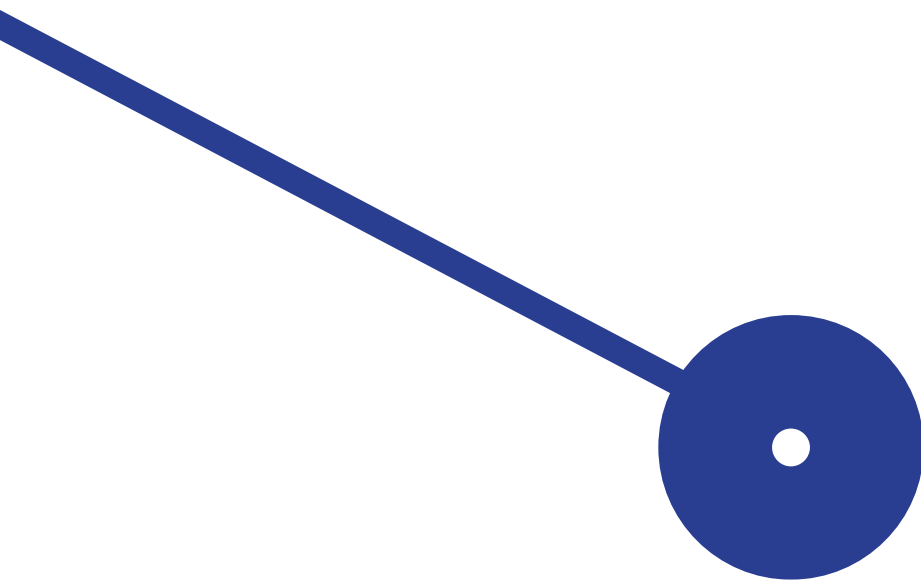


**MESTRADO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL**  
AÇÃO PSICOSSOCIAL EM CONTEXTOS DE RISCO

# **(Re)Encontros: uma intervenção psicossocial com um grupo de mulheres**

Catarina de Oliveira Ferreira

09/2023



Politécnico do Porto

Escola Superior de Educação

Catarina de Oliveira Ferreira

**(Re)Encontros: uma intervenção psicossocial com um grupo de  
mulheres**

Relatório de Projeto

**Mestrado em Educação e Intervenção Social**

Orientação: Prof.<sup>a</sup> Doutora Helena Carvalho

Porto, setembro de 2023

## AGRADECIMENTOS

Todo este projeto, assim como a sua escrita e reflexão, contou com o apoio de muitas pessoas especiais, sem as quais não teria sido possível a sua realização. A verdade é que, sem os outros, somos só um pedaço de fio perdido numa gaveta antiga, mas juntos, podemos ser o casaco que aconchega o corpo de alguém, ou um cobertor que faz quentes as noites de um inverno chuvoso.

Gostava de iniciar os agradecimentos com um bem-haja muito especial àquelas a quem, carinhosamente, chamo de “minhas” “Habilidosas”. Sem vocês, nada disto teria sido possível! Obrigada pelo alento, pela paciência, pela dedicação e pela persistência com que se dedicaram ao nosso caminho! Obrigada por terem arriscado e por terem confiado em mim.

À Professora Doutora Helena Carvalho, orientadora do projeto, por todo o carinho, apoio e motivação. Por ter sido incansável e por me ter incentivado em períodos menos animadores. Obrigada por me acompanhar neste período tão desafiante da minha vida.

À Professora Doutora Ana Bertão, que acompanhou todo o meu percurso na ESE e que sempre se mostrou disponível para me desafiar a refletir mais e melhor. Obrigada pela exigência e dedicação com que sempre trabalhou.

Aos/Às restantes docentes, pela colaboração e disponibilidade que demonstraram: não era possível terminar esta etapa da minha vida académica tão rica em conhecimentos sem a vossa colaboração.

Às minhas amigas e colegas que me acompanharam ao longo deste duro (mas recompensador) caminho. Maria, Alexandra, Mariana, Fátima: obrigada pelos ralhetes, pelo ânimo, pela força e pela amizade nos momentos bons e menos bons deste caminho! Obrigada pela paciência e pelos incentivos em todas as vezes que pensei em desistir. Vou levar-vos comigo, para sempre, no meu coração.

Às minhas amigas mais próximas. Diana, Bárbara, Inês: obrigada pela compreensão por todos os cafés e saídas que tivemos que adiar, obrigada pela paciência e pela disponibilidade. Obrigada por estarem sempre a um telefonema de distância!

Aos/às meus/minhas colegas de trabalho, atuais e antigos/as, por aguentarem as minhas manhãs após noites de escrita. Obrigada por toda a paciência, pelo carinho e por todos os cafés.

Aos meus pais e irmão. Obrigada por toda a paciência e por não me deixarem nunca desistir. Obrigada por todas as vezes que tiveram que me vir buscar ao Porto, sem nunca reclamar. Obrigada pela compreensão pelos domingos que não consegui estar convosco. Obrigada pelo apoio incondicional.

À minha prima Daniela, por me manter sã mesmo no meio da sua loucura. Obrigada por me tirares de casa e por me divertires tanto, mesmo em momentos inoportunos.

À minha restante família. Obrigada por toda a compreensão pelo meu mau humor, obrigada pela paciência e pelos doces que me trouxeram ao longo de todo este processo. Obrigada por serem o meu aconchego em momentos difíceis.

Ao meu namorado, Cristiano. Obrigada por teres aparecido em tão boa hora e me teres feito acreditar naquilo que eu sou capaz. Obrigada por teres insistido para que continuasse este caminho e por lutares ao meu lado nos pequenos desafios que foram aparecendo. Obrigada por todas as ideias trocadas e por todas as batatas fritas que partilhaste comigo em noites longas. Obrigada por teres sempre as palavras certas, mesmo sendo um homem de números. Obrigada por seres o meu porto de abrigo, sempre.

Por último, não posso deixar de agradecer a todos/as os que, de uma forma ou de outra, fizeram parte do meu caminho. Este relatório, que se espera ser o reflexo de todo o caminho percorrido até aqui, é dedicado a todos/as vocês!

## RESUMO

O projeto *(Re)Encontros* foi desenvolvido no Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social de um Centro Comunitário da região centro do país. O desenvolvimento do projeto partiu do amor de um grupo de mulheres pelas artes manuais no sentido da resolução coparticipada de problemas que foram identificados ao longo do percurso. Os objetivos gerais do projeto visavam potenciar competências e interesses pessoais, ampliar a rede de relações e potenciar a autoestima das pessoas.

Para responder aos objetivos elencados, foi desenvolvida uma intervenção psicossocial em grupo. A metodologia que orientou o projeto foi a Investigação-Ação Participativa. Esta metodologia privilegia a participação de todos/as os/as intervenientes do projeto, sendo a partilha e o diálogo, ferramentas cruciais para o seu desenvolvimento.

A finalidade do projeto visou promover o bem-estar, a autonomização e a socialização de mulheres de famílias em risco de isolamento social. Incidindo sobre os problemas identificados pelas participantes e através de uma intervenção centrada na pessoa e na escuta ativa, foi criado um espaço seguro, de socialização e de co construção. Espaço este que permitiu a reinvenção das pessoas envolvidas como sendo capazes de se experimentarem em novas relações e redes de suporte. Este projeto foi uma caminhada intencionalizada mas progressivamente menos planeada e mais informada pelas pessoas, pelas suas escolhas e opções e pelas suas vontades.

**Palavras-chave:** Investigação-Ação Participativa; Grupo de Mulheres; Participação; Artes Manuais; Comunidade.

## ABSTRACT

The project *(Re)Encontros* was developed in the Social Care and Monitoring Service of a Community Centre in the center of the country. The project was developed out of a group of women's love of handcrafts in order to co-participate in the resolution of problems that were identified along the way. The general aims of the project were to enhance personal skills and interests, expand the network of relationships and boost people's self-esteem.

In order to meet these objectives, a group psychosocial intervention was developed. The methodology that guided the project was Participatory Action Research. This methodology encourages the participation of all those involved in the project, with sharing and dialogue being crucial tools for its development.

The purpose of the project was to promote the well-being, autonomy and socialization of women from families at risk of social isolation. By focusing on the problems identified by the participants and through person-centered intervention and active listening, a safe, socializing and co-construction space was created. This space allowed the people involved to reinvent themselves as capable of experiencing new relationships and support networks. This project was an intentional journey, but one that was progressively less planned and more informed by the people, their choices and options and their wishes.

**Keywords:** Participatory Action Research; Women's Group; Participation; Handcrafts; Community.

# LISTA DE SIGLAS

APCR – Ação Psicossocial em Contextos de Risco

AS – Assistente Social

CC – Centro Comunitário

ES – Educadora Social

IAP – Investigação-Ação Participativa

IPSS – Instituição Particular de Solidariedade Social

MEIS – Mestrado em Educação e Intervenção Social

OE – Objetivo Específico

OG – Objetivo Geral

SAAS – Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social

SEF – Serviços de Emigração e Fronteiras

# ÍNDICE

RESUMO.....	V
ABSTRACT .....	VI
LISTA DE SIGLAS.....	VII
INTRODUÇÃO.....	1
1. POSICIONAMENTO TEÓRICO-METODOLÓGICO .....	3
1.1. PROJETOS EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL .....	3
1.2. METODOLOGIA: INVESTIGAÇÃO-AÇÃO PARTICIPATIVA.....	6
1.3. AVALIAÇÃO DE PROJETOS .....	9
1.4. FAMÍLIAS MULTIDESAFIADAS .....	11
1.5. A SOLIDÃO, O ISOLAMENTO E A EXCLUSÃO SOCIAL .....	15
1.6. (DES)EMPREGO E (DES)VALORIZAÇÃO PESSOAL .....	18
1.7. A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO EM GRUPO.....	19
2. CARATERIZAÇÃO DO CONTEXTO E ANÁLISE DA REALIDADE .....	22
2.1. O CONCELHO.....	22
2.2. O CENTRO COMUNITÁRIO.....	24
2.3. PARTICIPANTES .....	28
2.4. AVALIAÇÃO DO CONTEXTO .....	33
3. DESENHO DO PROJETO .....	39
3.1. FINALIDADE, OBJETIVOS, ESTRATÉGIAS E AÇÕES .....	39
3.2. AVALIAÇÃO DE ENTRADA.....	41
4. DESENVOLVIMENTO DO PROJETO E AVALIAÇÃO DO PROCESSO.....	44
5. AVALIAÇÃO FINAL DO PROJETO .....	72
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	81
REFERÊNCIAS .....	84
APÊNDICES.....	91
A – REGISTOS DOS ENCONTROS COM O GRUPO NO ÂMBITO DA AÇÃO 1 .....	91

B – CONSENTIMENTO DAS PARTICIPANTES (MODELO).....	122
C – CONSENTIMENTO DA INVESTIGADORA/INTERVENTORA (MODELO).....	123
D – REGISTOS DAS CONVERSAS INTENCIONAIS COM A EQUIPA DO CC.....	124
E – REGISTO DOS ENCONTROS COM A SENHORA A.....	136
F – REGISTO DOS ENCONTROS COM O GRUPO ANTES DA AÇÃO 1.....	149
G – QUADRO-SÍNTESE DA AVALIAÇÃO DE CONTEXTO .....	162
H – REGISTO DOS ENCONTROS COM A SENHORA D .....	164
I – CALENDARIZAÇÃO DOS ENCONTROS NO ÂMBITO DA AÇÃO 1 .....	171
J – QUADRO-SÍNTESE DO DESENHO DE PROJETO: OBJETIVOS E AÇÕES.....	172
K – REFLEXÃO E ANÁLISE DA NÃO REALIZAÇÃO DA AÇÃO 2.....	174
L – REGISTOS FOTOGRÁFICOS DO PROJETO .....	176
M – QUADRO-SÍNTESE DOS INDICADORES DA AVALIAÇÃO FINAL (PRODUTO).....	203

# INTRODUÇÃO

O projeto *(Re)Encontros* aqui descrito, foi desenvolvido no âmbito do Mestrado em Educação e Intervenção Social (MEIS) – Especialização de Ação Psicossocial em Contextos de Risco (APCR). O projeto foi realizado num Centro Comunitário (CC) de um concelho da região centro do país e teve como finalidade promover o bem-estar, a autonomização e a socialização de mulheres de famílias em risco de isolamento social. De forma a que esta finalidade fosse alcançada, foram estabelecidos três objetivos gerais (OG) e respetivos objetivos específicos (OE).

A metodologia de investigação-ação participativa (IAP) foi a escolhida para orientar o desenvolvimento do presente projeto, pretendendo-se sempre que este caminho fosse o mais próximo da realidade das pessoas envolvidas e coconstruído possível (Lima, 2003). Exemplo disso são não só o nome pelas quais as participantes são designadas ao longo do relatório, mas também o próprio nome da ação e do grupo de mulheres – “As Habilidadeiras”, a priorização dos problemas a serem explorados e a forma como o iríamos fazer. O nome do projeto – *(Re)Encontros* – surge, tal como descrito no Apêndice A (Encontro nº 13), de uma decisão coletiva e que diz respeito aos vários *(Re)Encontros* que o mesmo inspirou.

Este relatório está organizado em cinco grandes capítulos, onde se descrevem e analisam de uma forma crítica e sustentada todo o caminho coconstruído utilizando como estratégias principais os testemunhos e discursos de todos/as os/as participantes diretos e indiretos do projeto, nomeadamente a equipa técnica do CC em questão.

O posicionamento teórico-metodológico que serviu de base a todo o projeto é apresentado no primeiro capítulo. Este capítulo integra os pressupostos de um projeto em educação e intervenção social, seguindo-se de um aprofundamento teórico sobre a metodologia de IAP e do Modelo CIPP (Lima, 2003; Stufflebeam & Skinfield, 19879) de avaliação de projetos. Neste capítulo, são ainda exploradas teoricamente algumas temáticas que permitem um melhor entendimento sobre o contexto e participantes do *(Re)Encontros* e que surgiram no decorrer de todo o projeto, nomeadamente: famílias multidesafiadas, a solidão, o isolamento e a exclusão social, o desemprego e a desvalorização pessoal e a importância da intervenção em grupo. No segundo capítulo, abordam-se informações sobre o contexto de realização do projeto que incluem a

caraterização do concelho, do CC e das participantes diretas do mesmo. Capítulo este que culmina com a avaliação de contexto, onde é problematizada a realidade apresentada.

No terceiro capítulo é abordado o desenho do projeto, sendo neste apresentado a finalidade, os objetivos e as ações planeadas. Já no quarto capítulo são descritas e criticamente analisadas todas as ações (planeadas e realizadas), sendo realizada a avaliação de processo em simultâneo. É nesta fase de avaliação que são analisadas as adaptações e ajustes realizados ao longo do projeto, tendo em conta a vontade e multividências das pessoas implicadas nas ações. O quinto e último capítulo diz respeito à avaliação final do projeto, sendo nele analisados os impactos do mesmo na vida dos/as participantes e na comunidade, sendo refletido criticamente sobre a importância de projetos de intervenção psicossocial participados e inclusivos.

Por fim, são apresentadas as considerações finais e referências bibliográficas que foram a base da construção e desenvolvimento do projeto “(Re)Encontros”. Para além disso, são ainda integrados no presente relatório um conjunto de apêndices que têm como função apresentar informações mais detalhadas que auxiliem o/a leitor/a a analisar e interpretar certos acontecimentos aqui relatados.

Termina-se a presente introdução com a informação de garantia de sigilo e confidencialidade dos dados de todos/as os/as intervenientes mencionados/as ao longo do relatório, passando este anonimato também pelo contexto de desenvolvimento do projeto. Assim, algumas informações e dados quer referentes ao contexto, quer referentes aos/às intervenientes do projeto foram suprimidas de modo a garantir o anonimato, não sendo citados nas referências quaisquer documentos internos utilizados. Nos apêndices estão disponíveis os modelos dos consentimentos que foram assinados pelos/as participantes do projeto e entregues a quem de direito, garantindo o conhecimento de todas as informações necessárias relativamente a este tópico (cf. Apêndices B e C).

# 1. POSICIONAMENTO TEÓRICO–METODOLÓGICO

O presente capítulo abordará conteúdos essenciais para a construção de um projeto de Educação e Intervenção Social teoricamente sustentado. Para uma leitura e compreensão mais facilitada, este encontra-se organizado em três subtópicos, sendo os primeiros três derivados da metodologia escolhida – projetos em Educação e Intervenção Social, a metodologia de Investigação–Ação Participativa (IAP) (Lima, 2003) e a avaliação de projetos em Educação e Intervenção Social, focando este último subtópico no Modelo CIPP (*Context, Input, Process, Product*) (Stufflebeam e Skinfield, 1987) – e os restantes dizendo respeito a assuntos teóricos basilares na compreensão do presente projeto. Sendo o presente projeto coconstruído com mulheres de famílias em risco de isolamento social, foi necessário explorar-se teoricamente alguns temas que auxiliem a compreensão dos seus percursos de vida, das suas histórias, nomeadamente: as famílias multidesafiadas, o desemprego e o seu impacto na desvalorização pessoal, a solidão e o isolamento social. A exploração destes temas teóricos permitirá uma maior compreensão do desenvolvimento do projeto e dos/as seus/suas participantes.

## 1.1. PROJETOS EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

Para iniciar o capítulo metodológico, é necessário especificar e aprofundar alguns conceitos relacionados com a Educação Social e os seus contributos na construção de projetos. Assim, inicia-se este subtópico com uma abordagem generalista sobre a conceção da Educação Social e o papel do Educador Social em projeto.

Timóteo (2010) relaciona a Educação Social com a mudança, com a transformação. Com a Educação Social, surgiu também uma enorme necessidade de acompanhar a complexidade e constante mutação dos fenómenos sociais emergentes, contrariando a investigação e o processo tradicional e assistencialista de ajuda. Assim, a educação e intervenção social deve olhar o ser humano como alguém capaz de olhar o mundo de forma crítica e consciente, capaz de intervir na sua própria realidade, construindo um caminho participado e com consciência crítica para o seu desenvolvimento (Carvalho, & Baptista, 2004; Timóteo, 2010; Timóteo, & Bertão, 2012).

É também Timóteo (2010) que nos fala do papel do/a Educador/a Social enquanto “sujeito ativo, interventivo e reflexivo” (p. 29). Neste sentido há três dimensões do saber que se podem revelar particularmente importantes: o *saber*, relacionado com os conhecimentos específicos e gerais; o *saber fazer* relacionado com os conhecimento relativos ao uso de determinadas técnicas relativas à análise da realidade e à intervenção na mesma; e o *saber ser e saber estar*, relacionados com as atitudes e características pessoais e sociais do/a Educador/a Social (Timóteo, 2010; Veiga 2009). Sendo o/a Educador/a Social um/a profissional de relação, é natural que, tal como nos diz Veiga (2009), os limites entre ‘educador/a social – pessoa’, ‘educador/a social – profissional’ não existam. Aqui, o essencial é que se tome consciência desta particularidade, não deixando nunca de investir nas relações argumentando a possível confusão de papéis. Assim, é importante manter sempre a atenção não só no outro, mas também em si próprio, sendo capaz de escutar o que lhe é dito e estar disponível para olhar para si próprio de uma forma crítica e consciente (Capul, & Lemay, 2003; Timóteo, 2010; Veiga, 2009).

Para além dos pressupostos do perfil do/a Educador/a Social, importa também relevar alguns aspetos da Educação Social. Timóteo (2010) enuncia seis objetivos prioritários da Educação Social, que devem ser tidos em conta quando se (re)pensa uma intervenção: contribuir para reduzir as desigualdades sociais; estimular a participação cívica, social e política das pessoas; facilitar o desenvolvimento e capacitação de cada um, olhando-os como “atores e autores da sua vida e do seu mundo” (p. 14); potenciar o desenvolvimento endógeno e mobilizar recursos comunitários; potenciar os recursos individuais de cada um na resolução dos seus problemas; e contribuir para desenvolver um sentido crítico e a “co-responsabilização na vida social, cívica e política” (p. 14).

Os projetos em Educação Social podem ser vistos, tendo em conta os objetivos acima elencados, como uma possibilidade de facilitar estes processos de desenvolvimento pessoal e social de cada um/a. Um projeto em Educação Social, segundo Boutinet (1997), tem sempre como finalidade a utopia e parte sempre das necessidades identificadas no decorrer da análise da realidade, onde recursos e oportunidades permitem construir um caminho rumo à mudança. Em Educação Social, um projeto pretende-se coerente, pertinente e fundamentado, partindo sempre da participação de todos os atores e autores/as do mesmo, principalmente na identificação de novas

necessidades, decorrentes das mudanças sociais constantes (Boutinet, 1990, 1997; Timóteo, 2010).

Boutinet (1990) traz-nos uma definição relacional de projeto, onde os/as participantes, através de uma relação de confiança, ampliam as suas visões do futuro e, conseqüentemente, contribuem para a construção de um futuro melhor. Apesar deste conceito de projeto se ter vindo a complexificar ao longo do tempo, não existem caminhos predefinidos, visto que este parte sempre dos/as seus/suas participantes. Estes/as são, simultaneamente, autores/as e atores da sua vida, tendo o projeto, por sua vez, foco na mudança e na melhoria da sua situação (Boutinet, 1990).

Não sendo predefinido, o projeto tem algumas características que o distinguem de outros tipos de intervenção. Para além do inegável envolvimento de todos os atores da realidade, é imprescindível a existência de uma intencionalidade em tudo o que é feito, sendo fundamental criar condições para que todos se comprometam com o projeto, influenciando e deixando-se influenciar por todo o processo. Outra característica que se torna inegável e fulcral para a compreensão desta metodologia de trabalho é a autenticidade e o impacto causado: ao longo do caminho onde se vai construindo e reconstruindo a realidade, é natural irem surgindo múltiplas barreiras por este se revelar muito complexo e intenso. Barreiras estas que apenas se ultrapassam com recurso à criatividade e à inovação, levando todos participantes a acreditar na mudança (Mendonça, 2002). No entanto, e embora se fale bastante em participação, há uma dimensão que é importante explorar também que se refere às condições efetivas de participação. Lima (2003) refere-se à participação como algo histórico, sendo necessário voltar atrás no tempo para perceber certos aspetos com ela relacionados. Tendo Portugal sido dominado por uma época de grande autoritarismo e, portanto, com um envolvimento nulo das pessoas nos seus próprios assuntos, não é fácil contrariar esta tendência para a passividade que tanto foi imposta anteriormente e que passou de geração em geração (Lima, 2003).

É também essencial entender que, compreender a participação como um direito, implica que se criem condições para que as pessoas exerçam este seu direito. Caso não aconteça, a participação passa de um direito a um dever sendo, ainda assim, necessário muito cuidado e atenção para não cair na falácia de incentivar à participação sem se ter em conta a história de cada um dos sujeitos

(Lima, 2003). Quando a participação é acessível, as experiências vividas revelam-se ligações importantes das pessoas com o seu meio social e cultural, promovendo a sua cidadania e inclusão social (Lima, 2003; Sousa, 2019).

Para além da participação como direito, tal como referido, é necessário explorar o direito da não-participação. Lima (2003, p. 327) refere-se à não-participação como algo que, muitas vezes, é imposta ou preparada pelos “dispositivos processuais” tornando-se numa justificação fácil para a falta de participação. Fazenda (2005) traz-nos o empoderamento como conceito com o objetivo de “fortalecer em direitos e em participação, grupos, pessoas ou populações” (p. 2). Confrontando os ideais de participação enunciados por Lima (2003) com este conceito de empoderamento que nos traz Fazenda (2005), podemos compreender o plano da não-participação como uma escolha, cabendo aos/às profissionais criar condições para a sua efetivação, respeitando as pessoas, os seus tempos e as suas vontades acabando, desta forma, por contribuir para o empoderamento das mesmas. Assim, o tempo de projeto pode não ser concordante com o tempo necessário para que estas pessoas reconheçam e interiorizem o seu direito à participação que, muitas vezes, é-lhes negado durante muito tempo (Fazenda, 2005; Lima, 2003).

A continuidade do projeto implica também assegurar que os espaços e redes criados inspirem novos momentos para que o sujeito exerça o seu direito à participação, compreendendo e projetando num plano mais amplo a sua identidade e o seu papel no (seu) Mundo.

## **1.2. METODOLOGIA: INVESTIGAÇÃO-AÇÃO PARTICIPATIVA**

Em qualquer contexto da realidade é necessário adotar uma metodologia de análise e intervenção de forma a guiar toda a ação de uma forma clara e intencional. Tendo em conta a forma como se concebe um projeto em Educação Social (anteriormente referida) e o facto da Investigação-Ação Participativa (IAP) ser uma metodologia que inclui todos os sujeitos na construção do conhecimento sobre a realidade, esta foi, desde logo, a opção metodológica escolhida para orientar todo o caminho deste projeto.

Emergindo do Paradigma Sociocrítico, a IAP assenta em princípios como o conhecimento da realidade e o pensamento crítico e reflexivo, tendo como finalidade a melhoria da qualidade de

vida dos atores sociais, criando um ambiente seguro e que os faça sentir confortáveis e respeitados o suficiente para se disponibilizarem para esta nova fase de mudança (Coutinho et al., 2009; Dudgeon et al., 2017; Lima, 2003). Esta metodologia, tal como a sua designação indica, abarca três momentos fundamentais: investigação, ação e participação. Momentos estes que, embora igualmente importantes, não são necessariamente sucessivos, sendo possível que se sobreponham e que a qualidade de um momento influencie os momentos seguintes. Segundo Ander-Egg (1990), a IAP tem como ponto de partida a análise da realidade que envolve todos os atores sociais na construção e na transformação da realidade, tendo sempre ponto de partida na reflexão crítica e na conseqüente ação.

Lima (2003) identifica como premissa central desta metodologia o facto de cada um/a ser o/a protagonista do projeto, exigindo isto que se criem “condições que tornem essa construção possível” (p. 318). É desta premissa que Rosa Lima (Lima, 2003) parte para identificar três pressupostos: todos podem produzir conhecimento útil para a sua vida; o ponto de partida para novas aprendizagens é a reflexão crítica sobre a sua própria vida; a responsabilização do sujeito é promovida através da participação do sujeito na tomada de decisões sobre o seu percurso e a sua própria vida (Lima, 2003). Estes três pressupostos são considerados por Timóteo (2010, p. 17) “referenciais para a Educação Social”.

Contrariamente ao paradigma dominante, a IAP defende, então, uma ação transformadora da realidade através da promoção da autonomia dos/as participantes e da sua intervenção na realidade. A IAP, visa, acima de tudo, uma perspetiva centrada nos “interesses das periferias” (p. 310), descentralizada, e que constrói o conhecimento com os sujeitos locais, partindo sempre do conhecimento do mundo para adquirirem e desenvolverem estratégias para uma leitura diferenciada do mundo ao seu redor (Lima, 2003).

Monteiro (2019) reforça a importância da IAP no sentimento de pertença e integração dos/as participantes, referindo que esta metodologia, ao reforçar e potenciar a participação de todos/as, torna os contextos normalmente desvalorizados em contextos “visíveis e atuantes” (p. 71). Esta dimensão participativa e inclusiva origina um sentimento de integração e inclusão de todos/as os/as participantes, procurando, em conjunto, a transformação da sua realidade (Lima, 2003; Monteiro, 2019).

Para uma melhor compreensão da metodologia, é ainda fundamental referir quatro princípios intrinsecamente associados da IAP: o “princípio organizacional”, “o da criação”, “a posição do(s) cientista(s) social(s) no grupo” e o “da estratégia” (Lima, 2003, pp. 319–320). Relativamente ao primeiro princípio, este refere-se à coconstrução do conhecimento, onde participantes e investigadores aproximam saberes, não existindo uma distinção dos mesmos. O segundo princípio, o do desenvolvimento de relações próximas entre todos, prende-se com a dimensão relacional da construção do conhecimento e de respeito perante a multidivência do outro. Já no que concerne ao terceiro princípio, Lima (2003, p. 320) fala-nos no “triplo compromisso” do/a investigador/a: “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” (p. 320). Por último, o princípio da estratégia diz respeito à adaptação que a investigação deve ser capaz de ter, centrando-se em problemas reais da comunidade e, por conseguinte, sendo sujeita a reformulações constantes e necessárias para a transformação tão desejada (Lima, 2003).

Tendo em conta os princípios essenciais da IAP anteriormente enunciados, é possível perceber que o papel do investigador é aquele que maior se distancia dos projetos convencionais. Se, num projeto convencional, o investigador é considerado o “perito” com o poder de diagnosticar e definir o caminho, em IAP existe um trabalho de coautoria, onde o investigador integra o coletivo. Assim, todos os sujeitos participantes são parte da resolução dos problemas e, desta forma, estão implicados nas mudanças sociais que contribuem para um melhoramento das suas vidas (Lima, 2003). Desta forma, parte-se dos sentimentos, desejos e necessidades das pessoas que, quando observados e analisados em conjunto, dão origem a processos em que a mudança é perspectivada por todos como necessária e importante, sendo esta protagonizada desde o início por todos/as os/as participantes (Lima, 2003).

Por fim, pode concluir-se que a Metodologia de IAP privilegia as relações sociais como forma de investigação e intervenção. A aproximação entre os/as participantes do contexto e os/as profissionais é um fator que leva a uma construção de conhecimento mais profundo sobre o contexto em questão, sendo mais fácil ajustar a intervenção à realidade conhecida (Lima, 2003; Timóteo, 2010). Assim, nas palavras de Lima (2003), a IAP é “um modo de procurar entender o mundo para nele melhor se viver” (p. 115).

### 1.3. AVALIAÇÃO DE PROJETOS

Tendo já refletido um pouco sobre o que são os projetos em Educação Social e qual a metodologia de investigação eleita para guiar toda a ação, é importante, agora, refletir sobre a avaliação dos projetos e a forma como a concebemos.

São vários/as os/as autores/as que definem o conceito de avaliação. Alcides Monteiro (Monteiro, 1996) começa, no seu artigo científico “A avaliação nos projetos de intervenção social: reflexões a partir de uma prática”, por nos trazer o conceito de avaliação como um “termo elástico, com usos distintos e aplicado em várias realidades” (p. 138). Também Serrano (2008) define avaliação como “processo para obter a informação necessária, ordenada, relevante, fiável, válida e atempada a fim de se emitir juízo de valor sobre a qualidade do processo e do produto educativo, desde o seu início até ao fim” (p. 95). Na área social, Monteiro (1996) refere-se à avaliação como “forte elemento prático, directamente relacionado com a apreciação dos resultados de um programa/projecto face ao objectivo de solução de determinados problemas” (p. 138).

A Metodologia de IAP, implica ainda uma dimensão processual da avaliação. Os projetos em educação e intervenção social devem ser avaliados de uma forma contínua durante toda a sua extensão, sendo assim possível controlar vários aspetos relacionados com o desenvolvimento do mesmo, como por exemplo: a adequação ou desadequação das atividades, os imprevistos que foram surgindo e o seu impacto, e a forma como os resultados foram alcançados. É esta avaliação contínua que vai permitir que, à medida que o projeto se vai desenvolvendo, seja possível (re)pensar ações, atividades e passos seguintes (Cembranos et al., 2001; Serrano, 2008).

Cembranos et al. (2001) referem, ao longo da sua obra, que a avaliação deve ser útil – visando sempre melhorar o projeto e ser facilmente aplicável – e prática – direccionada para a ação e tendo como ponto de partida a realidade em que está a ser aplicada. Para além disto, estes autores referem ainda um conjunto de características que a avaliação de um projeto deve conter: ser participada; ter a capacidade de resposta face à realidade em que se encontra; procurar que as questões que servem de “medida” de avaliação sejam formuladas no momento em que se pretende que sejam respondidas, de forma a serem o mais adequadas possível; e procurar ser adequada e eficiente ao tempo e aos recursos existentes (Cembranos et al., 2001).

Ao longo do desenvolvimento de um projeto em Educação e Intervenção Social deve ser possível avaliar “os resultados das ações que se realizaram” (Cardoso & Moreira, 2017, p. 104) de forma a compreender a coerência do projeto. É através da avaliação, tendo em conta a IAP, que se consegue compreender de que forma o projeto contribuiu para o empoderamento dos seus participantes e que efeitos teve em cada um deles (Lake & Wendland, 2018).

Tendo em conta o conceito de avaliação e todas as características que foram acima elencadas, o modelo de avaliação proposto por Stufflebeam e Skinkfield (1987) – o modelo CIPP (*Context, Input, Process, Product*) – foi o modelo escolhido para a avaliação do presente projeto, por ser um modelo que permite uma avaliação de uma forma contínua e sistemática, onde é permitido que o conhecimento da realidade parta de quem faz parte dela. Esta avaliação permite que, durante o desenvolvimento do projeto, sejam feitos ajustes e mudanças, tendo em conta os objetivos traçados, a forma como a intervenção é desenvolvida e o impacto que a mesma tem (Stufflebeam & Skinkfield, 1987). Assim, considera-se que o modelo CIPP fornece ferramentas de elevado interesse para avaliar um projeto de Educação e Intervenção Social, uma vez que avalia o projeto ao longo de todo o seu desenvolvimento, em diferentes e variados momentos.

Tal como o seu nome indica, este modelo é composto por quatro momentos: avaliação de contexto (*context*), avaliação de entrada (*input*), avaliação de processo (*process*) e avaliação de produto (*product*) (Stufflebeam & Skinkfield, 1987).

A avaliação de contexto é o ponto de partida do projeto – onde se identificam e analisam os recursos, potencialidades, problemas e necessidades da realidade. É nesta fase que se estabelecem algumas das prioridades do projeto, traçando-se objetivos e finalidades, iniciando-se assim o desenho de projeto. Esta avaliação (inicial) é prévia ao desenho de projeto, sendo desta que emerge a planificação da intervenção (Cembranos, et al., 2001; Stufflebeam & Skinkfield, 1987). Os projetos que têm a IAP como metodologia orientadora procuram as oportunidades de mudança em conjunto com os elementos que fazem parte da realidade, sendo a avaliação de contexto a etapa que permite que se reflita conscientemente sobre a consonância entre os objetivos e metas e as reais necessidades dos atores sociais, bem como dos recursos existentes e disponíveis na mesma (Cembranos et al., 2001; Lake & Wendland, 2018; Stufflebeam & Shinkfield, 1987). A avaliação de entrada diz respeito à reflexão sobre o desenho de projeto. Nesta

etapa é realizada uma análise da coerência, da credibilidade, da capacidade de eficácia, das estratégias e dos constrangimentos previstos. É nesta fase que se reavaliam decisões tomadas anteriormente, procurando novas soluções para potenciais incoerências que possam surgir entre as metas esperadas e as ações planeadas (Cardoso & Moreira, 2017; Stufflebeam, & Shinkfield, 1987). Por sua vez, a avaliação de processo é aquela que acontece durante todo o projeto. É onde se analisa a concretização e o desenvolvimento das atividades e ações. Isto é, é nesta fase que se observa e avalia de que forma é que o desenho inicial é, em conformidade com os objetivos definidos, ajustado ao caminho que o projeto tomou (Cardoso & Moreira, 2017; Guerra, 2010; Stufflebeam & Skinfield, 1987). Por último, a avaliação do produto traduz-se na análise de todos os resultados obtidos, a par com os objetivos que foram traçados inicialmente, e é caracterizada “por uma avaliação de todos os elementos que proporcionam a execução do projeto em si” (Cardoso & Moreira, 2017, p. 105). Assim, é possível avaliar-se se as necessidades identificadas inicialmente foram reduzidas e, portanto, ter uma noção de qual foi o impacto do projeto na realidade. Para além disto, são também avaliadas as perspetivas de continuidade do projeto, quer através das perspetivas dos/as seus/suas participantes, quer através da investigação das mudanças que este conseguiu inspirar (Guerra, 2010; Stufflebeam & Skinfield, 1987).

Concluindo, a avaliação dos projetos é indispensável para que se compreenda o desenvolvimento dos mesmos, possibilitando o seu aperfeiçoamento e adequação de uma forma contínua. Desta forma, e recorrendo ao modelo CIPP, a intervenção é melhorada através da participação de todos/as os/as intervenientes envolvidos/as e da utilização dos recursos e potencialidades disponíveis na realidade (Cardoso & Moreira, 2017; Guerra, 2010; Stufflebeam & Skinfield, 1987).

## **1.4. FAMÍLIAS MULTIDESAFIADAS**

Tendo em conta o âmbito do desenvolvimento do projeto, faz sentido explorar o conceito e as características associadas às famílias multidesafiadas, iniciando-se esta exploração pelo conceito de “família”.

Embora muito abrangente e contínuo no tempo, o conceito de família tem sofrido várias mudanças acompanhando a evolução das sociedades. Evolução esta que acarreta não só a própria definição – o que é uma família? – mas também a sua composição e os seus papéis e

funções. Pedroso e Branco (2008) trazem-nos uma revisão histórica e política das mudanças no conceito de família que se foram fazendo notar ao longo dos anos, na Europa e, mais especificamente, em Portugal. Foi após o término da Segunda Guerra Mundial que se assinalam as maiores mudanças no conceito e no funcionamento das famílias. As famílias eram essencialmente nucleares (pai, mãe e filhos) e a separação de tarefas, funções e papéis era nítida e rígida, acentuando a desigualdade existente entre homens e mulheres. Enquanto o papel do homem se prendia à sua realização individual fora de casa, a mulher tinha como função proporcionar-lhe todo o conforto afetivo e doméstico que o mesmo necessitasse. Em Portugal, a mudança do paradigma familiar deu-se mais tarde do que a dos restantes países europeus devido à mudança política instaurada após o movimento do 25 de abril. Assim, a partir da década de 70, Portugal assistiu a uma transformação galopante do seu conceito de família e de relações familiares, aproximando-se de outros países europeus e ocidentais nesta matéria (Pedroso & Barroso, 2008). Desta forma, podemos afirmar que o conceito de família tem vindo a evoluir, passando de uma família tradicional para uma família moderna, onde as mulheres passaram a ter um lugar ativo no mercado de trabalho e um papel legal de igualdade para com os homens. Como consequência deste papel mais ativo das mulheres fora de casa, a taxa de natalidade diminuiu, deixando esta de ter o papel exclusivo de responsável pelo cuidado da casa e pelas crianças, passando a partilhá-lo com o homem. Para além disto, também são perspetivadas e reconhecidas novas tipologias de famílias, de que são exemplo as famílias monoparentais, as famílias reconstituídas e as famílias extensas (Martinez, 2003; Melo, 2011; Pedroso & Branco, 2008).

Um tipo de família que importa explorar devido aos seus contornos singulares e à importância que terá no projeto, é a família monoparental. Benati et al. (2021) atribui às transformações sociais e políticas anteriormente mencionadas a diversidade de tipologias familiares que, entretanto, emergiu. Estes autores caracterizam as famílias monoparentais como famílias com um adulto responsável e com, pelo menos, uma criança ou adolescente a seu cargo, podendo existir ou não outro adulto na mesma casa (Benati et. el, 2021). Enquanto sistema familiar, este tipo de família cumpre as mesmas funções e papéis que as restantes - na proteção, no desenvolvimento e na socialização dos seus membros. Embora seja como as demais, uma família monoparental pode ter alguns desafios adicionais, não querendo com isto dizer que serão, por si só, um fator de risco (Benati et. el, 2021).

Atendendo à sua evolução e às várias definições existentes, a família deve ser reconhecida como um conjunto de elementos que estão organizados em torno de uma finalidade específica e que, interagindo dinamicamente uns com os outros em diferentes níveis, passam juntos por várias etapas do ciclo vital (Benzies & Mychasiuk, 2008; Carter & McGoldrick, 2001). Tendo em conta diferentes autores citados por Martinez (2003), é possível constatar-se que a designação de famílias em situação de vulnerabilidade social e económica é um pouco controversa e de difícil terminologia (Martinez, 2003). O conceito de famílias multiproblemáticas surgiu nos anos 50, aquando da industrialização, devido aos novos e emergentes valores sociais e familiares. Foi durante esta década que a prioridade deixou de ser a produção e passou a ser o consumo; consumo este que se reflete não só no capitalismo, mas também que inspirou muitas das problemáticas que se mantêm atuais até aos dias de hoje. Linares (1997, como citado por Sousa, 2005) associa esta época de modernização e a metáfora do consumo ao surgimento do conceito de famílias multidesafiadas e à sua simbologia.

Para Palermo et al. (1997, como citado em Alarcão, 2006), as famílias multidesafiadas apresentam em comum duas características fulcrais: a privação económica e a carência de competências sociais, familiares e dificuldades em estabelecer relações interpessoais. Características essas que acabam não só por amplificar os problemas existentes como também por reduzir a capacidade de resolução autónoma dos mesmos (Alarcão, 2006).

De todo o modo, e tendo em conta a estrutura e formas de estruturação de famílias multidesafiadas, Palermo et al. (1997, como citado em Alarcão, 2006) refere que a sua definição tem vindo a ter várias denominações ao longo dos anos, passando por: famílias isoladas, famílias excluídas, famílias suborganizadas, famílias associadas e famílias desorganizadas. Designações estas que, segundo Madsen (2009), se tornam “profecias auto-confirmatórias” (*self-fulfilling prophecies*), levando não só os profissionais como as próprias famílias a uma autoimagem negativa que emerge da noção de permanência de situações adversas (Madsen, 2009; Sousa et al., 2007).

Madsen (2009) alerta-nos ainda para a frequência com que os/as profissionais que intervêm com famílias se focam na pouca ou nenhuma mudança das mesmas e à continuação dos seus padrões habituais. Foco este que advém da esperança destes/as profissionais de uma mudança

mais acentuada e que, quando esta não se dá, influencia a capacidade do/a profissional de ver e relevar outras transformações. No entanto, há que refletir que talvez estas mudanças esperadas pelos/as profissionais e, portanto, impostas às famílias sejam desajustadas por não contemplarem a realidade das famílias e as suas lutas. Esta desvalorização da realidade e das lutas das famílias e dos seus membros levam-nos de volta às “profecias auto-confirmatórias” (Madsen, 2009) anteriormente referidas, sendo difícil a sua reversão. Isto acaba por contribuir para a manutenção de um círculo vicioso onde os problemas e as situações adversas são constante e repetidamente (re)visitadas, sem a prospeção de uma mudança possível e ajustada a cada família.

No entanto, mais recentemente, tentaram encontrar-se definições que evidenciam as capacidades e não as dificuldades, tendo em conta as implicações dos contextos de cada família nas suas vidas (Linares, 1997, como citado por Alarcão, 2006). Considerando a visão do mundo e a metodologia que rege este projeto, adotar-se-á a designação de famílias “multidesafiadas”, pelos múltiplos desafios que enfrentam (Sousa et al., 2007). Linares (1997, citado em Sousa, 2005) refere-se a famílias multidesafiadas como famílias que contam com presença de vários problemas e desafios que afetam vários dos membros da família, nomeadamente o desemprego de longa duração ou o emprego precário (Sousa, 2005). Assim, podemos considerar que estas famílias se caracterizam por dificuldades em várias áreas da sua vida, encontrando-se presas num círculo vicioso. Círculo vicioso este que nos leva de volta até aos vários/as profissionais e serviços que contactam com estas famílias e ao fenómeno da multiassistência.

A especificidade das respostas por áreas de intervenção, acabam por levar a que as famílias multidesafiadas, por enfrentarem múltiplos desafios simultâneos, acumulem relações com profissionais e/ou instituições várias. Para além disto, Sousa (2005) revela ainda que, acrescentando a esta panóplia de assistência, raramente o pedido de apoio parte de um membro da família, mas sim de um outro serviço (como a escola, que identifica algum tipo de problema com as crianças, por exemplo). Pedido este que acaba por se dirigir a vários sistemas e, portanto, envolvendo a família com vários/as profissionais (Sousa, 2005).

A inexistência de respostas integradas e que respondam a necessidades identificadas pela família podem contribuir para a instabilidade e descrença nos/as profissionais e serviços (Sousa, 2005).

Minuchin et al. (2005) apresenta uma perspectiva interessante sobre os obstáculos a intervenções sistémicas e estruturais com famílias. Um dos aspetos que são evidenciados nesta obra, prende-se com a forma como a equipa de profissionais vê a família com quem intervém. É necessário que se pense na família como um sistema, que interage com outros sistemas, que tem características intrínsecas e regras. Regras essas que, quando desafiadas ou quebradas, têm consequências para todos os envolvidos (Minuchin et al., 2005). Ora, se a necessidade de uma família é ter independência financeira, claro que não sendo esta necessidade satisfeita, a família irá sofrer consequências. Consequências essas que se irão ver refletidas noutros sistemas que interagem com o sistema “família”, alterando padrões e funcionamentos ditos “normais”. Outro dos aspetos evidenciados como obstáculos diz respeito à burocracia institucional. Minuchin et al. (2005) refere-se às burocracias da área social como “territórios especializados, ao invés de subsistemas interativos de uma estrutura organizada” (p. 32), complicando-se e rigidificando-se com o passar dos anos. Esta complexidade e rigidificação deixam pouco espaço e tempo para que os/as próprios/as profissionais pensem numa abordagem inovadora, ajustada a cada uma das famílias com quem interagem, que envolva os membros da mesma no desenho da intervenção (Minuchin et al., 2005). Afinal, como se pode impulsionar uma mudança sob linhas tão rígidas e impessoais, e com tão pouco tempo dedicado ao conhecimento da realidade de cada família? Se todas as intervenções e problemas identificados partirem dos/as técnicos/as e/ou instituições e não da participação dos próprios elementos da família, das suas características e dos seus contextos, não são valorizadas capacidades e contextos de vida, e sim enfatizados os seus problemas e as suas dificuldades (Sousa, 2005).

## **1.5. A SOLIDÃO, O ISOLAMENTO E A EXCLUSÃO SOCIAL**

Se todo o ser humano é, para além de racional, um ser social, organiza-se e desenvolve-se em função das relações que forma e do contacto que tem com o mundo que o rodeia. Quando este contacto e estas relações com os pares faltam ou são escassas, o impacto na vida das pessoas e no seu desenvolvimento pode vir a ser significativo (Mello & Teixeira, 2011).

Lima (2020) traz-nos o fenómeno do isolamento social como um afastamento psicológico e/ou físico entre o indivíduo e a sua rede social; para além disto, fala-nos também do afastamento da pessoa para com as suas atividades interpessoais e sociais, desencadeando a sensação de mal-

estar geral, impotência, irritabilidade, receio, tédio e solidão. Segundo a informação disponibilizada *online* pelo Serviço Nacional de Saúde 24 (SNS24) e atualizada no último ano de 2022, qualquer pessoa, em qualquer fase da sua vida e com quaisquer circunstâncias pode sofrer de isolamento social, porém, existem condições que podem contribuir para o aumento deste risco (SNS24, 2022). Condições estas que se relacionam, na sua grande maioria, com doenças crónicas e/ou mentais, algum tipo de incapacidade, dependência de substâncias psicoativas e os papéis que cada um desempenha na sua vida pessoal ou profissional (ser cuidador informal permanente e especificidades de locais de trabalho) (SNS24, 2022).

Relacionado com o conceito de isolamento social, surge o sentimento de solidão. A solidão é desencadeada pelo isolamento social, caracterizando-se pela ausência de contactos e do sentimento de pertença, tendo a pessoa a constante sensação de estar sozinha, de não poder contar com ninguém e da dificuldade de aceder a um conjunto de serviços ou recursos sociais dos quais retiraria proveito. Tal como o isolamento social, a solidão pode afetar todas as pessoas em qualquer momento da sua vida, mas existem alguns grupos particularmente vulneráveis (SNS24, 2022). O SNS24 (2022) traz-nos um estudo que realizou no âmbito da solidão em Portugal com mais de 1200 participantes entre os 50 e os 101 anos. Deste estudo, conclui-se que, das pessoas que referem sentir-se isoladas, as mulheres são as que reportam sentirem-se mais sós (20,4% contra os 7,3% dos homens). Outra conclusão importante prende-se com o sentimento de solidão e o avançar da idade, comprovando-se que este sentimento tende a aumentar à medida que a idade avança. As restantes conclusões prendem-se com a escolaridade e o estado civil dos inquiridos, sendo mais frequente o sentimento de solidão nas pessoas viúvas e com um menor grau de escolaridade (SNS24, 2022).

