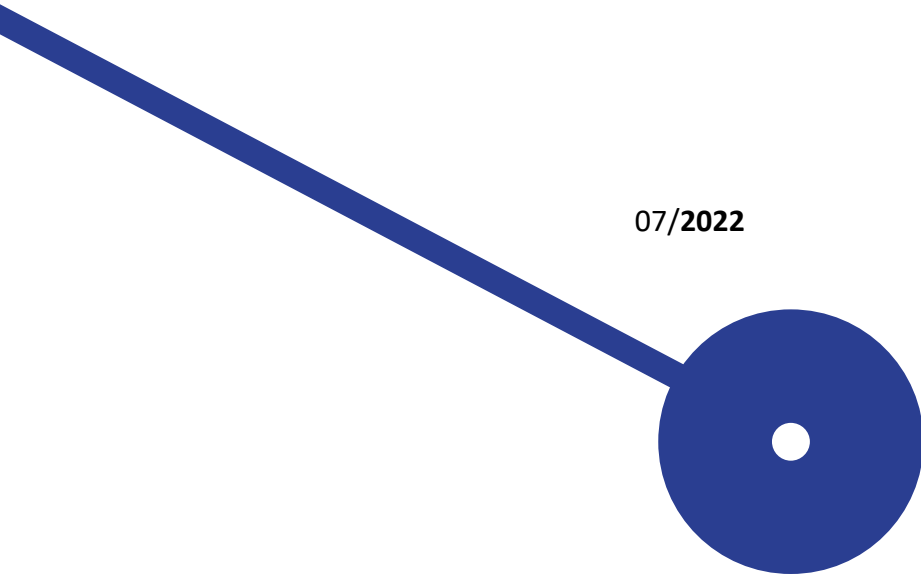


M

MESTRADO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL
ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO EM AÇÃO PSICOSSOCIAL EM CONTEXTOS DE RISCO

**“Idade D’Ouro Ativa (mente)”
Um Projeto de Educação e Intervenção
Social com Pessoas Adultas Mais Velhas
Ana Patrícia Félix Ferreira Ribeiro**

07/2022



Politécnico do Porto

Escola Superior de Educação

Ana Patrícia Félix Ferreira Ribeiro

“Idade D’Ouro Ativa(mente)”

Um Projeto de Educação Intervenção Social com Pessoas Adultas Mais Velhas

Relatório de Projeto

Mestrado em Educação e Intervenção Social: Especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco

Orientação: Prof.^a Doutora Maria João Carvalho

Coorientação: Prof.^a Doutora Joana Cruz

Porto, julho de 2022

“Ser genuíno também envolve a disposição para ser e expressar, (...) os vários sentimentos e atitudes que existem em mim. É somente dessa maneira que o relacionamento pode ter realidade, e realidade parece ser profundamente importante como uma primeira condição. É somente ao apresentar a realidade genuína que está em mim, que a outra pessoa pode procurar pela realidade em si com êxito”.

(Rogers, 1997, p. 39)

AGRADECIMENTOS

Crete de que o caminho mais profícuo é aquele que se faz em conjunto e em partilha com o outro, devo o desenvolvimento deste projeto às várias pessoas que me acompanharam e ampararam nesta caminhada. E porque o que somos como profissionais e investigadores é indissociável da nossa essência enquanto pessoas, agradeço desde logo aqueles que me tornaram “Ser” e foram desde sempre a minha bússola no caminho do amor, do respeito, da educação e dos valores. Aos meus pais, que sempre me deram as ferramentas para voar e descobrir o mundo, que sempre me fizeram acreditar nos sonhos, que são o meu amparo, o meu muito obrigada. Ao meu marido, companheiro de sempre e para sempre, meu porto seguro, que me incentivou a embarcar nesta aventura e nunca me deixou desistir. Às minhas filhas, a quem pretendo servir de exemplo e de inspiração, que a privação de tempo que este projeto implicou, represente para elas a força de acreditar.

Sou igualmente grata a todas as pessoas que construíram e desenvolveram este projeto em coautoria comigo, foram elas que o tornaram possível, ao manifestarem a sua disponibilidade para participar desde o primeiro instante. Sem “Os Filhos da Terra”, esta caminhada nunca se teria iniciado.

Um agradecimento também à Câmara Municipal de Gondomar, que na pessoa da Exma. Senhora Vereadora Dra. Cláudia Vieira, acreditou e confiou em mim e me deu a possibilidade de desenvolver o presente projeto com as pessoas do Programa Idade D’Ouro.

À Susana, minha companheira, que se deixou contagiar pelo meu entusiasmo e me acompanhou na busca pelo conhecimento e que de forma entusiasta e genuína se juntou a este projeto na ação “Os Filhos da Terra”.

À Susana, fantástica profissional que sem me conhecer, num belo dia em Ponte Barca, numa das suas oficinas de Teatro Fórum, aceitou o meu desafio, para vir até Gondomar e colaborar como facilitadora externa, na dinamização da ação “Os Filhos da Terra”, com ela foi possível fazer acontecer.

À minha orientadora Professora Doutora Maria João, por me ajudar a refletir, a evoluir e a crescer, como pessoa e como profissional. Pela forma como me escutou, compreendeu e orientou.

E à Professora Doutora Joana Cruz, que sem saber, foi a pessoa que fez não desistir deste projeto a nível académico. Num momento em que me questionava relativamente à continuidade deste processo no âmbito do mestrado e que estava prestes a desistir. Surgiu no meu caminho, disponível e cooperante. Sem me conhecer e sem qualquer proveito próprio ou profissional, disponibilizou-se de imediato para colaborar e para me orientar no caminho certo. Acreditou em mim e neste projeto e fez-me voltar a acreditar, sem dúvida foi a pessoa que me empoderou para o cumprimento deste objetivo.

Às restantes orientadoras, Professora Doutora Ana Bertão, Professora Doutora Sílvia Barros e Professora Doutora Helena Lopes, que me com os seus valiosos contributos me fizeram refletir, crescer e evoluir.

RESUMO ANALÍTICO

O presente relatório apresenta o projeto de Investigação-Ação Participativa “Idade D’Ouro Ativa(mente)”, que contou com a participação de um grupo de adultos mais velhos, frequentadores do Programa Idade D’Ouro Ativa, promovido pela Câmara Municipal de Gondomar. Este projeto teve como finalidade a criação de espaços de cidadania ativa e participação política na comunidade local com vista ao empoderamento de pessoas adultas mais velhas. Esta finalidade vai ao encontro do Modelo de Envelhecimento Ativo, proposto pela OMS, em prol de um processo de envelhecimento em que sejam garantidas a saúde, a participação e a segurança e que promova uma otimização da qualidade de vida dos adultos mais velhos (WHO, 2002). Para o efeito, foram definidos como objetivos gerais: ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos adultos mais velhos; e incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitárias. Para alcançar os objetivos elencados desenvolveram-se em coautoria três ações: “Conhecer para Empoderar”; “Os Filhos da Terra”; “Ainda Há Lugar Para a Mudança?”. Com o desenvolvimento destas ações, considera-se terem sido dados passos no sentido da transformação almejada, atendendo a que os elementos do grupo se constituíram e reconheceram como uma rede social e de suporte informal entre si. Simultaneamente, com a apresentação da peça de Teatro Fórum, foi possível promover a interação com diferentes atores da comunidade e a discussão sobre temas comuns. Neste sentido e, atendendo a que os participantes do projeto consideraram que o mesmo foi promotor do empoderamento para o exercício da sua cidadania, constata-se a pertinência da continuidade de projetos de intervenção e investigação, que possam permitir, além da participação, a avaliação do impacto das metodologias de Investigação-Ação Participativa e do Teatro do Oprimido na intervenção e promoção do Envelhecimento Ativo.

Palavras-chave: Investigação-Ação Participativa; Envelhecimento Ativo; Transformação; Empoderamento; Teatro do Oprimido.

ABSTRACT

This report presents the Participatory Action Research Project designated “Active(mind) Golden Age”. It was developed with the participation of a group of older adults that attend the “Program Active Golden Age” promoted by the city hall of Gondomar. This project aimed at creating spaces for active citizenship and political participation in the local community in order to empower older adults. This purpose meets the Active Ageing Model proposed by the World Health Organization for the sake of an aging process in which health, participation and safety are ensured. It also promotes the improvement of the life quality of older adults (WHO, 2002). Therefore, the following main goals were defined: to enlarge not only the social network but also to ensure the formal and informal support of older adults; and to encourage older adults to develop community participation practices. Aiming to achieve the mentioned goals, three actions were performed: “Meet to Empower”; “The Sons Of The Land”; “There’s Still Place For Change”. Taking into consideration the performance of these actions, the desired transformation was considered to have been clearly achieved, once the group was constituted, a social network was built and an informal support among themselves was attained. At the same time, concerning the presentation of the play, it was possible to promote the interaction among the several members of the community. Thus, and taking into consideration that the participants recognized that the project was indeed promoting empowerment for the exercise of their citizenship, it is relevant to conclude that the ongoing of these intervention and investigation projects makes sense. Moreover, it allows not only to provoke active participation, but also to evaluate the impact of the Methodologies of Investigation and Participation Action, particularly the Oppressed Theatre in the intervention and promotion of Active Ageing.

Keywords: Participatory Action Research; Active Ageing; Transformation; Empowerment; Oppressed Theatre.

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS	I
RESUMO ANALÍTICO	III
ABSTRACT	IV
LISTA DE SIGLAS	VII
INTRODUÇÃO.....	1
1. ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO	4
1.1. PROJETOS DE EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL	4
1.2. INVESTIGAÇÃO-AÇÃO PARTICIPATIVA	6
1.3. AVALIAÇÃO DOS PROJETOS DE EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL	8
2. ENQUADRAMENTO CONCEPTUAL	10
2.1. ENVELHECIMENTO	10
2.2. ENVELHECIMENTO ATIVO – UM NOVO PARADIGMA?.....	13
2.3. IMPACTO DA PANDEMIA NA POPULAÇÃO ADULTA MAIS VELHA	14
2.4. CIDADANIA ATIVA, ASSOCIATIVISMO E PARTICIPAÇÃO POLÍTICA NOS ADULTOS MAIS VELHOS.....	16
2.5. TEATRO DO OPRIMIDO	19
2.5.1. O TEATRO FÓRUM COMO RESPOSTA CRIATIVA: ENTRE A LUTA E O JOGO	20
2.6. ENVELHECIMENTO E O TEATRO DO OPRIMIDO.....	23
3. CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO E ANÁLISE DE REALIDADE.....	26
3.1. DIVISÃO DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL – PROGRAMA IDADE D’ OURO	26
3.2. PARTICIPANTES	28
3.3. AVALIAÇÃO DO CONTEXTO	32
4. DESENHO DO PROJETO.....	37
4.1. FINALIDADE, OBJETIVOS, ESTRATÉGIAS E AÇÕES	37
4.2. AVALIAÇÃO DE ENTRADA	40
5. DESENVOLVIMENTO DO PROJETO E AVALIAÇÃO DO PROCESSO	44

5.1. AÇÃO “CONHECER PARA EMPODERAR”	45
5.2. AÇÃO “OS FILHOS DA TERRA”	50
5.3. AÇÃO “AINDA HÁ LUGAR PARA A MUDANÇA?”	57
6. AVALIAÇÃO DO PROJETO.....	60
CONSIDERAÇÕES FINAIS	67
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	72
ANEXOS	81
ANEXO A – MODELO DE CONSENTIMENTO INFORMADO ASSINADO PELOS PARTICIPANTES	81
APÊNDICES	83
APÊNDICE A - REGISTO DE CONVERSAS INTENCIONAIS E ENTREVISTAS.....	84
APÊNDICE B - REGISTO DE CONTACTOS INSTITUCIONAIS	92
APÊNDICE C - REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “CONHECER PARA EMPODERAR”	97
APÊNDICE D - REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “OS FILHOS DA TERRA”	120
APÊNDICE E – REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “AINDA HÁ LUGAR PARA A MUDANÇA”	147
APÊNDICE F – AVALIAÇÃO QUALITATIVA	148
APÊNDICE G - AVALIAÇÃO QUANTITATIVA	151
APÊNDICE H - TABELA AVALIAÇÃO DE ENTRADA	152
APÊNDICE I - CRONOGRAMA.....	153

LISTA DE SIGLAS

ERPI – Equipamento Residencial para Pessoa Idosa

DDS – Divisão de Desenvolvimento Social

IAP – Investigação-Ação Participativa

NDP – Núcleo de Desenvolvimento de Projetos

NRS – Núcleo de Respostas Sociais

OG – Objetivo Geral

OE – Objetivo Específico

OMS – Organização Mundial de Saúde

WHO – World Health Organization

TF – Teatro Fórum

TO – Teatro do Oprimido

INTRODUÇÃO

O projeto “Idade D’Ouro Ativa(mente)” surgiu no âmbito do Mestrado em Educação e Intervenção Social, na Especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco. Foi desenvolvido no Núcleo de Desenvolvimento de Projetos (NDP), da Divisão de Desenvolvimento Social (DDS), da Câmara Municipal de Gondomar, dirigido a uma turma do Programa Idade D’Ouro Ativa. O referido projeto teve como finalidade a criação de espaços de cidadania ativa e participação política na comunidade local com vista ao empoderamento de pessoas adultas mais velhas, indo ao encontro do Modelo de Envelhecimento Ativo, proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS). O nome do projeto “Idade D’Ouro Ativa(mente)” surge da presença dos participantes na turma “Idade D’Ouro Ativa”, que procura manter a atividade física dos adultos mais velhos no concelho de Gondomar. Escolhido em conjunto com os participantes, este nome está intimamente associado ao empoderamento e estimulação para uma participação social ativa.

Este Projeto de Educação e Intervenção Social adequado à realidade de um grupo de pessoas adultas mais velhas está assente na metodologia de Investigação-Ação Participativa (IAP), tendo por base os pressupostos do Paradigma Sócio-crítico e o Paradigma do Envelhecimento Ativo. Foi desenvolvido partindo da auscultação dos atores deste contexto: dialogando, cruzando perspetivas, promovendo a reflexão e o questionamento crítico, guiando a co-construção do conhecimento e a atuação em prol da transformação social desejada. Buscando romper com o Idadismo, ou seja, com os preconceitos, estereótipos ou discriminação de pessoas adultas mais velhas devido à sua idade (Butler, 1969), o desenvolvimento deste projeto promoveu o empoderamento deste grupo de pessoas e o reconhecimento do seu papel na comunidade.

O processo de empoderamento foi desenvolvido ao longo de três ações: “Conhecer para Empoderar”; “Os Filhos da Terra”; “Ainda há lugar para a mudança?”. A primeira ação permitiu o auto e hétero conhecimento dos participantes, contribuindo para o re(conhecimento) de potencialidades e para a construção do sentimento de identificação grupal. A segunda ação teve por base a metodologia do TO e deu continuidade a este processo de conhecimento e reconhecimento de características individuais e coletivas e possibilitou a participação

comunitária. A terceira ação surgiu na continuidade da segunda ação e possibilitou manter um papel ativo junto da comunidade.

Na redação do presente relatório foi adotada a terminologia “Adultos mais velhos” para designar pessoas maiores de 65 anos, conforme recomendação da *American Psychological Association* (2010). A dificuldade em encontrar a nomenclatura para designar o grupo de pessoas que fazem parte desta faixa etária advém, segundo Araújo, Vieira e Gomes (2018), da conotação negativa associada à evolução demográfica. Surge o debate em torno de termos como “velhos”, “idosos”, “séniores”, “pessoas mais velhas”. No entanto, considera-se mais adequada a adoção da terminologia recomendada pela *American Psychological Association*, entidade de referência na comunidade científica. Foi também adotada a escrita no género masculino, por estar instituído o uso do género gramatical masculino para designar o conjunto de homens e mulheres. Por uma questão de homogeneidade e de facilitação da leitura do documento foi este o género adotado. Esta reflexão sobre a terminologia e o género reflete a importância da linguagem inclusiva na escrita ao longo do relatório de projeto.

Este relatório é composto por seis capítulos. No primeiro capítulo, o enquadramento metodológico, abordam-se os projetos de Educação e Intervenção Social, a Investigação-Ação-Participativa como metodologia privilegiada para o desenvolvimento destes projetos e a importância da avaliação dos mesmos. O segundo capítulo, dedicado ao enquadramento conceptual, divide-se em cinco pontos: i) o envelhecimento e o impacto da pandemia na população adulta mais velha; ii) o paradigma do Envelhecimento Ativo; iii) a cidadania e o associativismo nos adultos mais velhos; iv) o enquadramento teórico da metodologia de intervenção utilizada no desenvolvimento deste projeto, o Teatro do Oprimido; e v) a relação entre o Envelhecimento e o Teatro do Oprimido. O terceiro capítulo do relatório apresenta a caracterização do contexto e a análise de realidade em que se desenvolveu o Projeto “Idade D’Ouro Ativa(mente)”. Para o efeito, apresenta-se o contexto de desenvolvimento do projeto – instituição e participantes – e a avaliação do mesmo, apresentando os problemas, necessidades, recursos e potencialidades. No quarto capítulo é apresentado o desenho de projeto, a finalidade, os objetivos gerais e específicos e a avaliação de entrada. Segue-se a apresentação do desenvolvimento do projeto no capítulo cinco, com a descrição das ações que o constituem. O capítulo seis apresenta a avaliação de produto, ou seja, a avaliação final do projeto. Conclui-se esta primeira parte com as reflexões finais.

Integram ainda o relatório um conjunto de apêndices, elaborados ao longo do desenvolvimento do projeto, com o objetivo de fornecer informação complementar para apoiar a leitura e a compreensão do presente relatório.

Acresce referir que existiu o consentimento informado quanto ao desenvolvimento do projeto e à divulgação do relatório escrito por parte de todos os participantes e da instituição. À exceção da instituição que concedeu o consentimento para a divulgação do nome foram assegurados o sigilo e a confidencialidade de todos participantes do projeto. Assim, neste relatório, garante-se o anonimato, não só no que diz respeito à Associação doravante referida como Associação X, que cedeu as instalações para a realização dos encontros, como também no que se refere à identificação dos participantes do projeto, usando-se iniciais em substituição dos nomes.

1. ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO

“A educação é comunicação, é diálogo, na medida em que não é transferência de saber, mas um encontro de sujeitos interlocutores que buscam a significação dos significados” (Freire, 1985, p. 46).

1.1. PROJETOS DE EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

A reflexão acerca da educação e intervenção social em projeto remete, necessariamente, para o conceito de educação social, sendo indissociável da visão,

Transformadora e transformativa, transformadora das realidades sociais injustas e incapacitantes do pleno desenvolvimento do ser humano e da própria sociedade e, simultaneamente transformativa, assumindo a permanente ligação à vida e às suas constantes reconfigurações sociais, assumindo-se igualmente como promotora de respostas sociais em desenvolvimento, devidamente ancorada numa permanente reflexão” (Timóteo & Bertão, 2012, p. 16).

Em Portugal, a Educação Social surge com a necessidade de alteração do paradigma da intervenção social, que advém da tomada de consciência de que a intervenção assistencialista assumia uma lógica redutora e incapaz de fazer face às necessidades das pessoas e do mundo atual. Este novo paradigma emerge da necessidade de cooperação entre a educação, o campo teórico e metodológico, e a sociedade e as pessoas que a constituem (Azevedo, 2019). À luz do modelo defendido por Freire (1991), a educação encara as pessoas não como objetos, mas como sujeitos capazes de problematizar o mundo e tem por base a promoção da comunicação e do diálogo.

Perante uma sociedade em constante transformação e marcada pela diversidade, emerge a necessidade de criar e desenvolver projetos que não assentem apenas no saber teórico e

académico, mas que envolvam as pessoas e as encarem como sujeitos capazes de reflexão e de tomada de decisão (Guerra, 2002). É com base nesta premissa que surgem os projetos de educação e intervenção social, revestindo-se “de particular significado pelos encontros entre a investigação e a ação, marcados por objetivos e vontades comuns” (Timóteo & Bertão, 2012, p. 19), e assumindo-se como projetos transformadores que instam as pessoas a participar no seu processo de mudança e desenvolvimento, com vista à sua autonomia e empoderamento (Azevedo, 2021). O empoderamento neste contexto pode ser definido como o processo pelo qual as pessoas adquirem o domínio da sua vida e participam na transformação da sua comunidade (Rappaport, 1984). O empoderamento individual emerge de uma aprendizagem que implica uma relação com a transformação da sociedade e as suas relações de poder (Freire & Shor 1986). Esta transformação surge como resultado do desenvolvimento da capacidade de agir e pensar criticamente em relação à realidade, que advém de um processo de interação interpessoal em que as pessoas assumem o controlo das suas vidas (Freire & Shor 1986, citado em Roso & Romanini, 2014). Como forma de enfatizar a emancipação das pessoas no contexto da participação comunitária, surge o conceito de empoderamento comunitário que, segundo Menezes (2010), se refere “à ação coletiva, tanto de grupos e de indivíduos, como de redes de organizações e associações, para promover a qualidade de vida” (p.45). Tratando-se de projetos pautados pela capacidade adaptativa constante, são abertos a mudanças, revisões e ajustes sempre que necessário (Cembranos, Montesinos, & Bustelo, 2001).

Um projeto de educação e intervenção social deve partir de uma análise de realidade, que se constitui como elemento crucial, dado que o caminho para a mudança só é possível após um conhecimento aprofundado, crítico e reflexivo do contexto em que o projeto se desenvolverá (Cembranos et al., 2001). É a partir desta análise de realidade que, não só o investigador aprofunda o seu conhecimento e reflexão, como também os participantes têm a possibilidade de perceberem a realidade em que se encontram e refletir sobre o impacto que a mesma tem nas suas vidas. Esta reflexão é uma possibilidade de identificar, não só os seus problemas, mas também as potencialidades e recursos que têm para fazer face a estes, em prol da sua mudança (Guerra, 2002). Em suma, é a partir da análise de realidade que podemos perceber o contexto em que atuamos, a necessidade de mudança sentida pelas pessoas que dele fazem parte, e como é que essa mudança pode ser alcançada (Cembranos et al., 2001).

Os projetos em educação e intervenção social devem ser desenvolvidos numa lógica participada, por todos os intervenientes, o investigador e os participantes. O investigador deve assumir-se como um mediador social entre as pessoas que participam e o contexto em que o projeto é desenvolvido e não como alguém que assume um papel hierarquicamente superior. Trata-se da construção de uma relação pautada pelo respeito, pela escuta e aceitação do outro, em que, embora o investigador deva procurar ser significativo para as pessoas, deve fazê-lo de forma a garantir o distanciamento necessário para que sejam as pessoas a ter um papel ativo no processo de mudança, essencial para a resolução dos seus problemas e não partirem de um processo de transformação imposto pelo profissional (Capul & Lemay, 2003). Como explica Azevedo (2011) o investigador deve ser capaz de restituir às pessoas autonomia na definição do seu propósito e objetivos de vida.

1.2. INVESTIGAÇÃO-AÇÃO PARTICIPATIVA

Tendo como matriz a visão de uma educação social, transformadora e transformativa, a Investigação-Ação Participativa (IAP) surge como metodologia privilegiada em projetos de educação e intervenção social (Timóteo, 2010), sendo a escolhida para o desenvolvimento deste projeto. Esta metodologia surge com o paradigma científico emergente que, contrariamente ao paradigma dominante, não encara a realidade como algo estanque e quantificável, mas sim de um ponto de vista transformador, em constante mudança, que valoriza o senso comum e o integra, encarando o investigador como um elemento que constitui a realidade, tendo em conta que ao intervir já faz parte dela e já a está a alterar (Santos, 1995).

Trata-se de uma metodologia emancipatória, democrática e libertadora, em que a investigação não tem início nas questões do investigador, mas sim nos temas apresentados pelos participantes. Estes são reconhecidos como pessoas com valor e potencialidades para participar na construção da realidade e do conhecimento (Andreson & Herr, 2016). A interação entre a investigação e a ação é permanente e é desta articulação entre a teoria e a prática que se desenvolve o pensamento crítico e a capacidade de reflexão, que conduzem à produção de conhecimento, promovendo o desenvolvimento e a mudança, bem como, a promoção do equilíbrio e da transformação social (Carvalho & Baptista, 2004). Neste sentido, Lima (2003) apresenta quatro princípios orientadores desta metodologia. O primeiro é o princípio organizacional, que aponta para o facto de investigador e participantes ocuparem o mesmo

papel na construção de conhecimento; isto é, o investigador não é visto como uma figura hierarquicamente superior, de domínio do saber, face aos participantes. Isso remete para o segundo princípio, o da criação. É deste reconhecimento dos participantes como parte integrante da intervenção, que os participantes sentem a abertura para uma expressão genuína do seu ser. O terceiro princípio refere-se à posição do investigador no grupo de investigação: segundo a autora a integração do investigador está subjacente a um “triplo compromisso: com a prática científica e ética da investigação participativa, com uma postura cívica pessoalmente responsabilizante, e com os interesses de emancipação da equipa e da comunidade” (Lima, 2003, p. 320). O quarto e último princípio é o da estratégia, relacionado com a investigação ser centrada em problemas reais e locais da comunidade, revestindo-se de um carácter transformador e adaptativo, em que nada é estanque, podendo ser reformulado a qualquer momento (Lima, 2003).

Tendo por base esta postura epistemológica, a investigação deve privilegiar técnicas de recolha de informação qualitativas, ajustadas às características únicas e singulares de cada realidade (Monteiro, 2019). Destacam-se as seguintes: a observação participante, as conversas intencionais, a análise documental, a entrevista e o registo de diálogos (Bodgan & Biklen, 1994). A observação participante possibilita o acesso à informação no momento e no local em que o fenómeno ocorre, permitindo ao investigador fazer parte da realidade e, assim, conhecê-la e interpretá-la como parte integrante; as conversas intencionais têm por base o diálogo e a interação com as pessoas, permitindo perceber o entendimento, o conhecimento e a perspetiva das mesmas face ao contexto; a análise documental prende-se com a obtenção de informação a partir da pesquisa, da leitura e da análise de documentos (Coutinho, 2014). A entrevista e as conversas intencionais caracterizam-se pela sua intencionalidade e propósito, permitindo recolher a opinião das pessoas (Bodgan & Biklen, 1994). Embora os métodos qualitativos assumam especial relevo, com vista a conferir uma maior riqueza e profundidade à investigação, o investigador pode também recorrer a técnicas quantitativas.

É com base na utilização destas formas diversificadas de recolha de informação, que se torna possível obter um olhar mais amplo e plural da realidade, que será crucial não só para a análise de realidade, mas também para a avaliação contínua dos projetos (Araújo, 2021).

1.3. AVALIAÇÃO DOS PROJETOS DE EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

A avaliação surge como um momento crucial em qualquer projeto, dado que é pela avaliação que vai sendo possível ao longo do processo identificar tanto as falhas como os êxitos e, desenvolver o projeto em função dos avanços e retrocessos que dessa identificação advêm (Serrano, 2008). Como tal, surge não só na fase final do projeto, mas nas várias avaliações pontuais e intermédias que permitem a tomada de consciência do que está a ser feito (Boutinet, 1990).

Deste modo, a avaliação define-se pela “recolha e análise sistemática de uma informação que nos permita determinar o valor e mérito do que está a ser feito” (Cembranos et al., 2001, p. 182). Esta avaliação deverá ser contínua e não pontual e, como sublinha Serrano (2008), ser um “processo para obter a informação necessária, ordenada, relevante, fiável, válida e atempada, a fim de se emitir um juízo de valor sobre a qualidade do processo e o produto educativo, desde o seu início até ao fim” (p.95).

Em função das suas características, podemos distinguir a avaliação em avaliação quantitativa e avaliação qualitativa (Serrano, 2008). Existem muitas formas de avaliar, sendo importante refletir sobre qual o modelo de avaliação mais pertinente no âmbito de um projeto em Educação e Intervenção Social.

No caso deste projeto, o modelo de avaliação CIPP (Context, Input, Process, Product)¹, proposto por Stufflebeam e Shinkfield (1995), foi o escolhido para avaliar o projeto. Esta escolha recai no facto de se considerar necessária a adoção de um modelo que permita realizar uma avaliação de cariz qualitativo e contínuo que, mais do que uma avaliação final do projeto, permite ir avaliando e conhecendo a realidade ao longo do desenvolvimento do projeto, facilitando a planificação da ação e dos ajustes necessários a essa planificação.

Para Stufflebeam e Shinkfield (1995):

¹ Em português, contexto, entrada, processo e produto.

a avaliação é o processo de identificar, obter e proporcionar informação útil e descritiva acerca do valor e do mérito das metas, da planificação, da realização e do impacto de um determinado objeto, com o fim de servir de guia para a tomada de decisões, solucionar os problemas de responsabilidade e promover a compreensão dos fenómenos implicados (p. 183).

Partindo desta definição são elencados os três pressupostos avaliativos do modelo CIPP: a orientação para a tomada de decisão; o fornecimento de dados; e a orientação para a compreensão dos fenómenos (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Privilegiando a avaliação contínua e permanente, este modelo estrutura-se em torno de quatro momentos cruciais: i) a avaliação de contexto; ii) a avaliação de entrada; iii) a avaliação de processo; e iv) a avaliação de produto.

Em termos gerais, a avaliação de contexto relaciona-se com a análise de realidade. É uma avaliação macro analítica, que permite a identificação dos problemas e das potencialidades, crucial para o estabelecimento dos objetivos gerais e específicos da investigação (Cembranos et al., 2001; Serrano, 2008). A avaliação de entrada é uma avaliação considerada micro analítica que permite refletir no que concerne aos objetivos iniciais e escolher e ajustar as estratégias necessárias para os alcançar, tendo por base os recursos existentes (Cembranos et al., 2001; Serrano, 2008). A avaliação de processo decorre ao longo de toda a investigação, assumindo um carácter de guia orientador no decurso da investigação, ou seja, permitindo fazer o levantamento das necessidades de alterações ou reajustes, em função da identificação dos pontos fortes e fracos do desenho de investigação ao longo de toda a sua (Cembranos et al., 2001; Serrano, 2008). Por fim, na avaliação de produto é possível, através de uma análise de dados qualitativos, aferir não só os sucessos alcançados, mas também as diferenças entre o que foi inicialmente estabelecido e o que foi objetivamente alcançado. Permite, assim, uma tomada de decisão face à necessidade de prolongar, reformular ou terminar o projeto de investigação (Cembranos et al., 2001; Serrano, 2008), avaliando a sustentabilidade do projeto. Em síntese, 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” (Boutinet, 1990, p. 267).

2. ENQUADRAMENTO CONCEPTUAL

“O envelhecimento ativo expressa a conquista do envelhecimento como uma experiência positiva, uma vida longa que deve ser acompanhada de oportunidades contínuas de saúde, envolvimento social e segurança” (Ribeiro, 2012, p. 49).

2.1. ENVELHECIMENTO

Nas últimas décadas, o índice de envelhecimento em Portugal tem vindo a aumentar exponencialmente, tendo passado de 27,3% em 1960, para 182,10% em 2021 (PORDATA, 2022). Este aumento do envelhecimento da população portuguesa pode ser explicado por três fatores: i) o aumento da esperança média de vida que, em 1960, era de 60,7 anos para os homens e de 66,4 anos para as mulheres e que, em 2019, se fixou nos 78,1 anos para os homens e nos 83,7 para as mulheres (PORDATA, 2022); ii) a diminuição da taxa de natalidade; e iii) a diminuição da taxa de mortalidade em todos os grupos etários (Osório, 2007). À semelhança do quadro nacional, também em Gondomar, território em que o presente projeto foi desenvolvido, o índice de envelhecimento passou de 15,2% (1960) para 171,6% (2021) (PORDATA, 2022).

Segundo Kreuz (2018), o termo envelhecimento explica-se por dois conceitos distintos: o envelhecimento coletivo e o envelhecimento individual. O processo demográfico do envelhecimento que acabámos de referir relaciona-se apenas com um desses conceitos: o do envelhecimento coletivo (Kreuz, 2018). O envelhecimento coletivo remete, não só para a questão do envelhecimento demográfico, mas também para a questão do envelhecimento societal (Rosa, 2012). Assim, o envelhecimento demográfico corresponde a um aumento da importância estatística da faixa etária com idade igual ou superior a 65 anos, em simultâneo com a diminuição da importância estatística dos jovens. Isto é, a população envelhece quando a população com mais de 65 anos passa a valer mais, em termos estatísticos (Rosa, 2012). O envelhecimento societal diz respeito à forma como a sociedade reage ao envelhecimento demográfico. Segundo Rosa (2012) “a marca visível do envelhecimento societal é a de uma sociedade deprimida, que se sente «ameaçada» com a sua própria evolução etária e com as mudanças que em si acontecem” (p.24).

Por outro lado, o envelhecimento individual, depende quer de fatores internos, quer de fatores externos, pelo que é diferencial, ou seja, vivenciado por cada indivíduo, de forma única e singular, em função das suas características individuais e da forma como interage com o meio (Galinha, 2016). Trata-se de um processo multidimensional dado que está associado a diversos fatores: biológicos, psicológicos, sociais e culturais (Castro, Passos, Araújo, & Santos, 2020). O envelhecimento individual, por sua vez, pode ser diferenciado em envelhecimento cronológico e envelhecimento biopsicológico (Rosa, 2012).

O envelhecimento cronológico está unicamente relacionado com a idade, correspondendo a um processo universal inerente ao desenvolvimento humano e, como tal, progressivo (Sousa & Rodríguez, 2015). Por sua vez, o envelhecimento biopsicológico é vivenciado de forma distinta por cada indivíduo. A componente biológica está associada à senescência, isto é, prende-se com o processo de envelhecimento a nível celular; a componente psicológica diz respeito à adaptação do indivíduo ao processo de senescência e envelhecimento e à forma como este regula as suas forças. Ainda associado ao envelhecimento biopsicológico existe a componente social, que se reporta aos papéis sociais e às expectativas da sociedade face a este grupo etário (Paúl, 2017).

Segundo Erik Erickson a partir dos sessenta e cinco anos é vivenciada a crise da integridade do ego versus desespero. O autor defende que, nesta fase da vida, as pessoas “adquirem um senso de integridade do self pela aceitação da vida que tiveram e, assim, aceitam a morte, ou cedem ao desespero porque a sua vida não pode ser vivida novamente” (Erikson, 1985 citado em Papalia, Olds, & Feldman, 2006, p.707). Contudo, a integridade do ego não se limita apenas à reflexão relativa ao passado, mas depende também de uma estimulação contínua que advém da participação política, social e comunitária; do trabalho criativo; do relacionamento com os netos e demais familiares. Pelo que o sucesso nesta fase do desenvolvimento depende, não só das vivências do passado, mas também do esforço que as pessoas realizam pela integração do ego nesta fase da vida (Erikson, 1985 citado em Papalia et al., 2006). As pessoas que alcançam a integração conseguem adquirir um significado mais amplo da sua vida social. Por outro lado, as pessoas que se deparam com o desespero, percecionam a impossibilidade temporal para encontrar novas alternativas para alcançar a integridade do ego (Erikson, 1985 citado em Papalia et al., 2006).

Perante os múltiplos olhares sobre o envelhecimento, nas últimas décadas foram vários os modelos de envelhecimento apresentados: Envelhecimento Bem-Sucedido; Envelhecimento Produtivo; Envelhecimento Saudável; e, Envelhecimento Ativo (Almeida, 2017). No presente projeto, o modelo adotado será o Envelhecimento Ativo, por ser o modelo atualmente proposto pela OMS e que serve de suporte à Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável (2017-2025). Como tal, será apresentada uma breve descrição dos restantes modelos supracitados, deixando a análise do modelo de Envelhecimento Ativo para uma abordagem mais pormenorizada num dos pontos seguintes deste capítulo.

