e facilitou a sua visualização.

Atendendo ao facto de alguns utentes não reunirem condições para fornecer todos os dados necessários ao preenchimento integral do documento foi, pontualmente, solicitada a colaboração das funcionárias. Conhecedoras das características, de situações e do contexto familiar dos utentes, a sua colaboração foi essencial, especialmente nas questões relacionadas com a saúde e a medicação receitada. Esta informação foi também conseguida por intermédio dos utentes que a requereram junto dos seus familiares e a entregaram, logo que possível.

Os documentos finalizados, depois de impressos, foram sendo arquivados e o formato digital, simultaneamente construído e organizado, foi entregue à diretora técnica e também disponibilizado nos equipamentos da instituição.

Avaliação: As maiores dificuldades prenderam-se com o tempo despendido com cada utente, necessário para a correta efetivação do documento, e com a gestão das suas disponibilidades.

Todo o processo foi facilitado pelos envolvidos, principalmente os utentes, e os contactos, beneficiando da empatia criada, evidenciaram a sua disponibilidade e participação. Ainda que inicialmente estranha aos utentes, estas condições facilitadoras moderaram os meus receios de adequação à recolha de dados pessoais e o desenvolvimento da atividade, essencialmente devido à sua duração, alcançou os objetivos pretendidos e contribuiu também para a sensibilização do projeto no Centro de Dia.

Atividade: Desempenho de variadas tarefas de apoio à gestão institucional

Datas: Semanalmente, ao longo do período de estágio.

Durante o período de estágio desenvolvi diversas tarefas de apoio à gestão institucional, colaborando proximamente com a diretora técnica, a seu pedido.

Para algumas iniciativas foi requerida a aprovação do Provedor, sendo que para o efeito redigi diversas cartas que lhe foram endereçadas (Anexo II). Sobre algumas destas atividades, desenvolvi textos que fizeram parte de notícias que mereceram a sua publicação (Anexo IX).

Na organização do evento “A Santa Casa está na Moda: modelos por um dia”, promovido pela estagiária na área de Produção de Eventos, preenchi uma ficha de iniciativas (Anexo VIII) e construí um panfleto com algumas das realizações feitas, no âmbito do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações.

Além deste estágio, a instituição recebeu outros, com os quais mantive proximidade e colaborei, sempre que possível. Assim, pude recolher informações necessárias à redação de um artigo (Anexo IX) que, salientando o contributo destes estágios na promoção de um envelhecimento ativo, foi publicado no Boletim que a instituição edita semestralmente.

Procurando transmitir a importância destes projetos, clarificando os seus intuitos, práticas e vantagens, construí um cartaz para apresentação no seminário “Envelhecimento Ativo: Uma Geração de Todos com Todos. Uma Oportunidade Multifacetada”, promovido pela Santa Casa da Misericórdia de Braga, atualmente exposto no local de estágio.

Dada a necessidade de atualização do *website* institucional, assumi esta tarefa no que se refere aos locais de estágio (Anexo VIII). A manutenção do *placard* das estagiárias, a sua decoração e a atualização de informações do estágio, bem como a redação de avisos para os frequentadores da instituição foram, também, asseguradas por mim.

No Lar atualizei a lista telefónica da instituição, realizei algumas ementas semanais e anunciei os aniversários do mês, em parte do período de estágio. Colaborei também com o gabinete médico, construindo etiquetas para a organização do receituário e atualizando a informação dos processos clínicos.

No Centro de Dia construí uma grelha para a gestão das presenças e faltas dos utentes, elaborei uma lista de moradas atualizadas para o seu transporte e redigi a entrevista de admissão feita a um idoso, segundo indicações da diretora técnica.

Avaliação: Beneficiando a instituição e os seus utentes, o desenvolvimento destas tarefas facultou-me também uma visão mais abrangente sobre as necessidades e funcionamento destas organizações. Este envolvimento e atribuição de responsabilidades só foram possíveis pela confiança que a diretora técnica e acompanhante de estágio depositou em mim. Nas suas palavras, a estagiária “envolveu-se em larga medida nos assuntos institucionais, onde constituiu um apoio relevante para mim, enquanto diretora técnica e para a instituição. Todas as tarefas desempenhadas neste âmbito,

essencialmente de apoio à gestão, foram desempenhadas com muito interesse e atingidas com muito êxito, tendo conquistado desde logo a total confiança da minha parte para a execução das mesmas de forma independente. Aliás, houve textos que foram publicados integralmente, tais como notícias que escreveu, entre outros”.

4.5. Atividades Extra

Atividade: Participação em ações de formação (temática: doença de Alzheimer)

Datas: 1 de março e 9 de maio

Acrescentando informação às minhas pesquisas sobre esta temática, ao longo do período de estágio tive a oportunidade de, a convite da diretora técnica e acompanhante de estágio, participar em duas ações de formação dirigidas às colaboradoras da Santa Casa da Misericórdia de Braga, promovidas pela Associação Alzheimer Portugal e pela estagiária na área de Psicologia.

As duas ações analisaram definições, causas, sintomas, fases e tratamentos desta doença que afeta parte significativa dos utentes das instituições de apoio à Terceira Idade, salientando a importância das relações entre cuidadores e utentes.

Os exemplos anunciados, por vezes complementados com dicas de procedimentos para determinadas situações, foram momentos que considerei de grande interesse e utilidade. Consolidando conhecimentos e adquirindo outros, e de acordo com os conselhos práticos disponibilizados, reconheci a adequação da minha atuação junto dos idosos com este diagnóstico. As ações permitiram-me também uma reflexão acerca do funcionamento dos locais de estágio e dos seus constrangimentos. Alguns destes foram observados pelas colaboradoras, salientando o reduzido tempo disponível como impedimento de atuações mais ajustadas e estimulantes para estes utentes.

Uma das estagiárias presentes na instituição promoveu uma ação de formação, dirigida às funcionárias, e uma ação de sensibilização, dirigida aos utentes. A este propósito redigi duas notícias, por solicitação da acompanhante de estágio (Anexo IX).

Atividade: Participação em Seminários (Anexo XI)

- Seminário “Dar vida aos Anos: Envelhecimento Ativo” (Associação Gerações: Educação, Solidariedade e Serviços, Vila Nova de Famalicão) – 8 de março;

- Seminário “Envelhecimento Ativo: Reflexões e Práticas” (Departamento da Teoria da Educação e Educação Artística e Física, Instituto de Educação, Universidade do Minho) – 19 de março;
- Seminário “Os Principais Desafios das Instituições: Como fazer bem? Como gerir ainda melhor?” (Câmara Municipal de Vieira do Minho) – 12 de Abril;
- III Jornadas de Gerontologia Social: “Envelhecimento e Vulnerabilidades – Implicações na Intervenção Gerontológica” (Faculdade de Ciências Sociais, Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga) – 4 de maio;
- Seminário “Envelhecimento Ativo: Uma Geração de Todos com Todos. Uma Oportunidade Multifacetada” (Santa Casa da Misericórdia de Braga) – 27 de junho.

4.6. Atividades Planeadas Não Realizadas

▪ Escola João de Deus (atividade intergeracional)

Depois de aprovadas as minhas intenções pela diretora técnica, contactei presencialmente a diretora da escola. Considerando o interesse da iniciativa para ambas as partes, sugeri algumas possibilidades de colaboração e notei a proximidade física dos espaços como condição que, evitando os constrangimentos dos transportes, pode servir um relacionamento institucional de vizinhança.

A ideia foi aceite com agrado mas a atividade prevista, mesmo depois de várias tentativas e contactos, acabou por não se realizar. A impossibilidade da escola incluir, atempadamente, essa atividade no seu plano não o permitiu mas, ainda assim, a escola visitou a instituição, no Dia Mundial da Criança (atividade mencionada em 4.2).

▪ Corpo Nacional de Escutas (atividade intergeracional)

Esta colaboração pretendia proporcionar aos utentes o convívio entre gerações, momentos de entretenimento e ocupação ativa. Tendo conseguido o contacto telefónico do Chefe de um dos Agrupamentos, próximo do local de estágio, tiveram lugar vários telefonemas onde, depois de esclarecidas as intenções, se planearam as possibilidades de colaboração. Apesar do interesse evidenciado, atividades já agendadas pelo grupo de jovens voluntários e a coincidência com o período de exames nacionais, não permitiu a sua concretização.

▪ **Sessões de cinema:** Esta atividade acabou por não ser incluída por ter surgido uma oferta da Câmara Municipal de Braga que se propunha a realizar a mesma atividade.

4.7. Apresentação e Discussão dos Resultados: Avaliação Final do Projeto

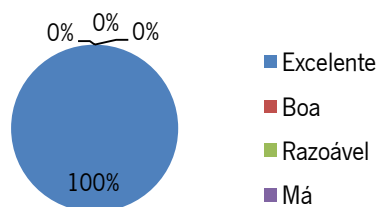
Como referido ao longo deste relatório, a avaliação acompanhou toda a intervenção, sendo encarada como um processo contínuo e também singular, já que a “avaliação da animação sociocultural (...), como ação educativa, tem características próprias que a diferenciam de outros tipos de acções” (Martinez, 2004: 189).

Neste sentido, ressaltam-se características como a autorregulação e a flexibilidade do processo de avaliação que, para além de avaliar o projeto, criou momentos de reflexão de forma a conscientizar os utentes das suas necessidades e conquistas, entre outros aspetos. Neste sentido, constituiu também uma forma de intervenção e um processo de ensino-aprendizagem, contemplado nas suas três grandes fases de avaliação: diagnóstica, contínua e final. Neste subcapítulo será discutida a avaliação final, procurando identificar o cumprimento, ou não, dos objetivos inicialmente definidos e refletir sobre o alcance da finalidade do projeto.

A avaliação final do projeto no Lar, baseou-se nas conversas informais, na observação participante e nas opiniões da Diretora Técnica, disponibilizadas numa entrevista. No Centro de Dia, para além destes meios, foi efetuada uma recolha de dados junto dos utentes, através de uma ficha de avaliação (Anexo X), tendo sido recolhidos dados de doze dos catorze utentes, reconhecendo-se dois casos de capacidade cognitiva insuficiente para validação das respostas.

No Centro de Dia foram, ainda, recolhidas opiniões junto das funcionárias, através de um inquérito por questionário (Anexo X), opção que atendeu à sua proximidade da intervenção, facto não verificável no Lar. Apenas uma funcionária não foi inquirida, por se encontrar de férias.

Gráfico 11: Adaptação da estagiária à instituição

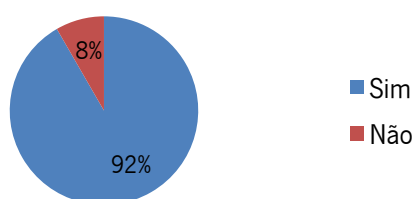


Segundo opinião das funcionárias do Centro de Dia, a minha adaptação foi “excelente”. No Lar, considero a minha adaptação mais morosa e difícil mas, igualmente, bem-sucedida.

Também nas palavras da Diretora Técnica é possível observar esta circunstância.

“A integração foi mais fácil e mais rápida no centro de dia, tendo sido favorecida pelo facto deste tipo de utentes estarem mais predispostos a colaborar e as colaboradoras com mais tempo disponível. Estes utentes são geralmente mais abertos, mantêm na sua vida relações com a comunidade, o que favorece. O lar é a casa dos utentes e qualquer pessoa que “entre” no contexto é geralmente vista como um invasor, essencialmente da privacidade. Mas a meio do estágio já me batiam à porta do gabinete a perguntar por ti, sentiam a tua falta quando não estavas.”

Gráfico 12: As atividades desenvolvidas corresponderam às suas expectativas?



A opinião dos utentes do Centro de Dia relativamente às atividades desenvolvidas revelou-se igualmente muito positiva. A grande maioria afirmou que as atividades corresponderam às suas expectativas. A única resposta negativa foi justificada pelo utente, que afirmou “Porque não pensava que fossem tão boas.”

Como se pode verificar nos gráficos seguintes, quando questionados, os utentes do Centro de Dia referiram ter gostado de participar nas atividades, considerando-as úteis e interessantes.

Gráfico 13: Gostou de participar nas atividades?

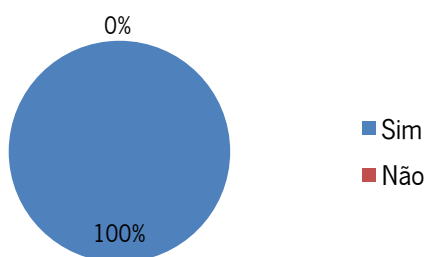
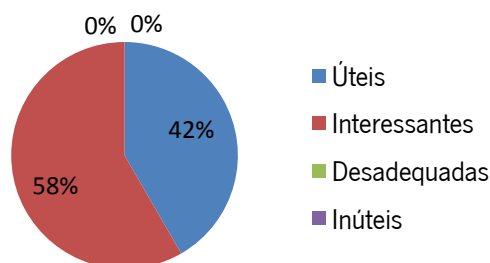


Gráfico 14: O que achou das atividades?



CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Distração/diversão/ Entretenimento	“Porque eram coisas que se uma pessoa estivesse triste já se punha alegre” “Porque aprendemos várias coisas, todas diferentes e que alegravam a gente.”	58%
Participação/ Envolvimento	“Porque além de animar o Centro de Dia, participámos e adquirimos conhecimentos novos.”	42%
Estética das produções materiais	“Porque fizemos coisas bonitas que deu gosto fazer e assim estávamos sempre entretidos.”	33%
Aprendizagens diversificadas	“Porque eram bonitas. Gostei de participar em tudo porque me distraiu e aprendemos coisas boas.”	25%

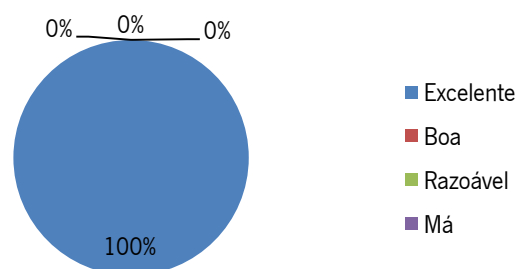
Atividades de acordo com os interesses	<p>“Porque foram todas do nosso agrado”</p> <p>“Porque eu não sou assim tão atrasada e reconheci bem que eram coisas boas, apreciadas por todos.”</p>	17%
--	---	-----

Tabela 18: “O que achou das atividades?” – Análise de conteúdo

Quanto aos utentes do Centro de Dia, as suas opiniões acerca das atividades estão de acordo com os grandes objetivos do projeto. Tal é perceptível através das categorias que surgiram na análise de conteúdo.

No Lar, as opiniões que mais se evidenciaram reconhecem a minha presença, ao longo do período de estágio, como motivo de distração, esparecimento, afeto, alegria, compreensão e apoio. Estes mesmos resultados foram também comprovados após o final do estágio, em visitas posteriores, onde utentes e funcionárias afirmaram sentir a minha falta, salientando o meu contributo para o seu bem-estar.

Gráfico 15: Apreciação das funcionárias acerca das atividades desenvolvidas



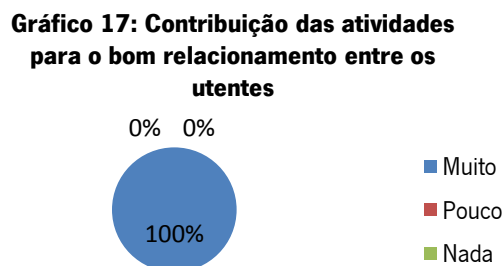
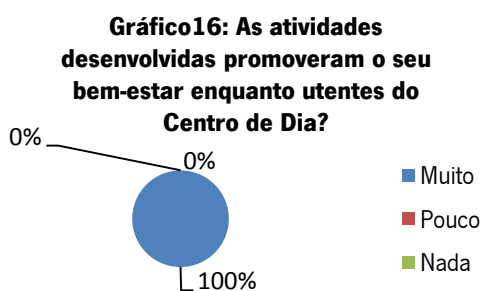
A apreciação das funcionárias acerca das atividades desenvolvidas revelou-se muito positiva, como ilustra o gráfico. Na justificação da sua opinião, estas referiram o envolvimento dos utentes, a estética das produções materiais, a adequação das atividades e a minha relação com os utentes, tal como ilustrada a tabela seguinte.

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Envolvimento dos utentes	“É excelente devido à participação dos idosos em todas as atividades. Eu que trabalho na casa (há trinta anos) vejo que isso não é fácil mas a aluna conseguiu, com trabalhos lindíssimos.”	50%
Estética das produções materiais	“As atividades foram muito boas, com muito interesse em conhecer os idosos individualmente e bonitos trabalhos que interessaram imenso. Proporcionou-lhes momentos muito bonitos e alegres.”	50%
Adequação das atividades	“A estagiária proporcionou atividades muito boas para que os utentes pudessem trabalhar, como a plantação de vasos, o	75%

	álbum, o quadro, o calendário e outros tantos trabalhos.”	
Relação estagiária-utentes	“Acho que tem muito jeito para com os idosos e é muito aplicada nas suas atividades.”	50%

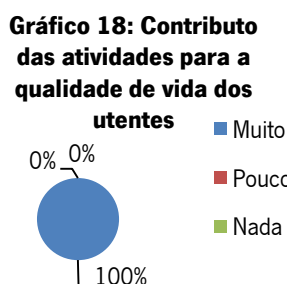
Tabela 19: Apreciação das funcionárias acerca das atividades desenvolvidas – Análise de conteúdo

Os utentes do Centro de Dia consideraram que as atividades desenvolvidas promoveram o seu bem-estar na instituição o que coincide com as suas respostas anteriores, relativas ao envolvimento nas atividades e opiniões sobre estas.