Para além das condições acima indicadas, existem ainda alguns fatores de risco comuns para o isolamento social e a solidão: a pobreza ou dificuldades financeiras que culminam numa diminuição ou impossibilidade de participar em atividades de lazer; a institucionalização ou integração em novos sítios/ serviços; o estado de saúde debilitado nomeadamente ao nível motor; a organização residencial das habitações, quer por residirem numa zona sem habitações próximas, quer por residirem longe de pessoas significativas; a ausência de pessoas significativas; acontecimentos negativos súbitos, como o falecimento de alguém próximo, uma situação de desemprego ou uma mudança de local de trabalho; a experiência de maus-tratos ao

longo da vida; ter uma doença mental; e ser cuidador informal, por se encontrar em situação de distanciamento do mercado de trabalho, pouca saúde física e mental e pouca disponibilidade para si (SNS24, 2022). No âmbito do estudo foram ainda identificados como fatores protetores a harmonia familiar, a boa autoestima, a boa orientação social e a disponibilidade para obter apoio de serviços externos, nomeadamente ao nível psicológico (SNS24, 2022).

Associado à solidão e ao isolamento social, está a exclusão social. A exclusão social caracteriza-se por um conjunto de dimensões e acontecimentos externos que influenciam o círculo de relações íntimas das pessoas (Capucha, 2005). No entanto, para que se considere que uma pessoa está em situação de exclusão social não precisa de estar excluída em todos os domínios da sua vida. Segundo Simões (2010), o conceito de exclusão social é visto como o culminar de um percurso. Porém, não são identificadas características comuns destes percursos, não sendo possível obter causas prováveis da exclusão social (Simões, 2010).

Bruto da Costa (2007, p. 10) traz-nos a exclusão social como um percurso “descendente, ao longo do qual se verificam sucessivas rupturas na relação do indivíduo com a sociedade”. Percurso este que se organiza em três fases distintas: vulnerabilização, assistência e desafiliação. Na primeira fase – vulnerabilização – dá-se o início da rutura do indivíduo com a sociedade. O acontecimento precipitante pode ser uma situação de desemprego, doença, ou outra situação que implica uma alteração profunda na vida da pessoa. Nesta fase a situação pode ser minorada pela existência de respostas de proteção social e da rede de suporte. A fase seguinte – assistência – dá-se quando a dimensão relacional fica mais fragilizada: cada vez mais dependente dos serviços sociais, tende a perder vínculos com familiares e amigos, sendo possível que desista de qualquer oportunidade de emprego por considerar que não é capaz. Já na última fase – desafiliação – dá-se o corte de relações com toda a sociedade, seja com os próprios serviços sociais, seja com os vínculos familiares que ainda podem restar, implicando alterações na autoimagem do indivíduo e a estigmatização social (Bruto da Costa, 2007).

Pereirinha (1996, citado em Capucha, 2005), refere-se à exclusão social como centrada na dimensão relacional de cada um e nas oportunidades de participação social existentes. Para que se intervenha de uma forma efetiva junto desta problemática, é necessário considerar as

condições globais de vida das pessoas e reconhecer a importância dos recursos coletivos existentes para uma resposta competente e adequada (Capucha,2005).

## **1.6. (DES)EMPREGO E (DES)VALORIZAÇÃO PESSOAL**

Como referido no subcapítulo relativo à caracterização de famílias multidesafiadas (cf. 1.4. Famílias Multidesafiadas), o desemprego é um dos fatores comuns vivenciados por estas famílias, levando-as, muitas vezes à necessidade de recorrer aos serviços de ação social, principalmente quando se trata de uma situação de desemprego de longa duração. O emprego é uma dimensão central na vida das pessoas, na organização social e familiar sendo o desemprego um fator de risco para a exclusão social (Sousa et al., 2007).

Vaz Serra (1999) entende o desemprego como uma ausência de trabalho, normalmente involuntária, que acarreta implicações ao nível pessoal e relacional da vida dos indivíduos. Em situação de longa duração, o desemprego provoca a rutura com o mundo do trabalho e, consequentemente, com a socialização a ele alocada, atirando o indivíduo para o caminho da exclusão social. Para além disto, Clavel (2004) refere que o desemprego implica ainda a perda de rotina contribuindo para uma desorganização e instabilidade temporal. Este novos hábitos e rotinas criadas são, na grande maioria das vezes, incompatíveis com o reingresso no mundo do trabalho (Clavel, 2004).

No entanto, o impacto do desemprego não é igual para todos, impactando de formas diferentes, pessoas diferentes. Segundo Warr et al. (1988), vários estudos reportam uma associação entre depressão, ansiedade, baixa autoestima e baixa confiança em pessoas em situação de desemprego. Desta forma, Cook (1991) considera que o desemprego está diretamente relacionado com sentimentos como a inadequação, a solidão, a baixa autoestima, a preocupação, a desesperança, o isolamento e a exclusão social, bem como ao desenvolvimento de doença mental (Cook, 1991).

Consequências estas que tendem a agravar-se em pessoas de meia-idade que se vêm numa dupla encruzilhada: têm muitas dificuldades na reintegração social e ainda não cumprem critérios em termos de idade para usufruir da aposentação. Assim, o sentimento de desqualificação e de

afastamento para com a comunidade acaba por alterar as relações existentes com os outros, reduzindo as pessoas ao seu espaço doméstico (Clavel, 2004; Paugam, 2003; Ramos, 2003). É esta rutura ou afastamento dos laços sociais que contribui fortemente para uma situação de isolamento social e desvalorização pessoal (Capucha, 2005; Paugam, 2008).

Os preconceitos e a estigmatização em volta desta condição influenciam de uma forma negativa a autoimagem das pessoas em situação de desemprego o que, conseqüentemente, leva a uma desvalorização pessoal, nomeadamente à desacreditação nas suas habilidades e qualidades. Desta forma, é muito complicado aceitar e enfrentar os desafios da vida e continuar com esperança e força (Duclos, 2006; Paugam, 2003).

Esta problemática do desemprego e a conseqüente desvalorização pessoal que dele emana é, infelizmente, muito comum num ambiente tão desafiado como aquele em que vivemos atualmente. Tal como é possível concluir pelo que foi sendo mencionado ao longo deste subcapítulo, para além de ser uma fonte de rendimento, a dimensão do trabalho é uma das dimensões mais importantes na nossa vida, quer por nos permitir sentimo-nos úteis, quer pela dimensão social e cultural do mesmo.

## **1.7. A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO EM GRUPO**

Considerando os/as participantes e o contexto de desenvolvimento do projeto, torna-se crucial refletir em torno da intervenção psicossocial com famílias multidesafiadas (cf. 1.4. Famílias Multidesafiadas) e da forma como a mesma pode ser realizada.

Apesar dos desafios múltiplos que as famílias enfrentam diariamente, a intervenção psicossocial não pode ser apenas focada nas dificuldades; é crucial que esta intervenção valorize as competências e potencialidades das famílias, acredite nelas, e parta delas para o desenvolvimento da capacidade de adaptação e resiliência. Desta forma, poderá permitir que as famílias sejam capazes de se adaptar positivamente a situações adversas e caminhem em direção à superação dos seus problemas (Sousa, 2005; Zimmerman & Arunkumar, 1994).

Face a isto, e considerando a importância do fortalecimento e criação de laços sociais e pessoais que permita o desenvolvimento pessoal e social pleno dos membros de famílias multidesafiadas, é importante que a própria intervenção tenha em conta o fator “grupo”. Isto porque todo ser humano é um ser social, que apenas existe em função das suas relações interpessoais, que necessita de convívio, socialização, necessita de comunicar para se desenvolver de uma forma positiva (Melo et al., 2014). Desta forma, e para compreendermos em pleno o ser humano, é fulcral percebermos a importância do grupo na vida das pessoas e as vantagens da intervenção em grupo.

Foi Kurt Lewin que, durante a década de 1940, chamou a atenção para a importância do grupo na vida humana, aprofundando os estudos existentes sobre esta temática. Na sua obra datada de 1978 – “Problemas de dinâmicas de grupo” – Lewin explora o conceito de grupo, referindo-se ao mesmo como “mais do que a soma de seus membros” (Melo et al., 2014, p. 48). Esta expressão conduz-nos até à importância da dinâmica proveniente do mesmo, uma vez que o grupo não se esgota nas características individuais de todos/as os/as seus/suas integrantes e das suas características, mas sim da interdependência dos/as mesmos/as. Para além disto, o grupo deve sempre ser encarado como um espaço seguro, de encontro, de convívio/socialização, que possuindo regras e normas de funcionamento, permite não só que cada pessoa se conheça/reconheça na vida coletiva, mas também que se adquiram ou desenvolvam capacidades e competências indissociáveis da vida coletiva (Capul & Lemay, 2003; Melo et al., 2014).

Ora, para que uma intervenção grupal seja efetivamente propulsora de desenvolvimento e suporte, têm de estar presentes vários fatores. Primeiramente, os/as diferentes participantes do grupo têm de se identificar uns/umas com os/as outros/as, partilhando entre si conhecimentos e acontecimentos que, sendo comuns, conduzem a um sentimento de universalidade e, simultaneamente, de pertença. Esta identificação permite que os elementos do grupo percebam que os seus problemas não são únicos nem insuperáveis, potenciando a esperança na resolução dos mesmos e acreditando na sua capacidade de o superar (Bloch & Aveline, 1999; Yalom, 2000). Desta forma, a intervenção em grupo também permite a potenciação de sentimentos como a valorização pessoal, o sentir-se apoiado e capaz; sentimentos esses que culminam num aumento da autoestima e bem-estar de todos/as. Para além disto, também o conhecimento intra e interpessoal é desenvolvido através dos sucessivos *feedbacks* que cada elemento dá e recebe no

grupo, permitindo-lhe refletir sobre si e sobre a sua relação com os outros e com o mundo e, assim, experimentar novas formas de ser e estar (Bloch & Aveline, 1999; Yalom, 2000).

Tendo isto em conta, e considerando os múltiplos desafios que estas famílias apresentam e os vários âmbitos em que estas se situam, a intervenção grupal situa-se como um tipo de intervenção que, para além de ter a capacidade de responder a múltiplas necessidades identificadas, promove o desenvolvimento pessoal e social de cada um/a. Assim, traduz-se numa ferramenta poderosa no aumento do sentimento de valorização e autoestima, permitindo aos/às participantes ter uma visão mais positiva e esperançosa da vida e, desta forma, potenciando uma mais fácil superação dos problemas (Capul & Lemay, 2003; Yalom, 2000). Para além disto, o grupo revela-se importante no combate ao isolamento social e ao tradicional fechamento sobre o seio familiar possibilitando e promovendo a socialização (Capul & Lemay, 2003; Yalom, 2000).

Na intervenção psicossocial em grupo existem algumas estratégias comumente utilizadas, nomeadamente os exercícios de dinâmica de grupo. Tomás (2009) mostra-nos como os exercícios de dinâmica de grupo contribuem para a facilitação das relações grupais. Este tipo de exercícios leva à construção de uma maior aceitação, tolerância e empatia intragrupo e, consequentemente a um maior desenvolvimento pessoal dos seus membros. Desenvolvimento este que influencia a forma como cada um/a se vê e sente no (seu) Mundo (Tomás, 2009).

Concluindo, e tendo em consideração o que foi referido ao longo deste capítulo teórico, pode concluir-se que a intervenção em grupo pode ser uma mais-valia na intervenção com famílias multidesafiadas, podendo os exercícios de dinâmica de grupo ser uma ferramenta facilitadora da criação de relações entre membros do grupo.

## **2. CARATERIZAÇÃO DO CONTEXTO E ANÁLISE DA REALIDADE**

O presente projeto foi desenvolvido num Centro Comunitário (CC) de um concelho situado no centro do país, com mulheres de famílias multidesafiadas, envolvendo, em determinados momentos, profissionais da instituição.

Sendo a metodologia que orienta este projeto a IAP, o ponto de partida do mesmo é a análise da realidade uma vez que para intervir numa determinada realidade é determinante que ela seja conhecida. Conhecimento esse que necessita de ser aprofundado para ser transformador. E é o envolvimento de todos os que fazem parte integrante da realidade social em que se pretende intervir que permite um conhecimento mais aprofundado e coconstruído da mesma. Desta forma, a presente caracterização foi construída tendo em conta os vários contributos dos/as (muitos/as) atores/as desta realidade, ao longo do desenvolvimento de todo o projeto, utilizando técnicas de recolha de informação como a observação participante e as conversas intencionais. Para além destas técnicas, foram também analisados documentos institucionais e dimensões teóricas (anteriormente abordadas) que permitiram conhecer determinados aspetos menos explorados pelos/as participantes.

Assim, a caracterização do contexto iniciar-se-á com a caracterização do concelho onde se integra o projeto seguindo-se da caracterização do CC. Nesta caracterização institucional, aprofundar-se-á o Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS) e, posteriormente, as famílias acompanhadas nesta resposta social e, de uma forma mais profunda, as mulheres que coconstruíram este projeto.

### **2.1. O CONCELHO**

O concelho onde foi realizado o presente projeto, de acordo com os Censos (Instituto Nacional de Estatística [INE], 2022), tinha no ano de 2021, cerca de 55.000 habitantes. Destes, 30.000 vivem na união de freguesias em que este CC desenvolve a sua atividade, sendo que cerca de 16.000 são mulheres. Ainda de acordo com esta estatística, a grande maioria desta população encontra-

se em idade ativa (25 a 64 anos), no entanto, segundo o IEFP (2022), cerca de 1.200 pessoas nestas faixas etárias encontravam-se em situação de desemprego em outubro de 2022. No que concerne aos tipos de profissões, este concelho revelou ter uma taxa de, aproximadamente, 60% de pessoas empregadas no setor de indústria/serviços, auferindo a sua grande maioria pouco mais do valor estipulado para o ordenado mínimo (INE, 2022). Relativamente aos níveis de escolaridade, é de referir que 53% das pessoas têm o ensino básico completo (IEFP, 2022; INE, 2022).

O diagnóstico social deste concelho, realizado há cerca de seis anos, destaca “problemas e necessidades” em 15 diferentes áreas temáticas, sendo elas: habitação, educação, saúde, dependências, violência, emprego/desemprego, pobreza, deficiência, infância e juventude, terceira idade, acessibilidades, urbanismo, turismo, ambiente e cultura. Destas áreas temáticas, e tendo em conta a área de atuação dos serviços existentes no CC, destacam-se problemas como o elevado número de agregados familiares a viver em situação de pobreza, a falta de emprego, a desestruturação familiar, o aumento de situações de ‘nova pobreza’, a violência doméstica, baixas habilitações, delinquência juvenil, o elevado número de crianças vítimas de maus-tratos e negligência familiar.

Tendo estes problemas sociais amplos, procurou-se saber de que forma é que os mesmos são vistos pela comunidade e pelos/as profissionais da área social (cf. Apêndice D, registo nº 4). Numa conversa intencional com profissionais deste CC, os/as mesmos/as corroboram com os problemas identificados, focando também o aumento das rendas – “(...) sim, são esses os grandes problemas com que nos deparamos, mas acrescentava o problema das habitações e do aumento das rendas e das prestações”. Já na voz de algumas das pessoas acompanhadas no SAAS, os problemas “(...) são atuais e mantêm-se”, “(...) a vida está muito difícil agora e só tem tendência para piorar... Para todos!” (cf. Apêndice D, registo nº 4).

O projeto aqui explorado realizou-se partindo de mulheres pertencentes a famílias multidesafiadas acompanhadas no SAAS do CC de uma das freguesias do concelho. De forma a responder à maioria dos problemas sociais acima identificados, este concelho tem cerca de 20 respostas sociais, situando-se oito destas respostas na freguesia em questão. Para além destas

respostas, existem ainda nesta freguesia quatro instituições de âmbito cultural e recreativo, e três de âmbito desportivo.

Caraterizado, ainda que de forma muito geral, este concelho, segue-se a caraterização do CC e do respetivo SAAS.

## **2.2. O CENTRO COMUNITÁRIO**

O CC em questão é, segundo o seu recente Regulamento Interno, uma estrutura social e polivalente, dirigida à comunidade, onde se desenvolvem vários tipos de atividades sociais, culturais, desportivas e intergeracionais. Para além disso, constitui-se como um polo que tem como finalidade prevenir problemas sociais e potenciar o desenvolvimento local.

O CC situa-se num edifício histórico no centro da cidade, com elevado significado para a comunidade concelhia, aproximando-se da comunidade e facilitando o seu acesso. A casa que este CC sempre conheceu, foi morada de uma pessoa benemérita natural deste concelho, que sempre manteve as portas da sua casa abertas a todos, independentemente do seu género, idade, condição económica e cultura. Esta personalidade concelhia era muito acarinhada por toda a população, sendo-lhe reconhecidos valores como a solidariedade, generosidade e cuidado com as pessoas.

Uma das muitas histórias desconhecidas pela maioria da comunidade e que é contada por um/a familiar deste senhor quando ocasionalmente visita esta casa, transparece com muita clareza o sentido que este CC tem tido para toda a comunidade: a história da árvore. No grande e majestoso jardim deste edifício, no meio de alguma vegetação, encontra-se uma grande árvore. Conta-se que este benemérito tinha por hábito sentar-se num dos bancos de pedra junto desta árvore a abrir toda a correspondência que lhe chegava. Dizendo sempre que tinha uma ligação especial com ela, o senhor, perto do seu fim de vida, referia que quando partisse, a planta iria murchar também. E assim foi: pouco tempo após a partida deste senhor e a conseqüente diminuição da presença da comunidade na casa, a árvore murchou. No entanto, após a criação do CC e com a comunidade do concelho de volta à casa, sem que nada o fizesse prever, a planta renasceu. Quase como se a própria árvore se alimentasse da energia comunitária que sempre foi o 'coração' da

casa. Assim, o CC continuou com o legado deste senhor e da sua família para com a comunidade, regendo-se por valores como a solidariedade, o compromisso e o espírito de missão.

Sendo o seu principal objetivo contribuir para criar condições que possibilitem aos indivíduos e famílias no desempenho das suas tarefas e responsabilidades, este CC possui diversos serviços tais como: gabinete de psicologia – onde são acompanhados adultos e jovens/crianças do concelho onde se desenvolve o projeto –, SAAS, atividades de animação sociocultural diversas e outros projetos de apoio e acompanhamento – nomeadamente um gabinete de apoio e formação de cuidadores formais e informais–, uma universidade sénior – com aulas em áreas como saúde, tecnologias, línguas, cultura, arte e atividade física, sendo estas últimas abertas a toda a comunidade – e um pequeno café de apoio às restantes atividades.

Para além deste SAAS, que irá ser retratado mais pormenorizadamente em seguida, é importante perceber qual é a dinâmica que todas e cada uma destas atividades trazem para este CC e, conseqüentemente, para a comunidade concelhia. Sendo este um polo social dirigido a toda a comunidade, independentemente da sua idade, género, condição social, cultural, entre outros fatores, promove não só atividades de carácter lúdico, mas também um acompanhamento diferenciador onde, através do envolvimento da comunidade, se permite uma mais fácil inclusão social de indivíduos e famílias em situação de exclusão social. Assim, segundo um documento interno recente deste CC, este é um espaço onde se trabalha em prol do desenvolvimento local e da promoção do bem-estar, através do encontro de diferentes gerações e classes sociais.

No ano transato, e tendo em conta as atividades acima referidas, circulam nos diversos espaços do CC cerca de 800 pessoas por semana. De forma a assegurar e a orientar todas as atividades que se vão desenvolvendo e criando neste espaço, o CC conta com uma equipa de seis profissionais; equipa esta que está a sofrer reestruturações, prevendo-se que venha a aumentar. Esta equipa é constituída por: dois/duas auxiliares de serviços gerais, um/a assistente social, um/a educador/a social, um/a psicólogo/a e um/a rececionista, sendo também de relevo ressaltar que existem vários prestadores de serviços contratados de uma forma regular para assegurar algumas das atividades específicas que vão sendo desenvolvidas.

Por fim, e considerando o âmbito em que o projeto está a ser desenvolvido, será caracterizado o SAAS deste CC. A Portaria nº 188/2014, de 18 de setembro (2014), regulamenta a atuação desta tipologia de apoio no âmbito da ação social. Segundo esta portaria, o SAAS “assegura o atendimento e acompanhamento de pessoas e famílias em situação de vulnerabilidade e exclusão social, bem como de emergência social” (p. 1), constituindo-se como seus objetivos:

“informar, aconselhar e encaminhar para respostas, serviços ou prestações sociais adequados de cada situação; (...) apoiar em situações de vulnerabilidade social; (...) prevenir situações de pobreza e de exclusão sociais; (...) contribuir para a aquisição e ou fortalecimento das competências das pessoas e famílias, promovendo a sua autonomia e fortalecendo as redes de suporte familiar e social; (...) assegurar o acompanhamento social do percurso de inserção social; (...) mobilizar os recursos da comunidade adequados à progressiva autonomia pessoal, social e profissional.” (p. 2).

No caso do CC em questão, o SAAS está, atualmente, em processo de transferência de competências do Instituto de Segurança Social para a Câmara Municipal. Neste sentido, tornou-se necessário compreender as implicações desta mudança nas respostas desenvolvidas pelo CC. A 16 de agosto de 2018 foi decretada a Lei nº 50/2018 (2018) que transferia para os municípios as competências de vários domínios públicos, tendo em vista a descentralização. No que concerne especificamente à ação social, o Decreto-Lei nº 55/2020 de 12 de agosto (2020) definiu os moldes desta transferência. Devido à sua complexidade, o Decreto-Lei nº 23/2022 de 14 de fevereiro (2022) definiu que este processo teria de ser concluído até meados de 2023 (Portal Autárquico, 2022). Resumindo, importa referir que este processo de transferência de competências diz respeito essencialmente à tomada de decisões – sendo que execução das propostas de apoio feitas pelas equipas técnicas de SAAS passam a ser decididas, a partir de 2023, pela Divisão de Ação Social do Município ao invés do Instituto da Segurança Social.

Apesar de todo este processo moroso e de uma complexidade elevada, o Município em questão tomou, antecipadamente, algumas decisões importantes. Relativamente às equipas técnicas das instituições, estas irão manter-se exclusivamente dedicadas ao atendimento e acompanhamento da maioria das famílias já em processo, tendo como objetivo não dificultar o processo de (re)inserção destas famílias na sociedade. Assim, os/as profissionais afetos/as a

este serviço anteriormente, continuarão a acompanhar a grande maioria das suas famílias, mantendo o local de acompanhamento e dando continuidade ao trabalho realizado.

No CC, existem dois/duas profissionais afetos/as ao SAAS: um/a educador/a social (ES) e um/a assistente social (AS). Estes/as profissionais, na sua prática, e tendo em conta o que está definido ao nível concelhio, as suas características pessoais e as suas experiências profissionais, organizam o acompanhamento das famílias que até lá chegam até eles com base em três critérios: número de pessoas no agregado familiar, faixa etária e morada de residência.

Considerando que, para além do SAAS deste CC, existem quatro outras instituições concelhias que desenvolvem este tipo de acompanhamento com famílias, existiu a necessidade de, no início desta resposta social, definir quem acompanhava as famílias de todo o concelho. Assim, foi definido um mapa que, de acordo com a proximidade entre a residência de cada família e as instituições, estipulava qual das instituições acompanharia as pessoas de cada zona. Internamente, os/as profissionais organizam-se segundo o número de pessoas que compõe o agregado familiar e as suas faixas etárias, devido às suas experiências profissionais anteriores: o/a ES acompanha famílias com filhos, por ter experiência no trabalho com crianças e com pais; o/a AS, devido à sua experiência com pessoas idosas, acompanha famílias sem filhos e faixas etárias mais avançadas. Ambos/as os/as profissionais reportam sentirem-se confortáveis a desenvolver o seu papel profissional, considerando que desta forma é proporcionado um melhor acompanhamento a estas pessoas – “ao organizarmos desta forma os acompanhamentos, e tendo a noção do nosso conhecimento sobre algumas das problemáticas mais recorrentes, a tendência é que o acompanhamento seja melhor” (Cf. Apêndice D, Registo nº 1).

Em várias conversas com estes/as profissionais, são referidas algumas problemáticas sociais associadas a cada uma das tipologias das famílias acompanhadas, tendo estas sido sistematizadas na primeira reunião formalizada com as mesmas (Cf. Apêndice D, Registo nº 1). Nos agregados familiares maiores e com muitos graus de parentesco envolvidos, é comum, segundo as profissionais, existirem conflitos entre os seus membros sendo, na grande maioria das vezes, necessário mediar algumas conversas. Já nos agregados com pessoas idosas e isoladas, o que normalmente procuram no acompanhamento é orientação relativamente às burocracias associadas a grandes entidades, como o Instituto da Segurança Social e os serviços

de Saúde. Nos agregados monoparentais, a problemática que estas profissionais mais identificam é a falta de meios de subsistência e o desemprego sistemático e duradouro. Por último, são também identificadas problemáticas comuns à maioria das famílias acompanhadas como o pouco desenvolvimento das competências pessoais, sociais e parentais, e a falta de atividades para ocupação de tempo livre.

Conhecendo-se já um pouco a forma como este SAAS funciona e as problemáticas mais identificadas pelos/as profissionais de proximidade segue-se, então, a caracterização dos/as participantes do projeto.

### **2.3. PARTICIPANTES**

Para que os/as participantes do projeto sejam caracterizados da forma mais completa possível, torna-se impreterível explorar teoricamente algumas temáticas e conceitos utilizados. Tendo o projeto como ponto de partida o SAAS e as famílias que por ele são acompanhadas, tornou-se necessário explorar aspetos relacionados com as mesmas.

Como já referido anteriormente (cf. 1.4. Famílias Multidesafiadas), as famílias multidesafiadas estão rodeadas de vários desafios e problemas que afetam vários membros da mesma. Desta forma, as famílias caracterizam-se por várias dificuldades que, sendo diferentes, se repetem e se influenciam mutuamente (Sousa, 2005).

Com base nesta caracterização, e em conversa com os/as dois/duas profissionais (cf. Apêndice D, Registo nº 1), é possível constatar que, no total, são acompanhadas cerca de 200 famílias. A grande maioria das famílias são caracterizadas como monoparentais ou famílias “nucleares com filhos” (compostas por pai, mãe e filhos), seguindo-se múltiplos agregados familiares compostos apenas por uma pessoa (maioritariamente idosos) e cerca de seis famílias com outras tipologias (compostas por vários graus de parentesco, como avós, pais, tios, filhos e netos).

Tendo em conta a divisão do acompanhamento das famílias acima explicitado, o/a ES acompanha cerca de 105 famílias, totalizando cerca de 300 pessoas; já o/a AS acompanha cerca

de 95 famílias, totalizando cerca de 150 pessoas. Assim, tendo em conta o número de famílias, surge a necessidade de selecionar algumas delas para iniciar este conhecimento.

Tendo eu, investigadora/interventora, colaborado anteriormente com este CC, já tinha algum conhecimento e relação com algumas destas famílias. Embora o papel e a própria profundidade da relação com estas famílias fossem diferentes, o critério-base desta seleção inicial prende-se com a relação já existente com as mesmas. Assim, o conhecimento iniciou-se com algumas famílias com quem eu, investigadora/interventora, me vou cruzando, em momentos mais informais, dentro e fora da instituição.

Apesar de, inicialmente, o intuito ser coconstruir um projeto com famílias, ao olhar e conhecer a realidade de outra forma, foi possível compreender a necessidade de se intervir com membros destas famílias – mulheres, mães, avós – que são o seu suporte.

Após reunir com estes/as profissionais (cf. Apêndice D, registos nº 2 e 3), tomou-se como ponto de partida encontrar-se com elementos de duas famílias, a Senhora A e a Senhora D. Numa conversa intencional, um/a dos/as profissionais do SAAS referiu a necessidade de se voltar a reunir um grupo de mulheres que anteriormente se encontravam no CC semanalmente. Porém, com as reestruturações que o SAAS sofreu, estando os/as profissionais apenas afetos/as àquele serviço específico, este grupo deixou de se encontrar por não existir nenhum profissional que desse continuidade à atividade. Assim, através da necessidade da Senhora A de encontrar uma ocupação que “me tire de casa!” (cf. Apêndice E, registo nº 2) e desta necessidade identificada pelo/a profissional, juntaram-se a este grupo de participantes mais cinco mulheres.

O grupo foi constituído por sete participantes e protagonistas deste projeto – mulheres, com idades compreendidas entre os 36 e os 63 anos, residentes no concelho em questão. Todas elas são acompanhadas pelo SAAS, tendo também em comum o facto de se encontrem em situação de desemprego prolongado/ aposentadas e com necessidade de ocupar algum do seu tempo. Destas participantes, a Senhora D não se enquadrou no grupo de mulheres que, entretanto, se voltou a reunir, tendo necessidades e constrangimentos muito diferentes e específicos. Desta forma, foi atriz e participante no projeto, mas de uma forma mais individual e especializada nas suas necessidades, tendo esta participação terminado em março de 2023, por opção da mesma.

Apesar de algumas destas mulheres se conhecerem por frequentarem vários grupos dinamizados anteriormente no CC e, por isso, terem algum conhecimento umas sobre as outras, foi-se percebendo, ao longo dos encontros que todas tinham algumas características em comum, identificando-se progressivamente umas com as outras. Para além do facto de todas serem/ terem sido acompanhadas no SAAS do CC e estarem sem ocupação laboral, todas estas mulheres manifestaram a necessidade de terem uma ocupação que lhes permita sair de sua casa, das suas tarefas e “obrigações” domésticas. São muitos os relatos de tarefas rotineiras que são constantemente realizadas por estas mulheres, nas suas casas, por “não ter nada para fazer, estou sempre a arrumar o que está arrumado” (Senhora L).

Aliada a esta falta de ocupação, também a solidão e o isolamento social estão muito presentes nos relatos destas mulheres. Testemunhos como “os meus netos vão para a escola e eu fico a arrumar tudo outra vez” (cf. Apêndice E, registo nº 2), “enquanto venho para cá não penso em coisas tristes” e “agora sou sozinha outra vez” (cf. Apêndice A, encontro nº 1) são comuns e frequentes ao longo de todos os encontros, demonstrando ser algo que incomoda cada uma destas mulheres. O fechamento sobre o meio familiar e o sentido de “vivo para e pela minha família” (cf. Apêndice A, encontro nº 1) é um tema que é focado em todos os encontros deste grupo, sendo sempre o mote de muitas partilhas e de muito debate.

Apresentadas, então, as características comuns de todas as participantes, segue-se uma breve caracterização individual das mesmas. De notar que a caracterização das participantes do grupo foi devolvida e discutida num dos encontros do mesmo, sendo, assim, uma caracterização participada.

A Senhora D foi a primeira participante do projeto. Migrante, vive com os dois filhos menores a seu cargo: o filho U, de 12 anos, e a filha M, de dois anos. Veio para Portugal no final de 2019 à procura de uma vida melhor. Em 2020, o filho U veio visitá-la e, devido à pandemia por COVID-19, não conseguiu regressar ao seu país de origem. Após algum tempo noutra concelho, a Senhora D foi viver sozinha com uma amiga para o concelho do projeto. Em 2021 engravidou da sua filha e por problemas de saúde cardíacos associados à gravidez, deixou de conseguir trabalhar. Desemprego esse que se perpetua até aos dias de hoje por falta de retaguarda que cuide da filha M para que esta possa procurar um emprego seguro e fixo. Mostra-se muito clara em identificar as suas necessidades e vontades, embora revele sentir-se muito insegura e desmotivada. Apesar do seu

envolvimento inicial, a Senhora D deixou de comparecer aos encontros individuais a partir do mês de março, não se conhecendo o seu paradeiro. De todo o modo, tendo o/a seu/sua profissional de referência do SAAS conhecimento das suas dificuldades, prontificou-se a acompanhá-la nos problemas identificados aquando do seu regresso ao CC.

A Senhora A, de 62 anos, é acompanhada por vários serviços do CC há muitos anos e por vários motivos. Atualmente tem sete filhos, 15 netos e um bisneto a caminho. Destes netos, tem a seu cargo o neto G, de cinco anos, e o neto N, de 14 anos, que vivem consigo. Embora tenha referido nos primeiros encontros, a nível individual com a investigadora, que tem uma relação muito próxima com a maioria dos filhos, refere também que não tem grande rede de apoio ao nível económico. Tem um grande amor aos netos, principalmente aos netos que vivem consigo, por “tomar conta deles desde sempre!” (cf. Apêndice E, Registo nº 2), estando também muito entusiasmada com a chegada de um bisneto, filho da sua neta mais velha. A Senhora A abandonou os estudos com 12 anos para ir trabalhar para a lavoura com o pai, e hoje “arrependo-me, porque a minha mãe sabia fazer muitas coisas em croché e em bordado e eu sempre quis aprender... Mas como trabalhava muito e muitas horas nunca tive hipótese!” (cf. Apêndice E, Registo nº 2). Tem um grande gosto em ter tudo “arrumado e limpo à sua volta”, e gostava muito de aprender a bordar e a fazer croché para “me manter ocupada!” (cf. Apêndice E, Registo nº 2). De temperamento forte, e apesar de ter algumas dificuldades em estar em grandes grupos, foi a grande impulsionadora da formação de um novo grupo, com alguns dos elementos do grupo anterior.

Com um gosto incontornável por animais que partilha com os filhos, a Senhora C é curiosa e interessada. Tem 63 anos, e tem nos seus filhos a sua prioridade e o seu orgulho, dando sempre o seu melhor para os ver felizes. A sua filha mais velha estuda medicina veterinária numa Universidade no norte do país e, apesar das saudades, demonstra um apoio incondicional para com a mesma. Encontra no filho mais novo o seu porto seguro, sendo com ele que passa a grande maioria do seu tempo. Partilha com outros membros do grupo a sua preocupação com o futuro dos seus filhos e demonstra um sentido crítico relativamente a problemáticas sociais, nomeadamente as que envolvem famílias e crianças com necessidades educativas especiais por as ter sentido na primeira pessoa, com um dos seus filhos. Apesar de ter um grupo de amigas que se encontra com alguma frequência, a Senhora C revela que a participação no grupo é algo que “me tira de casa e me alivia a cabeça” (Apêndice A, Encontro nº 7). Mostra-se muito solidária e

cooperativa com todo o grupo, disponibilizando-se para ajudar em várias tarefas e assuntos fora do espaço físico e do tempo do grupo.

A Senhora F, muito apressada e sempre pronta para conversar, adora fazer croché e tudo o que envolva pôr em prática alguma da sua criatividade. Emigrante durante muitos anos e com muitas histórias para contar, a Senhora F conhece detalhes sobre muitas nacionalidades e culturas, que adora partilhar com todo o grupo. Há alguns anos, sofreu um grave acidente de viação que a deixou com sequelas físicas para a vida inteira, sendo, para ela, uma grande dor. Com várias perdas na sua vida, decidiu voltar definitivamente para Portugal no “rebentar” da pandemia, enfrentando um novo desafio – reestruturar e mobiliar uma casa inteira sozinha e com todas as restrições de contacto e circulação que existiam. É a participante que vive mais longe do CC mas é aquela que é mais assídua, demonstrando ser “muito comprometida com as coisas em que me meto” (cf. Apêndice A, Encontro nº 5). Apesar de ser “desenrascada”, o facto de ter vivido cerca de duas décadas emigrada leva-a a ter algumas dúvidas e dificuldades com as burocracias portuguesas, tendo algumas necessidades a esse nível.

Animada e sempre cheia de “energia”, a Senhora L é uma participante assídua em todos os grupos que o CC já teve, sendo também voluntária noutras atividades do mesmo. Com uma história de vida difícil e com um relacionamento abusivo que ultrapassou, a Senhora L tem vindo a lutar pela sua autoestima e independência ao longo do último ano. Revela muito interesse em conviver, dizendo que “vir ao grupo é espaiar a cabeça” porque “conversamos sobre muita coisa e trocamos experiências” (cf. Apêndice A, Encontro nº 11). Refere, desde o início dos encontros do grupo, querer fazer uma exposição com os trabalhos feitos por todo o grupo para “as pessoas verem que nós também somos gente!” (cf. Apêndice F, Encontro nº 1). Foi dela e desta afirmação que surgiu o debate e a reflexão sobre o preconceito que estas senhoras sentiam por parte da sociedade por serem apoiadas nos SAAS.

Apesar de viver um momento complicado relacionado com a perda de alguém muito próximo, a Senhora M traz sempre a sua calma para o grupo. Com vontade de aprender sempre mais, é muito raro faltar. Tem dois filhos com problemas de saúde, tendo dificuldade em manter uma atividade profissional por ter que os acompanhar a várias consultas. Mãe solteira, a Senhora M tem o seu foco nos filhos, partilhando alguns detalhes sobre os mesmos com muito carinho e preocupação.

É muito criativa e tem muita paciência e cuidado para partilhar novas técnicas com as suas colegas. Com uma consciência social muito grande, a Senhora M revela muitas capacidades que, aliadas à sua curiosidade, culminam numa grande vontade de aprender coisas novas. Como um dos seus filhos está prestes a ingressar no ensino superior, as suas dúvidas com o preenchimento da candidatura e de outros procedimentos nesta área foram tema de conversa e de reflexão nos encontros em grupo.

Muito reservada ao nível da comunicação verbal, a Senhora P está sempre pronta para ouvir as suas colegas e para se expressar através de gestos e olhares, quando sente que é necessário. De índole tímida, a Senhora P vai-se expressando quando algo lhe é dirigido diretamente. Sente que o grupo é “um sítio para conversar e estar distraída”, acrescentando ainda que “tenho ocupado o meu tempo livre em casa com as coisas que aprendo aqui (...) e com a motivação que tenho de fazer para vos mostrar na semana a seguir” (cf. Apêndice A, encontro nº 7).

Assim, todas as estas mulheres se consideram “uma peça do grupo”, quer pela relação que já tinham e que estão a fortalecer, quer pela partilha de vários gostos, interesses e dificuldades/necessidades. Para além disso, também consideram que eu, enquanto investigadora/interventora, faço parte do grupo, por todos os momentos que temos vindo a partilhar e a viver juntas; sentimento esse que também partilho.

## **2.4. AVALIAÇÃO DO CONTEXTO**

Caraterizados/as os/as participantes do projeto e, para que o projeto de educação e intervenção social seja participado e parta dos contributos e conhecimentos de todos os que nele participaram, é necessário avaliar o contexto no que concerne às suas potencialidades, aos recursos existentes no mesmo, problemas e necessidades sentidas. Para isto, e seguindo o Modelo CIPP, avança-se para a Avaliação de Contexto (Stufflebeam, & Shinkfield, 1995), podendo ser consultada no Apêndice G, um quadro-síntese da mesma.

Inicialmente, e com vista a conhecer esta realidade, foram realizadas conversas intencionais com os elementos da equipa do CC, especialmente os/as profissionais do SAAS. Após o início dos encontros com as participantes, e em paralelo com as conversas intencionais realizadas,

aconteceram cerca de 10 encontros individuais e 16 encontros em grupo entre o dia 04 de janeiro e o dia 27 de junho de 2023. Nestes encontros, inicialmente de carácter individual, foi possível conhecer todas as participantes de uma forma mais aprofundada, conhecendo não só alguns aspetos da sua vida, mas também a sua história e a forma como observam e analisam o Mundo e, desta forma, traçarmos em conjunto o desenho de projeto e o plano para o seu desenvolvimento.

Serrano (2008) traz-nos a definição de problema com uma situação contrária ao imaginado, acabando por prejudicar e condicionar a qualidade de vida das pessoas de um determinado contexto. Problemas estes que podem colocar em evidência necessidades. As necessidades são disparidades entre aquilo que as pessoas percecionam que a realidade devia ser e aquilo que a realidade é (Serrano, 2008). Assim, a existência destas necessidades é aquilo que leva à reflexão do que devia existir nas suas vidas e que lhes permitiria combater o problema associado.

A avaliação de contexto teve em conta a análise da realidade conhecida e foi realizada pelas participantes do projeto, através de conversas intencionais, pelos/as profissionais do SAAS e por mim, enquanto investigadora/interventora e participante em todo o projeto. Em conjunto, foram sendo observadas algumas lacunas na realidade que permitiram elencar alguns problemas e pensar sobre o que pode ser feito no sentido de os resolver. Em seguida, serão problematizados alguns aspetos do contexto, tendo sempre em mente que, noutra momento do conhecimento da realidade, os mesmos poderiam ser percecionados de outra forma.

É partindo das perspetivas dos vários atores sociais que é possível, para além de identificar os problemas através dos seus indicadores, identificar necessidades, não sendo possível compreendê-los sem a perspetiva de quem os sente e vive em primeira pessoa. Para além disso, as perspetivas de cada ator/ atriz social difere, sendo crucial a existência de trabalho conjunto para que não se caía na homogeneização destes problemas.

Um aspeto que foi, desde logo, identificado pelas profissionais, por mim, investigadora/interventora, e por algumas das participantes do grupo foi o seu fechamento no seio familiar e conseqüente isolamento social (P1). Foi em conjunto com uma das mulheres do grupo que foi, primeiramente, identificado este problema, tendo este sido partilhado e debatido com as restantes participantes posteriormente.

Após a reunião com os elementos do grupo anterior e o início dos encontros em grupo, discursos como “preciso de sair de casa”, “fico sempre em casa a arrumar o que está arrumado” e “ficar em casa a pensar em coisas más? Não!” (cf. Apêndice F, encontro nº 1) eram frequentes. Conforme os encontros foram avançando, a necessidade de ter uma atividade de ocupação para os tempos livres que realmente fosse ao encontro dos seus gostos e interesses foi algo evidente, sendo também algo notório a necessidade de se conhecerem mais e melhor entre si, de partilharem mais sobre si. Apesar de já existir alguma familiaridade entre todas, quer por já terem feito parte de outros grupos no CC, quer por residirem ou frequentarem os mesmos espaços, não existia uma relação de conhecimento e proximidade entre todas.

Foi também ao longo destes encontros individuais e com o grupo que foi identificado o segundo problema (P2): Baixa autoestima e desvalorização de capacidades e competências pessoais. Para além de ter sido identificado por mim, também um/a dos/as técnicos/as de SAAS indicou a baixa autoestima da grande maioria das participantes como um problema, afirmando que não só o desemprego de longa duração como as histórias de vida de cada uma destas mulheres potenciaram este problema. Discursos marcados por afirmações como “Ó Catarina, eu não sou boa a fazer isto... Não sei se vou conseguir aprender” (cf. Apêndice A, encontro nº 3) ou ainda “Eu não tenho idade para aprender essas coisas!” (cf. Apêndice E, registo nº 3; Apêndice F, encontro nº 3) são habituais em todos os encontros semanais. Acerca desta desvalorização, Sampaio e Sequeira (2020) referem que a autoavaliação negativa, o conformismo e a dependência excessiva da opinião de terceiros são comumente apresentados num quadro de baixa autoestima.

De facto, quando refletem sobre isto, estas mulheres acabam por ir ao encontro do que foi referido pelo/a profissional de SAAS, relacionando esta baixa autoestima com as suas vivências pessoais e as dificuldades constantemente presentes nas suas vidas, tais como a insuficiência de rendimentos, problemas de saúde e as relações familiares instáveis. Revelam a necessidade de terem um espaço seguro onde possam conversar e partilhar aspetos da sua vida e, ao mesmo tempo, terem um espaço para apenas estarem com pessoas que sabem que as compreendem. Por tudo isto, é importante que se desenvolvam expectativas mais positivas sobre si, acreditando no seu próprio valor e utilidade e, assim, reverter este processo de desvalorização.

Outro problema identificado e priorizado prende-se com a dificuldade com as burocracias dos serviços públicos Portugueses (P3). Este problema foi identificado, em primeiro lugar, nos encontros individuais com a Senhora A e com a Senhora D. A própria Senhora D, nos primeiros encontros individuais (cf. Apêndice H, encontro nº 1), evidenciou duas necessidades – conseguir regularizar a situação do seu filho U no SEF e inscrever a sua filha M na creche gratuita – que vão ao encontro deste mesmo problema.

Para além da Senhora D, também a Senhora A e as restantes participantes no grupo consideram que “cá em Portugal há muitas burocracias que não são justificáveis” (Senhora F) (cf. Apêndice A, Encontro nº 6), revelando-se, muitas vezes, confusas quanto a algumas informações que vão ouvindo na comunicação social relativamente a apoios do Estado. Também as mudanças institucionais ao nível do SAAS acabam por confundir e trazer algumas dúvidas a estas mulheres pois “são tantos serviços que nunca sei onde ir, e agora com estas mudanças muito menos”, acabando por nunca saber bem “o que fazer e onde entregar o quê” (Senhora C) (cf. Apêndice A, Encontro nº 6). Desta forma, torna-se fulcral que se conheçam os serviços existentes na comunidade e as respostas desenvolvidas pelos mesmos. Assim, promove-se a autonomia destas mulheres e previne-se a possível sobrecarga dos serviços.

No que concerne ao quarto problema identificado (P4), este diz respeito ao preconceito e desvalorização da sociedade para com as famílias acompanhadas em SAAS. Num dos primeiros encontros em grupo, a Senhora L referiu que “as pessoas verem que nós também somos gente! E também sabemos fazer coisas!”. Tendo em conta esta afirmação, investigou-se um pouco mais sobre esta perceção, iniciando uma conversa com todos os membros do grupo (cf. Apêndice A, Encontro nº 2). O grupo foi questionado sobre a sua perceção acerca dos discursos que as pessoas da comunidade tinham sobre elas, enquanto pessoas acompanhadas pelo SAAS. Embora algumas concordassem que o preconceito existe e verbalizassem que “as pessoas olham sempre de lado por virmos aqui buscar comida, por exemplo...”, nem todas concordam que isso as afete ou que condicione de alguma forma a sua vida diária. O preconceito e a desvalorização perante estas famílias é algo que, apesar de não ser tão visível ainda está presente nos discursos sociais. Ferreira (2015) fala-nos sobre as representações negativas criadas sobre as pessoas/ famílias que recebem algum tipo de apoios sociais, acabando por condená-los socialmente e contrariar o objetivo da medida – a inclusão social dos indivíduos na sociedade. Quando questionadas sobre o

que ouvem acerca das pessoas apoiadas por alguma das medidas sociais vigentes, as mulheres referem frases como: “Dizem que somos malandros e não trabalhamos porque não queremos”; “temos filhos apenas para receber mais dinheiro”; “olhe, já me disseram que eu não me podia queixar porque me pagavam as contas todas”. No entanto, concordam que “isto não me afeta, as pessoas não têm que saber da minha vida” (cf. Apêndice F, Encontro nº 3).

Para além dos problemas e necessidades, para o desenho e desenvolvimento do projeto, é necessário considerar também os constrangimentos, os recursos e potencialidades existentes nesta realidade e que podem ser utilizados.

No que diz respeito aos recursos humanos, identificam-se as participantes do projeto e a equipa de profissionais do CC, nomeadamente os/as profissionais do SAAS. Para além disso, todos os outros intervenientes e serviços do CC podem ser vistos como um benefício por se revelarem uma “porta” para uma mais fácil integração e acesso à comunidade. Relativamente a recursos físicos e materiais, é de salientar o espaço comunitário do edifício do CC, com vários espaços e materiais disponíveis para a realização do projeto.

No que concerne às potencialidades, destacam-se algumas competências e capacidades das participantes, bem como interesses e gostos que têm revelado. Para além do sentido de humor, todas as participantes demonstram um sentido crítico sobre as problemáticas sociais que são abordadas ao longo dos encontros, demonstrando grande empatia e compreensão pelas situações umas das outras. Não se pode, também, deixar de salientar a disponibilidade de toda a equipa do CC, especialmente do SAAS, para este projeto, aceitando a intervenção com estas mulheres com base numa metodologia e em princípios diferentes daquilo que está formalmente explanado nas suas orientações de trabalho. No fundo, a grande potencialidade prende-se com a relação criada quer entre estas mulheres, quer comigo, enquanto interventora neste projeto. A profundidade das relações deve-se, muitas vezes, à habilidade de escutar e de saber olhar para o outro. Estas mulheres, apesar de desvalorizarem muitas das suas competências, sabem demonstrar a sua preocupação e disponibilidade umas com as outras.