O termo Envelhecimento Bem-Sucedido surge em 1961, com Robert Havighurst, contudo é na década de 80 que John Rowe e Robert Kahn, o tornam mais conhecido. Segundo Simões (2006), este termo remete para “o conjunto de factores que permitem ao indivíduo continuar a funcionar eficazmente, tanto de um ponto de vista físico como mental” (p. 141). Em 1997, este modelo assume uma visão multidimensional, apresentando três vertentes: diminuição da doença e da incapacidade; aumento das funções físicas e mentais; e envolvimento ativo na vida (Almeida, 2017).

O modelo do Envelhecimento Produtivo, surge em 1982, com Robert Butler, sendo amplamente difundido em 1985, por Butler e Gleason. O termo “Produtivo” surge associado ao desempenho de atividades que produzem bens ou serviços. Estas atividades podem ou não ser remuneradas, abrangendo o voluntariado, o trabalho profissional remunerado ou as atividades realizadas em prol da família. Trata-se de atividades prazerosas com impacto pessoal e/ou comunitário (Gonçalves, 2015).

Por fim, o Envelhecimento Saudável é definido pela OMS como o “processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional que permite o bem-estar na idade avançada” (citado em Tavares et al., 2017, p. 890).

2.2. ENVELHECIMENTO ATIVO – UM NOVO PARADIGMA?

O termo Envelhecimento Ativo é definido pela Organização Mundial de Saúde como “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (WHO, 2002, p. 13). Este conceito apresentado pela OMS permite a identificação de três áreas de atuação: a saúde, a participação e a segurança. A saúde contempla não só a saúde física, mas também a saúde mental e o bem-estar social; a participação diz respeito não só à continuidade da atividade laboral e manutenção no mercado de trabalho, mas essencialmente a um papel ativo na área cultural e social; a segurança remete para a importância de um sistema de proteção social, que sustente a segurança socioeconómica, imprescindível, para garantir os primeiros dois pilares apresentados (António, 2020).

O Envelhecimento Ativo surge, assim, como um novo paradigma, com vista a modificar as crenças negativas associadas aos adultos mais velhos, ressaltando o seu potencial enquanto recurso para a sociedade, pelo seu conhecimento e competências adquiridas (Ribeiro, 2012). Dando enfoque aos direitos das pessoas adultas mais velhas, responsabiliza-se o indivíduo pelo seu processo de envelhecimento ativo, assim como a sua família e a comunidade local (Maia, Castro, Fonseca, & Fernández, 2016). Pretende-se que o processo de envelhecimento não implique a perda de autonomia – ainda que possa haver um declínio da autonomia física ou funcional, torna-se imperativo acautelar a autonomia psicológica e social da pessoa adulta mais velha – garantindo-lhe a manutenção da capacidade de controlo e decisão no que concerne à sua vida, ou seja, a possibilidade de manter uma voz ativa (Paúl, 2017).

Outro fator que surge associado ao Envelhecimento Ativo é o apoio social, que integra as redes de apoio social (estrutura da integração social) e o suporte social (funcionamento); a sua relevância vai aumentando ao longo do processo de envelhecimento (Maia et al., 2016). Segundo Paúl (2017), o apoio social é um fator determinante para o Envelhecimento Ativo e abrange três dimensões: “1) A integração social, ou seja, a frequência de contactos com os outros; 2) o apoio recebido, correspondente à quantidade de ajuda efetivamente fornecida por elementos da rede e 3) o apoio percebido” (p. 277).

A rede social assume um efeito protetor² face ao stress inerente ao envelhecimento; esta rede pode ser informal (família, amigos, vizinhos) ou formal (serviço de apoio social) (Maia et al., 2016). Constança Paúl (2007) destaca a importância e a diferença entre a rede familiar e a rede de amigos, defendendo que a primeira é imposta e a segunda advém de uma possibilidade de escolha do indivíduo, o que para a autora faz com que esta última tenha um impacto mais positivo na qualidade de vida.

O suporte social diz respeito ao conteúdo funcional das relações e, segundo Ornelas (1994) deve ter em consideração três domínios: “1) a quantidade de relações sociais; 2) a sua estrutura formal; 3) o conteúdo destas relações” (p. 334). O baixo suporte social é uma das quatro causas apontadas para o suicídio dos adultos mais velhos em Portugal, a par da institucionalização, da viuvez e das doenças psiquiátricas (Maia, et al., 2016). Por sua vez, a existência de redes de apoio social informal está diretamente associada a um aumento da qualidade de vida, constituindo-se como fator de proteção face à depressão e ao isolamento (Maia et al., 2016; Paúl, 2017).

Em suma, estar ativo é muito mais do que estar fisicamente ativo, ou integrado no mercado trabalho – estar ativo é participar em todas as esferas da vida social, cívica, política ou cultural (Gonçalves & Anica, 2018). Partindo deste pressuposto, a Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025 apresenta como missão: “Promover a saúde e o bem-estar, a participação, a não discriminação, a inclusão, a segurança e a investigação no sentido de aumentar a capacidade funcional, a autonomia e a qualidade de vida das pessoas à medida que envelhecem” (Serviço Nacional de Saúde, 2017, p. 18).

2.3. IMPACTO DA PANDEMIA NA POPULAÇÃO ADULTA MAIS VELHA

Há cerca de dois anos que o mundo se deparou com a pandemia da COVID-19, cujo término ainda parece uma realidade distante. A 26 de fevereiro de 2020 foi publicado o primeiro boletim epidemiológico COVID-19 em Portugal, com o surgimento dos primeiros casos confirmados da síndrome respiratória aguda grave coronavírus 2 (SARS- COV-2), entretanto designada

² Fator de proteção: factos que diminuem o efeito do risco; Fator de risco: factos que aumentam a probabilidade de desenvolver uma patologia ou processo mórbido. (Sapienza & Pedromônico, 2005).

COVID-19. Num curto espaço de tempo, a 7 de março de 2020 são implementadas as primeiras medidas restritivas por parte do governo português, no sentido de prevenir a propagação do vírus. No final de setembro de 2020, Portugal registou mais de 75,5 mil casos confirmados e cerca de 2000 óbitos; e, embora o número de casos confirmados fosse distribuído por todas as idades, o número de óbitos, na sua maioria, correspondia a pessoas com 70 ou mais anos de idade (Azevedo, 2020).

Perante a situação apresentada, a sociedade viu-se obrigada a reajustar-se a novas rotinas, destacando-se o distanciamento físico e os confinamentos obrigatórios. Embora esta nova realidade tenha afetado a vida de todos, existiram grupos mais vulneráveis, nomeadamente as pessoas adultas mais velhas (Luísa, 2021). As consequências da pandemia, no que se refere aos adultos mais velhos, abrangem diversos domínios, dos quais se destaca a saúde. Os riscos associados à saúde física são inquestionáveis, tendo em conta que esta faixa etária se revelou a mais vulnerável a complicações graves da doença, cujos desfechos, em muitos casos, resultaram em óbitos. Em busca da proteção da saúde física geral – priorizando os casos de doença ligada ao coronavírus – verificou-se uma perda de conexão com os cuidados de saúde primários, bem como, um preocupante isolamento social. Ressalvando-se que a visão holística da saúde transcende a saúde física e engloba o bem estar psicológico, social e emocional, a restrição de contactos e o distanciamento físico, em algumas situações, tiveram consequências para a saúde mental que não devem ser descuradas (Silva et al., 2020).

Assim, torna-se importante avaliar o impacto ao nível da saúde mental que o isolamento pode implicar, considerando que os principais fatores de stress, destacados por Santos, Brandão e Araújo (2020) são o isolamento, o medo de contágio, a falta de informação, a situação económica, bem como a incerteza no que diz respeito ao término ou controlo da pandemia. Face ao exposto, estudos realizados em 2020 (Brooke & Jackson; Proietti & Cesari; Morrow-Howel, Galucia, & Swinford; Hammerschmidt Kas & Santana) apontam para o facto do distanciamento físico, e confinamentos decorrentes das medidas de contenção da pandemia, terem conduzido a um aumento do risco de isolamento das pessoas adultas mais velhas, uma vez que estas, quer pela necessidade do cumprimento das medidas, quer pelo medo de contágio, passaram a sair menos de casa, reduzindo os momentos de interação social, nomeadamente: atividades sociais, recreativas, culturais ou religiosas. Neste contexto, o isolamento social é interpretado como “a falta generalizada de contacto social, de participação em atividades sociais ou de contacto com

um confidente, estando associado ao aumento de um terço na chance de mortalidade” (Silva et al., 2020 p.2). Isto torna-se preocupante, atendendo a que, para um envelhecimento bem-sucedido, são fundamentais o relacionamento interpessoal e o contacto físico com outras pessoas, o que tem sido impossibilitado por imposições relacionadas com a pandemia (Santos, Silva, & Pachú, 2021).

Este contexto pandémico, implica uma reflexão, pois se por um lado a preocupação nesta tomada decisão se prendeu com a proteção da saúde e da vida dos adultos mais velhos, a verdade é que a privação de uma rede social e de suporte, constitui-se com um fator de risco para a saúde mental destas pessoas (Luísa, 2021; Silva et.al., 2020).

2.4. CIDADANIA ATIVA, ASSOCIATIVISMO E PARTICIPAÇÃO POLÍTICA NOS ADULTOS MAIS VELHOS

Conforme aluído, o modelo de Envelhecimento Ativo remete não só para medidas do âmbito da saúde e da segurança, mas também para a participação social e política, nomeadamente, para a promoção de uma cidadania ativa (Bárrios & Fernandes, 2014). Cavanhi e Pereira (2021) referem-se mesmo à cidadania como um direito social durante o processo de envelhecimento; direito esse que está consagrado no artigo 25.º — Direitos das pessoas idosas, da Carta dos Direitos Fundamentais da União Europeia: “A União reconhece e respeita o direito das pessoas idosas a uma existência condigna e independente e à sua participação na vida social e cultural” (União Europeia, 2016). Este direito à cidadania é fundamental, atendendo a que a participação ativa na vida social e política dos adultos mais velhos está diretamente relacionada com um envelhecimento saudável: para além de promover a integração social tem impacto ao nível da melhoria da saúde mental, nomeadamente no que se refere a quadros depressivos (Martins et al., 2021).

É unânime que a participação em atividades sociais é basilar no modelo de Envelhecimento Ativo. Como tal, é premente intervir no sentido de prevenir o isolamento social e fomentar a participação na vida social. A promoção de uma cidadania ativa com participação na vida social e política, através do envolvimento em atividades de interesse público (como o voluntariado ou

o associativismo), são um importante recurso na prevenção do isolamento (Bárrios & Fernandes, 2014). Neste sentido, importa compreender que a cidadania é mais do que o exercício de direito ao voto e à liberdade de pensamento. O conceito de cidadania prende-se com a participação ativa na sociedade nos seus diferentes domínios: social, político, económico e cultural. Assim, torna-se necessária a existência de espaços sociais que possibilitem aos adultos mais velhos o exercício da sua cidadania. Espaços esses que devem ser de “humanização, acolhimento, diálogo, cultura, lazer e inserção social” (Cavanhi & Pereira, 2021, p. 77), e que devem ser vistos, não só do ponto de vista material, mas também imaterial, no sentido social e político (Cavanhi & Pereira, 2021).

Segundo Delanty (2000, citado em Cruz, 2020) um desses espaços em que a cidadania se pratica é o espaço público: este é o espaço em que as pessoas se relacionam e desenvolvem a pertença à identidade coletiva. É neste espaço que as pessoas têm a possibilidade de ampliar a sua cidadania de uma esfera individual para uma esfera coletiva (Cruz, 2020). Um dos modelos de Cidadania, proposto por Westheimer e Kahne (2004), divide o “ser cidadão” em três formas: o cidadão individualmente responsável; o cidadão participativo; e o cidadão orientado para a justiça. Estas três formas de exercício da cidadania distinguem-se pelo modo como o cidadão age no sentido de melhorar a sociedade e resolver os problemas que o envolvem: i) o cidadão individualmente responsável caracteriza-se por ser, como o nome indica, responsável, cumpridor e honesto; ii) o cidadão participativo é aquele que participa ativamente e assume posições de liderança nos sistemas estabelecidos e nas estruturas comunitárias; e iii) o cidadão orientado para a justiça é o que questiona e age no sentido da mudança do sistema e das estruturas estabelecidas quando estas reproduzem padrões de injustiça (Westheimer & Kahne, 2004).

De um modo geral, o envolvimento cívico implica ações individuais e coletivas e define-se pelo modo como o cidadão, pela sua participação na comunidade, contribui para a transformação social, possibilitando a melhoria das condições de vida individuais e coletivas (Cruz, 2020). Neste sentido, “ser cidadão ultrapassa a ideia de simplesmente obedecer e ter a segurança do estatuto legal e das estruturas que decidem e ampliam a pertença, prefigurando também a participação política” (Cruz, 2020, p.19). É aqui que um outro espaço de cidadania se torna determinante: o associativismo.

As associações assumem um papel preponderante na inclusão social. O papel do Estado chega muitas vezes a ser substituído pelas associações em áreas como a cultura, o desporto, o recreio e a área social (Pereira et al., 2021). O associativismo assume um importante papel na promoção do Envelhecimento Ativo, na medida em que:

a par das atividades dirigidas para sêniores, os próprios corpos sociais são, muitas vezes, ocupados por cidadãos dessa faixa etária, o que em si mesmo é muito positivo para o seu bem-estar; a transmissão de conhecimento e de valores com a presença de seniores nas associações, seja como utentes, seja como dirigentes; a construção de “comunidade” que se obtém, quando os cidadãos seniores se integram nas atividades associativas (Pereira et al., 2021, p. 25).

Nesta perspetiva, o espaço associativo constitui-se como um espaço promotor de bem-estar e qualidade de vida na medida em que possibilita a criação de uma rede social e de suporte, onde se estabelecem vínculos afetivos. A pertença a um grupo e o estabelecimento de relações interpessoais está associado, não só a uma diminuição da taxa de mortalidade, mas também a uma melhoria da saúde. De facto, o estabelecimento de relações sociais diminui a sintomatologia depressiva e aumenta a satisfação com a vida (Correia, 2017).

Para Pinto e Neri (2017), a participação social e o envolvimento comunitário estão associados a benefícios psicossociais, no sentido em que contribuem para uma melhoria da qualidade de vida e bem-estar das pessoas adultas mais velhas. Segundo as autoras, quanto mais escassa for a participação social, mais acelerado é o declínio físico e cognitivo (Pinto & Neri, 2017). Uma das formas de promover esta participação social e comunitária é a pertença a um grupo, uma vez que nos grupos, as pessoas adultas mais velhas têm a possibilidade de estabelecer novas relações e criar novos vínculos, tendo assim a possibilidade de ampliar a rede social e de suporte (Bulla, Soares, & Kist, 2007). Kist (2008) defende que quando inseridos num grupo com o qual se identificam e onde o sentimento de pertença coletivo se desenvolve, as pessoas adultas mais velhas constituem-se como pessoas capazes de desenvolver capacidades de crescimento e realização pessoal (citado em Bulla et al., 2007).

Em suma, a participação social e o sentimento de pertença coletiva a um grupo estão diretamente associados a uma melhoria da saúde e bem-estar, ou seja, a um aumento da qualidade de vida das pessoas adultas mais velhas (Rebellato & Hayashi, 2014). Assim, deve-se enfatizar a transformação enquanto ação que se constrói coletivamente (Cruz, 2000).

2.5. TEATRO DO OPRIMIDO

Como refletido no ponto anterior, a participação faz parte integrante do conceito de Envelhecimento Ativo proposto pela OMS. Neste contexto de participação, no presente capítulo será apresentada uma conceptualização teórica sobre o Teatro do Oprimido.

O Teatro do Oprimido (TO) surge na década de 70. O seu criador, Augusto Boal, convicto de que a arte está ao alcance de todos, apresenta o TO como uma forma de teatro que promove a transformação social e o empoderamento (Bertão, Lima, & Duarte, 2017). Segundo o autor, o TO define-se como um método de intervenção de natureza política, que tem como objetivo a libertação das classes oprimidas, das situações de opressão a que estão sujeitas e das relações de poder que impedem a justiça social (Boal, 1991; Boal, 2009; Cruz et al., 2019). Um dos principais objetivos deste método é (re)estabelecer o diálogo entre as pessoas, ativando-as e levando-as a participar enquanto protagonistas da ação dramática e da sua construção, democratizando as ferramentas teatrais; estas possibilitam a comunicação em público, com recurso quer à expressão verbal, quer à expressão corporal (Boal, 1991). Trata-se, segundo Campos, Panúncio-Pinto e Saeki (2014) “do ideal de simetria da democracia participativa, tão difícil de ser alcançado, já que todas as relações são atravessadas pelos mecanismos de poder” (p.553). Isto porque o TO não se resume apenas a uma combinação de técnicas com vista à transmissão de uma mensagem, mas “é uma forma de propor um diálogo, uma desconstrução da realidade, de / para e com grupos oprimidos que podem, juntos, tomar responsabilidades e ações concretas sobre as suas situações de vida” (Cruz et al., 2019, p. 50).

Trata-se de uma metodologia que vai ao encontro da Pedagogia do Oprimido, apresentada por Paulo Freire, na medida em que o oprimido é encarado como alguém com potencial para lutar e alcançar a transformação. Tanto para Augusto Boal como para Paulo Freire, esta transformação tem por base o diálogo, encarado como

o encontro em que se solidarizam o refletir e o agir de dois sujeitos endereçados ao mundo a ser transformado e humanizado, que não pode reduzir-se a um ato de depositar ideias de um sujeito no outro, nem tampouco tornar-se simples troca de ideias a serem consumidas pelos permutantes (Freire, 1985, p. 79).

De um modo geral, como refere Boal (2009), o “Teatro do Oprimido é ensaio para a realidade – intervenção concreta no real. Não se trata apenas de conhecer a realidade, mas de transformá-la em outra melhor – obra dos próprios oprimidos conscientes, ou conscientizáveis” (p. 185). Atendendo a que são vastas as situações e os níveis de mecanismos de opressão, e dependem dos contextos onde se (re)produzem, Augusto Boal desenvolveu, ao longo do tempo, respostas criativas para fazer face à diversidade de realidades com que se foi deparando, construindo técnicas também elas diferentes: teatro imagem; teatro jornal; teatro legislativo; teatro invisível; arco-íris-do-desejo; e, teatro fórum (TF) (Cruz, et al., 2019).

2.5.1. O TEATRO FÓRUM COMO RESPOSTA CRIATIVA: ENTRE A LUTA E O JOGO

Uma das respostas criativas à diversidade de realidades, proposta por Augusto Boal, foi o TF, o qual surgiu da compreensão que falar e agir são distintas possibilidades e, sem a ação do próprio, fica incompleto o campo de possibilidades contido no real. Assim, Boal (2009) propõe romper a quarta parede – a barreira invisível que separa o público da plateia, os atores dos espectadores –, permitindo aos espectadores participar e intervir na ação como protagonistas do problema (Cruz, 2011; Neves, 2015). Segundo Boal (1996) “o Teatro Fórum consiste em propor a todos os espectadores presentes, depois de improvisada uma cena, que interpretem o protagonista e tentem improvisar variantes ao seu comportamento. O próprio protagonista deverá, posteriormente, improvisar a variante que mais o agrada” (p. 216). Ou seja, no TF, o desafio à participação não diz respeito apenas às pessoas que desempenham o papel de atores, mas alarga-se ao público que assiste à peça, o qual é desafiado a transitar de um papel de espectador, para um papel de espect-ator (Boal, 1991). Como espect-ator assume a personagem que representa o oprimido e tem a possibilidade de testar uma ou várias soluções para a opressão apresentada. Esta possibilidade de experienciar o papel do oprimido, permite ao público, não

só identificar-se com o mesmo, como também refletir relativamente ao papel que pode ter como opressor, quer de si próprio, quer de outros, em diferentes situações (Boal, 1991).

Atendendo a que o TF é um “tipo de luta ou jogo” (Boal, 2014, p.50), à semelhança dos outros jogos, é pautado por regras. Estas regras são cruciais para que o TF sirva o seu propósito: o “aprendizado dos mecanismos pelos quais uma opressão se produz, a descoberta de táticas e estratégias para evitá-la e o ensaio dessas práticas” (Boal, 2014, p. 50). Importa, assim, compreender quais as regras da dramaturgia e da encenação no desenvolvimento de uma peça de TF.

Relativamente à dramaturgia: o texto deve descrever, de forma clara e precisa, cada uma das personagens, de modo que a sua identidade seja perceptível ao espectador – essa identidade contém desejos e contra-desejos, revelando os aspetos/pensamentos/sentimentos contraditórios que nos habitam. As soluções apresentadas pelo protagonista devem contemplar uma falha social ou política, para que os espectadores possam criar alternativas a essa falha e experienciar novas formas de a confrontar durante a sessão de fórum. Para tal, é fundamental que a peça seja realista, uma vez que o objetivo é que a discussão seja relativa a situações de opressão concretas e baseadas em experiências reais do grupo. No que concerne à encenação, a expressão corporal dos atores é fundamental. Esta deve espelhar de forma clara a função social, a profissão e as ideologias de cada personagem (Boal, 2014). Cada movimento corporal deve ter significância, ou seja, não devem ser uma mera atividade física, mas integrar a ação dramática (Boal, 2014).

Todo este processo é conduzido pelo “curinga”. Curinga (“joker”, em inglês) é a pessoa especializada em TO, que detém os conhecimentos práticos e teóricos no que concerne a este método. Este assume a dinamização das oficinas de TO e a apresentação do TF. No decorrer das oficinas de TO, o curinga deve ter um verdadeiro interesse no grupo, compreendê-lo e respeitá-lo. A dinamização das oficinas e a escolha dos exercícios devem ir ao encontro dos interesses do grupo, acolhendo o seu ritmo, energia e vontades predominantes. Só desta forma, e a partir dos anseios que cada um traz para o coletivo, será possível contribuir para a verdadeira transformação e emancipação comunitária (Cruz, 2011). É determinante que o curinga esteja envolvido com os temas discutidos e mantenha uma conduta solidária e ética durante o decorrer da oficina. Também no momento de apresentação ao público – o Fórum – a sua envolvência e

conhecimento sobre o TO e os temas encenados são importantes para o cumprimento das suas funções: i) explicar ao público o que é o TF e quais as suas regras; ii) aquecer o público com exercícios de desmecanização do corpo, com vista a facilitar a participação do mesmo; e iii) incentivar a participação e questionar o público, complexificando o debate (Boal, 2014; Canda, Hamad, & Soares, 2018). O seu papel é, assim, efetuar a ponte entre público e atores (Campos, Panúncio-Pinto, & Saeki, 2014; Cruz, 2011): “o curinga é (...) uma figura que, através da empatia, tenta mostrar que a opinião do espectador é valiosa para solucionar os dilemas do protagonista, no espetáculo” (Nogueira & Velloso, 2018, p. 97) É fundamental salientar que não deve ser o curinga a decidir a solução para a opressão apresentada, nem deve apresentar as conclusões de forma afirmativa. O curinga deve sempre devolver as conclusões à plateia em forma de questões, para que seja a plateia a decidir face a esse questionamento (Nogueira & Velloso, 2018). Tal como refere Boal (1995), “(...) o curinga deve evitar todo o tipo de manipulação, de indução do espectador. Não deve tirar conclusões que não sejam evidentes. Deve questionar sempre as próprias conclusões e enunciá-las em forma de pergunta, e não afirmativamente” (citado em Canda et al., 2018, p. 216).

Como referido anteriormente, o TF é uma parte do método do TO e este, uma parte do processo de transformação que se procura quando se põe em marcha uma oficina. Boal (2009) defende mesmo que

são três as grandes transgressões deste método de intervenção: 1) cai o muro entre o palco e a plateia: todos podem usar o poder da cena; 2) cai o muro entre o espetáculo teatral e a vida real: aquele é uma etapa propedêutica desta; 3) cai o muro entre artistas de todas as artes, todos podemos pensar por meios sensíveis – arte e cultura. (p. 185).

O TO é, assim, mais que um conjunto de técnicas, uma parte da transformação. Permite romper com os papéis sociais atribuídos a cada um, com base nos estereótipos sociais pré-definidos, e reinventar novas cenas em que as pessoas têm o poder de se excluir da inclusão que lhe é imposta (Soeiro, 2021).

2.6. ENVELHECIMENTO E O TEATRO DO OPRIMIDO

Tratando-se de um projeto co construído com pessoas adultas mais velhas, importa refletir sobre os possíveis impactos das práticas teatrais no processo de Envelhecimento Ativo.

Como aluído anteriormente, o Envelhecimento Ativo remete para um envelhecimento com qualidade de vida e bem-estar nas áreas da saúde, segurança, participação e aprendizagem ao longo da trajetória de vida (WHO, 2002). Todas estas áreas parecem estar interligadas: a OMS refere-se à saúde (física e mental) como fator fundamental para a qualidade de vida; a participação é encarada como crucial para o usufruto de boa saúde; e a aprendizagem considerada fundamental para a manutenção, não só da saúde, mas também da segurança, que é conseguida pela aquisição e atualização de conhecimentos (WHO, 2002).

Atendendo a que, como defendem Siqueira e Martins (2019), a arte possibilita a melhoria da qualidade vida e do bem-estar das pessoas adultas mais velhas, o teatro foi a ferramenta artística privilegiada neste projeto. Assim, no que se refere à saúde mental, a prática de atividades teatrais por adultos mais velhos promove uma melhoria das capacidades cognitivas, nomeadamente ao nível da memória, resolução de problemas e criatividade (Noice, Noice, Perrig-Chiello, & Perrig, 1999). Gonçalves e Anica (2018) apresentam ainda como contributos das práticas teatrais para a saúde mental desta população, o aumento da autoconfiança e da espontaneidade e a redução da ansiedade. Outra das vantagens das práticas teatrais é a socialização. O teatro é um campo ancestral de socialização, na medida em que o envolvimento, a comunicação e a relação com o outro fazem parte de todo o processo criativo e transformativo (Bidegain, 2011).

Com recurso às práticas teatrais, as pessoas adultas mais velhas têm a possibilidade de romper com os estereótipos associados ao envelhecimento e manterem-se ativas na busca pelos seus ideias, reposicionando-se como parte integrante da comunidade (Miguel, 2012). Neste sentido, alcançam o reconhecimento por parte da comunidade, desconstruindo a imagem de incapacidade e de doença associada aos adultos mais velhos (Gonçalves & Anica, 2018).

Dentro das atividades teatrais existentes, o TO, para além de todas as vantagens supracitadas, constitui-se como um método participativo e participado, pela sua essência. Como tal, dá resposta à necessidade da participação, saúde e aprendizagem elencadas na definição de Envelhecimento Ativo. Esta visão participativa que caracteriza o TO vai ao encontro do posicionamento de Siqueira e Martins (2019):

deve[-se] buscar a estética do fazer artístico, no sentido do poético, do simbólico - porque é esta a dimensão capaz de promover o diálogo profícuo entre a atriz/ator idosa/o e seu público, contribuindo para desmistificar os mitos negativos associados ao envelhecimento e acarretando significativas mudanças sociais, históricas e culturais na velhice, na sociedade e na própria arte dramática. Através do teatro, acreditamos que a pessoa idosa possa mergulhar em sua verdade absoluta, sem racionalizar o certo ou errado, divertindo-se como alguém que experimenta o novo, e goza do prazer de sentir-se livre dos pré-conceitos sociais que limitam seu poder criativo (p. 163).

A participação no TO constitui-se, assim, como um processo de liberdade e de autonomia, um solo fértil para transformação social (Canda, 2013). Enquadra-se no conceito de participação que integra o Envelhecimento Ativo, em que a participação dos adultos mais velhos em atividades sociais e culturais é uma questão incontornável (Gonçalves, 2016). Atendendo a que o TF se trata do estudo de situações sociais claras e vivenciadas/sentidas como opressão pelos participantes (Boal, 2014), este é um método que permite aos adultos mais velhos a participação e a transformação social.

Em suma, o teatro é uma das formas de expressão artística que permite a promoção do envelhecimento ativo,

contribuindo com a socialização de temas e suas relações entre passado e contemporaneidade, conceitos e pré-conceitos, a desmistificação da velhice, o resgate e a preservação da memória cultural, além de ser uma das linguagens que permitem a disseminação de conhecimentos pertinentes à prevenção e preservação da saúde e da

participação social protagonista, algo fundamental para a garantia do pleno exercício da cidadania no envelhecimento (Miguel, 2012, p.17).

3. CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO E ANÁLISE DE REALIDADE

O presente projeto teve como ponto de partida a análise de realidade: para intervir numa determinada realidade é crucial conhecê-la. A análise de realidade acontece quando se procura conhecer e aprofundar um contexto com vista à sua transformação social. E, para transformar, é necessário conhecer. À medida que o conhecimento se torna mais profundo aumentam as possibilidades de transformação. É a partir da auscultação e do envolvimento das pessoas que fazem parte dessa realidade que se co constrói o conhecimento sobre a mesma (Cembranos et al., 2001).

Assim, como forma de conhecer e analisar a realidade, recorreu-se a técnicas de recolha de informação, nomeadamente a observação participante, as conversas intencionais, a análise documental e a estratégias como exercícios de dinâmicas de grupo.

3.1. DIVISÃO DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL – PROGRAMA IDADE D’ OURO

Com vista a fazer face à sua responsabilidade social, a Câmara Municipal de Gondomar criou, na sua estrutura orgânica, a Divisão de Desenvolvimento Social (DDS). De acordo com o Aviso Nº 13671 de 2 de setembro de 2019, esta é constituída por 2 núcleos: o Núcleo de Respostas Sociais (NRP) e o Núcleo de Desenvolvimento de Projetos (NDP). O Programa Idade D’Ouro surge como um dos eixos de atuação do NDP, implementado em maio de 2016.

O NDP tem uma equipa que apresenta como sendo multidisciplinar: constituída por uma psicóloga, uma socióloga e uma técnica de turismo. A observação realizada permitiu, no entanto, aferir que se trata de uma equipa interdisciplinar: uma equipa com reuniões periódicas, o que possibilita o contributo dos diferentes profissionais e, conseqüentemente, o conhecimento de áreas de formação distintas; existindo uma partilha de informação frequente, que é considerada crucial para o bom funcionamento do serviço (Franco, 2007). Ressalva-se que o conhecimento relativo à instituição foi sendo construído ao longo do tempo, desde 2009, dado que o projeto se desenvolveu na instituição em que a investigadora desempenhava a sua

atividade profissional. Enquanto técnica superior da autarquia, a investigadora está afeta ao NRS mas, atendendo a que a Divisão de Desenvolvimento Social funciona com uma equipa interdisciplinar, existem momentos de partilha e reflexão entre todos os técnicos que integram a Divisão. Neste sentido, considerou-se pertinente desenvolver este projeto de mestrado no NDP por duas razões: i) no NRS a investigadora está afeta ao serviço de intervenção psicológica e o desenvolvimento de um projeto de mestrado com as pessoas a quem presta apoio psicológico colocaria em causa o cumprimento dos princípios éticos e deontológicas da sua prática clínica; ii) no NDP havia uma necessidade identificada pela equipa, de desenvolvimento de um projeto com os participantes do Programa Idade D' Ouro.

Neste sentido, este projeto foi desenvolvido com um grupo de pessoas inscritas no Programa Idade D'Ouro, promovido pela Divisão de Desenvolvimento Social do Município de Gondomar e a frequentar as aulas de atividade física Idade D'Ouro Ativa. Deste modo, a caracterização de contexto e a análise de realidade foi efetuada partindo do programa para os participantes.

O Programa Idade D'Ouro destina-se à população com idade igual ou superior a 60 anos que resida no Município de Gondomar. Atualmente, com base nos dados dos últimos Censos realizados, em Gondomar residem 35 108 pessoas com mais de 65 anos, destas cerca de 18 000 encontram-se inscritas no referido Programa (INE, 2021). Os objetivos deste Programa são: “elevar os padrões de qualidade de vida; potenciar a ocupação dos tempos livres; promover o convívio e o lazer das pessoas de saber adquirido através da experiência de vida” (Município de Gondomar, 2016). Como forma de operacionalizar estes objetivos, o Programa apresenta atividades e benefícios a todos os inscritos, nomeadamente: atribuição do Cartão Idade D'Ouro, que possibilita o acesso a descontos em diversas entidades do Município, como clínicas e óticas; a frequência de aulas de atividade física (Idade D' Ouro Ativa); o acesso a atividades lúdicas e culturais, como a Rota da Filigrana; e o acesso aos “Espaços Idade D'Ouro”. São cinco espaços em diferentes freguesias do concelho: dois em S. Cosme, um em Fânzeres, um em Rio Tinto e um em Valbom. Estes espaços são geridos pelas próprias pessoas, que fazem o levantamento das necessidades e as reportam à autarquia. Trata-se de espaços de convívio e lazer, onde as pessoas se encontram para jogos de tabuleiro e convívio.

Não obstante as atividades elencadas, constantes no regulamento do próprio Programa, quando emerge a necessidade de outro tipo de ações ou atividades, estas são avaliadas e, se consideradas

necessárias, implementadas pela autarquia. Exemplo disso foram algumas das iniciativas propostas no âmbito da situação pandémica. Face ao isolamento com que muitos adultos mais velhos se depararam, o NDP levou a cabo uma iniciativa que teve como finalidade o estabelecimento de contactos telefónicos a todos os munícipes inscritos no Programa Idade D'Ouro, no sentido de avaliar a necessidade de apoio na aquisição de bens de primeira necessidade (alimentação e/ou medicação). Na maioria dos contactos telefónicos estabelecidos foi perceptível que, embora os bens de necessidade estivessem assegurados, o que as pessoas reportavam como problema era o isolamento a que estavam sujeitas. Mesmo as que tinham uma rede familiar de suporte, deparavam-se com a solidão. Os familiares deixaram de estar presentes fisicamente para os protegerem do contágio do vírus Covid-19. Surgiu, então, a necessidade de manutenção de contactos regulares com algumas destas pessoas. Embora durante o período do confinamento esses contactos tenham sido assegurados pelos técnicos da DDS, mais tarde, com o regresso ao trabalho presencial e a assunção de mais funções, surgiu a necessidade de criar uma alternativa com vista à manutenção desta resposta. Foi assim que, em articulação com o Banco Local de Voluntariado, surgiu a criação do Projeto “Voz Amiga”, em que um grupo de voluntários assumiu a função de dar continuidade aos contactos telefónicos, até então efetuados pelos técnicos municipais.

O Programa Idade D'Ouro, embora tenha um plano de atividades definido, tem flexibilidade para acolher as necessidades sentidas pelas pessoas e alterar ou criar atividades que levem à melhoria da qualidade das suas vidas.

