

Orientação

Agradecimentos

Agradeço,

Às pessoas idosas, pela participação, pela dedicação, pelo carinho e pelos desafios que me fizeram ultrapassar. Sem elas este projeto de investigação não seria possível;

À Dr.^a Ana Luísa Portela, à equipa técnica e aos restantes profissionais do Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento pela oportunidade, pelo espaço cedido e pelo apoio sempre presente;

À Escola Superior de Educação do Porto, pela formação académica e pessoal ao longo de cinco anos. Uma referência, a certeza de que hoje sou uma pessoa melhor!

Aos Professores Doutores Ivaneide Mendes, Hugo Monteiro e Deolinda Araújo pelos momentos de diálogo, pela partilha de ideias, pela reflexão e pelo questionamento construtivo;

À Doutora Maria João Carvalho, pela preciosa orientação, pelos momentos de partilha e de reflexão conjunta ao longo deste percurso. O seu questionamento crítico apelou à minha reflexão e proporcionou o meu crescimento pessoal e profissional;

À turma do Mestrado de Educação e Intervenção Social, em especial à especialização de Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos;

Aos meus pais, José Manuel Andrade Sousa e Conceição Pereira dos Santos de Sousa, especialmente à minha mãe que, apesar da distância, sempre transmitiu o seu apoio incondicional;

Ao Nuno Miguel Cruz Azevedo, pelo apoio e pelo amor incondicional demonstrado ao longo destes oito anos de namoro;

À Ana Sousa e Daniela Pinto, amigas, pela motivação e pelo apoio;

À Alexandra Forte, colega, pela consideração e pela partilha de bibliografia;

Ao ATL Fantasias, à Dr.^a Graça Santos, à Catarina Simões e à Mónica Leal pela compreensão e pelo apoio demonstrado;

A todos os meus familiares que, de alguma forma, apoiaram-me na conclusão desta etapa.

Resumo

O presente relatório apresenta o projeto desenvolvido na Casa-Acolhimento Santa Marta, cuja finalidade era a promoção de um envelhecimento ativo e bem-sucedido com vista à melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas que frequentam a resposta social de Centro de Dia.

O conhecimento coconstruído com as pessoas idosas e os profissionais da instituição permitiu a conceção e o desenvolvimento do projeto “Não nos deixem dormir...”. Sendo um projeto, elaborado em conjunto com os indivíduos, privilegiou os pressupostos da metodologia de investigação-ação participativa. Inerente a este posicionamento, incentivando a exploração e a rentabilização dos recursos e das potencialidades endógenas, bem como procurando atenuar ou resolver os problemas e as necessidades subjacentes, procurou-se tornar os sujeitos atores e autores das suas vidas.

Deste modo, partindo dos contributos e das necessidades dos idosos o projeto justifica a sua importância, designadamente pela realização de ações que proporcionaram um maior número de atividades de acordo com as suas expectativas e os seus interesses e que promoveram as relações interpessoais propiciando momentos de convívio e de diálogo, fomentando o auto e o hétero conhecimento, bem como o respeito mútuo entre os idosos.

De forma a sustentar a investigação e a intervenção, mobilizou-se contributos teóricos ligados sobretudo à terceira idade, que se tornaram essenciais na problematização, na reflexão e na ação. A concretização do projeto permitiu ainda uma constante reflexão acerca do papel do Educador Social junto da população idosa, bem como da pertinência da sua presença neste âmbito de intervenção.

Palavras-chave

Envelhecimento, Investigação-Ação Participativa, Participação, Educação de Adultos.

Abstract

The current report presents the project carried out at Santa Marta Nursing Home, with the purpose of promoting active and successful aging, thus improving the quality of life of the elderly that attended the social programme promoted by the Adult Day Care Centre.

The knowledge coconstructed with the elderly and with the staff of the institution allowed for the conception and development of the project “Don’t let us sleep...”. Since this project was created together with individuals, it favoured the assumptions of a participatory action research methodology. Considering this option and promoting the exploration and capitalization of endogenous resources and potentials, while also striving to mitigate or solve underlying problems and needs, one tried to transform the subjects into actors and authors of their own lives.

Thus, based on the contributions and needs of the elderly, the project justifies its importance particularly by carrying out actions that provided for a greater number of activities according to their expectations and their interests, which promoted interpersonal relationships by fostering moments of socialization and dialogue, fostering the knowledge of the self and of others, as well as mutual respect among the elderly.

As to support the research and the intervention, one mobilized theoretical contributions mainly connected to the elderly, which became essential for the problematization, the reflection and the action. The materialization of the project has also allowed for a constant reflection about the role of the Social Educator on the elderly population, as well as the pertinence of his/her presence in this scope of intervention.

Keywords

Aging, Participatory Action Research, Participation, Adult Education.

Nota prévia

O desenho e o desenvolvimento do presente projeto de Educação e Intervenção Social implicaram a minha integração no terreno enquanto investigadora e técnica superior de educação social. Deste modo, num primeiro momento, foi necessário escolher um contexto de intervenção e respetiva população, de acordo os meus interesses pessoais e profissionais.

Este processo de escolha do contexto e sua localização foi, em certa medida, condicionado pelo facto de ser trabalhadora estudante e de ser imprescindível continuar a conciliar os estudos e o trabalho. Neste sentido, a opção implicou um contexto geograficamente próximo do meu contexto laboral, surgindo a possibilidade de desenvolver um projeto nas seguintes instituições: a Associação Solidariedade e Ação Social (ASAS) de Ramalde, o Centro Condessa de Lobão (Centro de Atividades Ocupacionais) e o Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento.

Por conseguinte, foram realizadas reuniões de trabalho com a equipa técnica da instituição ASAS de Ramalde e da instituição Centro Condessa de Lobão, não sendo viável a realização do projeto por incompatibilidade de horários e por indisponibilidade de recursos humanos e físicos para acolher um projeto desta natureza.

Assim, o Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento, designadamente a Casa-Acolhimento Santa Marta, foi o meu contexto de intervenção, desenho e desenvolvimento do projeto.

Na primeira reunião com a diretora técnica (técnica superior de serviço social), esta revelou disponibilidade de acolhimento, partilha dos quotidianos da instituição e entusiasmo pela realização de um projeto deste âmbito. Esta disponibilidade e interesse demonstrado transmitiu-me tranquilidade pela possibilidade de continuar a conciliar o meu trabalho e os estudos e motivou-me por ser um contexto diferente e com o qual ainda não tinha estabelecido

contacto. Numa fase posterior, foi concedido autorização de publicação dos dados, da logomarca e do nome da entidade¹.

Nesta reunião ficou claro que o Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento possui diferentes áreas de atuação, designadamente: ao nível da educação pré-escolar, da infância e juventude e da terceira idade. Tendo em consideração o âmbito do mestrado e a oportunidade de conhecer a área de atuação de apoio à terceira idade, desenvolvida na Casa-Acolhimento Santa Marta, o meu projeto privilegiou como atores os idosos.

A Casa-Acolhimento Santa Marta é composta por três repostas sociais: o Centro de Dia, o Centro de Convívio e o Serviço de Apoio Domiciliário. Porém, a escolha pela resposta social foi limitada pelos dias concedidos pelo meu local de trabalho (terças e quartas-feiras de manhã). Com este constrangimento, o projeto de investigação apenas podia ser realizado no Centro de Dia ou no Serviço de Apoio Domiciliário, elegendo o Centro de Dia por ser delimitado pelo espaço físico e por ter um grupo de idosos relativamente regular.

A integração na instituição permitiu coconstruir, com os diferentes atores e autores da realidade, o conhecimento acerca da mesma revelando ser um contexto repleto de recursos e de potencialidades para a concretização do projeto. As pessoas idosas revelaram receptividade com a minha presença, facilitando o meu processo de integração.

O presente projeto privilegiou a metodologia de investigação-ação participativa procurando conjugar, sempre que possível, três elementos essenciais: a ação, a participação e a reflexão de todos os indivíduos implicados no processo de decisão e de transformação da realidade (Lima, 2003). O impulsionador do mesmo foi o envolvimento de todos na identificação e na priorização dos problemas que os afetavam, refletindo sobre as necessidades, assim como nos recursos endógenos que poderiam ser mobilizados para a ação.

A observação participante, as interações e as conversas intencionais estabelecidas com as diversas pessoas revelaram ser técnicas imprescindíveis e ricas ao longo de todo o processo. Além disso, à medida que este processo

¹ Anexo 1: Declaração de consentimento da instituição.

decorria senti necessidade de conhecer e pesquisar bibliografia sobre a terceira idade e outras características vivenciadas no contexto, no sentido de compreender, refletir e lidar com as mesmas da melhor forma possível.

Ainda na primeira reunião com a diretora técnica, fiquei com a impressão de que os idosos seriam participativos e dinâmicos, uma vez que a mesma referiu que estes habitualmente envolviam-se nas atividades propostas. Contudo, ao longo do processo fui percebendo determinados momentos que me fizeram compreender que a minha primeira impressão formada não corresponderia à realidade e que este seria um dos grandes constrangimentos à elaboração de um projeto que tinha em vista o papel ativo dos idosos.

Todavia, de um modo geral, considero que consegui obter, em conjunto com todos os intervenientes sociais, um percurso de investigação e de projeto que denota pequenas conquistas e mudanças, refletindo a pertinência do desenho e do desenvolvimento do projeto “Não nos deixem dormir...”.

ÍNDICE

Agradecimentos	ii
Resumo	iv
Abstract	v
Nota prévia	vi
Índice de ilustrações	xiv
Introdução	1
PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO-METODOLÓGICO	3
CAPÍTULO 1. PROJETOS EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL	3
1. Educação e intervenção social	3
2. Desenvolvimento comunitário	6
3. Investigação-ação participativa	8
4. Avaliação de projetos	12
CAPÍTULO 2. O ENVELHECIMENTO E A EDUCAÇÃO DOS ADULTOS IDOSOS	15
1. O envelhecimento	15
1.1. Envelhecimento ativo, envelhecimento bem-sucedido e qualidade de vida	19
2. Educação dos adultos idosos	22
3. Animação de idosos e o papel do animador	26
4. Participação e motivação	29
5. Mediação e o papel do mediador	33
PARTE II – O PROJETO: “NÃO NOS DEIXEM DORMIR...”	35
CAPÍTULO 1. ANÁLISE DA REALIDADE	35

1.	Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento	36
1.1.	A Casa-Acolhimento Santa Marta	38
1.2.	Caracterização dos idosos do Centro de Dia	42
2.	Avaliação do contexto	46
CAPÍTULO 2. PLANIFICAÇÃO DE PROJETOS		50
1.	Desenho do projeto de educação e intervenção social	50
1.1.	Finalidade, objetivos gerais e específicos	51
1.2.	Ações, atividades e estratégias	53
1.3.	Avaliação de entrada	56
2.	Desenvolvimento e avaliação do processo	58
2.1.	Ação: “Habilidosos”	59
2.2.	Ação: “Eu e os Outros”	68
3.	Avaliação do produto	78
Conclusão		83
Bibliografia		85
Anexos		90
Anexo 1: Declaração de consentimento da instituição		91
Anexo 2: Regulamento Interno do Centro de Dia		92
Anexo 3: Regulamento Interno do Centro de Convívio		107
Anexo 4: Regulamento Interno do Serviço de Apoio Domiciliário		118
Anexo 5: Declaração de consentimento D.AM		133
Anexo 6: Declaração de consentimento D.LA		134
Anexo 7: Declaração de consentimento D.CA		135
Anexo 8: Declaração de consentimento D.LU		136
Anexo 9: Declaração de consentimento D.LUI		137

Anexo 10: Declaração de consentimento D.CAR	138
Anexo 11: Declaração de consentimento D.GL	139
Anexo 12: Declaração de consentimento D.EM	140
Anexo 13: Declaração de consentimento D.GR	141
Apêndices	142
Apêndice 1: Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento: breve caracterização histórica	143
Apêndice 2: Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento: respostas sociais na 3ª idade	145
Apêndice 3: Casa-Acolhimento Santa Marta: caracterização dos idosos	147
Apêndice 4: Sistematização e reflexão sobre as atividades realizadas pela instituição – Centro de Dia	148
Apêndice 5: Tabela de identificação dos problemas, causas, necessidades...	159
Apêndice 6: Modelo das nove questões	161
Apêndice 7: Calendarização das atividades do projeto – Ação “Habilidosos”	164
Apêndice 8: Calendarização das atividades do projeto – Ação “Eu e os Outros”	166
Apêndice 9: Sistematização da avaliação de entrada	168
Apêndice 10: Planificação e desenvolvimento da atividade: eu consigo!	172
Apêndice 11: Planificação e desenvolvimento da atividade: artistas de mãos vazias e coração cheio	174
Apêndice 12: Planificação e desenvolvimento da atividade: cuidar de mim	177
Apêndice 13: Planificação e desenvolvimento da atividade: juntar o útil ao agradável	180
Apêndice 14: Planificação e desenvolvimento da atividade: animação física e motora	182

Apêndice 15: Planificação e desenvolvimento da atividade: animação cognitiva	185
Apêndice 16: Planificação e desenvolvimento da atividade: desafio das adivinhas	188
Apêndice 17: Planificação e desenvolvimento da atividade: capacitar – leitura, escrita e cálculo	192
Apêndice 18: Planificação e desenvolvimento da atividade: eu danço, tu cantas nós dançamos e cantamos	195
Apêndice 19: Planificação e desenvolvimento da atividade: caminhada até à igreja paroquial	197
Apêndice 20: Planificação e desenvolvimento da atividade: caminhada até ao lidl e à igreja paroquial	199
Apêndice 21: Planificação e desenvolvimento da atividade: se eu não cuidar de mim alguém cuidará?	201
Apêndice 22: Questionário de avaliação – Ação “Habilidosos”	203
Apêndice 23: Síntese das respostas dos idosos – avaliação da ação “Habilidosos”	205
Apêndice 24: Mudança na organização da sala	206
Apêndice 25: Planificação e desenvolvimento da atividade: eu sou...e goste de...	207
Apêndice 26: Planificação e desenvolvimento da atividade: características sentadas	209
Apêndice 27: Planificação e desenvolvimento da atividade: eu sou...e ele...	211
Apêndice 28: Planificação e desenvolvimento da atividade: levar a mal e apreciar	213
Apêndice 29: Planificação e desenvolvimento da atividade: o detetive	215

Apêndice 30: Planificação e desenvolvimento da atividade: curiosidades pessoais	218
Apêndice 31: Planificação e desenvolvimento da atividade: constelação de amigos	220
Apêndice 32: Planificação e desenvolvimento da atividade: fotografias simbólicas	223
Apêndice 33: Planificação e desenvolvimento da atividade: desabaços	226
Apêndice 34: Planificação e desenvolvimento da atividade: reflexão: os estagiários	228
Apêndice 35: Questionário de avaliação – Ação “Eu e os Outros”	230
Apêndice 36: Síntese das respostas dos idosos – avaliação da ação “Eu e os Outros”	232

Índice de ilustrações

Ilustração 1: Placar do centro de dia alusivo ao natal	150
Ilustração 2: Árvore decorada com os desejos de natal dos idosos	150
Ilustração 3: Postal e cartão de natal	151
Ilustração 4: Placar da ementa	152
Ilustração 5: Caminhada até ao Lidl	153
Ilustração 6: Máscaras decoradas pelos idosos	154
Ilustração 7: Cartaz alusivo ao carnaval	154
Ilustração 8: Cartaz: Ser criança é...	155
Ilustração 9: Cartaz: Ser idoso é...	155
Ilustração 10: Plantação de flores	156
Ilustração 11: Encontro Intergeracional - Escola João de Deus	157
Ilustração 12: Encontro Intergeracional - visita dos meninos do jardim de infância Sta. Teresinha do Menino Jesus	158
Ilustração 13: Desenvolvimento e resultado final da atividade	176
Ilustração 14: Pintura das garrafas	181
Ilustração 15: Registos do desenvolvimento da atividade	194
Ilustração 16: Caminhada	200
Ilustração 17: Antes e depois da mudança da sala	206
Ilustração 18: Exposição do resultado da atividade	214
Ilustração 19: Cartões	217
Ilustração 20: Rede	221
Ilustração 21: Fotografias simbólicas	225

Introdução

O presente relatório insere-se no âmbito da unidade curricular de Projeto, do segundo ano curricular da especialização de Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos, do Mestrado de Educação e Intervenção Social. O projeto de investigação denominado “Não nos deixem dormir...” foi desenvolvido com um grupo de pessoas idosas que frequenta o Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta, resposta social inserida no Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento.

O crescente envelhecimento da população é um dos grandes desafios enfrentados pela sociedade atual, exigindo medidas e uma intervenção adequada devido às suas consequências sociais, económicas e políticas (Osório, 2007). Neste sentido, torna-se urgente educar e intervir socialmente na terceira idade, visando capacitar os indivíduos para as mudanças associadas ao processo de envelhecimento. Esta capacitação engloba o desenvolvimento da autonomia e da capacidade de iniciativa das pessoas idosas, designadamente na procura pela satisfação das suas necessidades e pela resolução dos seus problemas, pelo aperfeiçoamento de competências sociais e pessoais, bem como pela estimulação cognitiva, contribuindo para um envelhecimento ativo e bem-sucedido (Oliveira, 2005).

A educação na terceira idade deve passar pela criação de espaços dialógicos, uma vez que, a comunicação e a relação interpessoal são, nesta fase da vida, elementares atendendo à rutura do indivíduo com esferas significativas da sociedade. Neste âmbito, um projeto de educação e intervenção social deverá promover a realização pessoal, a qualidade de vida e a participação das pessoas idosas na sociedade com vista ao desenvolvimento individual e coletivo (Barros R. , 2013). Numa lógica de aprendizagem ao longo da vida é fundamental desenvolver a consciencialização das pessoas idosas, atribuindo responsabilidades, estimulando a reflexão e o questionamento crítico, ambicionando a emancipação (Miranda & Oliveira, 2012). Desta forma, o Educador Social assume um papel preponderante, visto que se encontra habilitado para intervir e promover o desenvolvimento do indivíduo de forma integral, atuando segundo estes pressupostos (Carvalho & Baptista, 2004).