Para além das potencialidades e dos recursos, existem também alguns constrangimentos a evidenciar, nomeadamente a burocracia existente não só dentro do SAAS mas dentro do próprio

CC, condicionando e atrasando alguns procedimentos. Exemplo destes constrangimentos são as dificuldades em contactar a direção da instituição e toda a burocracia decorrente desses contactos. Outro constrangimento diz respeito à resistência à mudança: apesar de terem vontade de mudar a sua situação, estas mulheres, talvez por desvalorizarem as suas capacidades, têm dificuldade em acreditar que é possível mudar alguma coisa. Mostram também um descreditar em projetos ou atividades institucionais por sentirem que “tudo está decidido antes sequer de nós virmos”. Ao perceber que este projeto iria ser diferente, quando questionadas sobre as suas expectativas, referem esperar “(...) liberdade e coisas que nós gostamos de fazer” (Senhora L) e “uma coisa decidida por todas” (Senhora P) (cf. Apêndice F, Encontro nº1).

### **3. DESENHO DO PROJETO**

Explanada a análise e a avaliação de contexto, estão reunidas condições para a definição de metas e objetivos, desenhando e planificando o projeto em conjunto com todos os atores sociais. Assim, no presente capítulo apresentam-se a finalidade, os objetivos, as estratégias utilizadas e o plano de ações a desenvolver. Por fim, inclui-se também no presente capítulo a avaliação de entrada. O desenho do projeto apresenta-se sintetizado num quadro, disponível para consulta no Apêndice I.

#### **3.1.FINALIDADE, OBJETIVOS, ESTRATÉGIAS E AÇÕES**

Cembranos et al. (2001) e Guerra (2002) trazem-nos algumas noções sobre a finalidade de um projeto que se tornam orientadores aquando do desenho do mesmo. A finalidade está sempre associada a uma certa utopia, apresentando-se como a motivação para a ação, orientando-a e tornando-a intencional.

Tendo em conta os problemas identificados na avaliação de contexto, definiu-se com finalidade do projeto: Promover o bem-estar, a autonomização e a socialização de mulheres de famílias em risco de isolamento social. Para esta ser alcançada, foram estabelecidos objetivos gerais (OG), onde, de uma forma mais ampla, configurar-se-ão como orientadores da intencionalidade de todas as ações. A cada OG estão associados objetivos específicos (OE) que, no presente projeto, serão sempre definidos do ponto de vista das participantes, e que, à semelhança dos OG, orientarão a intencionalidade de todas as ações, embora de uma forma mais concreta e operacional (Serrano, 2008).

Existindo já uma finalidade, foram definidos os seguintes objetivos:

OG1: Potenciar a partilha de competências e interesses pessoais em grupo.

É esperado que as pessoas sejam capazes de...

OE1.1. Reconhecer os seus interesses como forma de ocupação e valorizá-los; OE1.2. Partilhar os seus conhecimentos com outras pessoas/ com a comunidade à sua volta; OE1.3. Planear e organizar eventos e atividades em grupo.

OG2: Ampliar a rede de suporte social.

É esperado que as pessoas sejam capazes de...

OE2.1. Participar de forma ativa nos encontros em grupo; OE2.2. Reconhecer as instituições locais para onde se dirigir, caso necessite de ajuda; OE2.3. Criar e consolidar redes de suporte social, contrariando a tendência para o fechamento no seio familiar.

OG3: Promover o aumento da autoestima das mulheres.

É esperado que as pessoas sejam capazes de...

OE3.1. Partilhar acontecimentos quotidianos e/ou perspetivas com o grupo; OE3.2. Reconhecer e valorizar as suas competências e potencialidades pessoais; OE3.3. Sentirem-se mais confiantes sobre si próprias, valorizando-se.

Para que estes objetivos se concretizem, serão utilizadas estratégias que promovam e estimulem a participação de todos/as os/as participantes do projeto. Assim, serão privilegiadas conversas intencionais, momentos de partilha, debate e reflexão e exercícios de dinâmicas de grupo. Para além destas estratégias, foram desenvolvidas várias atividades no âmbito das artes manuais diversas (desde o croché até ao ponto cruz, artes com eva, ...), procurando ir ao encontro dos gostos e interesses destas mulheres.

Tendo em vista a prossecução dos objetivos definidos foram planificadas duas ações: "As habilidosas" e "Conhe(Ser) o Mundo". As duas ações planeadas visam responder a todos os objetivos (gerais e específicos), combatendo os três problemas priorizados. A Ação 1 foi desenvolvida através da realização de encontros semanais que permitiam a ocupação do tempo destas mulheres. Nestes encontros, são partilhadas competências, interesses e vivências entre todas as participantes, aumentando o conhecimento intragrupo. Importa ainda referir que a

periodicidade dos encontros foi definida considerando a preferência e a disponibilidade dos espaços no CC onde os encontros (individuais e em grupo) acontecem. Com estas partilhas e através do gosto evidente e comum de todas pelas artes manuais, pretende-se que esta ação permita a criação de um espaço seguro, de socialização e de bem-estar, permitindo consequentemente a sua valorização pessoal e aumento de autoestima.

Já a Ação 2 visa uma vertente individualizada de intervenção. Assim, tratam-se de encontros a nível individual que visam a resolução de questões específicas e pontuais, direcionando-se às participantes do grupo e/ou outras que necessitem de orientação neste sentido. Tem como intuito principal dar a conhecer os apoios, instituições e organizações comunitárias e nacionais, as suas funções e mudanças, de forma a que seja possível, após identificadas as necessidades/problemas, dirigir-se ao serviço adequado.

Ambas as ações têm em vista a superação das necessidades apresentadas. Com a realização destas ações pretende-se contrariar a tendência ao isolamento e encontrar uma ocupação do tempo livre das participantes que vá ao encontro dos seus gostos e interesses. Ocupação esta que vai potenciar o desenvolvimento de mecanismos que permitirão não só aumentar a sua autoestima, mas também potenciar o seu empoderamento.

### **3.2. AVALIAÇÃO DE ENTRADA**

Stufflebeam e Skinkfield (1987) definem avaliação de entrada como uma reflexão do desenho do projeto. O seu objetivo é avaliar a exequibilidade do projeto, percebendo se o desenho do mesmo está ajustado aos problemas, necessidades, recursos e potencialidades identificados.

Relativamente aos constrangimentos referidos anteriormente (Cf. 2.4. Avaliação de contexto) – burocracia nos procedimentos do CC e a resistência das participantes à mudança – estes poderão ser resolvidos com recurso às potencialidades existentes. Apesar da grande burocracia nos procedimentos deste CC, a disponibilidade da equipa técnica é uma mais-valia, na medida em que apoia e dá alguma retaguarda ao projeto, acabando por sugerir alternativas para agilizar processos e contactos com a direção técnica. Na mesma medida, o facto de as participantes terem criado uma relação coesa e assente na escuta ativa e na empatia, quer comigo, quer entre si,

poderá permitir perpetuar a criação de novas e positivas expectativas sobre si próprias e na relação com o outro, e que se construam novas e mais criativas imagens de si mesmas.

Refletindo sobre os recursos disponíveis, é de salientar que a disponibilidade quer da equipa, quer do espaço físico do CC permite que o projeto seja exequível e viável. No entanto, são as mulheres que nele participam, eu própria, e a relação que criamos que permitem pensar na continuidade deste grupo, mesmo que noutra espaço físico. Continuidade esta que abre portas não só à reflexão do problema não priorizado, mas também ao surgimento de novos desafios e problemas, à reflexão sobre os mesmos e à sua resolução. Para além disso, a consciência crítica aliada à capacidade empática e de escuta que estas possuem constituem-se importantes recursos na resolução de problemas individuais ou partilhados, pensando em soluções ou partilhando pontos de vista diferentes sobre os mesmos.

No que concerne a estratégias anteriormente mencionadas (Cf. 2.4. Avaliação de contexto), estas revelam-se essenciais para o contínuo conhecimento da realidade e investimento na relação de proximidade e confiança com as participantes. A partilha de momentos do quotidiano e, conseqüentemente, de histórias de vida é algo que, estando presente em todos os encontros, permite a identificação e a criação de relações de confiança entre todas as participantes, potenciando assim, o sentimento de pertença. Para além disso, o gosto evidente pelas artes manuais, a partilha de peças/trabalhos e das dificuldades encontradas na sua realização, e as dicas e elogios que vão recebendo das outras pessoas promovem a motivação para “fazer mais e melhor”. Esta motivação resulta no aumento da valorização das suas capacidades e competências e, conseqüentemente, no aumento da sua autoestima e melhoramento da sua autoimagem.

Neste sentido, tendo em conta os objetivos definidos, a Ação 1 – “As habilidosas” – procura responder à necessidade explicitada pelas mulheres do grupo de ter uma atividade de ocupação do tempo livre, assente nos seus gostos e interesses. A partir desta ação, é também possível contrariar a tendência para o fechamento no seio familiar e conseqüente isolamento social, permitindo que, através da partilha de conhecimentos, sentimentos e vivências, se sintam valorizadas e capazes. Paralelamente ao já mencionado, a Ação 1 poderá também contribuir para a manutenção de um espaço de partilha seguro. Espaço esse que permitirá que as participantes

se sintam compreendidas e “amparadas” e, no meio do convívio e socialização, encontrem um espaço seguro, onde podem ser verdadeiramente elas próprias.

A Ação 2 – “Conhe(ser) o Mundo” –, por sua vez, pretende responder diretamente à dificuldade que algumas das participantes sentem ter no que diz respeito às instituições e apoios locais e nacionais. Devido ao facto de passarem a ter informações úteis no seu quotidiano, presente e/ou futuro, esta ação poderá também potenciar a sua autonomização e empoderamento, o que, conseqüentemente, levará a uma maior valorização pessoal.

Embora ambas as ações visem responder a diferentes problemas, é notório que se coadjuvam numa finalidade: a melhoria da qualidade de vida das participantes e, conseqüentemente, das suas famílias. Promovendo o empoderamento do grupo e respeitando sempre o seu tempo, as duas ações procuram, para além dos objetivos definidos, estimular e promover um conjunto de capacidades e competências pessoais e sociais, tais como: a comunicação, a organização, o trabalho de equipa, a autonomia e a motivação.

É a concretização dos OE, que respondem aos OG e, conseqüentemente, às necessidades identificadas, que permite contrariar as causas dos problemas priorizados. Assim, através da partilha de competências e capacidades num espaço seguro de socialização e partilha, promove-se o aumento da autoestima das mulheres e, conseqüentemente, contraria-se o fechamento no seio familiar. Desta forma, é possível dirigir o caminho no sentido da finalidade estabelecida: Promover o bem-estar, a autonomização e a socialização de mulheres de famílias em risco de isolamento social.

Já no que concerne à avaliação do projeto, esta será concretizada quer através da análise das discussões em grupo com as participantes, quer através das informações recolhidas via observação participante e conversas intencionais com a equipa do CC que acompanha o desenvolvimento do projeto e com as pessoas que integram o grupo.

## 4. DESENVOLVIMENTO DO PROJETO E AVALIAÇÃO DO PROCESSO

No presente capítulo apresentar-se-á o desenvolvimento das ações do projeto e a respetiva avaliação. As ações são descritas ao longo de todo o capítulo, sendo depois refletidas, tendo em conta as implicações na vida das pessoas e a sua adequação em responder aos objetivos enunciados. Esta avaliação e reflexão corresponde à avaliação do processo do Modelo CIPP (Stufflebean & Shinkfiel, 1987), sendo nesta etapa que se reformula e reorienta as ações previamente desenhadas. Pretende-se que seja uma avaliação de todo o caminho percorrido até ao momento, permitindo reorientar o projeto para que este sirva as reais necessidades das pessoas. Desta forma, pretende-se compreender se o projeto decorreu como planeado, explicando o que correu menos bem e explorando as razões. Atendendo à metodologia adotada, são as vozes dos/as participantes que são priorizadas, sendo também respeitados o seu espaço e tempo. Respeito este que se deve às características que o/a educador/a social, enquanto profissional de relação, deve ter, tais como a empatia, a aceitação incondicional e a congruência (Timóteo, 2010). Portanto, a avaliação do processo foi realizada a partir de conversas intencionais mantidas com as participantes, ao longo dos encontros, de forma a que se conseguissem ajustar estratégias e procedimentos e, existindo necessidade, criar-se ações ou atividades que não estavam inicialmente previstas.

As ações descritas iniciaram-se com encontros individuais em janeiro de 2023, desenvolvendo-se 16 encontros grupais a partir de março de 2023. Estes encontros, com carácter semanal, deram-se no espaço do CC, entre as 14h30 e as 16h30, e desenvolveram-se, tal como referido anteriormente, tendo em conta a disponibilidade das participantes do projeto (cf. Apêndice F, Encontro nº 1). Assim, apesar das ações serem desenvolvidas entre janeiro e junho de 2023, o grupo continua a reunir-se para além da data determinada pelo calendário académico de escrita deste relatório, de acordo com a disponibilidade de todas as participantes.

No âmbito da análise da realidade e, como anteriormente mencionado, foram iniciados encontros com duas das oito famílias selecionadas inicialmente. De forma a ser possível identificar-se e compreender-se algumas das necessidades das duas famílias selecionadas, agendaram-se encontros individuais, de carácter semanal e com uma duração variável entre uma a duas horas. Encontros estes que abriram caminho para o surgimento da Ação 2 – “Conhe(ser) o Mundo”.

No entanto, após os primeiros encontros individuais com a Senhora A e devido às necessidades manifestadas pela mesma, reconheceu-se, em conjunto com os/as profissionais de SAAS, a necessidade emergente de voltar a reunir um grupo de mulheres que, até à reestruturação do SAAS, se reunia com carácter semanal no CC, e do qual a Senhora A fazia parte. Os elementos deste grupo foram contactados e foram realizados três encontros onde se identificaram alguns problemas e se definiram prioridades (cf. Apêndice F). Posteriormente, foram definidos os objetivos e as ações correspondentes, surgindo assim a Ação 1 – “As habilidosas”. Sendo composta por encontros regulares, foi possível calendarizar a ação, embora sempre aberta a mudanças (disponíveis para consulta no Apêndice I).

Ambas as ações foram realizadas de acordo com a disponibilidade de todos os seus envolvidos, respeitando os tempos de cada um. Assim, quer as datas, quer os horários de todos os encontros no âmbito das duas ações foram calendarizados consoante as necessidades de todas. Alguns constrangimentos e impedimentos pessoais de algumas das participantes impactaram a realização das ações, nomeadamente na Ação 2. No âmbito desta ação foram realizados quatro encontros com a Senhora D que, após o quarto encontro, deixou de estar contactável e de frequentar as instalações do CC. Tendo a Senhora A integrado o grupo das “Habilidosas” (Ação 1), deixou de fazer sentido para a mesma continuar a encontrar-se de forma individual comigo. Desta forma, tendo em conta estes acontecimentos e após muito se refletir sobre eles, decidiu-se que a Ação 2 não teria continuidade neste projeto. Esta descontinuidade da Ação 2 foi alvo de reflexão e análise, possível de ser consultada no Apêndice K.

Por conseguinte, no subcapítulo seguinte são descritos, interpretados e refletidos todos os detalhes do desenvolvimento da Ação 1, sendo também referidas e refletidas as avaliações e ajustes que se foram realizando ao longo do seu desenvolvimento.

Tal como já foi referido, a Ação 1 surgiu devido à necessidade que a Senhora A expressou de se voltar a reunir com outras pessoas. Esta necessidade, aliada à referência feita pelos/as profissionais do CC ao grupo de mulheres que ali outrora se reunia, foi o mote para o início desta ação.

Esta ação contemplou encontros sistemáticos e regulares entre as participantes do projeto num dos espaços do CC, originando várias atividades e iniciativas. A Ação 1 iniciou-se em abril no seguimento de alguns encontros anteriores. Estes encontros tinham, por sua vez, o objetivo de conhecer estas mulheres, os seus interesses e as suas necessidades. Para efeitos da redação do presente relatório, a Ação 1 terminou no final do mês de junho, com uma atividade que muito motivou as participantes e que gerou muito entusiasmo – a exposição. No Apêndice A, estão disponíveis as descrições de todos estes encontros.

Nos primeiros encontros do grupo, ainda no âmbito do conhecimento da realidade, foi referido que o interesse e o gosto de todas pelas artes manuais mais “tradicional” (como o bordado livre, o ponto cruz, o croché e arte com papel de feltro), era algo que, para além de comum, as motivava a continuar a construir este caminho conjunto de projeto. De facto, a equipa de profissionais do SAAS que anteriormente organizava os encontros do grupo tinha já referido que “(...) elas adoram artes manuais e diziam muitas vezes que gostavam de fazer algumas coisas relacionadas com isso!”, tendo sido equacionado, antes do término do grupo anterior, “(...) a procura de patrocínios que colaborassem com material porque, infelizmente, não tínhamos verbas suficientes para avançar com essa ideia” (cf. Apêndice D, registo nº 5). Sendo este um grande interesse das mulheres, foi conjuntamente decidido no primeiro encontro com as mesmas que seria através desta atividade que iríamos refletir e debater algumas necessidades de todas.

Foi no âmbito da realização de peças destas artes manuais que surgiram relatos e afirmações relacionadas com o fechamento de cada uma destas mulheres no seu seio familiar, isolando-as da restante comunidade e levando-as a ter pensamentos e expectativas negativas sobre si. Quando questionadas sobre a importância e o significado que cada uma atribuía à iniciativa de voltar a reunir alguns elementos do grupo antigo, multiplicaram-se afirmações relativas à necessidade de ter uma atividade que lhes ocupasse os tempos livres e que, simultaneamente, lhes permitisse desenvolver novos laços e redes de apoio significativas (para além da família).

Foram verbalizadas frases como “Fico sempre em casa a arrumar o que está arrumado” (Senhora L) e “preciso de sair de casa e falar com pessoas” (Senhora F) (cf. Apêndice F, Encontro nº 1). Para além disto, eram visíveis discursos onde se evidenciava a desvalorização constante das suas capacidades e competências tais como “eu não tenho idade para aprender essas coisas!”, “não vou saber fazer isso” e “(...) não sei se vou conseguir aprender” (Senhora A) (cf. Apêndice E, registo nº 3). Foram várias as demonstrações indiretas da necessidade que sentiam de serem verdadeiramente compreendidas e de um espaço seguro de partilha e de socialização. Partindo deste espaço e das relações que o mesmo iria proporcionar, poderiam vir a desenvolver-se expectativas mais positivas sobre si próprias e sobre as suas capacidades.

Quando alguns dos problemas identificados em grupo foram refletidos e analisados em conjunto (cf. Apêndice F, Encontro nº 3), foram referidas também algumas das estratégias que não queriam que se utilizassem neste seu caminho. Foi referido por algumas das participantes que já tinham tido algumas abordagens relativamente à autoestima e ao papel da mulher noutros grupos organizados, há muitos anos, pelo SAAS e que estavam “(...) fartas de ter sessões e sessões formais, onde estamos a ouvir uma pessoa a falar... Isso não nos ajuda em nada!” (Senhora C) (cf. Apêndice F, Encontro nº 1). Desta forma, a hipótese que inicialmente tinha sido colocada para serem organizadas atividades com a colaboração do/a psicólogo/a do CC para serem discutidas e refletidas algumas das expectativas e imagens negativas que cada uma tinha de si própria, foi imediatamente retirada. Para além disto, quando dialogamos sobre algumas estratégias que podíamos utilizar durante os encontros em grupo, foi expressado por algumas das participantes que “não gosto destes jogos que às vezes fazemos [exercícios de dinâmica de grupo]”, dando como alternativa aos mesmos “(...) porque não conversamos só? Às vezes só quero poder conversar com alguém que sei que me vai tentar ajudar” (Senhora F) (cf. Apêndice F, Encontro nº 3). Desta forma, ficou definido, em conjunto, que este seria um grupo onde nos era permitido estar, conversar, brincar e, caso nos apetecesse, usar a agulha para ir tricotando ou “bordando” redes e laços entre todas nós.

Uma das estratégias que surgiu da necessidade de mantermos um contacto mais rápido e próximo, foi a utilização da rede social *Whatsapp*. Numa partilha sobre um modelo em croché, a Senhora F sugeriu à Senhora C que trocassem contactos para que, pelo *Whatsapp*, pudessem trocar modelos, receitas e conversar entre si de uma forma mais imediata e sem ter que esperar

pela semana seguinte. Convide esse que estendeu a todo o grupo, sendo até referido como uma boa alternativa para manter o contacto entre encontros (cf. Apêndice F, Encontro nº 3). Assim, todas trocamos contactos telefónicos, sendo, em seguida, sugerido que fosse eu, “porque és mais nova e desenrascas-te com isso melhor que nós”, a criar o grupo na rede social. Este pedido foi imediatamente aceite, pelo que se deu à criação do mesmo na hora. Foi também através desta rede social que se discutiu o nome do grupo. Quando a questão foi levantada, foram várias sugestões que foram dadas nomeadamente: “as maravilhosas”, “as persistentes”, “as incríveis”, sendo a mais consensual e unânime “as habilidosas”. Quando questionadas sobre a razão desta escolha, a Senhora F foi concisa e direta: “porque embora às vezes não consigamos fazer tudo aquilo que queremos, com um empurrãozinho arranjam sempre uma forma de chegarmos lá; somos umas habilidosas!” (cf. Apêndice F, Encontro nº 3). Assim, este foi, na minha perspetiva, o momento que marcou o início da Ação 1.

Este encontro (cf. Apêndice F, Encontro nº 3). levou-me a refletir sobre o poder das palavras, da escuta, da conversa. Por vezes, por muitas atividades que possamos planear ou prever, nada se compara ao poder que uma simples conversa pode ter. Nem sempre tudo tem de ser fixo e com evidências físicas de “como, quando, onde” aconteceu. Por vezes, é apenas necessário existir um espaço seguro, livre e com alguém disponível para nos ouvir.

Nestes encontros grupais, todas as participantes são encorajadas a deixar as suas barreiras e defesas do lado de fora da porta, relacionando-se de forma mais aberta e livre com as outras, num ambiente seguro e que permite contrariar o isolamento e favorecer a identificação e coesão grupal. Desta forma, procurando sempre respeitar os interesses e necessidades reveladas por estas mulheres, foram pensados em grupo os primeiros encontros. Este planeamento consistiu em organizar algumas atividades no âmbito das artes manuais, partindo sempre dos contributos e das participações de cada uma das mulheres presentes, sendo constantemente reestruturados e ajustados consoante as condições do momento da sua realização. Todos os encontros foram realizados num dos espaços do CC, às terças-feiras à tarde, tendo duração variável entre uma e duas horas. Embora o dia, a hora e a duração dos encontros tenha sido debatido e definido de acordo com as possibilidades de todas, quando alguma das pessoas não comparecia, o grupo informava-a sobre tudo o que tinha acontecido. Procurou-se que todas as pessoas fossem envolvidas em todos os momentos, algo que foi sentido como um dos principais motivos para

fomentar a participação continuada e assídua. Participação esta que se deu porque as participantes se sentiam efetivamente envolvidas, ouvidas, valorizadas: “aqui podemos decidir o que nos faz sentido fazer e isso faz com que nos dê vontade de vir e de fazer mais!” (Senhora A); “no nosso grupo fazemos coisas que gostamos e conseguimos conviver com outras pessoas! Isso dá-me vontade de vir!” (Senhora P) (cf. Apêndice A, Encontro nº 12).

Antes do designado “primeiro encontro”, o grupo havia já reunido para discutir questões relacionadas com desenvolvimento do projeto e para fomentar o conhecimento entre as participantes (cf. Apêndice F). Estes encontros foram importantes para o grupo refletir como é que se organizaria para coconstruir, comigo, este caminho em projeto. Desta forma, apenas os encontros posteriores foram integrados como Ação 1 sendo relatados, analisados e refletidos ao longo deste subcapítulo. Esta decisão foi tomada, por se considerar que os primeiros encontros tiveram o objetivo de reatar os laços anteriores e fomentar a criação de novos. Foi ao longo destes encontros iniciais que eu, enquanto investigadora/ interventora, percebi que as planificações, embora muito abertas a sugestões e mudanças, não são consonantes com a metodologia eleita para guiar este projeto e, na grande maioria das vezes, são mais securizantes para os profissionais do que para as pessoas.

O primeiro encontro no âmbito da Ação 1 deu-se no dia 28 de março de 2023, estando presentes todas as participantes do grupo (cf. Apêndice A, Encontro nº 1). Foi neste encontro que se deu a integração da Senhora A, sendo que, por motivos pessoais de força maior, ainda não lhe tinha sido possível comparecer aos encontros anteriores. Para além disto, deu-se também a despedida da Senhora O que, por motivos de saúde, não poderia continuar a encontrar-se connosco, prometendo, no entanto, “vir visitar-vos de vez em quando, para ver como está a correr todo o trabalho”. Neste encontro, aproveitando o facto de estar próxima uma das apresentações do desenvolvimento do projeto na unidade curricular de Seminário, e tendo em atenção a metodologia de investigação que rege o desenvolvimento deste projeto, foram devolvidas ao grupo as caracterizações que seriam apresentadas à turma de Mestrado. É de referir que as informações que constam nas descrições foram partilhadas em grupo, tratando-se de uma sùmula realizada por mim, enquanto investigadora/ interventora, com o intuito de criar um momento de discussão, de partilha e conhecimento no grupo. Para além de pretender que sentissem efetivamente que o projeto é de todas e que, portanto, todas temos o direito de

escolher o caminho a seguir, pretendia-se também criar um espaço onde fosse permitido a todas a reflexão e interpretação das visões e imagens que as colegas tinham sobre si.

A Senhora A descreve-se como “muito teimosa e isso é negativo às vezes”, tendo sido contraposta pela Senhora F, que lhe referiu que “ser teimosa às vezes é sinal de persistência!”, completando que “se eu não fosse teimosa, não fazia metade do croché que faço porque ia logo desistir, mas eu sou teimosa o suficiente para voltar a tentar! Por isso, não vejas isso como uma coisa má”. Também a Senhora C, aquando da sua caracterização, referiu que “acho que não vou ser muito capaz de fazer muitas coisas destas, mas ‘tá bem”; ao qual a Senhora M referiu que “claro que vais, C! És tão desenrascada! Claro que vais conseguir! E, depois, nós estamos aqui todas e todas nos vamos ajudar umas às outras!”. Ainda a Senhora C referiu que um dos aspetos que estava muito correto na sua caracterização era a ligação à família, referindo que “vivo para e pela minha família”.

Outro acontecimento importante prendeu-se com a designação que cada uma teria no projeto. Após todas as caracterizações terem sido partilhadas e refletidas, levantei-lhes a questão: “como querem ser designadas no relatório de projeto?”. Expliquei-lhes novamente as questões da confidencialidade e, concordando com o anonimato, todas decidiram escolher uma letra pela qual seriam designadas no decorrer do presente relatório. Assim nasceram a Senhora A, a Senhora C, a Senhora F, a Senhora P, a Senhora M e a Senhora L.

O resultado deste encontro foi, para mim enquanto investigadora/interventora, muito surpreendente. Todas foram capazes de ouvir e refletir sobre as suas caracterizações, contrapondo e justificando todas as suas afirmações. É também de ressaltar que todas refletiram sobre as caracterizações das restantes mulheres, confirmando ou questionando com algum cuidado aquilo que nelas estava escrito. Foi, portanto, um encontro onde todas se mostraram disponíveis para se conhecerem melhor, quer perante si próprias, quer perante o grupo, ainda que algumas com as suas reservas. Esta troca de opiniões e reflexões sobre cada uma contribuiu para um melhor heteroconhecimento e para a melhoria das relações entre estas mulheres, promovendo o aumento da autoestima de cada uma (cf. Apêndice A, Encontro nº 1).

O segundo encontro deu-se na semana seguinte, no dia 04 de abril de 2023 e, à semelhança do primeiro, tomou o rumo em direção à reflexão sobre a autoimagem e o reforço positivo das capacidades e competências de cada uma (cf. Apêndice A, Encontro nº 2). Porém, este encontro contou apenas com a presença de quatro das seis participantes, por duas delas se encontrarem doentes.

O encontro iniciou-se com várias questões sobre a apresentação da caracterização que construímos de cada uma delas, querendo saber o que foi dito do projeto e da própria caracterização individual de cada uma delas. Quando lhes devolvi todos os comentários feitos, estas mostraram-se satisfeitas. Tendo eu sido alguém que, outrora, colaborava com muitas destas famílias, a representação que estas tinham de mim era de distância, de alguém que está num patamar acima do delas, de alguém que está sempre certa. O momento de partilha e de devolução das caracterizações de todas, fez-me sentir parte deste grupo; fez-me sentir confiante sobre a imagem que estava a passar e fez-me, também, perceber que estava a conseguir diluir a distância que elas sentiam, anteriormente, para comigo. Esta foi, sem dúvida, uma das sessões que mais me marcou exatamente por este sentimento de “bom trabalho” e de inclusão que senti.

Foi após esta devolução dos acontecimentos que a Senhora L voltou a insistir na ideia de realizarmos uma exposição. Referiu que “era uma forma de mostrarmos à comunidade que conseguimos fazer coisas muito bonitas (...) e que somos capazes”. Esta sugestão, embora já tivesse sido considerada pelas colegas, foi recebida com muito entusiasmo pelas restantes pessoas. A Senhora F, no embalo destas ideias, referiu ainda que podíamos fazer “uma espécie de livro, mas com as artes manuais todas lá dentro!”. Assim, grande parte desta sessão foi passada a organizar e pensar em conjunto sobre esta exposição e a forma como queríamos que fosse feita.

Quase no final do encontro, a Senhora M partilhou uma preocupação relacionada com o seu filho mais velho: o namoro e o impacto no seu rendimento escolar. Revelou estar inquieta não só por este ser um ano decisivo para o ingresso do filho na faculdade, mas também com “as contas da faculdade”, acrescentando “não quero nem pensar nisso!”. Daqui, surgiu o debate em grupo sobre as ajudas financeiras do Estado para os/as estudantes e as suas famílias. Para além de demonstrar a sua consciência social, o grupo confortou a Senhora M relativamente às suas

inseguranças acabando por partilhar com ela experiências pessoais que tinham passado com os seus filhos.

Este encontro, para além de acentuar a consciência social destas mulheres sobre a problemática das dificuldades financeiras dos/as estudantes, acentuou também a consciencialização do desconhecimento que as mesmas têm sobre os processos implicados na obtenção de apoios sociais. Outra reflexão proporcionada por este encontro deve-se ao facto de todas as mulheres presentes se terem envolvido no debate e na organização da exposição e dos materiais, tendo assumido automaticamente este comprometimento com todo o grupo. No entanto, os discursos de desvalorização das suas capacidades, como “posso não fazer em condições, mas faço alguma coisa!”, continuam presentes.

No dia 11 de abril de 2023 deu-se o terceiro encontro do grupo (cf. Apêndice A, Encontro nº 3). Sendo o encontro imediatamente a seguir à Páscoa, optei por levar uns chocolates e uns biscoitos para que pudéssemos festejar um pouco juntas e explorar as tradições de cada uma. Assim, pretendia-se fomentar a partilha intragrupo, aumentando o conhecimento entre todas as suas participantes.

Tal como em todos os encontros, após conversarmos com as colegas que não tinham estado presentes no último encontro, iniciamos um momento de partilha com a questão “como foi a vossa semana?”. Este momento gerou a partilha de várias peças que as participantes tinham feito em casa, partilhando a forma como as tinham elaborado e recolhendo dicas para alterar alguns aspetos. Ao longo de todos os encontros, estes momentos de partilha foram significados como sendo muito importantes pelas pessoas envolvidas no grupo pois permitiam a troca de apreciações críticas e a colaboração conjunta. Por norma, todas teciam elogios e incentivam as colegas do grupo a realizar outras peças, mais desafiantes e deixando pontos a melhorar na próxima peça.

No final desta partilha, revelei os doces que tinha trazido, convidando todas a servirem-se do que quisessem. Expliquei a todas que tinha tomado a liberdade de levar “uns docinhos para comemorar a Páscoa” para não deixar passar em branco esta época festiva. Partilhei que esta era, para mim, uma época muito especial porque a passava sempre com toda a minha família,

enchendo sempre a casa. Para além disso, é uma época onde tenho oportunidade de descansar e de passar algum tempo com alguns dos meus parentes mais afastados. Continuando a minha partilha, a Senhora F revelou que não era muito ligada às celebrações da Páscoa pois, tendo sido emigrante durante muitos anos, não atribuía o mesmo significado que nós a esta festividade. Lembra, com alguma saudade, que era a sua “tradição” juntar-se, por vezes, com colegas de trabalho de várias nacionalidades para conviver e que a Páscoa tendia a ser uma dessas épocas. Por sua vez, a Senhora L, revelou não festejar esta festividade por não ser comum fazê-lo na sua religião. No entanto, concorda que é uma época importante para a maioria das pessoas, por ser habitual juntar vários membros da família no mesmo local. Já a Senhora P e a Senhora C comentaram que, apesar de gostarem desta época, “já não é o mesmo desde a pandemia”, justificando que “antes havia a tradição que não era quebrada por nada, mas o COVID trouxe-nos a lição de que tudo pode mudar de um momento para o outro e que nada é inquebrável”. No final destas partilhas, percebemos e refletimos em conjunto de que o importante é que cada pessoa se sinta feliz e confortável nas suas rotinas.

Após as partilhas, a Senhora L pediu a colaboração ao grupo na escolha dos desenhos que iria bordar na toalha de pano que tinha trazido. Assim, com a ajuda de algumas revistas de bordados e da *internet*, escolheram-se vários desenhos de pequena dimensão que, depois de desenhados na toalha com lápis de carvão, começaram a ser bordados. Tendo alguma curiosidade em aprender bordado livre, questionei a Senhora L se estaria disponível para me ensinar alguns pontos básicos. A mim, juntou-se a Senhora P, mostrando-se entusiasmada com esta nova aprendizagem. À medida que eu e a Senhora P íamos praticando e as restantes se mantinham focadas nas suas peças, íamos conversando sobre aspetos mais quotidianos, abrindo espaço para muitas gargalhadas e muitas partilhas. Terminamos o terceiro encontro com a combinação de que, na próxima semana, iríamos decidir como iríamos organizar o livro e a própria exposição.

O terceiro encontro trouxe, acima de tudo, a sensação de leveza e de confiança, sendo que todas fomos capazes de nos darmos a conhecer um bocadinho mais ao grupo. Para além do mais, a decisão que tomaram ao oferecer-me a toalha que iam bordar fez-me refletir sobre a importância que ouvir as pessoas têm para elas e na diferença que pode, efetivamente, fazer nas suas vidas. Enquanto alguém que teve um papel institucional muito diferente com estas mulheres há uns anos atrás, sempre senti que não conseguia aproximar-me o suficiente das pessoas, por serem

muitas, por não haver tempo para um cuidado e atenção mais individualizada num serviço que, teoricamente, seria para apoiar em necessidades específicas de cada família. Tal como Minuchin et al. (2008) refere, a complexidade da burocracia que é exigida na área social deixa muito pouco espaço aos/às profissionais para envolver as pessoas com quem intervêm no desenho da própria intervenção. De facto, o número excessivo de processos atribuídos a cada profissional coloca em causa toda a continuidade e eficácia da intervenção. Tendo muitas famílias com quem intervir, o/a profissional não consegue acompanhar de uma forma tão regular e próxima todas elas, comprometendo a eficácia da sua intervenção. Para além disso, a pressão e o cansaço que advém do trabalho burocrático, conjugado com responsabilidade da intervenção com as famílias, condicionam a eficiência de todo o seu trabalho. Agora, não tendo a burocracia institucional para seguir nem um número de pessoas exorbitante para acompanhar, a disponibilidade e a abertura para ouvir e receber aquilo que estas pessoas têm para dizer faz toda a diferença. Reflete-se aqui, portanto, na necessidade de estar com as pessoas, de as escutar. Às vezes, é apenas isso que é necessário.

O quarto encontro, a 18 de abril de 2023, contou com a presença de apenas três das participantes (cf. Apêndice A, Encontro nº 4). A Senhora C e a Senhora F encontravam-se doentes, e a Senhora A teve assuntos particulares para resolver noutra instituição. Este encontro iniciou-se de uma forma um pouco diferente da habitual: em vez de nos encontrarmos todas na sala de espera do CC, decidi aguardar pelas pessoas no pequeno café de apoio aos serviços do edifício. O tempo estava agradável e foi uma oportunidade para, de uma forma descontraída, conversarmos sobre a nossa semana. Aproveitando que o espaço estava vazio, a Senhora L e a Senhora P começaram a conversar sobre as suas semanas. Aquando da chegada da Senhora M, decidimos, em conjunto, que estaria na hora de subirmos até ao nosso espaço habitual.

Tal como anteriormente combinado, este quarto encontro seria destinado à organização do evento que o grupo, enquanto um coletivo, teria decidido organizar – a exposição. Como a Senhora M não tinha estado presente no último encontro, foi a Senhora P que tomou a liberdade de explicar o que tinha acontecido. No meio da explicação, a Senhora O, apareceu na porta do nosso espaço, questionando se podia entrar “para dizer um Olá!”. A Senhora O, apesar não poder participar no grupo por motivos já anteriormente explanados, aparece em vários momentos de encontro do

grupo, sendo sempre recebida com muita alegria por todas. Depois de uma breve conversa, a Senhora O despediu-se de nós e partiu para os seus tratamentos de fisioterapia.

Após esta pequena conversa, o grupo voltou a focar-se na organização do “nosso grande evento!”. Após algum debate e (muitas) trocas de ideias, chegamos à conclusão de que o livro teria que ser de argolas e, em vez de papel “normal, pode ser feito em cartolinas pretas A4, sendo que cada uma de nós iria poder decorar as páginas como bem entender... Assim todas temos a nossa voz”. Para além disso, surgiu a ideia de todas se identificarem com os nomes pelos quais aqui são designadas, tendo referido terem “muito gosto que, caso as colegas que estão a faltar também concordem, poderes levar o livro para a apresentação final do nosso projeto (...) para estarmos lá contigo, representadas da maneira que mais gostamos de nos expressar”. Assim, terminamos o encontro com a certeza de que, no próximo, teríamos de “planear as nossas páginas para pudermos trabalhar todas nelas!”, não terminando sem referir que “Catarina, tu também fazes parte disto connosco, por isso pensa já nas tuas páginas!”.

O quarto encontro surge como oportunidade para estas mulheres se expressarem sobre o que quiserem; motivá-las a planear e organizar as atividades que desejarem. Esta liberdade de planeamento e de decisão acaba por se tornar um reforço positivo da sua autoimagem, por tomarem consciência de que têm voz, estando sempre alguém do lado delas para as ajudar a tornar essa voz audível para todos. Para além disso, foi interessante perceber a mudança e o aumento da autoconfiança da Senhora P que, se até então, não se pronunciava muito através de palavras, foi capaz de verbalizar, por iniciativa própria, todos os acontecimentos anteriores à Senhora M, dando a sua opinião sobre o livro e a exposição.

Sendo feriado nacional no dia 25 de abril, o quinto encontro deu-se apenas no dia 2 de maio (cf. Apêndice A, Encontro nº 5). Apesar de terem passado duas semanas desde o último encontro presencial, é importante referir que o grupo se tem mantido em contacto através do *Whatsapp*, sendo recorrentes as conversas sobre aspetos quotidianos bem como as partilhas de fotos com algumas peças que as participantes vão criando. Também as frases de motivação e os elogios são muito comuns aquando destas partilhas, sendo visível nos seus discursos que a confiança nas suas capacidades e os laços que têm vindo a ser criados estão cada vez mais fortalecidos. A Senhora C foi a ausência mais sentida neste encontro, porém é uma presença assídua no grupo

do *Whatsapp*, referindo que “estas semanas sem o grupo têm custado... Tenho saudades vossas!” e prometendo aparecer na semana seguinte. Referiu ainda que “o grupo tem sido um momento de escape para mim, onde posso ser eu e estar confortável com todas vocês”. Partilhou também com o grupo uma foto, onde mostrava um pano feito em croché, dizendo que “afinal... Estou a ficar boa nisto!” (cf. Apêndice A, Encontro nº 5).

Neste encontro, a Senhora F partilhou que teria encontrado aulas de artes manuais gratuitas perto da sua casa e que as iria começar a frequentar. No entanto, uma dessas aulas acontecia em simultâneo com os encontros das “Habilidosas” e que, portanto, estava a ponderar deixar de comparecer aos nossos encontros. Explicou que caminhava cerca de quarenta minutos até ao CC e que, com as suas limitações físicas e com o tempo quente a chegar, seria mais fácil para si ficar perto de casa. O grupo acolheu os argumentos da Senhora F e compreendeu a sua dificuldade, mas transmitiu à Senhora F que tinham muita pena que ela fosse embora e que gostavam e presavam muito a sua companhia, os seus conselhos e as suas brincadeiras. Propuseram à Senhora F ficar até ao final do mês de Junho connosco e, nesse período, ir apenas às outras aulas. Depois desse período, podíamos ajustar as coisas de forma que ficássemos mais perto da Senhora F. Esta conversa decorreu quase toda sem a minha intervenção direta – todas as mulheres ali presentes verbalizaram a falta que a Senhora F iria fazer ao grupo, enquanto coletivo, e a cada uma delas, no seu individual. Assim, no final de todas as intervenções, a Senhora F reconheceu que era uma decisão “que me ia custar muito... (...) Gosto de vir e de estar aqui convosco (...) Por isso vou ficar cá até ao final de Junho e depois logo se vê!”. Na sequência desta intervenção, a Senhora M colocou-me uma questão que, embora pertinente e já outrora mencionada, voltou a surgir: “então e vais-nos deixar no final de junho?”. Voltei a recordar ao grupo que, se lhes fizesse sentido, poderiam continuar a encontrar-se, mas de uma forma autónoma. Assim, este encontro, sem que nada o fizesse prever, tornou-se numa demonstração espontânea da diferença que o grupo faz na vida de cada uma destas mulheres. É também possível comparar as diferenças nas relações entre cada uma delas, sendo o afeto e as brincadeiras muito recorrentes e normalizadas.

Momentos como este fazem-nos sempre refletir sobre as oportunidades que pequenos momentos aparentemente tão simples podem proporcionar. O facto de terem um espaço seguro e que lhes permite a liberdade de fazerem e de serem aquilo que quiserem, acaba por lhes mostrar,

sem qualquer tipo de palavras, que elas são sim capazes de tomar decisões, que são donas das suas opiniões e que essas opiniões realmente importam.

Tendo a Senhora F anunciado a sua decisão, iniciou-se o debate sobre o livro e os prazos para a exposição. As mulheres que estavam presentes no último encontro tomaram a liberdade de explicar o que tinha sido pensado sobre o livro, tendo a esta proposta sido acrescentada a orientação do mesmo – vertical. Tomou-se também a decisão de que a exposição decorreria entre os dias 21 e 26 de junho, para ser possível que o grupo a montasse no dia 20 e desmontasse no dia 27, de uma forma autónoma. Para isto ser possível, teríamos que ter tudo pronto até ao dia 13 de junho. Terminadas estas decisões, aproveitamos o restante tempo para irmos terminando algumas peças, partilhando histórias e discutindo assuntos de problemáticas atuais. No entanto, a Senhora P, tendo-se esquecido de o fazer antes, mostrou ao grupo um pano que tinha bordado sozinha em casa. Apesar de todo o grupo felicitar a Senhora P pelo seu trabalho, dando dicas de truques que usavam para melhorar um ou outro aspeto, a Senhora L quis “averiguar” esta peça, tecendo comentários de um modo mais crítico. Esta atitude da Senhora L levou as restantes participantes a refletir sobre a comunicação e a influência que algumas palavras ou algum comportamento podem ter na relação com os outros, nomeadamente ao nível da autoestima e da própria desvalorização de capacidades. Ouvindo as reflexões de todas as colegas, a Senhora L concordou que não teve a melhor atitude e que tinha que melhorar alguns dos seus comportamentos e formas de comunicar, pedindo desculpa à Senhora P.

No final do encontro, a Senhora F refletiu sobre a importância deste encontro: “Foi importante perceber que vocês gostam de mim e que eu ia fazer-vos falta” acrescentando que reconhece o crescimento de todas enquanto grupo “porque se antes mal falávamos e quando o fazíamos era muito superficial, hoje conseguimos resolver uma situação menos boa com calma e foi muito bom!”. Também a Senhora M refletiu com o grupo que “esta situação só aconteceu porque já temos alguma confiança entre nós... É normal! Mas temos que saber reagir a estas coisas com calma e com humildade... E hoje fomos capazes disso”. A Senhora P partilhou também que se sentiu “capaz de dizer ao grupo como me senti. Eu percebi a intenção da L mas gostei que tivesses reconhecido que podias ter falado de outra forma comigo” (cf. Apêndice A, Encontro nº 5)

Este encontro foi um dos mais intensos do grupo “As Habilidadeosas”. Iniciou-se com a possibilidade de um dos seus membros ter que sair e terminou com um comentário sentido como menos positivo. No entanto, apesar de intenso, foi um encontro importante pois permitiu ao grupo perceber as mudanças que já se iam notando na relação de cada uma das suas participantes, bem como no comportamento do grupo aquando de um acontecimento inesperado e menos positivo. Para além disto, esta situação foi uma importante oportunidade para o grupo refletir sobre a comunicação e a importância da forma de como se comunica com o outro, trabalhando também a capacidade de tomada de perspectiva do outro através da situação entre a Senhora P e a Senhora L.

No sexto encontro, no dia 9 de maio de 2023, contou-se com a presença de todas as mulheres (cf. Apêndice A, Encontro nº 6). Tendo a Senhora A e a Senhora C estado ausentes durante alguns encontros, foram recebidas com muita animação e alegria. Questionaram-nas, ainda no espaço exterior do CC, do porquê da sua ausência tão prolongada, referindo que tinham feito “falta nos nossos encontros”. Quando subimos para o nosso espaço habitual, atualizamos as Senhoras A e C das decisões e daquilo que tinha sido feito durante a sua ausência. A Senhora A revelou que queria muito aprender ponto cruz porque nunca tinha conseguido perceber a técnica, e eu juntei-me a si nessa aprendizagem. Logo algumas das mulheres se juntaram a nós, ensinando-nos os pontos básicos e dando-nos a experimentar executá-los nós próprias.

No entanto, a Senhora A, após algumas tentativas, chegou à conclusão que não ia conseguir concluir com sucesso o que estava a iniciar porque não conseguia ver bem. Informou-nos que ia tentar em casa porque ia buscar os seus óculos novos durante a semana e, portanto, já ia conseguir ver bem! Pediu-me, entretanto, para lhe mostrar novamente como se ia ao *YouTube* no seu telemóvel e se pesquisava lá vídeos que lhe mostrassem como se fazia ponto cruz. Todas a felicitaram pela ideia, sendo que foi a Senhora P que lhe deu uma dica importante “Olha, eu aprendi com uns *kits* que comprei na loja dos chineses (...) porque tem o pano já com as cores pintadas no próprio pano, ou seja, é mais fácil porque só tens que usar a linha da cor que lá está!”, afirmando poder acompanhá-la lá. A Senhora A ficou toda entusiasmada, dizendo que “vou lá já quando sair daqui”.

Enquanto as restantes mulheres iam conversando sobre as suas páginas do nosso livro, a Senhora A questionou-me se a podia ajudar na organização da sua página. Juntas, pesquisamos imagens e padrões que fossem do seu gosto para começarmos a concebê-la.