3.2. PARTICIPANTES

Como supracitado, os e as participantes deste projeto foram pessoas inscritas no Programa Idade D'Ouro e frequentadoras das aulas de atividade física Idade D'Ouro Ativa. Atendendo a que não seria possível desenvolver o projeto com todos as pessoas inscritas na referida atividade (457 pessoas distribuídas por 22 turmas), o critério foi selecionar um grupo de pessoas que reside numa freguesia localizada numa área geográfica denominada “Alto Concelho”. A escolha desta freguesia prendeu-se com o facto de se tratar de uma área geográfica que, pela distância ao centro de Gondomar e pela falta de uma rede de transportes públicos, fica mais isolada dos serviços centrais e, conseqüentemente, têm acesso a menos oportunidades. Embora seja uma freguesia da cidade de Gondomar apresenta características rurais. Segundo os dados

dos últimos Censos, dos 7040 habitantes apenas 1458 têm idade inferior a 25 anos; destes apenas 701 estão na faixa etária entre os 15 e os 24 anos; pelo que só existem estabelecimentos escolares até ao primeiro ciclo do ensino básico nesta freguesia. No que se refere às habilitações literárias, a maioria da população tem o primeiro ciclo do ensino básico (PORDATA, 2022). Ao nível das respostas sociais, existe um centro social e paroquial com as seguintes valências: creche; centro de dia; estrutura residencial para idosos; equipa de rendimento social de inserção; serviço de apoio domiciliário. Este isolamento territorial leva a que os participantes percecionem a freguesia onde residem como um território que não faz parte de Gondomar, sendo comum o uso de expressões como: “Quando eu vou a Gondomar” (Participante RM); “Eu não sou de Gondomar, sou de X (nome da freguesia)” (Participante F).

Os participantes e atores deste projeto foram um grupo de seis elementos - quatro mulheres e dois homens, com uma média de idades de 69 anos, cujo elemento mais velho tinha 77 anos e o mais novo 64, residentes na freguesia X do “Alto Concelho”.

Todos os participantes eram reformados, com autonomia funcional e cognitiva. Para além de frequentarem as aulas da atividade física Idade D’Ouro Ativa há cinco anos, tinham como característica comum, o facto de serem sócios da Associação X. Esta característica foi relevante porque determinou o local para os encontros do grupo. No primeiro contacto com o grupo, os seus elementos sugeriram a utilização do espaço da Associação X para a realização dos encontros, com uma periodicidade semanal. Tratou-se de um local que dispunha de uma sala para jogos de tabuleiro e uma sala com um palco, construída para o desenvolvimento de atividades lúdicas e culturais, que naquele momento era utilizada apenas para os encontros do grupo no âmbito deste projeto.

Pela observação participante efetuada e a informação partilhada em grupo, os participantes pareciam nutrir um forte sentimento de união, como referido: “Somos um grupo com muita amizade e camaradagem” (Participante T); “Este grupo só tem pessoas educadas e companheiras” (Participante M); “Somos muito unidos e divertidos” (Participante R); “Somos muito unidos, há grande espírito de camaradagem e de respeito entre nós, é como se estivessem todos num grande abraço” (Participante M); “Entendemo-nos todos muito bem” (Participante F); “Somos todos boas pessoas, damo-nos todos bem” (Participante A). (Apêndice C 2.2)

Os elementos do grupo partilhavam vários interesses em comum: gosto pela natureza; forte ligação à família; gosto por passeios lúdicos; necessidade de convívios que permitissem a socialização; e, o gosto pelo teatro, como partilhado pelos próprios (Apêndice C 2.1): “Para mim a família é tudo...então os meus netinhos...é uma perdição” (Participante A); “Para mim quem me tira o campo tira-me tudo” (Participante T); “Eu quero mesmo é fazer teatro, é a única coisa que nos falta experimentar (Participante MS)”;

“Para mim o melhor deste grupo é o convívio... e também é o que seu sinto mais falta, dos convívios que havia com os outros nossos colegas” (Participante F); “O que eu mais gosto é de passear e de conviver” (Participante M).

Uma vez apresentadas as características comuns ao grupo, apresenta-se uma breve caracterização individual dos seus elementos.

A participante R era uma mulher de 65 anos, com habilitações literárias ao nível do primeiro ciclo do ensino básico. Antes da reforma exercia a atividade profissional de costureira. Era casada e embora tivesse duas filhas, residia apenas com o marido. Não obstante as filhas não residirem em Gondomar, descrevia a relação com as mesmas como uma relação de proximidade e muito afetuosa. As suas atividades favoritas eram a jardinagem, o macramé e as aulas de atividade física.

O participante T era um homem de 69 anos, com habilitações literárias ao nível do primeiro ciclo do ensino básico. Desempenhou funções como lubrificador até aos 55 anos, idade em que foi reformado por invalidez, na sequência de um acidente vascular cerebral. Era casado e tinha uma filha e um filho, “os dois saíram de casa quando casaram”. Embora referisse ter uma boa relação com ambos os filhos, considerava ter uma relação de maior proximidade com a filha, identificando-a como a pessoa a quem poderia recorrer em qualquer situação. Era um apaixonado pelo desporto e pela agricultura, pela cultura e pelo espetáculo, nomeadamente pelo teatro.

A participante F era uma mulher de 70 anos, com habilitações literárias ao nível do segundo ciclo do ensino básico. Até à idade da reforma foi telefonista numa Ordem Hospitalar no Porto. Era casada e tina uma filha. Atualmente vivia com o marido, dado que a filha se autonomizou quando casou. Considerava ter uma relação de muita proximidade com a filha. Adorava

jardinagem e as aulas de atividade física e sempre teve o desejo de experimentar fazer teatro, mas nunca se sentiu empoderada para o cumprir.

A participante A era uma mulher de 70 anos, com habilitações literárias ao nível do primeiro ciclo. Sempre exerceu atividade profissional como cozinheira e, embora estivesse reformada, continuava a trabalhar como cozinheira, ao fim de semana, no restaurante onde trabalhou nos últimos 20 anos. Referia que mantinha a atividade profissional porque o que mais adorava era a cozinha e sentia satisfação e realização pessoal por poder continuar a ir trabalhar no que mais gostava de fazer. Era casada e tinha dois filhos. Vivia com o marido, pois os filhos casaram e tornaram-se independentes. Embora considerasse ter uma boa relação com ambos os filhos, considerava ter uma relação de maior proximidade e confiança com o filho mais novo.

O participante M era um homem de 77 anos, com habilitações literárias ao nível do primeiro ciclo. Foi militar, atividade que referia com muito orgulho. Era casado e tinha um filho e duas filhas. As filhas residiam fora de Gondomar, mas a distância não impedia a manutenção de uma relação de proximidade. Referia-se a elas com enorme orgulho, referindo que “são as duas administrativas de sucesso”. Sentia-se “muito triste pelo filho estar desempregado e não conseguir alcançar o sucesso profissional das irmãs”. Gostava muito do campo e era um poeta. Para além de escrever poesia, era frequente realizar declamações antes da pandemia. Fez teatro amador na sua juventude e revelava uma grade paixão por esta arte.

A participante RM era uma mulher de 64 anos. Vivia com o marido, do qual tinha um filho e uma filha. Referia ter uma excelente relação com os filhos. Tinha como habilitações literárias o primeiro ciclo. Sempre foi doméstica. As suas atividades preferidas eram o macramé e a jardinagem. Referia gostar de tudo o que estivesse relacionado com arte e quando um elemento grupo manifestou o seu gosto pelo teatro, a RM demonstrou de imediato o seu gosto também por esta forma de arte. Entre março e abril não participou no projeto, dado que foi para o Dubai apoiar a filha nos cuidados com a neta.

Para além destes participantes, existiram mais duas pessoas que, numa fase inicial, participaram no projeto, mas por diferentes motivos deixaram o grupo. O participante J, um homem de 66 anos, viúvo que vivia sozinho e tinha uma filha. Manifestava gosto pela cozinha e pelo campo. Esteve presente apenas na primeira sessão, depois deixou de participar no projeto, pois passou

a assumir os cuidados da neta. O participante MS, um homem de 69 anos, que vivia com a esposa. Gostava da natureza e de passear ao ar livre e tinha muita vontade de ter contato com as práticas teatrais. Tinha como habilitações literárias o 12º ano e, antes da reforma, desempenhava funções como técnico principal de manutenção na EDP. Participou no projeto até março, deixou de ter disponibilidade, uma vez que passou a apoiar a esposa e acompanhá-la a tratamentos médicos.

3.3. AVALIAÇÃO DO CONTEXTO

O desenho de um projeto de educação e intervenção social implica um conhecimento aprofundado sobre a realidade e os seus atores. Para tal, é necessária uma avaliação global do contexto, enquadrada no modelo CIPP, que implica a identificação de potencialidades, recursos, problemas, necessidades e constrangimentos (Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

Com vista a conhecer a realidade, foram realizadas conversas intencionais com um elemento da equipa do NDP e com o professor das aulas de atividade física (Apêndice A). Simultaneamente, tiveram lugar nove encontros com os participantes, de 11 de janeiro a 19 de abril. Estes encontros permitiram conhecer, de forma mais aprofundada, os participantes e integraram a primeira ação “Conhecer para Empoderar”: “agindo-se reflexivamente sobre a realidade, para a sua transformação, num determinado sentido e intencionalidade, resulta no crescimento interactivo dos sujeitos singulares e dos colectivos que contextualizam essa interacção” (Nunes, 2008, p. 28).

Ao longo destes encontros, recorreu-se a estratégias como exercícios de dinâmica de grupo, momentos de partilha e reflexão e role playing. Foi possível, não só conhecer a realidade, mas construir, em conjunto com os participantes, o desenho de projeto e o plano para o seu desenvolvimento. Neste sentido, a fase de avaliação de contexto possibilitou a organização da informação recolhida e a identificação dos problemas sentidos pelo grupo, em conjunto com os participantes, assim como as suas causas e necessidades subjacentes. Esta avaliação permitiu também elencar as potencialidades e os recursos (humanos e materiais) existentes. Foi possível, em conjunto com as pessoas, refletir, discutir e definir os objetivos a alcançar e traçar o caminho a seguir.

Assim, partindo de conversas intencionais e da observação participante, foi possível a identificação conjunta de dois problemas fundamentais, sentidos e partilhados por todos os elementos do grupo: a rede social informal e de suporte percecionada como escassa e a desvalorização dos adultos mais velhos pelos outros membros da comunidade.

O primeiro problema (P1) – a rede social informal e de suporte percecionada como escassa – refere-se à falta de uma rede social informal de amigos e vizinhança satisfatória e a um de suporte social recebido e percecionado como deficitário. Conforme explica Ornelas (1994), o suporte social abarca três categorias: a rede (integração da pessoa em grupos), o suporte recebido (o suporte que a pessoa na realidade recebe ou considera ter recebido) e o suporte percecionado (suporte que a pessoa considera estar disponível, caso necessite). No caso deste grupo de participantes, ainda que a rede de suporte social possa existir, as outras duas dimensões do suporte social (suporte recebido e suporte percecionado) são escassas. Embora estas pessoas fizessem parte do mesmo grupo de atividade física há aproximadamente 5 anos, e fossem sócios da Associação X, consideravam que, atualmente, não se encontrava estabelecida a rede de suporte que necessitavam. Embora nas aulas de atividade física existisse um ambiente de respeito, camaradagem e cordialidade, fora dos momentos das aulas não existia contacto nem interação entre estas pessoas. O mesmo acontecia relativamente à Associação X – todos eram sócios, mas não participavam ativamente no movimento associativo, restringindo o seu papel de sócio ao pagamento da cota anual. Alguns elementos do grupo entraram pela primeira vez nas instalações da Associação X quando se iniciaram os encontros no âmbito deste projeto. Tal como referido: “São pessoas com muita vontade de conviver” (Professor de atividade física); “O que mais sinto falta é dos convívios” (Participante R); “Nós os velhos ficamos sós” (participante M), o que indica que aspiram alargar a sua rede de suporte, mas não efetivam esse anseio.

O grupo apresentava como principal causa para este problema as medidas implementadas para o controlo da propagação do vírus COVID-19, tal como expresso nas seguintes afirmações: “(...) foi o maior problema que este vírus nos trouxe” (Participante R); “Era mesmo muito saudável a convivência que havia, agora parece que ficamos isolados” (Participante M); “Isto da pandemia só serviu para nos deixar sozinhos” (Participante A); “Nós os velhos ficamos sozinhos” (Participante F). A autarquia deixou de promover momentos de convívio e de lazer o que conduziu ao término do convívio com os seus pares. Outra causa para este problema,

identificada pela investigadora e refletida em conjunto com o grupo, prende-se com a falta de participação ativa no movimento associativo da Associação X, restringindo a sua atividade enquanto sócios ao pagamento da cota anual. Neste sentido, as necessidades manifestadas e identificadas pelo próprio grupo foram: valorização pessoal (N1); fortalecimento de laços que proporcionem a existência de uma relação social e de suporte (N2); participação em atividades de grupo, de caráter lúdico-cultural, que permitam o convívio e a partilha (N3); participação mais ativa na comunidade local (N4).

Esta falta de relacionamento com os pares e a perda de momentos de convívio e de lazer, partilhados em conjunto, foi encarada como um dos problemas mais prementes deste grupo (Apêndice C 2.2): “O que mais sinto falta é dos convívios que tínhamos antes da covid (...) faz muita falta mesmo (...) foi o maior problema que este vírus nos trouxe” (Participante R); “Nós os velhos ficamos sozinhos” (Participante F); “Era muito saudável a convivência que havia, agora parece que ficamos isolados” (Participante T).

O segundo problema (P2) – desvalorização dos adultos mais velhos pelos outros membros da comunidade – foi sentido pelo grupo através da sensação de invisibilidade aos olhos dos outros. Os elementos do grupo referiam apreciar gestos como: “o cumprimento do outro na entrada de um local público” (Participante RM); “a cedência de lugar em transportes públicos ou filas” (Participante F); “a ajuda a alguém com dificuldades de mobilidade” (Participante M). Os participantes referiam que, atualmente, esses gestos eram desvalorizados e não eram postos em prática. Apontavam essa omissão como um reflexo dos valores que deixaram de ser transmitidos às gerações mais novas, considerando mesmo que existia falta de empatia das gerações mais novas em relação aos adultos mais velhos.

Este sentimento era expresso pelo grupo quando adotavam as seguintes narrativas (Apêndice C 2.3): “Os mais novos nem olham para nós, é como se a nossa presença os incomodasse” (Participante R); “São incapazes de ver a dificuldade que uma pessoa mais velha possa estar a ter em ir de pé ou transportar um saco, ninguém se levanta para dar lugar a um velho ou para ajudar nos autocarros” (Participante M); “Olham para nós como um estorvo” (Participante F); “Alguns acham mesmo que não devíamos andar no autocarro a ocupar lugares, somos velhos, não vamos para o trabalho, não temos que encher os transportes públicos para ir passear” (Participante RM).

No fundo esta desvalorização e falta de empatia surgem associadas a uma imagem mais depreciativa que os adultos mais velhos sentem ter aos olhos dos mais novos: o facto de sentirem que, por terem mais idade, já não lhes é reconhecido um papel social – explicada por Butler (1969) como Idadismo (preconceito e discriminação das pessoas exclusivamente pela sua idade). Marques (2016) refere que o idadismo manifesta-se de três formas: i) pelas crenças e estereótipos relativamente aos adultos mais velhos (incapacidade e doença); ii) pelo preconceito expresso por sentimentos como a piedade ou o paternalismo; iii) pela adoção de comportamentos que se revestem de atos como o abuso ou os maltratos perpetrados contra as pessoas adultas mais velhas. A autora refere no Eurobarómetro Especial de 2009 que, 53% dos portugueses considerava que a discriminação pela idade é muito frequente em Portugal (Marques, 2016). Esta discriminação associada à idade, quando dirigida a adultos mais velhos surge também na literatura designada como gerontismo (Marques, 2016).

Assim, no que concerne a este problema, as necessidades identificadas foram: participação ativa na comunidade (N4); reconhecimento do seu papel na comunidade (N5); desconstrução dos estereótipos associados à idade (Idadismo) (N6).

Ao longo da análise de realidade foi também possível identificar potencialidades e recursos passíveis de serem mobilizados. Como potencialidades destacam-se a relação de camaradagem que existe entre os elementos do grupo; o sentimento de pertença coletiva a uma associação; a autonomia funcional e cognitiva; a postura crítica e reflexiva em relação aos problemas identificados; e a disponibilidade para debater os assuntos e refletir relativamente ao que é necessário fazer para a mudança que procuram.

Foram identificados como recursos físicos: as instalações da Associação X (sala com mesas, cadeiras, palco), o material consumível (folhas, canetas, colas, lápis, tesouras, papel cenário, revistas, computador); e como recursos humanos: os técnicos da autarquia (afetos ao NDP) capazes de ajudarem no processo; a profissional especializada em teatro do oprimido; o público reunido com iguais constrangimentos (ou da mesma geração) que os participantes – para apresentação da atividade desenvolvida (instituições existentes na comunidade local).

Ainda referente aos recursos, importa salientar que, com vista a fazer face à vontade e motivação manifestada pelo grupo de desenvolver uma ação relativamente às práticas teatrais,

a investigadora, para além de mobilizar os recursos humanos necessários para o efeito, aprofundou os seus conhecimentos técnicos e científicos na temática do TO. Tratando-se de um Projeto de Educação e Intervenção Social, desenhado e desenvolvido em coautoria com os participantes, considerou-se fundamental acolher a vontade manifestada pelo grupo e mobilizar um método de intervenção social e comunitária assente em práticas teatrais. Recorreu-se, para isso, ao TO. A partir do momento dessa escolha, a investigadora frequentou ações de formação alusivas a esta temática. No total a investigadora participou em 44 horas de formação, distribuídas por cinco ações de formação com as seguintes temáticas: i) intervenção com adultos mais velhos (dez horas); ii) práticas artísticas e participação (seis horas); iii) oficina de capacitação em TO (seis horas); iv) ferramentas teatrais para a inclusão social (dezassex horas); v) oficina de teatro de agitação e propaganda (seis horas). Foi, inclusive, numa destas ações de formação que a investigadora conseguiu mobilizar a profissional de TO que colaborou no desenvolvimento deste projeto. A frequência destas ações de formação, foi de extrema relevância não só para o grupo, mas também para a investigadora, que teve a possibilidade de crescer e evoluir enquanto pessoa e enquanto profissional. A aquisição destes conhecimentos, permitiu abrir horizontes, atendendo a que o conhecimento adquirido e as reflexões realizadas contribuíram não só para o desenvolvimento deste projeto, mas também para futuras intervenções que possam vir a ser desenvolvidas.

4. DESENHO DO PROJETO

Realizada a análise e a avaliação do contexto, tornou-se possível elaborar a planificação e desenho do projeto, em conjunto com os participantes. Todos tiveram a possibilidade de contribuir para o discurso da sua própria análise de realidade e escolher o caminho a percorrer para melhorar o seu bem-estar, tornando-se agentes de mudança reflexivos, comprometidos e responsáveis. Como tal, o planeamento realizado apresenta as seis características apresentadas por Serrano (2008): flexibilidade (ajuste às necessidades); abertura (a modificações e retificações); descentralização (tem em consideração as características dos participantes); participação (todas as pessoas participam); autogestão (os participantes estão implicados na gestão); interdisciplinaridade (tem em conta diferentes áreas de conhecimento).

4.1. FINALIDADE, OBJETIVOS, ESTRATÉGIAS E AÇÕES

A finalidade de um projeto é, tal como refere Guerra (2002), a razão de ser do mesmo. É uma motivação para uma meta que se apresenta como uma utopia, embora tenha presente a realidade tal qual ela é: com problemas, necessidades, constrangimentos, recursos e potencialidades. Trata-se de uma unificação e orientação das ações (Cembranos et al., 2001). Neste sentido, e, atendendo aos problemas e necessidades identificados, a finalidade do presente projeto é a criação de espaços de cidadania ativa e participação política na comunidade local com vista ao empoderamento de pessoas adultas mais velhas. Face ao exposto, foram definidos objetivos gerais (OG) e objetivos específicos (OE). De acordo com Guerra (2002), os objetivos gerais descrevem as grandes orientações para as ações e são coerentes com a finalidade do projeto. Os OE descrevem os resultados que se esperam atingir, detalhando e operacionalizando os objetivos gerais. Neste sentido os objetivos definidos foram os seguintes:

OG 1 – Ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos adultos mais velhos.

OE 1.1 – Valorizar o conhecimento sobre si próprio e os outros;

OE 1.2 – Valorizar o conhecimento sobre si aos olhos dos outros;

OE 1.3 – Desenvolver a capacidade de diálogo e de partilha de diferentes pontos de vista;

OE 1.4 – Valorizar o sentimento de pertença coletiva ao grupo;

OE 1.5 – Valorizar o papel do grupo na ampliação da rede social.

OG 2 – Incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitária.

OE 2.1 – Reconhecer a importância da participação num contexto comunitário;

OE 2.2 – Compreender a diversidade coletiva na participação;

OE 2.3 – Partilhar interesses, ideias, opiniões com o grupo;

OE 2.4 – Envolver-se em práticas de participação coletiva.

A prossecução dos objetivos supra identificados teve por base o recurso a diferentes ações intituladas: “Conhecer para Empoderar”, “Os Filhos da Terra” e “Ainda há Lugar para a Mudança?”.

O desenho do projeto foi o resultado de um processo participado, que se iniciou com a auscultação do grupo sobre a forma ideal para suprir as necessidades identificadas. Atendendo a que a metodologia de IAP implica que a investigação e a ação ocorram de forma síncrona e integrada, considera-se que a primeira ação, “Conhecer para Empoderar”, foi iniciada desde os primeiros encontros com o grupo, partindo do conhecimento para a ação. Estes momentos integraram, desde logo, os objetivos, ainda que estes tenham sido definidos posteriormente.

A primeira ação, “Conhecer para Empoderar”, teve início em janeiro de 2022 e desenvolveu-se até ao fim de abril de 2022, às terças-feiras de manhã com uma duração de uma hora e trinta minutos (num total de nove encontros). O nome desta ação foi definido em grupo e a sua escolha teve em conta o facto de os participantes terem considerado que as atividades aí desenvolvidas permitiram o conhecimento e o reconhecimento de características individuais e coletivas, fundamentais para a melhoria da sua autoestima e autoconfiança. Esta ação contribuiu para o OG 1 – ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos adultos mais velhos – e para os respetivos OE.

A segunda ação, “Os Filhos da Terra”, refletiu aquele que foi o interesse manifestado pelo grupo ao longo do processo de análise de realidade, surgindo de forma espontânea e conquistando todo o grupo. Por se tratar de uma ação que teve como base a metodologia de TO, que permite dar resposta aos problemas identificados, considerou-se ser a ação central deste projeto. Por este motivo, o grupo decidiu que esta ação deveria ter o mesmo nome que escolheram para o

grupo. Esta metodologia – e as oficinas levadas a cabo – permitiram, pela essência corporativa das ferramentas teatrais, o aprofundamento do conhecimento do corpo, da imagem e do pensamento dos participantes, assim como a construção de uma relação de proximidade e confiança entre os elementos do grupo. Simultaneamente, estimularam o pensamento crítico e a reflexão relativamente aos problemas sentidos. Uma vez que, na construção do TF, parte-se das opressões vivenciadas pelo grupo, há um processo de partilha e coletivização dos problemas que é central nas oficinas. Todos os problemas levantados foram alvo de análise e reflexão grupal, apesar de, posteriormente, ter sido escolhida uma só opressão pelo grupo para levar a cena. Por último, a apresentação da peça de TF, construída pelos participantes, permitiu uma interação com a comunidade. Ao apresentar a peça a públicos com diferentes respostas sociais do Município, o grupo teve, não só a possibilidade de conhecer estas pessoas e as entidades em que se encontram inseridas, como também a possibilidade de exercer uma participação ativa no despertar de consciências na comunidade envolvente para o problema apresentado.

Neste sentido, esta ação integrou as seguintes atividades: dinamização de um processo de TO com uma facilitadora externa; construção de uma peça de TF e a sua apresentação a diferentes instituições da comunidade local. O desenvolvimento desta ação teve por base exercícios e jogos teatrais, que incluíram a desmecanização do corpo, o conhecimento mútuo e a exploração de problemas. Tivemos ainda em vista assistir a uma peça de TF – que só veio a ocorrer depois da apresentação, a 8 de julho de 2022. Com estas atividades pretendeu-se a prossecução dos seguintes objetivos: desenvolver a capacidade de participação ativa; reconstruir relações interpessoais seguras; envolver a comunidade.

Relativamente à calendarização da ação, esta foi planificada para ser desenvolvida entre abril e maio de 2022. A dinamização do processo de teatro do oprimido decorreu durante o mês de maio, com periodicidade semanal (às segundas-feiras) e com uma duração de três horas, na sede da Associação X. A deslocação à Escola Superior de Educação do Porto, para assistir à peça de TF, foi planificada para abril, mas só executada em julho, nas instalações do Coral de Letras.

No que se refere à ação “Ainda há Lugar para a Mudança?”, esta surgiu no decorrer da ação “Os Filhos da Terra” e foi planeada para ser desenvolvida a partir do mês de junho. O grupo selecionou este título por acreditar que, com o desenvolvimento da mesma, poderiam ser promotores de mudanças na comunidade. A ação surgiu com o objetivo de garantir o efeito

multiplicador e disseminador da transformação social, cívica e política na comunidade local. Para tal contemplou duas atividades: a redação de um manifesto a dirigir à empresa de transportes que opera no território onde o projeto se desenvolveu; e a apresentação e partilha da peça de TF aos diferentes públicos-alvo (adultos mais velhos e gerações mais novas). Assim, esta ação pretendeu dar resposta ao OG 2 – incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitária – e aos respetivos OE.

O desenvolvimento de cada atividade recorreu a diversas estratégias. De acordo com Guerra (2007), as estratégias são escolhidas com base nos objetivos e os recursos disponíveis, devendo atender também às características das pessoas que compõe o grupo. Recorreram-se às seguintes estratégias: i) exercícios de dinâmica de grupo, que permitiram a interação entre os participantes e a partilha de opiniões e conhecimentos; ii) conversas intencionais que, de uma forma fluída, possibilitaram obter mais conhecimento da realidade e aprofundar conhecimentos já existentes; iii) partilhas e reflexões em grupo, momentos em que foi possível a identificação com o outro, a partilha de diferentes pontos de vista e opiniões; e iv) exercícios de *role playing* e de jogos teatrais, ambas facilitadoras do ensaio de situações reais e da reflexão sobre possíveis respostas ao problema apresentado.

4.2. AVALIAÇÃO DE ENTRADA

Após análise do contexto e desenho do projeto, torna-se emergente proceder à avaliação de entrada, avaliando a coerência entre o conhecimento da realidade, a finalidade do projeto, os objetivos gerais e específicos, as ações, as estratégias e os recursos do mesmo (Cembranos, et al., 2001). Trata-se de avaliar a coerência, a aplicabilidade e a exequibilidade do projeto (Cembranos et al., 2001), avaliar “se as atividades são coerentes com os objetivos propostos, se os métodos são adequados aos objetivos e estão em função das atividades a desenvolver e a proporção entre a disponibilidade de recursos e as pretensões do programa” (Ventosa, 2002, p. 111).

No presente projeto, considera-se que as três ações contribuíram para resolver e ultrapassar os dois problemas identificados e as respetivas necessidades, possibilitando a criação de espaços de cidadania ativa e de participação política na comunidade local com vista ao empoderamento de pessoas adultas mais velhas. Neste sentido a primeira ação foi ao encontro do OG1 e as duas

ações subsequentes contribuíram para alcançar o OG2 (Apêndice G – Tabela de Avaliação de Entrada).

Foram vários os constrangimentos que foram surgindo. O primeiro constrangimento surgiu com a impossibilidade de utilização das instalações previamente programadas para os encontros grupais. Os participantes apresentaram uma alternativa e solução, sugerindo que os encontros tivessem lugar nas instalações da Associação X, de que todos são sócios. O segundo constrangimento identificado prendeu-se com o facto de a investigadora não possuir os conhecimentos necessários para fazer face ao interesse manifestado pelo grupo, de desenvolver uma ação que tivesse subjacente as práticas teatrais. Este facto foi inicialmente encarado como um constrangimento, dado que a investigadora não reunia as competências necessárias para a dinamização de atividades desta natureza; era difícil, assim, integrar uma ação deste cariz. Contudo, em reflexão e discussão com o grupo, foi perceptível o interesse dos participantes em manter este caminho para o projeto. Surgiu, então, a possibilidade do TO (especificamente o TF) integrar uma ação do projeto. Este método de intervenção permitia a conciliação entre o interesse do grupo e a possibilidade de desenvolver as capacidades necessárias para atingir os objetivos propostos. Mantinha-se como constrangimento a falta de competência e de formação da investigadora para a dinamização da referida ação. Contudo, tratando-se de um projeto co-construído, considerou-se fundamental respeitar a motivação do grupo. Assim, procurou-se ultrapassar este constrangimento. Apesar da investigadora ter iniciado a sua formação na área, optou por mobilizar para o projeto profissionais com mais formação e habilitações para a dinamização da ação. Desta forma, os constrangimentos iniciais acabaram por motivar uma potencialidade.

Um terceiro constrangimento surgiu, ao longo do processo, com o cancelamento da peça de TF, centrada na temática do cuidador informal, a que as pessoas do grupo iriam assistir (por motivos alheios à investigadora e ao grupo). Esta apresentação estava prevista para abril, e o seu cancelamento, impossibilitou a realização desta atividade.

O quarto constrangimento prendeu-se com a impossibilidade do grupo apresentar a peça de TF que desenvolveu num equipamento residencial para pessoas mais velhas, cito em Gondomar, tal como previsto e programado para o dia 6 de junho. Esta impossibilidade decorreu da identificação de um surto de covid-19 na referida instituição.

Por último, o calendário escolar constituiu-se também como constrangimento, atendendo a que a conclusão da construção da peça de TF coincidiu com o término do ano letivo, o que impossibilitou a apresentação da peça às gerações mais novas. Face ao exposto, procedeu-se à re-calendarização destas apresentações para o próximo ano letivo.

Uma vez superados os constrangimentos apresentados, considerou-se que os recursos identificados permitiam garantir a exequibilidade do projeto. Destacaram-se: a motivação e o envolvimento dos participantes para o desenvolvimento do projeto; a disponibilidade de recursos humanos (profissional de TO, público para a apresentação do TF, equipa do NDP); a abertura da instituição para o desenvolvimento de um projeto de investigação-ação participativa; os recursos materiais (instalações, mobiliário, material consumível, objetos para elementos cénicos); as parcerias estabelecidas com as instituições da comunidade, nomeadamente a Associação X, que cedeu as instalações, o Centro Social e Paroquial, que possibilitou aos seus utentes do Centro de Dia a participação na apresentação da peça de TF, a Associação Cultural e Recreativa e a Junta de Freguesia, que manifestaram a disponibilidade e o interesse imediato para que a peça de TF seja apresentada no auditório da Junta de Freguesia aos jovens que frequentam o Centro Comunitário da referida associação. Estas parcerias foram – como, no geral, o são em projetos deste tipo – fundamentais num projeto cujo um dos objetivos era incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitária. Destas parcerias com entidades da comunidade local surge a possibilidade de dar continuidade às ações e abertura para assegurar os recursos para que novas ações possam vir a ser desenvolvidas após a finalização do projeto no âmbito do Mestrado em Educação e Intervenção Social. Assim, lançaram-se sementes que podem garantir a sustentabilidade do projeto na comunidade.

Ao longo do desenvolvimento do projeto, foram surgindo novos constrangimentos. Foi fundamental uma reflexão contínua para que estes não fossem encarados como barreiras limitadoras da ação, mas sim geradores de novas estratégias. Foi esta flexibilidade, ao nível do desenho de projeto – de abertura a todas as alterações que sejam necessárias implementar – que caracterizou o projeto. Os recursos identificados na avaliação do contexto foram mobilizados e determinantes para o desenvolvimento das ações.

Quanto às estratégias utilizadas, a escolha de estratégias de cariz dinâmico e ativo ajudaram a promover a participação e o envolvimento dos participantes. Estas estratégias, por facilitarem o conhecimento e a aproximação à realidade, desencadearam um sentimento de bem-estar e satisfação, e a construção de novas narrativas face ao envelhecimento. Permitiram o estabelecimento de uma relação de proximidade e confiança com o grupo.

Para aferir a exequibilidade dos objetivos propostos, foram definidos indicadores qualitativos e quantitativos. Definiram-se como indicadores quantitativos: o número de encontros realizados e a assiduidade dos participantes (Apêndice H). Para o OG1 – ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos adultos mais velhos – foram definidos os seguintes indicadores qualitativos: o aumento do número de contactos com outras pessoas e o reconhecimento da importância das relações interpessoais; Relativamente ao OG2 – incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitária – foram definidos os seguintes indicadores qualitativos: o conhecimento e reconhecimento das entidades existentes na comunidade; o aumento da participação em iniciativas da comunidade local; a partilha do seu ponto de vista face a assuntos de interesse coletivo; a manifestação de iniciativa para estabelecer contacto com os diferentes atores da comunidade local; a manutenção do contacto com os diferentes atores da comunidade local.

As atividades desenvolvidas e os encontros com os participantes foram avaliados através de exercícios de dinâmicas de grupo e conversas intencionais.

O desenvolvimento de um projeto de educação e intervenção social em tempos pandémicos representou um desafio acrescido, implicando uma constante capacidade de flexibilidade e de adaptação à planificação do projeto.

5. DESENVOLVIMENTO DO PROJETO E AVALIAÇÃO DO PROCESSO

Neste capítulo apresenta-se o desenvolvimento das ações: “Conhecer para Empoderar”, “Os Filhos da Terra” e “Ainda há um lugar para a mudança?”. Paralelamente, analisa-se a forma como as práticas incluídas permitiram a prossecução dos objetivos. Privilegiou-se a participação das pessoas, respeitando as suas opções, interesses individuais e coletivos e ritmos.

Os encontros que constituíram o desenvolvimento destas ações assumiram as características de uma relação de ajuda, já que decorreram num ambiente acolhedor, de respeito, escuta, aceitação e interesse genuíno pelo outro (Chalifour, 2007). À semelhança dos grupos de encontro de Rogers (1970), “num clima de liberdade de expressão, cada participante é encorajado a deixar cair as suas defesas e fachadas e relacionar-se mais aberta e diretamente com os outros” (p. 7). Como explica Panikkar (2006, citado em Arenhart, 2007), na relação humana, para compreender o outro é necessário valorizá-lo, encará-lo como parte do nosso eu e aceitá-lo com amor e simpatia. É com base nesta aceitação e compreensão do outro que se torna possível não só conhecê-lo como aprofundar o nosso autoconhecimento (Arenhart, 2007). Numa fase inicial, com recursos a estratégias como exercícios de dinâmicas de grupo, foi possível promover o diálogo, a partilha e a reflexão. Nesta lógica de dar e receber, foi possível a construção do auto e hétero conhecimento, que possibilitou a co-construção deste projeto.

A primeira ação, “Conhecer para Empoderar”, decorreu entre janeiro e abril de 2002 (com periodicidade semanal) e permitiu aprofundar o auto e hétero conhecimento dos elementos do grupo, fundamental para o seu empoderamento, assim como o delineamento das ações que se sucederam.

A segunda ação, “Os filhos da Terra”, foi desenvolvida em maio 2022, com periodicidade semanal, em encontros de grupo, na Associação X. No final da última atividade desta segunda ação, surgiu a necessidade de desenvolver a ação “Ainda há um lugar para a mudança?”, que teve lugar em junho e terá continuidade após a redação do presente relatório.

Ao longo do desenvolvimento do projeto, a assiduidade dos participantes, a participação ativa nas sessões, e as conversas partilhadas foram elementos relevantes para a avaliação do processo.