As funcionárias do Centro de Dia consideraram que as atividades contribuíram “muito” para o bom relacionamento entre os utentes. A mesma pergunta, feita aos utentes, salientou que 83% dos inquiridos considerou que “Sim”, não justificando a sua resposta, tendo 17% respondido “Acho que sim”, alegando “Sim, ficámos com maior convivência com todos mas sempre fomos todos amigos”.. Nesse sentido, o projeto contribuiu para que convivessem mais vezes e mais diretamente mas não para um melhor relacionamento pois ele já era satisfatório para todos, já era de qualidade. As justificações dadas pelas funcionárias para esta questão não foram consideradas nem analisadas, observando o facto de estas não terem entendido devidamente a questão e apenas terem avaliado a relação entre a estagiária e os utentes.

No Lar, as atividades contribuíram para uma melhor ou maior relação entre os utentes nalgumas situações concretas embora, na maioria das vezes, não tendo repercussões futuras. A realização de atividades em grupo, enquanto estratégia primordial, não resultou como previsto, pelos motivos já apontados. Ainda assim, as conversas informais acerca de situações relacionais negativas



entre os utentes, observadas nos seus desabafos, atenuaram sentimentos e opiniões negativas entre si e, apesar dos constrangimentos evidenciados, o projeto contribuiu neste seu relacionamento.

A totalidade das funcionárias do Centro de Dia inquiridas considerou que as atividades contribuíram muito para a qualidade de vida dos utentes. Não tendo respondido diretamente à questão, enunciaram alguns aspetos positivos, a considerar como contributos para a qualidade de vida dos utentes, a seguir apresentados.

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Satisfação dos utentes	“Gostaram imenso das atividades, foram momentos muito felizes.” “As atividades foram muito boas, o calendário que os utentes gostam tanto de ver, os vasos e outros, todos interessantes.”	50%
Postura da estagiária	“Acho que contribuíram muito pela sua simplicidade com os utentes e em todos os trabalhos desenvolvidos com os mesmos. Os utentes estavam sempre dispostos para fazer os trabalhos que lhes eram pedidos.” “É muito aplicada e carinhosa com os idosos.”	50%

Tabela 20: Apreciação das funcionárias acerca do contributo das atividades para a qualidade de vida dos utentes

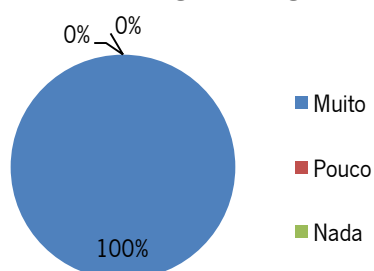
A acompanhante de estágio, relativamente às atividades no Lar e no Centro de Dia é de opinião que:

“As atividades desenvolvidas contribuíram efetivamente para a qualidade de vida dos utentes e dão resposta às preocupações do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações, que com o presente ano. As atividades foram muito diversificadas, interessantes e sempre muito adequadas”.

À pergunta “Gostaria de continuar a participar em mais atividades como as que desenvolvemos?” a totalidade dos utentes do Centro de Dia respondeu “Sim”.

Em visitas posteriores ao estágio, os utentes sugeriram a minha continuidade na instituição, perspetivando também a continuidade das atividades.

Gráfico 19: Desempenho da aluna ao longo do estágio



Relativamente ao meu desempenho, as funcionárias do Centro de Dia realçaram sempre o seu agrado. No período de estágio, a sua satisfação foi evidente e agora confirmada com estes resultados. Em relação a este tema, a tabela seguinte realça a relação com os idosos, a dedicação, empenho e disponibilidade para colaborar.

CATEGORIAS	EXEMPLOS	(%)
Relação com os idosos	“(...) muito atenciosa com os idosos.” “(...)Muito amor em tudo o que faz.” “(...)Foi muito importante para os utentes porque foram sempre acarinhados pela estagiária. O tempo foi pouco mas foi muito bom.” “Tem muito jeito para com os idosos e é muito carinhosa e muito meiga. Brinca com eles e faz muitos trabalhos com eles que eu admiro muito(...).”	100%
Dedicação/ Empenho	“(...) muito educada, prestável e muito atenciosa com os idosos.” “(...)Trabalhos bons (...) Muito amor em tudo o que faz.” “Todo o trabalho que foi feito foi com muito amor, carinho, sempre disposta a fazer ainda mais e sempre a sorrir. (...) O tempo foi pouco mas foi muito bom.” “(...) faz muitos trabalhos com eles que eu admiro muito (...)”	100%
Disponibilidade para colaborar	“Foi uma menina estagiária ótima e muito educada, prestável(...).” “Sempre pronta para tudo. Trabalhos bons e alguns que nem eram seus(...).” “(...) sempre disposta a fazer ainda mais e sempre a sorrir(...).” “(...)Quando precisam dela, está sempre pronta a ajudar em tudo.”	100%

Tabela 21: Desempenho da aluna ao longo do estágio – Análise de conteúdo

No Lar, considero que as funcionárias não conheceram suficientemente a minha intervenção, até porque não dispõem de muito tempo e acumulam várias tarefas. Não entendendo verdadeiramente o meu papel enquanto estagiária e estranhando a não-realização de atividades em grupo ou a sua escassez de resultados materiais, mais reconhecidos e valorizados em geral, só no decorrer do estágio reconheceram benefícios nas atividades realizadas.

Os utentes com a doença de Alzheimer exigiram uma maior atenção e adaptação nas estratégias, procurando estimular as suas capacidades e sensibilizando os restantes utentes para esta doença, melhorando assim o seu inter-relacionamento.

A diretora técnica e acompanhante de estágio considerou que o projeto teve em conta o interesse dos utentes, afirmando que:

“sempre houve muito interesse e preocupação para saber os interesses dos utentes, houve um grande esforço e dedicação para isso. Em perguntar, tentar saber de atividades passadas, observar reações noutras atividades que se realizaram, ...” e ainda “Sempre demonstrou muita preocupação e interesse em conhecer muito bem antes de atuar. Todas as atividades foram muito bem ponderadas e adequadas, por isso surgiram, e muito bem, atividades diferentes para o Lar e Centro de Dia”.

Acerca das relações interpessoais, revelou que:

“Foi conseguida uma empatia muito grande com toda a gente, desde utentes a colaboradoras e profissionais do Lar e do Centro de Dia. Todos falam muito bem de ti (estagiária), com muito carinho e até amizade. Este aspeto, de criar bom ambiente e de te adaptares totalmente, é transversal ao Lar e Centro de Dia”.

A sua apreciação global do projeto destaca que:

“O projeto, no Centro de Dia foi muito bem conseguido, desde o primeiro momento. A estagiária conseguiu estabelecer empatia desde logo. Trata-se de uma realidade de certa forma mais homogénea em relação ao lar, algo que talvez tenha favorecido. É uma realidade muito diferente da do Lar, onde a integração foi, comparativamente, mais lenta e com maiores dificuldades devido ao elevado número de utentes, ao próprio contexto e à heterogeneidade das características dos utentes, em vários aspetos. Por estes motivos os objetivos não foram tão bem conseguidos no início, tendo sido atingidos com o passar do tempo e com êxito total no final”.

Enquanto responsável pelo planeamento e execução do projeto considero que, de acordo com as condicionantes e características dos contextos e públicos, este foi bem-sucedido. De facto, a realidade do Lar demonstrou-se bem mais complexa em termos de intervenção, como já foi referido mas a adequação de estratégias foi, a meu ver, apropriada.

Estas apreciações atendem aos objetivos definidos no projeto e ao reduzido tempo para o desenvolvimento, considerando que estes foram cumpridos, e que a continuidade da sua implementação seria idealmente desejável.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

5.1. Os Resultados numa Perspetiva Crítica

Os destinatários do projeto, através do envolvimento nas atividades, experienciaram momentos e sensações positivas, de alegria, distração, otimismo, utilidade, lazer, diversão e prazer, que beneficiaram a generalidade do processo de envelhecimento.

O projeto não pretendeu somente ser uma solução para o tempo livre destes idosos mas muito mais do que isso, demonstrou ser um contributo que permitiu promover o bem-estar destes a vários níveis, numa perspetiva de educação integral. Desenvolvido em contextos com uma “história” e características próprias, e pressupondo a existência de algumas condicionantes, o projeto mostrou-se flexível na adequação ao Lar e Centro de Dia. Numa fase inicial, a adesão ao projeto foi dificultada, por de hábitos e rotinas enraizados e pelo facto de não entenderem o sentido das atividades, considerando-as desnecessárias.

Sem consciência da importância da educação, estes idosos não compreendiam a necessidade de algumas das atividades, uma vez que nunca foram estimulados para tal, durante a sua vida. Estes desafios permitiram várias conquistas ao longo do desenvolvimento do projeto, todas elas interessantes e positivas. A resistência inicial dos idosos em envolver-se nas atividades foi, de certa forma, natural e esperada, mas aos poucos vencida. O projeto favoreceu essa sensibilização que, idealmente, deveria acontecer ao longo da vida.

Com o tempo e através de um conjunto de atividades diversificadas, de acordo com os seus gostos e interesses, certas dúvidas e receios dos idosos foram desaparecendo. Este processo de envolvimento foi muito mais fácil de implementar no centro de dia do que no lar. No entanto, penso que este projeto atingiu os objetivos propostos quer no Lar quer no Centro de Dia.

5.2. Implicação do Estágio a Nível Pessoal, Institucional e a Nível de Conhecimentos para a Área da Especialização

Esta marcante experiência, a nível pessoal e profissional, teve consequências na minha forma de encarar a profissão de Técnico Superior de Educação de Adultos. Tratou-se de um desafio complexo, uma vez que envolveu distintas tarefas e múltiplas experiências pessoais, relacionais, emocionais, formativas, entre outras.

O desenvolvimento do projeto esteve sujeito a diversas condicionantes, que tornaram o desafio maior, com mais obstáculos e dificuldades, no entanto, de uma maneira geral, foi muito enriquecedor. Esta etapa do percurso acadêmico e de introdução à vida profissional despertou um conjunto de reflexões, que conduziram a uma mudança e crescimento, favorecendo a percepção que tenho de mim própria e do mundo, do meu valor, das minhas capacidades e da forma de me relacionar com os outros.

Considero que algumas das minhas qualidades, fortalecidas ao longo desta experiência, favoreceram em larga medida o desenvolvimento do projeto. Entre estas destaco, a capacidade de confrontar os meus próprios sentimentos sobre o envelhecimento e da forma de encarar o idoso como um indivíduo em desenvolvimento, de adaptabilidade e (re)invenção constantes, do gosto pelo trabalho em colaboração com outras entidades e profissionais e a valorização das pequenas conquistas.

A nível pessoal e profissional, destaco o impacto da aquisição e aprofundamento de aprendizagens e aptidões profissionais, o desenvolvimento da capacidade de autoavaliação das minhas competências e capacidades, a oportunidade de conhecer o funcionamento da instituição e a atuação dos seus profissionais e estagiários de outras áreas, a troca de experiências e vivências com os utentes, a oportunidade para aperfeiçoar competências como a responsabilidade, organização, gestão do tempo e das emoções.

Ressalvando a importância da capacidade de escutar, os momentos que implicaram este tipo de atenção e afeto, em conversas informais, revelaram-se extremamente significativos para os utentes, mais ainda que a realização das atividades. Estes momentos, essencialmente verificados no Lar, onde os utentes apresentam mais carências afetivas e sentimentos negativos face ao envelhecimento e à sua institucionalização, foram altamente enriquecedores. Estas situações também se notaram em utentes do Centro de Dia, embora fossem menos frequentes.

Toda a intervenção exigiu muita sensibilidade, paciência, entrega e esforço. A diretora técnica, acompanhante de estágio, ressaltou desta experiência alguns aspetos acerca do meu desempenho: “A nível pessoal, destaco as qualidades humanas, que são motivo de elogio por todos. Acerca do desempenho no estágio destaco a originalidade nas atividades que implementou e na forma como o fez”, reconhecendo como importante a presença de um profissional com formação nesta área de especialização para o bom funcionamento da instituição e afirmando:

“(…) reúnes um conjunto de aptidões alheias a outras áreas. Nesse sentido, seria com certeza uma mais-valia para a instituição e os seus utentes. O ideal, na minha perspetiva, seria existir uma equipa multidisciplinar que trabalhasse efetivamente em

colaboração, onde um profissional desta área seria um componente imprescindível nessa equipa.”

As dificuldades foram sendo ultrapassadas e melhor geridas suportando-se nos progressivos elogios e apoios vindos da diretora técnica, das funcionárias, dos utentes e também nos resultados observados ao longo da implementação do projeto, tornando-se assim as bases fundamentais da minha motivação. Neste envolvimento, e aumentando as minhas capacidades, fui definindo a minha vocação.

A nível institucional, o projeto teve impacto na medida em que favoreceu o seu funcionamento de acordo com os seus objetivos, interesses, beneficiando os seus utentes. Após a conclusão, alguns dos contributos continuam presentes no quotidiano dos utentes e funcionárias do Centro de Dia, sendo os exemplos mais visíveis desta continuidade as atividades “A cada dia”, calendário construído com os utentes, e “A minha flor, o nosso jardim”, que continuam a ser geridas diariamente pelos utentes e mantidas pelas funcionárias, como verifiquei nos contactos que ainda tenho com a instituição.

No Lar, o maior impacto foi o da atividade “contactos individualizados”, realizada durante todo o período de estágio. Tal atividade não pode ter seguimento já que exigia a minha presença, a que os utentes já se tinham habituado. Esta ausência foi colmatada através de visitas posteriores, onde os idosos e as funcionárias manifestaram vontade de que a minha presença fosse continuada, o que, de algum modo, tem vindo a acontecer.

Penso ainda que o trabalho realizado, quer no Lar, quer no Centro de Dia, pode servir de base a novos trabalhos.

6. BIBLIOGRAFIA

6.1. Bibliografia Citada

Ander-Egg, E. (2000). *Metodologias y Prácticas de la Animación Sociocultural*. Madrid: Editorial CCS.

Ander-Egg, E. (2002). *Metodologias e Prácticas de la Animación Sociocultural*. Madrid: Editora CCS.

Antunes, M. (2001). *Teoria e prática pedagógica*. Lisboa: Instituto Piaget.

Antunes, M. (2008). *Educação, Saúde e Desenvolvimento*. Coimbra: Edições Almedina.

Barbosa, F. (2004). *Educação de Adultos: Uma visão crítica*. Porto: Estratégias Educativas.

Bardin, L. (1994). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70, Lda.

Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação. Uma Introdução à Teoria e aos Métodos*. Porto: Porto Editora.

Bourdieu, P. (1989). *O poder simbólico*. Lisboa: Difel

Boutinet, J. (1996). *Antropologia do Projecto*. Lisboa: Instituto Piaget.

Canário, R. (1999). *Educação de Adultos: Um campo e uma problemática*. Lisboa: Educa.

Canário, R. (2000). *Educação de Adultos: Um campo e uma problemática*. Lisboa: Educa.

Capitão, R. F. P. (2010). *Depois dos 60.. (Re) Educar para os tempos livres*. Relatório de Estágio do Mestrado em Educação. Universidade do Minho, Braga, Portugal.

Correia, A. C. S. (2010). *Animação Sociocultural: Uma forma de Educação Permanente e ao Longo da Vida para um Envelhecimento Activo*. Relatório de Estágio do Mestrado em Educação. Universidade do Minho, Braga, Portugal.

Delors, J. et al (1996). *Educação um tesouro a descobrir: relatório para a UNESCO da comissão internacional sobre educação para o século XXI* (2ª ed.). Rio Tinto: Edições ASA.

Dominicé, P. (1988). *O processo de formação e alguns dos seus componentes relacionais* In Nóvoa, A.

& Finger, M. (1998). O método (auto) biográfico e a formação. Lisboa: MS/DRHS, pp. 51-106.