A par da Senhora M e da Senhora P, a Senhora F quis partilhar as peças que tinha feito em casa, mostrando-as a todo o grupo. Como sempre, este foi um momento recheado de elogios e incentivos para fazer mais e melhor. No final, a Senhora F retirou da sua saca uns pequenos sapatinhos verdes em croché, e dirigindo-se a mim referiu “são para ti, para quando tiveres os teus bebés!”. Com esta frase, a Senhora F deixou-me quase sem palavras: a intenção de ter feito algo para um dia, eu usar com os meus filhos simbolizou o seu desejo de, de alguma forma, fazer parte do meu futuro. Atitudes, palavras e demonstrações de afeto como estas que me são muitas vezes dirigidas são, sem dúvida, a prova de que realmente eu, o grupo e o tempo de qualidade que passamos juntas fez a diferença na vida diária destas pessoas; que projetos que têm a sua preocupação focada em escutar realmente as pessoas, devolver-lhes o controlo das suas vidas e da sua voz, são aqueles que conduzem realmente à mudança. Assim, perante este gesto tão bonito, tornou-se imperativo explorar junto do grupo a continuidade destes encontros após o término do prazo estipulado em calendário escolar para a realização de projeto.

Com a frase da Senhora F, abriu-se um espaço para iniciar partilhas sobre a família. A Senhora F partilhou que tem cinco netos, mas que todos estão emigrados e que, por isso, já não os vê há algum tempo. No meio destas partilhas, a Senhora M questionou a Senhora P sobre a sua família, referindo que não sabia muito sobre essa parte dela. A Senhora P não quis alongar-se, mas referiu que vivia só com o marido, tendo duas filhas já crescidas que não estavam a viver consigo, mas que a iam visitar algumas vezes. A Senhora C, ainda acerca das famílias, partilhou com alguma alegria e emoção que tinha conseguido “amealhar o dinheiro suficiente” para ir ver a celebração da bênção das pastas e o cortejo de finalista da sua filha. Todas as colegas a felicitaram, referindo (e mostrando) a sua alegria por este feito tão importante para a Senhora C e para a sua família.

A Senhora M, aproveitando que a Senhora C lá estava e que tinha a filha no ensino superior, questionou-a sobre alguns aspetos relacionado com a bolsa de estudos. As suas questões foram respondidas, mas, no entanto, a Senhora C disponibilizou-se para a ajudar a preencher tudo quando chegasse a altura. Para além destas questões, falou-se também em alguns truques e

algumas dicas para chegar mais rápido e de uma forma mais direta a alguns institutos e faculdades no Porto. No final, fiquei um pouco mais na sala onde nos reunimos depois de todas saírem, observando-as a sair em grupo através da janela. Este foi um encontro que me permitiu perceber a verdadeira ligação entre estas mulheres: se antes todas caminhavam em direções diferentes, despedindo-se à porta do CC, neste encontro percebi que já se agrupavam e iam embora juntas; se antes não havia espaço nem confiança para se questionarem diretamente sobre as vidas pessoais, neste encontro essa confiança já se mostrou consolidada; se antes eu não tinha a certeza da possível continuidade do grupo sem mim, neste encontro percebi que os sapatinhos que me ofereceram simbolizam a confiança que têm, em mim, no grupo, no projeto: “porque também és parte do nosso grupo e porque o projeto é de todas nós e vamos continuar a manter contacto porque gostamos todas muito disto” (Senhora F). São, também, símbolo e desejo de continuidade quer do grupo, quer do nosso contacto (cf. Apêndice A, Encontro nº 6).

Os encontros sétimo e oitavo decorreram nos dias 16 e 23 de maio de 2023, respetivamente (cf. Apêndice A, Encontros nº 7 e 8). Estes encontros estavam destinados à produção da capa do livro, no entanto, após algum debate, percebemos que seria melhor aproveitarmos o tempo para terminar algumas peças e tratar do espaço para a exposição. Nestas sessões estiveram presentes todas as participantes, com exceção da Senhora C, que estaria fora no dia 23 de maio para acompanhar as celebrações da filha. No entanto, esteve sempre em contacto connosco pelo *Whatsapp*, mostrando o quão feliz e orgulhosa se encontrava e dando o seu *feedback* relativos aos trabalhos que todas íamos lá partilhando.

Nestes dois encontros foram tomadas importantes decisões no que concerne à exposição. Decidimos de forma definitiva, em grupo, o seu local, a sua duração e as datas de início e fim, e a forma como podemos dar a oportunidade à comunidade de participar nesta iniciativa. Foi decisão unânime que tudo fosse feito no CC, por ser uma instituição com grande significado para cada uma de nós e por ser também a “casa” destes nossos encontros. Tendo em conta as disponibilidades de todas as participantes e o próprio prazo para o término do projeto, definido em calendário escolar, decidimos que a exposição se daria nas datas estipuladas anteriormente: de 21 a 26 de junho, tendo todas as peças que estar prontas no dia 13. Para além disso, seria também nesse dia que iríamos terminar a construção do livro do grupo.

Relativamente ao espaço dentro do edifício do CC, inicialmente decidimos que o café de apoio aos serviços seria um bom espaço para expormos as nossas peças. No entanto, no dia 23 de maio (oitavo encontro) tivemos a informação que esse espaço estaria ocupado por outra exposição que se iniciava no dia 14 de junho e que duraria um mês. Perante este percalço, as mulheres optaram por escolher a sala de espera do CC. Consideraram que, sendo um local de passagem de todas as pessoas que frequentam qualquer um dos serviços desta instituição, é um local onde uma grande quantidade de pessoas acaba por passar algum tempo. Assim, refletimos sobre as potencialidades deste espaço e chegamos à conclusão de que seria uma boa alternativa a propor. Tendo tomado esta decisão, o grupo construiu o corpo do email (cf. Apêndice D, registo nº 8) que seria enviado para a direção técnica do CC com esta proposta de cedência de espaço, referindo a nossa primeira opção (café de apoio aos serviços) e a alternativa (sala de espera) e colocando à disposição da direção o que fazer.

Foi no nono encontro do grupo, no dia 30 de maio, que foi possível contactar a diretora técnica (cf. Apêndice A, Encontro nº 9). Devido à dificuldade em contactar diretamente a diretora técnica, foi decidido enviar o email que o grupo tinha construído no encontro anterior. A resposta chegou no dia seguinte, tendo esta sido positiva (cf. Apêndice D, registo nº 8). Foi, então, pedido que o grupo construísse um cartaz de divulgação da exposição, podendo sempre contar com a colaboração do/a rececionista do CC para qualquer apoio que fosse necessário.

O cartaz foi construído de uma forma colaborativa utilizando a plataforma Canva. Apesar de não terem conhecimentos sobre esta plataforma, foram recolhidos contributos de todas as mulheres através do grupo do *Whatsapp* e foram construídas várias alternativas de cartazes. Estas foram todas postas à disposição do grupo, tendo sido sempre ajustadas consoante as sugestões que iam sendo dadas pelas mulheres.

Este cartaz (possível de ser consultado no Apêndice L) e as cores nele utilizadas têm uma simbologia. Na sabedoria popular, a cor roxa ou violeta é associada não só ao respeito e à sabedoria, mas também como uma cor capaz de estimular a criatividade e a imaginação. Para além disso, o roxo ou violeta é, historicamente, conhecido como a cor da realeza e da nobreza, sendo, mais recentemente, uma cor associada à igualdade. Aquando da escolha das cores para o cartaz, o grupo questionou a minha opinião pessoal. Sugeri utilizar o roxo como cor de destaque,

sendo explicado ao grupo o porquê desta sugestão. As participantes, aquando desta explicação, concordaram com a utilização desta cor, referindo que "(...) criatividade não nos falta! (...) Afinal também somos, de alguma forma, pessoas da realeza, pessoas capazes!". Para além do roxo, o grupo escolheu utilizar o bege. Para além de ser uma cor que cria um contraste interessante com a tonalidade roxa, remete para o clássico, para a tranquilidade e leveza, sendo muitas vezes utilizada no âmbito da decoração para trazer uma sensação de conforto.

Foi a descrição do grupo que levantou algum debate. A palavra "parte" foi algo que foi referido pela Senhora M como "algo que me dá alguma comichão", por sentir que, de alguma forma tinha uma conotação negativa. Então, em alternativa, propôs associar-se a palavra "amor" atribuindo, assim, uma conotação mais positiva e que, de alguma forma, caracterizava melhor este grupo de mulheres que, unidas pelo amor que têm pelas artes manuais, têm nestas atividades o ponto de partida para refletir sobre o (seu) Mundo e tudo aquilo que nele acontece. Assim, na primeira semana de junho foi enviado o cartaz para a direção técnica, tendo este sido aprovado, impresso e divulgado nas redes sociais do CC.

Foi ainda no nono encontro do grupo, a 30 de maio de 2023, que recebemos uma visita especial. A Senhora C tomou a liberdade de vir acompanhada pela sua irmã, que estava de visita. Após pedir autorização ao grupo, convidou a irmã para entrar consigo no nosso espaço habitual. A Senhora C vinha entusiasmada para contar às colegas da sua visita ao Norte do país, onde esteve em festa com a família para celebrar as conquistas académicas da sua filha. Partilhou com o grupo várias fotografias e relatou com muita emoção e orgulho tudo aquilo que viveu.

Foi a Senhora C que trouxe de novo a questão do término do grupo. Voltou-se a explicar que o grupo não terminaria no dia da exposição mas que eu iria estar menos presente após essa data. Todas se mostraram um pouco desanimadas, dizendo que "queremos manter o contacto contigo! Nem que seja pelo nosso grupo no *Whatsapp!*". Outras vozes se fizeram ouvir, referindo que "tenho a certeza que vais ter boa nota! Olha só o que nós conseguimos aqui!" e ainda "gosto tanto de vir! Apanho ar, rio-me com todas e ainda faço coisas em casa para trazer, o que me mantém ocupada e entretida". É importante que aqui se clarifique que estas frases de entusiasmo e motivação relativamente à classificação do projeto e à sua defesa não se devem ao facto das participantes no grupo se encontrarem apenas devido ao mestrado que me encontro a realizar,

mas sim ao facto de quererem demonstrar preocupação pelo meu bem-estar e de se sentirem parte ativa e corresponsável pelo projeto. Foram também estas pequenas menções que me permitiram, ao longo do desenrolar deste caminho, perceber a preocupação que estas mulheres têm vindo a ter comigo e com o grupo.

Houve ainda espaço para brincarem comigo quando, em conversa com a irmã da Senhora C, referiram que “ela não gosta de ser tratada por doutora! Diz que aqui somos todas iguais e que não tem ‘Doutora’ como nome do cartão de cidadão”, acabando por criar um momento de muitas gargalhadas entre todas.

O décimo encontro foi mais curto do que os anteriores, por razões de saúde. Deu-se no dia 06 de junho e teve apenas a duração de cerca de uma hora, contrariamente às duas horas de duração do habitual (cf. Apêndice A, Encontro nº 10). Foi neste encontro que decidimos como construir a capa do livro. Para além do texto de introdução que apresentaria o livro e introduziria a própria exposição (cf. Apêndice L), decidimos que o livro teria nas suas últimas páginas um espaço que permitiria a toda a comunidade deixar um comentário ou um contributo escrito à sua escolha. Foi também proposto pelo grupo que, no dia 27, depois de desmontarmos a exposição, lhes fosse dado um tempo para escreverem o que tinha sido este projeto para si. Contributos esses que seriam incluídos no final do livro, após a conclusão da exposição.

Não tendo estado presente no encontro anterior, a Senhora M colocou a questão se o “grupo termina mesmo no dia 27?”. Referi-lhes novamente a possibilidade de o grupo ter continuidade, de uma forma autónoma, e que esse seria a nossa maior vitória. Prontifiquei-me a falar com a direção técnica para lhes continuar a ceder a “nossa” sala após a exposição, sendo que podiam alterar o espaço de encontro e até sair do CC se fosse essa a vontade delas.

Após ouvir todos os contributos e opiniões das colegas, a Senhora F apresentou uma proposta: “podemos fazer agora uma pausa, tirar umas férias, aproveitar o calor... E depois falamos contigo para voltarmos! Assim conseguimos pensar em alternativas...” sendo que foi acrescentado que “continuamos sempre a comunicar entre todas nesse período, e contigo também!”. Ficou, então, acordado entre as mulheres presentes que eu falaria, inicialmente, com a equipa técnica do CC e que “mais para a frente vemos se avançamos com o pedido à direção” (Senhora F).

Após combinarmos o que seria feito para a capa do livro e de distribuirmos tarefas entre todas, continuamos a conversar sobre a nossa semana, tendo a Senhora P surpreendendo todas ao partilhar, entusiasmada, a sua viagem até ao norte do país, no âmbito de um passeio municipal, e que a Senhora A tinha ido consigo. Também a Senhora C partilhou alguns momentos quotidianos da sua família e algumas dificuldades que teve com os seus filhos à medida que os mesmos foram crescendo, nomeadamente depois da sua situação de desemprego “ter passado de temporária a permanente... A minha autoestima desceu muito. Achei mesmo que era uma incompetente. Mas pronto... Já passou! Sei que não tenho jeito para tudo, mas tenho jeito para muita coisa!”. De facto, a situação de desemprego de longa duração, comum a cinco das seis participantes, é um dos desafios que famílias multidesafiadas enfrentam com elevada frequência. Desemprego este que origina a situação de privação económica e, conseqüentemente, pode levar à baixa autoestima e à desvalorização pessoal, bem como ao isolamento social (Cook, 1991; Sousa, 2005).

A Senhora F, refletindo sobre a partilha da Senhora C, decidiu partilhar um momento que considerou também “menos bom” da sua vida – “quando tive o meu acidente, fiquei muito tempo sem conseguir olhar para o meu corpo... Ainda hoje não gosto destas cicatrizes e de todas as marcas que esse dia me deixou. Mas são minhas e lembram-me daquilo que eu sobrevivi. São parte de mim e eu já as aceitei.”.

Assim, o décimo encontro resume-se com a palavra “desenvolvimento”. O desenvolvimento de competências sociais, que permitiram a estas mulheres expressarem-se e comunicarem entre si de uma forma calma, correta e carinhosa; o desenvolvimento de relações, que embora já existentes não eram suficientemente profundas para permitirem partilhas de dores pessoais; o desenvolvimento da autoconfiança, sendo capazes de revelar características que não gostam tanto em si e que querem melhorar; o desenvolvimento da autoestima, por conseguirem partilhar estas características como algo intrínseco, que faz parte delas, e como algo que já aceitaram.

O décimo primeiro encontro, no dia 13 de junho, permitiu a (quase) todo o grupo fazer uma retrospectiva sobre os últimos dez encontros (cf. Apêndice A, Encontro nº 11). Ao colar todos os trabalhos no livro, as participantes iam falando sobre alguns momentos que se foram passando em alguns dos encontros anteriores, revisitando até algumas mulheres que compareceram na primeira reunião (onde foi proposto a formação de um novo grupo e onde foram explanados os

motivos e o teor do projeto) e questionando o que seria feito delas. Recordaram ainda como eram no início do grupo: “Éramos mais afastadas... Lembro-me que no início mal acabava, íamos embora!” (Senhora P), sendo completada pela Senhora F: “Pois é! E agora às vezes não chego a casa a tempo da novela porque fico na conversa convosco!” (cf. Apêndice A, Encontro nº 11).

Enquanto umas colavam os trabalhos no livro de apresentação do grupo, outras iam organizando algumas das peças, havendo ainda quem estivesse a terminar alguns trabalhos para expor. Foi neste encontro que me foi possível fazer uma retrospectiva do grupo e de todas as mulheres. O destaque da maior mudança vai, sem dúvida, para a Senhora P: se até há poucas semanas era envergonhada e muito pouco faladora, já toma a iniciativa de começar a conversa e de partilhar detalhes sobre a sua vida quotidiana. Também a relação entre todas foi mudando, sendo possível observar que para além das partilhas terem aumentado no âmbito do grupo, também a profundidade dos assuntos aumentou, sendo as temáticas muito mais pessoais e gerando, por vezes, grande emotividade. Para além disto, também as saídas dos encontros são diferentes: as mulheres reúnem-se muitas vezes no jardim, após os encontros, sendo usual saírem do CC todas juntas em direção às suas casas ou até irem juntas comprar mercearia ou materiais para as artes manuais. Com isto, podemos constatar que a rede de relações e de suporte destas mulheres aumentou, combatendo o risco de isolamento social a que estão expostas. É, então, fulcral recordar as características mais comuns de famílias multidesafiadas (cf. 1.4. Famílias Multidesafiadas) que auxiliam na compreensão do risco de isolamento social a que as participantes estão expostas. Alarcão (2006) refere como característica comum entre membros de famílias multidesafiadas a privação económica, a carência de competências sociais, familiares e dificuldades em estabelecer e manter relações interpessoais. Esta dificuldade era algo que era visível nas participantes nos encontros iniciais, sendo as relações existentes muito superficiais. No entanto, com o passar dos encontros, é possível inferir através de alguns dos seus discursos e das ações descritas, que as relações se fortaleceram, levando-as a passar mais tempo juntas, fora do âmbito do grupo. Assim, o aumento da rede de suporte das participantes contribuirá para combater o isolamento social de todas e, conseqüentemente, impactará positivamente as suas vidas.

O décimo segundo encontro deu-se no dia 20 de junho (cf. Apêndice A, Encontro nº 12). Como habitual, cheguei perto do CC por volta das 14h, sendo que o grupo se encontrava perto das 14h30.

Ao entrar no jardim que dava acesso ao edifício vi a Senhora P e a Senhora F sentadas num dos bancos exteriores, a conversar de uma forma animada. Quando me viram, cumprimentaram-me, sorridentes, dizendo-me que “chegamos cedo para montarmos tudo a tempo de apanharmos um comboio cedo”, referindo saber da existência de uma greve e que eu poderia ficar muito tempo à espera caso fosse embora à hora esperada.

Assim, aguardamos até que nos abrissem as portas do edifício e começamos por pensar na forma como iríamos dispor todos os materiais. Um membro da equipa técnica do CC já tinha colocado os expositores escolhidos pelo grupo no último encontro na sala de espera, sendo que apenas era necessário escolher os trabalhos que iríamos expor e decidir se o posicionamento dos expositores seria aquele, ou se queríamos mudá-los. Depois de uma pequena brincadeira da Senhora L, as mulheres presentes dividiram-se para ligar às participantes que não estavam presentes: à Senhora A, para saber do seu neto e à Senhora C para saberem se precisava de alguma coisa e para lhe assegurar que estavam todas “ali para ela”. Os momentos de gargalhadas e alegria voltaram quando a Senhora L fez questão de mostrar todos os pormenores da sua toalha, “bordada com todo o carinho para depois a Catarina levar para casa!”.

No meio de muita alegria, os/as profissionais do SAAS apareceram na sala de espera, cumprimentando todas e elogiando os trabalhos que já estavam visíveis. Orgulhosas, todas identificaram os seus trabalhos, explicando o que tinham feito e como se tinham sentido. Referiram aos/às profissionais do SAAS que a frequência no grupo as “tornou mais confiantes! Alguma vez na minha vida pensei em expor peças minhas em algum sítio? Nunca!” (Senhora F). Completando a Senhora F, a Senhora P referiu que “o grupo fez-me perceber que eu sou capaz de fazer muitas coisas que eu não achei que conseguia!”. Por último, a Senhora L revelou que “com o grupo sinto que fiz novas amigas!” (cf. Apêndice A, Encontro nº 12). Para além disso, também quiseram mostrar-lhes o livro que identificava todo o grupo, tecendo vários e simultâneos elogios às colegas aquando do desfolhar das suas páginas. No final, também elas nos ajudaram a posicionar algumas peças nos dois expositores.

Terminada esta organização, as Senhoras L, P e F quiseram saber o que iríamos fazer no nosso último encontro antes das “férias”. Brincaram com o assunto, dizendo que “queremos um diploma! Somos as melhores!”, pelo que me deram a ideia de efetivamente fazer um diploma a todas.

Embora já tivesse umas lembranças alusivas às artes manuais para lhes oferecer, questionei-as sobre o que queriam fazer no próximo encontro e como podíamos marcar este último encontro “antes das férias”. Decidiram que queriam uma festa, mas não sabiam como, porque nem todas tinham rendimentos dos quais podiam despende para trazer algum alimento. Assim, foi acordado em grupo que seria eu a levar um bolo e uma garrafa de sumo e que assim, todas poderíamos lanchar de uma forma tranquila e mais ninguém tinha que se preocupar em levar nada. A Senhora F reforçou que também ia fazer uma “coisinha doce” para levar porque gostava que todas aprovassem “(...) os meus dotes para os doces!”.

Terminada a montagem da exposição e após todas termos tirado algumas fotografias para recordarmos o momento, decidimos terminar o encontro por ali. À saída, a Senhora P foi buscar alguns produtos alimentares que habitualmente recolhe no CC e a Senhora L, vendo-a um bocadinho atrapalhada com todo o peso, prontificou-se a ajudá-la a levar tudo até casa, referindo que “tenho que ir ao dentista e é para os teus lados, por isso anda lá... Eu levo-te uma saca!”. A Senhora F, mesmo morando na outra ponta da cidade, fez questão de esperar pelas duas.

No final deste décimo segundo encontro, e apesar do grupo estar reduzido a metade, sentiu-se a presença de todas as mulheres que nele participaram. De uma forma ou de outra, todas foram mencionadas e envolvidas, sendo que as presentes trocaram fotos e conversaram com as restantes, envolvendo-as e querendo saber a sua opinião sobre o posicionamento de todas as peças. A relação entre estas mulheres agradeceu ao longo destes 12 encontros, sendo até interessante comparar algumas atitudes iniciais com as atuais: desde pessoas que não comunicavam de uma forma muito correta umas com as outras, até mulheres capazes de se expressarem sem ferir o outro; de mulheres sem uma ocupação que as fizesse sentir úteis, até mulheres que passam o seu tempo livre a pesquisar peças que podem produzir para si ou para pessoas de quem gostam; de mulheres que afirmavam que “nunca vou conseguir fazer isto” até mulheres que referem que “talvez comece a vender isto para fora... está tão bonito!”. A melhor mudança é aquela que, embora lenta, se faça sentir... Que, embora lenta, no final de tudo, faça a sua diferença; e este grupo tem sido uma prova bastante viva disso.

O último encontro do grupo para efeitos do relatório deu-se no dia 27 de junho e foi conotado pelo sentimento de felicidade (cf. Apêndice A, Encontro nº 13). O combinado para este encontro seria

desmontar a exposição, refletir sobre o percurso do grupo até ali e escolher o nome do projeto. Se por um lado, todas sentíamos que se tratava de um fechar de ciclo, por outro, era também o abrir de um novo. Tivemos oportunidade de refletir o quão importante tinha sido estarmos todas juntas a conversar sobre o nosso cotidiano, “sobre as nossas preocupações e os nossos dias bons!” (Senhora P), a aprender coisas novas e que realmente vão ao encontro dos nossos interesses, e do quanto tínhamos, todas e cada uma de nós, crescido em conjunto.

Neste encontro as “Habilidosas” decidiram oferecer-me várias das peças expostas, como “uma recordação daquilo que fizemos em conjunto aqui!”. Não posso deixar de refletir e de revelar aquilo que senti com este gesto: o poder da mudança. Não tinha, até este momento, percebido a mudança tão profunda e tão bonita que estas senhoras tinham deixado em mim. Aprendi, com “As Habilidosas” a dar importância ao tempo que passamos com as pessoas e a dar valor ao ato de escutar.

Aproveitei este momento de “trocas” para lhes oferecer o que tinha preparado: cada uma delas tinha um *kit* personalizado para si (cf. Apêndice L); *kit* esse que continha um diploma, uma carta de agradecimento e um porta-chaves em croché, feito por mim. Se eu não estava preparada para o momento em que, em grupo, todas me ofereceram uma das suas peças, certamente que elas não estavam à espera de receber nada em troca: enquanto umas estavam muito concentradas a ler a carta que lhes tinha escrito, outras estiveram vários segundos a admirar o porta-chaves. Quando todas voltaram a sua atenção novamente para mim, expliquei-lhes que aquele momento de “trocas”, embora se referissem a bens materiais, poderia simbolizar todos os momentos e todas as “trocas” que tínhamos, enquanto grupo, feito: trocas de experiências, trocas de amizade, trocas de conselhos. E aquele pequeno porta-chaves em forma de coração que decidi oferecer-lhes simbolizava o carinho, o companheirismo e a amizade que caracterizou aquele grupo.

No final deste momento, e após o grupo ter deixado toda a sala da exposição organizada, dirigimo-nos todas para o pequeno café de apoio aos serviços onde, em conjunto com alguns elementos da equipa do CC, partilhamos um pequeno lanche. Tal como estava combinado, também a Senhora F trouxe uma sobremesa, partilhando-a com todas as presentes. Referiu que “fiz isto como muito amor e carinho, fiz pelo nosso grupo! Mas não me perguntem o que leva porque é segredo e eu

não digo!”. Assim, felizes e com muito para dizer, permanecemos neste espaço, partilhando comida e conversando sobre vários assuntos do nosso quotidiano até quase às 16h30 da tarde.

A certa altura, enquanto conversávamos sobre o que o grupo tinha sido para cada uma de nós, a Senhora F questionou-me se sempre podíamos continuar a encontrarmo-nos no CC, mesmo que fosse noutra espaço que não o habitual e mesmo que eu não estivesse presente. Expliquei-lhes que sim, que essa oportunidade se mantinha de pé e que era uma questão de falar novamente com a equipa do CC sobre o assunto, reforçando esta vontade do grupo. Desta forma, aproveitamos logo para abordar alguns/algumas dos/as profissionais sobre o assunto, sendo-nos logo dito que “sendo aqui [no café de apoio aos serviços] é mais fácil! Não têm que pedir autorização nenhuma! É um espaço aberto ao público, livre de circulação!”. A Senhora L e a Senhora P referiram querer continuar com os encontros, mas a Senhora M e a Senhora A apenas têm disponibilidade após o início da escola devido aos menores que têm a seu cargo. A Senhora F prontificou-se a organizar tudo para o “reencontro”, intitulando-se como “a RP [relações públicas] das Habilidosas”. Ficou combinado entre todas que se iriam reunir algumas vezes durante o Verão, mas não de forma regular; retomando os encontros regulares em setembro, após o início das aulas. Para além disso, a Senhora M referiu que “vamos continuar a manter contacto pelo nosso grupo do *Whatsapp*”.

Aproveitando o facto de a Senhora F ter utilizado a palavra “reencontro”, questionei o grupo sobre o nome que devíamos dar ao relatório de projeto. Não existiram sugestões, sendo-me devolvida a mim a questão que coloquei pela Senhora F: “Catarina, que nome é que tu davas?”. Perante esta questão, expliquei-lhes que, para mim, o projeto tinha um nome muito simples – “(Re)Encontros”.

Expliquei que, no meu ponto de vista, este projeto tinha sido um conjunto de (re)encontros: o reencontro entre elas, enquanto grupo que já se conhecia mas tinha perdido o contacto; o reencontro delas, por terem ali reencontrado uma forma de ocupar o seu tempo de acordo com os seus gostos e interesses, por terem reencontrado um espaço seguro de partilha; o reencontro delas comigo, embora noutros moldes; e o meu reencontro, enquanto profissional, que deixa de vestir a camisola obrigatória de uma instituição e passa a vestir a camisola das pessoas que caminham com ela, sem explicações e sem planos pré-definidos, sem projetos tradicionais que não respondem às verdadeiras necessidades e interesses das pessoas. Depois de terem ouvido

a minha explicação de “título provisório”, referiram que “pronto, parece que afinal temos um nome espetacular para o projeto!”.

Terminamos o nosso encontro com a escrita, reflexão e partilha sobre “o que foi este projeto para mim?”, onde todas escrevemos e partilhamos o que foi o projeto para nós, refletindo sobre isso em grupo (cf. 5. Avaliação Final do Projeto). A Senhora F e a Senhora P partilharam um ponto de vista importante, referindo que “estes são espaços que precisamos para nos tirarem de casa”, “não venho para aqui com o intuito de ganhar nada (...) venho porque isto me ajuda, porque às vezes fico deprimida de estar sozinha e de estar sempre em casa... Assim sempre me obrigo a sair de casa e a falar com outras pessoas!”.

A Senhora C, não estando presente fisicamente, justificou a sua ausência no grupo do *Whatsapp*, referindo não estar bem e “faltei muito, não era justo para mim estar presente hoje!”, sendo imediatamente contrariada pelas colegas que lhe proferiram frases de conforto e carinho. Apenas a Senhora C não se mostrou disponível para voltar a reunir-se com o grupo, dizendo que estava cansada e que, apesar de ter “adorado estar convosco não me sinto capaz de voltar... Estou ‘cota’ e não estou numa fase de estar com muita gente!”. O grupo assegurou à Senhora C que estaria ali para ela, quando e se quisesse voltar, respeitando a sua decisão e vontade, mas reforçando que “não é por estares numa fase má que te vais abaixo! Nós estamos contigo e se quando quiseres vir, vens!”. Neste sentido, também a Senhora C deixou o seu contributo relativamente ao papel que o projeto teve para si, questionando-me se poderia escrevê-lo e colá-lo junto com os das suas colegas no livro do grupo. Para além disso, ficou de passar no CC de forma a recolher o seu *kit*.

Embora todas afirmássemos que não seria o último encontro, a despedida deste encontro que marcou o fim do projeto elegível para a apresentação do presente relatório foi sentida como sendo difícil, pelo menos para mim. Senti que, embora não terminasse, este tinha sido um grupo muito coeso e agregador que me ia fazer falta, sendo esta visão corroborada pela Senhora F: “Vou sentir a tua falta, Catarina. Sei que nós nos vamos todas encontrando por aqui, mas sei que vai ser mais difícil ver-te a ti.”.

Foram alguns dos testemunhos que foram partilhados nestes encontros que me levaram a uma reflexão que, embora já tivesse sido feita, não estava tão aprofundada: a pouca existência de

intervenções que intencionalizam a autonomia das pessoas para escolherem como querem ocupar os seus tempos livres. Apesar de já existirem alguns serviços que permitam a ocupação de tempos livres de adultos, estes são (quase na sua totalidade) dirigidos para adultos mais velhos (tendencialmente na terceira idade ou perto dela) ou para adultos com algum tipo de doença mental ou neurológica, sendo que quase todos eles exigem um encargo financeiro. São espaços como aquele que se criou com este projeto que são necessários, que fazem falta. Espaços que permitam que “as pessoas estejam, conversem” (Senhora M), partilhem sem lhes ser exigido que participem em atividades heteroimpostas, criadas para embelezarem relatórios de atividades e para responderem a necessidades que os próprios participantes não identificam. Porque todos têm a sua voz e todos são capazes de a usar, basta terem “alguém que nos ouça” (Senhora P) e nos faça perceber que as “suas vozes contam e que, com eles, fale mais alto” (cf. Apêndice A, Encontro nº 13).

## 5. AVALIAÇÃO FINAL DO PROJETO

A avaliação final do projeto corresponde à avaliação do produto no Modelo de avaliação CIPP (Stufflebean & Shinkfiel, 1987). Esta avaliação resultou da reflexão em torno da análise discursiva e das práticas, de todos/as os/as envolvidos/as no projeto - eu, enquanto investigadora/interventora social, o grupo e a equipa do CC.

A prática reflexiva foi ainda fomentada nas aulas de seminários, em orientações tutoriais individuais e grupais, e em momentos informais com as colegas de MEIS. Reflexões e discussões essas que me permitiram analisar com cuidado alguns aspetos e indicadores de avaliação, sendo fulcrais para a avaliação participada que se pretendia desde o início. É possível consultar no Apêndice M um quadro-síntese com os indicadores de avaliação do projeto.

O indicador “Aumento do conhecimento das mulheres” permitiu avaliar a concretização do OG 1 e os respetivos OE. A Ação 1 permitiu o desenvolvimento de competências pessoais e sociais e, conseqüentemente, resultou na valorização pessoal e aumento da autoestima de cada uma das participantes. Este resultado apenas foi possível porque o projeto se desenvolveu a partir dos interesses e necessidades das suas participantes, sendo que todos os encontros em grupo se desenrolaram num clima de partilha e respeito pela multividência de cada uma das pessoas envolvidas, sobretudo, na ocupação dos tempos livres. Para além do mais, foi importante perceber que o grupo foi, para estas mulheres “muito bom” porque “partiu de uma coisa que nós todas gostávamos”, não sendo “necessariamente a mesma coisa! Umam usavam linhas e agulhas, outras faziam bordados, outras vinham só para conversar e aprender algumas coisas”, realçando a confiança que todas foram desenvolvendo e que lhes permitiu ter um sentimento de “quase-casa” (cf. Apêndice A, Encontro nº 13). As participantes ressaltaram ainda a oportunidade de poderem mostrar aquilo que sabiam fazer, quer umas às outras, quer à comunidade, como algo que lhes permitiu ter uma visão muito mais positiva delas próprias e do grupo, enquanto coletivo: “mostramos a todos, e até a nós próprias, que quando queremos fazer alguma coisa, conseguimos!”. Desta forma, o grupo concordou que os encontros contribuíram para a melhoria do seu quotidiano uma vez que “senti-me mais útil não só porque consegui fazer coisas novas mas porque aquilo que eu achei que não era nada, as minhas colegas fizeram-me perceber que

era importante e era muito bom!" e ainda que "não sou demasiado velha para aprender coisas assim!". Também salientaram como uma boa aprendizagem a organização da exposição, referindo-se a ela como "um desafio" mas "com muito bons resultados!". Referem que este evento foi algo que as fez perceber que "com organização e motivação, conseguimos fazer tudo!" (cf. Apêndice A, Encontro nº 13). Para além do referido, o facto de conseguirem usar novas tecnologias quer para adquirir novos conhecimentos, quer para estarem em contacto umas com as outras, é também um indicador de cumprimento do OG1, sendo, simultaneamente, uma medida de combate à exclusão e isolamento social. Resumindo, neste indicador, foi possível observar a valorização de capacidades e conhecimentos através da partilha de conhecimentos e competências em grupo, levando todas as mulheres a sentirem-se úteis e motivadas. Estes sentimentos de motivação e utilidade permitiram um maior envolvimento e compromisso com o grupo, estimulando um maior interesse pelas atividades, uma maior crença nas suas capacidades e uma maior capacidade de iniciativa. Efetivamente, e como consequência destas mudanças, as participantes mostraram-se capazes de assumir compromissos com maior responsabilidade, organizando e planeando as suas próprias atividades. Não menos importante, destacam-se também as amizades formadas durante estes encontros que, ultrapassando o âmbito do presente projeto, surgem como uma fonte de apoio mútuo e rede de suporte destas mulheres.

O indicador "Ampliar as redes de relações" destas mulheres pretende avaliar e refletir sobre a concretização do OG 2 e respetivos OE. Assim, conclui-se que, efetivamente, este projeto contribuiu para que a rede de relações das participantes fosse alargada, encontrando-se evidências desta avaliação nos discursos e nas ações do próprio grupo e na avaliação realizada pela equipa técnica do CC (cf. Apêndice D, Registo nº 9). Partindo de um grupo de mulheres que, embora se conhecessem por frequentarem aquele CC e atividades ali organizadas anteriormente, a identificação e a relação entre as participantes era, inicialmente, muito frágil. Com o avançar dos encontros e com o conhecimento que todas foram partilhando umas sobre as outras, estas relações foram-se fortalecendo levando ao sentimento de pertença de cada mulher ao grupo. Sentimento esse que se foi tornando mais sólido, constituindo-se este num grupo coeso e onde o suporte, o apoio, a compreensão, o respeito e a empatia eram uma constante.

Foi esta rede de relações e todos os momentos partilhados que possibilitaram a continuação do grupo, autonomamente. Foi a Senhora F que enfatizou esta necessidade de continuidade,

referindo que “isto faz-nos muito bem! Saímos de casa e deixamos de arrumar coisas que estão tão bem quietinhas!”, sendo apoiada pela Senhora L “Aqui falamos com outras pessoas, saímos de casa e apanhamos ar! É um espaço onde podemos falar sobre tudo e mais alguma coisa”, assegurando que vão tratar de manter a continuidade do grupo “nem que seja só de quinze em quinze dias” (cf. Apêndice A, Encontro nº 13). Também alguns/algumas dos/as profissionais do CC relatam mudanças que identificam nas relações entre as participantes: “saem todas juntas e às vezes esperam umas pelas outras lá fora para nenhuma ir sozinha”, denotando que “isto começou a acontecer com pessoas que raramente falavam umas com as outras e quando o faziam era apenas por pura educação” (cf. Apêndice D, Registo nº 9). No seguimento deste assunto, também as participantes referem, muitas vezes, encontrarem-se fora do espaço comunitário do CC. Relativamente a mudança na organização do CC, não foram elencadas alterações. Os/as profissionais do CC, apesar de disponíveis para reunir e conversar comigo, partilhavam que “(...) não reunimos condições de trabalho que nos permitam participar no grupo (...)”, sendo a sua participação indireta. Acompanhando as famílias (e as participantes), consideram que o grupo as tornou “(...) mais abertas, falam de uma forma mais clara, mais calma e mais segura daquilo que dizem (...)” (Apêndice D, Registo nº 9). Quando questionadas sobre o impacto que o projeto teve na sua prática profissional, estes/as profissionais referem “(...) dar importância aos interesses das pessoas e à importância de escutar e de estar com as pessoas para se poder intervir de uma forma mais eficaz” (Apêndice D, Registo nº 9). Assim, e tendo em conta que o P4 não foi objeto de intervenção, foi devolvido à equipa de profissionais. Desta forma, poderá vir a ser uma nova dimensão a ser trabalhada, no futuro, pelo CC: a sensibilização da comunidade para o preconceito de que as famílias acompanhadas em SAAS são alvo.

A exposição permitiu que a comunidade (re)conhecesse o grupo, abrindo portas para novas oportunidades de inclusão das participantes. Parte deste reconhecimento pode ser espelhado pelos comentários que foram deixados no livro do grupo, por membros da comunidade concelhia (cf. Apêndice L). Comentários estes que visam a importância da participação e da liberdade de escolha – “Projetos assim são muito importantes! Dão liberdade às pessoas todas! (...) – , que parabenizam o grupo pela iniciativa – “Parabéns pela iniciativa de se juntarem. Juntos somos mais fortes!” – e que motivam à sua continuação – “É bom sair da rotina! Parabéns e força para continuar!”, “(...) continuem com esta motivação”. Assim, considera-se que a partilha de vários momentos, sentimentos e conhecimentos bem como o convívio e a relação que deles advém,

empoderaram as pessoas envolvidas e inspiraram ao desenvolvimento de uma postura mais autónoma, de apoio e de envolvimento relacional.

Por fim, no indicador “Autoestima das mulheres” que permitiu avaliar principalmente o OG3 e respetivos OE, salienta-se a valorização pessoal que foi alcançada ao longo do desenvolvimento da Ação 1. O sentido crítico e a consciência social que as participantes do grupo foram demonstrando ao longo dos encontros, permitiram que várias experiências fossem partilhadas e vários momentos de discussão, reflexão e partilha fossem criados. Momentos estes que, para além de permitirem que o grupo se fosse conhecendo, estimularam o auto e heteroconhecimento e, conseqüentemente, promoveram uma maior confiança pessoal, originando ganhos ao nível da comunicação com os outros, da participação e da autoestima. As “Habilidosas” foram referindo estes ganhos, principalmente nos últimos encontros: “Isto fez com que aprendesse a conversar com calma, e a dizer o que penso de uma forma mais pensada” (Senhora L) (cf. Apêndice A, Encontro nº 12); “Graças aos incentivos do grupo comecei a acreditar naquilo que eu sou capaz!” (Senhora A); “Com as ‘Habilidosas’ ganhei força para sair de casa e conhecer pessoas e grupos novos” (Senhora F); “Consegui aproveitar o meu tempo livre de outra forma e ultrapassei um momento difícil devido ao escape que foi o grupo” (Senhora M) (cf. Apêndice A, Encontro nº 13).

Também nestes momentos de partilha de experiências e de conhecimentos (nomeadamente no âmbito das artes manuais), foi visível a vontade crescente e gradual com que cada uma trazia os seus projetos e os apresentava ao grupo, sendo sempre reconhecidas pelas restantes participantes. Estes momentos de troca de opiniões, conselhos e críticas construtivas tornaram-se momentos importante na construção de expectativas e de uma autoimagem mais positiva. De facto, à medida que os encontros iam passando, a confiança com que cada uma das participantes trazia e apresentava o seu trabalho ou trazia novos temas de conversa para serem debatidos e refletidos em grupo era visivelmente maior – se no início apenas eram discutidos temas sobre as artes manuais, com o avançar dos encontros foram também partilhadas situações familiares e pessoais.

No decorrer de todo o caminho, foi visível o desenvolvimento de todas e de cada uma das pessoas envolvidas no projeto. A Senhora A descobriu nas artes manuais uma forma de ocupação nos tempos livres que lhe permitia manter-se mentalmente ativa e não estar constantemente a

realizar tarefas domésticas quando está em casa. Para além disso, mostra-se muito mais confiante em si e nas suas capacidades, mostrando uma maior motivação e confiança em enfrentar novos desafios. Já se sente capaz de pesquisar novos projetos na *internet*, através do seu telemóvel, recorrendo à ajuda dos seus netos quando precisa de alguma orientação. Apesar de ter algumas reservas no que concerne aos grandes grupos e às partilhas pessoais, a Senhora A foi-se mostrando muito mais descontraída nos últimos encontros em grupo, conversando com algumas das colegas com quem tinha mais afinidade e regressando a casa com elas. A Senhora F, apesar de ser uma pessoa muito ativa desde sempre, decidiu apostar na sua participação em outros grupos de diferentes artes manuais, apostando na ocupação do seu tempo e fazendo novas amizades: “Adorei entrar no grupo das ‘Habilidosas’. Foi muito bom, me deu ânimo. Saí de casa para conviver e aprender com as ‘Habilidosas’” (cf. Apêndice L). Muito apressada, mostra-se agora uma pessoa muito mais calma e ponderada, quer nas suas palavras, quer nas suas ações. Criou amizades dentro do grupo e é um grande motor para a continuação dos encontros grupais de uma forma autónoma, sentindo que a socialização e convívio que este grupo lhe trouxe é uma importante parte no seu bem-estar. Para além disso, a Senhora F viu respondidas várias dúvidas sobre algumas instituições que existiam no concelho e as suas funções, tendo visitado algumas e resolvido situações burocráticas autonomamente. A Senhora M relata que o suporte emocional do grupo se revelou muito importante na vivência de um luto – “Para mim, o grupo foi um escape para a situação que me encontrava naquele momento, foram momentos de descontração, companheirismo e partilhas!” (cf. Apêndice L). Sendo sempre muito calma e com uma grande consciência social, a Senhora M trazia assuntos e reflexões muito pertinentes para discussão. Encontrou no grupo um apoio emocional e uma distração das suas rotinas diárias, manifestando interesse em continuar a encontrar as colegas fora do mesmo. A Senhora L referiu sentir-se mais capaz, conseguindo fazer coisas que pensava já não conseguir. “Com o coração ligado à boca”, não refletindo sobre aquilo que dizia nem nos comportamentos que, por vezes tinha; mostra-se agora muito mais ponderada e atenta à forma como usa das palavras e os gestos com os outros. Ganhou um gosto enorme em vestir-se bem e pondera utilizar as artes manuais como fonte de rendimento extra. Com a exposição, sentiu-se mais valorizada e confiante por ser capaz de mostrar à comunidade que o grupo consegue produzir peças e produtos incríveis. A Senhora C, embora muito mais distante fisicamente nos últimos encontros devido a vicissitudes da sua vida, é muito ativa na comunicação virtual com o grupo. Muito mais confiante, passou a ver-se de uma

forma mais positiva e útil devido aos *feedbacks* que ia recebendo das colegas aquando das suas partilhas. Refere que gostou muito de "(...) fazer parte deste grupo, fazer trabalhos lindos, conversar e rir muito!" (cf. Apêndice L). A Senhora P foi, na opinião de todas, quem mais demonstrou mudanças ao longo dos encontros: "A P fala muito mais connosco, partilha mais coisas!" (Senhora M); "Quem senti que mudou mais foi a P! Agora até vai ter connosco ao mercado!" (Senhora L); "Sinto a P mais livre e cada vez mais faladora! E também mais ativa, fora daqui!" (Senhora F) (cf. Apêndice A, Encontro nº 13). Sentindo-se mais ativa e motivada, refere ocupar o seu tempo de uma forma mais produtiva, quer a fazer experiências com artes manuais, quer a conviver com pessoas novas. Muito mais descontraída, a Senhora P referiu que se sente mais confiante daquilo que é e daquilo que é capaz de fazer. Se antes não comunicava intencionalmente com as colegas fora do contexto dos encontros, aquando da escrita do presente projeto já acompanha várias pessoas na compra de material ou no caminho até casa. Para além disto, já se sente capaz de partilhar várias experiências e opiniões em grupo, manifestando uma maior motivação e expectativas positivas face à sua vida e a si própria.

Em suma, face ao que está descrito e analisado ao longo de todo o relatório, considera-se que o desenvolvimento do projeto permitiu a satisfação das necessidades e problemas identificados pelas participantes através da concretização da maioria dos objetivos definidos. Tal como foi proposto, partiu-se das capacidades, competências e interesses das mulheres para criar um espaço seguro de partilha, socialização e ocupação dos tempos livres, combatendo o fechamento das participantes sobre o seu seio familiar. Espaço este que permitiu também o aumento da sua autoestima e, conseqüentemente, um aumento do sentimento de valorização, de confiança sobre as suas capacidades e sobre a sua utilidade. Adicionalmente, este grupo permitiu que as pessoas envolvidas ampliassem a sua rede de relações, "tricotando entre si laços de amizade e carinho", sentindo-se parte integrante de um grupo que as acolhe, escuta e aconselha, sem julgamentos.

Tendo sempre em mente a continuidade do projeto foram abordadas várias vezes e de diferentes formas as possibilidades existentes para esta prossecução. A maioria das pessoas foi sempre demonstrando a vontade que tinha em continuar a encontrar-se em grupo, discutindo sempre as possibilidades existentes. Foi, no entanto, após o último encontro marcado no âmbito deste relatório, que tudo se organizou, via *Whatsapp*. Ficou combinado em grupo que seria a Senhora F a organizar os encontros futuros, combinando com todas a regularidade e a duração dos mesmos,

sendo que foi a mesma que propôs assumir este papel. Embora o convite fosse estendido a todas, a Senhora C e a Senhora A decidiram que o grupo já não lhes fazia sentido, quer por terem alargado o seu núcleo de amizades e terem, agora, outras ocupações sociais, quer por razões pessoais que não quiseram revelar. Assim, o grupo deixou à consideração das mesmas a sua decisão, reiterando que estariam disponíveis para elas sempre que necessitassem e quisessem voltar. A Senhora M investiu na sua formação profissional, assistindo a aulas *online* durante parte do dia e tendo, em período de férias escolares, os seus filhos em casa. Assim, referiu querer muito encontrar-se o com o grupo, mas que apenas conseguiria fazê-lo, com regularidade, em setembro. A Senhora P, a Senhora L e a Senhora F combinaram então entre si fazer “umas férias”, retomando o grupo na última quinzena de agosto, num dia a combinar, sendo que a Senhora M se juntaria quando lhe fosse possível. Até lá, iriam mantendo o contato, combinando “um café de vez em quando!”.

Com a continuação deste grupo foram dados passos em direção à finalidade do projeto, isto é, passos na direção da autonomização, socialização e bem-estar das participantes.

Para além da Ação 1, que se concretizou, é importante refletir sobre a não concretização da Ação 2 – “Conhe(ser) o Mundo”. Esta ação era mais direcionada para a Senhora D, embora fosse aberta a todo o grupo de mulheres que integraram a Ação 1. Porém, como já foi referido, após cinco encontros, deixou de ser possível saber do paradeiro da Senhora D. Mesmo após várias tentativas de contato, não foi possível contactá-la, tendo esta ação deixado de fazer sentido. Neste sentido, com o intuito de não deixar a Senhora D sem acompanhamento, foi acordado com o/a profissional que acompanha a sua família ao nível do SAAS que, caso a mesma voltasse ao CC, este/a iria auxiliá-la nas questões que a mesma tinha identificado. Assim, e apesar da Ação 2 não se ter concretizado, a Senhora D não ficará sem acompanhamento se e quando comparecer nos SAAS daquele CC, sendo assegurado o acompanhamento próximo à sua família.