5.1. AÇÃO “CONHECER PARA EMPODERAR”

“Conhecer para Empoderar” foi o nome atribuído à primeira ação, assumindo um papel primordial para o conhecimento aprofundado do grupo. O desenvolvimento desta ação contribuiu para a reflexão sobre as potencialidades dos elementos do grupo, para a identificação grupal e para o fortalecimento de laços, refletindo-se num empoderamento crescente das pessoas. Esta ação iniciou-se antes do desenho de projeto, no entanto, a investigadora conduziu a investigação e a ação de forma integrada e simultânea. Considera-se que a ação foi crucial para alcançar o OG1 – ampliar a rede social e de suporte dos adultos mais velhos - e os respetivos OE: (OE 1.1) Valorizar o conhecimento sobre si próprio e os outros; (OE 1.2) Valorizar o conhecimento sobre si aos olhos dos outros; (OE 1.3) Desenvolver a capacidade de diálogo e de partilha de diferentes pontos de vista; (OE 1.4) Valorizar o sentimento de pertença coletiva ao grupo; e (OE 1.5) Valorizar o papel do grupo na ampliação da rede social.

Todo o processo desta ação, que englobou oito encontros, está descrito no Apêndice C, mas será aqui resumidamente explicitado.

O primeiro encontro teve como objetivo principal a apresentação dos elementos do grupo (características individuais), através da realização de uma dinâmica de grupo que consistia em escrever – na ponta dos dedos de uma mão desenhada tendo como molde a do próprio – características positivas com as quais se identificam. Perante a dificuldade dos elementos do grupo em dar início ao exercício, e após solicitação destes, a investigadora iniciou a sua apresentação. Posteriormente, o exercício decorreu de forma fluída e participada. De destacar o facto de que todos os elementos do grupo partilharam sentir dificuldade em refletir sobre as suas qualidades individuais, tratando-se da primeira vez que o faziam. “é a primeira vez na vida que paro para pensar em qualidades minhas, se fossem defeitos tinha logo uma lista” (Participante T); “realmente acho que nunca tinha pensado nisto, é sempre mais fácil serem os outros a falar de nós” (Participante MS). Este exercício permitiu a consciencialização dos participantes das suas características positivas, ou seja, das suas potencialidades. O encontro terminou, com a declamação de dois poemas sobre a freguesia onde o projeto se desenvolve, por um dos participantes que escreve e declama poesia. (Apêndice C 2.1)

O segundo encontro teve como objetivo dar continuidade à apresentação do grupo (características grupais). Para tal, deu-se seguimento à dinâmica de grupo do encontro anterior, usando a palma da mão para registrar as características coletivas. Este encontro permitiu ao grupo perceber que partilham de um sentimento de bem-estar pela pertença ao grupo – o sentimento de identidade coletiva e pertença grupal foi transmitido pelos vários elementos: “somos um grupo com muita amizade e camaradagem” (Participante T); “este grupo só tem pessoas educadas e companheiras” (Participante M); “somos muito unidos e divertidos” – (Participante R) “era muito saudável a convivência que havia” – (Participante M).

O discurso dos participantes revela a identificação grupal e sentimento de pertença, o que poderá ser um facilitador para o estabelecimento de uma relação social e de suporte informal. Ainda neste encontro, o grupo manifestou vontade e motivação para iniciar atividades que envolvam a prática teatral: “Eu gostava mesmo muito de fazer alguma coisa relacionada com o teatro, isso sempre vai acontecer?” (Participante MS); “Por acaso também fiquei com vontade de fazer teatro, quando se falou nisso no primeiro dia, ficou entusiasmado com a ideia” (Participante T); “Eu adorava experimentar o teatro” (Participante R).

Face a esta manifestação, a investigadora apresentou ao grupo a metodologia do TO desafiando os participantes a refletir relativamente a possíveis opressões que possam sentir na sua vida quotidiana. À semelhança do encontro anterior, este encontro terminou com a declamação de um poema pelo participante M cujo tema foi a Igreja Católica. (Apêndice C 2.2)

O terceiro encontro realizou-se com o objetivo de promover a coesão grupal e explorar as opressões sentidas pelo grupo e, conseqüentemente, construir uma peça de TF, que pudesse integrar uma nova ação do projeto. Este encontro iniciou-se com a construção de uma figura de unificação do grupo. Com recurso às mãos que cada um desenhou, no dia dezoito de janeiro, foi construída uma árvore. Os ramos da árvore foram representados pelas mãos que foram coladas aleatoriamente por cada um, em diferentes direções. Embora os ramos sejam sustentados por uma raiz e um tronco comum, o facto de crescerem em diferentes direções e apresentarem formas e tamanhos diferentes metaforiza a unicidade de cada elemento do grupo que, com as suas características únicas e singulares, pode ajudar a árvore crescer. No processo de construção desta obra artística foram surgindo possíveis nomes para o grupo: “Os Trevos”;

“Os Cotas”; “Os Maravilhas”; “Os Lírios”; “Os Trovadores”; “Os Sousinhas”; “Os Filhos da Terra”. O nome que reuniu consenso imediato foi “Os Filhos da Terra”: todos se identificaram com este nome, atendendo a que remete para a pertença ao território onde se desenvolve o projeto, fazendo também alusão à forte ligação que estas pessoas referem ter à terra, como o gosto pela agricultura e pela jardinagem. Seguiu-se a partilha das opressões sentidas pelo grupo: “Desrespeito sentido nos transportes públicos”; “Perda de autonomia financeira”; “Falta de participação dos adultos mais velhos, na sua integração em ERPI”. De salientar que a única opressão atualmente vivenciadas por todos os elementos do grupo reportou-se à opressão sentida nos transportes públicos. As outras duas diziam respeito a situações vivenciadas por pessoas que são próximas a alguns dos elementos do grupo. Assim, ficou estabelecido que a reflexão relativamente a estes temas iria ter continuidade nos encontros seguintes. Concluiu-se o encontro com a declamação de um poema realizada pelo participante M. cuja o tema foi o dia de São Valentim. (Apêndice C 2.3).

O quarto encontro teve como objetivo explorar as opressões apresentadas pelo grupo no encontro anterior. O grupo direcionou a discussão para o tema da integração dos adultos mais velhos em ERPI. Um dos elementos do grupo partilhou o caso de um familiar próximo, referindo que foi essa situação que a levou a apresentar esta opressão. Relativamente a este assunto surgiram, por parte dos participantes, as seguintes questões: deve a decisão de integração em lar ser tomada exclusivamente pelos filhos ou outros familiares?; deve ser o próprio a tomar a decisão de integração em lar?; uma vez tomada a decisão, a escolha da instituição deve ser tomada por quem?; existem outras alternativas ao lar: cuidadores informais; empresas que prestam os cuidados em casa?; o envelhecimento tem que implicar perda de autonomia e necessidade de cuidados por terceiros?. De um modo geral, esta discussão gerou o seguinte consenso: as pessoas adultas mais velhas não têm um papel ativo neste tipo de decisões, ficando reféns da decisão de outras pessoas. Ao longo desta discussão, o grupo manifestou vontade de construir uma peça de TF relativamente ao tema. Considerou-se ser importante continuar a discussão e reflexão sobre este assunto num outro momento. O encontro terminou com o participante M. a recitar um dos seus poemas, subjacente ao tema do envelhecimento. (Apêndice C 2.4)

No quinto encontro, da ação “Conhecer para Empoderar”, faltaram metade dos participantes. Um elemento foi requisitado para trabalhar (embora reformada, mantém atividade profissional

de forma pontual) e dois elementos faltaram por questões clínicas. Por esta razão, os participantes presentes, consideraram que a continuidade da discussão iniciada no encontro anterior deveria ser adiada para o encontro seguinte, atendendo a que a presença de todos os elementos enriqueceria a reflexão conjunta e a multiplicidade de perspectivas. Neste sentido e, porque se trata de um projeto de Investigação-Ação Participativa, todas as atividades são passíveis de ser alteradas e ajustadas ao ritmo dos participantes e aos possíveis constrangimentos que possam surgir ao planeamento prévio. Como tal, em conjunto com os participantes, os objetivos deste encontro foram redefinidos, pelo que o objetivo do encontro passou a ser aprofundar o conhecimento referente à Associação X. Simultaneamente, à medida que os participantes partilhavam informação relativa à Associação X, foi possível identificar um importante acontecimento que tinha lugar antes da pandemia e cuja extinção teve um impacto relevante a nível comunitário: a procissão das velas. Segundo os participantes, a organização da procissão envolvia toda a comunidade, todos trabalhavam em prol de uma causa comum e tinham um papel ativo, quer na preparação da procissão, quer durante a realização da mesma. Esta partilha foi importante e significativa para o grupo, permitindo refletir sobre a sua capacidade intrínseca para a participação comunitária, existindo uma necessidade de re(ativação). Tal como nos encontros anteriores, no fim do encontro o participante M. recitou um poema sobre o Dia da Mulher. (Apêndice C 2.5)

O objetivo do sexto encontro foi continuar a promover o auto e hétero conhecimento. Partindo de uma atividade coletiva, construção de um caixilho para o quadro realizado pelo grupo, foi possível estabelecer um diálogo em que cada um foi partilhando a atividade profissional que exercia antes da reforma. Tanto esta partilha, como a construção de uma obra comum, em que todos participaram, foram importantes para criar novos laços entre os participantes e fortalecer os já existentes. (Apêndice C 2.6)

Retomando a questão da integração de adultos mais velhos em lares e da preocupação manifestada pelos participantes no que concerne a esta situação, o objetivo do sétimo encontro foi explorar as relações familiares. Com vista à persecução deste objetivo, foi realizada uma atividade – “A minha família” – em que cada participante identificou os elementos da família, as características dos mesmos, a relação com cada um deles e a pessoa que representa o elemento de suporte familiar. Desta atividade destaca-se o facto dos participantes referirem que, relativamente aos filhos, só conseguiam identificar características positivas e todos

identificaram os filhos como elemento de suporte familiar e nos quais poderiam confiar em situações de tomada de decisão. Esta constatação permitiu refletir em grupo a seguinte questão: havendo esta relação de confiança e de segurança estabelecida com os filhos, será que a falta de voz na decisão de uma possível integração em ERPI seria efetivamente um problema deste grupo? Ou este é um problema que existe na sociedade e os preocupa? Este encontro foi muito significativo para o grupo, permitindo perceber a relação positiva que têm com os filhos como uma potencialidade e não como um problema. Ainda assim, consideraram ser importante perceber que estratégias é que poderiam utilizar caso se deparassem com este problema. Como tal, foi planeado em conjunto o encontro seguinte. Concluiu-se o encontro com a declamação de um poema do participante M. sobre a natureza. (Apêndice C 2.7)

Os últimos dois encontros desta ação tiveram como objetivo desenvolver a capacidade de diálogo e comunicação com os filhos. Para tal, foram realizados exercícios de role playing em que todos os participantes experimentaram ambos os papéis: de pais e de filhos. Para além de permitirem o treino de competência comunicacionais, estes encontros possibilitaram a reflexão no que concerne aos equipamentos residenciais para pessoas idosas. Partindo destes exercícios e momentos de reflexão, o grupo chegou às principais conclusões: as narrativas negativas em relações aos lares advêm da informação veiculada pelos órgãos de comunicação social, dado que as notícias que surgem relativamente a estes equipamentos retratam, na sua maioria, instituições ilegais em que as pessoas são vítimas de maus tratos. Existem em Portugal respostas de qualidade, no entanto, o problema que se coloca é a falta de vagas sociais nessas instituições, dado que as vagas particulares são extremamente dispendiosas e não estão ao alcance de todas as pessoas. Citando os participantes: “os lares não têm que ser uma coisa má” (Participante F); “o problema é que na televisão só mostram notícias com os lares ilegais e depois ficamos com uma ideia errada” (Participante M); “eu se for para um sítio em condições até nem me importava de ir” (Participante A). Ambos os encontros foram encerrados com o participante M. a declamar poemas sobre a liberdade e o vinte e cinco de abril. (Apêndice C 2.8 e C 2.9)

Embora a ação “Os Filhos da Terra” seja considerada pelo grupo como a ação central deste projeto, considera-se que esta ação “Conhecer para Empoderar”, tal como o seu nome indica, possibilitou ao grupo: aprofundar o conhecimento sobre si e sobre os outros; refletir relativamente aos problemas identificados; reconhecer potencialidades; desenvolver a capacidade de diálogo e de partilha de diferentes pontos de vista. Neste sentido, considera-se

que a ação “Conhecer para Empoderar” está interligada com a ação “Os Filhos da Terra”, empoderando os participantes para o desenvolvimento da mesma.

5.2. AÇÃO “OS FILHOS DA TERRA”

O nome “Os Filhos da Terra” surgiu no terceiro encontro com o grupo na Associação X, (Apêndice A – Registo 3.4). Por ser um nome escolhido pelo grupo, e com o qual todos os elementos se identificaram, foi proposto a atribuição do nome do grupo a esta ação do projeto. Pela natureza da metodologia do TO, considerou-se que esta ação contribuiu para a persecução de todos os objetivos definidos no desenho de projeto, nomeadamente para fazer face aos dois problemas identificados e às respetivas necessidades manifestadas.

Esta ação decorreu durante o mês de maio e contou com um total de cinco encontros semanais, com duração de cerca de três horas cada um. Os elementos do grupo foram assíduos e pontuais. Sempre que algum elemento não podia estar presente, tinha o cuidado de informar previamente. O desenvolvimento desta ação contemplou três atividades: dinamização de um processo de TO (de dois a dezasseis de maio), construção de uma peça de TF (de dezasseis a vinte e três de maio) e a apresentação da peça aos utentes do centro de dia do Centro Social e Paroquial do território em que o projeto foi desenvolvido (vinte e quatro de maio).

De seguida, apresenta-se um resumo de cada um dos encontros realizados no desenvolvimento da ação deste projeto, dando ênfase aos aspetos mais relevantes.

O primeiro encontro desta ação contou com a presença dos seguintes elementos: a investigadora, a profissional de TF, uma técnica da autarquia, os participantes T, M, R e F. A participante A esteve ausente por ter que assegurar o transporte da neta e a participante RM por estar a regressar do Dubai nesse dia. Importa referir, que a técnica da autarquia surge nesta fase como participante do projeto, atendendo a que os temas apresentados pelo grupo como possibilidades para a construção da peça de TF implicavam a presença de um opressor que representasse a personagem de adolescente. Dado que o TF retrata cenas reais, não fazia sentido para o grupo a jovem ser representada por um dos seus elementos.

Os objetivos deste encontro foram: apresentação da profissional de TO ao grupo; apresentação da Técnica da autarquia; apresentação da metodologia do TO; e exploração das opressões sentidas.

O encontro dividiu-se em três momentos. No primeiro momento, o momento inicial, foram realizados diferentes exercícios de dinâmica de grupo, que permitiram não só a apresentação de todos os presentes, mas também um conhecimento mais aprofundado do seu corpo e expressão corporal. De ressaltar que, no fim destes exercícios, os elementos do grupo compartilharam que a realização dos mesmos permitiu a tomada de consciência relativamente às suas capacidades associadas à expressão corporal, coordenação motora, atenção, concentração e memória auditiva e visual. Compartilhando alguns dos seus discursos: “é engraçado como não tinha noção como a minha memória estava a precisar de ser treinada” (Participante M); “isto exige muita coordenação, mas é engraçado que ao início parece difícil, mas depois até conseguimos fazer” (Participante F); “assim até treinamos o nosso foco e a nossa atenção” (Participante R); “para conseguirmos temos que ter muita concentração” (Participante T)

O segundo momento contemplou uma explicação mais teórica de alguns conceitos ligados ao TO. O terceiro momento foi mais centrado na experimentação - o grupo foi convidado a representar um tema do quotidiano proposto pela profissional de TO. Para terminar, foi solicitado ao grupo a procura de uma frase, palavra ou imagem, em revistas existentes para o efeito, o recorte da mesma e a colocação no quadro das emoções; este quadro acompanhou o desenvolvimento de toda a ação.

Dois dados relevantes deste encontro foram: a forma calorosa com que o grupo recebeu quer a técnica da autarquia, quer a profissional de TO; a expressão de bem-estar e satisfação plena partilhada pelos elementos do grupo, evidente ao longo de toda a sessão, tendo sido o sorriso a marca deste encontro. À semelhança dos encontros desenvolvidos na ação “Conhecer para Empoderar”, este encontro terminou com o participante M a declamar um poema sobre o Dia do Trabalhador. (Para uma descrição mais detalhada, consultar apêndice D 1.1)

O segundo encontro desta ação contou com todos os participantes (à exceção da participante RM por motivos de saúde) e centrou-se nos seguintes objetivos: exploração do corpo através

de exercícios de TO; exploração das opressões sentidas pelo grupo; identificação da opressão a retratar em cena.

De forma a consolidar a informação do encontro anterior e integrar a participante A, que não tinha estado presente, decidiu-se, em grupo, repetir alguns dos exercícios realizados na primeira sessão. No exercício inicial foi perceptível que a participante F estava menos participativa e sentada numa cadeira. Esta situação foi valorizada e explorada com a mesma, que referiu estar com lombalgias. Como tal, o exercício que se seguiu não foi o previsto, mas sim um exercício de relaxamento muscular, realizado por todos os participantes sentados na cadeira, garantindo a integração plena da participante F. Os exercícios seguintes foram adaptados de forma a integrar F na posição sentada, a qual progressivamente dispensou o recurso à cadeira, afirmando que o exercício de relaxamento foi extremamente profícuo e já não sentia dor. Este facto revelou a importância do respeito e da aceitação incondicional para a integração no grupo. Após esta revisitação dos exercícios de dinâmica de grupo do encontro anterior, privilegiou-se a realização de exercícios centrados na representação e práticas teatrais.

O entusiasmo do grupo foi expresso não só pela sua linguagem verbal e não verbal, como pela motivação para participar em todos os exercícios realizados, expressa no discurso dos participantes: “estes encontros são mesmo muito bons e importante, aqui sinto-me em casa.” (Participante M); “eu faltar só mesmo se for para ir ao médico, já era assim às terças-feiras e agora é às segundas também” (Participante A); “eu não falto mesmo, não é uma hipótese, temos que avisar os médicos que é proibido marcar consultas à segunda-feira, já nem para ir ao médico se falta” (Participante R).

Tal como no encontro anterior, este também terminou com a colocação de uma frase, palavra ou imagem, no quadro das emoções e com um poema recitado pelo M. sobre a temática do Dia da Mãe. (Para uma descrição mais detalhada, consultar apêndice D 1.2)

O terceiro encontro desta ação contou com a participação de todos os participantes (exceção do participante M e da técnica da autarquia, por razões clínicas) e a profissional de TO participou por vídeo chamada, considerando que ficou positiva à COVID-19.

O encontro teve início com uma contextualização a RM do que havia sido realizado até ao momento durante a sua ausência. O facto de toda a informação dos encontros anteriores permanecer sempre exposta nas paredes facilitou a integração de quem faltou e tornou possível a partilha de informação por parte dos elementos do grupo.

Este encontro marcou o início da segunda atividade - a construção da peça de TF. Esta atividade contou com a participação e o envolvimento de todos no processo de tomada de decisão relativa: à distribuição e caracterização das personagens; às motivações e aos argumentos das personagens; ao contexto da cena; às ideias-chaves da cena; e ao nome da cena, que não ficou definido neste encontro, considerando a multiplicidade de ideias e a necessidade de uma discussão e reflexão conjunta. Foi ainda criada a letra de uma música, que veio a integrar a peça. (Para uma descrição mais detalhada, consultar apêndice D 2.1)

O quarto encontro contou com a participação de todos e focalizou-se na recapitulação de toda a informação relativa à construção da peça e no ensaio da cena. Foi realizada uma discussão e reflexão com vista à definição do nome da cena. Foram propostos nomes como: “Vida Quotidiana” pois, segundo os participantes, “esta peça mostra o que acontece no dia a dia nos autocarros” (Participante M); “O circuito em dia de feira”, dado que tal como refere a Participante A: “vamos mostrar a realidade deste autocarro nos dias de feira... e este autocarro é chamado de circuito”; e “A Educação Ocupa Lugar?”. Perante o consenso de que o nome a definir deveria transmitir ao público o problema social retratado em cena, foi unânime a definição do nome “A Educação Ocupa Lugar?”, tal como explica a Participante R “mais do que o que passa no circuito, queremos mostrar o que acontece no geral em todos os autocarros”.

Posteriormente, decorreu o ensaio da peça de TF, que foi vivenciado pelo grupo com entusiasmo, envolvimento e dedicação. (Para uma descrição mais detalhada, consultar apêndice D 2.2)

No quinto encontro da ação “Os Filhos da Terra” teve lugar a terceira atividade desta ação – apresentação da peça de TF “A Educação Ocupa Lugar?” – que ocorreu no dia vinte e quatro de maio, na Associação X. Teve como público as pessoas que integram a resposta de Centro de Dia do Centro Social e Paroquial da freguesia em que se desenvolveu o projeto, representantes da autarquia (Responsável do NDP, Chefe de Divisão da DDS, Adjunta do Presidente),

membros da direção da Associação X. A escolha do público foi efetuada pelos participantes, com base na definição de três critérios: i) serem pessoas da mesma faixa etária dos participantes do projeto; ii) residirem no mesmo território e iii) estarem integrados numa resposta proporcionada por uma entidade local. Essa situação possibilitou ao grupo conhecer esta resposta comunitária. O local para a apresentação foi também definido pelos participantes, com base nos seguintes fatores: divulgação da Associação X; infraestruturas adequadas à apresentação da peça; normas ainda em vigor face à contenção da pandemia em ERPI's que limitam a entrada de pessoas externas à instituição.

O convite foi efetuado pela investigadora e dirigido à diretora técnica do Centro de Dia. Esta atividade contou também com a participação de: três representantes da Câmara Municipal (Adjunta do Presidente; Chefe de Divisão da DDS; Dirigente do NDP), três elementos da direção da Associação X e três investigadoras (que desenvolvem investigação nas áreas do TO e da psicologia comunitária; do TO e envelhecimento ativo; e do envelhecimento ativo e participação comunitária no Porto).

No momento inicial explorou-se com o grupo o que estavam a sentir e a pensar, sendo geral um nervosismo aliado ao entusiasmo: “Estou muito feliz” (Participante R); “Nervosa, mas muito feliz” (Participante A); “Nervoso, mas muito entusiasmado” (Participante T). Posteriormente, decorreu o ensaio geral, marcado pelo empenho, dedicação e entusiasmo dos participantes. Concluído o ensaio geral, teve lugar a apresentação ao público.

O início da peça foi antecedido pela apresentação do grupo e pela realização de exercícios de aquecimento para possibilitar o envolvimento ativo dos sujeitos da plateia. Estes exercícios, orientados pela curinga, pretenderam envolver os sujeitos da plateia na participação do TF. Nesta fase do encontro foi também acolhido um pedido da Participante R, que se sentiu empoderada para ler um poema que redigiu, cuja temática foi este projeto:

Somos filhos da terra,
Viemos aqui apresentar,
Uma peça de teatro,
Para vos alegrar.

Somos cotas sim senhor,
Com muito orgulho o dizemos,
Trabalhamos o corpo e a mente,
Com muita alegria o fazemos

Esta autonomia da Participante R., bem como a capacidade de refletir sobre o processo do desenvolvimento do projeto – integrando questões discutidas em encontros do grupo, como por exemplo a utilização do termo “cotas” para designar pessoas adultas mais velhas – refletem o processo de mudança e transformação que ocorreu ao longo do desenvolvimento do projeto.

Após apresentação da peça de TF, seguiu-se o fórum de discussão, com o objetivo de encontrar, em conjunto com o público, uma solução para o problema apresentado. O fórum de discussão foi muito participado e refletido pelo público e pelos atores. As principais reflexões apontam para o cumprimento dos principais objetivos do TF: o público (espect-atores) identificou um problema social real representado em cena, foi conseguida a identificação com a oprimida, e ensaiaram-se, em palco, alternativas à situação-problema. Enquanto que os adultos mais velhos, presentes na plateia, focaram a resolução do problema na mudança de atitude da oprimida, a representante plateia encarou o problema de uma forma mais macro, focando o problema numa perspetiva mais estrutural e organizativa que se prende com a empresa de transportes públicos. O fórum de discussão terminou com a leitura de um poema alusivo ao desenvolvimento deste projeto, realizada pelo Participante M:

Somos gente da terceira Idade,
Com um bom coração,
Prezamos muito a amizade,
Cada um na sua função.

Trabalhamos neste projeto,
Com muito amor e carinho,
Com todo o nosso afeto,
Para vós lançamos um beijinho.

Embarcamos neste autocarro,

Ao longo das nossas vidas,
Somos humanos não somos barro,
E vocês são almas queridas.

Temos por vós um enorme respeito,
E uma grande admiração,
Coração a bater no peito,
Com uma forte determinação.

Aceitem o nosso abraço,
Na hora da despedida,
No nosso coração há sempre espaço,
Para esta gente que nos é tão querida.

Este é o autocarro do amor,
Que pelo país vai andar em viagens,
Com todo o nosso valor,
Não precisa de ter paragens.

Também este participante (já habitual na escrita e leitura dos seus poemas) , tal como o Participante R foi capaz de redigir e recitar um poema que envolveu a reflexão relativamente ao desenvolvimento do projeto. Esta autonomia para a escrita e recitação pública do poema, a capacidade refletir e partilhar a sua reflexão sobre todo o processo do desenvolvimento do processo, são um reflexo do empoderamento para a participação e para a partilha de opinião com outras pessoas.

Seguiu-se um momento de convívio entre os participantes e o público. De salientar que os participantes aproveitaram este momento para conversar com as representantes da autarquia e manifestar a sua vontade em dar continuidade a este projeto. Foram capazes de, autonomamente, ter um papel ativo em prol do interesse comum do grupo, junto dos representantes do poder local. Esta atividade terminou com um lanche convívio, que permitiu a partilha de opiniões em relação à forma como cada um dos participantes avaliou o desenvolvimento deste projeto e desta ação, em específico. Foi efetuada uma reflexão relativa

às mudanças percebidas, numa análise comparativa entre o momento inicial do projeto (onze de janeiro) e a atualidade, integrada no capítulo da avaliação do projeto. Todos os participantes consideraram que esta ação foi transformadora na medida em que, antes da mesma, não acreditavam ser possível construir uma peça, estar em palco a representar e, essencialmente ter a participação do público: “Foi fantástico, nunca pensei que fôssemos capazes de fazer o que fizemos tão bem, mas acima de tudo, sempre achei que o público poderia não participar” (Participante R); “Tivemos a possibilidade não só de participarmos mas também de levar os outros como nós a participar, é maravilhoso”(Participante RM). “É incrível o que vi a acontecer aqui hoje, estas pessoas entusiasmadas, felizes, envolvidas, a participar e a promover a participação de outras pessoas da comunidade” (Investigadora A). De um modo geral, considera-se que os objetivos desta ação foram alcançados.

Deste momento de partilha e reflexão, emergiu a necessidade de desenvolver uma nova ação intitulada “Ainda há um lugar para mudança?”. (Para uma descrição mais detalhada, consultar Apêndice D3)

5.3. AÇÃO “AINDA HÁ LUGAR PARA A MUDANÇA?”

A ação “Ainda há um lugar para a mudança?” surge no seguimento da segunda ação e integra duas atividades: a redação de um manifesto a remeter à empresa de transportes públicos e a apresentação da peça a gerações mais novas. Neste sentido, esta ação constitui-se como uma possibilidade de participação cívica do grupo, em prol dos interesses da comunidade. Surge como resposta ao segundo problema identificado pelo grupo: desvalorização dos adultos mais velhos por outros grupos da comunidade; e respetivas necessidades: participação ativa na sociedade; reconhecimento do seu papel na comunidade; desconstrução dos estereótipos associados à idade; contribuindo para alcançar o OG2 – Incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitárias – e os respetivos OE – reconhecer a importância da participação num contexto comunitário; compreender a diversidade coletiva na participação; envolver-se em práticas de participação coletiva.

A primeira atividade, “Manifesto”, foi planeada para a primeira semana de junho, num encontro com a duração de 3 horas. A segunda atividade Disseminação da peça “A educação ocupa lugar?” está programada para agosto e setembro. Em agosto será realizada uma apresentação

no auditório da Junta de freguesia X, para os jovens que frequentam o centro comunitário existente na referida freguesia. Em setembro será planeado, com os agrupamentos de escolas do Município, a apresentação nos estabelecimentos de ensino que manifestem interesse. A Junta de Freguesia e as escolas, embora se situem em Gondomar, não se localizam na freguesia em que o projeto se desenvolveu, atendendo a que se trata de um território onde não existe estabelecimentos de ensino a partir do segundo ciclo.

Como aluído anteriormente, a peça de TF, que integrou a ação “Os Filhos da Terra”, retrata uma cena passada num autocarro de uma empresa de transportes públicos (única empresa de transportes públicos a operar no território em que se desenvolveu o projeto), onde não existe sinalética para lugares de cedência obrigatória. Durante o fórum de discussão que sucedeu a apresentação da peça, uma das soluções apresentadas pelo público foi expor à empresa de transportes o impacto negativo da falta de lugares de cedência obrigatória (Apêndice D 3). Na sequência deste desafio, o grupo considerou importante o desenvolvimento desta atividade que consistiu na redação de uma carta à empresa. A carta teve o intuito de expor a experiência enquanto utilizadores do serviço prestado, solicitar a colocação de uma sinalética que defina os 4 lugares da frente como lugares de cedência obrigatória a: pessoas grávidas, acompanhantes de crianças de colo, pessoas com deficiência ou incapacidade e pessoas idosas. De salientar que a designação das pessoas com direito a cedência de lugar foi definida em consonância com Decreto de Lei nº 58/2016 de 29 de agosto na sua redação atual, que determina quais as pessoas com direito a atendimento prioritário. Assim, considera-se que esta ação é uma reivindicação por um direito já consagrado juridicamente, enfatizando-a enquanto um ato de participação política.

À semelhança de todas as atividades que integraram o presente projeto, também esta emergiu do grupo e teve como objetivo a sua participação cívica e política na comunidade. Perante um problema identificado, o grupo foi capaz de adotar uma postura crítica e ativa, e partir em busca de uma solução que os servia não só a eles, mas também aos restantes utilizadores deste meio de transporte. Independentemente da resposta da empresa, o grupo agiu em prol da mudança que considera necessária para o bem comum. (Para uma descrição mais detalhada, consultar apêndice E)

A segunda atividade desta ação surgiu com vista a garantir o efeito disseminador e a transformação social, cívica e política na comunidade local. Para tal, o grupo considerou necessária a apresentação da peça a diferentes públicos-alvo, nomeadamente a gerações mais novas. Atendendo a que o calendário escolar se constituiu como um constrangimento para a apresentação da peça no presente ano letivo, o grupo delineou o planeamento da atividade “apresentação da peça no auditório da Junta de Freguesia X do Município de Gondomar” para o mês de agosto. Esta apresentação terá como público os jovens que frequentam o Centro Comunitário da respetiva freguesia. Em setembro será agendada uma reunião com a Divisão de Educação do Município de Gondomar, no sentido de divulgar, junto dos agrupamentos de escolas, a disponibilidade do grupo para apresentação da peça à comunidade escolar. Atendendo a que o projeto transcende a narrativa escrita, este continuará a apostar na criação de espaços de cidadania ativa e da participação política na comunidade local com vista ao empoderamento de pessoas adultas mais velhas.

6. AVALIAÇÃO DO PROJETO

Com a avaliação de produto, pretende-se avaliar as transformações alcançadas através do desenvolvimento do projeto. Com base em indicadores de avaliação definidos anteriormente, procura-se verificar se as ações e atividades desenvolvidas permitiram a prossecução dos objetivos gerais e específicos e, conseqüentemente, alcançaram a finalidade do projeto (Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

No que se refere à avaliação quantitativa, teve-se em consideração o número de encontros e a assiduidade dos participantes (Apêndice H). Ao longo do desenvolvimento do projeto tiveram lugar dezassete encontros. Os participantes, de um modo geral foram assíduos, sendo de ressaltar que as faltas que existiram foram sempre previamente justificadas e de natureza clínica. Na apresentação do TF, para além dos participantes do projeto (seis pessoas) estiveram presentes mais trinta pessoas a assistir (representante política da autarquia; dirigentes de serviço da autarquia; equipa técnica do Centro Social; utentes do Centro de Dia do Centro Social e Paroquial; familiares de participantes; elementos da direção da Associação X; investigadoras).

Para efeitos de avaliação qualitativa, teve-se em consideração a reflexão de diferentes pessoas, chegando-se a uma entidade similar à do Investigador Coletivo (Bataille, 1981) – onde a investigadora e os sujeitos participantes tiveram oportunidade de refletir, de forma conjunta e continuada, ao longo do processo. A investigadora, munida da observação participante ao longo de todo o processo, apoiou-se em diferentes técnicas de recolha de dados para aumentar o seu campo de dados e recolher informação: dos participantes, através de um grupo de discussão (Apêndice F); da dirigente do NDP, através de uma entrevista (Apêndice I); da profissional de TO, que ocupou o papel de facilitadora externa, com recurso a uma conversa intencional (Apêndice A 4); com os familiares dos participantes presentes na apresentação do TF, também através de uma conversa intencional (Apêndice A 5, 6 e 7); da técnica da autarquia que participou na ação “Os Filhos da Terra” (Apêndice A 8) e de uma das investigadoras também presente na apresentação da peça de TF, com base em conversas intencionais (Apêndice A 9).

Depois da recolha de dados, procedeu-se à análise das narrativas e das práticas, em função dos indicadores de avaliação criados, tornando-se possível realizar uma avaliação participada. Assim, com vista a avaliar se os objetivos estabelecidos em desenho de projeto foram

alcançados, definiram-se os seguintes indicadores de avaliação: o estabelecimento de contactos com outras pessoas; a maior participação em iniciativas da comunidade local; o reconhecimento da importância das relações interpessoais; o reconhecer das entidades existentes na comunidade; a apresentação do seu ponto de vista face a assuntos de interesse coletivo; a manutenção de contacto com os diferentes atores da comunidade local.

Como forma de avaliar se o OG1 – Ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos adultos mais velhos – e os respetivos OE foram conseguidos, consideraram-se os seguintes indicadores de avaliação, previamente definidos: o estabelecimento de contactos com outras pessoas; o aumento da participação em iniciativas da comunidade local; o reconhecimento da importância das relações interpessoais. Face aos indicadores elencados, e tendo em consideração os dados recolhidos, constatou-se que a capacidade de diálogo, partilha e reflexão manifestada pelos elementos do grupo, ao longo do desenvolvimento do projeto, possibilitaram o seu auto e hétero conhecimento. Esta possibilidade de aprofundar o conhecimento sobre si e sobre o outro contribuiu para o empoderamento dos participantes e do próprio grupo, dado que promoveu o reconhecimento de potencialidades até então não percecionadas. Como o próprio grupo referiu numa fase inicial: “é a primeira vez na vida que paro para pensar em qualidades minhas, se fossem defeitos tinha logo uma lista” (Participante T); “nunca tinha pensado nisto, é sempre mais fácil serem os outros a falar de nós” (Participante A). Os próprios familiares dos participantes, nas conversas intencionais empreendidas no fim da apresentação do TF, manifestaram estar surpreendidos com as potencialidades dos seus familiares, referindo: “nunca pensei ver a minha mãe em cima de um palco, quanto mais a fazer o que fez de forma tão brilhante” (Filho da Participante A); “não reconheci a minha irmã, se não visse com os meus olhos não me acreditava (...) ela parecia uma profissional, ela que acha sempre que nunca vai conseguir nada e nem tenta, e afinal é tão talentosa!” (Irmã Participante F).