- Faure, E. et al. (1972). *Aprender a Ser*. Lisboa: Livraria Bertrand.
- Fernandes, A. (1997). *Velhice e Sociedade: Demografia, Família e Políticas Sociais em Portugal*. Oeiras: Celta Editora.
- Guerra, I. (2000). *Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Acção. O Planeamento em Ciências Sociais*. Cascais: Principia.
- Guerra, I. (2002). *Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Acção. O Planeamento em Ciências Sociais*. Cascais: Principia.
- INE (2011). *Censos 2011: Resultados Provisórios*. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística.
- Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos*. Porto: Âmbar.
- Jacob, L. (2008). *Animação de Idosos*. Porto: Âmbar.
- Lopes, M. (2006). *Animação Sociocultural em Portugal* (1ª ed.). Amarante. Intervenção.
- Lopes, M. (2008). *Animação Sociocultural em Portugal*. Amarante. Intervenção.
- Nóvoa, A. e Finger, M. (Orgs.). (1988). *O método (auto) biográfico e a formação*. Lisboa: Ministério da Saúde.
- Nóvoa, A. (1988). *A formação tem que passar por aqui: as histórias de vida no projecto prosalus*. In Nóvoa, A. & Finger, M. (1998). *O método (auto) biográfico e a formação*. Lisboa: MS/DRHS, pp.107-130.
- Oliveira, J. (2008). *Psicologia do Envelhecimento e do Idoso*. Porto: Livpsic Editora.
- A. Osorio & C. Pinto (2007). *As Pessoas Idosas. Contexto Social e Intervenção Educativa*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Osorio, A. (2007). *Os Idosos na Sociedade Actual*. In A. OSORIO & C. PINTO (Coords.). *As Pessoas Idosas. Contexto Social e Intervenção Educativa*. Lisboa: Instituto Piaget, pp. 11-46.
- Pereira, J., Vieites, M. & Lopes, M. (Coords.) (2008). *A Animação Sociocultural e os Desafios do Século XXI*. Chaves: Intervenção.

Quivy, R. & Campenhoudt, L. (1992). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.

Ribeiro Dias, J. (2009). *Educação, o Caminho da Nova Humanidade: das coisas às pessoas e das pessoas e aos valores*. Porto: Papiro Editora.

Serrano, G. (2004). *Metodologia de Investigação em Animação Sociocultural*. In J. Trilla (Coord.). *Animação Sociocultural: Teorias, Programas e Âmbitos*. Lisboa: Instituto Piaget, pp. 101-119.

Silva, L. P. B. (2011). *Vida com Animus: uma perspectiva de animação sociocultural com idosos*. Relatório de Estágio do Mestrado em Educação. Universidade do Minho, Braga, Portugal.

Simões, A. (2006). *A Nova Velhice. Um Novo Público a Educar*. Porto: Âmbar.

Trilla, J. (2004). *Animação Sociocultural: Teorias, Programas e Âmbitos*. Lisboa: Instituto Piaget.

Tuckman, B. W. (2000). *Manual de Investigação em Educação*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Vallicrosa (2004). *Técnicas de Intervenção na Animação Sociocultural*. In J. Trilla (Coord.). *Animação Sociocultural: Teorias, Programas e Âmbitos*. Lisboa: Instituto Piaget, pp. 171-188.

Ventosa Pérez, V. (1993). *Fuentes de la Animación Sociocultural en Europa*. Madrid: Popular, D.L.

Zimmerman, G. I. (2000). *Velhice: Aspectos Biopsicossociais*. Porto Alegre: Artmed.

6.2. Bibliografia Consultada

Ander-Egg, E. (1990). *Repensando la Investigación- Accion Participativa*. México: Editorial el Ateneo.

Barbier, J. (1996). *Elaboração de projectos de acção e planificação*. Porto: Porto Editora.

Fonseca, A. (2005). *Desenvolvimento Humano e Envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.

Fonseca, A. (2004). *O Envelhecimento: uma abordagem psicológica*. Lisboa: Universidade Católica Portuguesa.

Osorio, A. (2005). *Educação Permanente e Educação de Adultos*. Lisboa: Instituto Piaget.

7. ANEXOS

ANEXO I: Inquéritos por questionário iniciais aplicados aos utentes

- Lar
- Centro de Dia

Nome: _____ Idade: ____ Data: _____

RECOLHA DE DADOS PARA A INSTITUIÇÃO

NOME PORQUE É TRATADO:

DATA DE NASCIMENTO:

NATURALIDADE:

MORADA:

ESTADO CIVIL:

Nº DE FILHOS:

FORMAÇÃO PROFISSIONAL:

TEM ALGUÉM A FREQUENTAR A INSTITUIÇÃO? SE SIM, QUEM?

INQUÉRITO POR QUESTIONÁRIO

Este inquérito por questionário servirá unicamente para recolha de dados e levantamento de necessidades/interesses/expectativas no âmbito do estágio curricular do Mestrado Profissionalizante em Educação – Área de especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.

1. HÁ QUANTO TEMPO RESIDE NO LAR?

2. QUAIS FORAM AS RAZÕES QUE LEVARAM A FREQUENTÁ-LO?

3. GOSTA DE VIVER AQUI? SIM NÃO

4. HABILITAÇÕES: _____

5. OCUPAÇÃO PROFISSIONAL ANTERIOR: (CASO EXISTA)

6. COMO CONSIDERA O DESEMPENHO DAS FUNCIONÁRIAS?

BOM	<input type="checkbox"/>
SUFICIENTE	<input type="checkbox"/>
MAU	<input type="checkbox"/>

7. COMO CONSIDERA O DESEMPENHO DOS RESPONSÁVEIS (DIRECÇÃO)?

BOM	<input type="checkbox"/>
SUFICIENTE	<input type="checkbox"/>
MAU	<input type="checkbox"/>

8. GOSTOS/ INTERESSES/ HOBBIES:

9. PARTICIPA NAS ACTIVIDADES DESENVOLVIDAS?

SEMPRE POR VÉZES NUNCA

10. QUAIS AS ACTIVIDADES EM QUE GOSTOU MAIS DE PARTICIPAR? PORQUÊ?

11. QUAIS AS ACTIVIDADES EM QUE GOSTOU MENOS DE PARTICIPAR? PORQUÊ?

12. CONSIDERA POSITIVO QUE LAR PASSE A DESENVOLVER MAIS ACTIVIDADES, NOUTROS DIAS DA SEMANA ? SIM NÃO

13. SUGESTÕES DE ACTIVIDADES A DESENVOLVER:

Nome: _____ Idade: ____ Data: _____

INQUÉRITO POR QUESTIONÁRIO

Este inquérito servirá unicamente para recolha de dados e levantamento de necessidades/interesses/expectativas no âmbito do estágio curricular do Mestrado de Educação – Área de especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.

1. HÁ QUANTO TEMPO FREQUENTA O CENTRO DE DIA?

2. QUAIS FORAM AS RAZÕES QUE LEVARAM A FREQUENTÁ-LO?

3. GOSTA DE PASSAR O TEMPO AQUI? SIM NÃO

4. HABILITAÇÕES: _____

5. OCUPAÇÃO PROFISSIONAL ANTERIOR À FREQUÊNCIA DO CENTRO DE DIA: (CASO EXISTA)

6. COMO CONSIDERA O DESEMPENHO DAS FUNCIONÁRIAS?

BOM	<input type="checkbox"/>
SUFICIENTE	<input type="checkbox"/>
MAU	<input type="checkbox"/>

7. COMO CONSIDERA O DESEMPENHO DOS RESPONSÁVEIS (DIRECÇÃO)?

BOM	<input type="checkbox"/>
SUFICIENTE	<input type="checkbox"/>
MAU	<input type="checkbox"/>

8. GOSTOS/ INTERESSES/ HOBBIES:

9. PARTICIPA NAS ACTIVIDADES DESENVOLVIDAS?

SEMPRE POR ES NUNCA

10. QUAIS AS ACTIVIDADES EM QUE GOSTOU MAIS DE PARTICIPAR? E MENOS? PORQUÊ?

11. CONSIDERA POSITIVO QUE O CENTRO DE DIA PASSE A DESENVOLVER MAIS ACTIVIDADES, NOUTROS DIAS DA SEMANA? SIM NÃO

12. SUGESTÕES DE ACTIVIDADES A DESENVOLVER:

ANEXO II: Documentos redigidos para autorização do desenvolvimento de atividades pelo Provedor

Referentes a este projeto:

- Atividade “Sessão musical”
- Atividade “Visita de jovens voluntários”
- Atividade “Confeção de compotas”
- Atividade “Sessão de Dança”

Referente a outros estágios, com o qual colaborei:

- Atividade “Desfile de moda intergeracional”



Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia

Ex.mo Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Braga

No âmbito do estágio de Mestrado em Educação da Universidade do Minho – Área de especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, da aluna Rita Marques, essencialmente dirigido à relação entre a animação e a qualidade de vida na terceira idade, considero que seria desejável poder contar com o contributo do Professor Carlos Fernandes na dinamização de uma sessão musical, dirigida às duas valências desta instituição – Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia.

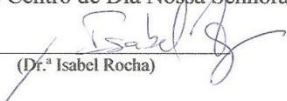
O referido docente de Educação Musical, conterrâneo da estagiária, parece reunir já alguma experiência neste tipo de realização, atestado pela aluna e também verificável no seu currículo (ver anexo), pelo que presumo que a sua presença possa significar uma mais-valia importante no campo da animação para/com os nossos idosos.

Enquanto Directora Técnica e Acompanhante deste Estágio, e sublinhando o interesse deste tipo de iniciativas para a comunidade institucional, solicito autorização para que esta realização se possa efectivar, no próximo dia 22 de Fevereiro.

Agradecendo toda a atenção dispensada, apresento os melhores cumprimentos.

Braga, 8 de Fevereiro de 2012

A Directora Técnica do Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia,


(Dr.ª Isabel Rocha)



Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia

Comando. Autorizado
Isabel
2012.04.24.

Ex.mo Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Braga

No âmbito do estágio de Mestrado em Educação da Universidade do Minho – Área de especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, da aluna Rita Marques, essencialmente dirigido à relação entre a animação e a qualidade de vida na terceira idade, considero que seria desejável poder contar com o contributo do Centro Académico de Braga (CAB) numa iniciativa dirigida aos utentes do Lar Nossa Senhora da Misericórdia.

Trata-se de uma associação juvenil que nasceu sob a inspiração da Companhia de Jesus, sendo animada por jovens universitários. Após o pedido de colaboração realizado pela estagiária, um dos grupos que o constituem - Grupo de Acção Social (GAS) - demonstrou-se disponível a promover um encontro entre jovens voluntários e os utentes. Tendo os mesmos experiência neste tipo de práticas em contextos semelhantes, a intenção é proporcionar momentos informais de contacto e convívio entre gerações.

Enquanto Directora Técnica e Acompanhante deste Estágio, e sublinhando o interesse deste tipo de iniciativas para a comunidade institucional, solicito autorização para que esta acção se possa efectivar nas instalações do Lar, no próximo dia 26 de Abril.

Agradecendo toda a atenção dispensada, apresento os melhores cumprimentos.

Braga, 19 de Abril de 2012

A Directora Técnica do Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia,


(Dr.ª Isabel Rocha)



Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia

Concedido. Autorizado.
per
2012.04.27.

Exmº Sr. Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Braga

Da colaboração entre a Animadora Sociocultural Elisabete Rodrigues e as estagiárias Rita Marques (Mestrado em Educação) e Daniela Marinho (Produção de Eventos) surgiu a oportunidade de organizar atividades dirigidas aos utentes das duas respostas sociais – Lar e Centro de Dia. A intenção será, durante o mês de maio, promover junto dos mesmos a confeção de compotas de diferentes sabores, envolvendo-os em tarefas de culinária, pela maioria já conhecidas, valorizando desta forma a sua experiência de vida e esperando conseguir gerar momentos aprazíveis de convívio.

Enquanto Diretora Técnica, e admitindo o interesse da realização deste tipo de atividades, solicito autorização para que os elementos produzidos possam ser vendidos no dia do festejo de S. João, onde estarão presentes colaboradoras e familiares, servindo o seu retorno para colmatar despesas de material para a realização de outras atividades.

Agradecendo toda a atenção dispensada, apresento os melhores cumprimentos.

Braga, 26 de abril de 2012

A Diretora Técnica do Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia,


(Dr.ª Isabel Rocha)



Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia

Braga, 24 de Maio de 2012

Ex. mo Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Braga

Curso de Atividade do
2012.05.25

No âmbito do estágio de Mestrado em Educação da Universidade do Minho – Área de especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária da aluna Rita Marques, essencialmente dirigido à relação entre a animação e a qualidade de vida na terceira idade, consideraria desejável poder contar com o contributo dos professores de dança Paula Brites e João Sá na dinamização de uma sessão junto dos utentes das valências desta instituição – Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia.


A actividade que integra, numa primeira fase, a apresentação de alguns tipos de dança e, num segundo momento, diligencia a participação dos utentes, parece estar de acordo com o seu interesse, manifestado também nos inquéritos iniciais deste estágio.

Os convidados, trabalhando juntos desde 2009, já realizaram diversos workshops e lecionam atualmente na Escola de Dança Arte em Movimento, em Viana do Castelo. Pela sua experiência neste tipo de realização, encaro esta disponibilidade como uma mais-valia importante no campo da animação para e com os nossos idosos, proporcionando-lhes um convívio diferente e agradável.

Enquanto Directora Técnica e Acompanhante deste Estágio, solicito autorização para que esta pretensão se possa efectivar no próximo dia 15 de Junho, sublinhando o interesse deste tipo de iniciativas para toda a comunidade institucional.

Agradecendo toda a atenção dispensada, apresento os melhores cumprimentos.

A Directora Técnica do Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia,


(Dr.ª Isabel Roeha)



Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia

Ex.mo Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Braga

*Dr.ª Isabel Rocha,
autorizada desde que não
surta custos elevados
para a Instituição.*

[Handwritten signature]
2012.05.22.

No âmbito do estágio do curso Profissional Técnico de Organização de Eventos, a aluna Daniela Marinho apresenta a intenção de organizar um desfile de moda, que terá como protagonistas idosos das duas respostas sociais da instituição (Lar e Centro de Dia), algumas crianças e também as colaboradoras da instituição.

A organização deste evento implicará a utilização de alguns recursos humanos e materiais, dependendo assim de algumas colaborações, que estão a ser geridas pela própria aluna com a minha supervisão. A destacar a Escola Secundária de Maximinos que irá ceder uma passadeira vermelha e o sistema de som e a loja C&A que fornecerá as roupas e acessórios necessários. Conta-se ainda com a colaboração voluntária de uma cabeleireira e maquilhadora. Para a animação deste evento estará presente a turma de danças Latinas e Africanas “Salsa Braga”, da qual a estagiária faz parte.

O evento foi denominado “A Santa Casa está na moda: Modelos por um dia” e a sua divulgação será conseguida através de 4 cartazes e convites dirigidos a toda a mesa administrativa da Santa Casa e a todos os familiares dos utentes da instituição.

Enquanto Directora Técnica e conhecedora participante de toda a organização, sublinho o interesse deste tipo de iniciativas para a comunidade institucional, solicitando autorização para que esta acção se possa efectivar nas instalações do Lar (jardim), no dia 10 de Junho do presente ano, pelas 15 horas.

Agradecendo toda a atenção dispensada, apresento os melhores cumprimentos.

Braga, 21 de Maio de 2012

A Directora Técnica do Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia,

[Handwritten signature]

(Dr.ª Isabel Rocha)

ANEXO III: Anúncio de atividades

- “Sessão musical”
- “Visita de jovens voluntários”
- “O pássaro da alma”
- “Sessão de Dança”



LAR / CENTRO DE DIA NOSSA SENHORA DA MISERICÓRDIA

Actividade:

Dinamização de uma sessão musical

Data e hora: 22 de Fevereiro de 2012 (Quarta-feira),

pelas 14 horas no Centro de Dia /

pelas 15 horas no Lar

Convidado:

Carlos Fernandes, Professor de Educação Musical

No âmbito do Mestrado em Educação da Universidade do Minho - área de especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária – desenvolvido pela estagiária Rita Marques, o Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia contará com a presença do convidado Carlos Fernandes.

Com o intuito de contribuir para a qualidade de vida na terceira idade através da animação, este Professor de Educação Musical dinamizará uma sessão musical junto dos utentes, sendo aberta a todos colaboradores da instituição ou familiares interessados/disponíveis em participar.

A estagiária,

(Rita Daniela Ferreira Marques)

A Directora Técnica,

(Isabel Rocha, Dr.ª)



LAR NOSSA SENHORA DA MISERICÓRDIA

Actividade:

Visita informal

Data:

26 de Abril de 2012 (Quinta-feira)

Hora:

14.30h

Convidados:

Voluntários do Centro Académico de Braga – Grupo de Acção Social

No âmbito do estágio do Mestrado em Educação da aluna Rita Marques, o Lar Nossa Senhora da Misericórdia vai contar com a visita de voluntários do Centro Académico de Braga (CAB). Trata-se de uma associação juvenil que nasceu sob a inspiração da Companhia de Jesus, sendo animada por jovens universitários.

Após o pedido de colaboração realizado pela estagiária, um dos grupos que o constituem - Grupo de Acção Social (GAS) - demonstrou-se disponível a promover um encontro entre jovens voluntários e os utentes, aos quais desde já se agradece.

Tendo os mesmos experiência neste tipo de práticas em contextos semelhantes, a intenção é proporcionar momentos informais de contacto e convívio entre gerações. Espera-se, desta forma, poder proporcionar uma tarde diferente e agradável para todos os envolvidos.

A estagiária,

(Rita Daniela Ferreira Marques)

A Directora Técnica,

(Isabel Rocha, Dr.ª)



“O Pássaro da Alma” é um livro de Mickael Snunit que fala de nós próprios. Um livro para todas as idades que nos explica de forma poética e única o que é a alma. Apela a um conhecimento do nosso mais íntimo e profundo sentir, explicando por via desse pássaro, clara metáfora, aquilo que sentimos, como o sentimos e porque o sentimos.