O presente projeto de educação e intervenção social, fundamentado na educação não-formal com vista o desenvolvimento comunitário, seguiu linhas de orientação assentes na ideologia do paradigma sócio-crítico e nos princípios da metodologia de investigação-ação participativa, com a intencionalidade de intervir e de contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos idosos (Serrano & Puya, 2005). Deste modo, a intervenção consistiu em desenhar, desenvolver e avaliar um projeto, realizado em conjunto com os idosos, orientado segundo os pressupostos da Educação Social. Tendo por base as metodologias participativas, os próprios indivíduos envolveram-se em todo o processo, nomeadamente na identificação das suas necessidades e dos seus problemas, bem como na procura de soluções para os mesmos, desenvolvendo a autonomia, o questionamento e a reflexão (Mendonça, 2002). Ao longo do projeto também se avaliou de forma participativa, contemplando o envolvimento de todos os atores implicados no processo, baseada no modelo CIPP (*Context, Input, Process, Product*), com o intuito de avaliar continuamente o trabalho desenvolvido (Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

Este trabalho encontra-se estruturado em duas partes. A primeira parte privilegia o enquadramento teórico-metodológico, contemplando as linhas de orientação metodológica e a fundamentação teórica ligada sobretudo à terceira idade, ao desenvolvimento comunitário e à educação de adultos. A segunda parte apresenta a coconstrução do conhecimento e a reflexão sobre a análise da realidade, seguindo-se a descrição do desenho e do desenvolvimento do projeto realizado em conjunto com as pessoas idosas, refletindo e avaliando criticamente todo o processo. Simultaneamente, procurou-se refletir sobre o papel e a prática profissional do Educador Social no presente contexto de intervenção.

PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO-METODOLÓGICO

CAPÍTULO 1. PROJETOS EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

1. Educação e intervenção social

“El educador social es o debe ser un educador fundamentalmente de grupos, de colectivos, de instituciones e incluso de comunidades y educa a los individuos através de los grupos o de la comunidad.” (Ortega, 1999, p. 23).

A atual sociedade é pautada pela existência de problemas sociais que fragilizam, cada vez mais, os indivíduos.

Segundo Timóteo (2010) a Educação Social apresenta-se como uma

(...) educação emancipatória, transformadora e transformativa que se afirma em ruptura com o registo assistencialista e parte de uma visão de um mundo que deseja ser mais igualitário, solidário, inclusivo e democrático, firmado no paradigma socio-crítico, e tendo por base a visão do ser humano capaz de se olhar e olhar o mundo de forma crítica e inconformada bem como de resolver os seus problemas, num quadro de valores necessariamente inteligíveis e conscientes (Timóteo, 2010, p. 18).

Resultante desta área interventiva, emerge o Educador Social, em que a sua identidade profissional demonstra ser caracterizada pela diversidade de contextos e população com a qual pode intervir, atuando sob diversas questões e problemas sociais (Azevedo, 2011). De acordo com Azevedo (2011),

Os Educadores Sociais são profissionais de intervenção social, que visam restabelecer o bem-estar dos seres humanos, recorrendo a todos os meios susceptíveis de responderem às necessidades e aspirações dos indivíduos e dos grupos, tendo sempre como referência o respeito pelos Direitos Humanos e pelos princípios da Democracia e da Liberdade (...) (Azevedo, 2011, p. 35).

Assim, o Educador Social como técnico especializado desenvolve, em conjunto com os indivíduos e outros profissionais (equipa multidisciplinar), projetos de intervenção social tendo por base uma atitude investigativa e uma abordagem participativa que visa contribuir para a emancipação dos indivíduos e, conseqüentemente, para a mudança social (Carvalho & Baptista, 2004). Desta forma, o Educador Social está capacitado para atender aos problemas dos indivíduos, realizando com os mesmos atividades significativas que satisfaçam as suas necessidades e expectativas. Por meio destas atividades procura promover o desenvolvimento de competências pessoais e sociais com vista à integração social e profissional dos indivíduos, favorecendo e valorizando a participação em grupos, família e respetiva comunidade (Azevedo, 2011).

Para a autora Azevedo (2011), o Educador Social é um profissional de relação devido à proximidade que estabelece com os indivíduos (atores sociais) e com os territórios onde intervém. Segundo Payne (2002), Carl Rogers é provavelmente o escritor humanista que mais influenciou o trabalho social, mais especificamente a postura do Educador Social no terreno. O autor considera que “A postura do trabalhador social, (...), deve ser directiva, não crítica e, em formulações mais tardias, deve envolver a “escuta ativa”, a “empatia exacta” e a “amizade autêntica”.” (Rogers, 1985, p. 248).

Assim, numa relação que procura ajudar os indivíduos, o Educador Social deve ser: incondicional - aceitar todas as facetas que o indivíduo apresenta; congruente - o que implica ter consciência das suas atitudes e sentimentos, uma vez que influenciará o estabelecimento de uma relação de confiança com o indivíduo; transparente - sendo que as atitudes devem corresponder aquilo que transmite por meio das palavras; capaz de analisar a realidade a partir do ponto de vista do indivíduo e delicado - na forma como comunica e intervém para que não seja encarado como uma ameaça (Rogers, 1985). Neste sentido,

não deve julgar o indivíduo mas apoiar de forma equilibrada deixando espaço para que se desenvolva e se torne autónomo; deve demonstrar preocupação e interesse pelo indivíduo com quem trabalha; deve ser forte ao ponto de não se deixar afetar pelos seus próprios sentimentos e, desta forma, conseguir compreender e aceitar o outro da melhor forma possível; e, por fim, acreditar que o indivíduo é capaz de mudar. Todavia, note-se que é no trabalho com os outros que o profissional também se transforma e se desenvolve enquanto pessoa e profissional (Rogers, 1985).

No âmbito da presente investigação, mais concretamente, no contexto interventivo com a população idosa, o Educador Social assume um papel preponderante no sentido em que pode potenciar e contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos idosos (Carvalho & Baptista, 2004). Esta intervenção poderá passar pela conscientização, pelo envolvimento participativo e, posteriormente, pela estimulação e manutenção das capacidades físicas e cognitivas dos idosos (Oliveira, 2005).

Para Romans, Petrus e Trilla (2003, p.88), o Educador Social deve procurar “ (...) evitar que as pessoas idosas sejam meras recetoras passivas e fomentar que adotem uma posição ativa na identificação e solução dos problemas que lhes afetam.”. Azevedo (2011) corrobora a ideia anterior, acrescentado que o Educador Social “No exercício das suas funções de carácter pedagógico, social, formativo e cultural, desenvolve competências pessoais, sociais, profissionais e familiares, melhorando as condições de vida dos seus destinatários, promovendo, dinamizando e apoiando.” (Azevedo, 2011, p. 36).

2. Desenvolvimento comunitário

“El desarrollo comunitario busca un cambio intencional y planificado, en el que se articulen, armónicamente, la investigación y la acción.” (Serrano & Puya, 2005, p. 91)

O presente projeto de educação e intervenção social desenvolveu-se a partir de uma lógica de desenvolvimento comunitário que procurou contribuir para a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar social dos indivíduos e respetiva comunidade (Serrano & Puya, 2005). Para Lima (2003), o conceito de educação e desenvolvimento são centrais, uma vez que a educação concretiza-se em processos de mudança e de desenvolvimento.

Historicamente, o desenvolvimento comunitário associava-se a problemas de exclusão social. Contudo, gradualmente foi-se transformando e tornando num projeto social que procura potenciar as comunidades a partir dos seus próprios recursos. Neste sentido, pressupõe e exige a participação ativa de todos os indivíduos interessados em transformar a realidade social em que vivem (Serrano & Puya, 2005).

Deste modo, o conceito de comunidade é inerente à existência de desenvolvimento comunitário. Para Serrano e Puya (2005), o conceito de comunidade refere-se “ (...) el conjunto de individuos que tienen una identidad propia, viven en un territorio y prestan problemas comunes, que tratan de solucionar a partir de los recursos existentes.” (Serrano & Puya, 2005, p. 87). Ander-Egg (1982, citado por Fragoso, 2005, p.25), define comunidade como

(...) agrupamento organizado de pessoas que se entendem como unidade social, cujos membros participam de alguma característica, interesse, elemento, objectivo ou função comum, com consciência de pertença, situadas numa determinada área geográfica na qual a pluralidade das pessoas inter-acciona mais intensamente entre si que noutro contexto.

Nesta linha de pensamento, o desenvolvimento comunitário “ (...) representa um processo radical que, através da participação, da organização dos coletivos e da sua ação na comunidade, aponta um caminho inequívoco em direção à libertação e emancipação dos sujeitos.” (Fragoso, 2005, p. 24). Serrano e Puya (2005) acrescentam que, “El desarrollo comunitario busca equilibrar de forma dinámica, interrelacionada y armónica los componentes esenciales del desarrollo humano de los pueblos para mejorar la calidad de vida, potenciando la autosuficiencia local e aprovechando los bienes, servicios y recursos del entorno.” (Serrano & Puya, 2005, p. 87).

O desenvolvimento comunitário é um processo que envolve a ação e a participação da comunidade em projetos, nomeadamente na procura de soluções para problemas coletivos, implicando a consciencialização e a predisposição dos indivíduos para se envolverem ativamente na mudança da realidade social. Desta forma, o desenvolvimento comunitário pressupõe que os indivíduos tomem decisões e assumam responsabilidades em conjunto, no sentido de alcançarem a qualidade de vida que todos os participantes aspiram (Serrano & Puya, 2005).

De acordo com Serrano e Puya (2005), para levar a cabo o desenvolvimento comunitário é necessário ter em consideração quatro fases.

A primeira fase refere-se à criação de um grupo de ação local em que o grupo é o impulsionador do processo. Os indivíduos que o constituem devem: sentir-se elementos da comunidade de forma a considerar e a identificar-se com as necessidades, os problemas e os interesses; estar ao dispor da comunidade, na partilha e na procura de soluções para os mesmos; ter capacidade de reflexão-ação-reflexão, o que implica analisar, refletir, bem como tomar decisões; ser motivador, envolvendo todos os indivíduos no desenvolvimento comunitário (Serrano & Puya, 2005).

A segunda fase do desenvolvimento comunitário realiza-se a partir de todos os indivíduos implicados no processo, a análise da realidade. “Un buen análisis de la realidad no sólo contribuye a conocer la historia regional y local, sino también a diseñar hipótesis que orienten y guíen la planificación de la acción.” (Serrano & Puya, 2005, p. 94). Desta forma, no trabalho comunitário, “(...) no es suficiente conocer por conocer, sino para mejorar la práctica de modo eficaz.” (Serrano & Puya, 2005, p. 94).

Na terceira fase denominada por priorização de necessidades decorre a priorização dos problemas com vista o desenvolvimento da comunidade e, conseqüentemente, a transformação social. Esta fase é fundamental uma vez que, existem muitas e diferentes necessidades para serem atendidas, tornando-se necessário ponderar e refletir sobre o tempo, assim como os recursos disponíveis para a ação (Serrano & Puya, 2005). Neste sentido, “En los proyectos de desarrollo comunitario es necesario conjugar el realismo y la utopia, características ambas del campo que nos ocupa.” (Serrano & Puya, 2005, p. 95).

Por fim, a quarta fase designada por intervenção e avaliação refere-se às técnicas utilizadas pelos indivíduos comprometidos com a procura de soluções para as necessidades priorizadas. Por sua vez, a avaliação deve ser contínua procurando otimizar os recursos existentes, assim como melhorar o processo e o projeto em si (Serrano & Puya, 2005).

3. Investigação-ação participativa

“É uma posição que não procura apenas conhecer o mundo, mas também transformar alguma coisa (...).” (Lima, 2003, p. 306)

Num processo de investigação, o investigador posiciona-se sobre determinado paradigma e metodologia que corresponde à ideologia que defende e segue enquanto profissional.

De acordo com Quivy e Campenhoudt (1998, p.31), “Uma investigação é, por definição, algo que se procura. É um caminhar para um melhor conhecimento e deve ser aceite como tal, com todas as hesitações, desvios e incertezas que isso implica.”. Serrano (2000) acrescenta que,

La investigación educativa, por su propia naturaleza, se orienta a la resolución de problemas con fines prácticos; como cualquier outro tipo de investigación, está interesada en indagar, investigar y resolver problemas. Difere, no obstante, de la investigación teórica en que los problemas educativos a los que

se dirige sempre son problemas prácticos que precisam la búsqueda de soluciones (Serrano, 2000, p. 30).

A investigação, em Educação Social, comporta procedimentos característicos da pedagogia e do trabalho de projeto (Carvalho & Baptista, 2004). A realização do presente projeto de investigação teve como matriz o paradigma sócio-crítico, mais concretamente a metodologia de investigação-ação participativa (Lima, 2003).

O paradigma sócio-crítico caracteriza-se por não se basear em investigações meramente quantitativas e objetivas (paradigma positivista) nem pela excessiva subjetividade do paradigma interpretativo, mas sim por uma investigação que envolve refletir e emancipar com vista à mudança (Coutinho, Sousa, Dias, Bessa, Ferreira & Vieira, 2009). A investigação-ação participativa não procura apenas conhecer, mas também transformar a realidade e os indivíduos, centrando-se nos indivíduos e atribuindo-lhes um papel de protagonistas da ação e da reflexão, emergindo o desenho e o desenvolvimento de um projeto conjunto (Lima, 2003). Deste modo, esta metodologia “ (...) procura juntar a acção e a reflexão, a teoria e a prática, de forma participada, na procura de soluções para questões importantes para as pessoas e, mais geralmente, para que as pessoas individuais e as suas comunidades possam florescer.” (Reason & Bradbury, 2000, citado por Lima, 2003, p.317).

Na perspetiva da investigação-ação participativa, a animação e a educação comunitária decorre de um processo coletivo e de autodesenvolvimento, que procura conhecer-se e conhecer o que lhe é exterior, de modo a adequar as suas ações e a obter uma melhoria da qualidade de vida (Reason & Bradbury, 2000, citado por Lima, 2003). Para tal é fundamental criar condições para que a comunidade se desenvolva e adquira as aprendizagens necessárias para gerir a sua vida. De acordo com Lima (2003), “A investigação participativa relaciona-se (...) com a dimensão endógena do desenvolvimento que faz nascer os processos no local e utiliza recursos locais com o propósito de os tornar mais poderosos na decisão e na acção, assim como o de gerar novos recursos.” (Lima, 2003, p. 318). Os pressupostos metodológicos adotados por este tipo de investigação podem resumir-se em dois: um pressuposto de carácter racionalista, em que a aprendizagem e o conhecimento favorecem a mudança e

um de carácter afetivo, em que as relações pessoais são mobilizadoras da vontade e da razão (Lima, 2003).

Paralelamente, esta metodologia privilegia princípios orientadores que nortearam o desenho e o desenvolvimento do presente projeto, designadamente a ausência de especialistas do conhecimento, ou seja, o conhecimento é construído em conjunto com todos os implicados; a criação de condições à participação de todos os indivíduos e a prática científica e a ética da investigação participativa que se reflete numa postura cívica, pessoal e responsável. Deste modo, foca-se na emancipação da comunidade partindo de situações reais, considerando-as e investigando-as enquanto problemáticas que condicionam o bem-estar dos indivíduos. Estes problemas permanecem abertos à análise, ao questionamento e à reformulação, de forma a possibilitar o ajustamento da intervenção (Lima, 2003).

Com base neste paradigma, a investigação é realizada a partir de uma maior proximidade do real, existindo uma maior participação, reflexão e questionamento crítico de todos os atores sobre o conhecimento coconstruído (Coutinho et al., 2009). Trata-se de um conhecimento local e de um investigador coletivo (Lima, 2003). Na investigação-ação participativa o conhecimento constrói-se através do diálogo, da análise e do cruzamento da informação convergente e/ou divergente. A mobilização desta metodologia implica considerar a história dos indivíduos e da comunidade, suas tradições, realizações, entre outros aspetos relevantes para a compreensão da realidade no seu todo (Lima, 2003).

No âmbito da construção do conhecimento da realidade e ao longo do desenho e do desenvolvimento do presente projeto foi necessário recorrer a diferentes técnicas de recolha de informação, nomeadamente: a análise documental, a observação participante e as conversas intencionais.

A análise documental revelou-se uma técnica privilegiada para enquadrar e caracterizar, a nível geográfico e histórico, a realidade da Casa- Acolhimento Santa Marta, bem como compreender o funcionamento da instituição e das respetivas respostas sociais. Esta análise centrou-se nos principais documentos institucionais como regulamentos internos e na análise da monografia da instituição. Segundo Calado e Ferreira (2004-2005, p. 6), “A análise crítica de documentos é fundamental no sentido de ser necessário

controlar a credibilidade e o valor dos documentos e informações a recolher e dos já recolhidos, bem como a adequação destes às finalidades do projeto”.

Uma vez que a realização do projeto, bem como a metodologia mobilizada privilegiam a presença do investigador no terreno, a observação participante foi uma técnica inevitável e indispensável. Nesta técnica, de acordo com Lessard-Hébert, Goyette e Boutin (2010),

(...) o investigador *pode compreender* o mundo social *do interior*, pois partilha a condição humana dos indivíduos que observa. Ele é um actor social e o seu espírito pode aceder às perspetivas de outros seres humanos, ao viver as «mesmas» situações e os «mesmos» problemas que eles. Assim, (...) a interação observador-observado (...) tem por objectivo recolher os dados (sobre acções, opiniões ou perspetivas) aos quais um observador exterior não teria acesso (Lessard-Hébert, Goyette, & Boutin, 2010, p. 155).