Este reconhecimento de características positivas, em si e no outro, possibilitou um aumento da autoconfiança e da identificação com o grupo, uma vez que os elementos do grupo perceberam que partilhavam vários interesses, nomeadamente, o gosto pela natureza, pela agricultura e pelo teatro. Citando uma das participantes: “já nos conhecemos há tanto tempo e nem sabíamos que gostamos das mesmas coisas” (Participante RM).

Ao longo do desenvolvimento do projeto foi possível observar a evolução do grupo no que concerne à forma como passaram de grupo de pessoas que partilhavam apenas uma atividade desportiva, para um coletivo que age no espaço público e interage fora do espaço dos encontros. Exemplo disso, foi o facto de, nos primeiros encontros, os elementos do grupo chegarem sempre sozinhos e, a partir de abril, já virem em conjunto, em boleias organizadas entre si, o que revela a comunicação fora do grupo, a articulação e a organização para um objetivo comum. Este foi um dos ganhos deste projeto: o grupo começou a estabelecer contactos fora dos momentos das aulas da atividade física e dos encontros do projeto. Autonomamente, partilharam contactos telefónicos, marcaram encontros e falaram entre si. Não obstante este indicador, resultante da observação da investigadora, também no grupo de discussão, realizado com o objetivo de fazer a avaliação do projeto, o grupo partilhou que se tornou mais unido com o desenvolvimento do projeto: “tornou-nos mais unidos”; “ficamos mais unidos”; “o grupo tornou-se mais unidos”; “adorei (...) e pela amizade que fizemos”; “eramos o grupo da ginástica, agora somos os Filhos da Terra, companheiros para a vida”.

O projeto permitiu também ao grupo reconhecer algumas das respostas existentes na comunidade que se podem constituir como rede formal, nomeadamente a Associação X; o Centro Social e Paroquial, sito na freguesia de residência dos elementos do grupo; a Câmara Municipal de Gondomar; e um ERPI.

Na fase inicial do projeto, alguns dos elementos do grupo nunca tinham entrado nas instalações da Associação X. Embora todos fossem sócios, o seu papel enquanto associados estava restrito ao pagamento da cota anual. Neste momento já reconhecem a Associação X como uma entidade da comunidade, com potencial para desenvolverem atividades. Atualmente, o grupo está em articulação com a Associação X para organizar uma exposição de trabalhos manuais desenvolvidos pelos sócios. De ressaltar que esta foi iniciativa do grupo, estando a ser desenvolvida autonomamente pelos seus elementos, sem a participação da investigadora.

De um modo geral, podemos considerar que a apresentação da peça, nas instalações da Associação X, despertou no grupo o reconhecimento do potencial deste espaço para o desenvolvimento de atividades dirigidas à comunidade. A ação “Os Filhos da Terra” permitiu também, ao grupo, reconhecer o papel do Centro Social e Paroquial. Embora todos tivessem conhecimento da existência desta instituição, não conheciam as áreas de atuação da mesma,

nem os serviços que disponibiliza à população. O contacto com os utentes e a equipa técnica da instituição, no dia da apresentação da peça “A Educação Ocupa Lugar?” possibilitou ao grupo conhecer melhor esta realidade e reconhecê-la como uma resposta já existente na comunidade local.

Simultaneamente, reconheceram também na Câmara Municipal uma entidade que integra esta rede formal e à qual podem recorrer. Deste modo, foi possível desconstruir a ideia inicial de que não existia qualquer resposta ao nível da rede formal na comunidade e, para além de reconhecer algumas das respostas já existentes, despertar o interesse na procura por outras que possam existir. Neste sentido, considera-se que o OG – Ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos adultos mais velhos – e os respetivos OE foram alcançados. O desenvolvimento do projeto permitiu ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos participantes, como alguns referiram: “agora somos um grupo unido, somos companheiros” (Participante T); “aqui construímos uma bela amizade” (Participante F); “foi muito bom conhecer as pessoas do centro, são todas tão simpáticas” (Participante A); “foi importante conhecer as pessoas que trabalham no centro e elas terem tido interesse em nós”; “até as doutoras que mandam na câmara vieram, afinal ainda somos importantes” (Participante RM). Ou seja, o projeto contribuiu para a criação de uma rede social e de suporte informal entre os elementos do grupo, bem como para alargar o re(conhecimento) dos elementos do grupo face à rede formal existente na comunidade.

Relativamente ao OG2 – Incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitárias – e aos OE correspondentes, a avaliação foi efetuada tendo em consideração os seguintes indicadores de avaliação previamente definidos: o aumento da participação em iniciativas da comunidade local; o reconhecimento das entidades existentes na comunidade; a apresentação do seu ponto de vista face a assuntos de interesse coletivo; a manutenção de contacto com os diferentes atores da comunidade local.

Dentro deste ponto, os participantes consideraram que o projeto permitiu a articulação com atores de diferentes respostas existentes na comunidade: representantes da autarquia (técnicos, dirigentes e políticos); elementos da equipa técnica do Centro Social e Paroquial; utentes do Centro de Dia do Centro Social e Paroquial. Mais do que estabelecer esta interação, os participantes destacaram o facto do projeto ter permitido à comunidade participar – “Foi

participado pela comunidade presente, foi muito agradável” (Participante A); “Foi incrível a forma como o público participou, não estava nada à espera” (Participante RM). Esta interação com atores da comunidade foi muito representativa para o grupo, o qual considerou importante continuar a ter estes momentos de interação com novos membros da comunidade. Foi ainda possível verificar que, para além da apresentação do TF, o grupo foi capaz de manifestar a sua insatisfação com o serviço prestado pela empresa de transportes que opera no território e redigir um manifesto à empresa. Nesse manifesto, para além de apresentarem a sua experiência enquanto utilizadores do serviço, propuseram uma melhoria do mesmo. Pelo que se considera que, à luz do modelo apresentado por Westheimer e Kanhe (2004), os elementos do grupo foram capazes de desempenhar o seu papel enquanto cidadãos participativos e orientados para a justiça social.

Paralelamente, de forma autónoma, manifestaram junto dos representantes da Câmara Municipal a sua necessidade em continuar a desenvolver este projeto. Deste modo, considera-se que também o OG2 – Incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitárias – foi alcançado.

De uma forma geral, considera-se que, embora os objetivos tenham sido alcançados, é necessário garantir o efeito multiplicador da transformação social, e dar continuidade à ação “Ainda há Lugar para a Mudança”. Assim, poder-se-á disseminar a discussão sobre os temas levantados a diferentes públicos-alvo, nomeadamente a gerações mais jovens, através da apresentação da peça de TF. Com efeito, está agendada para agosto a apresentação da peça de TF, no auditório de uma Junta de Freguesia do Município de Gondomar, onde existe um Centro Comunitário e um Projeto Escolhas, cujos jovens frequentadores serão o público da peça. Está ainda prevista a apresentação da peça em escolas do Município. Por ser necessário a autorização da Divisão de Educação e dos Agrupamentos Escolas, ainda não foi possível realizar essa atividade, estando prevista a sua realização para o próximo ano letivo.

Todas as pessoas que participaram na avaliação do projeto consideraram que este contribuiu para a transformação da realidade social e individual dos participantes, contribuindo para o seu empoderamento e para uma participação cívica e comunitária mais ativa. Tal como se pode verificar nas narrativas das diferentes pessoas: “o meu pai nos últimos meses só fala deste projeto, anda entusiasmadíssimo, não o via assim há muito tempo” (Filha Participante T); “(...)

não sei o que é que vocês têm feito aqui, mas a verdade é que a transformaram” (Filho Participante A); “a satisfação e entusiasmo das pessoas do grupo era evidente” (Técnica da autarquia); “as pessoas vieram falar connosco e estavam tão felizes e entusiasmadas, claramente o projeto foi um sucesso” (Dirigente da Autarquia); “Foi ótimo, adorei” (Participante R); “tem sido muito bom em todos os sentidos” (Participante A); “foi o caminho do sucesso” (Participante M); “(...) nunca pensei que o grupo fosse tão fantástico e teve tanto entusiasmo, vontade e motivação (...) foi de facto incrível e transformador até para mim” (Profissional de TO); “estou surpreendida com o impacto deste projeto. O envolvimento, a felicidade e o bem-estar destas pessoas é claro. Enquanto estava a assistir ao ensaio já estava a sentir o entusiasmo das pessoas, a entrega e a ligação que existe entre vocês.” (Investigadora A).

Foi também unânime que o projeto deve ter continuidade, independentemente do seu término académico, no âmbito deste mestrado. Os participantes expressaram, tanto à investigadora como às representantes da autarquia, a sua vontade em dar continuidade ao projeto: “deve continuar, é criativo e faz bem à nossa saúde mental”; “deve continuar para desenvolvermos outros assuntos que devem ser falados na comunidade”; “(...) temos que mostrar a mais pessoas o valor da nossa geração”.

A própria Técnica responsável pelo NDP considerou que o projeto deve ter continuidade e pondera privilegiar projetos assentes na metodologia de IAP – que partem das necessidades efetivas dos participantes – às restantes turmas Idade D’Ouro Ativa: “Foi fantástico aquilo a que assistimos, as pessoas pediram para continuar e, como é obvio, o projeto deve continuar e até mesmo ser alargado às restantes turmas! É deste tipo de projetos que as pessoas precisam”; “Este projeto abriu uma janela de oportunidade para o desenvolvimento e integração de recursos emocionais e práticos, potenciando a participação ativa e cívica e contribuindo para o desenvolvimento da autoestima dos nossos séniores”. Ou seja, este projeto permitiu sensibilizar os decisores políticos para a importância de privilegiar metodologias e processos participados nas políticas públicas, ao nível do poder local. Se até então, no NDP, os projetos implementados eram desenhados e planeados pelas equipas técnicas, tendo como público-alvo as pessoas; este projeto permitiu revelar a importância dos projetos serem desenhados e planeados em conjunto com as pessoas. Tornou-se evidente que são os projetos que se devem adaptar às pessoas e não as pessoas a adaptarem-se aos projetos, quando estes não servem as suas necessidades. O projeto “Idade D’Ouro Ativa(mente)”, apresentado ao longo deste documento, representa o

lançamento de uma semente, que se espera poder vir a transformar algumas das respostas sociais e comunitárias da autarquia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Partindo do paradigma do Envelhecimento Ativo, modelo apresentado pela OMS como “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (WHO, 2002, p. 13), procurou-se compreender de que forma é que a criação de espaços de cidadania ativa e de participação política na comunidade local podem levar ao empoderamento de pessoas adultas mais velhas e, conseqüentemente, à melhoria da sua qualidade de vida. Com recurso a estratégias colaborativas e participativas, procurou-se facilitar espaços de coletividade, onde um grupo de pessoas adultas mais velhas pudesse potenciar a sua participação social, cívica e política. Com base na metodologia da Investigação-Ação Participativa, desenvolveu-se um projeto, numa lógica de cooperação, partilha e participação (Lima, 2003), onde um grupo de pessoas se constituiu como protagonista da ação, desempenhando um papel ativo e participativo durante todo o processo. Desde o primeiro encontro, o grupo teve um papel decisivo, assumindo a responsabilidade da escolha do local e horário para o desenvolvimento do projeto. Teve ainda um papel participado na escolha metodológica a adotar, concretamente na segunda ação do projeto, na qual se recorreu ao Teatro do Oprimido. Esta escolha veio dar resposta ao interesse manifestado pelo grupo em desenvolver uma ação assente em práticas teatrais. Este interesse permitiu à investigadora utilizar uma metodologia, simultaneamente artística e participativa, para dar conta dos desejos do grupo. Esta metodologia teve o benefício de promover o desenvolvimento das competências, capacidades e potencialidades do grupo, que a acolheu, conheceu e experienciou com entusiasmo. Numa lógica de coautoria, este projeto possibilitou o empoderamento das pessoas do grupo, cumprindo-se o propósito do paradigma do Envelhecimento Ativo. O projeto promoveu não só o crescimento e a transformação dos participantes, mas também da investigadora que, perante a ação solicitada pelo grupo, buscou conhecimento técnico e científico, mobilizando os recursos necessários para o seu desenvolvimento.

Constatou-se que o grupo não reconhecia o direito de participação e de segurança como direitos em cumprimento no mundo atual. Segundo os participantes, o direito a um papel reconhecido na sociedade, a possibilidade de estabelecer redes sociais e de suporte, e a educação foram direitos que se dissiparam, com as medidas de contenção da propagação da pandemia COVID-19. Assim, como forma de resgatar esses direitos, relevados para segundo plano, o presente

projeto teve como finalidade a criação de espaços de cidadania ativa e da participação política na comunidade local com vista ao empoderamento de pessoas adultas mais velhas. Para tal, teve-se em atenção, não só os problemas e as necessidades identificadas pelo grupo, mas também os seus recursos pessoais e comunitários.

Efetivamente, o que se verificou ao desenvolver este projeto é que as medidas adotadas para fazer à face à propagação do vírus COVID-19, conduziram a uma perda de rede social e de suporte informal por parte dos adultos mais velhos. Por serem um grupo considerado mais vulnerável ao desenvolvimento de quadros clínicos mais graves, viram-se privados do estabelecimento de contacto físico com familiares, vizinhos e amigos. Embora os participantes do projeto identifiquem como causa para a falta de rede social e de suporte o contexto pandémico vivenciado desde março de 2020, o estudo realizado por Azevedo (2020), revela que os problemas identificados na sequência da pandemia não são problemas novos que emergiram do contexto pandémico, mas sim problemas já existentes, que a pandemia desvelou e agudizou. No caso específico dos participantes deste projeto, o receio de contágio e os confinamentos vividos nos últimos dois anos, levaram a que deixassem de se reconhecer como capazes de, autonomamente, reconstituir as suas relações sociais e participar ativamente na comunidade. No entanto, já numa fase pré-pandémica, as medidas implementadas pelo município de Gondomar no âmbito do envelhecimento ativo, centravam-se na promoção da saúde e do bem-estar físico, não privilegiando uma resposta orientada para a participação ativa dos adultos mais velhos. É emergente repensar e alargar o foco de intervenção, criando respostas que permitam a criação de espaços sociais que promovam o exercício da cidadania ativa (Azevedo, 2020; Cavanhi & Pereira, 2021).

Privilegiando uma relação de proximidade e confiança, o projeto “Idade D’Ouro Ativa(mente)” foi, em conjunto com o grupo, desenhado com a finalidade de possibilitar espaços de cidadania ativa e da participação política na comunidade local. Teve como objetivos gerais: ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos adultos mais velhos e incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitária. Para a prossecução desses objetivos foram utilizadas diversas estratégias: encontros grupais, exercícios de dinâmicas de grupo, role playing, momentos de partilha, debate e reflexão, conversas intencionais, bem como a rentabilização de recursos da comunidade.

O projeto foi constituído por três ações interligadas e centradas no grupo de adultos mais velhos: “Conhecer para Empoderar”; “Os Filhos da Terra”; “Ainda há Lugar para a Mudança?”. O desenvolvimento da primeira ação promoveu o auto e hétero conhecimento dos participantes, fundamental para o (re)conhecimento das suas potencialidades. Estas vantagens corroboram as vantagens apresentadas por Lieberman (1998), no que concerne à intervenção psicossocial em grupo, tais como a criação e o fortalecimento de laços afetivos e sociais entre pessoas e o seu empoderamento. Nas duas ações seguintes, com recurso à metodologia do TO, foi possível uma desmecanização do corpo, um aprofundar do conhecimento individual e coletivo e uma exploração dos problemas sentidos pelo grupo. Atendendo a que o TO é promotor de transformação e empoderamento (Bertão et al., 2017), na medida em que permite estabelecer o diálogo entre pessoas, é um ótimo recurso para ativar e levar a participar enquanto protagonistas da própria ação (Cruz, 2011). Esta participação ativa teve lugar desde o primeiro momento: todos os elementos da construção cénica partem dos participantes (a opressão representada, a construção das personagens, a construção da cena) e estende-se até ao momento da apresentação, que permite a passagem de uma dimensão individual e relacional para uma dimensão política, que permite a transformação social (Boal, 1991).

O projeto “Idade D’Ouro Ativa(mente)”, apresentado ao longo deste documento constitui-se como o motor de arranque de diversas mudanças: para os participantes, para a investigadora e para a instituição. Os participantes conseguiram constituir-se como rede de suporte informal e criar momentos de partilha e de encontro de forma autónoma, o que até então não acontecia. Estes tornaram-se capazes de participar ativamente na comunidade e ter um papel reconhecido, tanto pelos próprios como por outros atores da comunidade, dissociado do estigma que lhes está associado: de inatividade e invisibilidade. Conseguiram, assim, romper com o estigma associado às pessoas adultas mais velhas. Considera-se que estes foram importantes passos para o empoderamento almejado, já que os participantes do projeto conseguiram com base num “processo de reconhecimento, criação e utilização de recursos (...) aumentar a eficácia do exercício da sua cidadania” (Pinto, 1998, p.274).

Por fim, importa refletir relativamente ao facto de o projeto ter sido desenvolvido na instituição onde a investigadora desempenha a sua atividade profissional. Esta dualidade de papéis foi encarada como uma vantagem e não como um constrangimento. O facto de já conhecer a realidade do serviço há vários anos, de possuir uma relação marcada pela confiança e pelo

respeito com as pessoas que dele fazem parte (equipa técnica quer dos cargos dirigentes ou políticos) foi visto como um fator facilitador. O reconhecimento da investigadora, enquanto profissional do serviço, facilitou a obtenção do consentimento para o desenvolvimento de um projeto desta natureza. Tratando-se de um organismo público, os procedimentos e burocracias, muitas vezes não se coadunam com a IAP, na medida em que existem muitas normas regulamentares que nem sempre são passíveis de ser alteradas ou ajustadas às necessidades das pessoas. A investigadora, ciente da dificuldade de lidar com a dualidade de papéis (investigadora e profissional), decidiu desenvolver o projeto num núcleo distinto daquele em que exerce a sua atividade profissional. No entanto, o facto de ser psicóloga, possibilitou a mobilização de características profissionais, consideradas uma mais-valia na intervenção social: capacidades como a aceitação incondicional do outro, a escuta ativa e a compreensão empática desenvolvidas enquanto psicóloga, foram fundamentais no estabelecimento da relação com o grupo (Chalifour, 2007). No que concerne a essa relação, o facto dos elementos do grupo reconhecerem a investigadora como uma técnica da autarquia, facilitou o estabelecimento de uma relação na fase inicial. Os técnicos da autarquia afiguram-se, para esta comunidade, como alguém em quem podem confiar. A investigadora teve ainda possibilidade de adquirir novos conhecimentos e experiências e crescer enquanto pessoa e profissional. Este novo conhecimento confere uma possibilidade de encarar a Intervenção Psicossocial numa lógica mais qualitativa e participada em detrimento de um Modelo Clássico e focado numa abordagem quantitativa.

Este projeto trouxe a possibilidade de encarar a IAP como uma alternativa de resposta que a autarquia pode proporcionar aos seus munícipes. Revelou-se ainda importante para perceber a necessidade de ligar a investigação às instituições; e reconhecer os técnicos como potenciais agentes de transformação enquanto profissionais não externos de um serviço. A instituição, na figura dos seus representantes políticos, reconheceu o impacto de projetos assentes na metodologia de IAP, e o seu poder transformador, o que poderá permitir a sua continuidade. Essa será uma conquista e uma mudança, que contraria lógicas de intervenção mais tradicionais, predominantes no contexto autárquico. Este projeto exigiu a rentabilização dos recursos da comunidade e a criação de novas sinergias, valorizando a participação ativa e o conhecimento dos diferentes atores sociais. Neste sentido, considera-se que este projeto veio contribuir, não só para a valorização e participação dos adultos mais velhos na comunidade, mas também para

potenciar a criação/desenvolvimento de novos projetos com base nesta metodologia na autarquia.

Os ganhos para lá deste projeto parecem ser muitos e a possibilidade de garantir a continuidade, tantas vezes ausente em projetos de intervenção social, aponta para o sucesso daquilo que Azevedo (2011) considera ser o papel do Educador Social:

ser Educador Social é questionar práticas e reflectir sobre o seu próprio papel profissional, ser capaz de se aproximar do seu educando e de lhe conferir um destaque legítimo na construção do seu percurso de vida, valorizando as suas capacidades de aprender a ser, fazer e estar com os outros e valorizando as suas capacidades de aprender a aprender.” (p. 37).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, M. F. (2017). Envelhecimento: activo? bem sucedido? saudável? possíveis coordenadas de análise. *Forum Sociológico*, 17-24.
- Andreson, G. L., & Herr, K. (2016). O docente-pesquisador: A investigação-ação como uma forma válida de geração de conhecimento. *Revista Interinstitucional Artes de Educar*, 2(1), 4-24.
- António, M. (2020). Envelhecimento ativo e a indústria da perfeição. *Saúde e Sociedade*, 29(1), 2-11.
- Araújo, M. J., Vieira, A., & Gomes, N. (2018). Jovem há muito mais tempo que tu. Um ensaio sobre as atividades de tempos livres em contextos institucionais para idosos. *Praxis Educare*(5), 23-31.
- Araújo, M. M. (2021). *"Mais perto: No quotidiano ao lado das pessoas."* Um projeto de reabilitação psicossocial em Saúde Mental. Porto: Escola Superior de Educação. Politécnico do Porto.
- Arenhart, L. O. (2007). Pressupostos filosóficos da hermenêutica diatópica proposta por Raimon Panikkar. *Revista Direitos Culturais*, 81-94.
- Association, A. P. (2010). *Publication manual of the American Psychological Association*. Washington: American Psychological Association.
- Azevedo, A. B. (2020). Envelhecimento nas comunidades no Pós-covid 19. Em R. M. Carmo, I. Tavares, & A. F. Cândido, *Um olhar sociológico sobre a crise covid-19 em livro* (1ª ed., pp. 158-168). Lisboa: Observatório das Desigualdades.
- Azevedo, S. (2011). *Técnicos superiores de educação social. Necessidade e pertinência de um estatuto profissional*. Porto: Fronteira do Caos Editores.

- Azevedo, S. (2019). Educação Social: A legitimação de uma profissão com autoridade interventiva. *Laplage em Revista (Sorocaba)*, 36-41.
- Azevedo, S. (2021). Educação Social: Profissão ou Ciência? Contributos para uma discussão científica. *Interacções*, 50-67.
- Baquero, R.U.A. (2012). Empoderamento: Instrumento de Emancipação Social? - Uma discussão conceitual. *Revista Debates*, 6(1), 173-187.
- Bárrios, M. J., & Fernandes, A. A. (2014). A promoção do envelhecimento ativo ao nível do local: análise de programas de intervenção autárquica. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, 188-196.
- Bataille, M. (1981). Le concept de "chercheur collectif" dans la R-A. *Les Scienses de L'education - Pour L' Ére nouvelle*(3), 27-38.
- Bertão, A., Lima, C., & Duarte, T. (2017). “A Revelação” – Uma experiência de Teatro-Fórum no âmbito da educação e intervenção social. *Sensos-e, I*.
- Bidegain, M. (2011). Teatro Comunitário Argentino: Teatro Habilitador Y Re - Habilitador Del Ser Social. Recorrido Cartográfico Por Las Temáticas De Los Espetaculos. *Stichomythia*, 81-88.
- Boal, A. (1991). *Teatro do Oprimido e Outras Poéticas Políticas* (6ª ed.). Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Boal, A. (1996). *O Arco-íris Do Desejo* . Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Boal, A. (2009). *A Estética do Oprimido*. Rio de Janeiro: Gramond.
- Boal, A. (2014). *Jogos Para Atores e Não Atores* (16ª ed.). Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Bodgan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*. Porto: Porto Editora.

- Boutinet, J. (1990). *Antropologia do Projeto*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Bulla, L. C., Soares, E. S., & Kist, R. B. (2007). Cidadania, pertencimento e participação social de idosos. Grupo trocando ideias e matinê das duas: cine comentando. *Ser Social*(21), 169-196.
- Butler, R. N. (1969). Ageism: Another form of bigotry. *The gerontologist* 9, 243-246.
- Campos, F. N., Panúncio-Pinto, M. P., & Saeki, T. (2014). Teatro do Oprimido: Um Teatro das Emergência Sociais e do Conhecimento Coletivo. *Psicologia & Sociedade*, 552-561.
- Capul, M., & Lemay, M. (2003). *Da Educação à Intervenção Social*. Porto: Porto Editora.
- Carvalho, A., & Baptista, I. (2004). *Educação Social: fundamentos e estratégias*. Porto: Porto Editora.
- Castro, L. J., Passos, Á. L., Araújo, L. F., & Santos, J. V. (2020). Análise psicossocial do envelhecimento entre idosos: as suas representações sociais. *Actualidades en Psicología*, 34(128), 1-15.
- Cavanhi, A. C., & Pereira, T. I. (2021). Envelhecimento e Corporeidade: Do Corpo-Objeto ao Corpo-Sujeito nas discussões sobre a cidadania. *Revista Vivências*, 17(33), 69-82.
- Cembranos, F., Montesinos, D. H., & Bustelo, M. (2001). *La Animación Sociocultural: Una propuesta metodológica* (8ª ed.). Madrid: Editorial Popular.
- Chalifour, J. (2007). *A intervenção terapêutica: os fundamentos existencial-humanistas da relação de ajuda* (Vol. 1). Loures: Lusodidata.
- Correia, A. T. (2017). *Associativismo e Bem-Estar do Sénior*. Lisboa: Academia de Ciências de Lisboa.
- Coutinho, C. P. (2014). *Metodologia de Investigação em Ciências Sociais e Humanas: Teoria e Prática* (2ª ed.). Coimbra: Almedina.

- Cruz, J., Reis, A., Miranda, J., Calejo, M., Martins, T., & Soeiro, J. (2019). Teatro do Oprimido contra o assédio sexual: reflexões a partir de uma experiência de intervenção. *Sibergias - diálogos educativos para a transformação social*, 47-59.
- Cruz, J. (2020). *Espaços de cidadania onde o corpo, a mente e o afeto se encontram. Tese Doutoramento*. Porto: Universidade do Porto. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação.
- Europeia, U. (2016). Carta dos Direitos Fundamentais da União Europeia. *Jornal Oficial da União Europeia*, 389-405.
- Franco, V. (2007). Dimensões transdisciplinares do trabalho de equipe em intervenção precoce. *Interação em Psicologia*, 1, 113-121.
- Freire, P. (1985). *Extensão ou comunicação*. Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- Freire, P. (1987). *Pedagogia do oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- Freire, P. (1991). *Educação como prática da liberdade*. Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- Galinha, S. A. (janeiro de 2016). Bem-Estar e Envelhecimento Ativo: Para uma intervenção socioeducativa em idade avançada. *Quadernsabimacio.net*(23), 1-16.
- Gonçalves, C. D. (2015). Envelhecimento Bem-Sucedido, Envelhecimento Produtivo e Envelhecimento Ativo: Reflexões. *Revista Envelhecimento*, 20(2), 645-657.
- Gonçalves, N. M., & Anica, A. (2018). Contributos do Teatro para o Envelhecimento (Cri) Ativo. *Sapientia: Repositório da Universidade do Algarve*, 137-151.
- Guerra, I. C. (2002). *Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Acção. O Planeamento em Ciências Sociais* (2ª ed.). Cascais: Principia.
- Kreuz, G. (2018). EnvelheSer - Processo individual e coletivo. *Revista Portal de Divulgação*, 49-53.

- Lieberman, M. (1998). Grupos de autoayuda. Em H. Kaplan, & B. Sadock, *Terapia de grupo* (pp. 321-334). Madrid: Panamerica, S.A.
- Lima, R. J. (2003). *Desenvolvimento levantado do chão...com os pés assentes na terra. Desenvolvimento Local. Animação comunitária. Investigação Participativa*. Porto: Universidade do Porto. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação.
- Luísa, C. (2021). O impacto da pandemia COVID-19 na vida dos idosos: perceção e mudança. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3, 29-40.
- Westheimer, J., & Kanhe, J. (2004) What Kind of Citizen? The Politics of Education for Democracy. *American Education Research Journal*, 2 (41), 1-30.
- Maia, C. M., Castro, F. V., Fonseca, A. M., & Fernández, M. I. (2016). Redes de Apoio Social e de Suporte Social e Envelhecimento Ativo. *Psicología, Ciencia Y Profesión: Afrontando la realidad*, 1, 293-304.
- Marques, S. (2016). *Discriminação da Terceira Idade*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Menezes, I. (2010). *Intervenção comunitária: uma perspetiva psicológica* (2ªed.). Porto: Livpsic.
- Miguel, D. (2012). A prática teatral no envelhecimento: um caminho para o autoconhecimento, para a autonomia e para a inclusão social. *A Terceira Idade*, 23 (55), 7-18.
- Município de Gondomar. (24 de maio de 2016). Regulamento nº 513/2016. *Diárip da República*, 2ª série.
- Nogueira, M. P., & Velloso, S. L. (2018). Reflexões estéticas: um caminho para um novo curinga. *DAPesquisa*, 7(9), 96-106.

- Noice, H., Noice, T., Perrig-Chiello, P., & Perrig, W. (1999). Improving Memory in Older Adults by Instructing Them in Professional Actor's Learning Strategies. *Applied Cognitive Psychology*, 315-328.
- Nunes, R. (2008). Investigação-Ação e Responsabilidade Social. *A Página da Educação*, 17, 28-28.
- Ornelas, J. (1994). Suporte Social: Origens, Conceitos e Áreas de intervenção. *Análise Psicológica*, 333-339.
- Osório, A. R. (2007). Os idosos na sociedade atual. Em A. R. Osório, & F. C. Pinto, *As Pessoas Idosas* (pp. 11-46). Lisboa: Instituto Piaget.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2006). *Desenvolvimento Humano* (8ª ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Paúl, C. (2017). Envelhecimento ativo e redes de suporte social. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, 275-286.
- Pereira, J., Martins, A., Martins, N., Querido, L., Pinto, P., Pratas, S., & Nunes, N. (26 de abril de 2021). *repositorio.iscte.iul.pt*. (C. P. Desporto, Ed.) Obtido em 13 de maio de 2022, de ISCTE: <http://hdl.handle.net/10071/22495>
- Pinto, C. (1998). Empowerment: uma prática de serviço social. *Política Social*, 247-264.
- Pinto, J. M., & Neri, A. L. (2017). Trajetórias da participação social na velhice, uma revisão sistemática da literatura. *Revista Brasileira Geriatria e Gerontologia*, 20(2), 260-273.
- PORDATA. (15 de março de 2022). *PORDATA: Base de dados Portugal Contemporâneo*. Obtido de [pordata.pt](https://www.pordata.pt): <https://www.pordata.pt>
- Rappaport, J. (1984). Studies in Empowerment: Introduction to the Issue. *Prevention in Human Services*, 3, 1-7.

- Rebellato, C., & Hayashi, M. C. (2014). Participação social do idoso: estudo bibliométrico da produção científica recente. *Revista Eletrônica de Comunicação, Informação, Inovação, Saúde*, 8(3), 264-287.
- Ribeiro, O. (2012). O envelhecimento "ativo" e os constrangimentos da sua definição. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*(2), 33-52.
- Rogers, C. (1970). *Grupos de Encontro*. Lisboa: Moraes Editores.
- Rosa, M. J. (2012). *O Envelhecimento da Sociedade Portuguesa*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Rosso, A. & Romanini, M. (2014). Empoderamento individual, empoderamento comunitário e conscientização: um ensaio teórico. *Psicologia e Saber Social*, 3(1), 83-95.
- Santos, B. S. (1995). *Um discurso sobre as ciências*. Porto: Afrontamento.
- Santos, G. B., Silva, C. V., & Pachú, C. O. (2021). Impacto da pandemia de Covid-19 na saúde de idosos: uma revisão narrativa. *Envelhecimento Humano: Desafios Contemporâneos*, 2, 186-197.
- Santos, S. S., Brandão, G. C., & Araújo, K. M. (2020). Social Isolation: a look health elderly mental during the COVID-19 pandemic. *Research, Society and Development*, 9, 1-15.
- Sapienza, G., & Pedromônico, M. R. (2005). Risco, Proteção e Resiliência no desenvolvimento da criança e do adolescente. *Psicologia em Estudo*, 209-216.
- Serrano, G. P. (2008). *Elaboração de Projetos Sociais*. Porto: Porto Editora.
- Serviço Nacional de Saúde. (10 de julho de 2017). Estratégia Nacional Para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025 . *Despacho nº 12427/2016*.

- Silva, M. F., Silva, D. S., Bacurau, A. G., Francisco, P. M., Assumpção, D., Neri, A. L., & Borim, F. A. (2020). Ageismo contra idosos no contexto da pandemia da covid-19: uma revisão integrativa. *Revista de Saúde Pública*, 1-14.
- Silva, M. V., Rodrigues, J. A., Ribas, M. S., Sousa, J. C., Castro, T. R., Santos, B. A., . . . Pegoraro, V. A. (2020). O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por COVID-19. *Enfermagem Brasil*, 34-41.
- Simões, A. (2006). *A nova velhice: um novo público a educar*. Porto: Ambar.
- Siqueira, C. L., & Martins, J. B. (2019). Envelhecimento Ativo em Questão: reflexões a partir de uma Oficina de Teatro com Pessoas Idosas. *Revista Kairós-Gerontologia*, 153-174.
- Soeiro, J. (2021). O Teatro não chega? Uma reflexão sobre arte, inclusão e transformação política. Em L. Pinto, J. Palhinhas, & I. Cabral, *Arte Inclusiva? Quem inclui Quem?* (pp. 81-93). Porto: CEAA/ESAP-CESAP.
- Sousa, C. S., & Rodríguez, F. M. (2015). Envelhecimento e Educação para Resiliência no Idoso. *Educação & Realidade*, 40(1), 33-51.
- Stufflebeam, D. L., & Shinkfield, A. J. (1995). *Evaluación sistemática. Guía teórica y práctica*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Tavares, R. E., Jesus, M. C., Machado, D. R., Braga, V. A., Tocantins, F. R., & Merighi, M. A. (2017). Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 20(6), 889-900.
- Timóteo, I. (2010). *Educação social e relação de ajuda. Representações dos educadores sociais sobre as suas práticas. Mestrado em Psicologia*. Évora: Universidade de Évora.
- Timóteo, I., & Bertão, A. (2012). Educação Social Transformadora e Transformativa: Clarificação de Sentidos. *Sensos*, 2, 11-26.

Ventosa, V. P. (2002). *Desarrollo y evaluación de proyectos socioculturales*. Madrid: Editorial CCS.

WHO. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Genève: World Health Organization.

Zimmerman, M. A., & Raqqpaport, J. (1988). Citizen Participantion, Perceived Control, and Psychological Empowerment. *American Journal of Community Psychology*, 16 (5), 725-750.

ANEXOS

ANEXO A – MODELO DE CONSENTIMENTO INFORMADO ASSINADO PELOS PARTICIPANTES

CONSENTIMENTO INFORMADO PARA PARTICIPAÇÃO NUM PROJETO DE INTERVENÇÃO SOCIAL

No âmbito do curso de Mestrado em Educação e Intervenção Social da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto, na especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco, os/as mestrandos/as concebem e desenvolvem um projeto de investigação-ação, em contextos considerados de maior risco social e vulnerabilidade.

A mestranda Ana Patrícia Félix Ferreira Ribeiro foi acolhida na instituição Câmara Municipal de Gondomar, para desenvolver o projeto no contexto da sua atividade profissional. O envolvimento de profissionais e de outros participantes é voluntário, podendo cada pessoa decidir não participar, em qualquer momento do desenvolvimento do projeto.