Pela singeleza do conteúdo e pela estética do arranjo dos desenhos de Naama Golomb, é uma obra que tem ganho, desde a sua publicação em 1993, uma reputação internacional que levou a que fosse traduzida em mais de vinte cinco línguas, e em todos os países recebeu prémios e veio a tornar-se best-seller. O livro recebeu o primeiro Prémio Internacional, da Fundação Espaço Crianças em Genebra.

No âmbito do estágio da aluna Rita Marques, pretende-se através desta obra incentivar uma reflexão pessoal acerca de sentimentos positivos, intimamente associados ao bem-estar. Nesse sentido, será feita a leitura deste livro ao maior número de utentes possível, com a colaboração da também estagiária Daniela Marinho. Seguidamente serão recolhidas opiniões junto dos mesmos, relativas à cor que julgamos ver nos sentimentos. Consoante as respostas obtidas, as “gavetas do pássaro” aqui representado serão preenchidas.

Espera-se que este pequeno símbolo venha mais tarde trazer a recordação de um momento prazeroso para os envolvidos.

A estagiária,

(Rita Marques)

A Directora Técnica,

(Dr.ª Isabel Rocha)

Mestrado em Educação – Educação de Adultos e Intervenção Comunitária

Abril de 2012

LAR E CENTRO DE DIA NOSSA SENHORA DA MISERICÓRDIA

SESSÃO DE DANÇA



PAULA BRITES & JOÃO SÁ
PROFESSORES DE DANÇA

SEXTA-FEIRA

15 DE JUNHO

PELAS 14.30 H

ANEXO IV: Grelha de registo das atividades

GRELHA DE REGISTO DAS ATIVIDADES

Data:	Local:
Designação da atividade:	
Objetivos:	
Descrição:	
Recursos Materiais:	Recursos Humanos:
Observações:	

ANEXO V: Cronograma das atividades

PROCESSO DE INTERVENÇÃO / INVESTIGAÇÃO	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN
--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Fase I – Integração e Diagnóstico

Integração no contexto									
Recolha de documentação sobre o funcionamento, organização e dinâmica da Instituição									
Consulta e análise dos Regulamentos Internos, Relatórios e Planos de Atividades									
Análise e elaboração/reformulação dos documentos de caracterização individual dos utentes									
Leituras e pesquisas bibliográficas									
Contacto com os utentes e funcionárias									
Conversas informais									
Observação participante									

Fase II – Implementação

Atividades desenvolvidas no Centro de Dia	“A cada dia” (construção de um calendário)								
	“Molduras de aniversário”								
	Sessão de esclarecimento sobre segurança								
	Visita de crianças (colaboração)								
	“Recordar é viver”								
	“Enfeites de Páscoa” “O mês de maio”								

Atividades desenvolvidas no Lar	“Contatos individualizados”								
	“Livro da Partilha”								
	“Os maíós: coroa”								
	“O Passaro da Alma”								
	Passeto ao exterior (colaboração)								
	Visita de jovens voluntários								
Dia Mundial da Criança – visita dos alunos da Escola João de									

ANEXO VI: Registos fotográficos das atividades



“A cada dia”: construção de um calendário



Molduras de aniversário



Sessão de esclarecimento sobre segurança



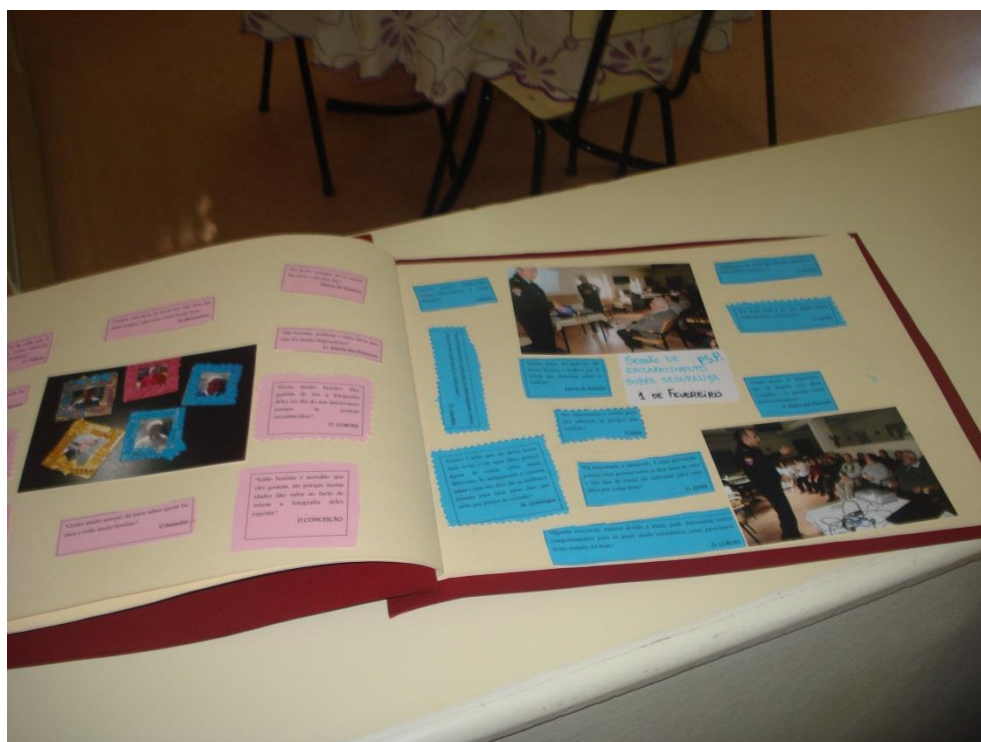


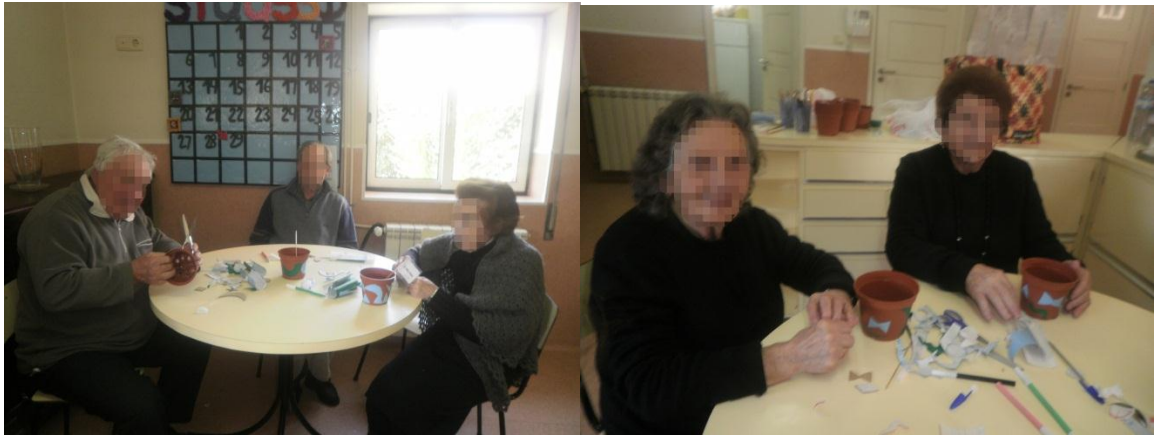
Sessão musical





Álbum de recordações

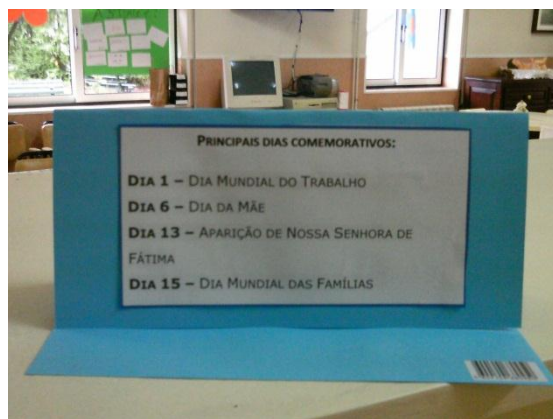




Ornamentação de vasos e plantação de flores



“O Pássaro da Alma”



“O mês de maio”



Desfile de moda intergeracional (colaboração na organização e realização)





Confeção de compotas





Sessão de Dança





Festa da Páscoa



Festa de S.João

ANEXO VII: Perceções dos utentes do Centro de Dia acerca das
atividades desenvolvidas

Perceções dos utentes do Centro de Dia acerca das atividades desenvolvidas

<p>ATIVIDADE: "A cada dia": Construção e utilização de um calendário</p>	<p>"Considerarei muito bem porque além de estar muito bonito, permite uma orientação que antes não tínhamos. Foi uma ideia muito útil."</p> <p>"Adoro ver o calendário ali! Ficou muito bonito e o sítio foi bem escolhido."</p> <p>"É importante porque a gente recorda onde estivemos, onde foi feito e por quem foi feito. Eu gostei muito, está muito bonito."</p> <p>"Eu acho muito bem porque vai cada um pôr o seu dia."</p> <p>"Eu gosto porque vê-se quem faz anos e em que dia."</p> <p>"Maravilhoso, foi uma ideia genial porque achei uma coisa fora do vulgar, uma actividade muito bonita."</p> <p>"É bonito por causa dos anos e porque vou lá mudar e assim sabe-se os dias."</p> <p>"Presta porque tem números e os meses."</p> <p>"Achei bem fazermos o calendário. Gostei de tudo, para estarmos a ver e para mudar os dias. Ainda hoje fui mudar o dia!"</p> <p>"Foi feito com imaginação, sendo que os materiais utilizados fizeram com que fosse útil."</p> <p>"Esta muito bem. A gente olha para ali e vê os dias do mês, da semana, ... dá utilidade."</p> <p>"Está muito bem porque assim a gente sabe os dias e havemos de melhorar os números que estão um bocadinho tortos. São coisas que deve haver porque senão a gente esquece."</p> <p>"Gostei, está muito bem feito e é uma coisa boa. A gente vai lá mudar, dá para saber o dia, é muito importante."</p> <p>"É uma coisa porreira porque a gente não sabia. Em casa tenho mas agora tenho aqui também. Vê-se o mês que é e tudo o resto."</p>
--	---

<p>ATIVIDADE: "O meu dia": Molduras de aniversário</p>	<p>"São bonitas, práticas e uma ideia que não foi muito dispendiosa."</p> <p>"Ficaram muito bonitas!"</p> <p>"Está bonito e isso é muito bom. A sala fica mais airosa e mais bonita!"</p> <p>"Gostei muito porque dá para saber quem faz anos e estão muito bonitas."</p> <p>"Eu gosto porque vê-se quem faz anos e em que dia."</p> <p>"Assim sabemos todos o aniversário de cada um, é melhor do que estar a perguntar, senão esquecia porque a nossa idade já não dá para lembrar."</p> <p>"Estão bonitas!"</p> <p>"Acho muito importante porque assim sabe-se quem faz anos e estão muito bonitas."</p> <p>"Concordei e terei gosto em ter lá o meu aniversário quando chegar a altura."</p> <p>"Gostei muito de as fazer e de ficarem lá para recordar os aniversários."</p> <p>"Acho bem porque assim sabe-se quem faz anos e assim tem que pagar."</p> <p>"Gostei, está bem. Já devia ter sido feito há mais tempo, está uma coisa muito boa."</p> <p>"Acho muito bem porque agora vê-se quem faz anos em cada mês."</p>
--	---

<p>ATIVIDADE: Sessão de esclarecimento sobre segurança</p>	<p>“Gostei muito! É importante que as pessoas nos dêem conselhos e os agentes foram muitos simpáticos.”</p> <p>“Foi muito bom e foi uma ajuda...desta forma ficámos esclarecidos.”</p> <p>“A gente não é nenhuma adiantada mas eu ainda compreendo e aprendi coisas importantes.”</p> <p>“Gostei deles, eram simpáticos. Já sabia muitas coisas que eles disseram mas gostei de ouvir na mesma.”</p> <p>“Gostei muito dos polícias, são muito bonitos e lembro-me de coisas que disseram sobre os roubos.”</p> <p>“Alertou-nos de coisas que nós não sabíamos e para a nossa segurança.”</p> <p>“Gostei porque explicaram coisas importantes e eram bonitos.”</p> <p>“Gostei porque eram de cá e de conversar com eles e reconheço que foi importante.”</p> <p>“Gostei muito deles (polícias), já sabia algumas coisas mas com isto aprendeu-se ainda mais.”</p> <p>“Não estive presente mas é sempre útil e importante abordar essas questões.”</p> <p>“Foi uma coisa muito boa para nós ficarmos mais activos a saber aquilo que temos a fazer. Gostei muito porque eles explicaram-nos muitas coisas que nos dão benefício. Gostei mesmo muito!”</p> <p>“Gostei e acho que até devia haver mais vezes e em mais sítios porque agora as coisas estão muito diferentes de antigamente e convém saber como são. Eles são as melhores pessoas para falar sobre isso, que estão por dentro do assunto.”</p> <p>“Disseram uma coisa bem dita. Já sabia algumas coisas mas aprendi outras, achei muito importante.”</p> <p>“Foi uma coisa muito boa porque ensinaram coisas importantes para evitar que coisas más aconteçam.”</p>
--	--

<p>ATIVIDADE: Sessão musical</p>	<p>“Gostava de ter estado presente mas não pude.”</p> <p>“Gostei muito dele (professor), é um grande músico!”</p> <p>“Gostei do que fizemos e reconheci que ele (o professor) era bom e tinha um feitio bom e que era inteligente.”</p> <p>“Gostei dele, ele tocou bem!”</p> <p>“Distraímo-nos muito. Gosto dessas coisas e ele era muito simpático e era meu conterrâneo!”</p> <p>“Foi giro!”</p> <p>“Então não hei-de gostar? São jovens! E ele conversou muito comigo.”</p> <p>“Gostei da canção que ele tocou e cantou, era bonita e ele foi muito simpático.”</p> <p>“Achei bonito, ele era muito simpático, tocou muito bem e achei bonito vir-nos visitar. Eu não cantei mas gostei imenso de ouvir.”</p> <p>“Nessa não estava mas acho bem e gostava de ter estado.”</p> <p>“Gostei porque gosto de música e gosto de tocar. Relembrei os tempos em que tocava e cantava muito.”</p> <p>“Gostei porque gosto muito de música. Eu já costumo tocar e toquei outra vez.”</p>
--------------------------------------	--

<p>ATIVIDADE: "A minha flor, o nosso jardim": Ornamentação de vasos e plantação de flores</p>	<p>"Tive pena de não estar porque gosto muito de flores e gosto muito de mexer na terra." "Ainda hoje fomos ver, nós adoramos os vasos!" "Achei muito bem os vasilhinhos, é uma coisa natural com que a gente se distrai." "Gosto muito, é uma coisa que é bonita." "Gosto muito, ficaram bonitos, ficaram bem." "É uma coisa que nos aproxima da natureza, gostamos de ver desenvolver as plantas a cada dia." "Estão bonitos." "Eu fiz um. Estão bonitos." "Gostei muito dos vasos, de fazê-los e ainda hoje os reguei e gosto muito de vasos porque tinha a casa cheia e agora já não posso ter, então tenho aqui." "Todos gostam dos vasos e eu também! Cada um procura no dia seguinte ver se está regado, o que poderá levar a deitar água a mais porque gostam tanto que querem estar sempre a regar!" "A menina trouxe tudo, os vasos, a terra, ... e nós plantámos. Gostei muito, aquilo está lá muito bonito, estão todas a nascer." "Achei bem e gostei de enfeitar e plantar, de ver como estão a nascer e vai ficar o nosso sítio bonito." "Cuido muito bem do meu. Gostei muito de enfeitar e de plantar." "Gostei muito de plantar, foi fácil."</p>
---	---

<p>ATIVIDADE: "Recordar é viver"</p>	<p>"Gostei porque nos distrai. Assim podemos ver as fotografias das coisas que fizemos." "Gostei porque é bonito." "Achei bem, engraçado. É bom ter recordações daquilo que fizemos e gostamos." "Foi muito bom, uma beleza! Gostámos muito! Gosto de como ficou e serve para recordar mais tarde." "Gostei porque o livro vai ficar aqui." "Achei bem porque estava uma coisa bem feita e bonita." "É bom. Trata-se de uma recordação por muitos anos e é um dado comum esse hábito na sociedade portuguesa." "Acho bem porque depois fica para sempre de recordação." "Acho bem porque gosto de me ver nas fotografias e recordar as coisas."</p>
--	---

<p>ATIVIDADE: Enfeites de Páscoa</p>	<p>"Gostei muito e achei muito bonito fazer coisas próprias da época." "Gostei muita de pintar com os pincéis." "Gostei imenso e depois eu sabia sempre qual era o meu porque houve uns que ficaram borrados e o meu não." "Gostei porque foi para enfeitar e toda a gente viu." "Estavam bem, foi uma coisa bem feita." "Para ornamentar o espaço acho bem que tivessem encontrado essa ideia de pintar ovos." "Gostei porque gostei de pintar e distrai-me. Passou-se bem o tempo e ficaram bonitos." "Achei muito bonito, gosto muito de pintar."</p>
--	---