Desta forma, a observação participante permitiu compreender e perceber o funcionamento e a dinâmica da instituição, assim como as relações entre os vários atores sociais.

Foi a partir da observação participante e da interação com os indivíduos que surgiu a técnica de recolha de informação designada por conversas intencionais. Estas conversas emergem da intencionalidade do investigador quando necessita de aprofundar o conhecimento e obter respostas sobre determinado assunto. O autor Costa (1990) considera que “ (...) a pesquisa de terreno é, em boa medida, a arte de obter respostas sem fazer perguntas.” (Costa, 1990, p. 138) As conversas intencionais foram estabelecidas com os diferentes indivíduos que constituem a realidade do Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta - as pessoas idosas, as ajudantes de ação direta, a técnica superior de serviço social e a técnica de animação.

Desta forma deu-se voz às pessoas e coconstruiu-se o conhecimento acerca da realidade em conjunto, valorizando os saberes e as experiências, promovendo a reflexão, a tomada de decisão e a participação de todos os atores implicados. Para que tal fosse possível, procurou-se aceitar a realidade de uma forma imparcial, conhecendo-a de forma autêntica tendo em consideração a complexidade que lhe é inerente. Neste sentido, procurou-se também estabelecer uma distância ótima para com os atores sociais que,

embora subjetiva, foi importante pois permitiu criar uma relação de proximidade e conhecer a realidade através do discurso dos indivíduos (Carvalho & Baptista, 2004).

4. Avaliação de projetos

“ (...) está presente em todo o esboço de uma intervenção, desde a identificação de necessidades até aos objetivos traçados para a intervenção, o processo da sua realização ou execução e a etapa final dos resultados.”

(Serrano, 2008, p. 81)

O presente projeto foi avaliado de forma contínua e, desta forma, pautado pela realização de diferentes momentos avaliativos que envolveram a participação de todos os atores sociais implicados no processo.

Segundo Cembranos, Montesinos e Bustelo (2007), avaliar significa “(...) recoger y analizar sistemáticamente una información que nos permita determinar el valor y/o mérito de lo que se hace.” (Cembranos et al., 2007, p.182) De acordo com Stufflebeam e Shikfield (1995), os momentos de avaliação permitem não só demonstrar aspetos menos positivos mas também apontar indicadores que permitam aperfeiçoar as práticas e ajustar/adequar a intervenção. Por sua vez, Serrano (2008), define a avaliação como “ (...) um processo de reflexão que permite explicar e avaliar os resultados das ações realizadas.” (Serrano, 2008, p. 81). Monteiro (1996) acrescenta ainda que a avaliação pode ser realizada por via interna - pelos indivíduos implicados no projeto ou externa - por quem não participa diretamente no projeto.

No âmbito de um projeto de educação e intervenção social, a recolha de informação pode concretizar-se de diferentes formas, designadamente através de comentários grupais, recolha de opiniões, questionários, recomendações transmitidas pelos diferentes intervenientes. A avaliação justifica-se pelo olhar crítico que permitirá o ajustamento da prática à realidade, tornado a intervenção mais eficaz e eficiente. Desta forma, a avaliação realiza-se de

forma participada comprometendo a comunidade na análise e na reflexão do projeto, procurando a satisfação das necessidades e das expectativas de todos.

Este projeto de educação e desenvolvimento comunitário privilegiou a metodologia do modelo CIPP como orientador da ação (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). O modelo CIPP é organizado em quatro momentos essenciais designados por: avaliação do contexto; avaliação de entrada; a avaliação do processo e a avaliação do produto (Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

A avaliação do contexto contempla a identificação das fragilidades e dos problemas associados, facilitando a delimitação de objetivos e de prioridades. De igual modo, privilegia a análise das potencialidades e dos recursos disponíveis para ação. A avaliação de entrada permite avaliar a mobilização dos recursos e das estratégias de acordo com a ação, avaliando os limites e as potencialidades do projeto. No que se refere à avaliação do processo, esta possibilita a descrição e a reflexão das atividades desenvolvidas ao longo do processo, assim como a identificação de fragilidades no que diz respeito à planificação e ao procedimento do desenho e do desenvolvimento do projeto. Por fim, a avaliação do produto consiste na avaliação dos resultados alcançados (Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

Desta forma, a avaliação permite aos indivíduos e ao profissional repensarem o plano projetado, ponderando formas e alternativas para alcançar os objetivos e a finalidade definida.

Segundo Ventosa (2002) e Guerra (2007), existem dois tipos de indicadores, os indicadores quantitativos e os indicadores qualitativos. Os indicadores quantitativos avaliam em termos de quantidade, isto é, “percentagens, graus ou escalas numéricas” (Ventosa, 2002, p. 119). Por sua vez, os indicadores qualitativos, avaliam a qualidade recorrendo a apreciações e a qualificações (Ventosa, 2002). De acordo com Guerra (2007), “O sucesso do processo de avaliação depende (...) da capacidade para encontrar indicadores que meçam o processo e os resultados da avaliação.” (Guerra, 2007, p. 197). Contudo, ambos os indicadores apresentam inconvenientes, nomeadamente os indicadores quantitativos não permitem obter uma avaliação profunda e os indicadores qualitativos assumem um carácter subjetivo, dificultando a sistematização e a comparação (Ventosa, 2002).

Desta forma, é fundamental que os indicadores sejam coerentes, considerando objetivamente o que se pretende avaliar.

CAPÍTULO 2. O ENVELHECIMENTO E A EDUCAÇÃO DOS ADULTOS IDOSOS

1. O envelhecimento

“Evidentemente, não podemos ser nem ilusionistas nem pessimistas. O envelhecimento acarreta um processo degenerativo, mas não implica sistematicamente a anulação das nossas capacidades.” (Osório, 2007, p. 45)

Quando se aborda a temática das transformações sociais atuais, o aumento demográfico revela-se um facto preocupante nos últimos 50 anos. O crescente envelhecimento da população deve-se, em grande parte, ao aumento da esperança de vida; à diminuição das taxas de mortalidade em todas as idades e à diminuição repentina da fecundidade (Osório, 2007).

Assim, o envelhecimento da população torna-se um dos maiores desafios das sociedades atuais devido às suas consequências sociais, económicas e políticas, exigindo

(...) políticas sociais que permitam fazer face à nova realidade e onde a saúde e o apoio social terão de ser redimensionados; em termos económicos leva a um esforço acrescido da segurança social, com o pagamento de reformas e também com os serviços especializados destinados a este grupo populacional. (Cancela, 2007, p. 3).

Contudo, o processo de envelhecimento não se trata apenas de um processo demográfico. Segundo Schroots e Birren (1980, citado por Paúl, 1991), o envelhecimento apresenta três componentes: o processo de envelhecimento biológico (associado à probabilidade de morrer); o envelhecimento social (relativo aos papéis sociais) e o envelhecimento psicológico (de acordo com a adaptação ao processo de envelhecimento).

De acordo com Osório (2007), numa perspectiva biológica, o desenvolvimento e o envelhecimento são processos contínuos que podem ocorrer ao mesmo tempo. Por sua vez, o declínio fisiológico e a existência de doenças pode não coincidir apesar de estes se influenciarem mutuamente. De qualquer forma, é de conhecimento geral, que a velhice humana gera uma redução da capacidade funcional mas que não significa, necessariamente, o impedimento do desenvolvimento de uma vida plena. A partir de uma perspectiva psicológica, segundo a teoria psicológica do ciclo vital (Erikson, 2006), ao longo da vida existe um equilíbrio entre o crescimento (ganhos) e o declínio (perdas). É durante a velhice que se verifica um maior declínio comparativamente ao crescimento (Osório, 2007).

De acordo com Cancela (2007) e Almeida (2008), o envelhecimento é um processo natural pelo qual todos os indivíduos passam, podendo variar associado aos contextos em que se desenvolve. Na perspectiva de Tamer e Petriz (2007), “O processo de «amadurecimento» e de «envelhecimento» humano (...) é um processo individual e, ao mesmo tempo, coletivo, contínuo e cíclico, eminentemente pessoal.” (Tamer & Petriz, 2007, p. 184). O envelhecimento é, para além dos processos biológicos e psicológicos, um processo cultural e social. Deste modo, é mais abrangente que a longevidade das pessoas, ou seja, é encarado também, como uma mudança de atitudes e mentalidades de acordo com as relações estabelecidas e as condições de vida dos indivíduos (Osório, 2007). Tamer e Petriz (2007) corroboram, afirmando que “A velhice não é definível por uma simples cronologia, mas sim pelas simples condições físicas, funcionais, mentais e de saúde das pessoas (...).” (Tamer & Petriz, 2007, p. 185). Segundo Ribeiro (2001), o processo de envelhecimento desenvolve-se de forma contínua, sendo que alguns indivíduos envelhecem quase sem perda de capacidades enquanto outros sofrem de incapacidades, deficiências e doenças. Desta forma, reflete e relaciona-se com o percurso pessoal e social de vida.

Segundo Osório (2007), anteriormente, o conceito de envelhecimento estava associado à transição do indivíduo entre a ocupação e a desocupação ou entre pessoa ativa *versus* reformada. Como consequência, esta situação conduzia à velhice enquanto etapa caracterizada pela decadência, dificuldades económicas, frustração e incapacidade. Atualmente, verifica-se o contrário, isto é, afirma-se que o processo de envelhecimento “ (...) constitui uma

dimensão positiva que permite o desenvolvimento no âmbito do qual são possíveis, e convenientes, novas actividades. Entre elas, as educativas.” (Osório, 2007, p. 13).

O envelhecimento procede-se de forma distinta nas pessoas idosas, ou seja, normal, patológica e bem-sucedida (Osório, 2007). Para Osório (2007) e Marques (2011), a esta forma de envelhecer poderá estar subjacentes os estereótipos das pessoas e da sociedade, surgindo associados a alguns efeitos negativos como a improdutividade, a perda de interesse na vida e a inatividade dos idosos. Felizmente, os estereótipos negativos sobre os idosos estão a mudar e, além disso, deixa de existir um abandono de interesses da vida e verifica-se a aquisição de novos papéis por parte das pessoas idosas, resultando no desenvolvimento contínuo na vida adulta (Osório, 2007).

Atualmente, surgem várias designações associadas às pessoas mais velhas: “«velhos», «pessoas de idade», «reformados», «terceira ou quarta idade», «pessoas idosas», etc.” (Osório, 2007, p. 15). O autor refere que cada designação tem um significado diferente, considerando mais adequada o de “pessoas idosas”, uma vez que não define uma determinada etapa cronológica ou um espaço específico de anos. Além disso, do ponto de vista sociológico, de acordo com os estudos realizados nos observatórios nacionais da União Europeia, os próprios indivíduos preferem esta designação (Osório, 2007).

Desde o início do século passado que o momento em que os indivíduos abandonavam a vida laboral e entravam na reforma era encarado com satisfação, uma vez que as pessoas já não eram obrigadas a trabalhar até a chegada da sua possível incapacidade. Porém, nos dias de hoje, o trabalho reflete ser uma “ (...) fonte primordial de identidade, valorização social e participação económica, enquanto factores essenciais de integração social, o momento da reforma tem conotações sociais e pessoais divergentes.” (Osório, 2007, p. 17). Deste modo, a pessoa idosa liberta do trabalho enfrenta aspetos positivos e negativos relativos a esfera social e económica (Mínguez & García, 1998 citado por Osório, 2007). No que se refere ao contexto social, após a sua saída da esfera laboral, assume menos responsabilidades o que lhe permite ter mais tempo livre (ganhos). Em contrapartida limita as suas relações e contatos sociais, assume menor relevância e perde oportunidades socio laborais (perdas). Neste âmbito de intervenção, o papel do Educador Social pode e deve estar orientado para “ (...) facilitar que as pessoas idosas aprendam a pensar e

delinear, de maneira pessoal, a sua própria qualidade de vida” (Romans, Petrus, & Trilla, 2003, p. 93), contrariando os estereótipos negativos associados à velhice.

Neste sentido, é importante que se entenda que a velhice não começa na reforma, “É necessário manter uma imagem realista da velhice, pois o que se perde de «velocidade» (das nossas faculdades) ganha-se em «experiência», e as possibilidades de aprendizagens não diminuem com a idade avançada.” (Osório, 2007, p. 45). Foi neste sentido que se desenhou e desenvolveu o projeto com as pessoas idosas da Casa-Acolhimento Santa Marta.

Neste seguimento reflexivo, as redes de apoio formal ou informal revelam ser suportes essenciais para a atenuação de possíveis consequências associadas a esta mudança, na medida em que protegem e evitam o stresse associado a este processo. Por conseguinte, são um elemento de bem-estar, de saúde física e mental dos idosos (Paúl, 1991). As redes de apoio formal correspondem aos serviços estatais, de segurança social e os organizados pelo poder local (Nogueira, 1996 citado por Martins, 2005). Por sua vez, as redes de apoio informal referem-se às estruturas da vida social do indivíduo, nomeadamente a família (de cariz obrigatório e involuntário – o indivíduo nasce integrado numa família) e outros grupos de pertença (eleito e voluntário – o indivíduo tem liberdade para escolher), como por exemplo os vizinhos (Paúl, 1991).

No entanto, não se pode deixar de realçar a importância que os apoios sociais assumem nesta fase, sendo essencial a existência de políticas sociais, assim como organizações que contribuam para a independência, o respeito pelas condições de vida, os cuidados de saúde, a participação e a autorrealização dos idosos, para que possam viver com dignidade e contribuindo para um conceito de velhice “ (...) positivo, activo, orientado para o desenvolvimento, aberto a uma maior acção e comunicação intergeracional (...)” (Osório, 2007, p. 46). Deste modo, é fundamental o reconhecimento do papel social que as pessoas idosas continuam a assumir na sociedade em que vivem enquanto seres livres, com deveres e direitos como todos os cidadãos.

1.1. Envelhecimento ativo, envelhecimento bem-sucedido e qualidade de vida

“Ajudar o idoso a adaptar-se à sua nova situação é de primeira importância, pois da capacidade de adaptação é que depende o sucesso ou insucesso do velho.”

(Oliveira, 2005, p. 88)

Atualmente, o conceito de envelhecimento ativo e o de envelhecimento bem-sucedido - discutido desde a década de 1960 - são centrais no estudo de idosos. Segundo Paúl, Fonseca, Martin e Amado (2005), existem duas formas de envelhecer: idosos ativos e bem-sucedidos e idosos incapazes em que a autonomia está limitada pela doença e/ou pelo contexto em que vivem. Deste modo, o processo de envelhecimento torna-se complexo, surgindo intimamente relacionado com a qualidade de vida e com outros indicadores psicossociais.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2005, p.13), o “Envelhecimento ativo é o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas.”. Nesta linha conceitual, Jacob (2007) sublinha que o principal objetivo do envelhecimento ativo é “ (...) alimentar a expectativa de uma vida saudável e de qualidade de vida.” (2007, p.20).

De modo a definir o conceito de qualidade de vida para idosos, Donald (1997, citado por Jacob, 2007) formulou cinco classes gerais. A primeira relaciona-se com o bem-estar físico, isto é, o conforto em termos materiais, saúde, higiene e segurança; a segunda refere as relações interpessoais (familiares, amigos) e a participação na comunidade; a terceira invoca o desenvolvimento pessoal, intelectual e a autoexpressão; a quarta foca a realização de atividades recreativas que contemplem a socialização e o entretenimento e; por fim, a quinta abrange a concretização de atividades simbólicas, religiosas e de autoconhecimento. Na perspectiva de Jacob (2007), a qualidade de vida dos idosos, institucionalizados ou não, depende de fatores como: possuir autonomia para realizar atividades da vida diária; manter uma

relação familiar e com o exterior; ter recursos económicos suficientes; e realizar, constantemente, atividades lúdicas e recreativas. Defendendo uma dimensão interdisciplinar, Tamer e Petriz (2007), defendem o conceito de qualidade de vida como “(...) um processo socioeconómico, cultural e sociopsicológico de produção de valores relativos à qualidade (bem-estar) da nossa vida social, de distribuição social destes valores e de perceção social dos valores da população.” (Tamer & Petriz, 2007, p. 196). Segundo Ribeiro e Paúl (2011), o conceito de qualidade de vida engloba domínios como “ (...) a saúde física, o estado psicológico, o nível de dependência, as relações sociais, as crenças pessoais e as características do ambiente em que a pessoa se encontra inserida.” (Ribeiro & Paúl, 2011, p. 3).

Paúl e colaboradores (2005), afirmam que o critério do sucesso no envelhecimento bem-sucedido refere-se à autonomia física, psicológica e social dos idosos, sublinhando que “Envelhecer com sucesso implica ser competente e empenhado na vida.” (Paúl et al., 2005, p.76). De acordo com Baltes (1987, citado por Oliveira, 2005), existem três categorias ou fatores que determinam uma velhice mais ou menos bem-sucedida. A primeira está ligada com o grupo etário, isto é, com a idade cronológica ou biológica, com algumas doenças próprias da idade, com a reforma, entre outros. A segunda relaciona-se com o período histórico em que o indivíduo vive. Por fim, a terceira refere-se à história pessoal de cada indivíduo. Por sua vez, Baltes e Baltes (1990, citado por Oliveira, 2005), propuseram o chamado “modelo de otimização seletiva por compensação”. De acordo com este modelo, a velhice bem-sucedida procura alcançar dois objetivos: um elevado nível de funcionamento (ganhos) e um evitamento de comportamentos de risco (perdas). Nesta reflexão sobre o envelhecimento bem-sucedido, Fontaine (2000) destaca três fatores fundamentais, designadamente: “ (...) a saúde, a manutenção de um elevado nível de funcionamento cognitivo e físico, e a manutenção da participação social, mesmo após a reforma.” (citado por Oliveira, 2005, p.90).