A mestranda elaborará um relatório escrito sem qualquer dado pessoal, que será avaliado e que estará disponível on-line, no Repositório Científico do Instituto Politécnico do Porto. Podem também resultar deste trabalho comunicações em congressos e publicações científicas.

Garante-se que a informação é confidencial, mantendo-se o anonimato e não sendo divulgados os dados pessoais dos participantes, apenas o nome da instituição. Este documento, que tem o nome da instituição, será guardado na Escola Superior de Educação pela Coordenadora do Curso pelo prazo de cinco anos.

Agradece-se, desde já, a sua participação e, caso concorde em participar no projeto, solicita-se que assine este consentimento.

Confirmo que li e compreendi a informação apresentada e que tive a possibilidade de esclarecer dúvidas com a/o mestranda/o.

(Local, Data)

(Assinatura)

APÊNDICES

APÊNDICE A – REGISTO DE CONVERSAS INTENCIONAIS E ENTREVISTAS

APÊNDICE B – REGISTO DE CONTACTOS INSTITUCIONAIS

APÊNDICE C – REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “CONHECER PARA EMPODERRAR”

APÊNDICE D – REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “OS FILHOS DA TERRA”

APÊNDICE E – REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “AINDA HÁ LUGAR PARA A MUDANÇA?”

APÊNDICE F – AVALIAÇÃO QUALITATIVA

APÊNDICE G – AVALIAÇÃO QUANTITATIVA

APÊNDICE H – TABELA DE AVALIAÇÃO DE ENTRADA

APÊNDICE I - CRONOGRAMA

APÊNDICE A - REGISTO DE CONVERSAS INTENCIONAIS E ENTREVISTAS

1. CONVERSA COM VEREADORA DA COESÃO SOCIAL

Data: 29 de novembro de dois mil e vinte e um

No dia 29 de novembro foi possível estabelecer uma conversa com a Vereadora de Coesão Social, no sentido de auscultar a disponibilidade para o desenvolvimento do projeto na DDS. Foi explicada a metodologia subjacente ao desenvolvimento de projetos de educação e intervenção social.

Neste sentido, foi considerado que o projeto poderia ser desenvolvido no âmbito do Programa Idade D'Ouro, atendendo a que as pessoas inscritas no referido programa manifestam frequentemente interesse em participar em novos projetos.

2. CONVERSA COM PROFISSIONAL DO PROGRAMA IDADE D'OURO

Data: 3 de dezembro de dois mil e vinte e dois

Foi estabelecida uma conversa com uma profissional que desempenha funções no Programa Idade D'Ouro, que permitiu a recolha de informação quer relativa ao funcionamento do referido Programa, quer no que concerne aos seus participantes.

Segundo a profissional, o Programa tem tido “imenso sucesso porque as pessoas que nele participam o reconhecem como uma mais-valia para o aumento da sua qualidade de vida”. Trata-se de uma população que almeja atividades que lhe possibilitem o convívio com outras pessoas, atendendo a que muitas destas pessoas vivem em situação de isolamento.

Foi possível corroborar junto desta profissional as informações constantes no regulamento do Programa. Isto é, o Programa disponibiliza a todos os que nele se inscrevem um conjunto de benefícios, nomeadamente: atribuição de um cartão que dá acesso a descontos a várias entidades parceiras (muitas delas na área da saúde); aulas de atividade física realizadas em todas as

freguesias do Concelho de Gondomar; atividades turísticas e culturais (Rota da Filigrana; Cruzeiro no Rio D'Ouro); acesso aos Espaços Idade D'Ouro, que são infraestruturas instaladas em diferentes zonas de Gondomar, cuja gestão fica a carga das pessoas que as utilizam e a manutenção é assegurada pela autarquia; estabelecimento de contatos telefónicos durante o período pandémico, com início no primeiro confinamento em março de 2020 e que se mantém até à data atual.

A profissional partilhou ainda a sua opinião acerca dos participantes deste projeto, caracterizando-os como “pessoas muito ativas e ávidas de novas atividades”, que manifestam uma grande adesão a todas as atividades que o Município disponibiliza sempre de forma animada e motivada.

Por fim, foi ainda possível a recolha de informação sociodemográfica do grupo: idade; género; composição do agregado familiar.

3. CONVERSA INTENCIONAL COM O PROFESSOR DE ATIVIDADE FÍSICA

Data: 11 de janeiro de dois mil e vinte e dois

No dia em que se estabeleceu o primeiro contato com o grupo, foi possível estabelecer uma conversa intencional com o professor de atividade física.

Segundo este, o grupo é “fantástico, muito recetivo a ideias novas, muito comunicativo e com um bom ambiente” nas suas aulas.

Manifestaram já interesse em complementar as aulas de atividade física com alguma atividade de treino cognitivo, o que o próprio professor também considera muito relevante.

Descreve os elementos como pessoas “muito autónomas e com muita vontade de conviver”.

Por fim, acrescentou que considera o presente projeto uma mais valia e que seria uma vantagem também para as restantes turmas do Programa Idade D'Ouro. Quando comunicou ao grupo que iriam receber a presença de uma profissional para avaliar o interesse em participar neste projeto, todos os elementos reagiram com entusiasmo e vontade de participar.

4. CONVERSA INTENCIONAL COM O PROFISSIONAL DE TEATRO DO OPRIMIDO

Data: 24 de maio dois mil e vinte e dois

Após o término do encontro do TO, foi possível estabelecer uma conversa intencional com a profissional de Teatro do Oprimido, que desempenhou o papel de facilitadora externas nas oficinas de Teatro do Oprimido e de curinga da apresentação do TF.

Esta conversa teve como objetivo recolher o contributo da profissional para a avaliação de produto do projeto.

A profissional começou por referir:

“Muito obrigada por me teres desafiado a participar neste projeto, foi uma experiência incrível, nunca pensei que o grupo fosse tão fantástico e teve tanto entusiasmo, vontade e motivação (...) foi de facto incrível e transformador até para mim”.

Nesta conversa foi possível recolher a seguinte informação (referente ao ponto de vista da profissional):

- O grupo foi capaz de partilhar sentimentos, emoções e problemas vivenciados;
- Esta partilha possibilitou uma forte ligação entre os elementos do grupo;
- Todos os Elementos do grupo foram participativos, empenhados e entusiastas.
- Foi cumprido o propósito do TF. Ao longo da construção de peça, a reflexão a participação e pensamento crítico estiveram sempre presentes. Na apresentação da peça e foram de discussão, o público identificou claramente a opressão apresentada, a oprimida e as opressoras. O público participou tanto na ocupação do papel do oprimido, como no fórum de discussão.

5. CONVERSA INTENCIONAL COM FAMILIAR DO PARTICIPANTE T.

Data: 24 de maio de dois mil e vinte e dois

No fim da apresentação foi possível conversar com a filha do Participante T. Esta referiu: “Fiz questão de estar presente (...) o meu pai nos últimos meses só fala deste projeto, anda entusiasmadíssimo, não o via assim há muito tempo, diz sempre que não pode faltar, porque vem trabalhar a mente. Andava muito entusiasmado porque estava a construir esta peça de teatro e estava cheio de orgulho porque hoje ia ter a apresentação”.

De um modo geral, considerou que a participação do pai neste projeto foi muito positiva, que desde que o projeto começou que o entusiasmo e boa disposição dele têm sido notórios e para ela isso é extremamente importante. Referiu também a importância da continuidade do projeto para o bem-estar do pai.

6 CONVERSA INTENCIONAL COM FAMILIAR DO PARTICIPANTE A.

Data: 24 de maio de dois mil e vinte e dois

No fim da apresentação foi possível conversar com o filho do participante A. Este referiu: “Nunca pensei ver a minha mãe em cima de um palco, quanto mais a fazer o que fez de forma tão brilhante, não sei o que é que vocês têm feito aqui, mas a verdade é que a transformaram”.

Nesta conversa foi possível perceber que para o filho da Participante A. o projeto foi positivo e transformador para a mãe e que este considera que o projeto deve continuar.

Atendendo a que foi um dos elementos do público que participou e foi a palco ensaiar uma solução para a opressão. Foi também questionado como é que se sentiu no papel de oprimido.

“Foi muito difícil, quando estava a ver a apresentação parecia que era muito fácil solucionar aquele problema (...) mas depois em cima do palco e a lidar com a opressão, realmente não é

fácil, peça primeira vez percebi que as pessoas se sentem mesmo mal, porque eu senti-me mesmo não sendo a sério”.

7. CONVERSA INTENCIONAL COM FAMILIAR DO PARTICIPANTE F.

Data: 24 de maio de dois mil e vinte e dois

No final da apresentação foi possível conversar com a irmã da Participante F., com objetivo de avaliar a atividade de apresentação da peça de teatro e o desenvolvimento de projeto.

A irmã de F. referiu:

“Não reconheci a minha irmã, se não visse com os meus olhos não me acreditava (...) ela parecia uma profissional, ela que acha sempre que nunca vai conseguir nada e nem tenta, e afinal é tão talentosa!”

Nas palavras desta senhora, este projeto foi incrível. Embora não conheça os restantes participantes, aquilo que viu acontecer não só em relação à irmã, mas também em relação à participação do público foi indescritível. Considera que o projeto deve ter continuidade e ser alargado a mais pessoas.

8. CONVERSA INTENCIONAL COM A TÉCNICA DA AUTARQUIA QUE PARTICIPOU NA AÇÃO “OS FILHOS DA TERRA”

Data: 25 de maio de dois mil e vinte e dois

Foi estabelecida uma conversa com a técnica da autarquia no sentido de perceber de forma é que esta avalia o projeto. Na fase inicial da conversa, a técnica agradece a oportunidade de participar num projeto de educação e intervenção social,

“Obrigada por me teres possibilitado sair da minha zona de conforto, ter contacto com uma metodologia como esta e conhecer este grupo de pessoas tão fantásticas e interessantes. Nunca pensei que o grupo fosse assim tão fascinante. Foi um privilégio fazer esta caminhada convosco”

Para esta técnica participar neste projeto foi extramente enriquecedor, não só pela possibilidade de conhecer e descobrir a metodologia do Teatro do Oprimido, mas também por poder assistir à evolução e empoderamento dos elementos do grupo. Considera que o projeto deve continuar e até ser alargado a mais grupos.

9. CONVERSA INTENCIONAL COM A INVESTIGADORA A.

Data: 24 de maio de dois mil e vinte e dois

No final da apresentação foi possível conversar com a investigadora A.

A investigadora A. está em Portugal a um estudo exploratório sobre envelhecimento ativo e participação comunitária no Porto. Foi na sequência desta investigação que está a desenvolver, que manifestou interesse em assistir à peça de TF.

No entanto, não só assistiu à peça como a todo o encontro dia 24 de maio, ou seja, esteve presente também no ensaio geral e no grupo de discussão que teve lugar no final da apresentação da peça de TF.

A investigadora referiu: “Estou surpreendida com o impacto deste projeto. O envolvimento a felicidade e o bem-estar destas pessoas é claro. Enquanto estava a assistir ao ensaio já estava a sentir o entusiasmo das pessoas, a entrega e a ligação que existe entre vocês.”

De um modo geral, a investigadora A., considerou que aquilo a que assistiu foi efetivamente ao reflexo de um projeto participado e com impacto no bem-estar dos seus participantes. Referindo: “claramente esta metodologia (TO) permite o envolvimento e a participação das pessoas. Eu não conheço o grupo, mas para mim foi evidente o envolvimento delas com o que estava a ser feito. Acima de tudo, vi pessoas felizes e entusiasmada”.

10. ENTREVISTA À TÉCNICA RESPONSÁVEL PELO NDP

Atendendo a que não foi possível entrevistar pessoalmente a técnica responsável pelo NDP, foi remetido o guião por email. Pelo que se apresenta a resposta da técnica enviada por escrito.

A presente entrevista enquadra-se no projeto de Investigação-Ação Participativa “Idade D’Ouro Ativa[mente]”, desenvolvido no âmbito do Mestrado de Educação e Intervenção Social – Especialização em Ação Psicossocial em Contexto de Risco. Tem como objetivo, recolher o seu contributo enquanto técnica responsável pelo NDP (NDP), para avaliação final do referido projeto.

Autoriza que o presente documento integre os apêndices do relatório de projeto que será redigido e publicado?

Resposta: Autorizo.

Considera que o presente projeto de Investigação-Ação Participativa teve impacto ao nível das políticas de envelhecimento ativo adotadas pela autarquia?

Resposta: Sem dúvida. Este projeto permitiu e potenciou o desenvolvimento de competências cognitivas e sociais dos nossos séniores, que são competências determinantes para o seu desenvolvimento pessoal e para a manutenção de um papel ativo na sociedade. Este projeto é um exemplo de boas práticas na promoção da integração e da participação social das pessoas idosas, como forma de garantir o seu bem-estar e a inclusão social.

Na sua opinião este projeto contribuiu para a melhoria da qualidade de vida dos seus participantes? Em que medida?

Resposta: Sem dúvida. Este projeto abriu uma janela de oportunidade para o desenvolvimento e integração de recursos emocionais e práticos, potenciando a participação ativa e cívica e contribuindo para o desenvolvimento da autoestima dos nossos séniores.

A adoção da metodologia de intervenção do “Teatro Oprimido”, colocando os séniores como protagonistas da ação, permitiu não só a criação de um espaço de aprendizagem e de diálogo,

como também a oportunidade de se refletir sobre um determinado tema/situação proposta pelos mesmos, no sentido de se procurar alternativas e testar soluções.

Através desta metodologia, os nossos séniores conseguiram “ter voz” e sentiram “que foram ouvidos”. Conseguiram desenvolver as suas relações sociais; cooperar e tomar decisões; aprender novas formas de comunicar e expressar as suas emoções; desenvolver a capacidade de escuta ativa e de trabalho em grupo. Este projeto permitiu, sobretudo, que os nossos séniores se sentissem como parte integrante e como agentes de mudança na e da sua própria comunidade.

Enquanto técnica responsável pelo NDP, considera que este projeto deva ter continuidade? O que a leva a ter essa opinião?

Resposta: Alcançado o sucesso com o grupo de Foz de Sousa, e uma vez comprovados os benefícios e mais valias deste projeto no bem-estar físico e psicológico dos seus intervenientes, faria sentido dar continuidade ao mesmo com o grupo em referência, bem como alargar aos restantes grupos do Programa Idade D’Ouro – iniciativa “Idade D’Ouro Ativa”.

É importante apostar em iniciativas que possibilitem a reflexão sobre a própria realidade e sobre novas formas de atuar perante situações comuns e partilhadas. É crucial potenciar oportunidades de convívio e de atividades que mobilizem a participação cívica e social dos nossos séniores, garantindo a promoção de um envelhecimento ativo e saudável.

APÊNDICE B - REGISTO DE CONTACTOS INSTITUCIONAIS

1. REUNIÃO COM PROFESSORA DOUTORA JOANA CRUZ

Data: 15 de março de dois mil e vinte e dois

Local: plataforma Zoom

Objetivos: Avaliar a pertinência do TO - como método de intervenção face às características do grupo; avaliar a possibilidade da Prof. Dra. Joana Cruz colaborar no projeto.

Foram transmitidos os dados recolhidos da análise da realidade à Prof. Dra. Joana, nomeadamente no que se refere às características do grupo e aos problemas e necessidades identificados, com vista a perceber se na perspetiva da mesma, o Teatro do Oprimido poderia constituir como um método de intervenção.

A Prof. Dra. Joana Cruz, prontamente acolheu a informação transmitida, considerando que com base na informação partilhada, o Teatro do Oprimido poderia efetivamente ser uma ação deste projeto. Mais ainda, manifestou a sua disponibilidade para aceitar o desafio proposto, para a colaboração e apoio no âmbito do presente projeto.

Neste sentido, ficou acordado que a mesma iria avaliar a possibilidade de algum membro da Associação Tartarugas Falantes poder assumir o papel de facilitador e curinga, para a dinamização de oficinas, construção e apresentação e peça de TF.

Por fim, ficou acordado novo encontro no dia 25 de março, para feedback das disponibilidades conseguidas.

2. CONTACTO COM DRA. INÊS CARVALHO

Data: 15 de março de dois mil e vinte e dois

Na sequência da reunião com a Prof. Dra. Joana Cruz, a mesma posteriormente facultou o contacto da Dra. do Dra. Inês Carvalho, que estaria a dinamizar formação na área da intervenção social pelo teatro.

Como tal foi estabelecido o contacto com a Dra. Inês, a qual possibilitou a minha inscrição na formação designada: "Formação em ferramentas teatrais para inclusão social", a decorrer no Seminário dos Passionistas em St. Maria da Feira, nos dias 24 e 29 de março.

3. CONTACTO PROFESSORA DOUTORA JOANA CRUZ

Data: 25 de março de dois mil e vinte e dois

Na sequência da reunião do dia 15 de março, foi estabelecido contacto telefónico com a Professora Doutora Joana Cruz. A mesma informou que não foi possível indicar alguém com disponibilidade para dinamizar as oficinas de teatro oprimido e construção de peça de TF com o grupo, no imediato.

Contudo está disponível, para orientar a prática de alguns exercícios a desenvolver com o grupo neste momento e, posteriormente, a partir de setembro construir a peça de TF.

Por fim, a Professora Doutora Joana Cruz apresentou a possibilidade de o grupo assistir a uma peça de TF construída por cuidadores informais, que será apresentada na ESE em abril.

4. CONTATO COM A ATRIZ E PROFISSIONAL DE TEATRO DO OPRIMIDO

Data: 26 de março de dois mil e vinte e dois

Local: Ponte da Barca

No decorrer da participação numa oficina de Teatro do Oprimido, foi possível estabelecer uma conversa intencional com a formadora da oficina. Esta conversa teve como objetivo avaliar a disponibilidade da formadora em colaborar no projeto, na qualidade de facilitadora e curadora. A formadora Susana demonstrou disponibilidade para colaborar, apresentando a proposta de desenvolver as oficinas nas segundas-feiras do mês de maio entre as 10h30 e as 12h30.

5. CONTATO TELEFÓNICO COM A TÉCNICA RESPONSÁVEL PELO CENTRO DE DIA DO CENTRO PAROQUIAL E SOCIAL DA FREGUESIA EM QUE SE DESENVOLVE O PROJETO

Data: 9 de maio de dois mil e vinte e dois

Objetivo: Apresentação do projeto e avaliação do interesse dos utentes do Centro de Dia em assistirem à apresentação da peça de TF.

Atendendo a que na sessão do dia 9 de maio, o grupo manifestou interesse de começar a ter contacto com pessoas que frequentam respostas institucionais dirigidas a pessoas adultas mais velhas, considerou-se pertinente começarem por conhecer a realidade da sua "terra" (forma carinhosa e orgulhosa como se referem ao local onde vivem).

Neste sentido, no fim da sessão foi efetuada a articulação com a técnica responsável pela valência de Centro de Dia da entidade supracitada. De referir, que se optou pelos utentes desta valência e não pelos que integram a resposta de ERPI, pelo facto de ainda haver restrições relacionadas com a contenção da pandemia nesta valência.

Ao ser explicado à técnica o desenho e o desenvolvimento do presente projeto, a reação desta foi de entusiasmo e, de imediato, manifestou interesse em possibilitar aos seus utentes assistir à peça de TF do grupo "Os Filhos da Terra".

Ficou acordado que a apresentação da peça teria lugar no dia 24 de maio, na Associação X [Associação em que os participantes estão inscritos]. A escolha do local teve em conta os seguintes fatores:

- Dar a conhecer aos utentes do Centro de Dia a Associação X e alguns dos seus associados;
- Os constrangimentos que ainda existem (devido à pandemia) na entrada de várias pessoas em simultâneo na instituição;

- O facto de a sala da Associação X possuir as condições ideais à apresentação da peça (sala ampla; possui um palco);
- O orgulho que “Os filhos da Terra” sentem das instalações que ao longo dos anos a Associação X conseguiu construir.

6. CONTATO TELEFÓNICO COM A TÉCNICA RESPONSÁVEL PELO CENTRO DE DIA DO CENTRO PAROQUIAL E SOCIAL DA FREGUESIA EM QUE SE DESENVOLVE O PROJETO

Data: 10 de maio de dois mil e vinte e dois

Objetivo: Apresentação do projeto e avaliação do interesse dos utentes do Centro de Dia em assistirem à apresentação da peça de TF.

Como explicado no registo anterior, o grupo manifestou interesse em ter contacto com pessoas que frequentam respostas institucionais dirigidas a pessoas adultas mais velhas. Uma vez que, na instituição da freguesia onde residem, foi possível articular com a resposta de Centro de Dia, considerou-se importante tentar encontrar uma resposta com valência em ERPI com interesse em assistir à peça.

Outro dado que tivemos em consideração, foi ser uma instituição de Gondomar, com o objetivo de envolver a comunidade local.

Neste sentido, foi estabelecido contacto com uma colega de mestrado que está a desenvolver um projeto numa entidade com estas características.

O interesse foi demonstrado, atendendo a que as pessoas desta instituição, no âmbito do projeto de educação e intervenção social que a mestrande está a desenvolver com eles, haviam manifestado interesse pelo teatro.

Foi então proposta a apresentação da peça no dia 6 de junho, nas instalações da Associação X, tendo como espectadores as pessoas da resposta social XX da instituição XX.

Para além dos motivos apresentados anteriormente, a escolha do local privilegiou uma das necessidades manifestadas pelas pessoas, nomeadamente momentos de saída da instituição.

APENDICE C - REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “CONHECER PARA EMPODERAR”

1. PRIMEIRO ENCONTRO COM O GRUPO:

Data: 11 janeiro de dois mil e vinte e dois

Local: pavilhão gimnodesportivo

Duração: 30 minutos

Objetivo: Apresentação da investigadora ao grupo e avaliação do seu interesse em participar no projeto.

Descrição: Foi efetuada a apresentação da investigadora, explicando ao grupo que embora seja profissional da autarquia, estava neste projeto como mestranda do MEIS e que seria neste âmbito que o projeto se propunha desenvolver.

As pessoas questionaram quais seriam as atividades. Neste sentido, foi explicado que se trata de um projeto assente numa metodologia de IAP, pelo que seria co-construído com o grupo e as atividades a implementar iriam depender das necessidades e potencialidades manifestadas pelos próprios elementos do grupo.

Todos os elementos do grupo manifestaram interesse em participar no projeto. Um dos elementos referiu, de imediato, que gostaria de ter uma atividade relacionada com o teatro, ao que todos os outros reagiram com entusiasmo. O gosto pelo teatro foi partilhado pelo grupo: Participante MS “Eu queria era algo ligado ao teatro”; Participante R “Sim, sim, eu também gostava muito”; Participante M: “por acaso é o que nos falta, era o teatro”.

Não obstante referiram também a necessidade em ter uma atividade para trabalhar a mente, uma vez que, assim complementavam a atividade física, trabalhando o corpo e a mente.

Perante a receptividade manifestada pelo grupo em participar no projeto, foi questionado ao grupo, qual o melhor horário e local para os encontros do grupo com a investigadora. O grupo propôs que os encontros tivessem lugar à terça-feira, antes das aulas de atividade física, dado

ser uma manhã já destinada a sair para uma atividade. Quanto ao local, foi proposto ser na Associação X, que todos são sócios e um é vice-presidente.

Esta proposta do grupo foi acolhida, tendo ficado combinado que os encontros teriam lugar às terças-feiras, com duração de uma hora e periodicidade semanal, nas instalações da sede da Associação X.

2. ENCONTRO DE CONHECIMENTO E EMPODERAMENTO

2.1 SEGUNDO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 18 de janeiro

Local: Associação X

Duração: 1 hora e 15 minutos

Objetivo: Apresentação do grupo (apresentação das características individuais) e da investigadora

Descrição: O encontro começou pela visita às instalações da Associação X, que os elementos do grupo apresentaram com enorme orgulho.

Posteriormente, a investigadora propôs a realização de um exercício de dinâmica de grupo denominado palma da mão. Este exercício consiste em solicitar aos elementos do grupo que desenhem a sua mão numa folha de papel e, posteriormente, escrevam uma característica sua em cada um dos dedos. O objetivo desta atividade é que os elementos do grupo se possam conhecer um pouco melhor. Neste caso específico, os elementos já se conheciam antes do início do projeto, pelo que um dos objetivos é que a investigadora possa conhecer os elementos do grupo e o próprio grupo possa também conhecer a investigadora.

O grupo aderiu de imediato à realização da tarefa, mas solicitou que fosse a investigadora a iniciar. Participante A:” Isto o melhor era a doutora começar, depois nós íamos a seguir” todos repetiram “Sim, sim!”

A investigadora apresentou as 5 características que considerou que me melhor a definiam, permitindo que o grupo colocasse outras questões que prontamente foram respondidas.

De seguida, os elementos do grupo foram um a um apresentando as suas características individuais, explicando cada uma delas. O desenvolvimento desta atividade foi muito interessante porque embora o grupo já se conhecesse há bastante tempo, surgiram características que desconheciam uns dos outros o que permitiu que se identificassem. Por exemplo, um dos elementos referiu o seu gosto pelo macramé e outro elemento reagiu com entusiasmo por partilhar o mesmo interesse.

T referiu que era muito difícil pensar em qualidades a seu respeito, dizendo mesmo, “é a primeira vez na vida que paro para pensar em qualidades minhas, se fossem defeitos tinha logo uma lista”. MS acrescentou “realmente acho que nunca tinha pensado nisto, é sempre mais fácil serem os outros a falar de nós”.

Foi possível constatar que para a maioria do grupo, a família assume um papel central nas suas vidas, partilhando também o gosto pela natureza e pelo teatro. Tal como referiram: “Para mim a família é tudo...então os meus netinhos...é uma perdição” (Participante A); “para mim quem me tira o campo tira-me tudo” (Participante T); “eu quero mesmo é fazer teatro, é a única coisa que nos falta experimentar” (Participante MS); “para mim o melhor deste grupo é o convívio...e também é o que sinto mais falta, dos convívios que havia com os outros nossos colegas” (Participante F); “o que eu mais gosto é de passear e de conviver” (Participante MS).

Um dos elementos é escritor e declamador de poemas e terminamos a sessão com a declamação de dois dos seus poemas relativos à freguesia onde o projeto se desenvolve.



Figura 1 – Exercício de dinâmica de grupo 1

2.2 TERCEIRO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 8 de fevereiro

Local: Associação X

Duração: 1 hora e 15 minutos

Objetivo: Apresentação do grupo (características grupais)

Descrição: O encontro começou pela apresentação de um elemento que veio pela primeira vez, a F; foi-lhe explicado o que havíamos feito na sessão anterior. A F fez também a sua mão mas pediu que a investigadora mostrasse a sua primeiro. O facto de a F ter visto a mão da investigadora pode ter condicionado o exercício, atendendo a que elencou as mesmas características. Referiu que tinha alguma dificuldade em se expressar ou encontrar palavras (o que foi respeitado).

O grupo mais uma vez, chegou com uma postura bem-disposta, com vontade de estar na sessão e ter momentos de partilha conjunta. Um dos elementos R. referiu "Agora estou sempre ansiosa que chegue a terça-feira".

Posteriormente, a investigadora propôs a continuidade do exercício de dinâmica de grupo iniciado na última sessão. Com ressalva de que nesta sessão a atividade consistia em, na palma, da mão apresentar as características que mais definem o grupo.

Assim que foi explicado o exercício outro elemento o M. começou logo a expressar e verbalizar o seu sentimento em relação ao grupo, referindo: "Somos muito unidos, há grande espírito de camaradagem e de respeito entre nós, é como se estivessem todos num grande abraço".

Entretanto cada um começou a escrever na sua mão e a F já foi capaz de apresentar algumas características do grupo.

Passamos de seguida à apresentação e partilha em grupo do que cada um tinha escrito, emergindo o diálogo livre. As características apresentadas foram muito semelhantes: união; camaradagem; amizade; boa disposição; humor; coesão; divertido; participativo; convívio (que

consideram que devia existir mais vezes); bom entendimento; pessoas educadas; alegria. - “Somos um grupo com muita amizade e camaradagem” (Participante T); “Este grupo só tem pessoas educadas e companheiras” (Participante M); “Somos muito unidos e divertidos” (Participante R).

Ao longo da sessão e à medida que a partilha de opiniões fluía, foi levantado o tema da institucionalização dos idosos. Alguns elementos começaram a referir “temer o dia em que tenham de ir para um lar”- Refletiu-se acerca deste tipo de tomada de decisão, em como não devem ser os filhos ou outros familiares a tomá-la, mas sim os próprios, quando as suas capacidades cognitivas não estão comprometidas. Alguns elementos referiram quais as características que um lar teria que ter, para escolherem integrar um equipamento desta natureza.

Mais uma vez surgiu a questão do teatro. Se o grupo poderia desenvolver uma atividade teatro e quando é que poderiam começar. A questão foi levantada pelo M. e os outros manifestaram o seu entusiasmo. A participante R referiu “eu até gostava muito, só não sei é se consigo decorar falas “. Foi-lhe explicado que se fosse realmente a vontade do grupo desenvolver um projeto ligado ao teatro, iram sempre ser tidas em conta as características individuais de cada elemento do grupo.

Neste sentido, foi lançado o desafio ao grupo de na eventualidade de se construir uma peça de teatro, ser um TF. Deste modo, poder-se-ia conciliar a vontade e o gosto pelo teatro, com o despertar de consciência na comunidade.

Os elementos referiram que uma das coisas que tinham muitas saudades era dos convívios que existiam antes da pandemia com as outras turmas de ginástica das restantes freguesias de Gondomar. - “O que mais sinto falta é dos convívios que tínhamos antes da covid (...) faz muita falta mesmo (...) foi o maior problema que este vírus nos trouxe” (Participante R); “O convívio faz mesmo muita falta (...) é o que nos faz mais falta” (Participante T); “Era mesmo muito saudável a convivência que havia, agora parece que ficamos isolados” (Participante M); “Isto da pandemia só serviu para nos deixar sozinhos” (Participante A); “Nós os velhos ficamos sozinhos” (Participante F).

Foram desafiados a promover os seus próprios momentos de convívio.

Surgiu a possibilidade de a peça de teatro poder vir a ser apresentada às restantes turmas do Programa Idade D'Ouro Ativa, no final do ano letivo, em junho, tendo sido evidente um grande entusiasmo pelo grupo.

Neste contexto, foi sugerido aos elementos do grupo refletirem relativamente a situações de opressão que tenham vivenciado ou presenciado, para que na próxima sessão sejam apresentados e, em grupo, se pudesse refletir qual ou quais poderiam fazer parte da peça de teatro.

A sessão terminou com a declamação de um poema do Sr. M sobre a Igreja, por iniciativa própria.

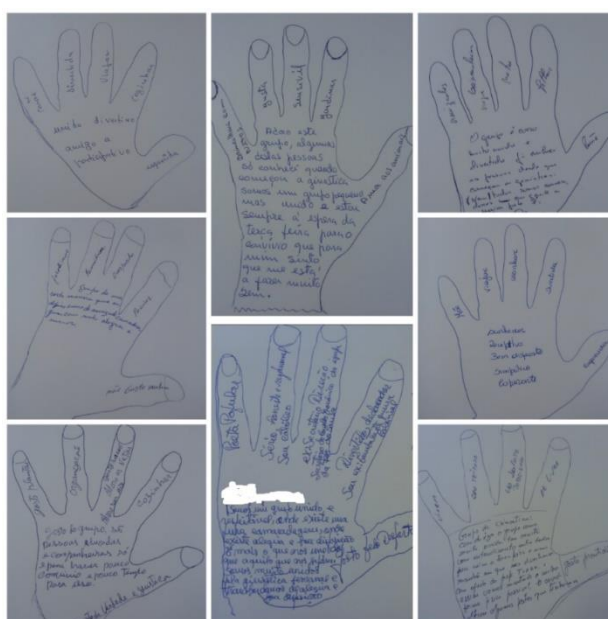


Figura 2 – Exercício dinâmica de grupo 2

2.3 QUARTO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 15 de fevereiro

Local: Associação X

Duração: 1 hora e 15 minutos

Objetivos: Construção da Identidade grupal e exploração de situações de opressão para a construção da peça de TF.

Descrição: Os elementos começaram por partilhar que tiveram reunião na Associação X e, que atendendo a que as medidas no âmbito do controlo da pandemia estão a ser levantadas, decidiram responder ao desafio de serem eles os promotores de momentos de convívio. Atendendo a que todos gostam de passear, a associação irá organizar um “passeio mensal”, o primeiro será já este mês à festa do fumeiro.

De seguida, iniciou-se a criação de uma figura de unificação do grupo. Com as mãos dos elementos do grupo, contruiu-se uma árvore. As mãos representam cada elemento com a analogia dos ramos da árvore que fazendo parte da mesma árvore podem crescer em diferentes direções e ter diferentes tamanhos. Assim como os ramos da árvore, a mão de cada elemento representou o seu lugar enquanto membro do grupo, respeitando as características de cada um. O tronco foi a base do grupo, onde estava identificado o seu nome: “Os Filhos da Terra”.

Enquanto se construiu a árvore foi discutindo o nome do grupo, foram várias as sugestões: “Os Trevos”; “Os Cotas”; “Os Maravilhas”; “Os Lírios”; “Os Trovadores”; “Os Sousinhas”. Enquanto cada um apresentava os seus argumentos relativamente aos nomes que iam surgindo, foi sugerido o nome “Os Filhos da Terra”, que de imediato reuniu consenso.

No entanto, um dos nomes apresentados gerou mais discussão, “Os cotas”, a pessoa que o apresentou associou o nome a algo divertido e engraçado. Contudo houve um participante que por associar uma conotação negativa à palavra, se sentiu desconfortável. Esta situação permitiu refletir, não só, sobre o facto de a mesma palavra poder ser interpretada de diferentes formas, por pessoas diferentes, sem que nenhuma das partes tenha intenção de ofender o outro. Mas também relativamente a uma das preocupações do grupo: o envelhecimento.

De seguida, foram partilhadas em grupo, pela primeira vez, as situações de opressão que alguns dos elementos apresentaram como possibilidades para a construção da peça de TF:

- **Desrespeito sentido nos transportes públicos:** um dos elementos partilhou com o grupo que se sente oprimida quando vai nos transportes públicos em “hora de ponta” e que, por vezes houve comentários como: “Vêm para aqui estes velhos ocupar o autocarro e tirar os lugares a quem vem de trabalhar... não sabem ficar em casa...vêm para aqui encher o autocarro para andarem a passear”;

- **Autonomia financeira:** um elemento do grupo partilhou uma situação de alguém que conhece, retratando um casal de reformados que perde a sua autonomia financeira, porque os filhos decidem que a reforma passa a ser controlada por eles, “dão lhes 10 euros ao fim de semana e se quiserem mais dinheiro têm que lhes pedir”, isto quando ambos os elementos do casal são autónomos e sem comprometimento cognitivo;

- **Integração de Idosos em ERPI:** quando os familiares (filhos ou sobrinhos) tomam a decisão de integrar os idosos em ERPI sem os escutar, mesmo que estes não estejam de acordo. Ou seja, a tomada de decisão não passa pelo próprio, trata-se muitas vezes de uma decisão tomada por familiares, nomeadamente filhos, face aos quais não são capazes de se impor.

O encontro terminou com um poema alusivo ao São Valentim, recitado pelo Participante M por iniciativa própria.