<p>ATIVIDADE: O mês de maio</p>	<p>“Muito bonito, muito prático. Podemos levar para casa e pôr em qualquer sítio, que ele não ocupa muito e também assim estamos sempre orientados.” “Gostei muito e tenho no meu quarto e olho para ele todos os dias.” “Gostei de o construir para ter uma recordação em casa daquilo que eu fiz.” “Achei muito bem, foi muito bonito. Sou religiosa e gostei muito.” “Gostei de levar aquilo para casa e ainda está lá de recordação, a enfeitar.” “Ainda tenho lá em cima da televisão e não sai de lá tão cedo. Tem a Nossa Senhora.” “É um calendário de estimação e próprio para o mês em que estávamos. É uma boa ideia e também é uma ideia com inteligência.” “Gostei de o fazer e achei muito lindo. E gostei da imagem religiosa. É uma recordação que se tem.” “Gostei muito. Pu-lo no meu quarto e assim já sabia os dias. Foi muito bonito aquele calendário.”</p>
-------------------------------------	---

<p>ATIVIDADE: Confecção de compotas</p>	<p>“Foi original porque dá gosto fazer um tipo actividade que todas as mulheres gostam.” “Gostei de fazer e de comer no pão.” “Achei bem porque, por acaso, eu fazia vários doces mas esse nunca tinha feito e ficaram muito bons.” “Gostei muito de participar e estavam muito bons!” “Achei bem e estava muito boa. Uma maravilha!” “Achei muito bem e ficaram muito bons.” “Acho que anima as pessoas que gostem de gastronomia e aqueles que gostam de comer doces.” “Estavam uma maravilha, não podiam estar melhor! E gostei muito de as fazer!” “Estavam muito boas.”</p>
---	--

<p>ATIVIDADE: Sessão de dança</p>	<p>“Esteve muito bem porque nos distraiu muito e movimentámo-nos.” “Gostei muito de dançar com os bailarinos e com toda a gente.” “Estive lá e no meu tempo eu sabia dançar muito bem mas desde que o meu marido faleceu não dancei mais. Não dancei mas gostei muito de ver.” “Não dancei mas assisti e gostei muito. Eu também era de bailes e de teatros mas agora de luto já não sou dessas coisas.” “Gostei daquilo, estiveram muito bem aquelas danças. Agradou-me.” “Gostei porque foi divertido e engraçado.” “Não estive presente mas julgo não ser um leigo na matéria.” “Gostei muito e até dancei! Foi uma festa muito linda, foi uma surpresa boa.” “Gostei muito de ver, foi muito divertido!”</p>
---------------------------------------	--

<p>ATIVIDADE: Festa de S. João</p>	<p>“Gostei muito de participar porque fizemos com o acordo de todos e por ser tradição foi ainda melhor.”</p> <p>“Gostei muito da festa e de cantar.”</p> <p>“Gostei muito do teatro e de tudo porque foi divertido e deu para distrair e para rir.”</p> <p>“Gostei porque eu sempre gostei de teatro. Quando era nova representava.”</p> <p>“Gostei muito de participar e de ir fazer o espectáculo para as pessoas.”</p> <p>“Gostei porque foi uma coisa bonita porque era a representar o S. João, como me lembro de ser no meu tempo.”</p> <p>“Gostei de participar no teatro e também das outras participações, ou seja, da festa em geral.”</p> <p>“Foi uma maravilha, gostei das actuações todas e do lanche. Foi um convívio agradável!”</p>
--	--

ANEXO VIII: Outros materiais utilizados e/ou produzidos

- Material utilizado na atividade “A cada dia” (construção de um calendário)
- Oficialização do pedido de colaboração da Polícia de Segurança Pública de Braga
- Lenda dramatizada pelos utentes na festa de S. João
- Ficha de iniciativas referente ao desfile de moda (colaboração com o estágio na área de Produção de Eventos)
- Colaboração para atualização do *website* institucional

**Lista de recursos materiais utilizados na atividade “A cada dia”
(construção de um calendário)**

Base do calendário:

- Esferovite;
- Cola branca;
- Papel de cenário;
- Papel autocolante;
- Fita-cola preta;
- Velcro.

Construção dos números:

- Moldes em cartão (0 A 9);
- Cartolina preta;
- Caneta prateada;
- Várias tesouras.

Iniciais dos dias da semana (S, T, Q, Q, S):

- Moldes em cartolina;
- Papel crepe;
- Cola branca;
- Pincéis;
- Recipientes para cola;
- Folhas de jornal.

Identificação dos meses:

- Bases retangulares em cartolina;
- Letras dos 12 meses em cartão;
- Tintas guache de diferentes cores,
- Cola branca;
- Pincéis;
- Recipientes para cola e tintas;
- Folhas de jornal.

Oficialização do pedido de colaboração da PSP de Braga

Assunto: Solicitação “Programa Apoio 65 – Idosos em Segurança”
De: Rita Marques (ritinhad_06@hotmail.com)
Enviada: segunda-feira, 30 de Janeiro de 2012
22:30:21
Para: cpbraga@psp.pt

Comando Distrital da P.S.P. de Braga

O meu nome é Rita Daniela Ferreira Marques, sou aluna da Universidade do Minho e, no âmbito do Mestrado em Educação - Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, encontro-me a realizar o estágio curricular no Lar de Terceira Idade e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia da Santa Casa da Misericórdia de Braga. O Centro de Dia é frequentado por utentes que na sua maioria habitam sozinhos, pelo que as questões da sua segurança são uma prioridade e preocupam todos aqueles que lhes prestam serviços.

Neste sentido e na sequência de um primeiro contacto com o Chefe Centeno, nas instalações do Comando da P.S.P. de Braga, solicitei a colaboração da Vossa Instituição para a dinamização de uma sessão de esclarecimento incluída no “Programa Apoio 65- Idosos em Segurança”.

A disponibilidade manifestada foi imediata o que, desde já, me apraz reconhecer. Posteriormente, através de contacto telefónico, a acção foi agendada para o dia 1 de Fevereiro, às 15 horas, aguardando pela Vossa presença nas instalações do Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia, em Santa Tecla.

Esta iniciativa, que considero da maior importância, foi devidamente aprovada pela Directora Técnica da instituição, Dr.^a Isabel Rocha, e pelo Senhor Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Braga.

Agradecendo toda a atenção dispensada e prontidão na resposta, apresento os meus melhores cumprimentos.

A estagiária,
Rita Marques

LENDA “OS RAMINHOS DE S. JOÃO”

1

INTRODUÇÃO:

S. João é um dos santos populares. Com ele brinca e alegra-se o povo no seu dia, com o à-vontade de quem festeja um amigo. Ora acontece que onde há tradição há lenda. E assim são inúmeras as que surgem por esse Portugal fora sobre o santo mais festejado pelo nosso povo. Eis o que se conta dos tradicionais raminhos de S. João, em Cambas, freguesia do concelho de Oleiros.

Na aldeia havia grande efervescência. Chegara-se à véspera do dia de S. João. Embora a manhã viesse alta, já novos e velhos estavam levantados. Havia muito que fazer: preparar as brincadeiras, o baile, a fogueira para a noite.

Luzia, cachopa bonita, estava prometida a **José**, o moço mais brioso daqueles sítios. Mas uma tristeza mesclada de raiva tirava o ânimo ao jovem lavrador para ajudar os seus companheiros. Sofria. Sofria amargamente, porque **Luzia** andava com o olhar distante, o pensamento arredio. E ele sabia porquê. Um mês atrás surgira não se sabe donde **outro jovem** de bela aparência. Aparecia todas as tardes, ao sol-pôr, montado num soberbo cavalo negro. Procurava a casa de **Luzia** e falava com ela. A conversa não era a de um enamorado. Mas sentia-se a pretensão de a conquistar. Daí o ciúme e a revolta de **José**. Porque razão **Luzia** vinha sempre à porta falar ao desconhecido? A aldeia já murmurava. Era necessário tomar uma atitude. Fechando os punhos num gesto de desespero, **José** respirou fundo a tentar dominar-se. Pensava para si próprio: **«Hoje tem de ser! Ela terá de decidir-se.»** E encaminhava-se, quase sem dar por isso, para casa de **Luzia**. Pisando com força o chão, fazia fugir o pó em bailados estranhos. Mas o pó voltava a anichar-se nas botas e nas calças do rapaz. Nunca a distância da sua casa à da sua prometida lhe parecera tão curta. Tinha a sensação de ter voado. Latejavam-lhe as fontes. Batia-lhe forte o coração. **Luzia** estava junto da janela aberta, contemplando o novo dia. Sorriu-lhe quando o viu. Mas ele não. Dirigiu-se-lhe com certa dureza:

— LUZIA, QUERO FALAR CONTIGO!

Ela fingiu-se admirada:

— QUE ACONTECEU?

Com a mesma rudeza na voz, ele retorquiu:

— ALGO SE ESTÁ A PASSAR E EU PRECISO DE
SABER.

— POIS FALA.

— QUERO VER-TE BEM. VEM À PORTA. PRECISO
TER A CERTEZA DE QUE ME NÃO MENTES.

Luzia deixou de sorrir. Abriu a porta da rua
e deixou que o sol a beijasse.

— AQUI ESTOU PRONTA A RESPONDER-TE.

— JURA QUE VAIS SER SINCERA!

— JURO!

Ele olhou-a demoradamente. Olhos nos
olhos, sem deixar que ela se afastasse. E só
depois perguntou:

— QUEM É ESSE HOMEM QUE VEM FALAR-TE
TODAS AS TARDES?

Ela perturbou-se, embora já estivesse certa
do que seria a pergunta. Mas respondeu
convicta:

— NÃO SEI!

— E QUE PRETENDE ESSE CAVALHEIRO?

— TAMBÉM NÃO SEI!

— NUNCA TE FALOU DE AMOR?

— VAGAMENTE.

— E ELE SABE QUE VAMOS CASAR?

— SABE. JÁ LHO DISSE.

Ele olhou-a demoradamente. Olhos nos olhos, sem deixar que ela se afastasse. E só depois perguntou:

— QUEM É ESSE HOMEM QUE VEM FALAR-TE
TODAS AS TARDES?

Ela perturbou-se, embora já estivesse certa do que seria a pergunta. Mas respondeu convicta:

— NÃO SEI!

— E QUE PRETENDE ESSE CAVALHEIRO?

— TAMBÉM NÃO SEI!

— NUNCA TE FALOU DE AMOR?

— VAGAMENTE.

— E ELE SABE QUE VAMOS CASAR?

— SABE. JÁ LHO DISSE.

— E QUE RESPONDEU?

— QUE O DESTINO DE CADA UM PODE SER
ALTERADO, SE HOVER FORÇA PARA O
CONSEGUIR.

— QUAL FOI A TUA ATITUDE?

— NÃO RESPONDI.

— PORTANTO... ELE TOMOU ISSO COMO UMA
ACEITAÇÃO.

— NÃO CREIO!

— POIS CREIO EU! E JULGAS QUE VOU CONTINUAR
A SER ALVO DO ESCÁRNIO DOS OUTROS?

Ela afligiu-se:

— JOSÉ, PEÇO-TE! AJUDA-ME!

— AJUDAR-TE EM QUÊ?

— A LIVRAR-ME DESSE HOMEM!

— POIS É FÁCIL: MANDA-O EMBORA! DIZ-LHE QUE
NÃO QUERES FALAR MAIS COM ELE!

Ela confessou, aterrada:

— NÃO POSSO!

José olhou-a de novo, olhos nos olhos.

— NÃO PODES? ORA ESSA! E PORQUÊ?

— NÃO SEI! HÁ NO SEU OLHAR UMA FORÇA
ESTRANHA QUE ME DEIXA ATORDOADA.

**José ia falar, mas Luzia tomou-lhe uma das
mãos, num arrebatamento.**

— NÃO É O QUE TU PENSAS! JURO QUE NÃO O
AMO, POIS SÓ A TI DESEJO PARA MEU MARIDO!

O rapaz não se deixou convencer.

— LUZIA! ESTÁS A QUERER TOMAR-ME POR
PARVO?

Ela abanou a cabeça, num aceno negativo.

Havia aflição no seu olhar, na sua voz.

— **ACREDITA EM MIM, PEÇO-TE! NÃO AMO ESSE
HOMEM. TÃO-POUCO O ADMIRO. CAUSA-ME MEDO,
PODES CRER. UM MEDO HORRÍVEL, E TAMBÉM NÃO
SEI PORQUÊ. MAS NÃO CONSIGO FUJIR-LHE. MAL O
OIÇO, FICO INQUIETA E TENHO DE LHE ABRIR A
PORTA!**

José, de sobrancelhas franzidas, escutava
Luzia com assombro. Desta vez não
duvidava de que ela falasse com
sinceridade. Mas a que atribuir esse
domínio de um desconhecido sobre a
vontade da rapariga?

José olhava a noiva, silencioso, pois não
atinava com o que verdadeiramente
desejaria dizer Luzia, lágrimas nos olhos,
coração batendo, voltou a falar:

— **JOSÉ! ACREDITA EM MIM!**

O rapaz olhou a aldeia que se estendia à sua
frente. E completou alto o seu pensamento:

— **DE QUE SERVIRÁ EU ACREDITAR? OS OUTROS
NÃO COMPREENDERÃO QUE NÃO TENHAS
CORAGEM DE O MANDAR EMBORA. POR ISSO...**

Não completou a frase. Ela, assustada,
obrigou-o a concluir o pensamento:

— **POR ISSO... O QUÊ?**

— **DEIXAREI DE VIR FALAR-TE... ATÉ QUE ESSE
HOMEM NÃO VOLTE MAIS AQUI!**

Luzia baixou a cabeça. As lágrimas correram-lhe pelo rosto. Mas ficou-se silenciosa. E foi em silêncio, também, que José se afastou.

O fumo subia no ar. As fogueiras acesas nas ruas davam à aldeia um aspecto estranho.

Rapazes e raparigas cantavam alegres:

TODOS CANTAM:

**SÃO JOÃO SANTO BONITO,
BEM BONITO QUE ELE É. BEM BONITO QUE ELE É
COM OS SEUS CARACÓIS DE OIRO,
E SEU CORDEIRINHO AO PÉ. E SEU CORDEIRINHO AO PÉ
NÃO HÁ NENHUM ASSIM, PELO MENOS PARA MIM
NEM MESMO SÃO JOSÉ.**

**SANTO ANTÓNIO JÁ SE ACABOU
O SÃO PEDRO ESTÁ-SE ACABAR
SÃO JOÃO, SÃO JOÃO
DÁ CÁ UM BALÃO PARA EU BRINCAR.**

Luzia, arredada das outras raparigas, não quisera entrar na marcha. Era quase meia-noite. Ela sabia que assim que o arraial terminasse todas as suas companheiras correriam à fonte para molharem o rosto e beber água — segundo a tradição. Mas Luzia já tinha o rosto molhado pelas suas próprias lágrimas. Não vira, sequer, o José. Ele, que era sempre dos mais divertidos e o que melhor cantava. Já não assistira à cavalhada. E todos sabiam porquê. Todos apontavam Luzia sem se apiedarem dela. Atormentada, viu e ouviu o rancho que passava à sua beira, a cantar:
TODOS CANTAM:

**SÃO JOÃO VEM VER AS MOÇAS
QUE BONITAS QUE ELAS SÃO, QUE BONITAS QUE ELAS
SÃO.
SÃO AINDA MAIS BONITAS
NA NOITE DE SÃO JOÃO, NA NOITE DE SÃO JOÃO.
NÃO ESTAVAM SÓ RAPAZES
MAIS UMA LUZ ALÉM.
SANTO ANTÓNIO JÁ SE ACABOU
O SÃO PEDRO ESTÁ-SE ACABAR
SÃO JOÃO, SÃO JOÃO
DÁ CÁ UM BALÃO PARA EU BRINCAR.**

Luzia não pôde conter-se mais. Correu para a igreja e prostrou-se de joelhos. A porta estava fechada. Encostou o rosto à madeira. Soluçou. Do seu peito saiu um queixume:

**— Ó MEU S. JOÃO! BEM SABEIS QUE QUERO
LIVRAR-ME DAQUELE DESCONHECIDO. MAS NÃO
SEI COMO! AJUDA-ME! AJUDA-ME, POR
CARIDADE!**

Então, a seu lado uma voz soou:

**— DE MADRUGADA, QUANDO O ARRAIAL
ACABAR, FAZ UMA CRUZ DE FLORES PÕE À
PORTA!**

Luzia voltou-se admirada. Havia luar, mas estava ali sozinha. Amedrontou-se. Deixou de chorar e correu para junto das outras raparigas. Elas, porém, folgavam e riam sem lhe ligarem importância. Luzia começou a recuperar a calma. Foi buscar rosmaninho, cravos e malmequeres e fez com eles uma cruz. E silenciosamente dirigiu-se para casa, colocando a cruz à sua porta.