Outro aspeto explorado por Paúl e colaboradores (2005) no processo de envelhecimento é a dimensão psicológica, sendo que o bem-estar psicológico é visto como um indicador de adaptação à condição de idoso, variando de acordo com fatores físicos e ambientais.

Compreende-se assim que o ser ativo não se associa exclusivamente à capacidade física das pessoas idosas e pode-se considerar o envelhecimento

ativo como uma forma de alcançar a integração plena das pessoas idosas na sociedade, pois pressupõe que as mesmas continuem a desenvolver e a participar. Contudo, a saúde continua a ser um dos fatores mais determinantes na qualidade de vida dos idosos.

De acordo com Oliveira (2005), “ (...) é lícito distinguir entre envelhecimento mais ou menos normal (ausência de patologias significativas) e mais ou menos anormal ou patológico (com patologias de diversa ordem e gravidade). ” (Oliveira, 2005, p. 87). A saúde física e psíquica relaciona-se com a capacidade de adaptação dos idosos às diferentes situações e acontecimentos de vida e do próprio processo de envelhecimento, como por exemplo: mudanças no trabalho, entrada na reforma, aparecimento ou não de doenças, entre outras. Estes aspetos contribuem de forma significativa para o bem ou mal estar do idoso e, como tal, é fundamental ajudar os idosos neste processo de adaptação (Oliveira, 2005).

Por conseguinte, esta melhor ou pior adaptação do idoso ao seu processo de envelhecimento poderá requerer o apoio familiar, a institucionalização ou a permanência do indivíduo em lares de terceira idade, centros de dia, centros de convívio, entre outros espaços que proporcionem momentos de convívio e relação com outros idosos. Numa fase posterior, a qualidade do envelhecimento dependerá do desempenho e da dedicação destes apoios, uma vez que, estar num lar ou em casa poderá ter significados diferentes, relacionados com o próprio apoio recebido nestes contextos (Oliveira, 2005).

De acordo com Erikson (2006), na fase final do desenvolvimento humano ao longo do ciclo vital, que é a da maturidade e da velhice, os adultos confrontam-se com a crise psicossocial caracterizada pela integridade *versus* desespero. A integridade do ego relaciona-se com o sentimento de realização e de satisfação dos indivíduos sob a forma como lidaram com as vitórias e as falhas ao longo da vida. Pelo contrário, quando a vida é encarada com frustração devido a perda de oportunidades, arrependimentos e erros que já não são possíveis corrigir os indivíduos sentem desespero. O Educador Social poderá assumir um papel fundamental, ajudando os indivíduos a reconhecerem as oportunidades ao longo da sua trajetória de vida e a viver um sentimento de realização e de satisfação.

A adaptação socialmente desejável passa pela participação em atividades, pelo sentimento de satisfação face às mesmas e com a vida em geral. Assim,

torna-se elementar “ (...) manter o idoso ativo a todos os níveis, levando-o a um contínuo investimento e não desinvestimento.” (Simões, 1982 citado por Oliveira, 2005, p.88). Todavia, é essencial ter em consideração as individualidades de cada idoso, tendo em conta que para uns a felicidade ou a satisfação com a vida resulta da ação, enquanto para outros relaciona-se com aspetos mais pessoais (Barros J. , 2004).

2. Educação dos adultos idosos

“A Educação de Adultos é, indiscutivelmente, um ponto de partida, um princípio criador no processo natural de desenvolvimento de uma sociedade (Carrasco & Dujo, 1997), com vista à melhoria e à inovação (Melo, 1996). É também um processo ativo de emancipação individual e coletiva, um modo de expressão e de desenvolvimento individual e coletivo.”

(Barros R. , 2013, p. 45)

É com base no envelhecimento ativo, na emancipação e no contínuo investimento individual e/ou coletivo que surge a importância da educação de adultos nos idosos. Oliveira (2005) refere o indivíduo enquanto ser educável ao longo de toda a vida, isto é, “ (...) inscreve-se dentro duma educação permanente e/ou educação dos adultos e dos idosos.” (Oliveira, 2005, p. 85).

Segundo Lopes (2008), a educação permanente engloba três tipos de educação: formal; não-formal e informal, não existindo idade, tempo e espaço específico para aprender. De acordo com Bianconi e Caruso (2005), a educação formal corresponde ao ensino escolar institucionalizado; a educação não-formal realiza-se externamente, ou seja, fora do sistema formal de ensino; e, a educação informal refere-se aos conhecimentos adquiridos a partir da experiência diária em diferentes contextos (por exemplo: casa, trabalho e lazer).

Para Oliveira (2005), a educação dos adultos idosos deve ter em consideração a personalidade, o comportamento e as atitudes, bem como o

ambiente em que o adulto idoso está inserido. Nesta linha de pensamento, Martín (2007) refere que,

A educação é condicionada pelas circunstâncias pessoais e particulares dos indivíduos, pela valorização das suas necessidades e interesses, pelo contexto ambiental e situacional (ambiente de institucionalização, ambiente familiar, solidão...), e pelos conhecimentos gerontológicos disponíveis sobre aspectos motivacionais, cognoscitivos, afectivos, diferenças significativas inter e intrageracionais, etc., que podem ter incidência na participação dos idosos em actividades educativas e de aprendizagem permanente. (Martín, 2007, p. 53).

Para tal, idealiza-se que esta educação passe por um trabalho que promova a interação grupal, em que cada idoso se converte no protagonista, dentro e a partir do grupo que integra (Martín, 2007).

Segundo a UNESCO (1976, citado por Rothes, 2005, p.128),

A expressão 'educação de adultos' designa o conjunto de processos organizados de educação, qualquer que seja o conteúdo, o nível e o método, quer sejam formais ou não formais, quer prolonguem ou substituam a educação inicial dispensada nos estabelecimentos escolares e universitários e sob a forma de aprendizagem profissional, graças aos quais pessoas consideradas como adultas pela sociedade de que fazem parte desenvolvem as suas aptidões, enriquecem os seus conhecimentos, melhoram as suas qualificações técnicas ou profissionais ou lhes dão uma nova orientação, e fazem evoluir as suas atitudes ou o seu comportamento na dupla perspectiva de um desenvolvimento integral do homem e de uma participação no desenvolvimento socioeconómico e cultural equilibrado e independente.

Na perspectiva de Barros (2013), definir o conceito de educação de adultos é uma tarefa complicada devido ao seu carácter polissémico e multifacetado. Contudo, afirma que a educação de adultos tem vindo a apresentar-se como uma ferramenta fundamental na intervenção pessoal e social e como um mecanismo de emancipação. Atualmente é vista como um processo de aprendizagem ao longo da vida, que deve sustentar-se no discurso e no diálogo. Deste modo, a autora considera que

A Educação de Adultos é fator essencial para o desenvolvimento e realização pessoal, no sentido de se atingirem níveis ótimos de participação social e política, e para se contrariarem os processos de exclusão social. Apresenta-se como um fator importante na busca pessoal do sentido da vida e capacitação, individual e coletiva, e na competição pelas oportunidades de vida, não apenas económicas, mas sociais e culturais. (Barros R. , 2013, p. 75).

Segundo Tamer e Petriz (2007), a educação ao longo da vida pressupõe “ (...) o desenvolvimento de um ser humano mais plenamente humano a cada dia que passa, com o fim último de melhorar a sua qualidade de vida e a do seu ambiente.” (Tamer & Petriz, 2007, p. 200)

Willis e Schaie (1981 citado por Oliveira, 2005) referem cinco objetivos que devem ser considerados como orientadores na intervenção com os idosos. Estes objetivos prendem-se com a compreensão das modificações corporais e comportamentais, especificamente as mudanças cognitivas relativas à memória e à resolução de problemas; a compreensão das mudanças tecnológicas e culturais da sociedade contemporânea; o desenvolvimento de capacidades para lidar com as mudanças socioculturais e do envelhecimento; a aquisição de novas competências para lidar com as novas situações e; por fim, a descoberta de novos papéis. Estes objetivos podem e devem ser alcançados com o apoio prestado pelas diferentes respostas sociais das instituições e/ou associações vocacionadas para ajudar os idosos a todos estes níveis. Todavia, Oliveira (2005) acrescenta que a educação contínua não é apenas uma responsabilidade da família, das instituições, das associações mas também dos mais jovens, numa matriz intergeracional, para que respeitem e apreciem os valores que os idosos lhes podem difundir. Neste sentido, também é importante educar os idosos para a mudança social e para os conhecimentos que os jovens lhes podem transmitir, contribuindo para o envelhecimento ativo e bem-sucedido.

Neste âmbito, Martín (2007) aborda alguns conceitos importantes na intervenção com as pessoas idosas, seguidamente descritos. O conceito de percepção temporal relaciona-se com a consciência dos indivíduos perante o decorrer dos anos e a morte. Esta noção poderá determinar as expectativas pessoais, as decisões e participação dos idosos em atividades, entre outros

aspectos. É necessário conhecer e compreender as percepções temporais do passado, presente e futuro que podem igualmente influenciar a sua atitude perante a realidade atual. Outro conceito referido é o da solidão na velhice que surge associado ao fim da criação dos filhos, assim como à menor convivência com os mesmos e ao fim da atividade laboral e respetivas relações sociais. O próprio autor considera a solidão como um dos problemas mais importantes na velhice e, como tal, a educação nesta etapa da vida visa facilitar a comunicação, uma proposta de desenvolvimento pessoal que procura recuperar, manter e/ou aumentar a relação com os outros, enquanto inserção e manutenção do indivíduo na sociedade (Martín, 2007).

É importante que os adultos idosos reflitam e tirem partido do processo de envelhecimento. Os conceitos de “potencialidade cognitiva”, “aprendizagem ao longo da vida” e “envelhecimento ativo” permitem compreender alguns dos aspetos positivos deste processo (Martín, 2007). O conceito de “potencialidade cognitiva” refere-se à possibilidade de aprender ao longo de todo o percurso de vida nos contextos sociais e culturais e não apenas por meio de fatores cognitivos; o de “aprendizagem ao longo da vida” engloba a aprendizagem realizada ao longo da vida e não num determinado período da vida, ou seja, pode não resultar do sistema escolar mas da experiência de vida do indivíduo. Por sua vez, como discutido no ponto anterior, o “envelhecimento ativo” assenta na oferta de atividades com este objetivo e em “ (...) relativizar a influência biológica e social da idade cronológica (...)” (Martín, 2007, p. 58). Contudo, é importante que a intervenção atenda às individualidades das pessoas idosas, ou seja, que considere as capacidades, os interesses e as necessidades de cada um como seres únicos e singulares.

Deste modo, segundo Rowe e Kahn (1998), a educação demonstra ser uma forte componente para um envelhecimento ativo e bem-sucedido, contribuindo para a capacidade de resolução de problemas da vida diária das pessoas idosas. E, sendo a educação realizada em contexto grupal, passa a ser uma fonte de apoio social fundamental para a saúde e o bem-estar do idoso (Martín, 2007). Deste modo, o Educador Social, por meio da intervenção e da educação social, pretende aumentar os níveis de autonomia pessoal e de pertença social, evitar o distanciamento da pessoa idosa, diminuir a dependência familiar e social através do desenvolvimento de novos papéis sociais provenientes da participação social, cultural e educativa. Trata-se de

reconstruir a identidade dos indivíduos através da ocupação do seu tempo livre e da sua participação em atividades significativas para os mesmos. Nesta linha de pensamento, Andrada, Alvarez, Bellon e Benet (1982), referem o tempo livre como um “ (...) conjunto de actividades que o sujeito realiza durante o seu tempo disponível, depois de deduzido o tempo empregue nas suas necessidades vitais e sociofamiliares.” (Andrada et al., 1982, p.12).

3. Animação de idosos e o papel do animador

“ (...) a animação de idosos começa quando respeitamos os mais elementares dos seus direitos, como sejam o direito à escolha, o direito à privacidade e o direito à integração e à participação activa nos pormenores da sua vida. “

(Jacob, 2007, p. 37)

O processo de envelhecimento e a entrada na reforma, como referido anteriormente, proporciona maior tempo livre às pessoas idosas. Neste sentido, a animação revela ser uma estratégia e uma mais-valia para a ocupação deste tempo com atividades educativas que sejam prazerosas e proveitosas para as mesmas.

De acordo com Peres (2004), a educação dos tempos livres deve inteirar a aprendizagem de uma cidadania responsável e ativa, promovendo o desenvolvimento pessoal e comunitário. Por sua vez, na perspetiva de Carmo (2007), educar no tempo livre é educar para conviver com o outro, participando de forma ativa e comprometida na melhoria de vida da comunidade, aspirando o bem-comum. Tamer e Petriz (2007) referem que o processo de envelhecimento exige “ (...) propostas significativas para os tempos livres que, através da geração de novas aprendizagens, promovam espaços reais para a expressão do idoso como ser diferente, para a sua afirmação na sua originalidade e na sua mesmidade.” (Tamer & Petriz, 2007, p. 200)

Perante o envelhecimento progressivo da população, a sociedade civil e o Estado têm procurado criar respostas sociais institucionalizadas, locais privilegiados para a animação de idosos (Jacob, 2007). Jacob (2007) considera a animação como uma das prioridades de todas as estruturas de acolhimento de pessoas idosas, contribuindo para a sua qualidade de vida.

Segundo García (1976, citado por Lopes, 2008, p.144), a animação

(...) é um processo que visa a consciencialização participante (...). É um método de intervenção destinado a estimular as pessoas e os grupos no sentido do autodesenvolvimento e da mobilização das faculdades que permitam resoluções criativas para alguns dos seus problemas coletivos. É a aquisição de capacidade necessária para que as comunidades, elas próprias, agentes de mudança e de criatividade cultural.

Para Jacob (2007), a animação deverá pautar-se pela atribuição de um sentido e de um significado à vida em coletividade, procurando “criar um clima, um dinamismo no seio do estabelecimento visando o melhoramento da qualidade de vida das pessoas idosas, facilitando a sua adaptação a uma vida comunitária imposta.” (Jacob, 2007, p. 22). Neste sentido, a animação revela ser um suporte fundamental para a comunicação, considerando que privilegia o aspeto relacional. Quintas e Castaño (1998 citado por Jacob, 2007) consideram a animação uma atividade interdisciplinar e intergeracional cujo objetivo pode ser: cultural, educativo, económico e social. Deste modo, a animação enquanto atividade cultural poderá ser um meio para a criação; na atividade educativa, passará pela promoção da educação ao longo da vida; na dimensão económica, como forma de gerar recursos económicos e financeiros; e, por fim, na dimensão social, como uma estratégia para a promoção dos indivíduos e da comunidade.

Nesta perspetiva, “A animação representa um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais activa e mais criativa, à melhoria nas relações e na comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade de que se faz parte, desenvolvendo a autonomia pessoal.” (Jacob, 2007, p. 31). Assim, a animação de idosos deverá também facilitar a inserção dos idosos na sociedade, promovendo a participação através do desempenho de um papel social (Hervy, 2001 citado por Jacob, 2007), uma

vez que, a velhice caracteriza-se por um período em que não existem papéis sociais definidos (Simões A. , 2006).

Assim, a animação deve apelar à participação das pessoas idosas, tornando-as mais ativas e interventivas e criando um sentimento de utilidade e de direitos. Esta participação deverá favorecer o desenvolvimento dos idosos, no sentido da pertença a uma sociedade que evolui com os seus contributos, saberes e experiências de vida. É fundamental, neste processo de participação, atender às especificidades de cada idoso, assim como a pluralidade de gostos e de expectativas. Deste modo, todos os idosos devem ter oportunidades para propor atividades que sejam do seu agrado. Neste sentido, a intervenção deve ser de âmbito grupal mas também individual, tendo em consideração o idoso em si (Jacob, 2007). “Se, por exemplo, existir um único idoso numa instituição que goste muito de ler, há que proporcionar e apoiar essa atividade.” (Jacob, 2007, p. 34).

Por sua vez, o Educador Social – enquanto animador – é aquele que desencadeia a ação, o processo de movimento (Jacob, 2007). Segundo Serrano e Puya (2005), o animador “Es la fuerza dinamizadora, catalizador y protagonista de la transformación social.” (Serrano & Puya, 2005, p. 16). Na sua prática deve impulsionar a participação ativa dos indivíduos e grupos, recorrendo a uma metodologia ativa e participativa. Assim sendo, “El animador impulsa a los ciudadanos a la participación, con el fin de hacerlos conscientes de la realidad en la que viven y generen los cambios necesarios para llegar a una mejor y transformación de su propia realidad.” (Serrano & Puya, 2005, p. 16). O perfil do animador deve apresentar como principais características: educador – visando que a educação incite a mudança e o desenvolvimento pessoal e social, procurando reformar posturas passivas à ativas, estimulando os indivíduos para a ação; agente de mudança social – tendo em consideração os problemas, as necessidades, os valores e os interesses dos intervenientes; relacionador – promovendo a relação e a comunicação entre as pessoas, grupos e comunidades; mediador social – observando e compreendendo a origem dos conflitos de forma a intervir adequadamente sob a situação/problema; e, dinamizador intercultural – prevenindo os conflitos e melhorando a compreensão recíproca entre indivíduos (Serrano & Puya, 2005).

Nesta linha de reflexão, as instituições devem não só dar respostas às necessidades básicas dos idosos (a alimentação, a higiene, os cuidados médicos e de enfermagem e a guarda) mas também incentivar à participação, à ocupação saudável e às interações sociais, uma vez que as organizações também são participantes ativos e agentes de mudança no processo de transformação social.

4. Participação e motivação

“Em grupos sociais não acostumados à participação, pode ser necessário induzi-los a ela. É claro que, ao fazê-lo, pode haver ocasionalmente intenções manipulatórias, mas também pode haver um honesto desejo de ajudar a iniciar um processo que vai continuar de maneira cada vez mais autónoma.”