Figura 3: Construção coletiva com os elementos das sessões anteriores

2.4 QUINTO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 22 de fevereiro

Local: Associação X

Duração: 1 hora e 15 minutos

Objetivos: exploração das necessidades do grupo

A sessão teve início com a apresentação e o acolhimento de dois elementos novos. O grupo partilhou a experiência dos encontros com os dois elementos, colegas das aulas de atividade física que ainda não estavam a participar no projeto. Começou-se por dar a conhecer a estes dois elementos o que havia vindo a desenvolver nas sessões anteriores. Durante este exercício, no diálogo relativa à sessão em que se refletiu relativamente à integração em ERPI, o tema voltou a gerar discussão e partilha de diferentes questões: deve a decisão de integração em lar ser tomada exclusivamente pelos filhos ou outros familiares? Deve ser o próprio a tomar a decisão de integração em lar? Uma vez tomada a decisão, a escolha da instituição deve ser tomada por quem? Existem outras alternativas ao Lar: cuidadores informais; empresas que prestam os cuidados em casa? O envelhecimento tem que implicar perda de autonomia e necessidade de cuidados por terceiros?

Neste sentido, o grupo referiu que gostava de desenvolver a peça de teatro acerca desta temática.

Importa referir, que o passeio que estava previsto acabou por não acontecer. Pois após refletir sobre o assunto, os membros da direção da associação consideraram que ainda não estavam reunidas as condições de segurança (relacionas com a propagação do vírus Covid-19) para o passeio acontecer.

Como nas sessões anteriores, terminou-se com um poema do Sr. M sobre o Envelhecimento, por iniciativa própria. Tratou-se de um poema que retratava o envelhecimento como um processo de aquisição de conhecimento e não como perda de capacidades.

2.5 SEXTO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 8 de março

Local: Associação X

Duração: 1 hora e 15 minutos

Objetivos: conhecer a Associação X

Nesta sessão estiveram presentes 3 elementos, considerando que 1 elemento foi durante um mês para o Dubai ajudar a cuidar da neta; 1 elemento teve uma consulta médica; 1 elemento foi trabalhar (embora reformada, continua a trabalhar pontualmente como cozinheira); 1 elemento está a prestar apoio à esposa que partiu o braço na sequência de uma queda.

Atendendo a que estavam a faltar vários elementos, o grupo considerou que este encontro poderia ter como objetivo apresentarem a associação, pois não queriam desenvolver atividades sem a presença dos companheiros.

Assim foi possível apurar que a Associação X foi fundada em 1988 e contava, à data, com cerca de 600 associados. Ser associado tem um custo anual de 7€ que diz respeito ao valor da cota.

Antes da pandemia eram organizados pela associação passeios mensais, a diferentes pontos do território nacional, sendo que anualmente dois desses passeios eram gratuitos para os sócios. Os restantes eram pagos a preço de custo, atendendo a que esta era uma associação sem fins lucrativos.

A associação contava também com um grupo coral, que pretendia retomar brevemente os seus ensaios semanais.

Nas suas instalações existia um bar, que era explorado com vista a obter receita para as despesas fixas da associação. Segundo as pessoas, este bar praticava preços abaixo do mercado, não só para que todos pudessem ter acesso aos seus produtos, mas também porque o objetivo não era o lucro.

Era também disponibilizada aos associados uma sala de jogos e convívio, equipada com mesas para jogos de tabuleiro (damas e cartas são os mais praticados) e uma mesa de snooker.

À data existiam ainda muitos sócios que não participavam nas atividades da associação, segundo os elementos do grupo: uns ainda por receio da pandemia, outros por questões políticas associadas à direção.

Um dos elementos partilhou: “como o meu marido deixou de fazer parte dos corpos de direção, e está ligado à política, acabamos por nos afastar (...) mas agora que comecei a voltar a estar na associação com este grupo da ginástica, até já estou a pensar inscrever-se num dos próximos passeios, mesmo que o meu marido não queira ir”, Participante R.

Todos partilharam que sentiam que uma das coisas que unia toda as pessoas da freguesia, independentemente, das cores políticas ou da rivalidade dos diferentes lugares, era a procissão das velas que existia em maio, e que no corrente ano à partida se iri voltar a realizar. Nesse evento, todos se uniam para fazer tapetes de flores em todo o trajeto da procissão e na colocação das velas. “é um momento único na nossa Terra” (Participante M.)

Como habitualmente, o encontro terminou com um poema do Sr. M sobre o Dia da Mulher, por iniciativa própria.

2.6 SÉTIMO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 29 de março

Local: Associação X

Duração: 1hora e 15 minutos

Objetivos: conhecimento do grupo

Descrição: A sessão teve início com a comunicação ao grupo da possibilidade de assistir a uma peça de TF, construída por cuidadores informais. Todos os elementos manifestaram entusiasmo com esta possibilidade e demonstraram o seu interesse em participar.

Foi também comunicado ao grupo a possibilidade da atriz Susana Madeira dinamizar oficinas de TO e a construir e apresentar da peça de TF. Poderia acontecer no mês de maio, às segundas feiras das 10h30 às 12h30. Mais uma vez, o entusiasmo e a adesão foram imediatos.

Posteriormente, foi feito, em conjunto, um caixilho para o cartaz construído anteriormente com as mãos dos elementos do grupo. O grupo considerou que este poderia ser um quadro a integrar no cenário da futura peça de TF que venham a apresentar.

Durante a construção do caixilho, foi possível a partilha sobre a atividade profissional que cada um desempenhava antes da reforma: 1 militar; 1 telefonista; 1 cozinheira; 1 costureira; 1 lubrificador da EDP; 1 técnico de manutenção principal da EDP. O dado a registar é o facto de os dois elementos que desempenharam a sua atividade profissional na EDP, fazerem questão de o ressaltar quando referem a profissão, como algo que os orgulha, sendo perceptível um sentimento de pertença em relação à empresa em que desempenharam a sua atividade profissional.

Por fim, ao olhar para o quadro concluído, dois elementos do grupo sentiram necessidade de o completar, cada um com uma frase, situação que foi bem aceite pelos restantes elementos do grupo.

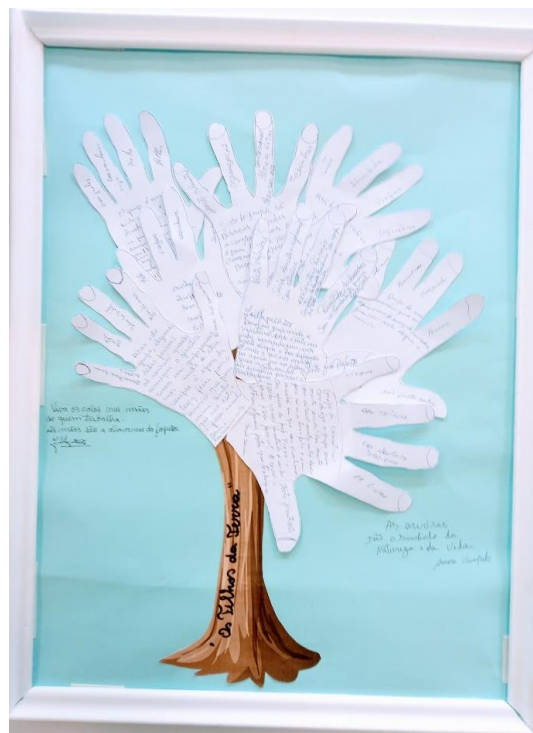


Figura 4: construção de quadro coletivo

2.7 OITAVO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 5 de abril

Local: Associação X

Duração: 1 hora e 15 minutos

Objetivos: exploração das relações familiares

Nesta sessão faltou o Participante MS que ainda está a apoiar a esposa e a Participante F. que teve uma consulta médica. Estiveram presentes 4 elementos do grupo.

Durante a sessão, os participantes desenvolveram uma atividade com vista à exploração das suas relações familiares. Começaram por escrever e depois foi realizada uma partilha com base no diálogo.

Ao longo do preenchimento da folha de atividade “A minha família”, os participantes revelaram dificuldades em identificar defeitos nos seus filhos. Partindo desta partilha, refletiu-se sobre o facto de, na sessão em que foi realizada a atividade da mão, alguns terem referido que era difícil enumerar qualidades dos próprios, que era mais fácil encontrar defeitos. Por sua vez, ao descreverem os filhos, acontece o contrário, só conseguem encontrar qualidades.

Importa referir que, antes de dar início à atividade, informou-se os participantes que os retângulos existentes na folha eram meramente indicativos, havendo possibilidade de acrescentar mais, ou de deixar retângulos por preencher.

A Participante A identificou os 2 filhos, a filha e as 3 netas. Não colocou o marido e, quando questionada por outra participante, referiu: “Ele só tem defeitos, nem vale a pena falar dele, ou estar a escrever aqui o nome dele ... sociedades só na cama e já nem isso (riso)... e nem vale a pena falar mais deste assunto”. Foi explicado à A que apenas abordaria com o grupo o que pretendesse e a fizesse sentir confortável (no fim foi demonstrada disponibilidade para abordar este assunto de forma individual se A assim o entendesse e quando entendesse).

Conforme Figura 6, na atividade escrita, A apenas identificou características positivas em relação aos familiares apresentados. Ao explorar o relacionamento com as pessoas identificadas pela participante, foi manifestada uma maior proximidade com um dos filhos. Segundo as palavras de A: “este é aquele que está sempre lá, para tudo o que eu posso precisar, nunca me falta com nada... graças a Deus vive perto de mim. Quando foi o confinamento, sempre me fez as compras todas, nunca me deixou pagar, não deixava que faltasse nada, queria me proteger e não me deixava ir ao supermercado ... só me faltava mesmo era ele... ele e outros filhos e os

netos, que deixaram de vir por causa do covid”. Quando questionada se havia algum elemento dos identificados, com quem podia começar a conversar acerca do seu futuro e das decisões a tomar na eventualidade de vir a precisar de cuidados, prontamente identificou o mesmo filho, com quem tem maior proximidade. O outro é “mais desligado e trabalha muito, não teria tempo nem disponibilidade”. A filha vive longe, “é um amor”, mas também não poderá ser uma opção. Ainda assim referiu: “Este meu filho, acho que nunca me iria abandonar, é o meu anjo da guarda..., mas não sei se a minha nora alinha em tudo que ele decidir... e ela também manda...aliás nestas coisas, elas é que mandam!”. Foi reforçado que já é muito importante e positivo haver uma pessoa de referência e confiança.

O participante M tal como se pode verificar na Figura 7, identificou a esposa, as duas filhas, o filho, dois netos e dois bisnetos. Falou da esposa com muito orgulho e apesentou-a: “é uma artista, costureira, escultora ... a verdadeira artista, faz esculturas fenomenais, amo-a muito. É uma excelente esposa...só espero nunca ter que me separar dela”. Falou das filhas, manifestando muito orgulho pelo facto de ambas serem administrativas, profissão a que reconhece valor e reconhecimento social. De todas as vezes em que fala das filhas foca-se sempre no sucesso profissional que lhes reconhece, mas resiste a partilhar mais características. No que concerne ao filho: “Sinto-me triste por o meu filho estar desempregado, porque ele tem muitas competências e conhecimentos, tem tido é azar”. Identificou as filhas como as pessoas mais próximas a quem podia recorrer sempre: “As minhas filhas estão sempre disponíveis de dia ou de noite ..., mas o sogro da minha filha foi para um lar..., mas tinha de ser, não é? Ela e o meu genro trabalham... não sei se era isso que ele queria..., mas teve que ser assim... quando for eu não sei como será, mas acho que nunca me vão abandonar”.

O Participante T (T), conforme Figura 8 identificou a esposa, a filha, o filho, duas netas e dois netos. Referiu-se à esposa: “É muito boa esposa, boa mãe, avó então nem se fala, já cuidou de mim e esteve sempre do meu lado quando aos 58 anos tive um AVC e estive paralisado, sou muito feliz com ela, pronto é isso!”. Quanto ao filho, referiu “é muito ativo, não consegue estar parado, a vida dele é o desporto..., aliás é professor de educação física, é muito acelerado...ui... com ele não se pode contar”. A filha “não tem nada a ver com o irmão, com essa sim somos capazes de poder contar, é muito calma”.

Por fim, a Participante R (R), cuja atividade se encontra na Figura 9, apresentou o marido, as filhas, a neta e os três netos. Ao preencher a atividade escrita, referiu “Isto para o marido é só defeitos, para os filhos é só qualidades” ao que a A respondeu: “Claro, os filhos são sangue do

nosso sangue, nem há comparação possível!”. Quanto ao marido referiu: “É muito teimoso, não se pode contar com ele para nada, é só política, só vive para a política”. Descreveu as filhas como sendo “muito meigas, preocupadas, disponíveis”, “se não fosse a minha filha eu hoje não tinha a independência para vir para aqui, ou ir às compras... foi ela que me incentivou a comprar o carro ... ela mora na Póvoa, e vinha para aqui só para me ajudar a treinar na condução, porque eu tinha carta, mas não conduzia”. Contudo, na eventualidade de precisar de alguém talvez a outra filha seja a mais disponível, por viver mais perto “a outra coitadinha, trabalha muito, tem dois gémeos, vive na Póvoa ... liga-me sempre..., mas desde que foi isto do covid, nunca mais estivemos mesmo todos juntos como antigamente... sim porque agora só se fala na guerra, mas o covid ainda existe e ainda é muito grave”.

No que concerne aos netos, todos manifestam o mesmo carinho, ternura e orgulho e se referiram a estes como as pessoas mais importantes das suas vidas.

À semelhança das sessões anteriores, também nesta houve um momento em que o poeta do grupo, Participante M, recitou um dos seus poemas sobre a natureza.

Já foi solicitada autorização para a partilha dos poemas nos registos das sessões, o participante referiu que irá ceder um manuscrito dos poemas recitados.



Figura 5: grupo na atividade “A minha família”

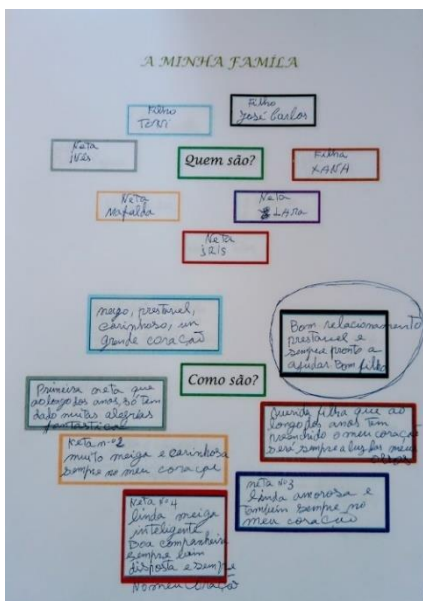


Figura 6: Família Participante A.

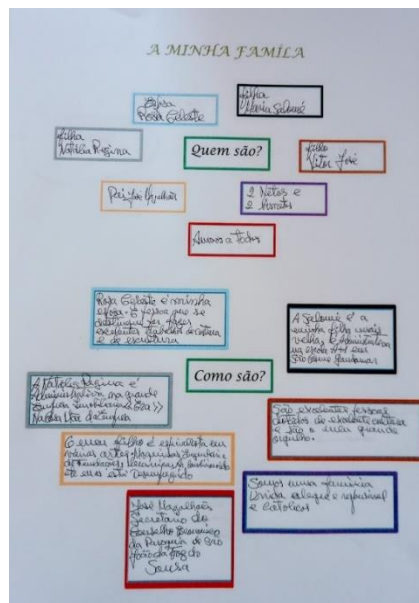


Figura 7: Família Participante M.

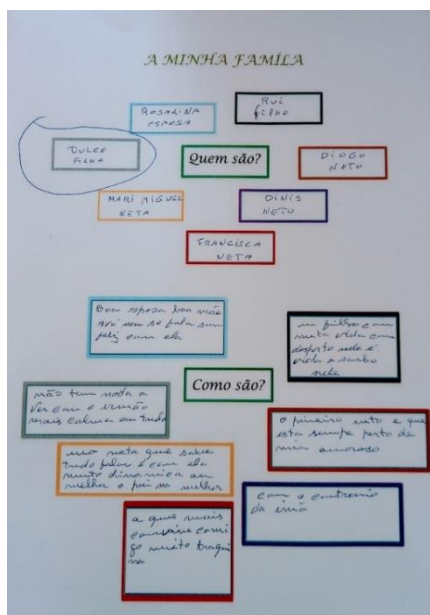


Figura 8: Família Participante T.

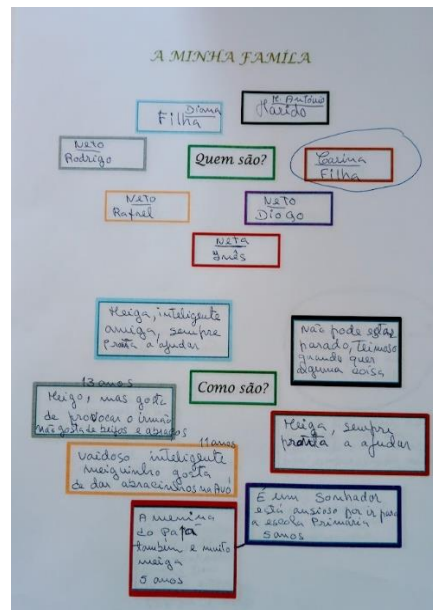


Figura 9: Família Participante R.

2.8 NONO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 12 de abril

Local: Associação X

Duração: 1 hora e 15 minutos

Objetivos: desenvolvimento das as capacidades de diálogo e comunicação; Participação na tomada de decisão; Fortalecimento da relação interpessoal dos elementos do grupo

Descrição: Estiveram presentes no encontro, 5 participantes, permanecendo ausentes o MS por estar a apoiar a esposa na recuperação e a R que permanece no Dubai.

No presente encontro recorreu-se à estratégia de *role playing*.

Foi simulada uma situação em que o/a filho/a comunicava à/ao pai/mãe que havia tomado a decisão de o/a institucionalizar em ERPI (de seguida designado por lar).

Todos participaram, uns no papel de pais outros no papel de filhos.

No primeiro exercício de *role playing*, a investigadora(I) assumiu o papel de uma filha que decidiu, sem ter em consideração a opinião da mãe, a inscreveu num lar e apenas lhe comunicou a decisão no final (Figura 10)

I: “Mãe, vim cá para lhe dizer, que aproveitei que o lar aqui perto tinha uma vaga e inscrevia, para aproveitar e ficar já com a vaga, por isso vai ter que ir já...”

R.M.: “Então, mas tu decides uma coisa dessas assim...sem me dizer nada...eu não vou para lar nenhum, não preciso que ninguém cuide de mim...”

I: “Oh mãe, teve que ser, a vaga apareceu e você sabe como é, nunca vagas, por isso, temos que aproveitar já, assim já lá fica e quando precisar já não temos que andar à procurar e correr o risco de não haver vaga em lado nenhum...”

R.M: “Mas eu não preciso! Por isso, não vou para lado nenhum...”

I: “Então e quando for preciso...”

R:M:” Quando for preciso eu arranjo alguém para vir aqui para casa para me ajudar”

I: “Ai é essa a sua decisão...então depois se precisar não se venha queixar e não conte comigo.”

Após este primeiro exercício, houve lugar a um momento de reflexão e partilha em grupo (Figura 11). A R.M. partilhou que se sentiu muito pressionada por esta filha que era muito “mazinha”, mas mesmo assim foi capaz de manter a sua decisão. A F. comentou também que esta filha era um pouco malvada, mas que a verdade é que na vida real existem muitos filhos assim. Todos elogiaram o facto de R.M não ter sido submissa a esta filha.

O M. perguntou de imediato se podia também ele experimentar, mas que queria fazer com um colega, convidando de imediato o T. a fazer o exercício com ele e assumir o papel de filho. Deu-se assim início ao exercício (Figura 12).

T.: “Oh pai, temos ando a pensar... e isto com o trabalho e a escola dos miúdos, já não conseguimos ter disponibilidade para o apoiar. Por isso, fui ver ali ao centro social e eles tinham uma vaga, por isso o melhor é você ir para lá.”

M.:” Meu filho se isso é o melhor para vocês, eu aceito a vossa decisão! Eu só quero ajudar em tudo o que for mais fácil para vocês. E os meninos vocês conseguem levá-los à escola?”

T.: “Sim...sim, isso já está tudo tratado e assegurado”.

M.: “Então pronto meu filho...se isso é o melhor eu aceito e vou”.

Mais uma vez, o fim do exercício deu lugar a um momento de partilha e diálogo, o M. pediu de imediato para falar.

Partilhou com o grupo “às vezes tem mesmo que ser assim. A sogra da minha filha não queria ir para um lar, mas o marido morreu e ela ficou sozinha. O meu genro trabalha e o irmão dele também. Então começaram a procurar um lar e encontraram um em Gaia. A senhora coitada não queria, chorava, via o lar como um inferno...eles foram-na preparando...até que chegou o dia que teve que ir. Deixou a casa dela, as coisas dela, deixou tudo... no início muito triste só chorava. Agora já percebeu que aquilo até é bom e já anda lá toda contente”

O grupo reagiu:

F: “O lar não tem que ser uma coisa má, eu até não me importo de ir para um lar. Tem é que ser conversado, têm que escolher um sítio em condições e nós é que sabemos quando é que precisamos de ir...eu agora ainda estou muito bem, porquê que haveria de ir para um lar?”

R.M.: “Pois eu também acho, há muitas opções...não tem que ser sempre um lar. A minha mãe tem 89 anos...ainda está em casa dela, usa fraldas e precisa de alguma ajuda, mas não tem que sair do espaço dela. Temos uma pessoa que vai lá durante a noite e de dia tem o centro de dia. Não tarda muito chega a minha vez...e as minhas filhas é que vão escolher? Então se eu não me imagino num lar!?! Mas sim, não há mal nenhum nos lares e há lares muito bons, mas é preciso ver qual é a melhor solução para cada pessoa”

O último *role playing* foi realizado pela A e pela F, sendo que A assumiu o papel de filha e a F o papel da mãe. (Figura 13)

A: “Mãe precisamos de falar sobre um assunto sério, você começa a precisar de apoio, de alguém que tome conta de si, e talvez o melhor seja pensarmos num lar...nós trabalhamos, não conseguimos dar-lhe os cuidados que você precisa! Queria saber o que é que acha desta ideia? Faz sentido para si? Concorda?”

F: “Filha eu acho muito bem, se for um bom lar acho que sim...não quero dar trabalho a ninguém, e assim lá há sempre quem cuide de mim”.

A: “Pronto mãe então vai ver o sítio que eu arranjei que parece muito bom para si...e se gostar vai então para lá. Pode ser assim?”

F: ”Claro que sim, minha filha”.

Por fim, mais uma vez teve lugar um momento de diálogo e de reflexão (Figura 14).

T comentou “engraçado que aqui ninguém foi para um lar contra a vontade...isto na vida real não é bem assim”.

Foi unânime que, efetivamente, nem sempre estas situações são de fácil resolução, sendo essa uma das razões para este exercício ser realizado, experienciar a diferentes situações e testar formas de resposta.

O grupo discutiu também sobre a falta de vagas sociais nos lares. O facto de os que são bons não terem vagas ou serem muito caros.

Referiram também o facto da imagem dos lares ser sempre muito negativa porque na televisão só surgem notícias com o que há de pior, com os lares ilegais que “tratam as pessoas como animais”.

Na sua freguesia de residência, os participantes têm um lar (ERPI) com boas condições.

Como habitual, a sessão terminou com um poema do M sobre a Liberdade.



Figura 10: Role *playing* I &R.M.



Figura 11: Reflexão após o 1ª Role *playing*



Figura 12: Role *playing* M. & T.



Figura 13: *Role playing A. & F.*



Figura 14: Reflexão e diálogo após o último *role playing*

2.9 DÉCIMO ENCONTRO COM O GRUPO

Data: 19 de abril

Local: Associação X

Duração: 1 hora e 15 minutos

Objetivos: desenvolvimento da capacidade de participar na tomada de decisão e fortalecimento da relação interpessoal dos elementos do grupo.

Descrição: Estiveram presentes na sessão, 5 participantes, permanecem ausentes 2 participantes o MS por estar a apoiar a esposa na recuperação e a R que permanece no Dubai.

À semelhança da sessão anterior foi efetuado o exercício de *role playing*, contudo nesta sessão cada um experienciou o papel que não tinha assumido na sessão anterior, ou seja, quem havia sido filho/a foi pai/mãe e vice-versa.

Todos referiram ser mais fácil estar no papel de pais do que no papel de filhos. M referiu: “é muito difícil sermos filhos malvados”.

Esta partilha de M. serviu de mote para a reflexão e discussão: todos os filhos seriam malvados quando tomam este tipo de decisão? Nos casos interpretados no exercício, todos os filhos foram malvados? Qual a forma de esta situação ocorrer sem que os filhos sejam vistos dessa forma?

Foi unânime que os filhos neste papel não tinham que ser sempre malvados, tudo dependia da relação que existia já entre os pais e os filhos, se era relação de proximidade e de afeto, ou se por outro lado se tratava de uma relação distante em que não havia proximidade nem contactos regulares.

Foi usado o exemplo do *role playing* das participantes F e A, em que F foi uma filha que não tomou uma decisão e, posteriormente, comunicou à mãe. Antes pelo contrário, partilhou com a mãe a preocupação o com facto de a saúde e a mobilidade da mesma poderem começar a estar associadas a limitações da sua autonomia, bem como a sua angústia em não poder colaborar por motivos profissionais. Nesta reflexão com a mãe sugeriu que começassem a procurar um local que correspondesse às necessidades da mesma. Isto para que quando chegar a altura em que a mãe considere que já não é capaz de estar sozinha, a filha já saiba quais as instituições para as quais a mãe iria por sua vontade.

Este foi efetivamente um exemplo, em que o grupo considerou haver respeito pela mãe, em que houve espaço para a participação da mesma e foi respeitada a sua opinião, sendo uma decisão tomada em conjunto pela mãe e pela filha.

Todos consideraram que o incorreto é quando os filhos apenas comunicavam a decisão final, sem dar possibilidade aos pais de se pronunciarem, de manifestarem a sua vontade, a sua possibilidade de escolha, seja do local, seja do momento indicado para tomar essa decisão.



Figura 15: registo da sessão com atividade de role playing

APÊNDICE D - REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “OS FILHOS DA TERRA”

1. ATIVIDADE 1 - DINAMIZAÇÃO DE UM PROCESSO DE TO COM UMA FACILITADORA EXTERNA

1.1 PRIMEIRO ENCONTRO

Data: 02 de maio

Local: Associação X

Duração: 3 horas

Objetivos: Apresentação da metodologia do Teatro Oprimido e exploração as opressões sentidas

Descrição: Estiveram presentes 5 participantes, faltou a Participante A que teve que assegurar o transporte da neta. Integrou o grupo uma nova participante, uma técnica da autarquia que manifestou interesse em participar (o grupo foi questionado relativamente à entrada deste novo elemento e aceitou).

Esteve também presente a profissional de TO que dinamizou a atividade. Durante esta atividade, a investigadora, desempenhou o papel de co dinamizadora, apoiando no desenvolvimento dos exercícios, assumindo por vezes a dinamização de alguns dos exercícios, previamente acordados com a profissional de Teatro do Oprimido.

Nesta oficina de TO, os participantes à chegada foram convidados a preencher os cartazes que estavam espalhados ao longo da sala, dando resposta a cada uma das questões: “Tipos de Teatro?”; “Tipos de Opressão?”; “O que é um Oprimido?”; “O que é uma Opressão?”; “Teatro Fórum o que será?”. (conforme as Figuras 16 e 17).

Posteriormente, teve início o primeiro exercício de aquecimento do grupo: em círculo, à medida que a dinamizadora batia uma palma, todos os elementos trocavam de lugar no círculo (Figura 18).

Passou-se a um outro exercício em que, em grupos de 3 pessoas, dois eram as paredes da casa e um o morador. Havendo um elemento que ia ficando de fora e que dava a ordem relativa a quem devia trocar de posições. Existia a ordem das paredes direitas, a das paredes esquerdas, a do morador e a do terramoto (todos trocam para qualquer posição). De referir que no momento da troca quem está de fora também busca ocupar um lugar (Figura 19).

Posteriormente, foi realizado um exercício que envolveu um batimento rítmico e a ordem de palavras.

Primeiro, a dinamizadora fez ritmo com palmas e o grupo repetiu.

Depois solicitou ao grupo dois nomes pequenos, surgiram os nomes Ana e Rui. A partir desse momento a palma foi acompanhada de um nome e o grupo repetiu (por exemplo, palma, palma, palma, e com cada palma o nome Ana).

Por fim, a solicitação foi que o nome dito pelo grupo, fosse o contrário ao que era dito pela dinamizadora, ou seja, quando a dinamizadora dizia Ana, o grupo dizia Rui e vice-versa.

Durante estes exercícios, o grupo demonstrou-se animado e motivado. Foram refletindo sobre as capacidades exigidas para a realização destes exercícios como a atenção, memória, foco e coordenação. E como de facto podiam treinar este tipo de capacidades na prática de exercícios desta natureza. Os participantes foram verbalizando: “É engraçado como não tinha noção como a minha memória estava a precisar de ser treinada.” (Participante M); “Isto exige muita coordenação, mas é engraçado que ao início parece difícil, mas depois até conseguimos fazer.” (Participante F); “Assim até treinamos o nosso foco e a nossa atenção!” (Participante R); “Para conseguirmos temos que ter muita concentração” (Participante T).

Uma vez ativado o grupo, teve lugar um exercício de apresentação dos seus elementos. Em círculo, cada pessoa foi passando a bola a outro participante. Quem recebeu a bola apresentou-se (Figura 20).

Nesta apresentação foi interessante os comentários que surgiram em relação à participação nestes encontros: “Estes encontros são mesmo muito bons e importante, aqui sinto-me em casa”(Participante M); “é verdade, eu faltava só mesmo se for para ir ao médico, já era assim às terças ferias e agora é às segundas também” (Participante A); Eu não faltava mesmo, não é uma

hipótese, temos que avisar os médicos que é proibido marcar consultas à segunda-feira, já nem para ir ao médico se falta” (Participante R).

Terminada a apresentação, a dinamizadora fez uma breve apresentação teórica, partindo das respostas dadas pelo grupo nos cartazes iniciais. (Figura 21)

Por fim, o grupo foi convidado a experimentar uma encenação com um momento do quotidiano (Figura 22).

Tratou-se da história de uma pessoa que estava no banco do jardim a tentar ler um livro, o seu desejo era efetivamente conseguir ler o livro (oprimido). Mas que foi impedida de o fazer por outra pessoa que surge e quer muito conversar e não permite a leitura (opressor).

De seguida a cena é repetida, mas com uma nova personagem que tenta apoiar a oprimida (aliada).

Uma vez encenada a história com as 3 personagens. Houve lugar à discussão em grupo, relativamente às seguintes questões: Qual a opressão? Quem representava o oprimido? Quem representava o opressor? Qual o papel da aliada? Como é que poderíamos mudar o final da cena? (neste momento um dos participantes assumiu o papel da oprimida).

Concluído este momento de discussão. O grupo foi questionado no que concerne às opressões que sentiam que e gostariam de levar a cena, na construção de uma peça de TF. Surgiram as seguintes: o processo de escolha da integração em lar; a falta de respeito que sentem existir por parte dos mais novos nos transportes públicos; e, a perda de autonomia financeira.

No fim da sessão, o grupo foi convidado a recortar uma palavra, uma frase, ou uma imagem, das revistas disponíveis, e colar no cartaz referente às emoções sentidas.

Terminou-se como habitualmente com um poema de M sobre o Dia do Trabalhador.

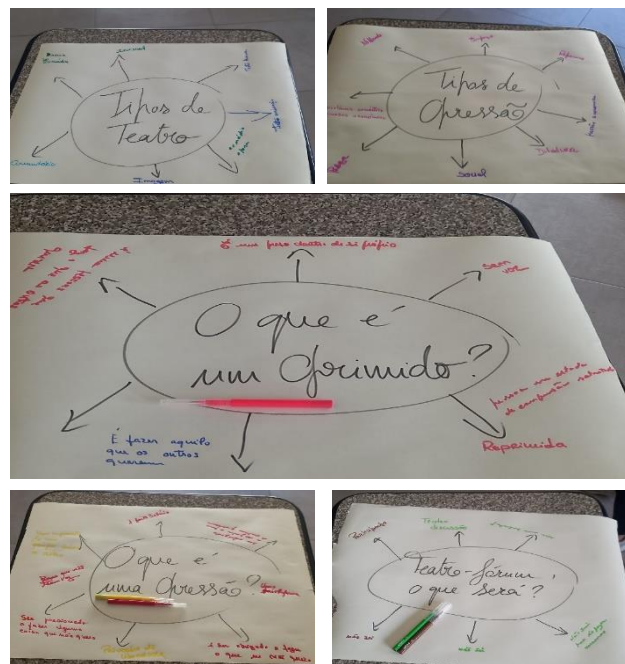


Figura 16: Cartazes iniciais da atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 17: grupo a preencher os cartazes da atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 18: Roda primeiro exercício da atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 19: Exercício da “casa” da atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 20: exercício de apresentação da atividade “Dinamização de oficina de TO”

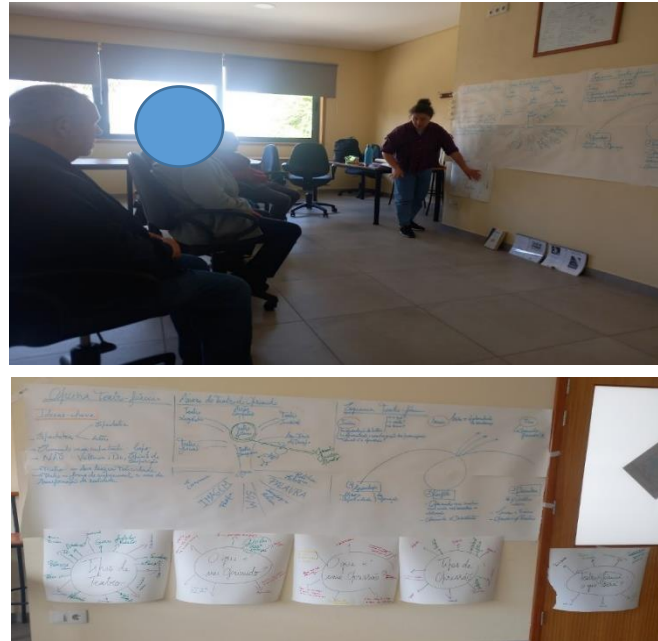


Figura 21: Explicação teórica da atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 22: Encenação na atividade “Dinamização de oficina de TO”

1.2 SEGUNDO ENCONTRO

Data: 09 de maio

Local: Associação X

Duração: 3 horas

Objetivos: Exploração do corpo através de exercícios de TO; exploração as opressões sentidas; identificação da ou das opressões a retratar em cena

Descrição: Estiveram presentes 6 participantes. Esteve também presente a profissional de TO, que dinamizou a sessão.

Importa referir que, havia sido previamente acordado com o grupo, que nesta oficina se iria repetir alguns exercícios da primeira, como forma de integrar a Participante A.

De forma a consolidar a informação partilhada na sessão anterior e a acolher e integrar a Participante A, ausente na primeira oficina, foram colocadas novamente as mesas com os cartazes à semelhança da primeira oficina. Os elementos do grupo foram parando nas diferentes mesas, explicando a A o que estava escrito em cada cartaz, e cada um voltou a acrescentar informação ao mesmos. A Participante A refletiu sobre o que achava que poderia ser e os restantes participantes foram convidados a completar agora com nova informação. (Figura 23).