O dia de S. João nasceu claro, luminoso, quente. No coração da jovem Luzia começava a raiar também a esperança. Algo lhe dizia no íntimo do seu ser que daí em diante as coisas mudariam. Começou a ganhar confiança em si própria. Secou-se-lhe o pranto. Quase tinha vontade de cantar. Vestiu o seu vestido domingueiro. Pensou em descer ao largo e ir rezar à capela. De súbito, ouviu chamar pelo seu nome. Estremeceu. Era a voz do outro, do desconhecido. Estava lá fora e pedia-lhe que chegasse à janela. A voz insistia:

— **VEM À JANELA, LUZIA! PRECISO FALAR-TE.**

Luzia aproximou-se. Com o coração a bater, mas animosa.

— **QUE ME DESEJA?**

O outro olhou-a. Um olhar faiscante.

— **ABRE A PORTA E LEVA ESTAS FLORES DAQUI!**

Luzia achou forças para perguntar.

— **É PORQUE HEI-DE LEVAR AS FLORES?**

— **NÃO AS QUERO AÍ!**

— **QUERO EU! A CASA É MINHA!**

— **MAS TU HÁS-DE SER MINHA!**

Luzia surpreendeu-se a ripostar enérgica:

— **ENGANA-SE! NÃO O QUERO! TENHO O MEU JOSÉ! PODE RETIRAR-SE!**

Ele gritou:

— **ABRE A PORTA!**

— **NÃO!**

— **TIRA ISSO DAÍ!**

— **A CRUZ DE FLORES? TAMBÉM NÃO. COLOQUEI-A NA PORTA PARA ME PROTEGER E PROTEGER A MINHA CASA.**

Então, numa praga tremenda, o desconhecido montou no cavalo negro, que esperava impaciente, e desapareceu como levado pelo vento.

Atónita, Luzia não podia acreditar no que via. Mas teve, de súbito, a noção do que se passava. O desconhecido era o Demónio disfarçado de jovem bonito e elegante, que vinha tentá-la. E Deus havia-lhe dado o ensejo de o vencer!

Correu para a rua. Desceu a vereda que levava à igreja. Entrou nela ofegante. Caiu de joelhos. Orou cheia de unção. Da sua alma subia um cântico de louvor e graças a Deus e a S. João Baptista. A seu lado as mulheres olhavam-na estupefactas. E quando ela saiu vieram todas ao adro fazer-lhe perguntas. Na sua sinceridade ela contou, alegremente, o que lhe havia acontecido. E a nova espalhou-se de boca em boca.

À tarde, Luzia cantava, enquanto juntava rosmaninho e alfazema para as fogueiras:

LUZIA CANTA:

**EU HEI-DE IR AO ROSMANINHO
ÀQUELA TERRA DE ALÉM
PARA ACENDER AS FOGUEIRAS
AO S. JOÃO QUE LÁ VEM.**

TODOS CANTAM:

**E REPENICA, REPENICA, REPENICA,
E SÃO JOÃO A SUAR EM BICA.
E REPAPOLA, REPAPOLA, REPAPOLA
E ARROZ DOCE NA MINHA CAÇOILA.**

LUZIA CANTA:

**NA NOITE DE S. JOÃO
FUI FALAR AO MEU DERRIÇO.
PÔS-SE A LUA E O SOL NASCEU,
NENHUM DE NÓS DEU POR ISSO.**

TODOS CANTAM:

**E REPENICA, REPENICA, REPENICA,
E SÃO JOÃO A SUAR EM BICA.
E REPAPOLA, REPAPOLA, REPAPOLA
E ARROZ DOCE NA MINHA CAÇOILA.**

Sorrindo, José, que a espiava, oculto, respondeu na sua voz máscula, bonita:

JOSÉ CANTA:

**ALFAZEMA E ROSMANINHO
NUMA CRUZ TEU MAL LEVOU.
FOI S. JOÃO, COM CARINHO,
QUE DE NOVO NOS JUNTOU!**

TODOS CANTAM:

**E REPENICA, REPENICA, REPENICA,
E SÃO JOÃO A SUAR EM BICA.
E REPAPOILA, REPAPOILA, REPAPOILA
E ARROZ DOCE NA MINHA CAÇOILA.**

Luzia voltou-se. Uma alegria imensa iluminou-lhe o rosto. O seu José estava ali, como dantes, ou mais amável ainda. Deixou-se abraçar. Sentiu-se bem dentro dessas grades humanas. Que importava que os vissem assim? Iam casar. Casar brevemente. Antes mesmo que o ano findasse. Vencera o mal com a ajuda da Cruz. Agora, tinha a certeza de que seria feliz. E conta a lenda que, desde então, ficou por hábito naquelas redondezas todas as raparigas casadoiras fazerem ramos de rosmarinho e flores campestres para oferecer a S. João no dia da sua festa, pedindo-lhe que as livre de todo o mal.

Fim



FICHA DE INICIATIVAS

(preencher 1 ficha/formulário por cada iniciativa | enviar para aeeasg@seg-social.pt)

1. PERFIL ORGANIZACIONAL

▪ **Denominação da organização** (se aplicável, com sigla/abreviatura)

Santa Casa da Misericórdia de Braga – Lar Nossa Senhora da Misericórdia

▪ **Morada**

Largo de Santa Tecla 44

▪ **Código Postal**

4715- 047

▪ **Distrito**

Braga

▪ **Contacto telefónico geral**

253 611 457

▪ **Correio eletrónico geral**

geral@scbraga.pt

▪ **Site; blog; twitter; facebook...**

"[clicar aqui e escrever]"

▪ **Tipo de organização** (para selecionar a opção correta, copiar e colocar o símbolo ou clicar uma vez no quadrado)

Organização da sociedade civil (associação, fundação...)

Universidade/Centro de Investigação

Rede Social (CSF/CSIF/CLAS; Plataformas Supra concelhias)

Entidade da Administração Pública local

Associação/federação empresarial

Entidade da Administração Pública central

Empresa

Media (empresa/profissionais)

Entidade da União Europeia

Sindicato

Organização internacional

Outra Qual? Santa Casa da Misericórdia

▪ **Representante da Presidência/Conselho de Administração/Direção/Coordenação**

Título/ Nome/Apelido Dr. Bernardo Reis

Email

Contacto

▪ **Contacto privilegiado** (porta-voz; colaborador/a do/a representante institucional; pessoa responsável pela iniciativa)

Título/ Nome/Apelido Isabel Rocha

Email

isabelmesquita-123@hotmail.com

Contacto

253611457

▪ **Objetivo e serviços institucionais** (a organização existe para... e faz...)

A Santa Casa da Misericórdia desenvolve várias formas de intervenção e protecção social em consonância com a doutrina da Igreja e com as suas práticas sociais. A sua acção, direccionada para vertentes como a solidariedade, a autonomia e a cultura, encontra-se ao serviço dos mais frágeis e desprotegidos de bens materiais.

Adaptando-se, ao longo do tempo, às múltiplas transformações sociais, actualmente conta com estabelecimentos, serviços e actividades essencialmente dirigidos a crianças, idosos e famílias que, para concretização da sua acção solidária, estabelecem também colaborações com outros organismos, viabilizando e favorecendo algumas das iniciativas desenvolvidas.

Os princípios gerais declarados são os da dignidade humana, da família como célula cristã fundamental da sociedade, da co-responsabilidade, da entre-ajuda e participação, da universidade e igualdade, da solidariedade e economia social, da equidade social, da diferenciação positiva, da inserção social, da conservação dos direitos adquiridos, da tolerância e da informação.

O **Lar de Terceira Idade Nossa senhora da Misericórdia** trata-se de uma estrutura vocacionada para prestar apoio a idosos de ambos os sexos, em regime de residência permanente, e tem como objectivos:

- § Responder, de forma adequada, às necessidades e interesses manifestados pelos idosos;
- § Auxiliar situações de isolamento e falta de apoio (social e familiar) dos idosos;
- § Proporcionar aos idosos uma habitação condigna de forma de forma a garantir-lhes uma vida confortável, num ambiente calmo e humanizado;
- § Promover o envelhecimento activo e saudável;
- § Prestar apoio social, psicológico e médico às pessoas idosas.

São considerados utentes do lar as pessoas de idade igual ou superior a 65 anos, cuja situação que por razões familiar, de dependência, isolamento, solidão ou insegurança de não lhes permita permanecer no seu meio habitual. Esta instituição rege-se pela qualidade, eficiência, humanização e respeito pelas individualidades, tendo sempre presente o bem-estar e a qualidade de vida dos utentes.

Os utentes têm direito a usufruir dos seguintes serviços: Alojamento, Alimentação, Saúde, Higiene

O objetivo do AEEASG é angariar o máximo número possível de compromissos ou iniciativas, de forma a criar impacte na sociedade europeia, melhorando a qualidade de vida de todos os cidadãos e todas as cidadãs.



FICHA DE INICIATIVAS

(preencher 1 ficha/formulário por cada iniciativa | enviar para aeeasg@seg-social.pt)

pessoal, Limpezas/Roupas, Ocupação e animação.

O **Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia** constitui uma resposta social desenvolvida em equipamento, para a prestação de um conjunto de serviços de apoio a pessoas com total ou parcial autonomia que não disponham de protecção e retaguarda sócio-familiar, durante o período das dez às dezoito horas. Instalado no mesmo edifício do Lar de Idosos, esta valência funciona de forma independente e em espaço distinto, ainda que algumas actividades tenham realização conjunta.

Os seus objectivos fundamentais são:

- § Prestar serviços que satisfaçam necessidades básicas;
- § Prestar apoio psico-social;
- § Fomentar as relações interpessoais ao nível das pessoas idosas e destas com grupos etários, a fim de evitar o seu isolamento;
- § Facultar às pessoas idosas diversas formas de ajuda adequadas à sua situação;
- § Incentivar a participação das pessoas idosas na vida quotidiana da valência e da comunidade.

Consideram-se utentes do Centro de Dia as pessoas inseridas no período da vida humana etariamente designado por "idoso", regularmente acolhidas nas instalações em serviço de apoio diário, por períodos circunscritos.

Nos seus grandes propósitos, encontramos expressa a vontade de proporcionar alegria, ocupação, boa disposição, convívio, auto-estima, favorecendo o desenvolvimento cognitivo, social e pessoal e as relações interpessoais. Para este efeito, e também em colaboração com parceiros externos, o método privilegiado é a animação nas vertentes cognitivas, lúdica e estimulativa, propondo-se actividades do foro cultural, social, educativo, familiar, cognitivo, turístico e religioso.

Os utentes do Centro de Dia têm direito a usufruir dos seguintes serviços: Alimentação; Transporte; Higiene pessoal; Ocupação e animação.

Na implementação destas experiências saudáveis e activas, procura-se contrariar um caminho de angústia e combater as posturas estáticas e inactivas pretendendo, desta forma, melhor a qualidade de vida dos idosos.

2. INICIATIVA PARA O AEEASG

▪ Título

Desfile de Moda Inter-geracional / "A Santa Casa está na moda: Modelos por um dia"

▪ Descrição (serve para quê/é para quem/as ações específicas são../ envolve que entidades ou personalidades/financiada por)

A actividade consiste na organização de um desfile de moda que terá como protagonistas os idosos das duas valências da instituição (Lar e Centro de Dia), os seus respectivos netos e também as colaboradoras da instituição.

O seu intuito é proporcionar aos idosos um contacto diferenciado com outras gerações e também o contacto com o exterior e a comunidade. Nesse sentido, o evento terá lugar no jardim exterior das instalações da instituição e estará aberto a familiares e à comunidade em geral.

Com o envolvimento activo de todos os intervenientes, pretende-se permitir ao idoso a valorização da sua experiência de vida, do seu saber e utilidade, assim como permitir à criança desenvolver-se, integrando nesse desenvolvimento a concepção do idoso com uma imagem positiva, com um papel benéfico na sociedade. Através desta participação ambiciona-se a promoção de uma relação mais próxima entre gerações, contribuindo desta forma para o aumento da auto-estima e valorização pessoais dos envolvidos, acentuando a solidariedade intergeracional.

No sentido de atingir estes objectivos, a organização da actividade respeitará as escolhas de cada, os seus gostos e interesses.

▪ **Iniciativa financiada pela EU** Não Sim Link da entidade fin. "[clique aqui e escreva]"

O objetivo do AEEASG é angariar o máximo número possível de compromissos ou iniciativas, de forma a criar impacto na sociedade europeia, melhorando a qualidade de vida de todos os cidadãos e todas as cidadãs.

2 de 4



FICHA DE INICIATIVAS

(preencher 1 ficha/formulário por cada iniciativa | enviar para aeeasg@seg-social.pt)

▪ **Linha temporal** (duração) 1 dia – 1 tarde

▪ **Localização geográfica** (para seleccionar a opção correta, copiar e colocar o símbolo ou clicar uma vez no quadrado)

Aveiro <input type="checkbox"/>	Évora <input type="checkbox"/>	Porto <input type="checkbox"/>	Viana do Castelo <input type="checkbox"/>
Beja <input type="checkbox"/>	Faro <input type="checkbox"/>	Portugal Continental <input type="checkbox"/>	Vila Real <input type="checkbox"/>
Braga <input checked="" type="checkbox"/>	Guarda <input type="checkbox"/>	RA Açores <input type="checkbox"/>	Viseu <input type="checkbox"/>
Bragança <input type="checkbox"/>	Leiria <input type="checkbox"/>	RA Madeira <input type="checkbox"/>	
Castelo Branco <input type="checkbox"/>	Lisboa <input type="checkbox"/>	Santarém <input type="checkbox"/>	
Coimbra <input type="checkbox"/>	Portalegre <input type="checkbox"/>	Setúbal <input type="checkbox"/>	

▪ **Local/is a abranger** (optativo) "[clicar aqui e escrever]"

▪ **Tipo de iniciativa** (para seleccionar a opção correta, copiar e colocar o símbolo ou clicar uma vez no quadrado)

Auditorias/Normas de Qualidade/Certificação <input type="checkbox"/>	Informação/Campanhas de sensibilização <input type="checkbox"/>
Contratos Coletivos de Trabalho <input type="checkbox"/>	Legislação <input type="checkbox"/>
Prémios/Concursos <input type="checkbox"/>	Investigação/Avaliação/Análise (estudos) <input type="checkbox"/>
Planos estratégicos/Programas de Ação <input type="checkbox"/>	Formação (workshops, cursos, ações de formação) <input type="checkbox"/>
Conferências, seminários, debates, tertúlias (ex. <i>world café</i>) <input type="checkbox"/>	Voluntariado: <i>standards</i> ; códigos de consulta <input type="checkbox"/>
Intercâmbio de experiências/boas práticas <input type="checkbox"/>	Outro <input checked="" type="checkbox"/> Qual? Desfile de Moda
Programas de financiamento <input type="checkbox"/>	

▪ **Tipo de compromisso** (para seleccionar o eixo correto e o tema subjacente, copiar e colocar o símbolo ou clicar uma vez no quadrado)

A iniciativa não deverá ter fins lucrativos. De preferência, não deverá corresponder a ações correntes, mas sim a ações planificadas de raiz ou que contribuam cabalmente para o AEEASG. Ainda que tenha efeitos em vários eixos e temas, a iniciativa deverá ser classificada, prioritariamente, só em um dos eixos e apenas num dos temas subjacentes.

1. EMPREGO, Trabalho e

Aprendizagem ao Longo da Vida

Sensibilização para o emprego, trabalho e ALV seniores
 Estudos e práticas sobre emprego, trabalho e ALV seniores
 Estratégias de gestão da idade no emprego (ex. micro crédito)
 Serviços de Emprego para trabalhadores seniores
 Benefícios fiscais/sistemas de seguros sociais favoráveis ao emprego
 Condições saudáveis de trabalho
 Aprendizagem ao longo da vida/aquisição de competências
 Não-discriminação quanto à idade
 Coaching/ troca de experiências
 Outro "[clicar aqui/escrever qual]"

▪ **Parcerias e articulações formais**

Loja de Roupas Punt Roma – Braga Parque Loja nº 2090 - piso 2

2. PARTICIPAÇÃO NA SOCIEDADE

(Solidariedade e Diálogo Intergeracional; Voluntariado e Participação Cívica)

Diálogo, cooperação e aproximação entre gerações
 Sensibilização para o envelhecimento ativo e cooperação entre gerações
 Estudos e práticas sobre envelhecimento ativo e intergeracionalidades
 Participação na tomada de decisões (nas instituições, nas comunidades)
 Conciliação de responsabilidades laborais e familiares
 Apoio para cuidadores (informais)
 Suporte ao envolvimento social e voluntariado
 Aumento da literacia digital
 Estímulo à criação de entidades representativas das pessoas idosas
 Outro "[clicar aqui/escrever qual]"

3. VIDA AUTÓNOMA

(Saúde, Bem-estar e Condições de Vida)

Sensibilização (saúde, bem-estar e, ou condições de vida das/os mais velhas/os)
 Estudos e práticas (saúde, bem-estar e, ou condições de vida das/os mais velhas/os)
 Ambientes, Bens e Serviços amigos-das-pessoas idosas
 Transportes acessíveis e económicos
 Habitações e serviços adaptados/com acessibilidade
 Segurança (doméstica, pública)
 Acesso a ajudas técnicas/tecnológicas
 Promoção da saúde e cuidados de saúde preventivos
 Cuidados continuados/longa duração e de reabilitação
 Segurança económica (rendimentos)
 Outro "[clicar aqui/escrever qual]"

O objetivo do AEEASG é angariar o máximo número possível de compromissos ou iniciativas, de forma a criar impacte na sociedade europeia, melhorando a qualidade de vida de todos os cidadãos e todas as cidadãs.