(Bordenave, 1994, p. 78)

A participação e a motivação são elementos essenciais e carecedores de reflexão quando se trata de intervir com pessoas idosas e de participar num projeto de educação e intervenção social com base na metodologia investigação-ação participativa. Para Mendes (2007) não é possível conceder educação sem participação.

De acordo com Faleiros (1997), embora o conceito de participação seja muito debatido na prática social este é um dos menos consensuais, dado o seu carácter ideológico. A palavra participação tem origem na palavra parte, isto é, participação é fazer parte, tomar parte ou ter parte em algo (Bordenave, 1994). Segundo Bordenave (1994), “A participação é o caminho natural para o homem exprimir sua tendência inata de realizar, fazer coisas, afirmar-se a si mesmo e dominar a natureza e o mundo.” (Bordenave, 1994, p. 16). Participar abrange a satisfação de outras necessidades, designadamente a interação entre os indivíduos, a valorização pessoal e dos outros, momentos de reflexão e de expressão (Bordenave, 1994). Deste modo, a participação está intimamente ligada aos processos de conscientização (Fragoso, 2005). Na perspetiva de

Faleiros (1997), “O participar significa, então, os comportamentos individuais de procura e de livre escolha daquilo que é disponível na situação presente e comportamentos coletivos de associação e promoção de recursos.” (Faleiros, 1997, p. 72). Lima (2003) refere que a participação é fundamental no âmbito da investigação-ação participativa, tratando-se de um pesquisador-ator coletivo e do desenvolvimento das pessoas e das comunidades. Neste sentido,

Em animação comunitária, a participação é um objectivo, mas simultaneamente um princípio processual; ela está presente desde o início, na forma que for possível (...), é encorajada, apoiada, desafiada, e nunca prescindível; por isso ela vai lentamente, e frequentemente de forma irregular, aumentando, em qualidade, de achegas e iniciativas, e em qualidade, da fundamentação das posições assim como na responsabilização. (Lima, 2003, p. 327).

Para Bordenave (1994), a participação tem duas bases complementares: a base afetiva, em que se participa porque sentimos gosto em realizar as atividades propostas e a base instrumental, em que se participa porque é mais infalível realizar com os outros em detrimento de realizar sozinho. O desejável será o equilíbrio entre estas bases, no entanto, por vezes entram em conflito, implicando uma adequada intervenção e clarificação.

Segundo este autor, a participação está intimamente relacionada com a natureza social dos indivíduos e com o seu percurso e envolvimento participativo ao longo do tempo. Consequentemente, os indivíduos só desenvolverão o seu potencial participativo numa sociedade ou numa instituição que “ (...) permita e facilite a participação de todos. O futuro ideal do homem só se dará numa sociedade participativa.” (Bordenave, 1994, p. 17). Deste modo, “Apesar de a participação ser uma necessidade básica, o homem não nasce sabendo participar. A participação é uma habilidade que se aprende e se aperfeiçoa.” (Bordenave, 1994, p. 46).

Neste âmbito, o Educador Social é determinante na promoção da participação dos indivíduos, na medida em que deve proporcionar condições que favoreçam este envolvimento participativo e que impulsionem a capacidade de iniciativa dos idosos. Deve também procurar promover a consciencialização, a autonomização e suscitar a reflexão e o questionamento

crítico dos indivíduos sobre a responsabilidade que assumem no seu percurso de vida. Para Mendes (2007),

O educador participativo é aquele que sensibiliza, motiva, contribui para a participação do educando, ao mesmo tempo, que a estimula e a enriquece com a sua visão, promove a construção e o trabalho em grupo, dinamiza os processos de participação já construídos, aguça a comunicação, informa de maneira transparente, promove a aquisição de recursos e instrumentos para o educando. (Mendes, 2007, p. 118)

Em termos conceptuais, Bordenave (1994), diferencia entre participação passiva (caracterizada pelo comprometimento na participação) e participação ativa (caracterizada pelo sentimento de responsabilidade). Por sua vez, Faleiros (1997), também distingue participação ativa de passiva. Este considera que a participação torna-se ativa pela mudança de atitudes e de comportamentos individuais e coletivos, assim como pela presença dos indivíduos em atividades. Refere-se a participação passiva quando não há igualdade de oportunidades e os próprios indivíduos são excluídos de novas oportunidades de vida promovidas pela sociedade moderna.

Seguidamente, Bordenave (1994), distingue entre participação imposta e voluntária. Na participação imposta os indivíduos são obrigados a participar, contrariamente, na participação voluntária, o grupo é criado pelos próprios participantes. Contudo, a participação voluntária nem sempre emerge da iniciativa dos participantes. Eventualmente, poderá tratar-se de uma “participação provocada” por indivíduos externos, que ajudam outros a concretizarem os seus objetivos ou os manipulam com o propósito de alcançar os seus objetivos. Por fim, refere que também é possível falar em participação simbólica e real. Na participação simbólica os participantes têm uma influência mínima nas decisões, embora julguem que exercem poder. Por sua vez, na participação real os indivíduos influenciam os processos da instituição (Bordenave, 1994).

Contudo, note-se que refletindo sobre a participação individual e/ou grupal, existem diferenças individuais no comportamento participativo que se deve ter em consideração, uma vez que, cada indivíduo participa de maneira diferente. Esta variedade participativa é um aspeto positivo, contudo, por vezes exige

uma maior coordenação. A participação torna-se mais autêntica quando o grupo se conhece bem a si mesmo (Bordenave, 1994). Desta forma, faz todo o sentido falar-se na qualidade da participação. Esta aumenta quando os indivíduos aprendem a conhecer a sua realidade por refletir, respeitar opiniões, tolerar divergências, entre outros (Bordenave, 1994).

O conceito de motivação foi definido de acordo com diferentes correntes psicológicas, segundo um behaviorista o comportamento motivado depende dos reforços e das suas possibilidades. Por sua vez, os cognitivistas, insistem na perceção e no significado da situação para o indivíduo, ou seja, nas suas expectativas e curiosidades. Os humanistas destacam a liberdade, a autonomia funcional das motivações e o desejo de autorrealização (Oliveira, 2005).

A motivação tem em consideração os fatores internos do indivíduo que, conjuntamente com os estímulos do meio ambiente, determinam o seu comportamento. Deste modo, a motivação processa-se após a ativação de um fator interno, que orienta o comportamento de forma a atingir o objetivo ou os objetivos pretendidos (Oliveira, 2005).

Neste sentido, as abordagens sócio-cognitivas têm defendido a existência de duas orientações motivacionais: intrínsecas e extrínsecas, sendo tratadas como interativas e não como aditivas (Martinelli & Bartholomeu, 2007). A motivação intrínseca refere que o prazer pessoal está inerente à execução da atividade, ou seja, o indivíduo procura, naturalmente, desafios em que a sua participação é a recompensa principal e não a pressão externa de alguém ou a associação de qualquer recompensa pelo cumprimento da atividade. Por outro lado, a motivação extrínseca apresenta-se como fazer uma tarefa ou atividade para responder a algo externo, como por exemplo, a obtenção de recompensas materiais ou sociais; de reconhecimento; atender a pressões de outras pessoas ou para demonstrar competências e habilidades (Martinelli & Bartholomeu, 2007).

No que se refere à motivação das pessoas idosas, “ (...) pode dizer-se que em geral ela vai diminuindo com a idade, atendendo, por um lado, aos obstáculos que vão surgindo, cada vez mais difíceis de ultrapassar (como a doença), e, por outro, à consciência de que o fim está mais próximo e de que por isso não vale a pena investir demasiado.” (Oliveira, 2005, p. 75). Nesta fase poderá existir ou não uma maior vontade dos idosos em alcançar os objetivos a que se tinham propostos, bem como a necessidade de recuperar o tempo perdido.

5. Mediação e o papel do mediador

“Enquanto mediador, o educador terá de criar espaços de mediação, onde se mostre possível criar e desenvolver alternativas que conduzam a um equilíbrio entre o indivíduo e a sua comunidade.” (Azevedo, 2011, p. 35)

O presente projeto teve subjacente a interação, a partilha de perspetivas, de vontades e de interesses entre os indivíduos. Desta forma, o conflito emerge ao longo do processo inerente às individualidades existentes entre os diferentes participantes.

Segundo Azevedo (2011), o Educador Social é um mediador entre os indivíduos e a sociedade, capaz de proporcionar espaços de mediação necessários para a socialização. Baptista (2001) sublinha que na qualidade de mediador social “ (...) cabe aos educadores criar e gerir uma multiplicidade de redes de apoio e de lugares de encontro, vitais para salvaguardar o equilíbrio entre o individual e o social.” (Baptista, 2001, p. 55).

Neste sentido, a mediação assume diferentes âmbitos de aplicação, um deles a resolução de problemas comunitários. Em qualquer encontro de mediação existem três elementos presentes: os indivíduos participantes, a situação conflituosa e o processo de comunicação (Torremorell, 2008). Para a concretização do processo de mediação é necessário que haja concordância e cooperação entre as partes implicadas, de modo a obter uma negociação cooperativa e uma solução satisfatória para ambos (Sérgio, 2003).

De acordo com Torremorell (2008), a mediação é um processo de cooperação e de inter-relação entre as pessoas. Assim, pode tornar-se um meio indispensável à existência de comunidades humanas, baseadas na prática efetiva de valores de convivência. Desta forma, a mediação surge como um instrumento de diálogo e de encontro interpessoal que pode contribuir para a melhoria das relações e para a procura de soluções para os conflitos, favorecendo a diminuição e/ou resolução dos problemas, tendo em vista o benefício mútuo e o aumento do respeito de uns para com os outros (Sérgio, 2003).

Segundo Sérgio (2003), é possível distinguir entre a mediação informal – alguém que exerce funções de mediador espontaneamente no seu meio, em situações conflituosas do dia a dia, e a mediação formal – realizada por mediadores formais, com base em técnicas específicas e procedimentos concretos.

A figura do mediador, que poderá ser assumida pelo Educador Social, deve ter capacidade para dialogar e solucionar o conflito de forma justa. Contudo, é importante que este mantenha uma posição equilibrada que, embora não seja possível ser neutro seja imparcial, isto é, não tome partido de ninguém em específico mas sim de todos (Torremorell, 2008). Note-se que o mediador não tem nenhum poder para impor uma solução aos protagonistas, é apenas um catalisador (Touzard, 1981, citado por Torremorell, 2008). De acordo com Ortega (1999), “El educador es o debería ser sobre todo un mediador social, es sobre todo un educador comunitário, grupal, institucional...” (Ortega, 1999, p. 19). Para Capul e Lemay (2003), o educador enquanto mediador “ (...) propõe-se fazer emergir uma palavra escondida, renovar um diálogo perdido, facilitar a tecelagem sem fim de laços sociais.” (Capul & Lemay, 2003, p. 13).

PARTE II – O PROJETO: “NÃO NOS DEIXEM DORMIR...”

CAPÍTULO 1. ANÁLISE DA REALIDADE

“É conveniente examinar a realidade a estudar, as pessoas, o meio envolvente, as características e as circunstâncias que incidirão no desenvolvimento do projeto. É necessário conseguir descrever os problemas e tentar que todos os membros do grupo tomem consciência dos mesmos; desta forma será mais fácil chegar a uma solução satisfatória.”

(Serrano, 2008, p.29)

A análise da realidade foi o ponto de partida para o projeto, assumindo um carácter contínuo e transversal, ou seja, o conhecimento coconstruiu-se com os indivíduos ao longo de todo o processo. Segundo Guerra (2007), a análise da realidade deve integrar o contexto económico, social, cultural e político do local e da região. Neste sentido, o momento de pesquisa-ação revela-se importante para o conhecimento de dados já existentes. De acordo com Cembranos e colaboradores (2007), nesta fase é possível distinguir alguns pontos acerca da realidade, designadamente; a descrição, a perceção social, a interpretação, as alternativas e, por fim, o ajuste.

Na descrição da realidade pretendeu-se conhecer a mesma no seu todo, englobando os recursos humanos e materiais, o espaço físico, a equipa técnica, as pessoas idosas, bem como os problemas e as necessidades sentidas e existentes. A perceção social correspondeu ao conhecimento da comunidade sobre a realidade, permitindo conhecer o valor e as potencialidades identificadas pela própria. A descrição e a perceção social permitiram conduzir à interpretação da mesma. Após a descrição da realidade e o conhecimento do que os indivíduos pensam acerca desta, foi necessário proceder à sua interpretação, ou seja, explicar o porquê da realidade ser de determinada forma. Desta forma, procedeu-se à análise das potenciais causas, possíveis

constrangimentos e a própria estrutura da realidade. Seguiu-se o momento das alternativas, em que se procurou prever diferentes formas de atuar antecipando possíveis constrangimentos. Por fim, o ajuste permitiu analisar toda a informação e as ideias conseguidas, bem como uma priorização das mesmas, tendo em conta os recursos existentes e os interesses manifestados pelos idosos participantes (Cembranos et al., 2007).

1. Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento

“Não é possível, a quem quer que seja, escrever com a precisão desejada a história de uma povoação, que é como quem diz, de um lugar, de uma aldeia ou de uma cidade, sem primeiro dar uma ideia de qual foi o desenvolvimento desse território, de como o seu crescimento populacional, enfim, das transformações que porventura foi sofrendo através dos tempos (...).”

(Bessa-Luís, Silva, Sousa, & Azevedo, 2009, p. 17)

Historicamente, o Porto era uma pequena cidade de mercadores contida no interior das suas muralhas defensivas, conhecidas como as muralhas fernandinas. Ao longo do tempo, a cidade do Porto foi evoluindo, sendo a construção da Praça Nova em meados do século XVIII, atualmente designada Praça da Liberdade, o marco urbanística para a expansão e o desenvolvimento da cidade do Porto (Bessa-Luís et al., 2009).

Após a guerra civil, iniciou-se um novo período expansionista, caracterizado fundamentalmente, pelo crescimento industrial e populacional da cidade. A partir dos anos 70, conhece-se um forte crescimento urbanístico decorrente dos transportes urbanos e das ligações ferroviárias que aproximam o velho burgo do Porto dos seus subúrbios, intensificando a mobilidade entre o centro e a periferia e reforçando os fenómenos de atração urbana (Bessa-Luís et al., 2009).

O Município do Porto, de acordo com os dados disponíveis em Pordata (2014), tem revelado um aumento da percentagem de idosos (com 65 ou mais

anos), assim como o aumento do índice de envelhecimento que, em 2001, a percentagem era de 19,5% e em 2012 de 24,5%.

O crescimento da cidade, o acelerado desenvolvimento urbanístico do Bairro da Boavista e o crescimento demográfico conduziram à criação de uma nova paróquia – a Paróquia do Santíssimo Sacramento.

O Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento situa-se na região Norte, mais especificamente na cidade no Porto. Está inserido na freguesia de Massarelos, mais propriamente na Rua Guerra Junqueiro (próximo da Avenida da Boavista, zona central da cidade). Contudo, de acordo com a recente união de freguesias, a freguesia de Massarelos pertence, atualmente, à freguesia de Lordelo do Ouro.

De modo a compreender a realidade do Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento no seu todo, considerou-se pertinente conhecer, bem como analisar a mesma a partir da sua perspetiva histórica².

Em termos históricos, esta instituição surge a partir da compra do terreno anexo à igreja paroquial (27 de abril de 1981), sendo anos depois ereto pelo Bispo do Porto, D. António Barbosa Leão, a 15 de março de 1983. No ano seguinte, a 23 de abril, constituiu-se como uma Instituição Particular de Solidariedade Social (Bessa-Luís et al., 2009).

O Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento apresenta as seguintes respostas sociais: na área da educação pré-escolar, o Jardim de Infância St^a Teresinha do Menino Jesus (resposta vocacionada para o desenvolvimento global e a aprendizagem da criança, proporcionando atividades educativas e de apoio à família) e na área da infância e juventude, o Centro de Atividades Tempos Livres (resposta que visa proporcionar atividades no âmbito da animação sociocultural a crianças/jovens durante os períodos letivos e não letivos).

Por sua vez, para atender ao aumento significativo da população idosa da comunidade local foi criada a área de atuação de apoio à terceira idade, mais especificamente, a Casa-Acolhimento Santa Marta.

²Apêndice 1: Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento: breve caraterização histórica.

1.1. A Casa-Acolhimento Santa Marta

Enquanto espaço físico, a Casa-Acolhimento Santa Marta organiza-se em quatro pisos, designadamente o piso -1, o piso 0, o piso 1 e o piso 2.

No piso -1 situam-se as seguintes infraestruturas: refeitório, cozinha, balneários de pessoal, sanitários, lavandaria, sala de banho assistido e cabeleireiro. O piso 0 inclui o gabinete técnico, secretaria e sala de apoio, sala de jogos, sala de convívio, duas salas de trabalho e sanitários. Por sua vez, o piso 1 inclui o gabinete do presidente, sala de direção, salas polivalentes e sanitários. No piso 2 encontra-se o posto médico, os balneários do serviço de apoio domiciliário, o sanitário, a sala polivalente e a biblioteca. Importa sublinhar a existência de elevador que permite e facilita a deslocação dos idosos por todo o edifício e que, todos os sanitários estão devidamente equipados com apoios técnicos. Na parte exterior do edifício existe um espaço para o tratamento de plantas e um jardim, sendo este último descrito pelos idosos como “um espaço agradável para caminhar e apanhar ar”.

As repostas sociais vocacionadas para os idosos devem prestar serviços ao nível dos cuidados diários, da alimentação, da higiene, do bem-estar físico e psicológico do indivíduo, bem como ao nível da estimulação e promoção da qualidade de vida e de um envelhecimento ativo e bem-sucedido, apostando nas relações com a família e com a sociedade (Osório & Pinto, 2007; Ribeiro & Paúl, 2011).