Apesar da não concretização da Ação 2, foi possível responder ao problema 3. Foram vários os assuntos e as dúvidas que foram surgindo no âmbito das políticas sociais e dos apoios do Estado, sendo estas discutidas e refletidas em grupo, no âmbito dos encontros da Ação 1. Desta forma, não só eram esclarecidas as dúvidas expostas como também eram dadas novas informações às restantes mulheres. Um exemplo concreto duma dessas situações dá-se quando a Senhora F

decidiu questionar-me, num dos encontros do grupo, sobre os apoios económicos no domínio da habitação (cf. Apêndice F, Encontro nº 6). Essa informação não era conhecida por muitas das pessoas do grupo, sendo que, quando expliquei à Senhora F como é que esse apoio era atribuído e quais os critérios utilizados, todas as outras participantes presentes colocaram dúvidas e ficaram informadas sobre a existência desse apoio. Ora, comparando o que foi planeado, quando o que foi efetivamente realizado, conseguimos perceber que, apesar a Ação 2 não ter sido concretizada, os três OG e respetivos OE foram cumpridos. Desta forma, e apesar de reconhecer que há ainda muito caminho pela frente, foram dados passos importantes no sentido do bem-estar e da autonomização das pessoas do grupo na utilização dos recursos e das respostas sociais existentes. Partiu-se do amor que as mesmas tinham pelas artes manuais e, juntas, trabalhamos várias competências sociais e pessoais, e caminhamos no sentido de uma maior autoestima, de uma maior rede de suporte, de um maior conhecimento sobre elas e sobre o (seu) Mundo. No fundo, caminhamos no sentido da liberdade, da autonomia e do empoderamento.

Importa ainda voltar aos problemas identificados anteriormente (cf. Avaliação de contexto), mais especificamente ao P4 - Preconceito e desvalorização da sociedade para com famílias acompanhadas em SAAS. Ao longo dos encontros e do tempo que o grupo foi passando junto, foi notória a desvalorização gradativa deste problema. Embora seja identificado pelas participantes e reconhecido como sendo algo que sentem ou sentiram em determinada altura da sua vida, não foi, em detrimento dos outros problemas identificados, priorizado pelo grupo. Segundo a IAP (Lima, 2003), é primordial que todos/as sejam protagonistas do projeto, sendo o sujeito responsável pelas suas decisões. Desta forma, e sendo as "Habilidosas" as protagonistas deste projeto, o P4 não fez parte do desenho e conseqüente desenvolvimento do projeto. No entanto, e considerando que este pode, no futuro, ser objeto de trabalho pelo CC, este problema foi partilhado com a equipa do mesmo.

Para além desta análise, é importante abordar as mudanças estruturais (e até macrossistémicas) que seriam necessárias para que a mudança se desse de uma forma total e mais facilitada, nomeadamente ao nível da burocracia exigida aos/às profissionais. Embora seja do conhecimento geral que existem muitas burocracias associadas ao SAAS e a todos os serviços de apoio que estejam relacionados às instituições públicas e aos financiamentos que existem, e o subdimensionamento das equipas que trabalham na área social, é urgente pensarmos sobre a

eficácia e a eficiência destas burocracias, pesando as suas vantagens e desvantagens. No caso específico do CC que foi espaço físico deste projeto, é possível elencar alguns fatores que podem fazer a diferença na intervenção com as famílias que acompanham. Fatores estes que passam, não só mas também, pela sobrecarga de trabalho que cada um/a dos/as profissionais tem, não lhes sobrando tempo de qualidade para efetivamente estar com as pessoas, escutando-as e dando-lhes a oportunidade de serem ouvidas. Assim, tal como nos refere Minuchin et al. (2005), talvez se a burocracia fosse menor, ou se os/as profissionais fossem mais, as famílias teriam mais tempo dedicado a cada uma delas e a intervenção fosse mais individualizada, valorizando as suas capacidades e contextos de vida. Neste contexto, as intervenções manualizadas e heteroimpostas, "one size fit all", parecem muitas vezes serem as únicas respostas e formas de intervir, resultando, muitas das vezes no afastamento das pessoas das instituições e das suas respostas.

Por último, não pode deixar de ser referida a necessidade urgente e evidente de intervenções que intencionalizem a autonomia das pessoas, que permitam que adultos ocupem o seu tempo livre com algo que realmente gostem, que vá ao encontro dos seus interesses, que sejam eles próprios, com a sua voz a decidir o que querem fazer e o que lhes faz mais sentido priorizar. É importante que existam espaços que permitam que todas as vozes sejam ouvidas e tidas em conta, que todas as vozes sejam valorizadas, não importando a faixa etária, o grau de escolaridade, a etnia, a religião ou o nível socioeconómico. É importante, sim, conscientizar a sociedade da importância da inclusão, do empoderamento, da autonomização. Porque, tal como nos diz Maria Luísa Lima (2018, p. 35): "(...) o que somos é construído, mantém-se e modifica-se através das relações que mantemos com as outras pessoas".

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento do projeto *(Re)Encontros* procurou potencializar a partilha de competências e interesses pessoais em grupo, ampliar a rede de relações e promover o aumento da autoestima das pessoas envolvidas. Desta forma, caminha-se para a autonomização e empoderamento de pessoas de famílias em risco de isolamento social, utilizando-se recursos pessoais e comunitários. Assim, foi privilegiada a metodologia de IAP, permitindo que estas pessoas se tornassem as protagonistas deste projeto, participando ativamente em todo o processo e tendo um papel de cooperação e responsabilidade no mesmo (Lima, 2003; Santos, 1987).

A Educação Social, segundo as visões de Timóteo & Bertão (2012, p.15), tem em vista a capacitação de sujeitos, grupos e/ou comunidades, proporcionando uma inclusão social mais facilitada. Lima (2018) reflete sobre o poder dos laços sociais naquilo que nós somos e na forma como estamos no mundo. Tudo aquilo que somos, resulta, em grande parte, das interações que temos com outros, onde influenciemos e somos influenciados, somos representados e representamos os outros. É, segundo esta autora, a identificação com um grupo que permite a cada um de nós “reconstruir a identidade, encontrando um novo lugar no mundo” (Lima, 2018, p. 40). É esta forte identificação com o grupo que leva à coesão grupal, “em que todos se sentem parte do mesmo corpo” (Lima, 2018, p.41), permitindo não só um fortalecimento emocional e dos laços sociais, mas também a valorização da pessoa enquanto parte do grupo (Lieberman, 1998; Lima, 2018; Yalom, 2000).

Este projeto, tal como o seu nome indica, é sobre *(Re)Encontros*. Um dos quais, o meu próprio reencontro, enquanto profissional. Se quando terminei a minha licenciatura tinha o sonho de mudar o Mundo e de resolver todos os seus problemas, a entrada no mercado de trabalho na área social alterou muito a minha visão. A burocracia era “dolorosamente interminável” e a liberdade para intervir muito limitada. Fiquei presa a planos de atividades que se focavam em atividades que, embora interessantes e aparentemente com sentido, pouco diziam aos seus participantes; presa numa realidade profissional em que as instituições e os “doutores” sabiam tudo e as pessoas com quem estávamos não sabiam o que precisavam e o que queriam. Fiquei presa a uma área profissional que, embora fosse minha, “não me tinha de coração e alma” porque nunca quis

trabalhar para pessoas, mas sim com elas. Este projeto permitiu com que eu voltasse a sonhar com um mundo diferente, a acreditar na mudança; estas mulheres mostraram-me de que tudo é possível se nos escutarmos, a nós próprias e aos que estão à nossa volta. Foi neste caminho, de “mãos unidas por laços tricotados”, que voltei a valorizar a coconstrução de um projeto e a importância da metodologia da IAP (Lima, 2003). Foi neste caminho que aprendi a escutar as pessoas outra vez e a contrariar a indiferença e a desvalorização das vontades e interesses das pessoas em detrimento das instituições e dos/as profissionais das mesmas; a contrariar a tendência para atividades e ações pré-definidas e que, embora “bem intencionadas”, são desprovidas de resultados reais, são pouco incitadoras da mudança. Para além disso, “(Re)Encontros” fez-me voltar a refletir sobre a importância da curiosidade pelo outro como ato inspirador para a mudança. Foi através das conversas e do tempo de qualidade que estivemos em grupo, da coragem e da audácia de questionarmos e de conversarmos umas com as outras que, semana após semana, encontro após encontro, fomos evoluindo, fomos aprendendo e fomos refletindo sobre as nossas ideias, os nossos ideais e a forma como vemos o (nosso) Mundo.

Intervenções que internalizem a autonomia das pessoas e que permitam que as mesmas ocupem o seu tempo livre de acordo com os seus interesses pessoais e as suas capacidades e competências, podem ser um passo interessante e importante no contexto de intervenção psicossocial, nomeadamente com elementos de famílias multidesafiadas. Grupos como “As Habilidosas” podem criar condições para mudanças significativas na autoestima e valorização pessoal, na ampliação de redes de suporte e, conseqüentemente, no caminho em direção ao empoderamento e autonomização dos/as seus/suas participantes e das suas famílias.

O trabalho com estas mulheres e, indiretamente, com as suas famílias passou por reconhecer o seu potencial, valorizá-lo e permitir-lhes um espaço seguro onde possam ser ouvidas sem julgamentos e com a maior liberdade possível, partilhando experiências e conhecimentos sobre si e sobre o (seu) Mundo. Com este caminho coconstruído e com a exposição dos trabalhos do grupo, este projeto abriu portas para a mudança de um grupo que irá contrariar uma estigmatização há muito enraizada sobre as famílias multidesafiadas e apoiadas em SAAS. Sabendo que a mudança “demora” e que os resultados nem sempre se revelam imediatos e visíveis a “olho nu” este projeto precisa de espaço e de tempo para crescer, para se maturar. A continuidade do grupo poder-se-á revelar um indicador de proximidade à finalidade deste projeto. Ressalto ainda, a necessidade de

se continuar a investir no trabalho em projeto com as famílias porque, apesar de todas as dificuldades e constrangimentos, é uma intervenção necessária e urgente quando objetivamos através da intervenção social, quebrar o ciclo da exclusão, da desigualdade e da transmissão intergeracional da vulnerabilização.

Termino o presente relatório com a reflexão de que a coconstrução do projeto *(Re)Encontros* foi fundamental para a minha construção pessoal, acadêmica e profissional. Este projeto e toda a sua coconstrução permitiu-me olhar o (meu) Mundo de forma diferente “tricotando laços de carinho e companheirismo” ao longo de todo caminho.

## REFERÊNCIAS

Alarcão, M. (2006). *(Des)equilíbrios Familiares*. Quarteto.

Ander-Egg, E. (1990). *Repensando la investigación-acción participativa*. Editorial El Aleneo.

Benatti, A., Campeol, A., Machado, M., & Pereira, C. (2021). Famílias monoparentais: uma revisão sistemática da literatura. *Psicologia: Ciência e profissão*, 41, <https://doi.org/10.1590/1982-3703003209634>

Benzies, K., & Mychasiuk, R. (2008). Fostering family resiliency: a review of the key protective factors. *Child and Family Social Work*, 14, 103-114. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2206.2008.00586.x>

Bloch, S., & Aveline, M. (1999). Psicoterapia de grupo. In S. Bloch (Coord.). *Uma introdução às psicoterapias* (101-129). Climepsi.

Boutinet, J.P. (1990/1997). *Antropologia do projeto*. Instituto Piaget.

Bruto da Costa, A. (2007). *Exclusões Sociais* (6ªed.). Gradiva.

Capucha, L. (2005). *Desafios da Pobreza*. Celta Editora.

Capul, M., & Lemay, M. (2003). *Da educação à intervenção social*. Porto Editora.

Cardoso, R., & Moreira, D. (2017). Da educação à intervenção social: a construção do conhecimento na transformação da realidade. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 5, 102-106. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.05.2373>

Carter, B., & McGoldrick, M. (2001). *As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar* (2ª Ed.). Artmed.

Carvalho, A. & Baptista, I. (2004). *Educação Social – Fundamentos e estratégias*. Porto Editora.

Cembranos, F., Montesinos, D., & Bustelo, M. (2001). *La animación sociocultural: Una propuesta metodológica* (8ª Ed.). Editorial Popular.

Clavel, G. (2004). *A sociedade da exclusão: Compreendê-la para dela sair*. Porto Editora

Cook, E. P. (1991). Annual review: practice and research in career counseling and development. *The career development quarterly*, 40(2), 99-131. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.1991.tb00317.x>

Coutinho, C. P., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. J., & Vieira, S. (2009). Investigação-ação: metodologia preferencial nas práticas educativas. *Psicologia, Educação e Cultura*, XIII(2), 355-380. <https://hdl.handle.net/1822/10148>

Decreto-Lei nº 23/2022 da Presidência do Conselho de Ministros (2022). *Prorroga o prazo de transferência das competências para as autarquias locais e entidades intermunicipais no domínio da ação social*. Diário da República nº 31, 1ª Série de 14/02/2022. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/decreto-lei/23-2022-179008335>

Decreto-Lei nº 55/2020 da Assembleia da República (2020). *Define os objetivos, prioridades e orientações de política criminal para o biénio de 2020-2022*. Diário da República nº 167, 1ª Série de 27/08/2020. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/55-2020-141259621>

Duclos, G. (2006). *A auto-estima, um passaporte para a vida*. Climepsi.

Dudgeon, P., Scrine, C., Cox, A., Walker, R. (2017). Facilitating empowerment and self-determination through participatory action research: findings from the National Empowerment Project. *International Journal of Qualitative Methods*, 16, 1-11. <https://doi.org/10.1177/1609406917699515>

Fazenda, I. (2005). Empowerment e participação, uma estratégia de mudança. *Centro Português de Investigação e História e Trabalho Social*. <https://www.adeb.pt/files/upload/artigos/empowerment-e-participacao-fazenda.pdf>

Ferreira, R. (2015). Rendimento Social de Inserção, tolerância zero: o embrutecimento do estado. *Sociologia. Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, XXIX, 147-160. <https://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/13342.pdf>

Guerra, I. (2010). *Fundamentos e processos de uma sociologia de ação. O planeamento em ciências sociais*. Principia Editora.

IEFP (2022, novembro, 26). *Dados sobre Desemprego no Concelho*. <https://www.iefp.pt/documents/10181/11322396/SIE+-+Desemprego+registado+por+concelhos+outubro+2022.pdf/508bdd44-1d20-4be5-8e8a-7c6ba1577d3a>

INE (2022, novembro, 26). *Dados dos Censos de 2021 sobre a União de Freguesias*. [https://www.ine.pt/scripts/db\\_censos\\_2021.html](https://www.ine.pt/scripts/db_censos_2021.html)

Lake, D., & Wendland, J. (2018). Practical, epistemological, and ethical challenges of participatory action research: a cross-disciplinary review of the literature. *Journal of Higher Education Outreach and Engagement*, 22(3), 11-42.

Lei nº 50/2018 da Assembleia da República (2018). *Lei-quadro da transferência de competências para as autarquias locais e para as entidades intermunicipais*. Diário da República nº 157, 1ª Série de 16/08/2018. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/50-2018-116068877>

Lima, M. (2018). *Nós e os outros: o poder dos laços sociais*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.

Lima, R. (2003). *Desenvolvimento levantado do chão... com os pés assentes na terra: Desenvolvimento local e investigação participativa - Animação Comunitária* [Tese de Doutoramento não publicada]. Universidade do Porto.

Lima, R. (2020). Distanciamento e isolamento social pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30(2). <https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300214>

Madsen, W.C. (2009). Collaborative Helping: A Practice Framework for Family-Centered Services. *Family Process*, 48, 103–116.

Martinez, M. (2003). La Família Multi-Problemática e el Modelo Sistémico. *Portularia*, 3, 89–115. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=808143>

Mello, E., & Teixeira, A. (2011). A interação social descrita por Vygotsky e a sua possível ligação com a aprendizagem colaborativa através das tecnologias em rede. *Anais do Workshop de Informática na Escola*, 1(1), 1362–1365. <http://ojs.sector3.com.br/index.php/wie/article/view/1988>

Melo, A. (2011). *As forças dos profissionais e da família multidesafiada na protecção da criança – uma modelo de avaliação e intervenção familiar integrada para os CAFAP*. [Dissertação de Doutoramento não publicada]. Universidade de Coimbra.

Melo, A., Filho, O., & Chaves, H. (2014). Conceitos básicos em intervenção grupal. *Encontro*, 17(26), 47–63. <https://revista.pgsskroton.com/article/view/2414->

Mendonça, M. (2002). *Ensinar e aprender por projetos*. Edições ASA.

Minuchin, P., Minuchin, S., & Colapinto, J. (2005). *Trabalhando com Famílias Pobres*. Artmed Editora.

Monteiro, A. (1996). A avaliação nos projectos de intervenção social: reflexões a partir de uma prática. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 22, 137–54. <http://hdl.handle.net/10071/834>

Monteiro, H. (2019). Investigação, transformação e “Palavramundo”. Novos e velhos desafios ético-metodológicos. *Educação, Sociedade & Culturas*, 54, 65–84. <https://doi.org/10.34626/esc.vi54.50>

Paugam, S. (2003). *A desqualificação social. Ensaio sobre a nova pobreza*. Porto Editora.

Pedroso, J., & Branco, P. (2008). Mudam-se os tempos, muda-se a família. As mutações do acesso ao direito e à justiça de família e das crianças em Portugal. *Revista Crítica de Ciências Sociais*, 82, 53-83. <https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/33798/1/Mudam-se%20os%20tempos,%20muda-se%20a%20fam%C3%ADlia.pdf>

Portal Autárquico (2022, novembro, 30). *Transferência de Competências para as autarquias*. <http://www.portalautarquico.dgal.gov.pt/pt-PT/transferencia-de-competencias/acao-social/>

Portaria nº 188/2014 (2014). *Condições de organização e de funcionamento do Serviço e Acompanhamento Social*. Diário da República n.º180, 1ª Série de 18/09/2014. <https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/portaria/2014-67250675>

Ramos, M. (2003). *Acção social na área do emprego e formação profissional*. Universidade Aberta.

Sampaio, F., & Sequeira, C. (2020). Autoimagem, autoestima e imagem corporal. In Sampaio, F., & Sequeira, C., *Enfermagem em Saúde Mental – Diagnósticos e Intervenções* (pp. 116-118). Lidel.

Serrano, G. (2008). *Elaboração de projetos sociais – Casos práticos*. Porto Editora.

Simões, J. (2010). *A habitação social como instrumento de combate à pobreza e exclusão social: estudo de caso no Bairro Alves Redol* [Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <https://www.repository.utl.pt/handle/10400.5/3010>

SNS24 (2022, novembro, 30). *A solidão e o isolamento social*. <https://www.sns24.gov.pt/guia/a-solidao-e-o-isolamento-social/>

Sousa, J. (2019). Participação Sociocultural, Ócio, Acessibilidade e Envelhecimento Ativo no contexto de Idosos Institucionalizados. *Revista Subjetividades*, 19(2), 1-14. <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v19i2.e9237>

Sousa, L. (2005). *Famílias Multiproblemáticas*. Quarteto.

Sousa, L., Hespanha, P., Rodrigues, S., & Grilo, P. (2007). *Famílias pobres: desafios à intervenção social*. Climepsi.

Stufflebeam, D., & Shinkfied, A. (1987). *Evaluación sistemática. Guia teórica y práctica*. Paidós.

Timóteo, I. (2010). *Educação social e relação de ajuda. Representações dos educadores sociais sobre as suas práticas* [Tese de Mestrado, Universidade de Évora]. Repositório científico da Universidade de Évora. <https://dspace.uevora.pt/rdpc/handle/10174/19122>.

Timóteo, I., & Bertão, A. (2012). Educação social transformadora e transformativa. *Sensos*, 2(1), 11-26. <http://hdl.handle.net/10400.22/6296>

Tomás, A. (2009). Dinámicas de grupo. *Revista digital innovación y experiencias educativas*, 20, 1-9. [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numer\\_o\\_20/ANTONIO\\_ADAME\\_TOMAS01.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numer_o_20/ANTONIO_ADAME_TOMAS01.pdf)

Vaz-Serra, A. (1999). *O stress na vida de todos os dias* (3ª. Ed). Minerva.

Veiga, S. (2009). *Palcos de conhecimento, espaços de transformação: contributos da metodologia sociodramática para a formação dos educadores sociais* [Dissertação de Doutoramento não publicada]. Universidade de Évora.

Warr, P., Jackson, P., & Banks, M. (1988). Unemployment and mental health: some british studies, *Journal of Social Issues*, 44(4), 47-68. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1988.tb02091.x>

Yalom, I. (2000). *Psicoterapia existencial y terapia de grupo*. Paidós.

Zimmerman, M., & Arunkumar, R. (1994). Resiliency research: Implications for schools and policy., *Social Policy Report, 8*, 1-18.

## APÊNDICES

### A – REGISTOS DOS ENCONTROS COM O GRUPO NO ÂMBITO DA AÇÃO 1

Encontro nº1	
Local	CC
Data e Hora	28/3/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	<p>Como já era habitual, cheguei ao CC por volta das 14h, encontrando-se já a Senhora F e a Senhora P à minha espera no banco do jardim. Cumprimentei-as e convidei-as a subir, aproveitando para ir cumprimentar alguns elementos da equipa do CC que se encontravam a entrar no edifício.</p> <p>Eram cerca de 14h15 quando me juntei à Senhora F e à Senhora P na sala habitual, onde, minutos mais tarde se juntou a Senhora A. Após esta chegada, foram chegando as restantes mulheres – a Senhora M, a Senhora C, a Senhora L e, por fim, a Senhora O. A Senhora O, chegando por volta das 14h45, veio “apenas de passagem... Venho só dar uma justificação a todas vocês e à menina [Catarina]. É com muita pena que não venho mais...”. Revelou que estava com alguns problemas de saúde que, embora não fossem muito graves, eram limitativos e necessitavam de algum tempo de recuperação. Prometeu, no entanto, continuar a “vir visitar-vos de vez em quando, para ver como está a correr todo o trabalho”.</p> <p>Após esta despedida, e de todas termos desejado as melhoras à Senhora O e termos deixado “as portas sempre abertas para si”, a Senhora O saiu do</p>

	<p>nosso espaço, dirigindo-se para uma instituição de saúde para iniciar reabilitação física.</p> <p>Depois desta despedida, deu-se a integração da Senhora A. Não foi, de todo, uma integração difícil ou estranha pois a mesma já era conhecida por todas, existindo já alguma relação de proximidade com a Senhora L. No entanto, a Senhora A explicou ao grupo o porquê da sua integração “mais tarde”, referindo que “tive alguns imprevistos e não pude vir... Mas já cá estou e quero muito aprender a bordar”. Afirmação esta que muito agradou à Senhora L, que logo ficou entusiasmada.</p> <p>Devido à proximidade deste encontro a uma das apresentações do desenvolvimento do projeto na unidade curricular de Seminário, e tendo em atenção a metodologia de investigação que nos rege no desenvolvimento deste projeto, devolvi ao grupo as caracterizações de cada uma das participantes. Referi que as caracterizações era um pequeno resumo que eu própria tinha feito e que o intuito era criar um momento de discussão, de partilha e conhecimento no grupo. As mulheres mostraram-se muito entusiasmadas, dizendo que gostavam de perceber o que estava escrito sobre cada uma delas, questionando-me se “podemos dizer algumas coisas que mudávamos ou que acrescentávamos?”, questão que foi respondida afirmativamente.</p> <p>Expliquei-lhes que, para além de querer que elas sentissem que também têm voz em tudo o que é feito neste caminho, gostava que cada uma delas fosse capaz de ouvir, refletir e contribuir sobre as imagens que todas tinham sobre si.</p> <p>Assim, procedeu-se à apresentação de cada uma das caracterizações das mulheres, sendo aberto a todo o grupo um momento de debate após a leitura da mesma. Foi um momento muito produtivo, sendo possível perceber que todas ressaltavam as características mais positivas nas</p>
--	---

colegas, tecendo até alguns elogios e contrariando algumas autoimagens negativas que iam surgindo.

Um dos exemplos claros desta troca de opiniões prende-se com a caracterização da Senhora A. Sendo caracterizada por si própria como “muito teimosa e isso é negativo às vezes”, foi contraposta com a Senhora F, que lhe referiu que “ser teimosa às vezes é sinal de persistência!”, completando que “se eu não fosse teimosa, não fazia metade do croché que faço porque ia logo desistir, mas eu sou teimosa o suficiente para voltar a tentar! Por isso, não vejas isso como uma coisa má”. Para além disso, também a Senhora C, aquando da sua caracterização, referiu que “acho que não vou ser muito capaz de fazer muitas coisas destas, mas ‘tá bem”; ao qual a Senhora M referiu que “claro que vais, C! És tão desenrascada! Claro que vais conseguir! E, depois, nós estamos aqui todas e todas nos vamos ajudar umas às outras!”. Ainda a Senhora C referiu que um dos aspetos que estava muito correto na sua caracterização era a ligação à família, referindo que “vivo para e pela minha família”.

Ainda no seguimento das caracterizações, a Senhora L referiu que precisava mesmo de vir a estes encontros porque “enquanto venho para cá não penso em coisas tristes” visto que com a saída da sua filha mais nova de sua casa “agora sou sozinha outra vez”.

Após este debate e reflexão, levantei-lhes uma questão importante: “como querem ser designadas no projeto?”. Expliquei-lhes novamente as questões da confidencialidade e, concordando com o anonimato, todas concordaram que seriam designadas por apenas uma letra, nascendo assim a Senhora A, a Senhora C, a Senhora F, a Senhora P, a Senhora M e a Senhora L.

Terminamos o primeiro encontro no âmbito desta ação com a reflexão, conjunta, de que todas fomos capazes de ouvir e refletir sobre as

	caraterizações apresentadas, demonstrando cuidado e sensibilidade nas palavras que utilizavam para contrapor ou acrescentar na caraterização de outra colega. Para além disso, foi importante cada uma destas mulheres perceber a visão que as outras colegas têm sobre si.
--	---

Encontro nº 2	
Local	CC
Data e Hora	4/4/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	<p>O segundo encontro levou-nos até à reflexão sobre a autoimagem e o reforço positivo das capacidades e competências de cada uma, no seguimento do encontro anterior. Porém, este encontro contou apenas com a presença de quatro das seis participantes, por duas delas se encontrarem doentes.</p> <p>Este encontro iniciou-se com estas mulheres a questionarem como correu a apresentação de seminário. Quiseram saber o que foi dito, quer da construção do projeto, quer de cada uma das caraterizações que foram apresentadas. Expliquei-lhes os comentários que foram feitos e quais foram as conclusões retiradas.</p> <p>Após este debate acerca dos comentários da apresentação, a Senhora L voltou a insistir na ideia da realização da exposição. Referiu-nos que “era uma forma de mostrarmos à comunidade que conseguimos fazer coisas muito bonitas em croché, em bordado e noutras coisas, e que somos capazes”. Esta sugestão, embora já tivesse sido considerada pelas colegas, foi recebida pelo grupo com muita mais alegria desta vez, surgindo a ideia</p>

de que podia ser feito “uma espécie de livro, mas com as artes manuais todas lá dentro!” (Senhora F).

Voltando a insistir na questão da exposição e colocando a tônica na necessidade de mostrar o que eram capazes aos outros, questionei a Senhora L sobre o porquê deste sentimento. A Senhora L referiu que “Ontem uma das minhas vizinhas viu-me quando vim cá buscar fruta e disse-me que eu para além de receber muito dinheiro do rendimento mínimo ainda vinha cá buscar fruta. As pessoas olham sempre de lado por virmos aqui buscar comida, por exemplo”. Opinião esta que foi partilhada por algumas das colegas, relatando sentir algumas dessas coisas. Acrescentaram ainda que “Dizem que somos malandros e não trabalhamos porque não queremos” (Senhora C) ou ainda que “temos filhos apenas para receber mais dinheiro” (Senhora P), e ainda que “olhe, já me disseram que eu não me podia queixar porque me pagavam as contas todas” (Senhora L). Aproveitei a oportunidade para as questionar sobre a forma como isso as fazia sentir, sendo que a Senhora C e a Senhora M referiram que “Não ligo a nada disso” e “Ninguém tem nada que comentar ou saber da minha vida”, sendo este um problema que embora sintam, não consideram ser fulcral a ser resolvido, nem consideram que seja um problema fácil de se resolver no tempo útil de projeto, concordando então que “isto não me afeta, as pessoas não têm que saber da minha vida”.

Durante cerca de 1h, o encontro foi passado a organizar e programar a exposição: foram debatidas datas e objetivos, quer do livro, quer da exposição, ficando alinhavado que o livro poderia ser uma espécie de apresentação de todas nós, onde cada uma teria uma folha para utilizar conforme quisesse.

Quase no final do encontro, a Senhora M partilhou uma preocupação relacionada com o namoro do seu filho mais velho, algo que deixa a Senhora M preocupada relativamente ao seu rendimento escolar e

	<p>consequentemente com o seu ingresso na faculdade. Revelou-se “inquieta com estas coisas e até com as contas da faculdade... Mas acho que não quero nem pensar nisso!”.</p> <p>Desta partilha da Senhora M surgiu o debate em grupo sobre as ajudas financeiras do Estado aos estudantes e às suas famílias. Expliquei-lhes as medidas que conhecia de ajudas aos estudantes, sendo que podiam não ser as suficientes, dependendo sempre dos rendimentos que existiam.</p> <p>Para além deste esclarecimento, o grupo confortou a Senhora M relativamente ao assunto do namoro do filho, partilhando algumas experiências pessoais de cada uma delas e como “deram a volta” à situação. Partilharam que “é sempre difícil para uma mãe ver os filhos crescer, mas temos que os deixar ir, desde que os consigamos guiar na mesma” (Senhora P).</p>
--	--

Encontro nº 3	
Local	CC
Data e Hora	11/4/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	<p>Sendo este o encontro imediatamente depois da Páscoa, tomei a iniciativa de levar uns chocolates e uns biscoitos para que, juntas, pudéssemos explorar um pouco as tradições de cada uma.</p> <p>Tal como nos encontros anteriores, após colocarmos as colegas que não tinham estado presentes, a par do que tinha sido feito, iniciamos com a habitual questão “como foi a vossa semana?”. Este momento, apesar de ser muito vocacionado para partilhas de acontecimentos quotidianos ou</p>

esporádicos, começou a ser visto como momento de partilha das peças e produtos feitos em casa ao grupo. Partilha esta que contou com vários elogios às peças demonstradas incentivando todas as colegas a trazer coisas mais desafiantes no próximo encontro. Esta partilha de peças tornou-se, ao longo dos últimos encontros, um momento muito especial para todas nós, porque nos permitiu, em conjunto, mostrarmo-nos e receber elogios e opiniões das outras colegas.

No final deste momento, revelei os doces que tinha trazido, convidando todas a provar e servirem-se daquilo que gostassem. Expliquei-lhes que tinha tomado a liberdade de levar “uns docinhos para comemorar a Páscoa”, não querendo deixar de partilhar com elas uma festividade que era importante para mim, por ter sempre a casa cheia e por comer sempre muitos doces junto das pessoas de quem gosto.

A Senhora F, no seguimento da minha partilha, revelou que “não me diz muito... Estive fora muito anos e lá não se celebra nada disto!”. Acrescentou ainda que “tenho sim saudades de me juntar com vários colegas que estava lá, de muitos países diferentes, e cada um levava coisas do seu país”, referindo que se juntavam muitas vezes, sendo a Páscoa um desses momentos.

A Senhora L revelou que “não faço Páscoa porque na minha igreja isso não se celebra! Mas sei que isso é muito importante para muito boa gente porque se juntam muitas famílias”. Após esta partilha, a Senhora P questionou a Senhora L se a mesma se importava de continuarmos a discutir aquele assunto, visto que não era uma comemoração sua. Esta disse-lhe que “Claro que não! É uma festa que para muita gente nem é da igreja já! E comer docinhos é sempre comigo!”.

Assim, continuamos com as partilhas: a Senhora P revelou que “já não é o mesmo desde a pandemia” sendo completada pela Senhora C, que

	<p>comentou que “antes havia a tradição que não era quebrada por nada, mas o COVID trouxe-nos a lição de que tudo pode mudar de um momento para o outro e que nada é inquebrável”.</p> <p>A grande lição que todas retiramos destas partilhas foi que o importante é a felicidade e o conforto de todos nas suas rotinas e nas suas festividades.</p> <p>Após estas partilhas e reflexões, a Senhora L pediu a colaboração do grupo na escolha dos desenhos para bordar numa toalha que tinha trazido. Com a ajuda de algumas revistas de todas e da <i>internet</i>, escolheram-se vários pequenos desenhos que cobririam as pontas da toalha. Depois desta escolha, foram desenhados com lápis de carvão e papel vegetal na toalha, começando a ser bordados logo depois.</p> <p>Tendo eu alguma curiosidade em aprender bordado livre, pedi à Senhora L e à Senhora M se me ensinavam alguns pontos básicos. Pedido este ao qual se juntou a Senhora P que, com muito entusiasmo quis aprender também, mas dizendo, ao final de algum tempo “Ó Catarina, eu não sou boa a fazer isto... Não sei se vou conseguir aprender”, sendo imediatamente contrariada pelas restantes colegas.</p> <p>Após nos ser explicado alguns dos pontos básicos, eu e a Senhora P fomos praticando em pedaços de tecido que tínhamos disponíveis, estando todas as outras mulheres focadas nas suas próprias peças. No entanto, a confecção destas peças não impedia que todas conversássemos umas com as outras, partilhando aspetos e situações mais quotidianas, abrindo espaço para muitas gargalhadas.</p> <p>Terminamos o encontro com o compromisso de que o quarto encontro seria dedicado à organização do livro e da própria exposição.</p>
--	---

Encontro nº 4	
Local	CC
Data e Hora	18/4/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	<p>O quarto encontro foi um pouco atípico: as diferentes temperaturas que se têm vindo a fazer sentir deixaram muitas das participantes doentes, não sendo possível comparecerem. Assim, decidi esperar pelas restantes participantes no pequeno café do CC. A temperatura estava agradável que permitiu que, de uma forma descontraída, iniciáramos o encontro com as partilhas da semana num ambiente diferente. Aproveitando o facto de o espaço estar sem ninguém, a Senhora L e a Senhora P começaram a conversar sobre a sua semana, levando-me também a mim a partilhar alguns momentos da minha. Foi aquando da chegada da Senhora M que começaram a chegar algumas pessoas externas, pelo que decidimos que seria hora de subir até à “nossa” sala.</p> <p>O objetivo do encontro era a organização da exposição e do livro de grupo. Não estando a Senhora M presente no último encontro, a Senhora P tomou a liberdade de lhe explicar tudo o que se tinha passado. Foi enquanto a Senhora P estava a falar, a Senhora O apareceu na porta do nosso espaço, cumprimentando-nos a todas “proveitei para passar por aqui a caminho da fisioterapia para vos dizer Olá”. Depois uma breve conversa, a Senhora O despediu-se do grupo, saindo para a sua fisioterapia.</p> <p>Quando a Senhora P terminou de explicar à Senhora M o que tínhamos decidido, o grupo focou-se na organização do “nosso grande evento” (Senhora L). Após um debate intenso e a troca várias e diferentes ideias, chegamos à conclusão de que o livro teria de ser feito de argolas e não com um papel “normal, pode ser feito em cartolinas pretas A4, sendo que cada uma de nós iria poder decorar as páginas como bem entender... Assim todas</p>

	<p>temos a nossa voz” (Senhora M). Depois desta decisão, a Senhora L sugeriu que todas se identificassem no livro com os nomes que escolheram ser identificadas no próprio relatório, algo que agradou a Senhora M e a Senhora P. A Senhora M revelou inclusive que teriam “muito gosto que, caso as colegas que estão a faltar também concordem, poderes levar o livro para a apresentação final do nosso projeto! Não sei mas assim é quase que se estivéssemos lá... Levas para estarmos lá contigo, representadas da maneira que mais gostamos de nos expressar”.</p> <p>Após algum tempo à volta de algumas peças que tínhamos para continuar, terminamos o encontro com a certeza de que, no próximo, iremos “planear as nossas páginas para pudermos trabalhar todas nelas!” (Senhora P), não terminando sem referir que “Catarina, tu também fazes parte disto connosco, por isso pensa já nas tuas páginas!” (Senhora M).</p>
--	--

Encontro nº 5	
Local	CC
Data e Hora	2/5/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	Como a terça-feira passada foi feriado nacional (25 de abril – Dia da Liberdade), o encontro deu-se apenas no dia 2 de maio. No entanto, o grupo manteve-se ativo no grupo do <i>Whatsapp</i> , partilhando fotos de peças e conversando sobre alguns aspetos quotidianos pessoais de cada uma. A cada partilha, eram recorrentes os elogios a tudo o que para lá era enviado, sendo possível já observar mudanças ao nível da autoconfiança e da autoimagem de cada uma. Para além disso, o conforto nas partilhas e a amizade que se foi criando ao longo destas semanas foram também sendo demonstradas nestas conversas. A Senhora C foi a ausência mais sentida

neste encontro por várias razões de índole pessoal, porém é uma presença assídua no grupo do *Whatsapp*, referindo que “estas semanas sem o grupo têm custado... Tenho saudades vossas!” e prometendo aparecer em breve nos nossos encontros. Ainda nesta rede social, a Senhora C referiu que “o grupo tem sido um momento de escape para mim, onde posso ser eu e estar confortável com todas vocês”, sendo apoiada por todas as participantes. Partilhou ainda com o grupo uma foto, onde mostrava um pano feito em croché, dizendo que “afinal... Estou a ficar boa nisto!”

Foi no início deste encontro que a Senhora F partilhou ter encontrado “aulas de artes manuais gratuitas, quase ao lado da minha casa, e nas quais eu me inscrevi”. No entanto, “há uma aula que é ao mesmo tempo que o grupo e, por isso, se calhar vou deixar de vir”. Explicou-nos que caminhava sempre cerca de 40 minutos para vir e que, com o calor e as suas limitações físicas, era mais fácil ficar perto de casa. O grupo acolheu todo o discurso da Senhora F e mostrou-se compreensivo com a mesma, no entanto, na voz da Senhora M, disse-lhe que sentiriam a sua falta, da companhia, dos conselhos e das brincadeiras. Assim, fizeram-lhe a proposta de ficar connosco até ao final de Junho, sendo que depois, podiam ajustar tudo e até encontrarmo-nos num espaço mais perto de si, por exemplo, a meio do caminho.

No final de todas as intervenções, a Senhora F reconheceu que deixar o grupo era uma decisão “que me ia custar muito... É muito longe, mas... Gosto de vir e de estar aqui convosco, de conversar, de fazer coisas novas, de sair de casa... Por isso vou ficar cá até ao final de Junho e depois logo se vê!”, afirmando também que é “muito comprometida com as coisas em que me meto”.

Após esta referência a Junho, a Senhora M colocou-me uma questão que, embora já tenha sido mencionada noutros momentos, se revelou pertinente: “então e vais-nos deixar no final de junho?”. Aproveitei esta

	<p>questão para voltar a recordar que o grupo era delas também e que se ainda lhes fizesse sentido, o objetivo seria que elas, de forma autónoma, continuassem estes momentos de encontro e partilha, neste ou noutro espaço, comigo ou sem mim. Esta foi uma partilha à qual ninguém teceu comentários, mesmo depois de questionadas, dizendo apenas que “vamos ver então, um dia de cada vez” (Senhora P).</p> <p>Depois desta conversa e da exposição da decisão da Senhora F, iniciou-se o debate sobre o livro e os prazos para a exposição. As mulheres que estavam presentes no último encontro tomaram a liberdade de explicar o que tinha sido pensado sobre o livro, tendo sido depois proposto que o livro fosse feito na vertical. Em grupo, tomaram a decisão de que a exposição seria entre 21 e 26 de junho, podendo ser montada no dia 20 pelo grupo e desmontada no dia 27. Para isso, tomou-se também a decisão de que teríamos de ter tudo pronto no dia 13 (na semana anterior). Terminadas estas decisões, aproveitamos o restante tempo para trabalhar em algumas peças, enquanto discutíamos assuntos e problemáticas atuais e íamos partilhando histórias e acontecimentos pessoais.</p> <p>No entanto, tendo-se esquecido de o partilhar antes, a Senhora P mostrou ao grupo um pano que tinha bordado, sozinha e por iniciativa própria, em casa. Apesar de todo o grupo presente ter felicitado o trabalho da Senhora P referindo formas da Senhora P conseguir melhorar alguns aspetos mais técnicos, a Senhora L adotou uma postura e um discurso mais crítico. Percebendo o incómodo da Senhora P, a Senhora M chamou a atenção da Senhora L, referindo que esta estava “a ser muito dura com a Senhora P! Tens que ter atenção à forma como dizes algumas coisas, porque sabemos que não queres ser má nem dizes isso por maldade, mas podem magoar!”.</p>
--	---

	<p>Esta postura permitiu ao grupo refletir sobre a postura e a comunicação com o outro e a sua influência, quer no relacionamento das pessoas envolvidas, quer na autoestima da pessoa que recebe estas críticas.</p> <p>Ouvindo as reflexões de todas as colegas, a Senhora L concordou que falou de uma forma muito brusca e pouco refletida, questionando à Senhora P “desculpas-me? Não pensei na forma como te falei e não foi minha intenção!”. A Senhora P entendeu o que tinha acontecido, dizendo à Senhora L que tinha percebido o que ela queria dizer, mas que podia tê-lo feito de outra forma.</p> <p>Assim, o encontro terminou com esta reflexão, tendo todo o grupo refletido sobre a importância destes momentos e a influência que as palavras podem ter nas relações, conosco próprias e com os outros: “Foi importante perceber que vocês gostam de mim e que eu ia fazer-vos falta; sei que somos um grupo que está a crescer porque se antes mal falávamos e quando o fazíamos era muito superficial, hoje conseguimos resolver uma situação menos boa com calma e foi muito bom!” (Senhora F); “esta situação só aconteceu porque já temos alguma confiança entre nós... É normal! Mas temos que saber reagir a estas coisas com calma e com humildade... E hoje fomos capazes disso” (Senhora M). “Fui capaz de dizer ao grupo como me senti. Eu percebi a intenção da L mas gostei que tivesses reconhecido que podias ter falado de outra forma comigo” (Senhora P).</p>
--	---

Encontro nº 6	
Local	CC
Data e Hora	9/5/2023; 14h30 – 16h30 (2h)

Descrição	<p>O sexto encontro contou com a presença de todas as mulheres, sendo a Senhora C e a Senhora A recebidas com muita alegria após algum tempo de ausência – ainda no espaço exterior do CC, estas foram questionadas pelas colegas sobre o porquê da sua ausência tão prolongada. Após estas lhes terem explicado muito sucintamente os seus motivos, o grupo referiu que estas tinham feito “falta nos nossos encontros” (Senhora F).</p> <p>Subimos até ao nosso espaço no CC, onde atualizamos a Senhora A e a Senhora C das decisões tomadas e daquilo que tínhamos feito durante a ausência das mesmas. Depois de termos recolhido as opiniões das mesmas sobre as decisões tomadas, a Senhora A revelou a sua vontade de aprender ponto cruz e eu juntei-a a ela nesta vontade. Assim, logo a Senhora M e a Senhora P se juntaram a nós, explicando-nos a técnica básica e dando-nos a experimentar a sua execução.</p> <p>Após algumas tentativas, a Senhora A chegou à conclusão de que “não vou conseguir sem os meus óculos novos chegarem, porque não consigo ver o sítio onde tenho que enfiar a agulha!”, acrescentando que “vou à ótica buscá-los na próxima semana portanto já vou conseguir ver bem!”. Pediu-me, entretanto, para lhe mostrar novamente como ia ao <i>YouTube</i> no seu telemóvel e o que podia pesquisar de forma a lhe aparecerem os vídeos “passo-a-passo” do ponto cruz. Todas as mulheres a felicitaram por essa ideia, sendo que a Senhora P lhe deu uma dica importante: “Olha, eu aprendi com uns <i>kits</i> que comprei na loja dos chineses, é muito mais fácil, acredita, porque tem o pano já com as cores pintadas no próprio pano, ou seja, é mais fácil porque só tens que usar a linha da cor que lá está!”. A Senhora A agradeceu muito esta dica da Senhora P e ficou toda entusiasmada, dizendo que “vou lá já quando sair daqui”. A Senhora P, feliz por ter ajudado, referiu que ia lá com ela para “não perderes tempo e ires buscar o teu menino a tempo à escola”.</p>
-----------	---

Enquanto as restantes mulheres iam conversando sobre as suas páginas do livro, a Senhora A pediu-me para a ajudar a encontrar imagens e organizar as suas, para as começar a fazer. Assim, juntas, pesquisamos várias coisas na *internet*, indo questionando o grupo e pedindo a sua opinião sobre algumas indecisões que iam surgindo.

A Senhora M, a Senhora P e a Senhora F quiseram partilhar as peças que tinha feito em casa, mostrando-as a todo o grupo e recebendo os habituais elogios e as habituais dicas. No final desta partilha, a Senhora F retirou da sua saca uns pequenos sapatinhos verdes em croché, entregando-mos e referindo que “são para ti, para quando tiveres os teus bebés!”, acrescentando que foi uma prenda “porque também és parte do nosso grupo e porque o projeto é de todas nós e vamos continuar a manter contacto porque gostamos todas muito disto”. Assim, perante este gesto tão bonito, tornou-se imperativo explorar junto do grupo a continuidade destes encontros, mesmo depois do prazo estipulado pelo calendário escolar.

Com a frase e o gesto da Senhora F, abriu-se um espaço para iniciar partilhas sobre a família. A Senhora F partilhou que tem cinco netos, mas que todos estão emigrados e que, por isso, já não os vê há algum tempo. No meio destas partilhas, a Senhora M questionou a Senhora P sobre a sua família, referindo que não sabia muito sobre ela. A Senhora P, ainda que muito tímida, referiu que vivia só com o marido, tendo duas filhas já crescidas que não estavam a viver consigo, mas que a iam visitar algumas vezes.

A Senhora C partilhou com alguma alegria e emoção que tinha conseguido amealhar o dinheiro suficiente para ir ver a missa da bênção e o cortejo de finalista da sua filha, ficando lá a pernoitar com a sua restante família durante quase 5 dias. Todas as colegas a felicitaram, mostrando-se muito felizes por esta conquista da Senhora C e da sua filha. Aproveitando o

momento e a referência, a Senhora M questionou a Senhora C sobre alguns aspetos da Bolsa de Estudo. Embora as questões tenham sido respondidas pela Senhora C e completadas por mim, a Senhora C disponibilizou-se para ajudar a preencher tudo quando chegasse essa altura. A Senhora F aproveitou esta conversa relativo aos apoios do Estado para referir que “cá em Portugal há muitas burocracias que não são justificáveis”, sendo que também as mudanças ao nível do SAAS levantam muitas dúvidas visto que “são tantos serviços que nunca sei onde ir, e agora com estas mudanças muito menos”, acabando por nunca saber bem “o que fazer e onde entregar o quê” (Senhora C). A Senhora F aproveitou para me questionar sobre a ajuda que o Governo iria atribuir das rendas das habitações, informação essa que ainda não era do conhecimento da maioria das mulheres. Expliquei de que forma é que o Governo estava a planear atribuir este apoio e como iria funcionar, sendo um apoio automático e pago através do serviço das finanças.

Para além deste assunto e voltando à questão da Senhora M, falou-se também sobre as formas mais rápidas de chegar até às Universidades do Porto, utilizando os transportes públicos.

No final do encontro, fiquei um pouco mais de tempo na sala, observando todas a sair pela janela e refletindo sobre as mudanças que já se observavam: se antes todas seguiam caminhos diferentes, agora já se percebe que se agrupam e vão embora juntas; já fazem perguntas sobre a vida mais pessoal umas das outras; já colocam questões e dúvidas ao grupo e não a mim, individualmente. Para além disso, demonstraram, através do gesto da Senhora F, a confiança que têm em mim, nelas, e no projeto, e a necessidade de continuidade que sentem.