3 de 4



FICHA DE INICIATIVAS

(preencher 1 ficha/formulário por cada iniciativa | enviar para aeeasg@seg-social.pt)

<http://www.puntroma.com/>

Loja de Roupas	Cortefiel – Braga Parque Loja nº 2030 – piso 2 http://www.cortefiel.com/
Fotógrafo	Bento Fotógrafo – Ferreiros
Cabeleireiro	Associação Portuguesa de Cabeleireiros e Estética de Braga - Rua São Sebastião, nº76/84 R/C

3= ANEXOS (optativo)

Poderão ser colocados *links*/ligações relevantes para a iniciativa.

Caso anexe documentos digitais ao formulário (ex. brochura; calendarização; cartaz; relatório), queira identificá-los.

"[clicar aqui e escrever]"

"[clicar aqui e escrever]"

Colaboração para a atualização do *website* da Santa Casa da Misericórdia de Braga

(disponível <http://www.scmbraga.net/social907.htm>)

A NOSSA HISTÓRIA

Nos anos 50 foi instalado o ABRIGO MATERNAL "MÃE DE DEUS" para receber mães solteiras, durante a gravidez e pós parto.

Em 1978 foi objecto de obras de adaptação a Lar de Terceira Idade, que foram concretizadas em 1980, dispondo nessa altura de 11 quartos com duas camas, 2 quartos individuais, instalações sanitárias, sala de convívio, refeitório, copa, posto médico, enfermaria e capela.

O Lar N^o Senhora da Misericórdia iniciou a sua actividade em Maio de 1980, com capacidade para 25 idosos, o Centro de Dia N^o Senhora da Misericórdia em Agosto do mesmo ano.

Em 1997, devido ao prédio se encontrar bastante degradado, foram projectadas obras com o objectivo de beneficiar e remodelar as instalações, melhorar cada vez mais o conforto e o bem-estar dos utentes, e facilitar as tarefas às funcionárias.

Estas obras tiveram uma duração de 3 anos, tendo sido executadas por fases, com o Lar em pleno funcionamento.

Tendo sido concluídas no ano de 2000, permitiram ainda melhorar substancialmente as instalações do Centro de Dia, instalar e equipar uma cozinha que fornece também refeições para os utentes do Apoio Domiciliário.

Para além destes melhoramentos, aproveitou-se a oportunidade para transferir a capela para outro local, mais amplo, e com melhores condições de funcionamento, dignificando o culto religioso, interno e público, melhorando desta forma a sua comodidade e funcionalidade.

A inauguração oficial destas renovadas e ampliadas instalações, para além da assinalável presença de irmãos, utentes e Diretores da Instituição, teve ainda a presença de Sua Ex.^a Reverendíssima o Senhor Arcebispo Primaz e Senhor Arcebispo Emérito, o senhor Vice-Governador Civil, o senhor Presidente da Câmara Municipal e o senhor Diretor do Sub-Regional da Segurança Social de Braga, para além de Provedores e Mesários de outras Instituições do Norte do país.

LAR DE TERCEIRA IDADE N^o. SENHORA DA MISERICÓRDIA

LOCALIZAÇÃO: Edifício situado no Largo de Santa Tecla.

Com estes melhoramentos, passou o edifício a dispor de:

- 14 quartos com duas camas;
- 5 quartos individuais;
- Quartos com varanda;
- Espaços amplos (terraços, Jardim, salas de convívio, capela);
- Lavandaria;
- Gabinete Médico;
- Gabinete da Direção Técnica;
- LCD;

- Aquecimento central.

Tem capacidade para 33 idosos de ambos os sexos.

Serviços disponibilizados:

- Alojamento;
- Alimentação (almoço/lanche/jantar);
- Saúde;
- Higiene Pessoal;
- Limpezas/Roupas
- Ocupação e animação;
- Yoga.

Acessibilidade para privilegiar a autonomia:

- § Circulação sem obstáculos em todo o edifício;
- § Casas de banho com acessibilidade total e com ajudas técnicas adequadas;
- § Corrimão em todos os corredores e escadas;
- § Apoio nas cadeiras e maples / sofás;
- § Elevador;
- § Chão anti-derrapante.

Recursos humanos:

- Assistente Social
- Médico Assistente
- Enfermeiro
- Animadora
- Professor de Yoga
- Cozinheira
- Ajudantes de Cozinha
- Ajudantes de Lar
- Motorista
- Assistência Religiosa

CENTRO DE DIA N.ª. SENHORA DA MISERICÓRDIA

LOCALIZAÇÃO: Situado no Largo de Santa Tecla, no mesmo edifício onde está situado o Lar de Terceira Idade.

CAPACIDADE: Tem capacidade para 25 idosos, muito embora durante o corrente ano de 2012 a frequência média tenham sido de 17 utentes.

Serviços disponibilizados:

- Serviços de Higiene;
- Alimentação (almoço/lanche/jantar);
- Transporte;
- Ocupação e animação;
- Yoga.

Acessibilidade para privilegiar a autonomia:

- Circulação sem obstáculos em todo o edifício
- Casas de banho com acessibilidade total e com ajudas técnicas adequadas
- Apoio nas cadeiras e maples / sofás
- Chão anti-derrapante

Equipamentos disponibilizados:

- LCD
- Jardim (conjunto com o Lar Nº Srª da Misericórdia)
- Capela (conjunta com o Lar nº SRª da Misericórdia)
- Gabinete da Direção Técnica
- Cozinha
- Lavandaria (em comum com o Lar)
- Garagem
- Possui uma viatura "MERCEDES BENZ" que faz o transporte de casa, passam algumas horas do dia em convívio, evitando a solidão, e regressam a casa depois das 17 horas, sendo novamente transportados pela mesma viatura.

Recursos humanos:

- Assistente Social
- Animadora
- Professor de Yoga
- Cozinheira
- Ajudantes de Cozinha
- Ajudantes de Lar / Centro de Dia
- Motorista
- Assistência Religiosa

Animação

Ambas as respostas sociais possuem um plano anual de atividades. Com a sua implementação, e pondo em prática o conceito de animação na 3ª idade, procura-se proporcionar momentos e experiências saudáveis, ativas e adequadas às necessidades dos utentes. Nesse sentido, propõem-se algumas atividades do foro cultural, social, lúdico, estimulativo, educativo, familiar, cognitivo, turístico e religioso. Ao adotar estas práticas, assume-se a responsabilidade de não deixar ao acaso o que o Cliente deseja, o que lhe dá mais prazer e contribuir para o seu envelhecimento bem sucedido/activo. Exemplos de actividades desenvolvidas neste âmbito:

- § Visitas a locais culturais, recreativos e religiosos;
- § Jogos estimulativos;
- § Hora do canto e do conto;
- § Ginástica adaptada;
- § Teatro;
- § Culinária;
- § Arte decorativa;

§ Entre outras.

A finalidade é proporcionar alegria, boa disposição, convívio, auto-estima, desenvolvimento cognitivo, social e pessoal e relações inter-pessoais. Devido à heterogeneidade dos Clientes, a nível funcional, as práticas propostas são divididas de acordo com o seu grau de dependência.

Estágios

O Lar Nossa Senhora da Misericórdia é receptivo a uma panóplia de estágios durante o ano. Esta prática corrente transforma-se numa mais-valia institucional, uma vez que a complementaridade de todos os aprendizados se reflete na melhoria biopsicossocial do Cliente. No presente ano de 2012, estes exploram as áreas de Educação, Psicologia, Medicina, Enfermagem, Geriatria e Produção de Eventos, promovidas respectivamente pela Universidade do Minho, Universidade Católica Portuguesa e Escola Secundária de Maximinos, e Empresas de Formação/ Escolas Profissionais sobre a orientação da Diretora Técnica Isabel Rocha.

APOIO DOMICILIÁRIO

Situado no Largo de Santa Tecla, no mesmo edifício onde está situado o Lar de Terceira Idade e o Centro de Dia N.º. S.º. da Misericórdia.

Em Junho de 1999, a Mesa Administrativa desta Santa Casa da Misericórdia celebrou um acordo de cooperação com o Sub-Regional de Segurança Social de Braga, para 14 utentes. Para o desenvolvimento e apoio desta atividade foram transferidas 3 funcionárias doutro departamento da Instituição, que frequentaram um curso de formação, específico a esta atividade.

Foi adquirida uma viatura, em 1999, para transporte das refeições e das funcionárias ao domicílio dos utentes, para prestarem os cuidados de higiene pessoal e conforto, arrumação e pequenas limpezas da casa, tratamentos de roupas e outros cuidados que sejam solicitados.

Este serviço de apoio domiciliário é uma resposta social, que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados ao domicílio, a idosos e idosas, quando por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou as atividades da vida diária.

É o único serviço de ação social que permite às pessoas idosas uma vida normal e integrada, e ao mesmo tempo, permanecer na sua residência, mantendo a privacidade e o estilo de vida aos utentes.

Iniciou a sua atividade em Fevereiro de 1999.

ANEXO IX: Documentos redigidos e publicados

Notícias referentes às atividades:

- “Sessão de esclarecimento sobre segurança”
- “Sessão Musical”
- “Sessão de Dança”
- Ação de formação (colaboração com o estágio na área de Psicologia)
- Ação de sensibilização (colaboração com o estágio na área de Psicologia)

Outros:

- Publicação no Boletim Semestral da Santa Casa da Misericórdia de Braga
- Cartaz construído para exposição no seminário “Envelhecimento Ativo: Uma Geração de Todos com Todos. Uma Oportunidade Multifacetada”.

Idosos da Misericórdia de Braga alertados para segurança

O centro de dia Nossa Senhora da Misericórdia de Braga acolheu, no passado dia 1, pelas 15h00, uma sessão de esclarecimento dinamizada por dois agentes da PSP no âmbito do programa "Apoio 65

– Idosos em Segurança".

A iniciativa da diretora técnica Isabel Rocha contou com a colaboração da estagiária Rita Marques, aluna do mestrado em Educação da Universidade do Minho, e pretendeu

sensibilizar os utentes para algumas questões relacionadas com a sua segurança.

Deste modo, foi proporcionada aos seniores uma tarde animada, num ambiente produtivo. Os agentes, utilizando

uma linguagem acessível, deram exemplos de situações a prevenir e facultaram informação, comentando também episódios vividos pelos participantes, tirando dúvidas e sugerindo procedimentos.



Agentes da PSP sensibilizaram e tiraram dúvidas

Notícia publicada no jornal "Diário do Minho", no dia 10 de fevereiro de 2012 a propósito da atividade "Sessão de esclarecimento sobre segurança"

Misericórdia de Braga promove sessão musical para idosos



O Lar e o Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia promoveram a dinamização de uma sessão musical junto dos idosos.

A iniciativa contou com a colaboração voluntária do professor de Educação Musical Carlos Fernandes.

Tendo como referência a música tradicional portuguesa, os meios utilizados nesta prática musical foram o canto e a percussão corporal e instrumental.

A atividade surgiu no âmbito do estágio da aluna do Mestrado em Educação da Universidade do Minho Rita Marques e desenvolveu-se com a supervisão da diretora técnica, Isabel Rocha, que sublinhou o interesse deste tipo de iniciativas para a comunidade institucional.

Notícia publicada no jornal Diário do Minho, no dia 27 de fevereiro a propósito da atividade "Sessão musical"

Sessão de dança anima idosos da Misericórdia

Uma sessão de dança com os utentes, animou recentemente o Lar e Centro de Dia da Senhora da Misericórdia, em Braga.

A iniciativa foi promovida por Rita Marques, no âmbito do estágio em Educação da Universidade do Minho, dirigido à relação entre a animação e a qua-

lidade de vida.

A atividade desenvolveu-se com a supervisão da diretora técnica Isabel Lopes Rocha e pretendeu proporcionar aos idosos um momento saudável, de alegria, convívio e exercício físico, atendendo aos seus gostos e interesses. A colaboração voluntária



Salsa, valsa e tango foram alguns dos estilos ensaiados

dos professores da Escola de Dança Arte em Movimento, de Viana do Castelo (Paula Brites e João Sá) foi essencial.

A sessão contou com momentos de exibição de coreografias do par, alternados com danças conjuntas, entre convidados e participantes. Salsa, sam-

ba, valsa e tango, foram alguns dos tipos de dança experimentados. Os utentes com mobilidade reduzida contaram com coreografias adequadas, exercitando mãos e braços.

Esta iniciativa foi desenvolvida no âmbito do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo.

Notícia redigida e publicada no jornal Diário do Minho a propósito da atividade “Sessão de Dança”

“Eu Compreendo a Pessoa, Não Compreendo o Alzheimer” foi o mote para a ação de formação que decorreu no Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia.

A iniciativa surgiu no âmbito do estágio na área de Psicologia Clínica e da Saúde da aluna Raquel Cunha, sob a orientação técnica da diretora, Isabel Rocha.

A iniciativa teve como principal objetivo fomentar conhecimentos sobre a demência de Alzheimer, salientando a importância da relação entre cuidador e utente.

A sessão, com bastante adesão, teve a duração de 1h00. A ação dirigiu-se a todas as colaboradoras do lar, centro de dia, pessoal da cozinha e estagiários presentes na instituição.

Os exemplos práticos favoreceram a proximidade necessária à participação



Funcionários da Misericórdia sensibilizados para a Alzheimer

Misericórdia forma colaboradores

ativa dos envolvidos, que responderam com empenho às solicitações da estagiária.

Segundo os promotores, esta iniciativa cons-

tituiu uma oportunidade de promover a formação contínua dos cuidadores de idosos, melhorando a qualidade dos serviços prestados.

A formação contribuiu, assim, para a contínua humanização, através do desenvolvimento de competências pessoais e sociais.

Notícia publicada no jornal Diário do Minho a propósito da Ação de Formação

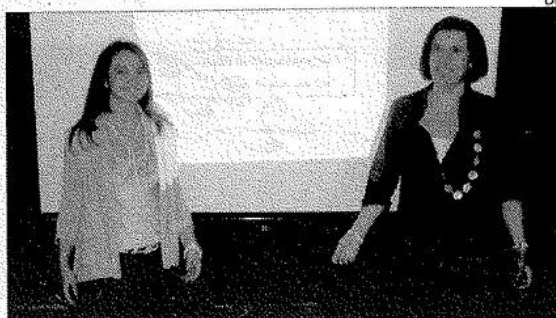
(colaboração com o estágio na área de Psicologia)

Ação sensibilizou idosos

O Lar Nossa Senhora da Misericórdia promoveu, no passado dia 13, uma ação de sensibilização intitulada "A vida começa aos 65", no âmbito do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações.

A sessão decorreu durante a tarde e contou com a participação de utentes das diversas respostas sociais para idosos que a Santa Casa da Misericórdia de Braga promove.

A sua dinamização foi levada a cabo pela aluna Raquel Cunha, que desenvolve o seu estágio na



Sessão sensibilizou idosos para o envelhecimento ativo

área de Psicologia Clínica e da Saúde, sob a orientação técnica da diretora Isabel Lopes Rocha.

Esta prática pretendeu dar a conhecer um conjunto de estratégias e técnicas que promovam o enve-

lhecimento ativo. A par de definições e questões mais teóricas, foram discutidas estratégias para lidar com a solidão e as perdas, bem como formas de encontrar suporte social para um envelhecimento ativo.

De destacar o envolvimento efetivo dos utentes, que participaram com opiniões e partilhando a sua experiência de vida.

Notícia publicada no jornal Diário do Minho a propósito da Ação de Sensibilização
(colaboração com o estágio na área de Psicologia)

"O Cantinho das Estagiárias"

Isabel Rocha

Daniela Marinho
Raquel Cunha
Rita Marques

O Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia, desenvolve atualmente, três estágios que exploram as áreas de Educação, Psicologia e Produção de Eventos, promovidas respectivamente pela Universidade do Minho, Universidade Católica Portuguesa e Escola Secundária de Maximinos, sob a orientação da Diretora Técnica Isabel Rocha.

Com diferentes propósitos, estas atuações coincidem na sua finalidade, ou seja, contribuem para a melhor qualidade de vida dos idosos desta Instituição.

A área de educação, é baseada em recursos, técnicas e métodos de animação, com ações ajustadas às necessidades e interesses dos utentes. Das actividades realizadas podem destacar-se, a construção de um calendário para orientação, do mês, dia e aniversário de cada utente, uma sessão de esclarecimento realizada pela PSP, sobre algumas questões relacionadas com a segurança dos utentes em casa, sessão musical com orientação de um professor de música e tarefas de jardinagem que consistem na ornamentação de vasos e plantação de flores.

No âmbito da psicologia, realizam-se intervenções individuais e em grupo que, recorrendo a técnicas cognitivo-comportamentais adaptadas às necessidades dos envolvidos, visam o seu bem-estar psicológico. Serão também desenvolvidas duas ações de formação, dirigidas às colaboradoras, subordinadas à temática Alzheimer, tendo como designação "Eu não compreendo o Alzheimer, Compreendo a Pessoa".