A Casa-Acolhimento Santa Marta apresenta as seguintes repostas sociais: o Centro de Dia³, o Centro de Convívio⁴ e o Serviço de Apoio Domiciliário⁵.

O Centro de Dia é uma resposta social desenvolvida em equipamento que tem como principais objetivos: a prestação de serviços que satisfaçam as necessidades básicas (sobretudo de higiene, de conforto e de alimentação); a prestação de apoio psicossocial; e, a promoção das relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários (Regulamento Interno do

³ Anexo 2: Regulamento Interno do Centro de Dia.

⁴ Anexo 3: Regulamento Interno do Centro de Convívio.

⁵ Anexo 4: Regulamentos Interno do Serviço de Apoio Domiciliário.

Centro de Dia, 2011). Simultaneamente, o Centro de Dia é uma resposta que possibilita às pessoas novos relacionamentos e elos de ligação com o exterior, através do estabelecimento de contactos com os colaboradores, os voluntários, os clientes e as pessoas da comunidade (Centro de Dia, Modelo de Avaliação da Qualidade, 2010).

O Centro de Dia assume espaço no piso 0 da casa e presta seis serviços diferentes, seguidamente descritos, de acordo com a observação participante e a análise documental. O serviço refeições corresponde ao fornecimento do almoço (sopa, prato e sobremesa, pelas ajudantes de ação direta, pelas 12h00), do lanche (opção chá ou leite com pão ou bolachas, pelas 16h15) e do jantar (os idosos podem levar sopa e prato mediante pré-aviso e o pagamento de um valor diário). A instituição compra as embalagens e sacas todas iguais para evitar conflitos e o utente efetua o pagamento das mesmas com a primeira mensalidade. O serviço de transporte é assegurado por duas carrinhas da instituição (uma viatura de oito lugares e outra de cinco lugares), sendo efetuado pelas ajudantes de ação direta. O horário da carrinha no período da manhã para assegurar o transporte dos idosos é pelas 9h00, e o horário de regresso a casa é pelas 17h00, correspondente ao final do lanche.

O serviço cuidados de higiene engloba a prestação dos seguintes cuidados: banho, cabeleireiro/barbeiro e manicure/pedicure. Os banhos são preferencialmente assegurados no início da manhã, de acordo com o Plano de Desenvolvimento do Idoso e em salas de banho devidamente equipadas. No que se refere ao cabeleireiro/barbeiro, este funciona em regime de voluntariado ou pelas ajudantes de ação direta, uma vez por semana, mediante marcação prévia junto da direção técnica. Por sua vez, a manicure/pedicure é assegurada pelas ajudantes de ação direta mediante marcação prévia com a diretora técnica, na sala de banho acompanhado.

O serviço cuidados de saúde corresponde à visita clínica dos médicos e/ ou enfermeiros, com uma periodicidade semanal. A entrega de medicação também pode ser realizada por uma farmacêutica (mediante as receitas dos idosos e o stock existente).

O serviço tratamento de roupas é assegurado quando está indicado no Plano de Desenvolvimento Individual do idoso, sendo a recolha e a entrega efetuada pelas equipas do apoio domiciliário.

Por fim, o serviço convívio e lazer contempla a promoção e a dinamização de atividades de animação sociocultural, destacando-se o coro; o inglês; a informática; as palestras mensais; as aulas de mobilidade; as atividades desportivas adequadas à idade; os passeios lúdico-culturais; as festas, entre outras. Este serviço resulta de um protocolo com a Junta de Freguesia de Ramalde. O horário de funcionamento do Centro de Dia é de segunda a sexta-feira, das 9h00 às 18h00 (Regulamento Interno do Centro de Dia, 2011). É importante referir que os idosos que frequentam a Casa-Acolhimento Santa Marta durante todo o dia acabam por estar presentes nas duas respostas sociais: Centro de Dia e Centro de Convívio, uma vez que decorrem no mesmo espaço físico.

O Centro de Convívio é também uma resposta social desenvolvida em equipamento, que, à semelhança do Centro de Dia (embora com horário distinto), tem como objetivo principal a criação de um espaço de convívio e de lazer em que os idosos possam transformar em atividade e sociabilidade o capital de recursos adquiridos ao longo da vida, contribuindo assim, para a melhoria da sua qualidade de vida. Relativamente aos serviços prestados destacam-se: o serviço de refeições, de cuidados de saúde e de convívio e lazer. Descritivamente igualam-se aos apresentados anteriormente. O horário de funcionamento é de segunda a sexta-feira, das 14h30 às 18h00 (Regulamento Interno do Centro de Convívio, 2011).

O Serviço de Apoio Domiciliário consiste numa resposta social que visa contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos idosos e suas famílias; prevenir situações de dependência e promover a autonomia; prestar cuidados de ordem física e apoio psicossocial aos clientes e famílias, contribuindo para o seu equilíbrio e bem-estar; apoiar os clientes e famílias na satisfação das necessidades básicas e atividades da vida diária e; por fim, colaborar e/ou assegurar o acesso à prestação de cuidados de saúde (Regulamento Interno do Serviço de Apoio Domiciliário, 2011). A ajudante de ação direta D. OL, em conversas intencionais, expressa boas referências quanto a esta resposta social, sublinhando que este serviço rege-se pelo princípio de promover a permanência do idoso no seu domicílio, através da satisfação de necessidades básicas e específicas, com qualidade e conforto, rodeado dos seus pertencentes evitando o recurso à institucionalização.

Este Serviço de Apoio Domiciliário contempla o apoio nas atividades instrumentais da vida quotidiana dos idosos em situação de dependência, designadamente, prestação de cuidados de higiene e de conforto pessoal; prestação de cuidados de saúde sob supervisão clínica; realização da higiene habitacional estritamente necessária à natureza do apoio a prestar; distribuição de refeições ao domicílio (almoço) e respetivo acompanhamento; colaboração no tratamento de roupas; e, disponibilização de apoio psicossocial. O horário de funcionamento é de segunda a sexta-feira das 8h30 às 17h15 e ao sábado e domingo das 12h00 às 13h00, exclusivamente para a distribuição das refeições (Regulamento Interno do Serviço de Apoio Domiciliário, 2011).

No que se refere à equipa técnica, a análise documental apresenta os seguintes profissionais: um técnico superior de serviço social; um técnico de animação e sete ajudantes de ação direta nas respostas sociais direcionadas para a população idosa; dois trabalhadores auxiliares; um motorista; um administrativo; um cozinheiro; um ajudante de cozinha e três voluntários que são comuns a outras valências do Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento⁶.

Relativamente às parcerias existentes na Casa-Acolhimento Santa Marta, a diretora técnica (técnica superior de serviço social) refere que existem duas entidades parceiras: a Obra Social da Nossa Senhora da Boa Viagem que oferece refeições aos fins-de-semana para o Serviço de Apoio Domiciliário, a Universidade Lusófona e a Universidade de Aveiro através da realização de estágios.

⁶ Apêndice 2: Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento: respostas sociais na 3^a idade.

1.2. Caracterização dos idosos do Centro de Dia

O Centro de Dia – Casa-Acolhimento Santa Marta é frequentado por 22 idosos residentes na área geográfica da paróquia ou numa área adjacente, sendo maioritariamente do género feminino (n=21)⁷.

A idade dos idosos está compreendida entre os 61 e 89 anos, apresentando uma média de idade de 80 anos. Relativamente ao estado civil, predominam as pessoas viúvas (n=18). Quanto às habilitações literárias, a maioria dos idosos (n=16) não tem qualquer tipo de estudo, são analfabetos; um tem a antiga 2^a classe; um tem a antiga 3^a classe; dois têm a antiga 4^a classe; um a antiga 7^a classe e um tem formação superior na área da educação.

As profissões desempenhadas por estes idosos foram também diversificadas, designadamente: apanhadeira de malhas de meias, empregada doméstica, costureira, engomadeira, modista, rececionista, empregada auxiliar, trabalhador na lavoura, entre outras.

No que concerne às questões de mobilidade, a maioria dos idosos apresenta autonomia, sendo capaz de desempenhar determinadas atividades ou funções em diferentes áreas e de cumprir as tarefas de vida quotidiana. Além disso, a maioria dos idosos revela autonomia e capacidade para interagir socialmente e realizar atividades de lazer.

Relativamente às questões clínicas, importa referir que alguns idosos têm problemas de diabetes, tensão, surdez, cardíacos e um historial de acidentes vasculares cerebrais. Em determinados idosos, a técnica superior de serviço social afirma que estão a desenvolver patologias neurológicas como Parkinson e Alzheimer.

Por fim, em relação às redes de apoio familiar, a maioria destes idosos identifica os filhos como a principal fonte de apoio, discursando: “Vivo com a minha filha”; “Vivo só, mas o meu filho vive a cinco minutos e está sempre presente”; “Todas as semanas estou com os meus filhos”, seguindo-se o marido/mulher (“Tenho os meus filhos mas a minha companhia é o meu

⁷ Apêndice 3: Casa-Acolhimento Santa Marta: caracterização dos idosos.

marido”). Posteriormente o genro/nora, sendo referido por uma idosa “A mulher do meu filho ajuda-me muito, nas consultas, no pagamento das despesas de água e luz...” e, em casos pontuais, são identificados os vizinhos (“Eu não tenho ninguém, sou viúva e não tive filhos. A minha companhia é o Centro de Dia e os vizinhos”).

O presente projeto mobilizou e implicou a participação de um grupo de dez idosas que serão seguidamente identificadas por siglas para proteger a sua identidade pessoal. Contudo, importa referir que as idosas concederam autorização para a publicação da imagem que, por vezes, é apresentada no registo fotográfico das atividades (D. AM⁸; D. LA⁹; D. CA¹⁰; D. CE¹¹; D. LU¹²; D. LUI¹³; D. CAR¹⁴; D. GL¹⁵; D. EM¹⁶ e D. GR¹⁷).

Ao longo das interações, da observação participante, dos diálogos, das conversas intencionais com os idosos foi possível explorar e conhecer um pouco das suas histórias de vida, seguidamente descritas.

A D. AM tem 86 anos, é viúva e, profissionalmente desempenhou funções como “apanhadeira de malhas de meias”. Referiu não ter estudado “porque era uma criança doente e faltava muito à escola”. Contudo, sabe “ler e escrever o nome e pouco mais”. A sua frequência no Centro de Dia é por iniciativa própria e deve-se ao facto de viver sozinha e ter mobilidade reduzida. Assim, segundo a D. AM, no Centro de Dia “distrai-se e tem um pouco de convívio”. Relativamente aos seus gostos, partilhou que gosta de “pintar (bem ou mal) e conversar”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “amiga, teimosa e respeitadora” e reflete ser uma pessoa muito comunicativa e acessível.

⁸ Anexo 5: Declaração de consentimento D. AM.

⁹ Anexo 6: Declaração de consentimento D. LA.

¹⁰ Anexo7: Declaração de consentimento D.CA.

¹¹ Não existe declaração de consentimento da D.CE porque à data em que foi solicitado já não frequentava a Casa-Acolhimento Santa Marta.

¹² Anexo 8: Declaração de consentimento D.LU.

¹³ Anexo 9: Declaração de consentimento D. LUI.

¹⁴ Anexo 10: Declaração de consentimento D. CAR.

¹⁵ Anexo 11: Declaração de consentimento D. GL.

¹⁶ Anexo 12: Declaração de consentimento D. EM.

¹⁷ Anexo 13: Declaração de consentimento D.GR.

A D. LA tem 80 anos, é viúva, e mulher de vários ofícios: trabalhou no campo, foi empregada doméstica e, durante quarenta anos, foi ajudante de cozinha. Referiu que estudou até à antiga 3ª classe mas desistiu para ir trabalhar. Está no Centro de Dia por vontade do filho, referindo que “embora passe o dia sozinha, queria estar em casa a organizar a minha vida”. No que se refere aos seus gostos, partilhou que gosta de “pintar desenhos, mas aprendo facilmente e faço qualquer coisa”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “amiga, refilona, direta e fechada”, demonstra ser uma idosa reivindicativa e pouco comunicativa.

A D. CA tem 81 anos, é divorciada, estudou até à antiga 4ª classe, ao longo da sua vida fez “trabalhos de costura e passou a ferro”. Frequenta o Centro de Dia porque diariamente estava sozinha e, “quando ia a rua, caia muitas vezes” face à sua reduzida mobilidade. Contudo, refere viver com a filha de 48 anos que se encontra desempregada e a procurar trabalho e, por isso, passa pouco tempo em casa. Quanto aos seus gostos indicou gostar de “pintar desenhos, jogos e atividades que possa realizar sentada devido aos seus problemas de saúde”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “amiga, bem-disposta e reservada”, demonstra ser muito observadora e pouco comunicativa.

A D. CE desconhece-se a sua idade, por não gostar de celebrar o seu aniversário, é freira e desempenhou funções como missionária e professora no ensino primário em Angola e em Portugal. Frequenta o Centro de Dia por iniciativa própria porque “não tenho família no Porto só em Lisboa e passava os dias sozinha”. Quanto aos seus gostos partilha gostar de muitas atividades como: “tocar viola e piano, jogos, orar, cantar, contar anedotas e adivinhas e ginástica”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “sem maldade, amiga do seu amigo e inimigo e meiga”, refletindo ser uma idosa muito dinâmica, participativa e comunicativa.

A D. LU tem 78 anos, é viúva, estudou até à antiga 4ª classe e foi costureira de malhas ao longo da sua vida. Frequenta o Centro e Dia porque vive sozinha e, como sofreu um acidente vascular cerebral os filhos preferiram que frequentasse o centro. Contudo, afirma que gosta “muito de estar aqui porque assim passo melhor o tempo e estou com pessoas”. No que se refere aos seus gostos, gosta de “pintar desenhos, jogos, qualquer coisa...”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “teimosa, bem-disposta, amiga e simpática”, reflete-se numa pessoa observadora e comunicativa.

A D. LUI tem 61 anos, é viúva e foi empregada auxiliar na Ordem do Carmo. A nível de habilitações literárias afirmou ter concluído o antigo 7º ano. Frequenta o Centro de Dia por iniciativa própria porque tem um historial clínico recorrente de acidentes vasculares cerebrais (apresentando algumas sequelas ao nível da linguagem expressiva) e “porque passava o dia sozinha”. Relativamente aos seus gostos partilhou que “gosto de jogos, dança, leitura e escrita”. Além disso, referiu que “não gosta muito de pintar desenhos mas gosto de pintura”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “refilona, gozona e simpática” e demonstra ser muito participativa, acessível e comunicativa.

A D. CAR tem 79 anos, é viúva e sempre trabalhou no campo, revelando que nunca estudou ou entrou numa escola. Encontra-se a frequentar o Centro de Dia por iniciativa própria, referindo que “vivo com um neto, a mulher e os respetivos filhos mas não quero estar em casa a olhar para eles”. No que se refere aos seus gostos, partilhou gostar de atividades realizadas em grupo, “adivinhas, cantar, pintar desenhos e jogos”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “bem-disposta, amiga e preocupada com os outros”, transparece-se como uma pessoa reivindicativa, participativa, acessível e comunicativa.

A D. GL tem 89 anos, é viúva, foi modista e rececionista, indicando ter a “antiga 2ª classe”. Referiu que frequenta o Centro de Dia porque vive sozinha e não tem capacidades para organizar o seu dia a dia, bem como para fazer as suas atividades da vida quotidiana de forma autónoma. Quanto aos seus gostos refere “a leitura e a escrita”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “simples, ingénua e humilde” e demonstra ser reservada.

A idosa E.M. tem 86 anos, sempre trabalhou como empregada doméstica e nunca estudou. Depois de casar deixou de trabalhar fora para tratar exclusivamente da sua casa e dos seus filhos. Atualmente, continua casada e vive com o marido. Frequenta o Centro de Dia por iniciativa própria e afirma “gosto de vir para o Centro de Dia porque assim estou entretida e o meu marido também tem as coisas dele em casa para se entreter.” No que se refere aos seus gostos revelou serem “jogos e ver televisão”, além disso, “gosto de estar na boa vida, comecei muito pequenina a trabalhar”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “amiga do seu amigo, tranquila, sossegada e simpática”, reflete-se numa pessoa calma e pouco comunicativa.

A D. GR desconhece-se a sua idade, é divorciada e, como profissão fez malas, carteiras e sacos de viagem. Em relação às suas habilitações literárias,

estudou até à “antiga 3ª classe” e refere que, embora “o meu pai tivesse muito gosto em que continuasse a estudar, eu não quis”. A sua frequência no Centro de Dia advém da sua própria iniciativa e deve-se ao facto de viver sozinha. Contudo, partilhou que o filho vive a cinco minutos de sua casa. Quanto aos seus gostos aprecia “todos os trabalhos manuais que apareçam”. Caracteriza-se por ser uma pessoa “reservada, amiga e calma” e revela ser uma pessoa reservada e pouco comunicativa.

2. Avaliação do contexto

Ao longo da presença na Casa-Acolhimento Santa Marta, foram mobilizadas diferentes técnicas que permitiram conhecer a realidade, as rotinas diárias do Centro de Dia e os atores sociais que o compõem. Estas técnicas basearam-se na análise documental, na observação participante e em conversas intencionais. As interações diárias, os momentos de convívio e de partilha constituíram também instrumentos privilegiados para a identificação e a sistematização conjunta dos problemas, das necessidades, das potencialidades e dos recursos existentes.

Segundo Stufflebeam e Shikfield (1995), a avaliação do contexto avalia as necessidades, os problemas e as oportunidades, funcionando como base para definir objetivos e prioridades. Contudo, a integração no contexto não passou apenas pela mobilização destas técnicas, privilegiando também a aproximação aos diferentes atores sociais que integram a realidade, designadamente os idosos, a técnica superior de serviço social, a técnica de animação e as ajudantes de ação direta. Paralelamente, privilegiou-se a integração nas atividades pontuais da instituição e nas respostas aos pedidos da equipa técnica¹⁸.