Encontro nº 7	
Local	CC
Data e Hora	16/5/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	<p>O sétimo encontro estava destinado à produção da capa do livro, no entanto, percebemos que seria melhor aproveitarmos o tempo para terminar algumas peças e tratar do espaço para a exposição.</p> <p>Neste encontro, foram tomadas decisões definitivas e importantes sobre a exposição – datas, duração e local, e de que forma poderíamos envolver a comunidade nesta iniciativa.</p> <p>Foi uma decisão unânime que a exposição fosse feita no CC, sendo esta a “casa” dos encontros e tendo uma importância significativa para todas nós. Para além disso, acertamos as datas anteriormente estipuladas, sendo decisão do grupo manter as mesmas – de 21 a 26 de junho –, tendo tudo que estar pronto no dia 13; dia este em que iríamos também construir o livro do grupo. Relativamente ao espaço concreto dentro do CC, decidimos que o café de apoio aos serviços seria um bom espaço para a exposição.</p> <p>O restante tempo do encontro foi utilizado para terminar peças, partilhar acontecimentos e vivências, colocando “a conversa em dia” (Senhora C) e “rindo, muito!” Foi também marcado por uma reflexão da Senhora C sobre a sua participação no grupo, que foi unânime para todas as presentes: “o grupo é algo me tira de casa e me alivia a cabeça”. Seguindo a Senhora C, também a Senhora F refletiu sobre a importância do grupo para si, dizendo que o grupo é “um sítio para conversar e estar distraída” e que “tenho ocupado o meu tempo livre em casa com as coisas que aprendo aqui com</p>

	todas vocês e com a motivação que tenho de fazer para vos mostrar na semana a seguir”.
--	--

Encontro nº 8	
Local	CC
Data e Hora	23/5/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	<p>À semelhança do sétimo encontro, o oitavo foi um encontro destinado à produção de peças para a exposição. No entanto, foram necessários efetuar alguns ajustamentos relativamente ao espaço dentro do CC onde a iríamos montar.</p> <p>Estando a Senhora Causente, por se encontrar nas celebrações da sua filha, fora do concelho, foram tomadas estas decisões com a sua opinião e conhecimento utilizando para isso a rede social <i>Whatsapp</i>.</p> <p>No início deste encontro, tivemos a informação que o espaço do Salão de Chá estaria ocupado por outra exposição a partir do dia 14 de junho e que duraria até ao dia 14 de julho. Perante este percalço, o grupo escolheu outro espaço do CC – a sala de espera. Escolha esta que se cingiu ao facto de este ser um local de passagem obrigatória a todas as pessoas que frequentam qualquer um dos serviços desta instituição, de ser um local onde muita gente passa algum tempo.</p> <p>Tendo tomado esta decisão, o grupo construiu o corpo do email (cf. Apêndice D, Registo nº 8) que seria enviado para a direção técnica do CC com esta proposta de cedência de espaço, referindo a nossa primeira opção</p>

	<p>(café de apoio aos serviços) e a alternativa (sala de espera), colocando à disposição da direção o que fazer.</p> <p>À semelhança do encontro anterior, o restante tempo foi passado na confeção de peças para a exposição e na companhia e partilha de todas as mulheres presentes.</p>
--	---

Encontro nº 9	
Local	CC
Data e Hora	30/5/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	<p>Este encontro semanal das “Habilidosas” foi onde foi possível contactar a direção técnica do CC. Face à dificuldade em contactar diretamente (via contato telefónico) a direção técnica, foi neste encontro que o grupo decidiu enviar o email construído no encontro anterior.</p> <p>Foi neste nono encontro que o grupo recebeu uma visita especial – após pedir autorização ao grupo, a Senhora C tomou a liberdade de trazer consigo a sua irmã, que estava de visita. Vinha entusiasmada para contar às suas colegas a sua visita à filha, onde celebrou a semana académica de finalista com a mesma. Mostrou fotografias e relatou com muita emoção e orgulho tudo aquilo que viveu e sentiu.</p> <p>Após esta partilha, a Senhora C trouxe de novo a questão do término do grupo. Voltou a ser explicado que não era suposto ser um término, que era suposto existir uma continuidade, ainda que eu pudesse estar menos presente a partir de junho. Todas se mostraram um pouco desanimadas, referindo que “queremos manter o contacto contigo! Nem que seja pelo</p>

nosso grupo no *Whatsapp!*" (Senhora C). Outras vezes se fizeram ouvir nesta temática, referindo que "tenho a certeza que vais ter boa nota! Olha só o que nós conseguimos aqui!" (Senhora F) e ainda "gosto tanto de vir! Apanho ar, rio-me com todas e ainda faço coisas em casa para trazer, o que me mantém ocupada e entretida" (Senhora A). Após este período de debate e conversa, houve ainda espaço para brincarem comigo quando, em conversa com a irmã da Senhora C, referiram que "ela não gosta de ser tratada por doutora! Diz que aqui somos todas iguais e que não tem 'Doutora' como nome do cartão de cidadão", acabando por criar um momento de muitas gargalhadas entre todas.

O encontro terminou como o habitual, por volta das 16h30, sendo o email enviado por volta das 16h10. A resposta chegou no dia seguinte, tendo sido positiva para a realização da exposição na sala de espera do CC (cf. Apêndice D, Registo nº 8).

Para divulgação da mesma, foi pedido pela direção técnica que se criasse um cartaz a divulgar a exposição e onde contivesse a finalidade do mesmo, contando com a colaboração da rececionista do CC para qualquer ajuda que fosse necessária.

Tendo em conta o tempo que tínhamos para construir o cartaz, o mesmo de uma forma colaborativa utilizando os contributos de todo o grupo via *Whatsapp*. Apesar de não terem conhecimentos sobre a plataforma Canva, onde o cartaz foi construído, foram construídas várias alternativas de cartazes. Estas foram todas postas à disposição do grupo, tendo sido sempre ajustadas consoante as sugestões que iam sendo dadas pelas mulheres, sendo este um cartaz construído em grupo.

Este cartaz (possível de ser consultado no Apêndice L) e as cores nele utilizadas têm uma simbologia: roxo e bege. As participantes, aquando desta explicação, concordaram com a utilização desta cor, referindo que "na

	<p>realidade, criatividade não nos falta! Tendo em conta o que temos feito... Afinal também somos, de alguma forma, pessoas da realeza, pessoas capazes!" (Senhora F). Para além do roxo, também foi utilizado o bege com a sua conotação de conforto.</p> <p>Foi a descrição do grupo que levantou algum debate: a palavra "parte" foi algo que foi referido pela Senhora M como "algo que me dá alguma comichão", por sentir que, de alguma forma era negativa. Então sugeriu associar a palavra "amor" logo após o "parte", atribuindo, assim, uma imagem mais positiva.</p> <p>Depois de terminado o cartaz, este foi enviado, na primeira semana de Junho para o CC, para ser divulgado.</p>
--	---

Encontro nº10	
Local	CC
Data e Hora	6/6/2023; 14h30 – 15h45 (1h15)
Descrição	<p>Por me encontrar doente, o décimo encontro foi mais curto que o habitual. O objetivo do mesmo foi decidir a composição da capa do livro, bem como o texto que introduzirá o mesmo aos visitantes (Apêndice L).</p> <p>Em conjunto, decidimos que as últimas páginas do grupo seriam um espaço que permitiria às pessoas que passassem pela exposição deixar um comentário escrito à mesma. Foi também sugerido pelo grupo que, no dia 27, ao desmontar a exposição, lhes fosse dado espaço e tempo de escreverem, elas próprias, o que tinha sido este projeto para elas.</p>

Contributos esses que seriam colados na última página do livro, após a conclusão da exposição.

Não tendo estado presente no encontro anterior, a Senhora M colocou a questão do “grupo termina mesmo no dia 27?”. Expliquei-lhes novamente que há possibilidade de o grupo continuar autonomamente, prontificando-me a falar com a direção técnica para lhes continuar a ceder a “nossa” sala após a exposição, ou então que elas podiam alterar o espaço de encontro ou até sair dali. Depois de conversarem sobre o assunto, decidiram que eu poderia falar inicialmente com a equipa técnica do CC e que “mais para a frente vemos se avançamos com o pedido à direção” (Senhora F).

A Senhora F fez uma proposta ao grupo: “podemos fazer agora uma pausa, tirar umas férias, aproveitar o calor... E depois falamos contigo para voltarmos! Assim conseguimos pensar em alternativas...” sendo que foi acrescentado que “continuamos sempre a comunicar entre todas nesse período, e contigo também!”.

Continuamos, então, com a distribuição de tarefas entre todas para realizarmos a capa do livro enquanto, simultaneamente, partilhávamos a nossa semana. A Senhora P surpreendeu todo o grupo com a partilha entusiasmada do seu passeio municipal ao norte do país onde encontrou e viajou com a Senhora A - “a A! Ela foi comigo no autocarro e estivemos à conversa no almoço também”. A Senhora C partilhou também alguns momentos diários com os seus filhos, refletindo e partilhando “o tempo difícil que passamos quando estive desempregada” nomeadamente quando a sua situação de desemprego “ter passado de temporária a permanente... A minha autoestima desceu muito. Achei mesmo que era uma incompetente. Mas pronto... Já passou! Sei que não tenho jeito para tudo, mas tenho jeito para muita coisa!”. A Senhora F, após esta partilha, partilhou também um momento difícil que passou: “quando tive o meu acidente, fiquei muito tempo sem conseguir olhar para o meu corpo... Ainda

	<p>hoje não gosto destas cicatrizes e de todas as marcas que esse dia me deixou. Mas são minhas e lembram-me daquilo que eu sobrevivi. São parte de mim e eu já as aceitei.” .</p> <p>No final do encontro foram assinados os consentimentos informados de participação no projeto, tendo estes sido previamente explicados e dúvidas existentes retiradas.</p>
--	---

Encontro nº11	
Local	CC
Data e Hora	13/6/2023; 14h30 – 16h30 (2h)
Descrição	<p>O décimo primeiro foi dedicado à colagem de todos os trabalhos do grupo no livro, o que permitiu ao grupo fazer uma retrospectiva engraçada dos últimos 10 encontros.</p> <p>À medida que colavam todos os trabalhos no livro, estas mulheres iam conversando e relembrando alguns dos encontros anteriores, revisitando até outras mulheres que compareceram na reunião onde foi proposta a formação deste novo grupo, questionando o que seria feito delas agora.</p> <p>Enquanto umas colavam os trabalhos no livro de apresentação do grupo, outras iam organizando algumas das peças feitas pelo grupo e as restantes iam terminando os trabalhos para expor, conversando sobre todas as diferenças que sentiam e fazendo uma retrospectiva de todos os encontros. Retrospectiva esta que eu também fiz, de todas estas mulheres. O destaque maior vai, sem dúvida, para a Senhora P que, se inicialmente era tão envergonhada, agora já toma iniciativa de iniciar uma conversa e partilhar</p>

	<p>detalhes da sua vida. A própria relação entre o grupo foi aumentando, tomando proporções diferentes: “Éramos mais afastadas... Lembro-me que no início mal acabava íamos embora!” (Senhora P), sendo completada pela Senhora F: “Pois é! E agora às vezes não chego a casa a tempo da novela porque fico na conversa convosco!”</p> <p>No final do encontro, o grupo desceu até ao rés-do-chão do CC, indo até à sala onde os expositores disponíveis estavam expostos, sendo que o grupo optou com escolher um expositor vertical e um expositor horizontal para expor as suas peças.</p> <p>Assim, o décimo primeiro encontro terminou com a reflexão conjunta daquilo que foi um caminho coconstruído e da importância do tempo que passamos juntas, das transformações a que a relação e o tempo podem levar, sendo referido pela Senhora L que "vir ao grupo é espairecer a cabeça" porque "conversamos sobre muita coisa e trocamos experiências".</p>
--	---

Encontro nº 12	
Local	CC
Data e Hora	20/6/2023; 14h30 – 16h00 (1h30)
Descrição	Foi neste encontro que se deu a preparação do espaço da exposição. Sendo que o grupo apenas iniciava às 14h30, foi com espanto que encontrei a Senhora P e a Senhora F sentadas no banco de jardim, a conversar animadamente. Ao perceberem que eu me estava a aproximar, rapidamente me cumprimentaram e me disseram que “chegamos cedo para montarmos tudo a tempo de apanharmos um comboio cedo” (Senhora F), acrescentado “sabemos que há uma grande greve dos comboios e

quanto mais cedo fores, mais probabilidade há de conseguires apanhar um!" (Senhora P).

Após as portas do CC abrirem, começamos por tentar perceber o que podíamos fazer, visto que um membro da equipa do CC já tinha colocado os expositores que tinham sido escolhidos no último encontro, na sala de espera. Começamos por escolher os trabalhos que iríamos expor, sendo que todas as mulheres estariam representadas. Após esta seleção, decidimos quais os posicionamentos que cada uma das peças teria, decidindo também se os expositores estariam bem naquele sítio ou se o queríamos mudar.

Enquanto estamos a conversar sobre o facto da Senhora C e da Senhora A não poderem comparecer naquele dia por razões de saúde, próprias ou de familiares, e sobre o aniversário da Senhora M, chegou a Senhora L, que decidiu pregar-nos uma partida, referindo que se tinha esquecido da sua toalha para expor. No entanto, esta partida durou apenas alguns segundos pois a Senhora F reclamou que "a mala dela vem muito cheia! De certeza que está ali dentro!", sendo que a Senhora P completou, "ela adora brincar connosco!". Depois deste momento, voltamos ao tema anterior, sendo que estas senhoras se desdobraram para ligar à Senhora A, para saber do seu neto e à Senhora C para lhe assegurar que estavam todas "ali para ela".

A alegria voltou após a Senhora L fazer questão de mostrar todos os pormenores da sua toalha, "bordada com todo o carinho para depois a Catarina levar para casa!". No meio de todas estas gargalhadas, as profissionais do SAAS do CC apareceram na sala de espera, cumprimentando e elogiando os trabalhos que já estavam visíveis. Estas mulheres, muito orgulhosas de todos os trabalhos, identificaram o que tinham feito e como se tinham sentido. A Senhora A, inclusive, referiu que "aqui podemos decidir o que nos faz sentido fazer e isso faz com que nos dê vontade de vir e de fazer mais!", sendo completada pela Senhora P que

referiu que “no nosso grupo fazemos coisas que gostamos e conseguimos conviver com outras pessoas! Isso dá-me vontade de vir!” (Senhora P). Disseram-lhe que o grupo as “tornou mais confiantes! Alguma vez na minha vida pensei em expor peças minhas em algum sítio? Nunca!” (Senhora F); “o grupo fez-me perceber que eu sou capaz de fazer muitas coisas que eu não achei que conseguia!” (Senhora P); “com o grupo sinto que fiz novas amigas!” (Senhora L). Para além disso, também fizeram questão de mostrar o livro que identifica todo o grupo, tecendo vários e simultâneos elogios às colegas. No final, as profissionais do CC também nos ajudaram a posicionar algumas peças nos expositores disponíveis.

Terminada esta organização, as Senhoras L, P e F quiseram saber o que iríamos fazer no nosso último encontro antes das “férias” mencionando que “queremos um diploma! Somos as melhores!” (Senhora F). Assim, questionei-as sobre o que queriam fazer e como podíamos marcar este último encontro “antes das férias”. Mencionaram uma festa, mas não sabiam como porque não podiam trazer todas alguma coisa. Assim, eu comprometi-me a levar um bolo e uma garrafa de sumo de forma a que pudéssemos lanchar juntas. A Senhora F disse que também ia fazer uma “coisinha doce” para levar porque queria que todas “aprove os meus dotes para os doces!”.

Desta forma, terminada a montagem da exposição e após todas termos tirado algumas fotografias para recordarmos as peças expostas e o próprio momento da exposição, decidimos terminar o encontro por ali. À saída, a Senhora P foi buscar alguns produtos alimentares, como habitual, e a Senhora L, vendo-a um bocadinho atrapalhada com os sacos, prontificou-se a ajudá-la a levar tudo, referindo que “tenho que ir ao dentista e é p’rós teus lados, por isso anda lá... Eu levo-te uma saca!”. A Senhora F, mesmo morando na outra ponta da cidade, fez questão de lhes fazer companhia, conversando todas até terem de seguir por ruas opostas.

	<p>No final deste décimo segundo encontro, e apesar do grupo estar reduzido a metade, sentiu-se a presença de todas as mulheres que nele participaram, passando estas de mulheres que afirmavam que “nunca vou conseguir fazer isto” (Senhora L) até mulheres que referem que “talvez comece a vender isto para fora... está tão bonito!” (Senhora L). Assim, quando questionada, a Senhora L referiu, relativamente ao grupo, que “Isto fez com que aprendesse a conversar com calma, e a dizer o que penso de uma forma mais pensada”.</p>
--	--

Encontro nº 13	
Local	CC
Data e Hora	27/6/2023; 14h30 – 17h (2h30)
Descrição	<p>O último encontro do grupo no âmbito do mestrado tinha como objetivo desmontar da exposição, refletir sobre o percurso do grupo até ali e escolher o nome do projeto.</p> <p>Assim, o décimo terceiro encontro iniciou-se com o desmontar da exposição, onde, em conjunto, as “Habilidosas” decidiram oferecer-me várias das peças expostas para que eu tivesse sempre “uma recordação daquilo que fizemos em conjunto aqui!” (Senhora M).</p> <p>Aproveitei este momento para lhes oferecer o que tinha preparado para cada uma delas: um <i>kit</i> personalizado que continha um diploma, uma carta de agradecimento e um porta-chaves, em croché, feito por mim. Enquanto umas estavam muito concentradas a ler a carta que lhes tinha escrito, outras começaram por admirar o porta-chaves. Quando todas voltaram a sua atenção novamente para mim, expliquei-lhes que aquele momento de</p>

“trocas” era um símbolo físico de todos os momentos e todas as “trocas” que tínhamos, enquanto grupo, feito: experiências, amizade, conselhos, etc. Para além disso, a forma de coração que este tinha simbolizava o carinho, o companheirismo e a amizade – as características que mais atribuo ao grupo.

Após este momento, e tendo já a sala da exposição arrumada, dirigimo-nos até ao pequeno café onde, em conjunto com alguns elementos da equipa do CC que o grupo decidiu convidar, partilhamos um pequeno lanche. A Senhora F trouxe uma sobremesa feita por ela, referindo que fiz isto como muito amor e carinho, fiz pelo nosso grupo! Mas não me perguntem o que leva porque é segredo e eu não digo!”. Assim, felizes e conversadoras, permanecemos neste espaço, partilhando comida e conversando sobre vários assuntos do nosso quotidiano até quase às 16h30 da tarde.

Enquanto conversávamos sobre o que o grupo tinha sido para cada uma de nós, o grupo concordou que a “maior mudança” foi a Senhora P: “A P fala muito mais connosco, partilha mais coisas!” (Senhora M); “Quem senti que mudou mais foi a P! Agora até vai ter connosco ao mercado!” (Senhora L); “Sinto a P mais livre e cada vez mais faladora! E também mais ativa, fora daqui!” (Senhora F).

A Senhora F questionou-me, depois, se sempre podíamos continuar a encontrarmo-nos no CC, mesmo no café onde estávamos e mesmo sem mim. Respondi-lhes que sim, que essa oportunidade se manteria e que era uma questão que já tinha sido abordada com a equipa técnica do CC, sendo apenas necessário reforçá-la. Assim, abordamos algumas das profissionais do CC, sendo-nos dito que “sendo aqui [no café de apoio aos serviços] é mais fácil! Não têm que pedir autorização nenhuma! É um espaço aberto ao público, livre de circulação!”. A Senhora L e a Senhora P referiram logo a sua vontade em continuar com os encontros, sendo que a Senhora M e a Senhora A apenas têm disponibilidade após o início da escola devido aos menores que têm a seu cargo. A Senhora F, querendo mesmo

continuar com estes encontros, prontificou-se a organizar tudo para o “reencontro”, intitulando-se como “a RP [relações públicas] das ‘Habilidosas’”, referindo que “isto faz-nos muito bem! Saímos de casa e deixamos de arrumar coisas que estão tão bem quietinhas!”, sendo apoiada pela Senhora L que referiu que “aqui falamos com outras pessoas, saímos de casa e apanhamos ar! É um espaço onde podemos falar sobre tudo e mais alguma coisa”. Já a Senhora P, referiu que o grupo tem sido importante para si porque consegue partilhar e conversar “sobre as nossas preocupações e os nossos dias bons!” Desta forma, ficou combinado entre todas que se iriam reunir algumas vezes durante o Verão, mas não de forma regular, e que retomariam os encontros regulares após o início das aulas “nem que seja só de quinze em quinze dias”. Para além disso, a Senhora M referiu que “vamos continuar a manter contacto pelo nosso grupo do *Whatsapp*”.

Aproveitando a palavra utilizada pela Senhora F, questionei o grupo sobre o nome do projeto, pelo que não existiam sugestões. Devolveram-me imediatamente a questão: “Catarina, que nome é que tu davas?” (Senhora F). Expliquei-lhes que para mim o projeto seria “(Re)Encontros”, explicando-lhes o número de reencontros que eu vi neste projeto. Após terem ouvido esta minha explicação, a Senhora M referiu: “pronto, parece que afinal temos um nome espetacular para o projeto!”.

O encontro terminou com a escrita, reflexão e partilha – O que foi este projeto para mim? Todas escrevemos e partilhamos o que foi o projeto para nós, refletindo sobre isso em grupo. Enquanto a Senhora F e a Senhora P partilharam que “estes são espaços que precisamos para nos tirarem de casa” (Senhora P), “não venho para aqui com o intuito de ganhar nada, eu só venho porque isto me ajuda, porque às vezes fico deprimida de estar sozinha e de estar sempre em casa... Assim sempre me obrigo a sair de casa e a falar com outras pessoas!” (Senhora F). Refletiram ainda que “o grupo

foi muito bom porque partiu de uma coisa que nós todas gostávamos mesmo que não fosse necessariamente a mesma coisa! Umam usavam linhas e agulhas, outras faziam bordados, outras vinham só para conversar e aprender algumas coisas” (Senhora P), sendo acrescentado que “isso fez com que nos sentíssemos quase em casa” (Senhora M). Assim, acreditam que são grupos assim permitem que “as pessoas estejam, conversem” (Senhora M) e que, às vezes, basta ter “alguém que nos ouça” (Senhora P): “Com as ‘Habilidosas’ ganhei força para sair de casa e conhecer pessoas e grupos novos” (Senhora F); “Consegui aproveitar o meu tempo livre de outra forma e ultrapassei um momento difícil devido ao escape que foi o grupo” (Senhora M).

Refletiu-se, ainda que em traços gerais sobre a exposição e aquilo que tinha sido este momento para elas, sendo referido que “mostramos a todos, e até a nós próprias, que quando queremos fazer alguma coisa, conseguimos!” (Senhora L), acrescentando depois que “senti-me mais útil não só porque consegui fazer coisas novas, mas porque aquilo que eu achei que não era nada, as minhas colegas fizeram-me perceber que era importante e era muito bom!”. A Senhora A referiu, neste âmbito, que “não sou demasiado velha para aprender coisas assim!” mas que a “exposição foi um desafio, ainda que com muito bons resultados!”, sendo acrescentado pela Senhora F que “nos fez perceber que “com organização e motivação, conseguimos fazer tudo!”. Por fim, a Senhora F referiu ainda que “Vou sentir a tua falta, Catarina. Sei que nós nos vamos todas encontrando por aqui, mas sei que vai ser mais difícil ver-te a ti.”.

A ausência física que se fez sentir foi a Senhora C que justificou a sua ausência no grupo do *Whatsapp*, onde fez referência que “faltei muito, não era justo para mim estar presente hoje!”, sendo imediatamente contrariada pelas colegas que lhe proferiram frases de conforto e carinho. A Senhora C foi a única que refere que apesar de “adorado estar convosco não me sinto

	<p>capaz de voltar... Estou cota e não estou numa fase de estar com muita gente!". Apesar disto, a Senhora F assegurou à Senhora C que o grupo estaria ali para ela, reforçando que "não é por estares numa fase má que te vais abaixo! Nós estamos contigo e se quando quiseres vir, vens!" (Senhora F).</p> <p>Não estando fisicamente presente, a Senhora C deixou o seu contributo relativamente ao impacto que o projeto teve para si, pedindo-me para escrever num papel e colá-lo junto com os das suas colegas no livro do grupo. Para além disso, ficou de passar no CC de forma a recolher o seu <i>kit</i>.</p>
--	--

## B – CONSENTIMENTO DAS PARTICIPANTES (MODELO)

### 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 **Catarina de Oliveira Ferreira** foi acolhida na instituição **Associação Casa da Misericórdia de Ovar** para o desenvolvimento do projeto numa das suas respostas sociais. O envolvimento de profissionais e de pessoas acompanhadas 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 nem o nome da instituição. Este documento, que tem o nome da instituição e do/a participante, será guardado na Escola Superior de Educação pela Coordenadora do Curso pelo prazo de 5 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 mestranda. Confirmo, ainda, que, atempadamente, fui informada oralmente do conteúdo deste documento e que aceitei participar no projeto desenvolvido no âmbito do Mestrado em Educação e Intervenção Social.

\_\_\_\_\_  
(Local, Data)

\_\_\_\_\_  
(Assinatura)

## C– CONSENTIMENTO DA INVESTIGADORA/INTERVENTORA (MODELO)



### CONHECIMENTO 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, em contextos considerados de maior risco social e vulnerabilidade.

A mestranda **Catarina de Oliveira Ferreira** foi acolhida na instituição **Santa Casa da Misericórdia de Ovar**, para o desenvolvimento de um projeto de intervenção social no âmbito do referido mestrado. A mestranda elaborará um relatório escrito, 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.

Todo e qualquer documento produzido no âmbito do projeto será extirpado de dados pessoais, não sendo nunca divulgado ao/à Orientador/a qualquer informação que possibilite a identificação inequívoca de titulares de dados pessoais. No caso do/a mestrando/a tomar conhecimento de situações abusivas dos princípios éticos, legais ou morais, deverá comunicá-los oralmente ao/à Orientador/a que decidirá em conformidade com a gravidade dos factos.

Este documento, que tem o nome da instituição e do/a participante, será guardado na Escola Superior de Educação pela Coordenadora do Curso durante 5 anos.

Confirmando que li e compreendi a informação apresentada e que tive a possibilidade de esclarecer dúvidas com o/a orientador/a e com a coordenadora do mestrado. Tomo conhecimento da exigência de não expor dados pessoais em nenhum documento ou relatório que produza durante a vigência do projeto.

\_\_\_\_\_  
(Local, Data)

\_\_\_\_\_  
(Assinatura)

## D – REGISTOS DAS CONVERSAS INTENCIONAIS COM A EQUIPA DO CC

No âmbito da realização do projeto, foram muitos os *feedbacks* semanais que quer eu, investigadora/interventora, quer a equipa do CC íamos trocando. Desta forma, os registos abaixo apresentados são referentes a momentos que, embora intencionais, careceram de um carácter mais formal.

Registo nº 1	
Data	22/novembro/2022
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Explicação da metodologia IAP</li><li>• Aprofundar e sistematizar problemáticas das famílias em acompanhamento</li></ul>
Descrição	<p>Tendo a equipa de profissionais já conhecimento sobre a realização do projeto, a primeira reunião deu-se no dia de hoje. O grande objetivo da reunião seria aprofundar e sistematizar as problemáticas sociais que já têm vindo a ser identificadas nas famílias acompanhadas no âmbito do SAAS e referidas ao longo de algum tempo em conversas informais. Para além disto, tendo os/as profissionais já referido que têm pouca informação sobre a IAP, a reunião seria aproveitada também para esclarecer esta metodologia.</p> <p>Comecei por explicar alguns conceitos base da metodologia de IAP e respondendo a algumas questões que me foram colocando. Acabamos também por refletir em conjunto sobre a dificuldade que é, em termos profissionais, de colocar em prática a 100% esta metodologia por existirem sempre demasiadas burocracias ora nacionais, ora</p>

institucionais, condicionando não só o tempo dos/as profissionais como também a própria participação das pessoas.

Relativamente às problemáticas, os/as técnicas acabaram por as organizar por tipologia de famílias acompanhadas: nos agregados maiores e com muitas relações familiares, é muito comum a existência de conflitos entre os seus membros existindo, por vezes, a necessidade de mediar conversas; já nos agregados isolados (por norma pessoas idosas e isoladas) a grande necessidade é a orientação relativamente às burocracias associadas a grandes entidades. Já nos agregados monoparentais, o que mais é identificado é a falta de meios para colmatarem as suas necessidades de subsistência (pobreza) e o desemprego duradouro.

Independentemente da tipologia familiar são identificadas problemáticas “gerais” como a falta de ocupação do tempo livre e o escasso desenvolvimento de competências pessoais, sociais e parentais.

No que concerne à divisão das famílias em acompanhamento, estes/as referem organizar-se tendo em conta as experiências profissionais de cada um/a. Assim, esta divisão foi feita entre si e de uma forma muito ponderada. Acrescentam ainda que “ao organizarmos desta forma os acompanhamentos, e tendo a noção do nosso conhecimento sobre algumas das problemáticas mais recorrentes, a tendência é que o acompanhamento seja melhor”.

Com esta reunião, foi possível envolver estes/as profissionais no projeto, dando-lhes espaço e abertura para participarem no desenho do mesmo, expressando as suas opiniões e visões do quotidiano e do trabalho com estas pessoas.

Registo nº 2	
Data	13/dezembro/2022
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir critérios de seleção das famílias que poderiam participar no projeto.</li> </ul>
Descrição	<p>Tendo conhecimento prévio da quantidade de processos familiares que cada um/a acompanhava, foi necessário selecionar-se algumas das famílias para se dar início ao conhecimento da realidade. Assim, tendo como ponto de partida o meu conhecimento prévio de algumas destas famílias e o conhecimento mais ou menos aprofundado destes/as profissionais sobre as mesmas, tomei a liberdade de reunir com a equipa para perceber a sua perspetiva relativamente às famílias que acompanham.</p> <p>Após alguma discussão, surgiu como um critério de seleção a relação já existente entre mim e estas famílias. Existindo já algum grau de relação com algumas delas, é importante perceber quais destas famílias irão participar neste projeto. Assim, e tendo também em conta o conhecimento destes/as profissionais acerca das necessidades de acompanhamento mais específicas de cada uma destas famílias, foram selecionadas, em conjunto, 8 famílias.</p>

Registo nº 3	
Data	19/dezembro/2022

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partilha e reflexão conjunta com a equipa de SAAS das famílias participantes.</li> </ul>
Descrição	<p>Após a apresentação ao grupo-turma na unidade curricular de Seminário, decidi repensar o número de famílias que iria acompanhar. Desta forma, priorizei famílias com quem já tinha uma grande relação criada, cruzando-me até com alguns destes membros dentro e fora da instituição. Assim, iniciarei o acompanhamento com membros de duas famílias: a senhora A e a senhora D.</p> <p>Partilhando esta decisão com os/as técnicos/as de SAAS, estes/as concordaram que são duas famílias com grandes potencialidades, mas também com alguns desafios. Concordaram ainda que os membros destas famílias podem beneficiar de acompanhamento especializado e que, devido à sobrecarga de trabalho, estes/as profissionais não podem desenvolver.</p> <p>Assim, ficou combinado que seria algum/a dos/as profissionais do CC que faria o primeiro contacto telefónico com estes elementos, de forma a facilitar esta “transição”.</p>

Registo nº 4	
Data	27/dezembro/2022
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexão sobre os problemas identificados no Diagnóstico Social do Concelho.</li> </ul>
Descrição	<p>Após a análise e reflexão do Diagnóstico Social concelhio, era meu objetivo perceber junto dos/as profissionais do CC qual seria a sua visão sobre os mesmos, tendo em conta que o documento já não sofria alterações nem renovações há alguns anos.</p> <p>Assim, aproveitei a minha visita ao CC e o facto de ambos/as se encontrarem no gabinete para lhes colocar esta questão. Não tendo presente em detalhe o que estava escrito no Diagnóstico Social, pesquisamos o documento novamente e analisámo-lo em conjunto. Após esta análise, tanto o/a AS como o/a ES concordaram com os problemas identificados - “embora uns tenham aumentado e outros tenham diminuído, são essencialmente os mesmos”, refletindo que “isto significa alguma coisa... Significa que algo não está a funcionar bem, senão já teria havido mudanças!”.</p> <p>Após várias reflexões relativamente à antiguidade do documento e à necessidade da sua renovação e da reflexão concelhia sobre as mudanças (in)existentes naquela realidade, perguntei-lhes se não existiria nenhum problema social que não estivesse referido e que quisessem acrescentar. Quando questionados/as diretamente, tanto o/a AS como o/a ES, referiram o aumento das rendas e a falta de habitações a preços justos como um problema atual – “Acho que tens razão! Quando olhamos para o diagnóstico social, sim, são esses os grandes problemas com que nos deparamos, mas acrescentava o problema das habitações e do aumento das rendas e das prestações”.</p>

	<p>No decorrer desta conversa, chegaram algumas pessoas para atendimento, pelo que esta reflexão e análise com os/as profissionais teve que ficar por ali. À saída, tomei a liberdade de questionar as pessoas que ali se encontravam à espera de atendimento do SAAS sobre a sua opinião sobre o mesmo documento – mostrei-lhes o excerto do mesmo que fazia referência a estes problemas, e questionei-as: “O que acha destes problemas? São os mesmos? Mudaram?”; ao qual me responderam que “Não, estes são atuais e mantêm-se! Se calhar há muitos mais mas não sei dizer-lhe quais são”; “Mudaram um bocadinho, mas são os mesmos praticamente... Antes viam-se muitos pobres, mas nada como agora... A vida está muito difícil agora e só tem tendência para pior... Para todos!”.</p> <p>Recolhidos estes testemunhos e estas reflexões, eu própria refleti sobre o que me foi dito: realmente, sendo o Diagnóstico Social deste município já antigo, se o problema identificado se mantém é porque, as condições estruturais na vida das pessoas mantêm-se.</p>
--	--

Registo nº 5	
Data	09/fevereiro/2023
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Feedback</i> formal sobre os encontros individuais com as duas famílias e abordagem sobre a reunião do antigo grupo de mulheres do CC.</li> </ul>
Descrição	Após algumas semanas de encontros individuais com a Senhora A e a Senhora D, e embora fossem partilhados <i>feedbacks</i> todas as semanas com a equipa de profissionais, senti, enquanto investigadora/interventora, que seria importante envolver os/as profissionais nesta intervenção mais individual. A reunião do

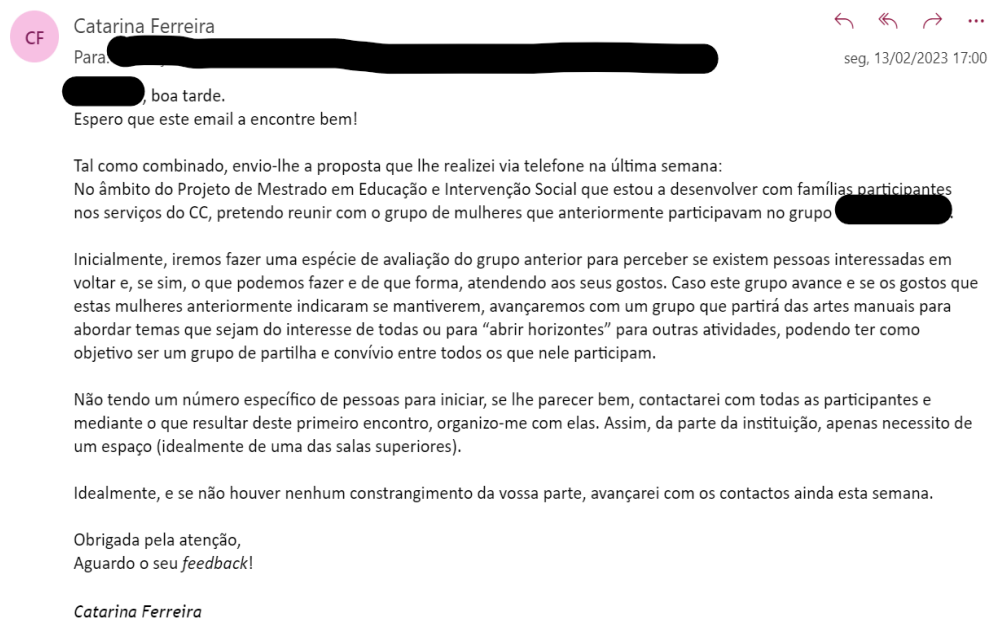
grupo que anteriormente se encontrava no CC deu-se após o interesse da Senhora A em voltar a reunir este grupo, sendo este interesse corroborado pelos/as técnicos/as do CC, que consideraram esta reunião importante.

Assim, após explicar as estratégias que estavam a ser utilizadas com cada uma destas mulheres e o que tínhamos conseguido ao construir até ao momento, propus uma reunião com o grupo de mulheres que a Senhora A tinha mencionado. Expliquei que o objetivo seria, inicialmente, perceber se estas tinham interesse em voltar a reunir-se e em que moldes gostariam de o fazer.

A ideia foi muito bem acolhida pela equipa técnica, salientando que consideravam “muito importante a reunião deste grupo novamente, porque são mulheres que demonstram algumas questões que necessitam de ser trabalhadas em conjunto e de uma forma mais próxima! Elas adoram artes manuais e diziam muitas vezes que gostavam de fazer algumas coisas relacionadas com isso!”. Referiram também que o que complicou tudo “foi a procura de patrocínios que colaborasse com material porque, infelizmente, não tínhamos verba suficientes para avançar com essa ideia”. Assim, foi sugerido que eu contactasse a direção técnica, propondo-lhe esta reunião e explicando o porquê da mesma.

Após esta reunião, contactei telefonicamente a direção técnica, expondo a minha intenção de reunir o grupo e pedindo algum *feedback* sobre a mesma. Foi-me, então, pedido que redigisse um email onde fossem explícitos os objetivos e as atividades que seriam desenvolvidas, bem como a sua finalidade. Perante isto, expliquei novamente que a metodologia que orienta a minha ação, enquanto investigadora/interventora, e o projeto no âmbito do mestrado em que me encontro não me permitem fazer esse tipo de previsões. Expliquei, também, que será sempre o grupo a guiar o caminho e que este caminho é e sempre será conjunto, não me sendo possível descrever tudo o que me estava a ser pedido. Não obstante, continuou-se a insistir para que a informação fosse enviada via email para avaliação, sendo combinado que o faria.

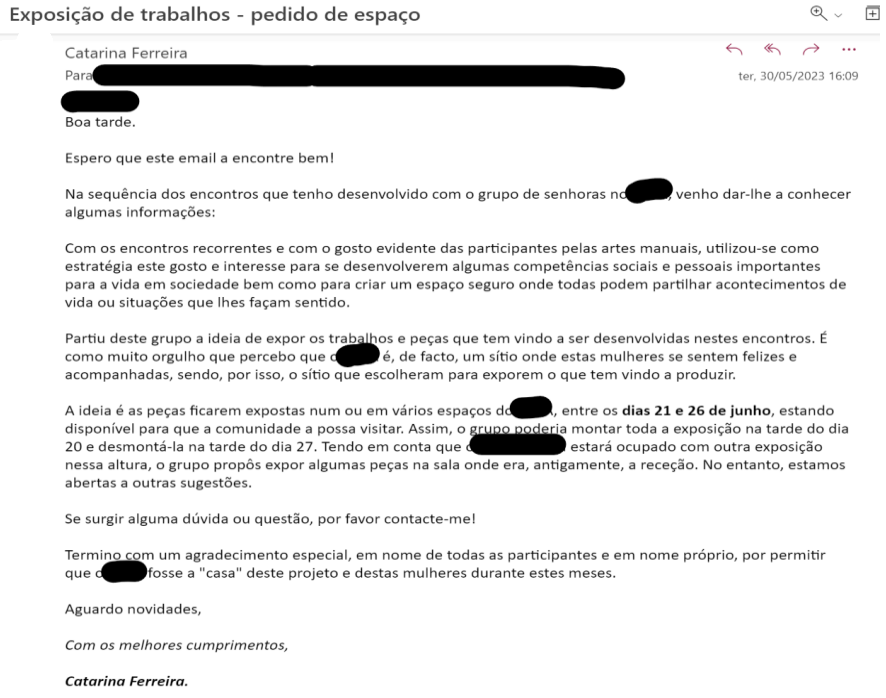
Email esse que foi enviado no dia 13 de fevereiro, tal como se pode consultar na imagem abaixo:



Registo nº 6	
Data	24/fevereiro/2023
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Autorização para a reunião do grupo de mulheres no CC</li></ul>
Descrição	<p>Após algumas trocas de <i>emails</i>, foi marcada uma reunião com a direção técnica do CC de forma a ser possível explicar de uma melhor forma em que consistia este encontro inicial com o grupo e explicar de uma forma mais clara a metodologia IAP.</p> <p>Assim, foi proposta uma reunião no dia 28 de fevereiro de modo a clarificar estes aspetos.</p>

Registo nº 7	
Data	28/fevereiro/2023
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autorização para a reunião do grupo de mulheres no CC - Reunião com direção técnica</li> </ul>
Descrição	<p>Após algumas tentativas de contato, no dia 28 de fevereiro realizou-se a reunião com a direção técnica para a proposta da reunião do grupo de mulheres. Esta decorreu de uma forma calma, onde, após ser clarificado novamente a metodologia orientadora do projeto e de onde tinha surgido a ideia desta reunião, foi autorizado que contactasse as participantes do grupo anterior e que lhes propusesse este encontro. Foi ainda deixado à minha consideração a forma como quereria fazer este contacto e como me iria organizar com o grupo, sendo que depois apenas teria que articular com a equipa do CC para ter um espaço onde me reunir com o mesmo. Terminei a reunião reforçando que a ideia era envolver o CC e as pessoas do grupo na co construção de algo que possa ter continuidade para além do projeto, partindo daquilo que são as suas necessidades e interesses.</p> <p>Tendo a autorização para avançar, foi combinado com a equipa do CC que partiria deles o primeiro contacto com estas mulheres, de forma a serem "uma ponte" entre elas e este projeto. Foi marcado o primeiro encontro para o dia 7 de março, por volta das 14h30, tendo a duração previsível de 1h30.</p>

Registo nº 8	
Data	30/maio/2023 e 31/maio/2023

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autorização para a exposição de trabalhos do grupo “As Habilidadeosas”.</li> <li>• Agradecimento formal à direção técnica e à equipa do CC.</li> </ul>
Descrição	<p>Volvidos alguns meses de encontros e (muitas) partilhas e encontros em grupo, após vários <i>feedbacks</i> e partilhas com a equipa do CC, chegou a altura de o grupo começar a preparar a tão esperada “exposição”.</p> <p>Após, em grupo, termos chegado a uma decisão sobre a data e o sítio onde queríamos que a exposição fosse feita, tentemos entrar em contacto com a direção técnica. Após várias tentativas de contacto telefónico, o grupo redigiu um email com as especificações do pedido e um agradecimento final, tal como é possível verificar na imagem abaixo.</p>  <p>Email esse que seguiu no dia 30 de maio, durante o encontro em grupo, tendo sido respondido no dia seguinte, dando-nos autorização para a utilização do espaço. Foram ainda pedidos alguns cartazes para divulgação da exposição junto da comunidade.</p>

Registo nº 9	
Data	27/junho/2023
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avaliação final na ótica da equipa do CC</li> </ul>
Descrição	<p>Após todo o tempo de encontros com “As Habilidadeas”, chegou o dia do último encontro do grupo para efeitos de escrita deste relatório.</p> <p>Uma das pessoas da equipa mais envolvida no grupo, por já trabalhar neste CC há muitos anos e conhecer bem todas estas mulheres, foi acompanhando, todas as semanas, o grupo, tornando-se num elemento essencial para a avaliação do mesmo. Lanchou connosco, auxiliou no desmontar de toda a exposição e, no final, felicitou todas as presentes pelos seus trabalhos.</p> <p>Durante o lanche, surgindo o mote para a continuação do grupo no CC, um dos membros da equipa do CC reforçou junto do grupo a importância de se continuarem a encontrar. Sugeriu ainda que o fizessem no café de apoio aos serviços que, entre as aulas da universidade sénior, não tem muito movimento: “sendo aqui é mais fácil! Não têm que pedir autorização nenhuma! É um espaço aberto ao público, livre de circulação!”. Sugestão essa que foi bem acolhida pelas mulheres do grupo.</p> <p>No final do lanche, aquando da despedida das mulheres, este membro da equipa referiu: “sinto-as mais livres, mais seguras, mais divertidas! Saem daqui juntas, e às vezes esperam umas pelas outras lá fora para nenhuma ir sozinha; e às vezes também cá vêm umas com as outras,</p>

ou combinam coisas fora daqui, que eu já vi!", acrescentando que "isto começou a acontecer com pessoas que raramente falavam umas com as outras e quando o faziam era apenas por pura educação". Disse ainda que "o grupo fez a diferença na vida delas e eu acredito que elas vão continuar a vir! Se vieram, eu arranjo-lhes um espacinho aqui!".

Para além dele/dela, também os/as profissionais do SAAS reconheceram mudanças ao nível da confiança, autoestima e nas relações entre pessoas do grupo, referindo que estas aparentam estarem mais "confortáveis com elas próprias, confiantes naquilo que fazem, até mesmo no discurso que tem", acrescentando ainda que "algumas até já são amigas!". Relativamente à mudança na organização do CC os/as profissionais do CC referiram que "apesar de termos sempre tempo para reunir contigo e discutir algumas coisas, não reunimos condições de trabalho que nos permitam participar no grupo de uma forma direta. De todo o modo, achamos que o grupo tornou-as mais abertas, falam de uma forma mais clara, mais calma e mais segura daquilo que dizem". Quando questionadas sobre o impacto que o projeto teve na sua prática profissional, referem "agora conseguimos dar importância aos interesses das pessoas e à importância de escutar e de estar com as pessoas para se poder intervir de uma forma mais eficaz".

Assim, concluiu-se uma etapa de um projeto que, embora tivesse sempre o foco neste grupo de mulheres, participantes, atoras e protagonistas no mesmo, teve sempre o apoio e a liberdade possível desta equipa, que nos acolheu e fez, também, ela parte da nossa casa física.

## E – REGISTO DOS ENCONTROS COM A SENHORA A

Os presentes encontros deram-se no âmbito do conhecimento da realidade e na criação de laços mais coesos com a Senhora A, antes da sua participação no grupo das “Habilidosas”. Estes registos terminam aquando da entrada da Senhora A no grupo, coincidindo esta entrada com o início da Ação 1.