Em paralelo, a Produção de Eventos pretende organizar uma passagem de modelos, no jardim do Lar Nossa Senhora da Misericórdia, tendo como protagonistas os idosos, os netos, as colaboradoras do lar, e também contará com o patrocínio de várias lojas de roupa, assim como cabeleireiro, maquilhadora e fotógrafo. Este desfile é aberto a toda a comunidade. Segundo uma perspectiva que encara o idoso como

detentor de uma vasta experiência e sabedoria, estas actuações baseiam-se numa visão humanista e no estabelecimento de relações de empatia e confiança.

Uma realização consistente das actividades e as aprendizagens permitidas contaram com a fundamental cooperação e apoio da directora técnica Dr.ª Isabel Rocha, e sustentam-se também na sua compreensão e disponibilidade, a par da valiosa colaboração das funcionárias e corpo administrativo da Instituição. A todos eles, e naturalmente aos utentes destas valências, pelas oportunidades que nos facultam, merecem um agradecimento especial.



Texto redigido e publicado no Boletim Semestral da Santa Casa da Misericórdia
(edição nº12, maio de 2012)



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BRAGA

LAR E CENTRO DE DIA NOSSA SENHORA DA MISERICÓRDIA

CONTRIBUTO DO ACOLHIMENTO DE ESTÁGIOS NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO | 2012

Diretora Técnica: Isabel Mesquita Lopes Rocha
Email: isabel.rocha@scbraga.pt | Telefone: 253611457
Largo de Santa Tecla – S. Victor, BRAGA



ESTÁGIO DESENVOLVIDO NO ÂMBITO DO MESTRADO EM EDUCAÇÃO
ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO EM EDUCAÇÃO DE ADULTOS E INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA

Educação

Projecto
"Qualidade de vida na terceira idade: o contributo da animação"

Finalidade
Promover a qualidade de vida na população idosa através da animação.

Público-alvo
Utentes das duas respostas sociais - Lar e Centro de Dia.

Alguns dos objectivos
Dinamizar a instituição;
Fomentar a auto-estima;
Valorizar capacidades, interesses, motivações e saberes;
Proporcionar momentos de actividades artísticas e criatividade;
Promover o contacto entre os idosos e os jovens;
Proporcionar contactos intergeracionais.

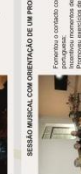
Algunas das actividades desenvolvidas



CONSTITUIÇÃO DE UM CALENDÁRIO
Foi realizada uma actividade de sensibilização para a importância da elaboração de um calendário comunitário, com o contributo de todos os utentes.



ORNAMENTAÇÃO DE VASOS E PLANTAÇÃO DE FLORES
Após a actividade de sensibilização, os utentes participaram na plantação de flores em vasos, com o contributo de todos os utentes.



SENSIBILIZAÇÃO DE UM PROFESSOR DE MÚSICA
Foi realizada uma actividade de sensibilização para a importância da música na terceira idade, com o contributo de todos os utentes.

Rita Daniela Ferreira Marques



ESTÁGIO DESENVOLVIDO NO ÂMBITO DO CURSO PROFISSIONAL DE ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Organização de Eventos

Projecto
"A Santa Casa está na moda: modelos por um dia"

Finalidade
Proporcionar aos idosos um contacto diferenciado com outras gerações bem como o contacto com o exterior e a comunidade.

Público-alvo
Utentes das duas respostas sociais - Lar e Centro de Dia.

Alguns dos objectivos
Estabelecer e aumentar a solidariedade entre gerações;
Desenvolver o espírito de grupo e a coesão;
Aproximar a instituição e os seus utentes da comunidade;
Contribuir para a auto-estima e valorização pessoal dos participantes;
Ultrapassar uma sociedade compartimentada por idades.

Algunas das actividades desenvolvidas



VISTA DE JORNAL VOLUNTÁRIOS DO C.A.R.
Módulo orientado para a sensibilização dos utentes para a importância da leitura e do jornalismo, com o contributo de todos os utentes.



LETURAS DE LIVRO "O PASSADO DA ALMA"
Foi realizada uma actividade de leitura do livro "O Passado da Alma", com o contributo de todos os utentes.



DESFILE DE MODA INTERGERACIONAL



Daniela Filipa Fernandes Monteiro



ESTÁGIO DESENVOLVIDO NO ÂMBITO DO MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

Psicologia

Projecto
"Bem-estar psicológico nos idosos: contributo da intervenção psicológica"

Finalidade
Proporcionar aos idosos institucionalizados bem-estar psicológico e emocional.

Público-alvo
Utentes das duas respostas sociais - Lar e Centro de Dia.

Alguns dos objectivos
Acompanhamento de seis casos clínicos;
Programa de intervenção em grupo;
Acção de formação dirigida às colaboradoras;
Acção de sensibilização destinada aos idosos.

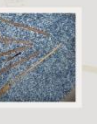
Algunas das actividades desenvolvidas



ACÇÃO DE FORMAÇÃO E ACÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO
Foi realizada uma acção de formação e sensibilização para os colaboradores, com o contributo de todos os utentes.



ORIENTAÇÃO ESPACIO TEMPORAL
Foi realizada uma actividade de orientação espaço-temporal, com o contributo de todos os utentes.



MEMÓRIA
Foi realizada uma actividade de memória, com o contributo de todos os utentes.

Raquel de Castro Cunha

ANEXO X: Instrumentos utilizados na avaliação final

- Ficha de avaliação – utentes do Centro de Dia
- Inquérito por questionário – Funcionárias do Centro de Dia
- Guião de entrevista semiestruturada final à acompanhante de estágio

Ficha de Avaliação dirigida aos utentes do Centro de Dia

1. As atividades desenvolvidas ao longo do estágio corresponderam às suas expectativas?

Sim	Não
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Gostou de participar nas atividades?

Sim	Não
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. O que achou das atividades?

Úteis	Interessantes	Desadequadas	Inúteis
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Porquê?

4. As atividades desenvolvidas promoveram o seu bem-estar enquanto utente do centro de dia?

Muito	Pouco	Nada
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. As atividades contribuíram para um melhor relacionamento entre os utentes?

6. Gostaria de continuar a participar em mais atividades como as que desenvolvemos?

Sim	Não
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Obrigada pela sua Opinião!

Inquérito por questionário dirigido às funcionárias do Centro de Dia

Este questionário, desenvolvido no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado em Educação, na Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, pretende recolher informação sobre as atividades desenvolvidas junto dos utentes e, assim, contribuir para a avaliação do projeto de estágio.

Os dados recolhidos serão tratados confidencialmente.

1. Como classifica a minha adaptação à instituição ao longo do período de estágio?

Excelente	Boa	Razoável	Má
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Que apreciação faz das atividades desenvolvidas?

Excelente	Boa	Razoável	Má
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 2.1 Justifique a sua resposta.

3. Dada a sua proximidade com os utentes e o acompanhamento das atividades desenvolvidas, considera que as mesmas contribuíram para a qualidade de vida dos mesmos?

Muito	Pouco	Nada
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 3.1. Justifique a sua resposta.

4. Dada a sua proximidade com os utentes e o acompanhamento das atividades desenvolvidas, considera que as mesmas contribuíram para o bom relacionamento entre os mesmos?

Muito	Pouco	Nada
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.1. Justifique a sua resposta.

5. De forma geral, como classifica o meu desempenho ao longo do estágio?

Excelente	Bom	Razoável	Mau
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5.1. Justifique a sua resposta.

Obrigada pela sua colaboração!

Entrevista à Diretora Técnica e Acompanhante de Estágio – Dr.^a Isabel Rocha

1. O projecto proposto e implementado foi de encontro aos objectivos e interesses da instituição?
2. Considera que o interesse dos utentes foi tido em conta?
3. Relativamente ao meu desempenho, considera que consegui estabelecer uma relação de confiança com os utentes, profissionais e colaboradores da instituição?
4. Como analisa a integração deste estágio no funcionamento da instituição?
5. As atividades desenvolvidas foram adequadas ao contexto, às características e expectativas do público-alvo?
6. Na sua opinião, em que medida as atividades implementadas beneficiaram a qualidade de vida dos utentes do Lar e Centro de Dia?
7. As atividades contribuíram para o melhor relacionamento interpessoal entre os utentes?
8. Atendendo à colaboração próxima que mantivemos, o que destacaria no meu desempenho durante o estágio?
9. Pensa que é importante a presença de um profissional com formação nesta área de especialização, para o bom funcionamento da instituição?

Anexo XI: Participação em Seminários



Associação Gerações

Educação, Solidariedade e Serviços

Certifica-se que Rita Daniela Ferreira Marques participou no Seminário "Dar Vida aos Anos: Envelhecimento Activo", promovido pela Associação Gerações a 8 de Março de 2012, na Biblioteca Municipal Camilo Castelo Branco, com a duração de 4 horas.

Vila Nova de Famalicão, 8 de Março de 2012

Presidente da Direcção


Associação Gerações
Educação, Solidariedade e Serviços
Dr. Mário Martins

Associação Gerações: Educação, Solidariedade e Serviços

Contactos : 252 374 480 | 252 374 918 | 93 288 66 44 Fax: 252 374 919

E-mail: geral@associaogaeracoes.com www.associaogaeracoes.com

Avenida Marechal Humberto Delgado, n.º 499-515 | 4760-012 Vila Nova de Famalicão



Universidade do Minho
Instituto de Educação

CERTIFICADO

Seminário: *Envelhecimento Ativo Reflexões e Práticas*

Certifica-se que,

Rita Daniela Ferreira Marques



participou no SEMINÁRIO sobre *ENVELHECIMENTO ATIVO: REFLEXÕES E PRÁTICAS*, realizado pelo Departamento de Teoria da Educação Artística e Física do Instituto de Educação da Universidade do Minho, no dia 19 de Março de 2012.

P.ª A Comissão Organizadora

Daniela Filipa Santos Araújo



Certifica-se que

Rita Daniela Ferreira Marques

**esteve presente no Seminário . Os Principais Desafios das Instituições,
Como fazer bem? Como gerir ainda melhor?,
realizado no âmbito do Mês da Solidariedade, no dia 12 de Abril de 2012
promovido pela Câmara Municipal de Vieira do Minho.**

[Signature]
Dr. Presidente da Câmara
(Dr. Jorge Dantas)

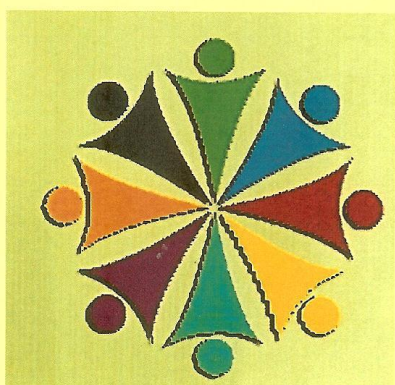


CERTIFICADO

Certifica-se que,

Rita Daniela Ferreira Marques

participou no IV SEMINÁRIO DE EDUCAÇÃO DE ADULTOS E INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA, realizado pelo Departamento de Teoria da Educação e Educação Artística e Física no Instituto de Educação da Universidade do Minho, no dia 3 de Maio de 2011.



P' A Comissão Organizadora

País Rui de Pinho



Universidade do Minho



ENVELHECIMENTO E VULNERABILIDADES IMPLICAÇÕES NA INTERVENÇÃO GERONTOLÓGICA 4 MAIO 2012 | CATÓLICA BRAGA

Rita Daniela Ferreira Marques

Certifica-se que

esteve presente como Participante nas III Jornadas de Gerontologia Social - "Envelhecimento e Vulnerabilidades – Implicações na Intervenção Gerontológica", que se realizaram no dia 4 de maio de 2012 na Faculdade de Ciências Sociais da Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga.



Comissão Organizadora:

Professor Doutor António Palha

Doutoranda Cristina Silva

Alunos do Mestrado em Gerontologia Social Aplicada

Professora Doutora M^ª Engrácia Leandro

Diretora da Faculdade de Ciências Sociais

Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BRAGA



Certificado de Participação

Este certificado é concedido a

Rita Daniela Ferreira Marques

Por participar no seminário “*Envelhecimento Ativo: Uma Geração de Todos com Todos. Uma Oportunidade Multifacetada*”, promovido pela Santa Casa da Misericórdia de Braga, no dia 27 de Junho de 2012.

Braga, 27 de Junho de 2012.

O Provedor

Bernardo Reis

ANEXO XII: Autorização da instituição (para a utilização do nome da mesma e de registos fotográficos no relatório de estágio)

Braga, 29 de Junho de 2012

Ex.mo Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Braga,

Doutor Bernardo Reis

Para efeitos do Relatório de Estágio do Mestrado em Educação, com especialização na área de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, intitulada "Qualidade de Vida na Terceira Idade: o contributo da animação", realizado por mim, Rita Daniela Ferreira Marques, foram captadas imagens fotográficas ao longo do período de estágio, entre outubro de 2011 e junho do presente ano, supervisionado pela Diretora Técnica Isabel Lopes Rocha, no Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia. Sendo que as mesmas não pretendem expor ou comprometer a identidade dos utentes, venho por este meio pedir a sua autorização para que possa incluí-las no seu Relatório de Estágio, bem como referir o nome da instituição.

A aluna estagiária,

Rita Marques
(Rita Daniela Ferreira Marques)

A Directora Sr. Isabel Rocha, tem conhecimento de
se vê algum inconveniente na utilização das
fotografias feitas sob o seu controlo. Pela nossa
parte não vemos qualquer inconveniente.

[Signature]
2012.06.29

Não vejo inconveniente nenhum
A Directora Técnica

[Signature]
Isabel Lopes Rocha

Anexo XIII: Parecer da Acompanhante de Estágio



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BRAGA
Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia

PARECER

Para os devidos efeitos, eu, Isabel Maria Mesquita Barbosa Lopes Rocha, Diretora Técnica do Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia da Santa Casa da Misericórdia de Braga, situada no Largo de Santa Tecla, S. Vitor, Braga, declaro que Rita Daniela Ferreira Marques desenvolveu, entre 01 de Outubro e 30 de Junho de 2012, um processo de investigação e intervenção no âmbito do seu estágio curricular integrado no Mestrado em Educação, Área de especialização de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.

Após o final do estágio realizado, em síntese posso expor a atuação da estagiária nos vários aspetos que me foram dados a observar. A estagiária desenvolveu diversas atividades no âmbito da animação sociocultural com os utentes do Lar e Centro de Dia, tendo sempre presente o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações. Ao longo do estágio este tema foi uma inspiração, como forma de mudar mentalidades sobre a sua pertinência e pelas suas vantagens no retardamento do processo de envelhecimento e patologias provenientes.

A implementação do seu projecto compreendeu atividades do foro cultural, social, lúdico, estimulativo, educativo, cognitivo, entre outras. As mesmas proporcionaram momentos e experiências saudáveis e ativas, adequadas às características, gostos e interesses dos utentes.

De salientar a disponibilidade que sempre revelou a qualquer solicitação pedida e o entusiasmo que sempre colocou em tudo o que conseguiu realizar. Neste sentido, a sua presença beneficiou não só os utentes, em particular, mas a instituição em geral, com o seu envolvimento em diversas atividades não previstas no seu plano mas que foram de encontro aos objectivos do projecto.

Entre elas algumas realizadas em colaboração com a animadora, bem como no apoio a atividades realizadas no âmbito de outros estágios. A estagiária também contribuiu com a redacção de várias notícias relativas a acontecimentos institucionais e outros textos, que foram publicados. A Rita colaborou ainda para um seminário promovido pela Santa Casa da Misericórdia de Braga, tendo construído um cartaz que demonstra o contributo dos estágios desenvolvidos nesta instituição na promoção do envelhecimento ativo. Esteve ainda presente em iniciativas institucionais como acções de formação dirigidas às colaboradoras e fez acompanhamento de passeios aos exterior com os utentes.



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BRAGA
Lar e Centro de Dia Nossa Senhora da Misericórdia

Numa fase inicial do estágio mas também durante todo o período do mesmo, a Rita teve também um importante papel na realização de diversas “Fichas de caracterização individual do cliente”, sobretudo no Centro de Dia mas também no Lar.

Durante este estágio a aluna demonstrou um grande espírito de iniciativa, originalidade e acima de tudo uma excelente postura quer a nível académico quer a nível pessoal. Posso pois afirmar que a aluna em causa teve uma atitude muito positiva e proactiva relativamente à velhice, proporcionando aos sêniore momentos de alegre convívio.

Em todas as atividades que desenvolveu, sempre manifestou enorme empenho nas suas tarefas, uma grande boa vontade, compreensão e afetividade, que cativaram os diversos utentes e todos com quem se relacionou na instituição.

O projeto implementado foi muito bem conseguido pois a estagiária contribuiu para que a passagem pela reforma não seja um caminho de opressão mas sim uma forma de combate à postura estática e inerte, favorecendo desta maneira o envelhecimento activo, cumprindo com muito êxito todos os objetivos que foram propostos.

Braga, 11 de Julho de 2012

A Diretora Técnica,

(Isabel Lopes Rocha)