¹⁸ Apêndice 4: Sistematização e reflexão sobre as atividades pontuais realizadas pela instituição – Centro de Dia.

A observação participante permitiu compreender de perto o estabelecimento das rotinas do Centro de Dia. Os idosos chegam ao Centro de Dia pelas 9h00 e tomam o pequeno-almoço (café ou chá e pão ou bolachas), enquanto outros vão diretos para as suas cadeiras e ficam a observar os outros, a ver televisão e alguns conversam com o idoso mais próximo. Durante a manhã permanecem na sala, levantando-se pontualmente para ir ao quarto de banho e mais tarde para ir almoçar. Este é o dia a dia dos idosos que frequentam o Centro de Dia e relatado por alguns como: “O Centro de Dia está muito parado e por isso apetece estar sentado.” (D. LU); “O Centro de Dia é muito parado e as pessoas também.” (D. AM) e “O Centro de Dia precisa de mais vida, de não nos deixar dormir...” (D.CE). Neste âmbito, também foi possível constatar que os idosos pouco relacionam-se e comunicam pouco entre si e, além disso, não conhecem, significativamente, os idosos que frequentam o mesmo espaço. Maioritariamente, os idosos apenas se relacionam com os idosos que estão no lado direito e esquerdo da sua cadeira. A este propósito, alguns idosos partilharam: “Ninguém fala com ninguém.” (D. CA); “Eu não falo muito com a D. LA porque ela está mais distante.” (D.AM); “Aqui cada um tem o seu cantinho e falamos com os mais próximos.” (D.LU). Por vezes, observaram-se algumas conversas menos agradáveis entre e sobre alguns idosos.

A fase de avaliação de contexto permitiu organizar e avaliar a pertinência de toda a informação recolhida. Deste modo, e tendo em consideração a metodologia mobilizada foi possível conversar e identificar com os idosos os problemas sentidos, bem como as causas e as necessidades subjacentes aos mesmos. De igual modo, permitiu também identificar potencialidades, recursos materiais e humanos¹⁹. Numa lógica de participação, discussão, reflexão e negociação com e para as pessoas foi construído e traçado o caminho a seguir.

Os idosos que participaram no desenho e no desenvolvimento do projeto identificaram e reconheceram como principais problemas e causas: o facto do Centro de Dia desenvolver atividades pontuais que não correspondem às suas

¹⁹ Apêndice 5: Tabela de identificação dos problemas, causas, necessidades....

expectativas e interesses, devido a gravidez de risco da técnica de animação. Por conseguinte, a ausência da mesma contribuiu para a inexistência de um plano de ação, assim como para o estabelecimento das rotinas anteriormente descritas. As dificuldades nas relações interpessoais entre as pessoas idosas que frequentam o Centro de Dia associado à disposição do espaço físico da sala, à ausência de momentos que estimulem o convívio, assim como o relacionamento entre os idosos, à existência de conflitos também identificados pelos próprios idosos e à pouca estimulação de diálogo entre os idosos. Por fim, as dificuldades de organização institucional ao nível da confeção da alimentação e do transporte, partilhado por duas idosas do Centro de Dia, relacionado com a gestão e a escassez de recursos económicos.

Neste seguimento, através de conversas intencionais, procurou-se compreender juntamente com os idosos as necessidades que estavam subjacentes aos problemas identificados. Serrano (2008) define a necessidade como “ (...) uma discrepância entre a situação existente e a situação desejada, ou seja, a situação entre o que é e o que deveria ser” (Serrano, 2008, p. 31). Neste sentido, afirma que “É necessário que o projeto se baseie numa necessidade real para a qual se pretende encontrar uma solução e, também, que esta possa ser resolvida com a colaboração de todos.” (Serrano, 2008, p.31). Assim sendo, emergiram como principais necessidades: proporcionar um maior número de atividades de acordo com as expectativas e os interesses das pessoas idosas; promover o convívio entre as pessoas idosas, fomentando o auto e o hétero conhecimento, bem como o respeito mútuo e; por fim, criar espaços de diálogo entre os idosos e a equipa/direção técnica da Casa-Acolhimento Santa Marta de forma a conversar e a encontrar soluções para os problemas que os afetam.

Com base nesta matriz, refletindo e realizando a priorização de problemas, os idosos em diálogo com o educador entenderam que o problema das dificuldades de organização institucional não seria priorizado por constituir um problema evidenciado ocasionalmente no que se refere a alimentação e, pelo facto de a questão do transporte ter associada uma dimensão económica considerável.

A satisfação das necessidades implica a valorização das potencialidades e dos diferentes recursos endógenos existentes na realidade. Neste sentido, foi possível destacar algumas potencialidades e recursos que se constituíram

como mais-valias ao desenvolvimento do projeto. Deste modo, as principais potencialidades identificadas foram: o interesse das pessoas idosas na realização de um maior número de atividades; a partilha de ideias e gostos, por parte dos idosos, para a realização de atividades; a propensão para o diálogo, uma vez que, os idosos demonstravam à-vontade e vontade de dialogar, partilhando aspetos referentes à sua vida quotidiana (o que permitiu explorar e questionar outros aspetos ao longo da realização do projeto) e a frequência regular no Centro de Dia, proporcionando o desenvolvimento de atividades com continuidade e a concretização do projeto. Além destas, considerou-se como potencialidades a disponibilidade e a abertura da equipa técnica no esclarecimento de questões, bem como na sugestão e no desenvolvimento de ideias.

Para a concretização do projeto identificou-se como recursos materiais o espaço físico da Casa-Acolhimento Santa Marta devido à amplitude da sala do Centro do Dia e a existência de mesas e cadeiras para o desenvolvimento de atividades, assim como a disponibilidade de outras salas. Rádio, cd's de música popular, material para a realização de trabalhos manuais, material para a escrita e a leitura são também recursos materiais disponibilizados pelo Centro de Dia. No que se refere aos recursos humanos contou-se com as pessoas idosas; a equipa técnica; ajudantes de ação direta e estagiários da área de Serviço Social, Animação Sociocultural e Gerontologia.

Por fim, a presente intervenção fez todo sentido quando se procurou responder ao modelo das nove questões de Cembranos e colaboradores (2007)²⁰, nomeadamente: Porque se vai atuar? Que se vai fazer? Para que se vai atuar? A quem se dirige a ação? Como se vai fazer? Com quem se vai contar? Com que se vai realizar a ação? Quando se vai realizar? Onde se vai fazer? Deste modo, compreendeu-se a pertinência e a necessidade de existência do presente projeto.

²⁰ Apêndice 6: Modelo das nove questões.

CAPÍTULO 2. PLANIFICAÇÃO DE PROJETOS

“Um projeto é a expressão de um desejo, de uma vontade, de uma intenção, mas é também a expressão de uma necessidade, de uma situação a que se pretende responder.” (Guerra, 2007, p. 126)

Após a coconstrução do conhecimento que englobou a análise da realidade, dos problemas e das necessidades sentidas pelos diferentes atores sociais, foi necessário proceder à planificação do projeto.

A planificação do projeto implicou o investigador e os indivíduos na idealização e na projeção daquilo que pretendiam mudar na realidade, refletindo sobre o impacto da ação.

Segundo Cembranos e colaboradores (2007), “ (...) la planificación es el sistema para: hacer efectivas las deciones tomadas, realizar en plan elegido y conseguir los objetivos formulados.” (Cembranos et al., 2007, p.58). Como sublinha Serrano (2008), “Qualquer acção social necessita de ser planificada.” (Serrano, 2008, p. 37).

Neste sentido, a planificação revelou ser o ponto de partida para a intervenção, por meio dos recursos existentes, definindo os procedimentos a adotar com vista a concretizar os objetivos delineados.

1. Desenho do projeto de educação e intervenção social

Ao longo do processo de integração na realidade institucional da Casa-Acolhimento Santa Marta foi-se refletindo sobre a prática no terreno uma vez que, a realização de um projeto social necessita de uma postura crítica, reflexiva e atenta face à realidade e à ação a desenvolver.

De acordo com Serrano (2008), o desenho de um projeto social nasce do desejo de melhorar a realidade em que se está inserido e da necessidade de

resolução dos problemas que atingem os indivíduos. É neste sentido que a autora considera que um projeto deste âmbito tem de ser realizado com a participação de todos os membros implicados, uma vez que estes são detentores do conhecimento necessário para a transformação social. Deste modo, desenhar um projeto implica a inserção do investigador num determinado contexto social, construindo e analisando com os indivíduos o conhecimento da realidade que, por sua vez, determinará a existência de problemas e de necessidades que são necessários intervir.

O desenho e o desenvolvimento do presente projeto decorreram entre os meses de novembro de 2013 e junho de 2014. A sua designação, “Não nos deixem dormir...”, surgiu do diálogo e da partilha com as pessoas idosas, do que transmitiam e de como sentiam o Centro de Dia, isto é, “muito parado e por isso apetece estar sentado.” (D.LU); “é muito parado e as pessoas também.” (D.AM) e “precisa de mais vida, de não nos deixar dormir...” (D.CE).

1.1. Finalidade, objetivos gerais e específicos

De acordo com a perspetiva de Serrano (2008), a concretização de um projeto deve orientar-se pela utopia, uma vez que, proporciona a motivação necessária para alcançar a transformação da realidade. Contudo, esta deve ser graduada e consciente de acordo com a realidade em que se concretiza a intervenção.

Segundo Cembranos e colaboradores (2007), a utopia é a “ (...) realidade deseada, generadora del sentimiento de avance y cambio, es la chispa que otorga sentido a los planes de acción que se emprenden (...)” (Cembranos et al., 2007, p.63).

Deste modo, é a partir da utopia que se define a finalidade, tornando-se o motor da ação. Nesta linha de pensamento, Guerra (2007) afirma que a finalidade deve indicar “ (...) a razão de ser de um projeto e a contribuição que ele pode trazer aos problemas e às situações que se torna necessário transformar.” (Guerra, 2007, p. 163).

Partindo das necessidades e dos problemas já identificados, a finalidade deste projeto foi:

Promover um envelhecimento ativo e bem-sucedido das pessoas idosas que frequentam o Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta, com vista à melhoria da sua qualidade de vida.

Uma vez formulada a finalidade, tendo em consideração a utopia que lhe é inerente (Cembranos et al., 2007), foram definidos os objetivos gerais e específicos. Serrano (2008) refere que os objetivos “ (...) são os propósitos que se pretendem alcançar com a execução de uma acção planificada.” (Serrano, 2008, p. 44). No que se refere aos objetivos gerais, para Guerra (2007), estes devem ser coerentes com a finalidade do projeto e são os grandes orientadores da ação. Neste sentido, “ São aqueles propósitos mais amplos que definem o quadro de referência do projecto.” (Espinoza, 1986 citado por Serrano, 2008, p.45). Por sua vez, os objetivos específicos devem ser claros e expor os resultados que se procura alcançar com o respetivo projeto social (Guerra, 2007). Serrano (2008) corrobora afirmando que estes “São mais concretos do que os objetivos gerais e identificam de forma mais precisa aquilo que se pretende alcançar com a execução do projecto.” (Serrano, 2008, p. 46).

No seguimento da finalidade foram estabelecidos objetivos gerais (OG) e objetivos específicos (OE), designadamente:

OG 1: Envolver as pessoas idosas em atividades e dinâmicas institucionais.

- OE 1.1: Expressar os seus gostos e interesses de modo a propor atividades significativas para si.
- OE.1.2: Desenvolver a capacidade de iniciativa na planificação de atividades.
- OE 1.3: Participar, refletir e avaliar as atividades realizadas.

OG 2: Promover e fortalecer as relações interpessoais entre as pessoas idosas.

- OE 2.1: Conhecer-se a si e aos outros.
- OE 2.2: Reconhecer a importância do relacionamento com os seus pares.
- OE 2.3: Interagir com os seus pares com base no diálogo, na partilha e na negociação.

Na análise e na reflexão sobre o desenho do projeto, em que participaram todos os indivíduos implicados no mesmo, considerou-se que os objetivos delineados contribuiriam significativamente para a mudança da realidade, sobretudo para a alteração da rotina constata no Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta.

1.2. Ações, atividades e estratégias

Para dar seguimento aos objetivos do projeto foram desenvolvidas ações que contemplaram atividades propostas pelos diferentes atores sociais para corresponder aos problemas, as necessidades e aos interesses dos próprios.

O presente projeto contemplou duas ações: a ação I – “Habilidosos” (habilidades + idosos) e a ação II – “Eu e os Outros”. A ação I – “Habilidosos” estava intimamente relacionada com a necessidade de envolver os idosos na organização e na proposta das atividades a desenvolver no Centro de Dia, no sentido de corresponder às expectativas e aos interesses manifestados pelos próprios. A ação II – “Eu e os Outros” estava relacionada com a necessidade de fortalecer as relações interpessoais entre as pessoas idosas, fomentando os momentos de partilha, de convívio, bem como o auto e o hétero conhecimento.

Estas ações eram constituídas por diversas atividades, seguidamente apresentadas.

Ação I: Habilidosos

Atividades:

- Eu consigo!

- Desafio das Adivinhas
- Artistas de mãos vazias e coração cheio
- Cuidar de mim
- Capacitar: leitura, escrita e cálculo
- Juntar o útil ao agradável
- Caminhada até à Igreja Paroquial
- Animação física e motora
- Animação cognitiva
- Eu danço Tu cantas Nós dançamos e cantamos
- Caminhada até ao Lidl e à Igreja Paroquial
- Se eu não cuidar de mim alguém cuidará?

Jogos:

- Só Por Gestos
- Cubos Lógicos
- Quem sabe, sabe!
- Loto

Ação II: Eu e os Outros

Atividades:

- Eu sou... e gosto de...
- Características sentadas
- Eu sou...e ele....
- Levar a mal e apreciar
- O detetive
- Curiosidades pessoais
- Constelação de amigos
- Fotografias simbólicas
- Desabafos
- Refletir: Os estagiários

Jogos:

- Loto

Nesta ação também foram realizadas quatro conversas intencionais com a idosa D.LA. A necessidade destas conversas emergiu do facto de esta idosa revelar ser um elemento potenciador de conflitos, bem como ser uma pessoa fechada que pouco se relacionava com os outros idosos e que não se dava a conhecer.

Para a concretização das atividades foram mobilizadas várias estratégias, com a intencionalidade de alcançar os objetivos propostos, tendo em consideração os recursos disponíveis e as características individuais dos participantes (Guerra, 2007; Serrano, 2008).

No âmbito da ação “Habilidosos” e da ação “Eu e os Outros” foram utilizadas as seguintes estratégias: exercícios de dinâmica de grupo, jogos (alguns sugeridos pelas pessoas idosas e outros com a intencionalidade de estimular cognitivamente) sendo um dos interesses comum e transversal aos diferentes participantes e conversas intencionais. As conversas intencionais tiveram um duplo objetivo: na ação “Habilidosos” como estratégia para planificar, organizar, desenvolver e avaliar as atividades desenvolvidas; e na ação “Eu e os Outros”, como estratégia para promover o conhecimento e a compreensão das atitudes da idosa D. LA, de modo a promover o seu relacionamento com os restantes idosos que frequentam o Centro de Dia.

Relativamente à calendarização do projeto, as ações e as atividades que o compõem, foram planeadas e desenvolvidas entre os meses de janeiro e junho²¹ ²². O projeto realizou-se durante as manhãs de terça e de quarta-feira, entre as 9h00 e as 13h30, centrando-se na resposta social de Centro de Dia. Contudo, importa sublinhar que estas foram concretizadas de acordo com a disponibilidade, o interesse e a vontade das pessoas idosas, bem como com as atividades realizadas a nível institucional.

²¹ Apêndice 7: Calendarização das atividades do projeto - Ação “Habilidosos”.

²² Apêndice 8: Calendarização das atividades do projeto - Ação “Eu e os Outros”.

1.3. Avaliação de entrada

Após o desenho do projeto torna-se fundamental analisar e refletir sobre a sua coerência e pertinência, tendo em conta o seu contexto. Segundo Stufflebeam e Shinkfield (1995), a avaliação de entrada pondera alternativas visando satisfazer as necessidades dos indivíduos, funcionando como meio de planeamento para ação e impondo a mobilização dos recursos existentes. Neste sentido, a avaliação de entrada revela ser um momento que privilegia a reflexão e a análise da capacidade da própria realidade e dos atores sociais para levar a cabo o desenvolvimento do projeto (Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

A análise sistémica realizada em torno dos problemas, das necessidades, dos objetivos gerais e específicos, das ações, das atividades e respetivas estratégias permitiu ter uma visão mais coerente do contexto, das potencialidades e dos recursos disponíveis para à ação²³. Entende-se que é de extrema relevância a adequação destes, uma vez que são projetados no sentido de contribuir para a atenuação e/ou resolução dos problemas, bem como para o bem-estar dos indivíduos implicados.

As ações planeadas visam corresponder e alcançar os objetivos anteriormente definidos, assim como compreender as perceções das pessoas idosas com as quais se coconstruiu o conhecimento acerca da realidade.

Em relação à ação “Habilidosos”, considerou-se que esta tem viabilidade e necessidade de existir uma vez que, através do discurso dos idosos, percebeu-se que estes achavam que o Centro de Dia estava “muito parado”, decorrendo apenas atividades pontuais e não diariamente. Quanto à ação “Eu e os Outros”, conversou-se e refletiu-se em conjunto com os idosos sobre o sentido da mesma, considerando-se urgente intervir neste âmbito, tendo em conta que era notório a falta de diálogo, de auto e hétero conhecimento entre os idosos, assim como a ausência de convívio entre os mesmos. Deste modo, entende-se

²³ Apêndice 9: Sistematização da avaliação de entrada.

que o propósito das ações está devidamente clarificado e de acordo dos objetivos gerais definidos.