Registo nº 1	
Local	CC
Data e hora	19 de janeiro de 2023, das 11h às 11h30.
Descrição	<p>Tendo em conta a relação que tenho com a Senhora A e o pouco que ela me foi mostrando da sua história, bem como o parecer do/a profissional que a acompanha atualmente no âmbito da ação social, combinamos um encontro para que lhe pudesse apresentar em que consistia o projeto e lhe propor a sua participação. O primeiro contacto, por já ser uma pessoa conhecida, foi feito por mim, através do contacto do CC, no dia 16. Combinamos um encontro, ainda que informal, no CC no dia 19/1.</p> <p>Neste encontro, a Senhora A estava muito desconfiada. Não sabia bem o que estava ali a fazer e não percebia bem o meu novo papel, mas referiu que precisava de ir embora perto das 11h30 por ter de ir ao médico. Comecei por explicar-lhe o âmbito do nosso encontro, explicando-lhe o meu novo papel, enquanto investigadora, e dizendo-lhe desde logo que a sua participação era voluntária. Exploramos juntas as dimensões da IAP e aquilo que poderíamos fazer, sendo também reforçada a questão do anonimato.</p> <p>Depois de lhe explicar em que consistia a IAP e quais seriam as diferenças entre nosso projeto e projetos convencionais, propus à Senhora A que caminhasse comigo, não sabendo bem para onde. Pedido este a que a</p>

	<p>Senhora A acedeu, mostrando-se muito mais calma e confortável após perceber que “Não vou ter que estar a vir obrigada, nem venho fazer coisas que não quero só para ficar bonito!”.</p> <p>Disse-lhe que, sendo assim, gostava de conhecer algumas dimensões da sua vida, se ela me permitisse, pelo que gostava de combinar um novo encontro na semana seguinte. Pedido que foi recebido com muito agrado pela Senhora A.</p>
--	---

Registo nº 2	
Local	CC
Data e hora	23 de janeiro de 2023, das 10h às 11h15.
Descrição	<p>Tal como combinado, a Senhora A encontrou-se comigo às 10h no CC. Vinha um pouco cansada e abatida.</p> <p>Como já tinha sido falado no nosso primeiro (re)encontro, a Senhora A estava hoje, preparada para fazer comigo a linha da sua vida. Escolhi uma sala mais pequena e aconchegante do andar de cima da casa, que era simultaneamente mais isolada também. A sala está equipada com dois sofás individuais, uma estante de livros, um armário de arrumação e uma secretária com três cadeiras, tendo também uma janela enorme para o lindíssimo jardim que caracteriza tão bem este CC. Para além disto, a dimensão da mesa permite que consigamos estar próximas, dando também espaço para desenvolver atividades.</p> <p>Inicialmente, enquanto subíamos, fui questionando a Senhora A sobre a sua semana ao qual esta me respondeu, no meio de risadas, que estava com</p>

muito frio mas que preferia “este tempo à chuva, porque com chuva não gosto de sair de casa por causa do guarda-chuva!”. Depois, referiu que estava cansada porque o neto mais novo, G de cinco anos, não tinha tido aulas devido à greve e que, por isso, estava em casa e isso deixava-a cansada porque “se porta muito mal”.

Sentámo-nos na mesa e relembramos o que tinha sido combinado, sendo reforçado que se a Senhora A não se sentisse confortável, podíamos fazer outra coisa. A Senhora A confirmou que estava confortável e que podia ser muito útil para a conhecer melhor, mas que não sabia “de cor todas as datas”. Voltei a explicar que o objetivo do que íamos fazer era começar a conhecermo-nos um bocadinho melhor uma à outra.

Iniciamos, então, com a escolha das cartolinas. A Senhora A escolheu uma cartolina verde, referindo sendo uma cor que gostava muito e eu escolhi uma cartolina cor-de-rosa, explicando-lhe que era uma das minhas cores preferidas por me fazer lembrar o jardim da minha avó na primavera. Depois, coleí três *post-it's* de cores diferentes em cada cartolina, explicando que no primeiro era para escrevermos uma qualidade nossa, no segundo um defeito e no terceiro uma memória feliz.

A Senhora A ficou muito surpreendida quando lhe pedi uma qualidade, dizendo que não sabia o que escrever, porque não tinha muitas. Expliquei-lhe que lhe reconhecia muitas qualidades, e que ela também ia conseguir vê-las se pensasse nisso. Após pensar uns segundos, a Senhora A referiu que achava que era boa mãe e boa avó e que isso é a melhor qualidade dela. Já eu, referi que era divertida, que gostava muito de sentir que estava a divertir as pessoas à minha volta.

Relativamente aos defeitos, a Senhora A referiu até ser “difícil escolher, porque tenho muitos! Mas acho que o meu maior defeito é quando fico chateada, não faço nada! Quem quiser comer, que o faça!”, acabando por se

rir no final, acrescentando que apesar disso, “tenho que ter tudo muito arrumado e limpo”. Eu acabei por lhe explicar que o meu maior defeito é ser muito pessimista, em determinadas situações, o que faz com que não consiga acreditar em mim e nas minhas capacidades.

A melhor memória foi a mais fácil de descrever para a Senhora A: o nascimento dos seus filhos. Já a minha, foi o nascimento do meu irmão. E esta última questão, acabou por ser o “mote” para iniciarmos a linha da vida.

As informações que a Senhora A partilhou neste encontro são de índole muito pessoal, pelo que não serão aqui descritas na sua totalidade. Porém, há informações importantes para a sua caracterização que poderão ser partilhadas: A Senhora A, atualmente com 62 anos, é acompanhada em vários serviços e projetos do CC há mais de uma década. Tem sete filhos e 15 netos, tendo um bisneto a caminho. Destes netos, tem a seu cargo dois: o G, com cinco anos, e o N, com 14 anos, que vivem consigo. Refere que “tenho uma boa relação com os meus filhos, mas a nível de dinheiro, não há muito que possam fazer...”. Tem um grande amor a todos os seus netos, mas fala com muita devoção e carinho pelos dois netos que vivem consigo, indicando como razão “tomar conta deles desde sempre”. Refere ainda estar muito entusiasmada com a chegada do bisneto, considerando “engraçado ser bisavó tão nova!”.

A certa altura, refere que quis sair muito cedo da escola, para ir trabalhar para a “lavoura com o meu pai”, sendo que atualmente “arrendo-me, porque a minha mãe sabia fazer muitas coisas em croché e em bordado e eu sempre quis aprender... Mas como trabalhava muito e muitas horas nunca tive hipótese!”, gostando de aprender algumas artes manuais para “me manter ocupada”. Ao longo da conversa, refere ainda que tem “uma mania que é cansativa mas é muito boa que é manter tudo sempre limpo e arrumado!”.

sendo que depois sente que “os meus netos vão para a escola e eu fico a arrumar tudo outra vez”.

No final da nossa conversa, referiu que “nem dei pelo tempo passar!” e resumiu toda esta sua linha da vida “o que é nosso, vem sempre ter connosco!”. Aproveitei o momento, para lhe explicar o que era poderíamos fazer no nosso próximo encontro, combinando com ela que este aconteceria na próxima sexta-feira e que, caso a Senhora A não conseguisse ir, avisava.

Quando me estava a despedir dela, agradeci-lhe o facto de ter vindo falar comigo. A Senhora A respondeu-me referindo: “Obrigada eu, Catarina! Fizeste-me sair de casa hoje e eu preciso de alguma coisa que me tire de casa!”.

Estes (re) encontros com a Senhora A têm-me feito sentir muito confortável, porém, também me têm feito refletir sobre o tão pouco conhecimento que eu realmente tinha sobre a mesma. Quando a conheci, e tendo sido uma época muito conturbada para a mesma, tive que suprir todas as necessidades básicas e imediatas da família, não existindo grande hipótese ou abertura da Senhora A para me facultar estas informações. Para além disso, a Senhora A já era acompanhada no CC há muitos anos, pelo que a desconfiança pelas profissionais da ação social, que se foram alterando ao longo dos anos, já era muita. Assim, a Senhora A nunca permitiu que nenhum/a técnico/a a conhecesse desta forma, nem nenhum/a dos/as técnicos/as se disponibilizou a trabalhar num registo diferente do seu habitual. Talvez agora, tendo em conta toda esta história de vida, consiga compreender melhor algumas atitudes e reações que anteriormente não conseguia.

Registo nº 3	
Local	CC
Data e hora	07 de fevereiro de 2023, das 10h às 11h.
Descrição	<p>Tendo, por motivos pessoais, a Senhora A não conseguiu comparecer na data anteriormente combinada (dia 27 de janeiro), remarcou encontro comigo para o dia de hoje.</p> <p>Sendo já 10h e estando já a Senhora A à minha espera, fui ter com ela que, alegremente me cumprimentou e se foi dirigindo para a sala onde já tínhamos reunido. Vinha alegre, e começou imediatamente a contar-me a sua semana: com a interrupção letiva do semestre, a Senhora A ficou com os dois netos em casa e explicou-me que foi uma semana “até calma! O mais velho não preciso de me preocupar! Ele fica a jogar no computador ou a ver televisão na sala e não me cria problemas.”; e mesmo neto mais novo, “portou-se bem... Ele teve boas notas na escolinha e eu fiquei muito feliz! A professora diz que ele se porta bem, que é muito higiénico e que se dá muito bem com os outros meninos!”. Revela que mesmo em casa “anda calmo... Só quando o primo vem para a sala ou o meu filho mais novo vai lá a casa é que ele fica muito nervoso e tem medo de que lhe estraguem os brinquedos, então começa logo a gritar!”.</p> <p>Aproveitei a oportunidade para perguntar à Senhora A como é que ela se sentia quando os netos estavam na escola, estando habituada, em tempos, a ter a casa cheia. Ela disse que aproveitava o tempo para arrumar a casa “porque não gosto de ver nada fora do sítio”, mas que chegava a um ponto que “já arrumo o que está arrumado e limpo o que está limpo”, reforçando a sua necessidade de ter uma atividade.</p>

Foi nesta altura que a questioneei sobre a sua frequência no grupo de mulheres que era orientado pelo SAAS e a reação da Senhora A foi logo de “coçar a cabeça”. Questionei-a sobre o seu gosto e ela disse-me, ainda que em tom de brincadeira, que aquilo não era para ela e que ela “gostava de coisas mais práticas”. Expliquei-lhe que o intuito era reunir com algumas das senhoras daquele grupo e arrancar com algo que todas gostassem. Assim, a Senhora A confessou que gostava muito de aprender bordados e, quando eu partilhei com ela o meu gosto pelo croché e algumas fotografias de algumas coisas que já tinha feito, a mesma ficou muito entusiasmada e disse-me que gostava muito de saber fazer essas coisas para o seu bisneto que vai nascer e também de fazer “bonecos desses de croché para o meu neto!”. Referiu ainda que algumas das senhoras do grupo anterior também referiam muitas vezes que gostavam de fazer artes manuais. Ficou combinado que, assim que tivesse autorização da instituição, que lhe dizia.

Depois desta proposta, perguntei à Senhora A se sempre queria que eu a ajudasse a colocar os compromissos na agenda do telemóvel, de forma a ela nunca se esquecer do que tem marcado. Ela disse que sim, mas referiu que “Eu não tenho idade para aprender essas coisas!”, “não vou saber fazer isso” e “eu não sei se vou conseguir aprender”. Incentivei-a e disse-lhe que estava ali para a ajudar e para lhe explicar as vezes que ela precisasse. Então, a Senhora A concordou.

Mostrou-me o seu telemóvel e eu expliquei-lhe como se colocavam compromissos na agenda e como se ativavam alarmes, de forma ao telemóvel dar sempre sinal e, assim, a Senhora A lembrar-se do que tem para fazer. Após duas ou três tentativas sozinhas, a Senhora A já sabia fazê-lo sozinha, pelo que me disse, orgulhosa: “já vou fazer isto em casa! Passar o que tenho lá nos papeis do quarto para aqui!”. Para além disto, perguntei-lhe se tinha *internet* em casa e se queria que lhe mostrasse como se pesquisava no *YouTube* algumas noções básicas de croché e dos bordados.

	<p>Entusiasmada, a Senhora A disse que sim, que “gostava muito que me explicasses isso!”. Depois da Senhora A perceber a lógica da aplicação, já fazia pesquisas sozinha, dizendo que “vou para casa e logo à tarde já vou ver o que quero fazer contigo destas coisas lindas do croché!”.</p> <p>No final, quando lhe perguntei se queria vir ter comigo na próxima semana, a Senhora A disse que sim, perguntando se “posso vir na segunda, às 10h? Olha que já vou trazer coisas para te mostrar o que quero aprender!”. Quando confirmei que podíamos encontrarmo-nos às 10h na segunda, a Senhora A surpreendeu-me, pegando no telemóvel, abrindo a agenda e marcando o encontro, com alarme para se lembrar de aparecer. Agradeceu-me, desejou-me bom fim de semana e saiu.</p>
--	---

Registo nº 4	
Local	CC
Data e hora	14 de fevereiro de 2023, das 10h às 11h15.
Descrição	<p>Cheguei ao CC por volta das 9h30 e, depois de cumprimentar toda a equipa, fui até à sala que escolhi em conjunto com a Senhora A para os nossos “encontros”. Esta sala está equipada com uma mesa redonda, grande, quatro cadeiras, um grande espelho e um sofá, tendo várias plantas espalhadas pela sala e revistas de ponto cruz e croché junto à janela. Quando questionei um/a profissional do CC sobre a existência daquelas revistas, um/a deles/as referiu pertencerem ao grupo de senhoras que, antes da pandemia se reunia no café do CC todas as semanas. Eram uma “espécie de centro de convívio... Elas apareciam, tomavam um chá e iam fazendo trabalhos manuais e conversando. Era uma das antigas técnicas que ficava aqui com elas nessas</p>

tardes e iam todas conversando, sobre a vida, sobre os filhos... Vinham passar o tempo e era muito engraçado!”.

Como a Senhora A tinha mostrado tanto entusiasmo pelo croché no nosso último encontro, tomei a liberdade de lhe levar algum material (uma agulha, linha, marcadores de pontos e argolas para porta-chaves) e algumas fotocópias de instruções básicas que retirei de uma revista que comprei. Espalhei o material na mesa e esperei pela Senhora A para perceber se ela queria avançar com aquela atividade.

Eram quase 10h quando a Senhora A apareceu na porta do pequeno café do CC. Vinha toda contente e com um saco plástico na mão e, quando me viu, perguntou-me logo que íamos fazer hoje! A rececionista, que estava comigo, disse-lhe que “eu queria ir no seu lugar, Senhora A! Que sorte!”, o que fez a Senhora A ficar ainda mais intrigada!

Antes de irmos para o nosso espaço, a Senhora A quis mostrar-me uma coisa: “olha o que eu estive entretida a fazer no fim de semana! Fui ao *Youtube* como me ensinaste e fiz e desfiz até ficar mais ou menos bem!” e, dizendo isto, retira um sapatinho de bebé do saco, em croché.



Fiquei muito feliz e até um bocadinho emocionada, por perceber que, de alguma forma, influenciei esta senhora a fazer aquilo. Disse-lhe que então tinha acertado naquilo que tinha levado para fazermos naquele dia.

Ao entrar na sala, a Senhora A ficou muito admirada, mas também muito feliz. Não esperava que eu tivesse levado material para conseguirmos criar algo do seu interesse (linhas, agulha, etc.) e perguntou o que íamos fazer com aquilo.

Expliquei-lhe que tinha levado aquilo porque notei que ela tinha ficado entusiasmada com o que tínhamos falado na última semana. E disse-lhe que podíamos fazer várias coisas com aqueles materiais e que ela só tinha que escolher. Mostrei-lhe algumas fotos de coisas que podíamos fazer e a Senhora A escolheu fazer um coração em porta-chaves e escolheu a cor verde.

Começamos por ver um vídeo que mostrava como se fazia passo-a-passo o porta-chaves e fomos fazendo. À medida que fomos fazendo, fomos falando de várias temáticas entre as quais: a família da Senhora A, a sua relação com os netos e algumas memórias da Senhora A com a sua mãe.

No final, levou o material que lhe ofereci, e disse que ia tentar seguir o vídeo até ao fim e fazer o porta-chaves se eu também fizesse o meu até à próxima semana. Disse que preferia vir na quinta porque tinha o neto em casa até quarta. Agradeceu-me pela conversa e companhia, despedindo-se de mim com um grande sorriso.

Registo nº 5	
Local	CC
Data e hora	23 de fevereiro de 2023, das 9h30 às 10h30
Descrição	<p>Cheguei ao CC por volta das 8h45, sendo um pouco cedo. Apenas lá estava um membro da equipa do CC, porém, deixou-me entrar e estive uns minutos a falar comigo sobre algumas mudanças do CC desde o término da minha colaboração com o mesmo. Entretanto a equipa foi chegando e eu instalei-me no café do CC, esperando pela Senhora A. Foram aparecendo mais pessoas: antigos funcionários, colaboradores externos, alunos da universidade sénior e foram falando comigo, questionando-me sobre o meu novo papel ali.</p> <p>A Senhora A apareceu pouco depois das 9h30. Veio ter comigo ao café do CC, referindo sentir-se um pouco doente e mal-humorada, dizendo que “olha, estive para não vir... Mas já tinha combinado contigo, então vim! Sempre saí um bocadinho de casa... Mas hoje só quero conversar!”. Assim, e tendo em conta que foram chegando pessoas ao café, fomos para a nossa sala habitual.</p> <p>Ofereci à Senhora A um porta-chaves que fiz para ela, em croché, como “forma de lhe mostrar que estamos nisto as duas e que eu estou consigo!”. A Senhora A agradeceu muito o meu gesto, referindo que estava a gostar muito “do nosso bocadinho”. Disse ainda que fez um pano inteiro no fim-de-semana e que “não penso em mais nada quando estou a fazer isto”, acrescentando que “estive eu entretida vários dias, a treinar a minha concentração, e o meu neto também porque estive a brincar às ‘vendas’ com as coisas que eu tinha no sofá para fazer isto tudo”.</p>

	<p>Tendo em conta a data, acabamos por falar sobre a festividade do Carnaval, descobrindo que nenhuma de nós aprecia o Carnaval. Aliás, vivendo perto do centro da cidade, a Senhora A revela ter ouvido muito barulho na noite de segunda para terça, aquando destes festejos, tendo utilizando o croché e a confeção do seu pano para se distrair de toda a confusão.</p> <p>Falando sobre festas e festejos, a Senhora A partilhou um momento que a marcou particularmente. Tendo completado 62 anos no início de 2023, lembrou o dia em que, de surpresa, teve quase toda a sua família presente em sua casa, num jantar. Disse, com os olhos brilhantes, que nunca ia esquecer este aniversário e que foi a melhor prenda que lhe deram – a família, toda junta para a festejar, para festejar o seu nascimento.</p> <p>Terminamos o encontro com a certeza de que nos encontraríamos na terça-feira seguinte, às 10h e que falaríamos do fim-de-semana e dos nossos “pontos de croché”. Antes de sair, a Senhora A referiu que encontrou uma das suas colegas do grupo anterior, a Senhora L, e que lhe tinha contado que se encontrava comigo no CC, semanalmente, e que a mesma lhe tinha dito que se a Senhora A quisesse, ela podia ensiná-la a bordar. Perante esta partilha, disse-lhe que, se a Senhora A quisesse e a visse entretanto, que ela podia vir com ela um dia aos nossos “encontros” e que bordávamos as três, juntas!</p>
--	---

Apesar de termos combinado encontrarmo-nos no dia 7, a Senhora A contactou-me na noite anterior, referindo estar doente e sem condições para se encontrar comigo, vendo-se também impedida de participar na primeira reunião do grupo. Após conversarmos um bocadinho sobre a nossa semana, a Senhora A combinou encontrar-se comigo no dia 14, de manhã, dizendo que queria ter novidades sobre o grupo.

Registo nº 5	
Local	CC

Data e hora	14 de março de 2023, das 9h30 às 10h
Descrição	<p>Tal como combinado, a Senhora A estava no CC no dia 14, às 9h30, à minha espera. Estava ainda um pouco debilitada pelo que não ficou muito tempo comigo.</p> <p>Falamos um bocadinho sobre a sua semana e sobre a forma como se andava a sentir. Disse-me que não sabia o que a tinha deixado tão adoentada, mas que se sentia muito doente ainda. Partilhou comigo que, quando tem energia, vai fazendo algumas coisas em croché, vai para o <i>YouTube</i> e vê coisas muito bonitas que gostava de fazer.</p> <p>Tendo já pronto o material, entreguei à Senhora A material suficiente para ela conseguir fazer uma peça para o seu bisneto, algo que já tinha referido que gostava de fazer. Para além disso, mostrei-lhe um vídeo no <i>YouTube</i> que a podia ajudar a fazer aquilo que ela desejava, utilizando aquele material. Aconselhei-a ainda a ir ao médico caso não se sentisse melhor no dia seguinte.</p> <p>Antes de sair, a Senhora A e eu falamos um pouco sobre o grupo e aquilo que poderia ser feito. Garantiu que gostava muito de ir, mas que ainda não se sente capaz. Refere também que “não sei quando volto, vou ter o meu neto G em casa nas próximas semanas, mas quero ir mantendo-me a par de tudo!”.</p>

Tendo o grupo iniciado os seus encontros no âmbito da Ação 1 no dia 28 de março de 2023, os encontros individuais com a Senhora A deixaram de acontecer por decisão da mesma. Aconteceram alguns contactos telefónicos e pequenos encontros individuais casuais, sempre que a Senhora A necessitava de informação.

## F – REGISTO DOS ENCONTROS COM O GRUPO ANTES DA AÇÃO 1

Encontro nº 1	
Local	CC
Data e hora	7/3/2023; 14h30 – 16h (cerca de 1h30)
Objetivos	Reencontro do grupo; Avaliação do grupo anterior; Proposta de participação no projeto.
Descrição	<p>Eram 14h20 quando terminei de preparar a sala e desci ao andar de baixo para perceber se já lá se encontrava alguém. Estavam já lá cinco das mulheres. Pedi para subirem comigo e para se irem sentando onde quisessem. A sala estava organizada com as cadeiras em círculo, no meio da sala.</p> <p>Logo após se sentarem, começaram a falar entre si, por já se conhecerem minimamente. Partilharam algumas coisas sobre as suas vidas, enquanto aguardávamos pelas restantes senhoras. Uma das senhoras, a Senhora F, estava a fazer croché enquanto esperava pelo resto do grupo e, tendo-se ela sentado ao pé de mim, comecei a falar com ela sobre o que estava a fazer, partilhando com ela que também gostava muito de fazer croché.</p> <p>Após algum tempo à espera, chegaram as restantes mulheres, pelo que começamos pela pergunta e explicação sobre o que estávamos ali a fazer todas. A Senhora M disse que sabia que era por causa do mestrado que eu estava a frequentar e que podia estar relacionado com as artes manuais que ela tanto gostava. Todas foram falando e, após dar-lhes espaço para se expressarem, eu expliquei que, realmente, era por causa do meu mestrado mas que era um projeto um bocadinho diferente do normal. Apesar da grande maioria já me conhecer, expliquei que tinha ingressado no mestrado e que</p>

estávamos ali reunidas porque o meu projeto ia passar-se no CC. Falei-lhes na metodologia IAP e expliquei-lhes que não era eu que ia desenhar o projeto e aplicá-lo com elas. Éramos todas, em conjunto, que íamos perceber a nossa realidade e íamos decidir o nosso caminho, em conjunto! Esta foi, sem dúvida, uma realidade totalmente diferente e nova para as mulheres que referiram que, normalmente, nos projetos “já está tudo está decidido antes sequer se nós virmos”, não lhes dando espaço para decidirem nada. Assim, quando questionadas sobre a forma como esperam que este projeto seja, dizem que “espero liberdade e coisas que nós gostamos de fazer” (Senhora L) e “uma coisa decidida por todas” (Senhora P).

Após esta explicação, propus que fizéssemos um exercício de dinâmica de grupo denominado “A teia” e já conhecido por todas. Neste exercício era suposto todas dizermos duas verdades e uma mentira sobre nós, tendo o restante grupo que descobrir qual seria a mentira; depois, atiraríamos o novelo para a próxima colega. Foi uma atividade que se destacou pelo conhecimento que estas mulheres já iam tendo umas sobre as outras, sendo capaz de identificar algumas mentiras, identificando semelhanças entre si, como por exemplo, facto de todas terem animais de companhia com quem passavam muito tempo. No decorrer da atividade juntou-se ao grupo outra senhora, a Senhora C. Convidei-a a sentar-se onde quisesse, mas a Senhora L já tinha puxado uma cadeira para o seu lado, convidando-a a sentar-se lá. Expliquei-lhe o que estava a acontecer e convidei-a a participar connosco.

No final da atividade, expliquei à Senhora C o que tinha acontecido e o que tínhamos abordado até à sua chegada. Ela levantou algumas questões relevantes, quer no que concerne à metodologia, quer no que concerne à própria confidencialidade e anonimato. Esclareci as dúvidas sobre o anonimato e a confidencialidade, quer no que toca à escrita e publicação do relatório, quer no que concerne à importância de mantermos os assuntos ali partilhados naquela sala; e aproveitei as questões relativas à “dificuldade desta metodologia” para

perceber o que as participantes achavam do grupo anterior e o que consideravam um grupo. As respostas à primeira questão foram todas ao encontro de uma das opiniões dadas, pela Senhora M: “os temas eram pertinentes mas nem sempre nós estávamos disponíveis para uma escuta ativa, nem sempre eram preparados a pensar em nós” e quando eu a questioneei se sentiam que eram pouco ouvidas ou que não eram do interesse delas, respondeu que “nem é isso... Era mesmo a nossa disponibilidade”. Acrescentaram ainda que estavam “fartas de ter sessões e sessões formais, onde estamos a ouvir uma pessoa a falar... Isso não nos ajuda em nada!” (Senhora C). Relativamente ao sentido de grupo, foram mencionadas “a confiança”, “pessoas”, “respeito”, “humildade” e “convívio” como características. No final, quiseram a minha opinião e eu refleti em conjunto com elas que via e acreditava que o trabalho em grupo era benéfico porque se pretendia que fosse sempre “um espaço seguro, onde todas nós sabemos que somos acolhidas e que temos alguém com quem partilhar as nossas coisas”.

Esta partilha suscitou algumas lágrimas e, quando o grupo percebeu que tínhamos uma pessoa mais emocionada, tentou saber o porquê; mas vendo que a pessoa não queria partilhar, pedi ao grupo que lhe desse algum espaço “porque não temos sempre que estar dispostos ou temos confiança suficiente para partilharmos o que estamos a sentir... A Senhora M sabe que nós estamos aqui e que pode partilhar connosco o que precisar, mas também temos que respeitar o espaço de cada uma”, dizendo à Senhora M que podia sair se sentisse que precisava de apanhar um pouco de ar.

Depois de frisar que não era obrigatório e que em nada influenciaria os apoios que recebiam, avançamos para a proposta de embarcarmos nesta aventura comigo. A Senhora L foi a primeira a pronunciar-se, dizendo que “eu venho! Se a minha saúde permitir, venho! Eu preciso de sair de casa e de espaiar a minha cabeça e aqui posso sempre conversar um bocadinho com todas e aprender coisas novas”, seguida da Senhora O que referiu exatamente o

mesmo. Outras participantes pronunciaram-se referindo o mesmo, que precisavam de “sair de casa e falar com outras pessoas, fazer outras coisas e aprender coisas novas” (Senhora M); “não ter nada para fazer, estou sempre a arrumar o que está arrumado” e “ficar em casa a pensar em coisas más? Não!” (Senhora L); “preciso de sair de casa e falar com pessoas” (Senhora F). Então, passamos a combinar a periodicidade, o dia, a duração dos encontros. Tendo em conta as disponibilidades de todas, acordamos encontrarmo-nos às terças, da parte da tarde durante cerca de duas horas “porque uma hora era pouco, mas mais que duas horas também era demasiado cansativo”.

Posto isto, sugeri que ficassem com o meu número de telemóvel para que me pudessem contactar sempre que acontecesse precisassem de qualquer coisa e pedi autorização para recolher junto do CC o contacto de todas. Todas concordaram, acordando ainda que não trocariam números de telefone fora do grupo.

Enquanto fazíamos a troca de contactos, surgiu a hipótese de trabalharmos em torno da Páscoa. Durante estas partilhas, a Senhora L referiu que “quero fazer uma exposição aqui, para as pessoas verem que nós também somos gente! E também sabemos fazer coisas!”. Todas gostaram da ideia, pelo que propus que pensassem no que gostariam de fazer e que materiais precisaríamos para isso. Pedi para trazerem uma espécie de lista na próxima semana, sendo que iríamos juntar tudo e pensar em conjunto como podíamos arranjar o material.

Para além disso, e tendo sido verbalizada a necessidade de conviver e estar com outras pessoas, propus que iniciássemos o próximo encontro com exercícios de dinâmica de grupo que nos permitisse conhecermo-nos melhor. Reforcei ainda que cada uma dá a conhecer o que quer, não sendo nunca forçada a partilhar seja o que for. Isto suscitou o debate entre “o que é conhecer e o que é saber quem as pessoas são”, chegando alguns dos elementos do

	<p>grupo à conclusão que apenas sabem quem são outros membros do grupo, não se conhecendo verdadeiramente.</p> <p>Para terminar, propus que cada uma de nós dissesse uma palavra que resumisse, para cada uma de nós, aquele momento. Eu comecei e disse “alegria”, e tudo se seguiu: magia, aprendizado, bom, liberdade, bom, alegre; uma das participantes não quis dizer uma palavra, dizendo que “não era um bom dia”.</p> <p>Ficamos então de nos reunirmos na próxima semana, na terça-feira, das 14h30 às 16h30, na Sala do CC.</p>
Reflexão	<p>Se tivesse que descrever este primeiro encontro em poucas palavras, para além da “alegria” que escolhi na última atividade de grupo, acrescentaria “alívio”, “trabalho” e “reflexão”. Por muito que estivesse focada em ouvir estas mulheres e por muito que já tivesse alguma relação com algumas, estava muito nervosa e preocupada com a não aceitação de participação no grupo. Apesar disto, mantive-me focada na escuta ativa, colocando questões e estimulando as mulheres a falarem quando sentia que havia algo que queriam dizer.</p> <p>Surpreendi-me com algumas revelações que foram fazendo, como “quero fazer uma exposição para as pessoas verem que também somos gente”. Esta revelação que a Senhora L fez e que foi “assinada” por outras mulheres, marcou-me. Não fazia ideia de que estas senhoras sentiam que eram desvalorizadas a este ponto, ao ponto de sentirem que as outras pessoas (que fazem exposições no CC dos seus trabalhos) eram ‘tidas em melhor conta’ que elas. Outra partilha que me chamou à atenção deu-se quando as questioneei do interesse em embarcar comigo nesta aventura do projeto: “eu venho, preciso de espaiar a cabeça, até o meu médico já me disse” e ainda “sim, é uma forma de me obrigar a sair de casa”. Dei por mim a pensar que, afinal, para além das coisas mais “básicas” que as uniam (o facto de pertencerem ao SAAS e de estarem todas desempregadas/ reformadas) também existia este sentimento</p>

	<p>de desvalorização pelas outras pessoas e também o fechamento sobre a família.</p> <p>Para além disto, a Senhora O deixou-me um pouco preocupada. Tem 79 anos e apresentou problemas de memória a curto prazo, referindo não se lembrar de estar presente no grupo anterior, e também não compreender tarefas básicas (p.e. no exercício de dinâmica de grupo “A Teia”, disse tudo verdades). Desta forma, procurei, no final do encontro, falar com o/a profissional que a acompanha e perceber se tinha dado conta destes sintomas, dando a minha opinião de que a filha desta senhora devia ser contactada no sentido de a alertar dos mesmos e poder estar alerta.</p> <p>No final do encontro, o clima de alegria entre estas senhoras era visível, estando muito entusiasmadas com a possibilidade de fazer algo para a Páscoa e de expor os seus trabalhos para a comunidade. Entusiasmo este que me contagiou também, animando-me para os próximos “capítulos” desta aventura.</p>
--	--

Encontro nº 2	
Local	CC
Data e hora	14/3/2023; 14h30 – 16h30 (cerca de 2h)
Objetivos	Reatar laços no grupo; Conhecimento intra-grupal; Levantamento de materiais necessários e planeamento das próximas sessões.
Descrição	Eram 14h30 quando vim encontrar algumas das senhoras sentadas no banco de jardim do CC. Estava bom tempo, pelo que a Senhora F, a Senhora P e a Senhora C decidiram esperar por mim do lado de fora do edifício. A Senhora O e a Senhora A tinham já avisado que não podiam estar presentes porque estavam doentes, e a Senhora L tinha uma consulta no horário do encontro,

	<p>pelo que não podia estar presente. A Senhora B não estava presente, e embora não tenha avisado, calcula-se que não tenha comparecido por ter iniciado sessões de fisioterapia.</p> <p>Fomos subindo – a sala estava organizada em círculo, tal como na última sessão, embora com menos cadeiras (cerca de 8 lugares). Todas as participantes presentes se sentaram e acomodaram da forma que melhor se sentiram, começando logo a conversar sobre o seu fim de semana.</p> <p>A Senhora C revelou que esteve doente, com um vírus que apanhou e, depois da Senhora F partilhar que tinha o sistema imunitário mais fraco devido às operações que teve que realizar após o seu acidente, a Senhora C decidiu colocar uma máscara “por civismo e por respeito por ti, F.”</p> <p>Entretanto, chegou a Senhora M, que vinha muito cansada porque “vim a correr e está muito calor”. Fomos falando sobre as dificuldades de cada uma delas, e a conversa levou à pandemia da COVID-19, sendo que todas partilhamos algumas dificuldades que sentimos e algumas sequelas que a própria doença foi deixando.</p> <p>Sendo a Senhora C e a Senhora M mães, partilharam algumas dificuldades e alguns sentimentos sobre os problemas de saúde dos seus filhos e sobre algumas épocas importantes. Debatemos e refletimos em conjunto sobre a evolução da educação especial em Portugal e do caminho que ainda existe para percorrer nesse sentido.</p> <p>A Senhora F partilhou as dificuldades que sentiu depois do acidente que a deixou incapacitada, e também do desafio que foi voltar para Portugal, sozinha, no pico da pandemia COVID-19.</p> <p>Partilhamos todas também algumas coisas que nos incomodaram durante os confinamentos e as estratégias que fomos utilizando para as ultrapassar.</p>
--	---

	<p>Refletimos também sobre as consequências desconhecidas que a infeção por COVID-19 deixa e que apenas vamos descobrir mais tarde, e da forma como lidamos com o nosso novo dia-a-dia pós-pandemia. Porém, foi no tema da saúde mental e a importância de todas estarmos atentas ao nosso “vizinho” que se focou a nossa grande reflexão.</p> <p>Vendo que mais nenhuma das senhoras se juntou a nós, questionei as senhoras se gostariam de fazer o exercício de dinâmica de grupo que eu tinha pensado para elas, ao que me responderam que “tão poucas, não vale a pena! Esperamos pela próxima semana quando já estivermos todas”.</p> <p>Refletiram sobre o facto de “ficamos sempre só nós, mesmo que seja uma coisa mesmo interessante” e “habitua-te Catarina! Não vamos ser muitas mais”. Eu aproveitei para as questionar se isso as incomodava ao qual me responderam “não, já é hábito!”.</p> <p>Depois de cerca de uma hora a partilhar, debater e refletir sobre estas temáticas, decidimos avançar para o levantamento de materiais e de áreas que queríamos trabalhar.</p> <p>O levantamento de áreas foram: ponto cruz, croché e tricô, e decorações com material reciclável. Para material, temos as agulhas (adequadas), linhas e lãs, marcadores de pontos e panos para bordar.</p> <p>Em grupo, decidimos que íamos começar com coisas simples e com a temática da Páscoa, sendo que depois cada uma (ou em duplas) poderiam ter um projeto pessoal. No final, faremos uma exposição com todas as peças que o grupo fizer!</p> <p>A Senhora F tomou a liberdade de trazer alguns materiais que disponibilizou para o grupo como linhas de croché e uma grande caixa de botões.</p>
--	--

	<p>Terminamos a sessão a partilhar experiências e características dos nossos animais de estimação, da sua importância e da dor da perda de um deles. Por fim, cada uma disse uma palavra que descreveu a sessão: espetacular, partilha, incrível, divertimento e bem-estar.</p>
<p><b>Avaliação</b></p>	<p>Embora com a consciência que iria ter menos pessoas, nunca ponderei ter apenas quatro pessoas. No entanto, senti muita liberdade e muito à vontade por parte destas participantes.</p> <p>Neste encontro, foi importante perceber a entreatajuda e o cuidado que todas já têm umas com as outras, o respeito e a diversão quando estão juntas; e o próprio entusiasmo com que todas embarcaram nisto. Para além disto, foi muito importante perceber algumas das relações familiares que estas pessoas têm e a importância das mesmas na sua vida.</p> <p>Este encontro permitiu, sobretudo, refletir sobre as questões da participação e da não-participação como uma escolha, sobre a liberdade de escolha. É importante acedermos e termos noção de que atividades planeadas e executadas pelos/as profissionais/ equivalentes, apenas para “ficarem bem”, apenas para “se fazerem” é algo muito importante de se terem em atenção. Se as atividades nada significarem para as pessoas que as desenvolvem, se não forem ao encontro dos gostos e interesses destas pessoas e/ou se estas as desenvolverem apenas “por fazer a vontade” aos/às profissionais, não terão os resultados desejados; não terão efeito nenhum.</p> <p>Desta forma, e não obstante ao que anteriormente foi mencionado, apesar das atividades poderem ter todo o interesse para os/as participantes, a decisão de não-participação deve ser sempre respeitada, pelo simples facto de que cada participante tem a liberdade de escolher o que pretende ou não fazer.</p>

Encontro nº 3	
Local	CC
Data e hora	21/3/2023; 14h30 – 16h30 (cerca de 2h)
Objetivos	Reatar laços grupais; Conhecimento intra-grupal; Partilha de situações.
Descrição	<p>Eram 14h30 quando vim encontrar algumas das senhoras sentadas na sala de espera – a Senhora F e a Senhora P. Esperamos mais um pouco, aguardando por mais participantes. Pouco passava das 14h40 quando a Senhora M e a Senhora C chegaram, juntas, porque “encontramo-nos na rua e viemos as duas”. Após esta chegada, decidimos que seria a hora certa para subirmos até “à sala do costume”.</p> <p>Tal como o habitual, seguindo os parâmetros dos últimos encontros, o mesmo iniciou-se com as partilhas sobre a semana de cada uma. Partilhei com o grupo o meu novo emprego, explicando-lhes o quão desafiante seria para mim iniciá-lo, começar a intervir com um grupo de pessoas com as quais nunca tinha lidado. O grupo mostrou-se muito feliz e muito confiante com esta minha nova conquista, mas a questão da continuidade do grupo foi levantada pela Senhora C: “Catarina, mas então se vais começar a trabalhar noutra sítio, já não vais estar connosco? Os encontros vão deixar de existir?”. Expliquei-lhes que, apesar deste emprego ser a tempo inteiro, o grupo iria continuar com o mesmo dia e horário de encontros, tendo sido uma condição que eu coloquei para ficar com o posto de trabalho. Após a minha partilha, algumas destas mulheres fizeram alguns comentários sobre os seus aspetos quotidianos e sobre as suas famílias.</p> <p>Terminadas as partilhas, questionei-as sobre a atividade de dinâmica de grupo que tinha ficado pendente desde o último encontro. Referiram que “não vale a pena, somos nós as quatro só... E já nos vamos conhecendo!” (Senhora L).</p>

	<p>Sentindo alguma resistência por parte destas mulheres, questionei-as sobre a continuidade destes exercícios, pelo que me foi dito que “não gosto destes jogos que às vezes fazemos [exercícios de dinâmica de grupo], porque não conversamos só? Às vezes só quero poder conversar com alguém que sei que me vai tentar ajudar” (Senhora F). Depois desta partilha, ficou acordado que os exercícios de dinâmica de grupo não iriam ser mais algo que eu sugerisse, pelo que iríamos ficar pelos projetos de artes manuais e pelo diálogo e a partilha como principais estratégias. Caso alguma coisa fosse alterada, seria dialogado e discutido em grupo antes que alguma decisão fosse tomada de forma definitiva. Assim, e tendo sido estas as mulheres presentes no último encontro, avançamos para a entrega do material que tinha trazido.</p> <p>Mostrei-lhes as linhas e agulhas que lhes trouxe e mostrei-lhes algumas ideias de projetos que podíamos fazer para a Páscoa, sendo que foram retiradas algumas ideias para os mesmos. O grupo mostrou-se muito sensibilizado, querendo contribuir com algum dinheiro para a compra do material necessário. Ficou acordado que, se tivessem essa vontade, podiam organizar-se dessa forma numa próxima vez, ou caso queiram continuar a encontrar-se e a fazer algumas coisas através das artes manuais. Também a Senhora F trouxe vários materiais (linhas, botões, tecidos) que tinha por casa e que podiam ser utilizados por todas as mulheres do grupo, caso necessitassem.</p> <p>Fomos iniciando alguns dos trabalhos de artes manuais à medida que íamos conversando, sendo que discursos como “o tempo parece que não passa em casa se eu estiver parada, então parece que estou sempre a pensar em coisas más” (Senhora L), sendo corrente também ouvir-se frases como “eu não tenho idade para aprender essas coisas!”, “não vou saber fazer isso” e “isso parece muito difícil, F! Não sei se vou conseguir aprender” (Senhora P). No meio de tudo isto, a Senhora C partilhou um momento muito triste da sua semana: o seu cão de toda a vida morreu com cancro. Para além desta questão, a Senhora C tinha estava preocupada com o luto do seu filho, referindo que o mesmo podia</p>
--	--

não estar a lidar muito bem com esta perda. O grupo acolheu a dor da Senhora C, dando-lhe algumas sugestões para tentar atenuar a sua dor. No decorrer desta conversa, a Senhora M. sentiu-se incomodada com o assunto da morte, afirmando que iria ter de sair, caso o assunto continuasse. O grupo, compreendendo a perda recente que a Senhora M tinha sofrido, terminou o assunto por ali.

No final, e surgindo a necessidade de nos mantermos em contacto de uma forma direta e sem intermédio do CC, foi sugerido que criássemos um grupo na rede social *Whatsapp*. Numa partilha de um modelo em croché, a Senhora F sugeriu à Senhora C que trocassem contactos para que, pelo *Whatsapp*, pudessem trocar modelos, receitas e conversar entre si de uma forma mais imediata e sem ter de esperar pela semana seguinte, seguindo-se a este convite, o convite a todo o grupo, referindo poder também ser um meio para “nos informar de alguma coisa mais em cima da hora.” Depois disto, trocaram entre si os números de telefone sendo, em seguida, sugerido que fosse eu, “porque és mais nova e desenrascas-te com isso melhor que nós”, a criar o grupo na rede social. Este pedido foi imediatamente aceite, pelo que se deu à criação do mesmo na hora.

Sendo obrigatório a criação de um nome para o grupo de *Whatsapp*, foi lançado o desafio de ser o grupo a escolhê-lo. Foram várias opções discutidas nomeadamente: “as maravilhosas”, “as persistentes”, “as incríveis”, sendo a mais consensual e unânime “As habilidosas”. Quando questionadas sobre o porquê deste nome, a Senhora F referiu “porque embora às vezes não consigamos fazer tudo aquilo que queremos, com um empurrãozinho arranjamos sempre uma forma de chegarmos lá; somos umas habilidosas!” Todas levaram o novelo escolhido e a agulha, para o caso de quererem trabalhar a partir de casa, prometendo trazer o que fizessem na próxima semana.

Avaliação	<p>Este encontro levou-me a refletir sobre o poder das palavras, da escuta, da conversa. Por vezes, por muitas atividades que possamos planejar ou prever, nada se compara ao poder que uma simples conversa pode ter. Nem sempre tudo tem de ser fixo e com evidências físicas de como, quando, onde aconteceu. Não são sempre necessárias atividades, materiais, grandes palestras com especialistas em temas pertinentes... Às vezes só precisamos de ter um espaço seguro, livre de preconceitos, que nos permita expressarmos e debater temas à nossa escolha. Às vezes, só precisamos de alguém que esteja disponível para nos ouvir.</p>
-----------	---

## G – QUADRO-SÍNTESE DA AVALIAÇÃO DE CONTEXTO

Problemas	Indicadores	Necessidades
1. Fechamento no seio familiar e consequente isolamento social	<p>“Preciso de sair de casa”</p> <p>“Fico sempre em casa a arrumar o que está arrumado”</p> <p>“Ficar em casa, a pensar em coisas más... Não!”</p>	<p>1.1. Ocupação de tempos livres.</p> <p>1.2. Criação de novos laços e redes de apoio significativas (para além da família).</p>
2. Baixa autoestima e desvalorização das suas capacidades e competências	<p>“Eu não tenho idade para aprender essas coisas!”</p> <p>“Não vou saber fazer isso”</p> <p>“Ó Catarina, eu não sou boa a fazer isto... Não sei se vou conseguir aprender”</p>	<p>2.1. Integração num espaço de partilha e socialização.</p> <p>2.2. Desenvolvimento de expetativas positivas sobre si próprias e sobre as suas capacidades.</p>
3. Dificuldade com as burocracias dos serviços públicos e estaduais portugueses	<p>“Nunca sei o que fazer e o onde entregar o quê”</p> <p>“São tantos serviços que nunca sei onde ir, e agora com estas mudanças muito menos”</p> <p>“Preciso de inscrever a menina na creche para poder trabalhar mas não sei como”(D)</p>	<p>3.1. Conhecimento acerca dos serviços e respostas existentes na comunidade.</p>
4. Preconceito e desvalorização da sociedade para com as	<p>“(…) As pessoas olham sempre de lado por virmos aqui buscar comida , por exemplo”</p>	<p>4.1. Trabalho na comunidade e no CC de forma a combater estereótipos.</p>

famílias acompanhadas em SAAS*.		
---------------------------------	--	--

**\*Problema 4:** Não foi priorizado devido à pouca relevância que as participantes atribuíram ao mesmo aquando da sua comparação com os restantes.

Recursos	Potencialidades
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>Humanos</u>: Investigadora/interventora; RH do CC, nomeadamente, dois/duas técnicos/as do SAAS.</li> <li>- <u>Materiais</u>: Sala 2 do CC (mesas, cadeiras, quadro branco e marcadores), materiais necessários a cada arte manual (linhas, agulhas, tesouras, panos, papel químico); Computador para planeamento das sessões; Espaços complementares do CC.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Boa relação entre as participantes do grupo</li> <li>- Empatia e compreensão pelas situações das colegas.</li> <li>- Sentido de humor e sentido crítico sobre as situações/problemáticas sociais que têm sido abordadas em grupo.</li> <li>- Solidariedade e entreajuda.</li> <li>- Consciência dos problemas existentes.</li> </ul>

## H – REGISTO DOS ENCONTROS COM A SENHORA D

O presente apêndice diz respeito aos encontros com a Senhora D até março de 2023, momento em que deixou de estar contactável e disponível para estar em projeto. Estes encontros decorrem entre 04 de janeiro e 14 de março de 2023, sendo descritos no quadro abaixo.

Registo nº 1	
Local	CC
Data e hora	04 de janeiro de 2023, das 10h30 às 11h.
Descrição	<p>Tal como telefonicamente combinado com a Senhora D, esta apresentou-se no CC por volta das 10h30 na companhia da sua filha M. Não sabendo bem o porquê de estar ali, reconheceu-me e cumprimentou-me quando me viu.</p> <p>Entrei com ela numa das salas disponíveis no CC, e pedi que se sentasse onde quisesse. Comecei por lhe explicar o porquê do nosso encontro. A senhora D, sendo de um país estrangeiro, fez-me várias questões sobre o que era o Mestrado e porque tinha de fazer este tipo de projetos, sendo muito curiosa por “no meu país não ser assim”.</p> <p>Após esta partilha e explicação, a Senhora D foi muito explícita quando me referiu precisar de ajuda com as burocracias que existiam em Portugal porque não compreendia muitas das coisas que lhe pediam. Assim, referiu que o seu filho mais velho, U, ainda não tinha a sua situação regularizada no SEF pelo que isso seria a prioridade dela, a par com o facto de não conseguir inscrever a sua filha M, de 2 anos, numa creche gratuita, permitindo-lhe estar disponível para um emprego fixo e seguro.</p> <p>Para além disto, manifestou também algumas dificuldades em “coisas rotineiras” como “levar a minha filha a uma consulta no hospital” do distrito</p>

	<p>vizinho, não sabendo que transportes existem e como chegar lá sozinha, e não tendo ninguém que a oriente nesse sentido.</p> <p>Embora com a barreira linguística, foi claro a capacidade da senhora D de identificar exatamente aquilo que necessitava e foi capaz de compreender o que eu estava a propor, questionando sempre que tinha alguma dúvida.</p> <p>Assim, foi possível perceber quais as necessidades principais da senhora D, tendo sido a própria a identificá-las. Foi então possível acordar que poderíamos estar juntas pelo menos uma vez por semana, se ela conseguisse, para tentarmos perceber o que fazer relativamente às situações que a própria me apresentou.</p>
--	---

Após o primeiro encontro com a Senhora D, no âmbito do conhecimento da realidade de cada uma das participantes, e onde a mesma identificou claramente a sua principal necessidade e o grande problema que tinha que resolver – a burocracia – os contactos com esta mulher foram muito irregulares e realizados com muita dificuldade. Apesar de ter aceite caminhar comigo neste projeto, começou a ser muito difícil contactá-la, quer de forma direta – através do meu contacto telefónico pessoal – quer através do próprio CC. No entanto, no dia 6 de fevereiro, foi possível falar com a Senhora D por chamada telefónica, sendo combinado que iria até ao CC no dia seguinte para falar comigo. Inicialmente tínhamos combinado às 10h, mas por pedido da Senhora D, reagendamos às 11h.