Posteriormente, teve início o primeiro exercício de aquecimento do grupo. Importa referir que, ao verificar que enquanto os restantes elementos circulavam pelas mesas a Participante F estava mais parada e sentada (o que não tinha acontecido na primeira oficina), a dinamizadora e a investigadora questionaram se estava tudo bem. A participante referiu estar com lombalgias. Foi explicado que poderia perfeitamente fazer a sessão sentada. Contudo de forma a incluir a F no grupo, o primeiro exercício, foi adaptado. Consistiu num momento de alongamento e relaxamento e todo o grupo foi convidado a fazer o exercício sentado (Figura 24).

Este cuidado inicial foi fundamental. F sentiu que a sua dor foi respeitada e que foi acolhida e inserida na dinâmica da sessão. No terceiro exercício explicado mais à frente já estava de pé e a participar ativamente.

Passou-se a um outro exercício das casas (Figura 25).

Seguidamente, foi construída uma roda pelos participantes incluindo a cadeira onde a F. estava sentada, mas ela rapidamente se levantou e fez o exercício de pé. Foi realizado exercício de partilha do nome de cada um acompanhado pelo ritmo e pela palma (Figura 26).

Na continuidade deste exercício, a investigadora que ocupou na sessão um papel de co-dinamizadora orientou o exercício que envolvia o batimento rítmico e a ordem de palavras. (Figura 27)

Primeiro, a investigadora fez o ritmo com palmas e o grupo repetiu. Depois solicitou ao grupo dois nomes pequenos, surgindo os nomes Inês e Rui. A partir desse momento a palma era acompanhada de um nome e o grupo repetia (por exemplo, palma, palma, palma, e com cada palma o nome Inês). Por fim, a solicitação foi que o nome dito pelo grupo, fosse o contrário ao que era dito pela dinamizadora, ou seja, quando a dinamizadora dizia Inês, o grupo dizia Rui e vice-versa.

Seguiu-se um exercício com bolas. Começou-se por passar a bola azul a quem estava à direita na roda, depois juntou-se a bola amarela, a passar a quem estava à esquerda e, por fim, uma bola colorida que a ser passada à direita, mas com uma pessoa de intervalo. (Figura 28). Este exercício permitiu não só o aquecimento do grupo, mas também um desenvolvimento das seguintes capacidades: coordenação motora, orientação, memória e concentração.

Posteriormente, a dinamizadora e a co-dinamizadora (investigadora) fizeram uma breve explicação acerca da construção de uma peça de TF. Depois desta explicação passou-se ao exemplo prático da sessão anterior, do banco do jardim. (Figura 29).

Concluído este exercício, foram realizados novos exercícios teatrais:

Foram sendo colocadas mesas e cadeiras em diferentes locais e distâncias, em cada uma das configurações o grupo ia dizendo o que lhe parecia estar representado. Isto no sentido de se compreender a importância que os objetos que estão em cena representam e a forma como este também comunicam.

O primeiro exercício prático foi a simulação de uma consulta médica, em que o médico assumia uma postura de autoridade e superioridade; (Figura 30)

Na sequência deste exercício o Participante T partilhou uma situação vivenciada numa consulta no centro de saúde após uma junta médica. Após esta partilha, foi desafiado a encenar a situação, ocupando o diferente lugar na mesa, consoante falava ele ou o médico; (Figuras 31 e 32)



Figura 24: Alongamentos/Relaxamento na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 25: Exercício Casa na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 26: Exercício da palma e nome dos elementos do grupo na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 27: Exercício palmas e 2 nomes na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 28: Exercício Bola na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 29: Exercício banco de jardim na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 30: Consultório médico na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 31: T no papel de doente na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 32: T. no papel de médico na atividade “Dinamização de oficina de TO”



Figura 33: quadro das emoções

2. ATIVIDADE 2 – CONSTRUÇÃO DE UMA PEÇA DE TEATRO FÓRUM

2.1 PRIMEIRO ENCONTRO

Data: 16 de maio

Local: Associação X

Duração: 3 horas

Objetivos: Construção de uma peça de TF

Descrição: Estiveram presentes 5 participantes. Faltaram o Participante M. e a técnica da autarquia S., por motivos de saúde. Também a profissional de teatro oprimido, por ter testado positivo à Covid-19 participou via zoom, estando ausente fisicamente, mas presente online. Pelo que a investigadora assumiu o papel de dinamizadora com a orientação e monitorização à distância da profissional de TO.

Começou-se por, em grupo, dar os bons dias e permitir que a RM conhecesse a profissional de TO, ainda que por vídeo chamada (Figura 34).

Posteriormente, os participantes voltaram-se para o quadro com as informações já registadas relativamente à peça.

Foi efetuada uma explicação e enquadramento do que tem vindo a ser desenvolvido pelos elementos do grupo a RM, a qual manifestou ter sido uma explicação esclarecedora.

De seguida em conjunto, foi sendo escolhida a personagem que cada um representará na peça. Cada elemento do grupo partilhou qual o papel que gostaria de desempenhar, havendo consenso na distribuição das personagens.

Escolhidas as personagens que cada um representará, foi-se caracterizando cada uma delas. Os participantes, um a um, foram enumerando as características que sentiam que faziam parte da sua personagem e o grupo foi dando a sua opinião. Desta forma, em conjunto, as personagens foram construídas (Figura 35).

Paralelamente, foram também construindo os restantes elementos necessários para a construção da peça: as motivações das personagens; os argumentos; as ideias para a cena; o contexto da cena e o nome da cena (Figura 36).

Foi também criada uma letra de uma música que T. irá cantarolar enquanto entra e prepara o autocarro para dar início à viagem. T. partilhou uma música que costuma cantarolar desde o tempo do Ultramar. Foram mantidas as duas primeiras frases da letra apresentada pelo T, e depois em conjunto foi criada uma letra para a música que manteve a melodia da música original.

“Quando eu vim para motorista,

Inventei esta canção.

Vim parar à Gondomarense,

E plantei meu coração.

Pouco falta para acabar,

Os circuitos noite e dia.

A reforma a bater à porta,

Que feliz eu seria.

Com os meus netos brincar

E a reforma gozar.

Não há nada que me desvie

Desta meta alcançar.”

Personagens:

Motorista do autocarro (Participante T):

Nome: José

Idade: 60 anos

Trabalha há 30 como motorista de autocarros na Gondomareense

Está cansado deste trabalho.

A **motivação** é que chegue rapidamente a reforma para ter tempo para os netos e para a agricultura.

Argumentos: “Antes quando havia problemas no autocarro eu metia-me. Agora...eles são adultos que se entendam. Os motoristas agora ainda têm mais trabalho, nem há cobradores...já estou cansado. Desde que não prejudiquem a minha condução...eles que se entendam”

Oprimida (Participante F):

Nome: Fernanda

Idade: 70 anos

Reformada da profissão de telefonista.

Vive com a filha que é professora.

É de Gondomar

Não gosta de confusões, mas também não gosta de injustiças.

A **motivação** é conseguir um lugar sentada no autocarro.

Argumentos: “Não se preocupem eu não quero incomodar (...) mas acho que era de bom tom uma jovem dar lugar a uma pessoa mais velha.”

Opressoras (Patrícia e S.):

2 jovens estudantes de 16 anos

Frequentam a Escola Secundária de Gondomar.

1 mais arisca, que responde. Outra mais caladinha, que só vai olhando, mas que vai na direção da amiga.

A **motivação** é permanecer no lugar sentadas.

Argumentos: “Eu cheguei primeiro, o lugar é meu. Aqui neste autocarro não há lugares para grávidas, velhos e coisas assim. (...) Até me ia levantar, mas se somos todos iguais, não saio daqui”

Aliada (Participante R):

Nome: Rosinha

60 anos

Trabalha como auxiliar de ação médica no Hospital Escola Fernando Pessoa. E gosta da sua profissão.

É de Foz do Sousa (Gondomar).

A **motivação** é sensibilizar as jovens para cederem o lugar à Fernanda.

Argumentos: “Meninas, uma de vós devia dar lugar à senhora”

Aurora (Participante A):

70 anos

Doméstica

Vive com o marido e tem dois filhos.

Foi à feira comprar legumes para o jantar.

Manda umas opiniões, mas sem se querer meter na confusão.

Argumentos: “Aí esta juventude!”

Magalhães (Participante M):

Vem da fisioterapia.

Vai dizendo umas frases a fazer sátira com a situação.

Argumento: “menos guerra e mais paz”

Rosa (Participante R.M):

60 anos

Doméstica

Vem de uma consulta de ortopedia.

Dispara opiniões, sendo por vezes injusta nas suas generalizações.

Argumentos: “Esta juventude não tem educação nenhuma, são todos iguais, uns mal-educados”.

Contexto da cena:

Uma quinta-feira, dia de feira, pelas 12h30.

Autocarro 17 (conhecido por circuito) que vai cheio.

O autocarro passa por 3 paragens.

1ª paragem: Hospital Escola Fernando Pessoa

A 1º paragem é o início desta linha. Nesta paragem entra o motorista que prepara o autocarro; a Rosinha; a Rosa; o Magalhães.

2ª paragem: Escolas

Nesta paragem entram as jovens e ocupam os lugares sentados.

3ª paragem: Feira: Entra a Aurora e de seguida a Fernanda, o autocarro já cheio e sem lugares sentados. Desenrola-se a situação.



Figura 34: momento de apresentação da RM e da Susana Madeira na atividade “Construção de uma peça de TF”



Figura 35: construção da cena na atividade “Construção de uma peça de TF”

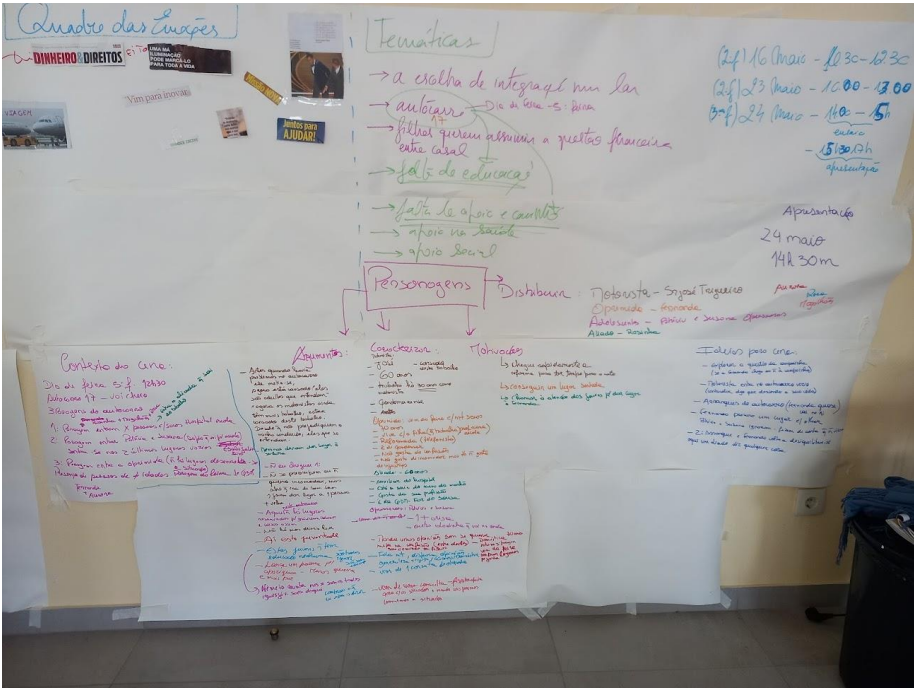


Figura 36: quadro com informação da construção da cena na atividade “Construção de uma peça de TF”

2.2. SEGUNDO ENCONTRO

Data: 23 de maio

Local: Associação X

Duração: 3 horas

Objetivos: Ensaio da apresentação da peça de TF

Descrição: Estiveram presentes todos os participantes (elementos do grupo; técnica da autarquia; profissional de TO)

A profissional de TO e a investigadora começaram por recapitular com os participantes, todos os elementos da construção da cena (Figura 37). Todos sabiam toda a informação quer da cena, quer das suas personagens. Foram participativos. Quando a profissional de TO referiu que iria estar a apresentar a R. referiu de imediato “vai ser a curinga”, o que demonstra que houve efetivamente uma aquisição dos conceitos.

Foi também escolhido o nome da cena, dos três nomes que surgiram na sessão anterior: “Vida quotidiana”; “Circuito em dia de feira”; “A educação ocupa lugar?”

O nome escolhido foi: “A educação ocupa lugar?”

Segundo os elementos do grupo este era o nome que melhor retratava a mensagem que queriam transmitir com a cena que construíram, atendendo a que representava não só a ocupação do lugar físico para sentar, mas também o lugar da educação e os valores de respeito pelos mais velhos.

Uma vez revista a informação, deu-se início ao ensaio. Antes da representação da cena em palco (Figuras 38), simulou-se o momento da chegada do público, da apresentação e dos exercícios de aquecimento (Figura 39).

Foi notório o entusiasmo dos participantes. Quando sentiam que não tinha corrido como eles esperavam, pediam para repetir a cena nesse ponto.

M pediu para recitar um poema no final da peça de TF, no dia da apresentação pública. Foi lhe dito que sim e foi lhe lançado o desafio de escrever um poema alusivo à construção da peça e todo o processo inerente.

Foi também discutido o uso de máscara durante a apresentação da peça. Os elementos do grupo consideraram importante para a segurança de todos o uso da máscara. Ressalvando que se trata de uma cena passada no autocarro, onde na realidade é obrigatório o uso de máscara.



Figura 37: revisão dos elementos da construção da cena na atividade “Construção de uma peça de TF”



Figura 38: ensaio na atividade “Construção de uma peça de TF”



Figura 39: simulação do momento da chegada do público na atividade “Construção de uma peça de TF”

3. ATIVIDADE 3 – APRESENTAÇÃO A PEÇA TEATRO FÓRUM “A EDUCAÇÃO OCUPA LUGAR

Data: 24 de maio

Local: Associação X

Duração: 6 horas

Objetivos: Ensaio geral; Apresentação da peça de TF; Avaliação da peça.

Descrição: A primeira hora do encontro foi dedicada ao ensaio geral. No início foi perguntado ao grupo como se estavam a sentir. Foram expressos os seguintes sentimentos: “Estou muito feliz!” (Participante R); “Estou surpreendida comigo mesma, como é que conseguir chegar e de repente já estar aqui hoje, é incrível!”(Participante RM); “Nervoso, mas muito entusiasmado!” (Participante T); “Estou muito animada!” (Participante F); “Nervosa, mas feliz, muito feliz!” (Participante A); “Pronto para o palco.” (Participante M)

Teve início ao ensaio geral (duração de aproximadamente 1 hora), onde todos estiveram empenhados e motivados.

Pelas 15h30m, deu-se a entrada do público e a apresentação do grupo. Neste momento a participante R leu uma quadra que escreveu por sua iniciativa para o efeito:

“Somos filhos da terra,

Víamos aqui apresentar,

Uma peça de teatro,

Para vos alegrar.

Somos cotas sim senhor,

Com muito orgulho o dizemos,

Trabalhamos o corpo e a mente,

Com muita alegria o fazemos.”

De seguida, a curinga começou por questionar o público relativamente ao seu conhecimento sobre teatro: se já tinham assistido a uma peça de teatro ou se já tinham feito teatro. Posteriormente, explicou resumidamente o que é o TF, apresentou o grupo e cada um disse o seu nome. Teve então lugar o aquecimento do público, com recurso a dois exercícios de TO

O grupo subiu ao palco e teve início a apresentação da peça “A Educação Ocupa Lugar?”.

Depois da apresentação da peça, teve início o fórum de discussão. A curinga começou por questionar o público se a cena apresentada, era uma cena real. Todos consideraram que sim. De seguida, questionou se havia algum problema na peça, alguma coisa que estivesse errada. O público identificou de imediato a oprimida, as opressoras e a opressão retratada. Face ao exposto, considerou-se que se conseguiu construir uma peça onde estavam claros os personagens e a opressão que sofriam.

Um dado importante para reflexão e análise é o facto que as pessoas adultas mais velhas que estavam a assistir e a participar, olharam sempre para o problema do ponto de vista individual, colocando-se sempre no papel da oprimida. Viram o problema na ótica da esfera individual. Um elemento do público foi a cena apresentar como alternativa, fazer com que uma das jovens transportasse os sacos da oprimida. Deste modo, segundo este ponto de visto seria mais fácil para a oprimida evitar os riscos de queda.

Por outro lado, os dois intervenientes de uma faixa etária mais nova (entre os 40 e os 50 anos) tiveram um olhar mais alargado do problema, a representante política viu o problema como uma consequência da falha na prestação de serviços da empresa de transportes, quando foi dada a possibilidade ao público de colocar questões às personagens, esta pessoa questionou o motorista: “Na sua opinião, como é que a empresa de transportes poderia resolver este problema?”

Neste momento, considera-se que quem respondeu não foi a personagem, mas sim o participante T., enquanto participante T.: “Acho que poderão criar lugares reservados.”

Outro elemento do público considerou que também o motorista tinha um papel determinante na resolução do problema apresentado, pois para ele: “O motorista também não esteve bem (...) devia ter parado o autocarro e não arrancar enquanto alguém não cedesse um lugar à senhora”.

Pode-se refletir se a forma como nos identificamos com cada personagem, influencia a forma como encaramos o problema e ensaiamos uma possível solução.

As pessoas adultas mais velhas apresentaram como soluções: “As meninas deviam ter dado o lugar à senhora.”; “Desde que não estivessem grávidas davam o lugar à senhora.”; “Deviam pelo menos segurar nos sacos da senhora.”; “Se fosse eu mandava uma delas levantar-se e dar o lugar.”.

Terminou o fórum, com a mensagem que o TF não pretende encontrar soluções perfeitas, mas sim ensaiar diferentes alternativas de lidar com o problema e de o superar.

Encerramos a apresentação com um poema do participante M., que aceitou o desafio de escrever um poema alusivo ao projeto:

“Somos gente da terceira Idade,
Com um bom coração,
Prezamos muito a amizade,
Cada um na sua função.

Trabalhamos neste projeto,
Com muito amor e carinho,
Com todo o nosso afeto,
Para vós lançamos um beijinho.

Embarcamos neste autocarro,
Ao longo das nossas vidas,
Somos humanos não somos barro,
E vocês são almas queridas.

Temos por vós um enorme respeito,
E uma grande admiração,
Coração a bater no peito,
Com uma forte determinação.

Aceitem o nosso abraço,
Na hora da despedida,
No nosso coração há sempre espaço,
Para esta gente que nos é tão querida.

Este é o autocarro do amor,
Que pelo país vai andar em viagens,
Com todo o nosso valor,
Não precisa de ter paragens.”

Concluída a apresentação e o fórum de discussão, após a saída do público, teve lugar um pequeno lanche-convívio, preparado pela investigadora. Após esse momento de confraternização, em grupo e sentados numa roda, foi efetuada uma reflexão conjunta relativamente ao impacto não só desta ação, mas também do desenvolvimento do projeto e à forma como os participantes se estavam a sentir. Se alguma coisa havia mudado de janeiro até à data.

T. começou por dizer “Adorei, nunca pensei ser capaz de fazer isto, mas vamos continuar, isto não pode acabar aqui, nós já aproveitamos que estavam ali as doutoras da Câmara que mandam e falamos com elas (...) elas garantiram que vai continuar e que vamos apresentar em mais sítios. Mas hoje ter aqui a minha filha e outras pessoas na nossa situação, não tenho palavras.”

R. disse: “É incrível o que conseguimos fazer, em janeiro quando a vimos pela primeira vez e falamos no teatro, naquele dia em que apareceu na aula do professor Tiago, nunca pensei, que fôssemos fazer mesmo isto! Nunca pensei que ia acontecer e assim como foi, estou mesmo feliz e orgulhosa!”

F. “Eu que achava que não ia ser capaz, que já não tinha memória para isto, e superei-me! Até consegui ser a personagem oprimida, foi incrível! Não, afinal somos mesmo capazes, a minha irmã disse que nem me reconheceu (...) nunca me tinha visto assim a brilhar e tão feliz!”.

A “Primeiro foi a emoção de ter cá o meu filho, não sabia que ele vinha, sou mesmo importante para ele, o esforço que ele fez para estar aqui, fiquei mesmo emocionada e feliz. Depois estar aqui no palco foi maravilhoso, tudo o que fizemos para chegar aqui. No início nunca pensei que ia ser possível!”

RM “Achei que, por ter faltado durante algum tempo, por ter ido ao Dubai, não ia poder participar na peça...quando cheguei e me disseram que podia integrar a peça fiquei muito feliz, mas com receio de não ser capaz. Mas aqui todos nos tornamos capazes de tudo!”

M. “Primeiro agradecer, por me terem permitido recitar os meus poemas sempre que o quis fazer. Senti-me respeitado, valorizado. Todo este caminho foi muito importante para mim...estou um homem muito mais rico”.

APÊNDICE E – REGISTO DO DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO “AINDA HÁ LUGAR PARA A MUDANÇA”

Data: 31 de maio de dois mil e vinte e dois

Local: Associação X

Duração: 1h15m

Objetivos: planeamento da atividade

Descrição: Na sequência da ação “Os Filhos da Terra”, surgiu a vontade do grupo, em escrever uma exposição para a empresa de transportes que opera no território. Neste sentido, teve lugar um momento de reflexão e de diálogo relativamente ao teor e estrutura da carta. Em conjunto, o grupo refletiu sobre que grupo de pessoas deveriam estar identificadas como tendo direito ao lugar de cedência obrigatória. Reuniu consenso a ideia de que deveriam ser as mesmas pessoas identificadas no Decreto de Lei nº 58/2016 de 29 de agosto na sua redação atual, ou seja: pessoas grávidas, pessoas acompanhantes de crianças de colo, pessoas com deficiência ou incapacidade e pessoas adultas mais velhas. Foi este o Decreto de Lei que serviu de ponto de partida, dado que na pesquisa que o grupo efetuou, não foi possível identificar legislação específica, da cedência de lugares em transportes públicos.

Posto isto, passou-se à redação da carta com o contributo de todos os participantes.

APÊNDICE F – AVALIAÇÃO QUALITATIVA

Data: 2 de junho

Local: Associação X

Duração: 1h15

Objetivos: Avaliação do projeto

Descrição: Neste encontro, foi realizado um grupo de discussão com vista a realizar a avaliação do projeto.

Para o efeito, foram distribuídos 4 cartazes pela sala. Cada cartaz tinha uma pergunta a que os participantes responderam e cujas respostas são de seguida transcritas. Os participantes circularam livremente pela sala, responderam aleatoriamente às questões e não colocaram identificação nas respostas.

1 – Como descreve o caminho percorrido desde janeiro até aqui? (Figura 40)

“Uma descoberta de talentos e uma amizade entre amigos e novos conhecimentos gerais”

“Foi bom! Aprendemos bastante, e ouve muito entusiasmo do grupo. Sempre à espera do próximo encontro. O dia da apresentação foi espetacular”.

“Foi o caminho do sucesso”.

“Tem sido muito bom em todos os sentidos. Agradecemos à Dra. Patrícia e outras colaboradoras.

“Foi ótimo adorei, pelo que aprendemos e a amizade que fizemos”.

2- O que mudou no grupo? (Figura 40)

“Éramos o grupo da ginástica, agora somos os filhos da terra companheiros para a vida”.

“Tornou-nos mais unidos e descobrimos talentos que não sabíamos.”

“Mudou na criatividade”

“Ficamos mais unidos e tivemos uma experiência muito agradável”.

“O grupo tornou-se mais unido e criativo trabalhamos a mente e divertimo-nos”.

3 – O projeto permitiu o contacto com a comunidade local? (Figura 40)

“Sim, o que trouxe mais comunicação”

“Sim e foi participado pela comunidade presente foi agradável.”

“Sim, levamos os outros a pensar o nosso problema. E esperamos chegar a mais pessoas”.

“Sim e foi muito agradável”.

“Sim e foi muito agradável e espero mais contatos”.

4 – Considera que o projeto deveria continuar? Porquê? (Figura 40)

“Sim deve continuar é criativo e faz bem à nossa saúde mental”

“Sim eu gostei adorei e estou pronto. Para mim foi útil.”

“Sim ajuda-nos a sair do nosso ambiente normal e conviver com outras pessoas”

“Sim para desenvolvermos outros assuntos que devem ser falados e trabalhados na comunidade”

“Sim, fez-nos pensar, conviver, ajudou-nos a nós e às pessoas que assistiram ao nosso teatro. Temos que mostrar a mais pessoas o valor da nossa geração.”

De seguida, houve um momento de diálogo e de partilha. Todos os participantes expressaram o facto de o projeto ter sido significativo e transformador. Redescobriram um papel importante na comunidade e por isso estão muito motivados para continuar.

Ficou também definido o local e o público da próxima apresentação. Auditório da Junta de Freguesia, para os jovens que frequentam o Centro Comunitário e o Programa Escolhas.

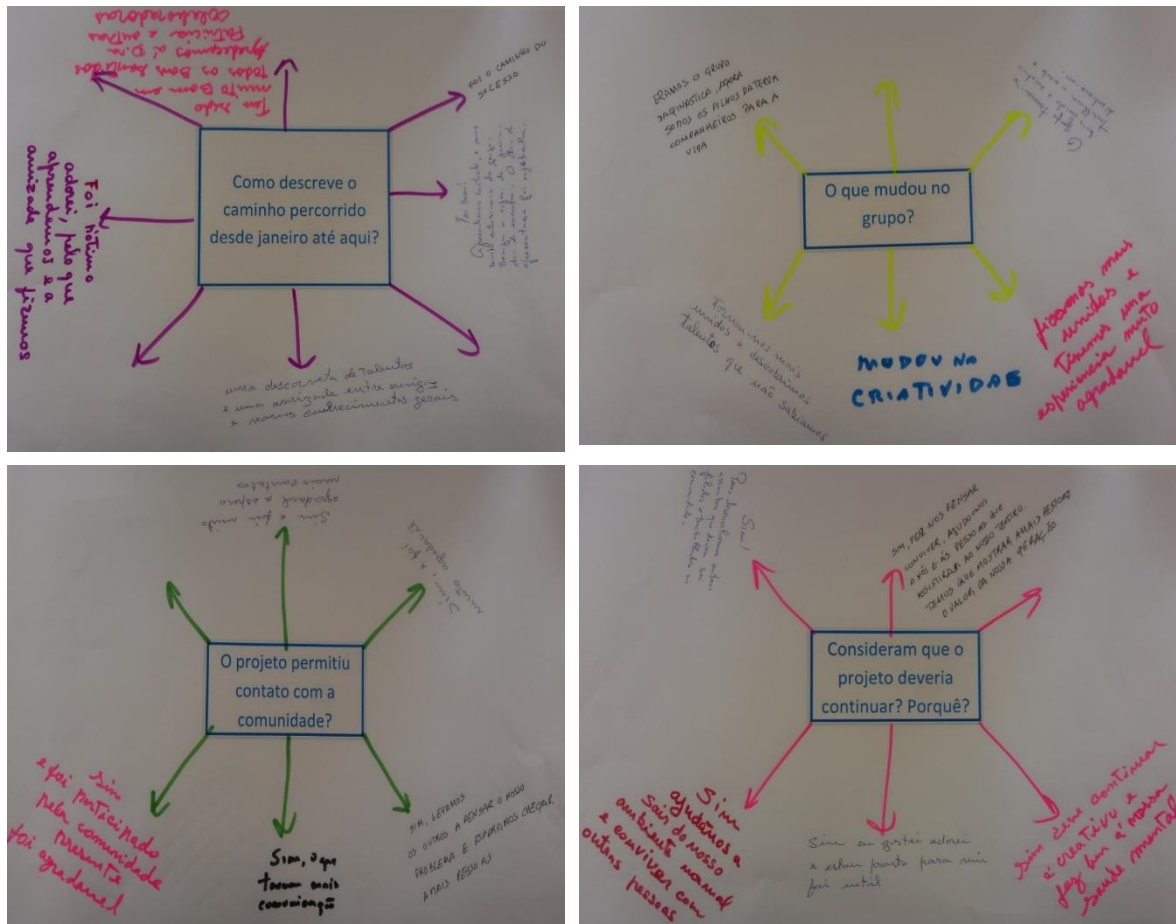


Figura 40 – Avaliação do Projeto

APÊNDICE G - AVALIAÇÃO QUANTITATIVA

ENCONTRO	NÚMERO DE PARTICIPANTES
ENCONTROS DA PRIMEIRA AÇÃO – “CONHECER PARA EMPODERAR”	
Encontro 1	7
Encontro 2	7
Encontro 3	6
Encontro 4	9
Encontro 5	3
Encontro 6	5
Encontro 7	4
Encontro 8	5
ENCONTROS SEGUNDA AÇÃO – “OS FILHOS DA TERRA	
Encontro 1	4+1
Encontro 2	5+1
Encontro 3	5
Encontro 4	6+1
Apresentação da peça Teatro Fórum “A Educação Ocupa Lugar”	
Participantes do projeto	6+1
Representantes da autarquia	3
Equipa Centro Social e Paroquial	3
Utentes do Centro Social	14
Familiares dos participantes	3
Membros da direção da Associação X	3
Investigadoras	3
Ação “Ainda há lugar para a mudança?”	
Encontro	5

APÊNDICE H - TABELA AVALIAÇÃO DE ENTRADA

Problemas	Causas	Necessidades	Potencialidades	Objetivos Gerais (OG)	Objetivos Específicos (OE)	Ações	Atividades	Indicadores de avaliação
Rede social e de suporte percebida como escassa (P1)	Restrição/diminuição dos contactos sociais, com receio da propagação do vírus COVID-19. Embora façam parte de uma associação, atualmente não têm uma participação ativa no movimento associativo (enquanto sócios, apenas pagam a cota anual).	Valorização pessoal (N1); Fortalecimento de laços que proporcionem a existência de uma relação social e de suporte (N2); Participação em atividades de grupo, de carácter lúdico-cultural, que permitam o convívio e a partilha (N3);	Pertença a uma associação; Frequentam o mesmo grupo de atividade física Espírito de camaradagem no grupo; Motivação para a mudança; Possibilidade de articulação com entidades da comunidade;	Ampliar a rede social e de suporte formal e informal dos adultos mais velhos (OG 1)	Valorizar o conhecimento sobre si próprio e os outros (OE1.1); Valorizar o conhecimento sobre si aos olhos dos outros (OE1.2); Desenvolver a capacidade de diálogo e de partilha de diferentes pontos de vista (OE1.3); Valorizar o sentimento de pertença coletiva ao grupo (OE1.4); Valorizar o papel do grupo na ampliação da rede social (O.E1.5)	1) “Conhecer para Empoderar” 2) “Os Filhos da Terra”	1.1) Sessões de auto e hetero conhecimento; 1.2) “A minha família” 2.1) Dinamização de um processo de teatro oprimido com uma facilitadora externa; 2.2) Construção de uma peça de teatro fórum; 2.3) Apresentação da peça de teatro fórum a diferentes instituições da comunidade;	O estabelecimento de contactos com outras pessoas; A maior participação em iniciativas da comunidade local; O reconhecimento da importância das relações interpessoais
Desvalorização dos adultos mais velhos pelos outros membros da comunidade (P 2)	Falta de reconhecimento e atenção por parte das gerações mais jovens; Idadismo A falta de empatia das gerações mais novas, em relação aos adultos mais velhos; Falta de papel social.	Participação ativa na comunidade (N4); Reconhecimento do seu papel na comunidade (N5); Desconstrução dos estereótipos associados à idade (Idadismo) (N6).	Autonomia funcional e cognitiva; Capacidade crítica e reflexiva.	Incentivar os adultos mais velhos a desenvolver práticas de participação comunitárias (OG 2)	Reconhecer a importância da participação num contexto comunitário (OE2.1); Compreender a diversidade coletiva na participação (OE2.2); Partilhar interesses, ideias, opiniões com o grupo (OE2.3); Envolver-se em práticas de participação coletiva (OE 2.4).	3) “Ainda há Lugar para a Mudança?”	3.1) Grupo de discussão relativamente ao teor e estrutura da carta a remeter à empresa de transportes. 3.2) Redação da carta. 3) Apresentação da peça a gerações mais novas.	O reconhecimento das entidades existentes na comunidade; A maior participação em iniciativas da comunidade local; A apresentação do seu ponto de vista face a assuntos de interesse coletivo; A manutenção de contactos com os diferentes atores da comunidade local.
Finalidade: a criação de espaços de cidadania ativa e participação política na comunidade local com vista ao empoderamento de pessoas adultas mais velhas								

APÊNDICE I - CRONOGRAMA

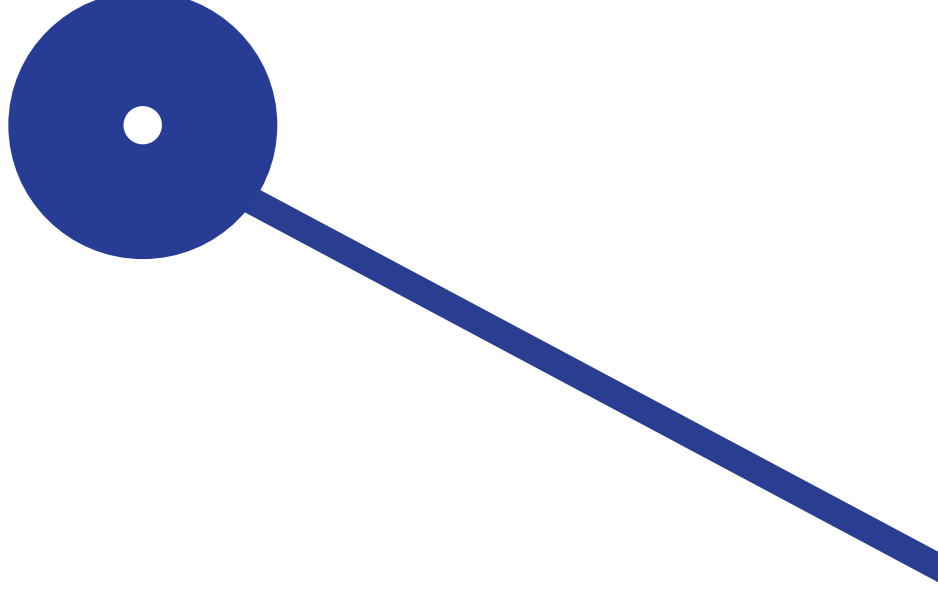
Análise de Realidade		Ação I “Conhecer para Empoderar			Ação II “Os Filhos da Terra”			Ação III “Ainda há lugar para a mudança?”		Avaliação		
Instituição	Participantes	Atividade I: Sessões de auto e hétero conhecimento	Atividade II: A minha família	Atividade III: <i>Role Playing</i>	Dinamização de oficinas de TO	Construção de peça de TF	Apresentação da peça de TF	Manifesto	Apresentação da peça de TF a gerações mais novas	Participantes	Profissionais que participaram na ação II	Elementos do público que assistiu à peça de TF
outubro 2021 a janeiro 2022	janeiro 2022 a abril 2022	18 janeiro; 8, 15 e 22 de fevereiro de 2022; 8 e 29 de março de 2022	5 de abril de 2022	12 e 29 de abril de 2022	2 e 9 de maio de 2022	16 e 23 de maio de 2022	24 de maio de 2022	31 de maio de 2022	Agosto e setembro de 2022	24 de maio e 2 de junho de 2022	24 e 25 de maio de 2022	24 de maio de 2022

ESCOLA
SUPERIOR
DE EDUCAÇÃO
POLITÉCNICO
DO PORTO

P.PORTO

M

MESTRADO
ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO



Idade D'Ouro Ativa(mente)
Ana Patrícia Félix Ferreira Ribeiro