Registo nº 2	
Local	CC
Data e hora	07 de fevereiro de 2023, das 11h às 11h45.
Descrição	<p>A Senhora D encontrou-se comigo no CC, por volta das 11h, trazendo, como habitual, a sua filha M, com 2 anos. Vinha muito apressada e tinha muitas questões para me colocar. Explicou-me muito rapidamente que não tinha vindo antes porque a filha M tinha estado doente e que me tinha pedido para remarcar a hora porque a “menina gosta de dormir até tarde de manhã”. Após esclarecer que não havia problema, questionei-a sobre o problema de saúde da menina e sobre a data da consulta. Quando me disse que estava “tudo igual, estou a ficar desesperada porque não sei onde ir para me darem informações”, perguntei-lhe se tinha os documentos da filha M e se queria que ligasse, em conjunto com ela, para o Hospital onde a consulta ia ser marcada. A resposta a ambas as perguntas foi positiva, tendo-me pedido para ser eu a realizar a chamada, para “perceber como se faz”. Então, colocando o telefone em alta voz (atendendo a que tínhamos toda a privacidade necessária), marquei o número e realizei a chamada, escrevendo num papel todos os passos necessários para chegar até à linha correta. No final da chamada, percebemos que a consulta ainda não tinha data mas que a previsão seria final de junho. No entanto, expliquei à Senhora D que podia ligar para aquele número de telefone sempre que precisasse de saber alguma coisa relacionada com as consultas, seguindo os passos que escrevi no papel durante a chamada.</p> <p>Questionada sobre o seu filho U, a Senhora D referiu que o mesmo precisava de uma consulta de psicologia mas que, por não estar com a situação regularizada no SEF, não possuía número de identificação da segurança social e, portanto, não podia ser acompanhado de forma gratuita. No entanto, disse-me também que tinha ido à Câmara Municipal há cerca de um mês para</p>

	<p>perceber se haveria forma do município a ajudar (visto terem um serviço de psicologia gratuito) e que a tinham contactado naquele mesmo dia para o filho U ir a uma consulta no dia seguinte, o que a deixava mais descansada. Relativamente à situação do SEF e da regularização da situação do filho U, comentou também que se tinha dirigido ao serviço de atendimento de um concelho vizinho mas que estes se tinham recusado a atendê-la, não lhe dando “chance de me explicar, de dizer que não consigo marcar atendimento nem por telefone nem por email”.</p> <p>Tendo já algum conhecimento prévio sobre a Senhora D, questionei-a sobre as suas motivações para vir para Portugal. A Senhora D explicou que veio para Portugal no final de 2019 à procura de uma vida melhor. Em 2020, o filho U veio visitá-la e, devido à pandemia por COVID-19, não conseguiu regressar ao seu país de origem. Em 2021 engravidou da sua filha e por problemas de saúde cardíacos associados à gravidez, deixou de conseguir trabalhar. Revelou ainda que tem muita vontade de voltar a trabalhar, mas que “não consigo porque não tenho quem me fique com a menina”. A sua amiga faleceu no ano de 2022 e o pai da filha M não vive perto para a conseguir auxiliar, tendo esta relação terminado pouco tempo depois da menina ter nascido.</p> <p>Terminamos o nosso encontro após esta pequena conversa porque o filho U contactou a mãe, dizendo que teria saído mais cedo da escola e questionando-a se o podia ir buscar. Assim, combinamos continuar a tentar resolver a situação do contacto com o SEF, sendo que eu iria também procurar alternativas de contacto.</p>
--	---

Registo nº 3	
Local	CC

Data e hora	23 de fevereiro de 2023, das 11h ao 12h.
Descrição	<p>Por volta das 11h, a Senhora D apresentou-se no CC para o nosso encontro, trazendo consigo a pequena M. Como o habitual, questionei a Senhora D relativamente às suas semanas. Ela respondeu-me que tem andado “desanimada” porque “não vê saída para a situação do menino” [filho U]. Expliquei-lhe que diligências têm sido feitas, quer por mim, quer pelos/as profissionais do SAAS, desde há dois anos, e que havíamos de arranjar uma solução! Questionei-a sobre a consulta do filho, sendo que foi esta questão despoletou um assunto que ainda não tinha surgido: a educação parental. A Senhora D começou por partilhar algumas das rotinas que tem com os filhos M e U, explicando que a menina tem “rotinas de sono e de alimentação muito complicadas”: “deita-se tarde e depois dorme até às 10h” e “não come nada sem fazer birra”. Referiu também que a idade do filho U e a diferença de idades entre ele e filha M acabam por dificultar muito o relacionamento dos dois pois “ele é muito bruto com ela, não tem noção do cuidado que precisa de ter com ela e ela, às vezes, quer brincar e ele é brusco”.</p> <p>Expliquei-lhe, com algum cuidado, que é normal haver tensões entre irmãos com tantos anos de diferença, mas que podemos tentar compreender mais sobre isso e perceber se essas tensões podem ser atenuadas de alguma forma. Propus-lhe também que falasse com a psicóloga do filho U e que lhe explicasse estas dificuldades e estes comportamentos do menino, disponibilizando-me para ir lá com ela, caso esta considerasse necessário. Tentamos também, em conjunto, perceber que a fase desenvolvimental do seu filho (a pré adolescência) é uma fase de mudança, com muitos altos e baixos e onde ele começa a querer alguma independência e algum espaço pessoal.</p> <p>Para além disso, falamos também de alguns hábitos que são importantes criar com a sua filha M, nomeadamente as rotinas do sono. No entanto, avisei</p>

	<p>a Senhora D que apenas lhe poderia dar algumas dicas para perceber se estas funcionavam com a filha M, mas que era importante falar com o médico pediatra que a acompanhava. A Senhora D entendeu a informação passada, tendo dito que já tinha tentado algumas destas dicas e que não resultavam, mas que iria tentar as restantes, referindo ainda que ia abordar a questão do sono com o pediatra na próxima consulta.</p> <p>Por fim, referiu que queria ajuda para contactar as creches da localidade, de forma a perceber se seria possível inscrever a filha M em alguma, e o que seria necessário para isso. Assim, marcamos novo encontro no dia 14 de março, para resolvermos estas questões.</p>
--	--

Registo nº 4	
Local	CC
Data e hora	14 de março de 2023, das 11h ao 12h.
Descrição	<p>Reuni com Senhora D novamente com o objetivo de percebermos como se realizavam as inscrições na creche e que documentos eram necessários para a mesma. Em conjunto, fizemos uma lista das creches mais próximas da casa da Senhora D de forma que esta se pudesse deslocar até elas a pé. De seguida, recolhemos os contactos das mesmas e começamos a contactá-las. A Senhora D referiu que já tinha tentado dirigir-se a algumas creches, mas que lhe tinham dito imediatamente que não. Quando a questioneei o porque dessa negação, esta disse-me que “não sei, mas quando perceberam que não falava bem o português mandaram-me embora sem me explicar nada”.</p>

	<p>No final dos contactos, percebemos que a única hipótese que a Senhora D e a filha M teriam seria se realizassem as inscrições em abril, sendo que a filha M apenas entraria na escola em Setembro. Então, combinamos encontrarmo-nos, senão antes, no mês de abril para realizarmos as inscrições via <i>online</i>.</p> <p>Aproveitamos para voltar a contactar de novo o Centro Hospitalar devido à consulta da filha M: desta vez, foi a própria Senhora D que o fez, embora ainda com o meu apoio. A resposta continuou a mesma – a consulta foi requerida, mas ainda não foi marcada e estaria atrasada, tendo sido aconselhada a que voltasse a contactar no prazo de 15 dias.</p> <p>Relativamente à situação do filho U, a Senhora D contactou uma associação de migrantes mas que apenas acompanhava emigrantes e não imigrantes. No entanto, indicaram-lhe outra associação que a poderia ajudar com a burocracia num dos concelhos vizinhos. Ainda assim, a Senhora D iria com o seu filho U até ao SEF do concelho vizinho para perceber se existia forma de ser atendida ou de marcar um atendimento sem ser via telefónica. Tinha também algumas dúvidas sobre a nova legislação relacionada com o SEF e com os procedimentos de imigração, que procuramos perceber em conjunto. Ficamos também de perceber que alternativas poderiam existir para o caso do filho U junto de uma advogada, sendo que assim que houvesse notícias a contactaríamos.</p>
--	--

A partir do dia 14 de março, deixou de ser possível manter o contacto com a Senhora D. Embora tenham sido efetuadas várias tentativas de contactos telefónicos, em vários momentos, nenhum destas foi um sucesso. Daquilo que me foi possível apurar, a Senhora D também não tem recorrido ao CC ou ao próprio SAAS, não sendo possível perceber o seu motivo de desistência.

## I – CALENDARIZAÇÃO DOS ENCONTROS NO ÂMBITO DA AÇÃO 1

Calendarização da Ação I	
Data	Conteúdo
04/abril	Planeamento da calendarização do grupo.
11/abril	Pesquisa coletiva em livros de artes manuais. Organização das páginas dos livros. Bordados livres e ponto cruz.
18/abril	Bordados livres e ponto cruz. Organização do livro. Valorização pessoal.
2/maio	Apresentação de trabalhos. Reconhecimento de competências. O término do grupo com a minha presença.
9/maio	Organização do material necessário. O papel da mulher – valorização pessoal. Família – a sua importância.
16/maio	Preparação da exposição – Onde? Família e individualidade. Autoestima e valorização das suas próprias capacidades.
23/maio	Resolução do problema do espaço da exposição. Preparação da capa do livro para a exposição. Debate sobre a valorização pessoal.
30/maio	Espaço para a exposição. Reflexão sobre a individualidade na família. Cartaz da exposição – construção.
6/junho	Preparação de material para a exposição: organização do espaço e escolha das peças. Construção da capa do livro.
13/junho	Preparação da exposição: montagem do livro de apresentação.
20/junho	Montagem da Exposição e abertura à comunidade.
27/junho	Desmontagem da Exposição. Reflexão final.

## J – QUADRO-SÍNTESE DO DESENHO DE PROJETO: OBJETIVOS E AÇÕES

<b>Finalidade</b>	Promover o bem-estar, a autonomização e a socialização das mulheres de famílias em risco de isolamento social.	
<b>Objetivos Gerais</b>	<b>Problema correspondente</b>	<b>Objetivos Específicos</b>
1. Potenciar a partilha de competências e interesses pessoais em grupo.	Problema 1  Problema 2	1.1. Reconhecer os seus interesses como forma de ocupação e valorizá-los. 1.2. Partilhar os seus conhecimentos com outras pessoas/ com a comunidade à sua volta. 1.3. Planear e organizar atividades/ações.
2. Ampliar a rede de relações.	Problema 1  Problema 3	2.1. Participar de forma ativa nos encontros em grupo. 2.2. Reconhecer as instituições locais para onde se dirigir, caso necessitem de ajuda. 2.3. Criar e consolidar redes de suporte social, contrariando a tendência para o fechamento no seio familiar.
3. Potenciar a autoestima das mulheres.	Problema 2  Problema 3	3.1. Participar nos momentos de partilha do grupo. 3.2. Identificar aspetos positivos individuais e das colegas de grupo. 3.3. Sentirem-se mais valorizadas e confiantes em si próprias.

Estratégias utilizadas/ a utilizar:
<p>Rentabilização de recursos da comunidade.  Momentos de partilha, debate e reflexão.  Conversas intencionais  Entre outras... (sempre assentes na relação de proximidade, confiança e ajuda).</p>

Ações	
Ação I: Grupo "As habilidosas"	Ação II: "Conhe(ser) o Mundo"
Encontros grupais, de carácter semanal (3ªf) e com duração de 2h (14h30-16h30).	Encontros individuais pontuais, para responder a necessidades específicas.

## K – REFLEXÃO E ANÁLISE DA NÃO REALIZAÇÃO DA AÇÃO

### 2

A Ação 2 surgiu no âmbito dos encontros com a Senhora D e a Senhora A, e foi planeada para acompanhar de uma forma mais individual estas mulheres. No entanto, com o surgimento da Ação 1 e a integração da Senhora A no grupo, esta considerou que não seria necessário continuar a encontrar-se individualmente comigo. Decisão esta que era compreensível também para mim, enquanto investigadora. Com esta integração da Senhora A, esta ação apenas era dirigida à Senhora D.

Tal como mencionado em corpo de texto do presente relatório, a Senhora D deixou de estar contactável e de comparecer aos encontros no CC após o quinto encontro, em meados de março. Desistências esta que não teve qualquer tipo de aviso prévio ou indicador de que iria acontecer. Assim, aquando da minha dificuldade em contactar a Senhora D, conversei com o/a seu/sua profissional de proximidade do SAAS, explicando-lhe a situação e questionando-a se tinha comunicado com a Senhora D de alguma forma. Quando a resposta foi negativa, optei por tentar o contacto via CC, utilizando com a devida autorização, o contacto institucional; contacto este que também não obteve sucesso.

Foram várias as tentativas de contacto efetuadas, quer pelo contacto institucional, quer pelo meu contacto pessoal – todas sem sucesso. Assim, e tendo em atenção que os problemas mencionados por esta senhora já eram do conhecimento do/a seu/sua profissional de proximidade, optei por comunicar a este/a profissional os passos que tinham sido dados em torno dos problemas que a Senhora D identificou e quais eram os próximos passos planeados em conjunto com a mesma. Partilhei também as informações legais e logísticas que tinha conseguido, através da minha frequência numa formação sobre as mudanças legais na migração, articulando com o/a mesmo/a no sentido de, caso a Senhora D voltasse ao SAAS, este/a profissional pudesse continuar a dar resposta a estes problemas e o acompanhamento pudesse ser continuado no tempo.

Este “desaparecimento” da Senhora D foi algo que me preocupou, não pela sua participação concreta no projeto, mas pela ligação que eu considerava ter com esta família. Tendo já sido alguém que colaborou com esta senhora, e conhecendo parte da sua história, este “corte” de relação foi, para mim, algo difícil de gerir numa fase inicial. Não sabendo que estava a acontecer, esta desistência foi uma forma de avaliar de uma forma mais exaustiva a minha prática. Refleti, com muito afinco e dedicação, sobre aquilo que poderia ter feito de forma diferente, sobre os aspetos que poderia melhorar. Reflexão esta que me levou a outra: a escolha das participantes de não participarem, a liberdade de escolha.

À data de entrega do presente relatório, esta senhora ainda não tinha comparecido no SAAS, não sendo possível contactá-la.

## L – REGISTOS FOTOGRÁFICOS DO PROJETO

Fotos tiradas ao longo dos encontros













Sapatinhos oferecidos pela Senhora F



Cartaz da exposição (com as informações do local ocultas)



*As habilidosas apresentam...*

# Exposição de artes manuais

*Quando um grupo de mulheres parte  
do amor pelas artes manuais para  
refletir sobre o (seu) Mundo.*

Este grupo formou-se no âmbito de um projeto de Mestrado em Ação Psicossocial em Contextos de Risco e teve como grande finalidade **promover o bem-estar, a autonomização e a socialização de mulheres de famílias acompanhadas no SAAS.**

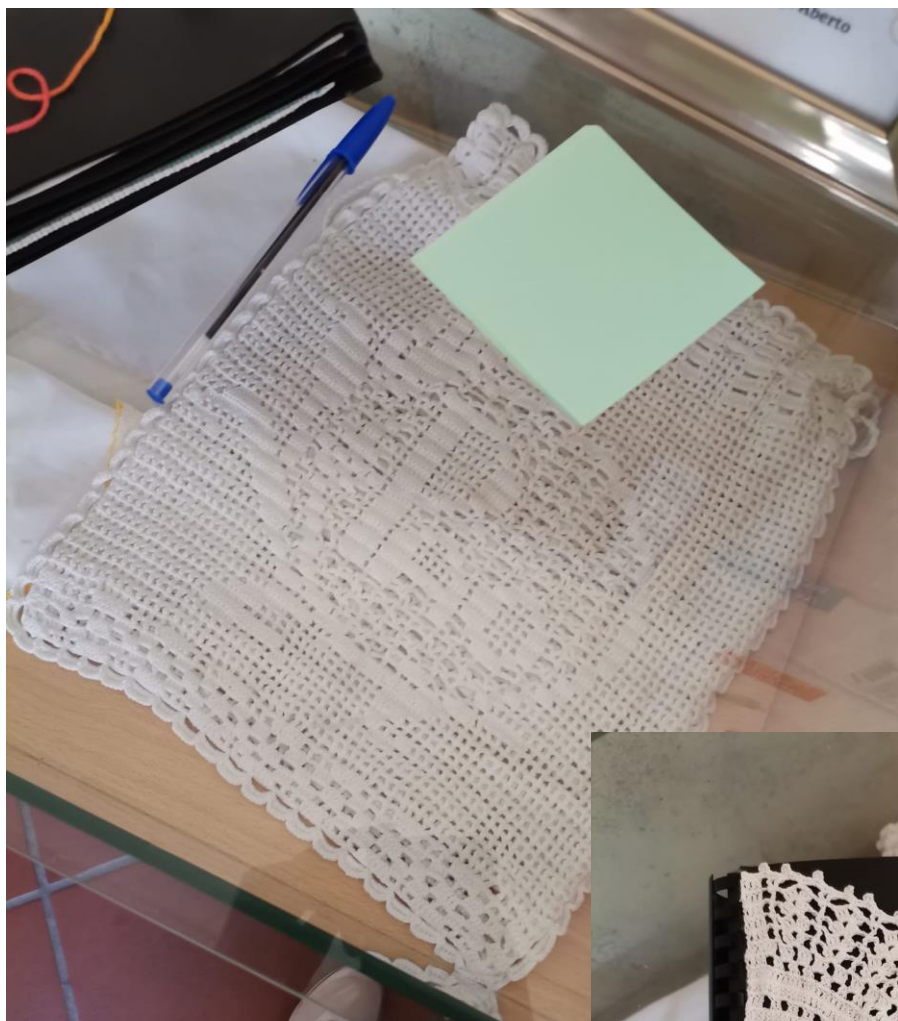
*Venha visitar-nos!*

**21 a 26 de junho de 2023**  
**Centro Comunitário**

# Kits distribuídos às "Habilidosas"

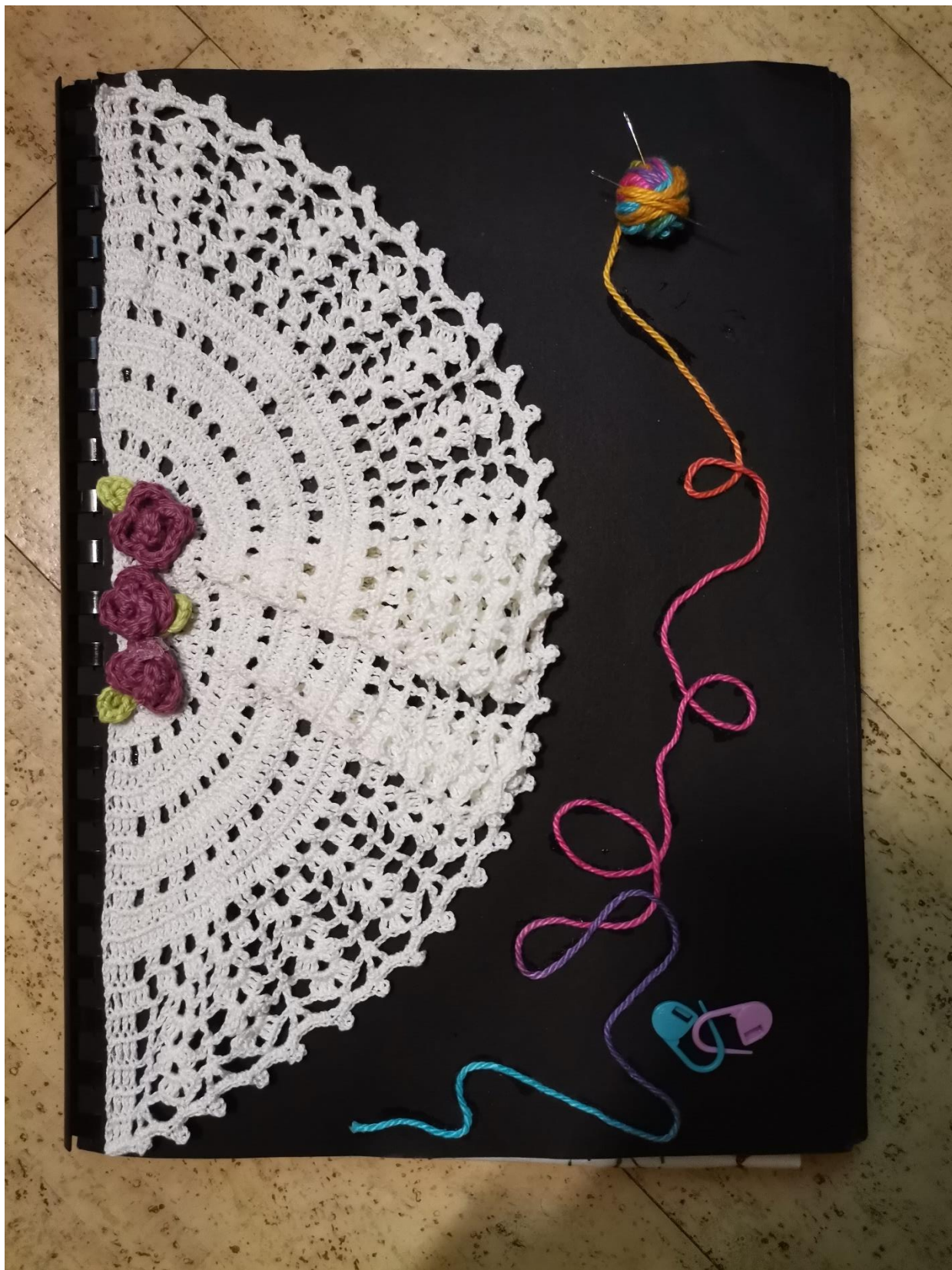


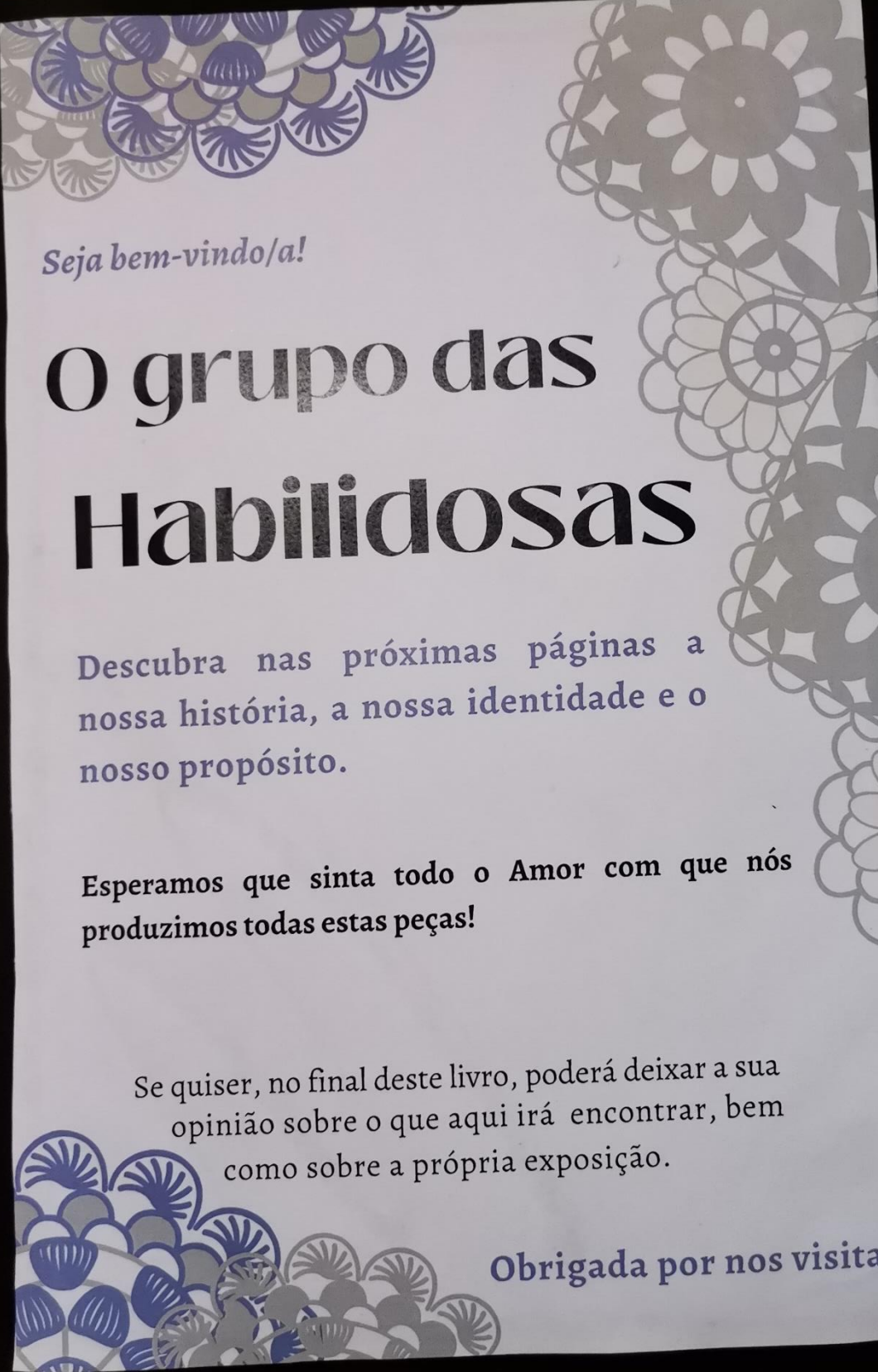
## Exposição











*Seja bem-vindo/a!*

# O grupo das Habilidosas

Descubra nas próximas páginas a nossa história, a nossa identidade e o nosso propósito.

Esperamos que sinta todo o Amor com que nós produzimos todas estas peças!

Se quiser, no final deste livro, poderá deixar a sua opinião sobre o que aqui irá encontrar, bem como sobre a própria exposição.

**Obrigada por nos visitar!**

O nosso grupo surgiu no âmbito de um projeto de Mestrado em Educação Social - Especialização em Ação Psicossocial e Contextos de Risco da nossa amiga Catarina, no mês de março de 2023.

Desde então, encontramos-nos semanalmente na Sala 2 do Centro Comunitário, que gentilmente colaborou connosco em todo o nosso caminho.

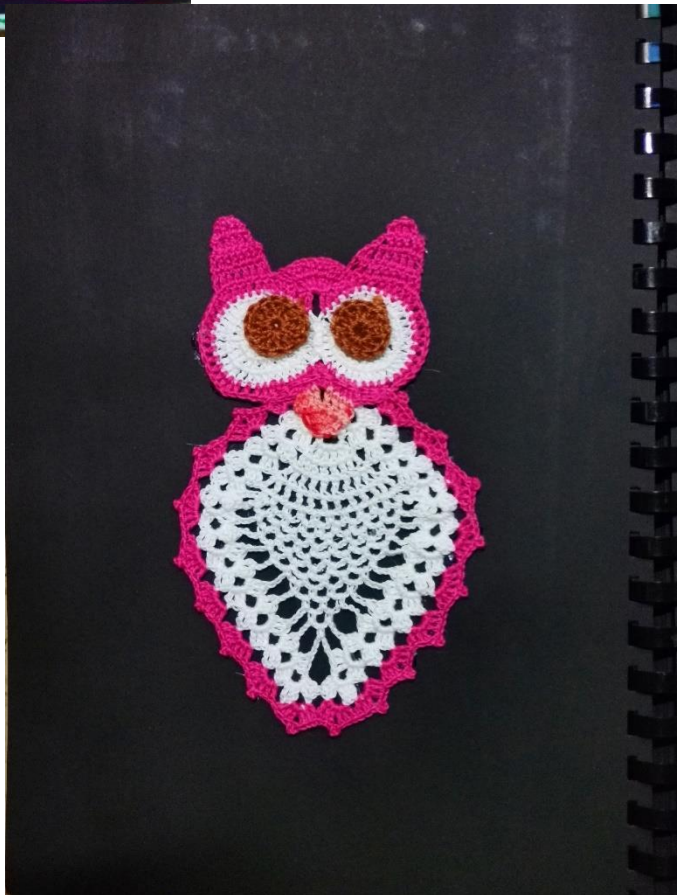
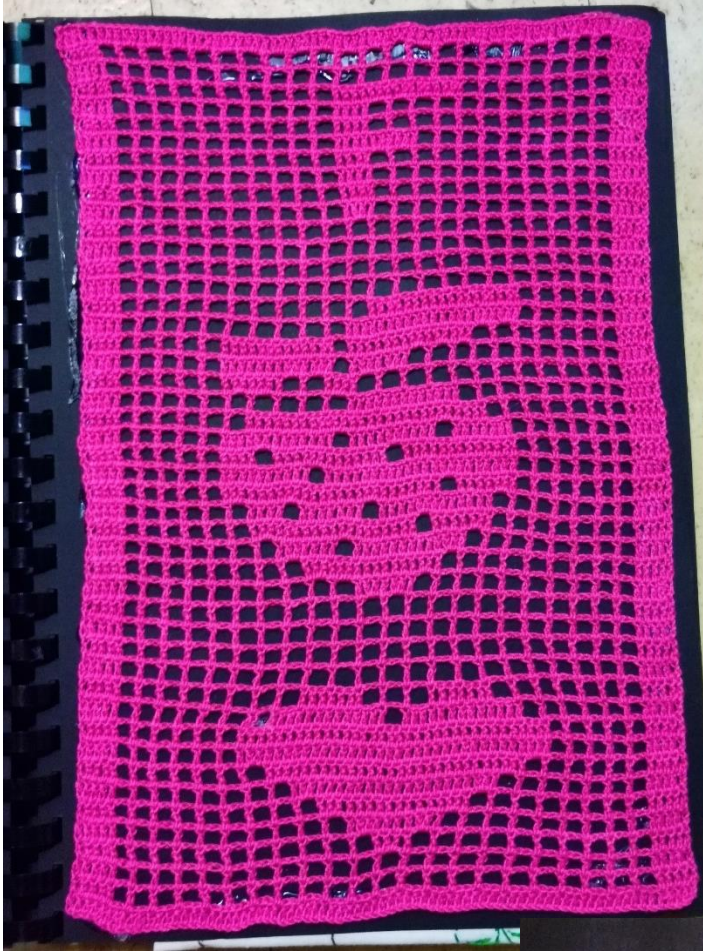
Juntamo-nos essencialmente pelo nosso amor pelas artes manuais, mas com vários outros objetivos, nomeadamente no combate ao isolamento social e ao fechamento sobre o seio familiar, à baixa autoestima e à desvalorização de capacidades.

Somos todas mulheres com alguma ligação ao SAAS deste Centro Comunitário e que, com muito orgulho, nos tornamos parte dele e da sua longa história.

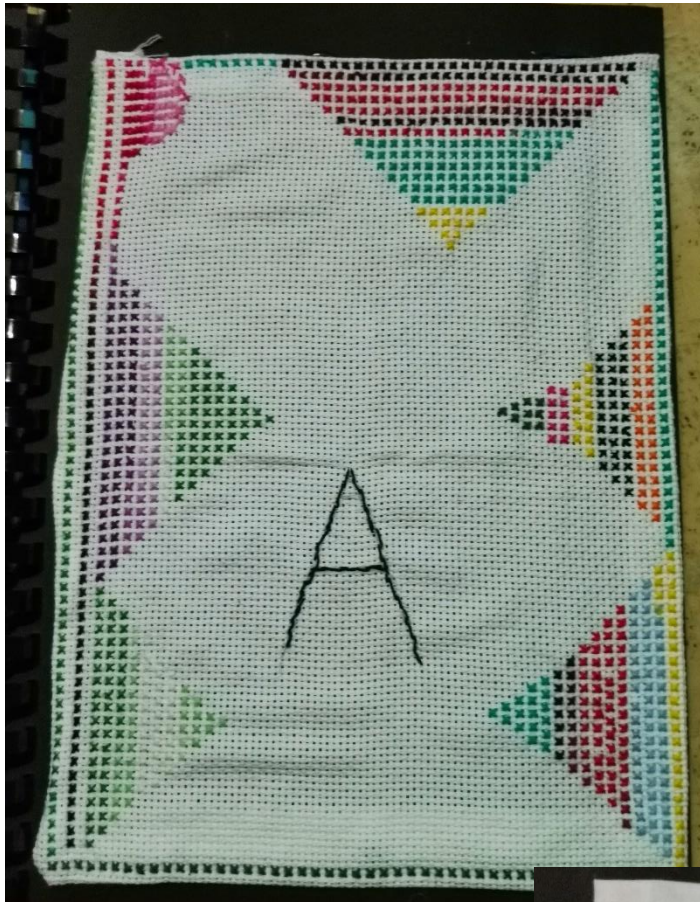
Nas próximas páginas poderá conhecer cada uma de nós um bocadinho melhor através (claro!) das nossas artes! Cada uma de nós é representada por uma letra de forma a manter a nossa identidade preservada e é assim que somos representadas em todas as atividades deste projeto.

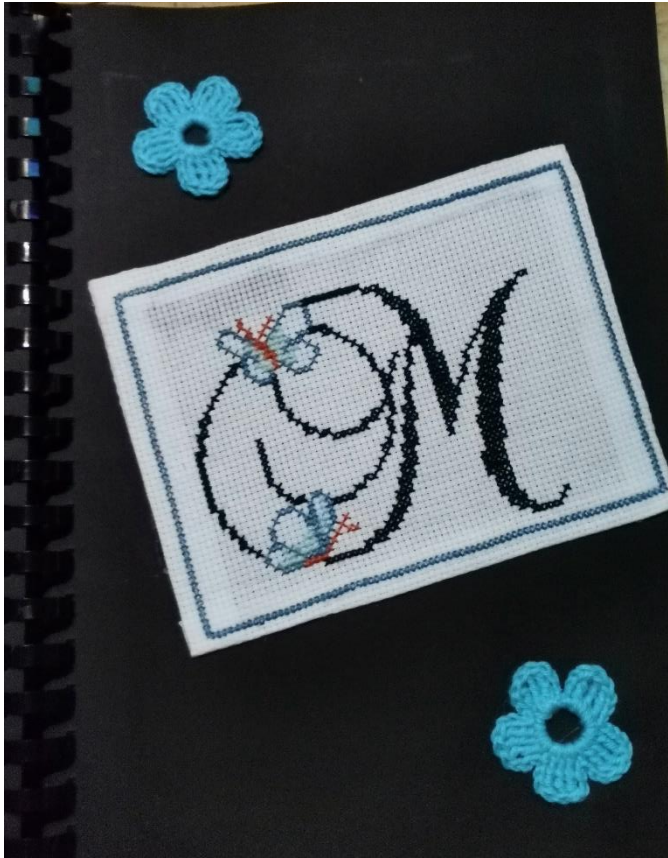
**Deixe-nos o seu comentário nas últimas páginas deste livro! Ficaremos muito felizes em saber o que tem para nos dizer!**

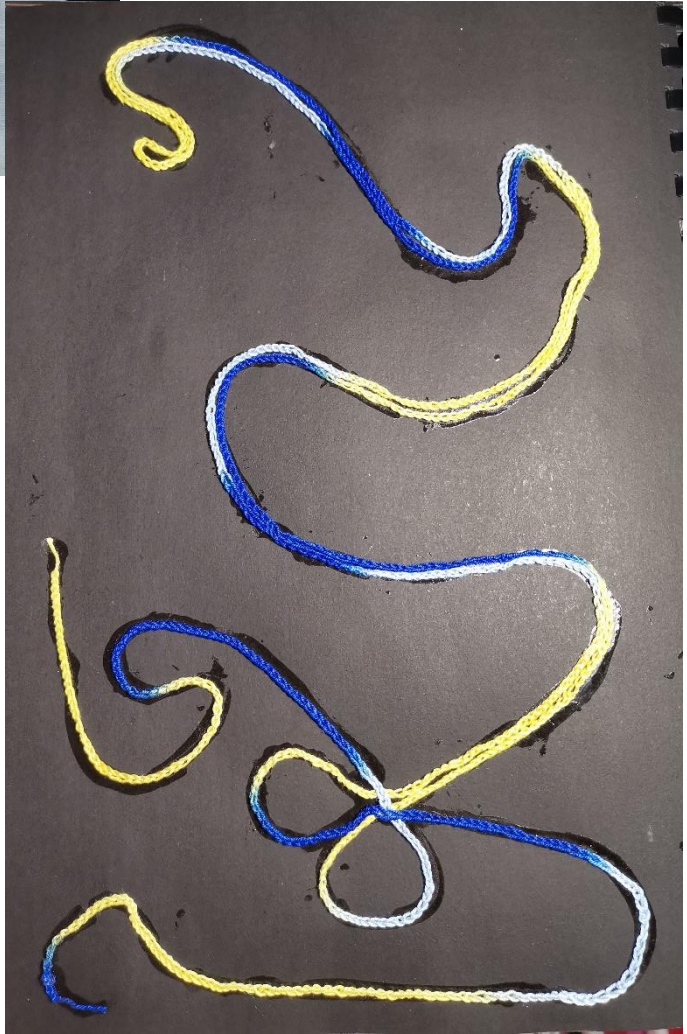


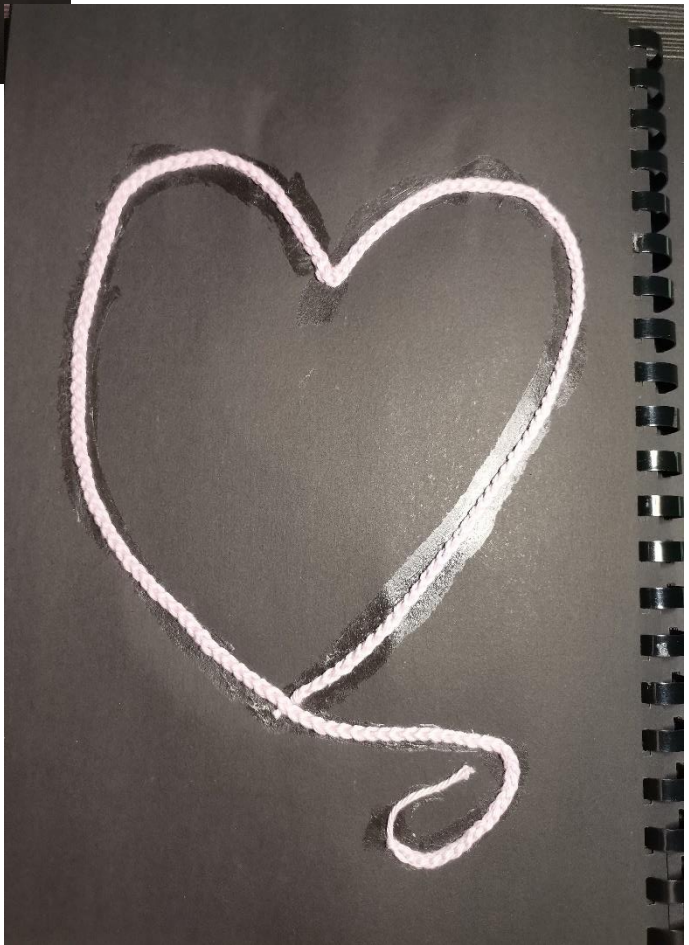
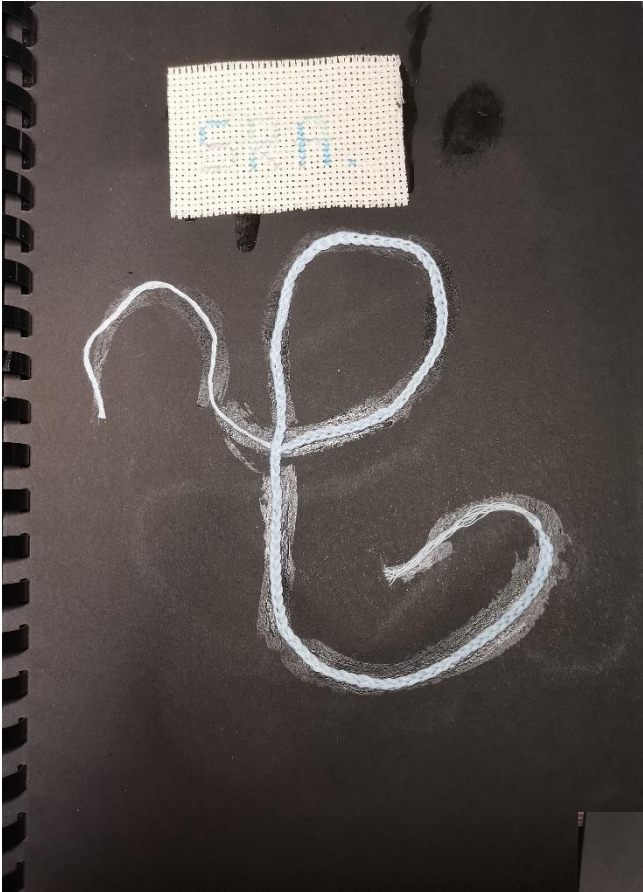












Deixe  
aqui o  
seu comentário!

A sua opinião é importante  
para nós!

Parabéns por  
terem a iniciativa de  
se juntarem.

Juntas somos mais  
fortes

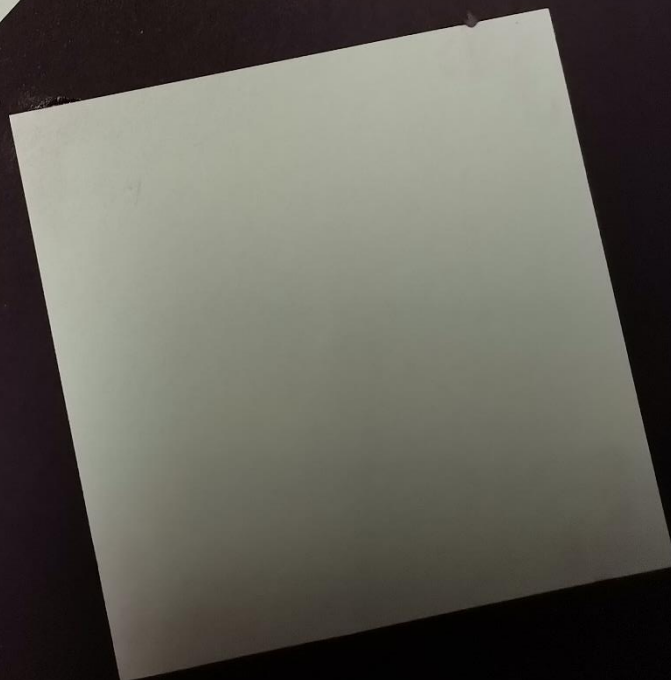
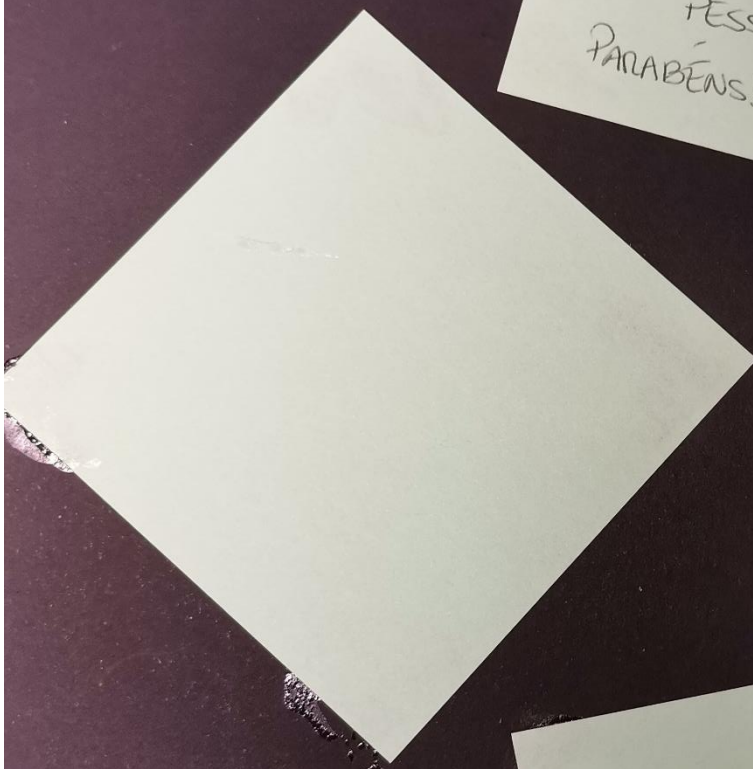
É bom sair  
da rotina.

Parabéns e  
força para  
continuar

Parabéns  
Pelo trabalho  
apresentado e  
continuem com esta  
motivação. Wladimir

Parabéns pela  
coragem!  
Continuem a  
enfocarem-se,  
por favor!

PROJETOS  
ASSIM  
SÃO MUITO  
IMPORTANTES!  
DÃO LIBERDADE ÀS  
PESSOAS TODAS!  
PARABÉNS!



Senhora P  
Para mim o grupo  
foi muito bom!  
Certei muito!  
Comuni com as minhas  
colegas e foi muito  
importante para  
mim!

"Para mim  
este grupo  
foi..."

A avaliação  
final das  
habilidades!

ADOREI ENTRAR NO  
GRUPO DAS HABILIDADES  
FOI MUITO BOM. ME  
DEU MUITO ANIMO.  
SAI DE CASA PARA  
CONVIVER E APRENDER  
COM AS HABILIDADES  
SR: F

O grupo foi muito  
bom para mim porque  
tivemos um bom convívio.  
Que venha mais!  
Foi um bom entretenimento!

Senhora L.

Para mim, o grupo  
foi um escape  
para a situação que  
me encontrava naquele  
momento, foram  
momentos de descentra-  
ção, companheirismo  
e partilha!

Senhora M.

As Habalidosas ajudavam-  
me a perceber o  
sentido de muitas  
coisas...

Este grupo foi  
sobre vários (re)Encontros

Obrigada

Catarina Fezzes

Foi um orgulho fazer parte  
deste grupo!

Permitiu-me sair de casa  
& fazer coisas que eu  
gosto: conversar!

Senhora A.

Amei fazer parte deste  
grupo, fazer trabalhos  
lindos, conversar,  
e rir muito!

Obrigada.

Senhora C

## M – QUADRO-SÍNTESE DOS INDICADORES DA AVALIAÇÃO FINAL (PRODUTO)

Indicadores de avaliação	
Desenvolvimento do conhecimento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorização das capacidades e competências individuais e do grupo.</li> <li>• Capacidade de tomar iniciativa.</li> <li>• Sentimento de utilidade, sentido de compromisso, responsabilidade e motivação.</li> <li>• Aprendizagens em grupo.</li> </ul>
Aumento e coesão da rede de relações	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalecimento de relações em grupo e criação de novos laços/relações.</li> <li>• Saída do espaço-casa, doméstico e familiar.</li> <li>• Reconhecimento e partilha com a comunidade do que foi realizado.</li> <li>• Sentimento de pertença, suporte e apoio.</li> <li>• Momentos de convívio, socialização, compreensão, respeito e empatia que não se cingiram aos encontros do grupo.</li> </ul>
Aumento da autoestima	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partilhas realizadas com o grupo</li> <li>• Confiança demonstrada nas suas capacidades e competências.</li> <li>• Criação de expectativas mais positivas sobre si, sobre os outros e sobre a vida.</li> <li>• Reconhecimento de competências e capacidades, próprias e dos outros.</li> </ul>

ESCOLA  
SUPERIOR  
DE EDUCAÇÃO  
POLITÉCNICO  
DO PORTO

P.PORTO

**M**

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

**(Re)Encontros: uma intervenção  
psicossocial com um grupo de  
mulheres**

Catarina de Oliveira Ferreira