Por sua vez, sendo os objetivos específicos delineados de acordo com as pessoas idosas considera-se que estes tornam-se mais realistas e possíveis de serem concretizados. No que diz respeito às atividades planejadas para estas ações, assumem-se como viáveis e que vão ao encontro dos problemas, das necessidades e dos interesses dos atores sociais implicados. No desenvolvimento das diferentes ações mobilizou-se as estratégias já mencionadas no desenho de projeto, visto que se considerou pertinentes e adequados ao que é pretendido. No que concerne aos recursos disponíveis, mencionados na avaliação do contexto, entendeu-se que estes eram suficientes para as ações e as atividades a realizar.

Esta análise permitiu também refletir sobre possíveis constrangimentos à elaboração do projeto, designadamente: o pouco envolvimento participativo das pessoas idosas que, apesar de demonstrarem interesse em realizar um maior número de atividades, quando os técnicos da instituição proponham atividades pontuais mostravam-se pouco participativos, sendo necessário incentivá-los; a existência de diferentes estagiários com projetos e estudos para desenvolver e; por fim, o horário de permanência no Centro de Dia para a realização do projeto restringindo a observação e a participação noutras atividades institucionais.

Ao longo do desenho e do desenvolvimento do projeto foi necessário perspetivar, continuamente, a avaliação do mesmo segundo o modelo CIPP (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Esta fase de avaliação implicou a definição de indicadores de avaliação que se revelaram facilitadores da avaliação do produto. De acordo com Cembranos e colaboradores (2007), os indicadores ajudam a especificar os critérios ou as questões que permitirão avaliar o projeto desenvolvido. Deste modo, foram definidos indicadores de avaliação qualitativos e quantitativos.

Em relação aos indicadores de avaliação quantitativos considerou-se: o número de idosos no projeto; o número de participantes em cada atividade; o número de atividades que foram realizadas de acordo com os interesses dos idosos e o número de atividades propostas pelos idosos. No que se refere aos indicadores de avaliação qualitativos definiu-se: a capacidade de exteriorização das expectativas e dos interesses por parte dos idosos; a

qualidade de participação e de reflexão sobre as atividades desenvolvidas; o envolvimento na planificação e na realização de atividades; a capacidade de iniciativa dos idosos; o reconhecimento da importância das relações interpessoais; a partilha de experiências de vida pessoais; a capacidade de atenção e de respeito demonstrado para com outros idosos; e o reconhecimento das suas próprias potencialidades e capacidades pessoais.

Ao longo de todo o processo de desenvolvimento do projeto privilegiaram-se diferentes instrumentos de avaliação como forma de registar as observações e perceções dos diferentes atores sociais, designadamente: diário de bordo, reflexões grupais, conversas intencionais e dois questionários de avaliação aplicados no final de cada uma das ações desenvolvidas. O recurso a estes instrumentos permitiu recolher diferentes olhares, enriquecendo a avaliação do projeto.

2. Desenvolvimento e avaliação do processo

O projeto “Não nos deixem dormir...” foi desenhado com base na coconstrução do conhecimento, englobando a análise da realidade e do contexto. Para compreender a sua complexidade recorreu-se a análise documental, a observação participante do quotidiano dos idosos que frequentam o Centro de Dia, a interação com os mesmos, bem como a conversas intencionais com todos os indivíduos, tendo em vista o envolvimento e a participação de todos na transformação da realidade.

O presente projeto estruturou-se em duas ações emergentes dos temas e dos problemas valorizados pelos idosos, integrando um conjunto de atividades diversificadas. Durante o desenvolvimento do projeto e respetivas atividades foram criados momentos de avaliação sistemáticos ou contínuos, contribuindo para uma reflexão avaliativa com todos os idosos implicados no projeto. De acordo com Stufflebeam e Shinkfield (1995) a avaliação do processo corresponde à verificação contínua da realização (ou não) do plano delineado.

Neste sentido, se não for feita uma conveniente avaliação do processo, não é possível perceber se os resultados foram atingidos.

2.1. Ação: “Habilidosos”

A designação da ação “Habilidosos” surge de dois conceitos transversais ao presente projeto, designadamente Habilidades e Idosos, refletindo os idosos com habilidades/capacidades. Esta ação procurou responder à necessidade de proporcionar um maior número de atividades de acordo com as expectativas e os interesses das pessoas idosas.

Contudo, de acordo com a observação participante foi possível perceber que o pouco envolvimento participativo dos idosos poderia representar um potencial constrangimento. Assim, tornou-se fundamental criar as condições necessárias para a participação ativa e reflexiva dos idosos, promovendo atividades incentivadoras com base nos seus gostos e preferências, gerando comunicação e interação entre as pessoas idosas.

Na realização das duas primeiras atividades - “Eu consigo!”²⁴ e “Artistas de mãos vazias e coração cheio”²⁵- privilegiou-se os seus gostos e interesses ao nível da pintura e dos jogos. A adesão dos idosos a estas atividades não foi espontânea e, deste modo, foi inevitável motivar e apelar à participação dos mesmos.

A atividade “Eu consigo!” contemplou a realização de diferentes jogos: a memória de palavras; as palavras a cores e os puzzles. Estes jogos apresentavam como principais objetivos estimular um envelhecimento ativo; estimular a dimensão cognitiva e promover a participação dos idosos. Os dois primeiros jogos (memória de palavras e palavras a cores) contaram com a participação de dez idosos e um dos jogos (puzzles) apenas por duas idosas. No

²⁴ Apêndice 10: Planificação e desenvolvimento da atividade – eu consigo!

²⁵ Apêndice 11: Planificação e desenvolvimento da atividade – artistas de mãos vazias e coração cheio.

final dos jogos, os idosos compartilharam alguns comentários positivos: “Ao jogar não estivemos tão parados e colocamos a cabeça a funcionar.” (D.CAR); “Fazer jogos é uma boa forma de ocupar o tempo.” (D.AM); “Com os jogos estamos entretidos e o tempo passa mais rápido.” (D.LUI); “Gostei muito do jogo da memória e faz-nos muito bem.” (D.CE). Importa acrescentar que, alguns idosos referiram que não estavam habituados a atividades desta natureza, “sentindo algumas dificuldades” (D.EM).

A atividade “Artistas de mãos vazias e coração cheio”, contando com a participação de quatro idosos, consistiu numa atividade de pintura, mais especificamente, na criação de um placar decorativo alusivo à vida e ao amor. Esta atividade tinha como objetivos estimular a participação e a capacidade de iniciativa dos idosos; proporcionar o convívio entre todos os idosos e estimular a partilha de vivências pessoais. Neste sentido, no seu desenvolvimento, privilegiou-se o espaço de diálogo, de partilha, de reflexão sobre a história de vida dos participantes, os desafios e as dificuldades mais significativas ao longo das suas trajetórias de vida. Nos comentários finais, os idosos mostraram-se muito agradados com a realização da atividade e compartilharam comentários como: “É tão bom estarmos aqui a trabalhar em conjunto...” (D.CE); “Assim, fazemos algo que gostamos e conversamos... é melhor que estar sentada sem fazer nada.” (D.CAR); “Eu gosto de estar ocupada e faz-nos bem.” (D.LUI); “Hoje fiquei a saber mais coisas sobre vocês e vocês sobre mim. São nestes momentos de partilha que percebemos que ainda temos muito para conhecer...” (D.AM).

Considerando a avaliação qualitativa e quantitativa das atividades supracitadas, compreendeu-se que o processo de participação, de envolvimento e de planificação das atividades implicaria um incentivo constante à capacidade de participação e de reflexão dos idosos.

Nas duas seguintes atividades, tentou-se abranger e alcançar um maior número de participantes. A atividade “Cuidar de mim²⁶” baseou-se na sensibilização dos idosos para as suas capacidades pessoais, refletindo sobre o processo de envelhecimento – dimensão física, psicológica e social. O grupo

²⁶ Apêndice 12: Planificação e desenvolvimento da atividade – cuidar de mim.

refletiu como principais preocupações do envelhecimento: a dependência física (limitações físicas), as demências mais características do processo de envelhecimento e a importância de continuar a estabelecer relações com os outros. Esta atividade contou com a participação do grupo de dez idosos e outros presentes na sala. A atividade tinha como objetivos fomentar a autoestima das pessoas idosas; refletir sobre a imagem e o espírito e refletir sobre mitos e estereótipos associados ao processo de envelhecimento. Ao longo da mesma, os idosos foram partilhando: “Agora já não me apetece fazer nada.” (D.CA); “Não gosto de estar quieta.” (D.CE); “Já não me apetece fazer certas coisas.” (D.GL); “Se me ensinarem eu faço qualquer coisa...”. (D.LA); “Gosto de estar na boa vida, comecei muito pequenina a trabalhar.” (D.EM). Deste modo, foi visível uma maior satisfação e envolvimento por parte de alguns idosos, tendo em conta também os seus percursos e experiências de vida. Os comentários grupais, demonstraram entendimento do que era pretendido, sendo que os idosos partilharam que este tipo de atividades era pertinente e fazia com que as pessoas refletissem sobre a vida que levavam. No final desta sessão houve também um momento dedicado à avaliação do percurso trilhado até então de forma a identificar os próximos passos. Nesta avaliação, que por sua vez foi positiva, os idosos partilharam que as atividades realizadas tinham dinamizado o espaço, alterado a rotina instalada e que pretendiam continuar a realizar e a participar noutras atividades. Tendo em consideração o momento avaliativo, conversou-se com os idosos sobre a importância de participarem e de planificarem as atividades, uma vez que se procurava alcançar a emancipação dos indivíduos e a mudança da realidade.

A atividade “Juntar o útil ao agradável²⁷” contou com a participação ativa de seis idosos e consistiu na pintura e na reutilização de garrafas de água (1L) com o propósito de corresponder aos gostos identificados, nomeadamente a pintura e o jogo “derrubar garrafas” (a realizar posteriormente noutra atividade). O resultado final foi muito apreciado pelos participantes, assim como pelos observadores (outros idosos, ajudantes de ação direta e técnica superior de serviço social). Para além disso, entendeu-se que este

²⁷ Apêndice 13: Planificação e desenvolvimento da atividade – juntar o útil ao agradável.

reconhecimento foi importante, incentivando a contínua participação dos idosos. Por fim, o grupo descreveu a atividade como sendo: “interessante e diferente” (D.GL; D.CAR); “muito engraçada” (D.LU; D.CE); “original” (D.LA; D.AM).

De seguida, a atividade denominada por “Animação física e motora²⁸” foi bem acolhida tanto pelo grupo de idosos que participaram assiduamente no projeto (dez), como por outros que não têm participado noutras atividades. Esta atividade englobou a realização de vários exercícios adaptados à condição física dos idosos, acompanhados de música popular, uma vez que, este também era um dos gostos manifestado pela maioria dos idosos. Esta atividade apresentou como principais objetivos: estimular um envelhecimento ativo; promover a participação dos idosos e proporcionar momentos de interação, bem-estar e diversão. Ao longo da concretização da atividade, que contou com a colaboração da estagiária FL²⁹, foi possível constatar momentos de comunicação, solidariedade e interajuda entre os idosos, visto que estes se apoiaram mutuamente e manifestaram alegria, através das palmas, quando os idosos cumpriam com os objetivos. Considerou-se que os comentários grupais foram incentivadores: “Deveria ser praticada mais vezes porque estes exercícios fazem-nos muito bem.” (D.LU); “Devíamos fazer todos os dias.” (D.CA); “Faz bem e é divertido.” (D.LA). Paralelamente, as próprias ajudantes de ação direta referiram que os exercícios realizados eram essenciais para a mobilidade dos idosos.

A atividade designada por “Animação cognitiva³⁰” contemplou a realização de quatro jogos distintos que tinham como objetivos: estimular um envelhecimento ativo; estimular a dimensão cognitiva e promover a participação dos idosos. O jogo do teste stroop foi realizado pelo grupo de dez idosos e o jogo das diferenças por duas idosas. Os idosos não demonstraram interesse em realizar o jogo da sopa de letras e o dos labirintos pois

²⁸ Apêndice 14: Planificação e desenvolvimento da atividade – animação física e motora.

²⁹ A realizar estágio curricular, na Casa-Acolhimento Santa Marta, no âmbito da Licenciatura em Serviço Social pela Universidade Lusófona.

³⁰ Apêndice 15: Planificação e desenvolvimento da atividade – animação cognitiva.

consideraram muito difícil e exigente para as suas idades. Perante esta negação, respeitou-se as suas vontades e apoiou-se as suas escolhas sendo que a participação era o principal objetivo a alcançar. Nos comentários grupais, alguns idosos partilharam o seu agrado e outros o seu desagrado. Como por exemplo: “Gosto muito de fazer diferenças, obriga-me a concentrar...” (D.AM); “Oh menina já não tenho cabeça para isso...” (D.EM). De acordo com Jacob (2007), a perda das capacidades cognitivas podem ser reduzidas “ (...) se o idoso mantiver uma boa atividade cognitiva e contactos sociais regulares. (...) O exercício mental regular pode aumentar a actividade cerebral, retardar efeitos da perda de memória e da acuidade e velocidade perceptiva e prevenir o surgimento de doenças degenerativas.” (Jacob, 2007, p. 72). Neste sentido, conversou-se com os idosos sobre a importância deste tipo de atividades, revelando compreensão sobre a sua importância.

É essencial referir que, apesar destas atividades serem planeadas com e para o grupo face ao conhecimento da realidade do grupo, estas sempre foram flexíveis e abertas a alterações tendo em conta o desenvolvimento das mesmas e o feedback dos idosos. À medida que estas atividades designadas como incentivadoras foram decorrendo, os idosos revelaram progressivamente uma maior predisposição e um maior envolvimento na planificação das atividades. Deste modo, simultaneamente às atividades incentivadoras à participação foram surgindo, de forma espontânea no grupo de idosos, atividades e jogos provenientes do processo de participação e de decisão dos mesmos.

No que se refere aos jogos, em dias diferentes, os idosos elegeram quatro jogos: “Só por gestos!”, “Cubos lógicos”, “Quem sabe, sabe!”³¹ e o “Loto”, sendo evidente a participação de todo o grupo participante no projeto, assim como de alguns idosos presentes no Centro de Dia.

As atividades resultantes da capacidade de iniciativa e do envolvimento participativo dos idosos foram: “Desafio das adivinhas”, “Capacitar – leitura,

³¹ “Só por gestos!”, “Cubos lógicos”, “Quem sabe, sabe!” - Estes jogos foram criados com o objetivo de estimular e proporcionar momentos de bem-estar e diversão. Podem ser utilizados, independentemente do comportamento cognitivo ou do grau de escolaridade. Teles, R. (s.a). Jogos Seniores, Jogos de estimulação cognitiva e diversão. Escola Superior de Educação da Paula Frassinetti.

escrita e cálculo”; “Eu danço, tu cantas Nós dançamos e cantamos”; “Caminhada até à igreja paroquial”; “Caminhada até ao Lidl e à igreja paroquial” e, por fim, “Se eu não cuidar de mim alguém cuidará?”.

No “Desafio das adivinhas³²” como o próprio nome indica, consistia em partilhar e adivinhar adivinhas. Apesar de a planificação ser realizada em conjunto com os idosos e corresponder aos seus gostos, na concretização da atividade só participaram cinco idosos enquanto outros limitaram-se a assistir. Deste modo, sentiu-se necessidade de respeitar o espaço e a vontade das pessoas, uma vez que, estas não se mostraram muito predispostas. Note-se que a previsão de um possível constrangimento no decorrer da atividade foi determinante para a continuação da mesma pois emergiu a necessidade de se partilhar algumas adivinhas de forma a estimular uma maior partilha e participação por parte dos idosos. Apesar disso, considera-se que os comentários grupais foram encorajadores e motivadores para todos os indivíduos implicados no projeto: “As atividades ajudam-nos a ocupar o tempo.” (D. CAR); “Toda a gente sabe e conhece adivinhas e torna-se divertido.” (D. GR); “Foi um momento bem passado.” (D.LUI). Os idosos participantes demonstraram satisfação pela adoção de um papel mais ativo e significativo na planificação das atividades: “Nós não estamos habituados mas é bom preparar o que gostamos de fazer.” (D.AM); “Decidir o que fazer...até parecemos importantes...” (D.LU).

A atividade “Capacitar – leitura, escrita e cálculo³³” emergiu do interesse e da necessidade de duas pessoas idosas em praticar a leitura e a escrita, bem como efetuar cálculos. A planificação e a realização desta atividade partiu sempre da capacidade de iniciativa destas duas idosas, uma vez que foram as únicas a demonstrarem esta aspiração. Esta prática verificou-se através de cópias, ditados e na escrita do nome pessoal. Além disso, no caso específico de uma das idosas, também no apoio à realização de cálculos que se basearam nas suas despesas mensais, tendo em conta a sua reforma. Deste modo, esta atividade apresentou como objetivos: apoiar e incentivar a recuperação de

³² Apêndice 16: Planificação e desenvolvimento da atividade – desafio das adivinhas.

³³ Apêndice 17: Planificação e desenvolvimento da atividade – capacitar – leitura, escrita e cálculo.

competências; responder à capacidade de iniciativa das pessoas idosas e positivar a atitude de aprendizagem ao longo da vida. Ao longo das diversas atividades foi notório a dedicação e a evolução das idosas. Neste sentido, foi-se valorizando e reconhecendo a atitude positiva, participativa das duas idosas e o facto de continuarem a desenvolver competências, uma vez que a aprendizagem acontece ao longo da vida. No fim de cada atividade, as idosas demonstravam uma grande satisfação e sentimento de capacitação pelo trabalho conseguido, reconhecendo, a cada dia, uma evolução progressiva dos aspetos desenvolvidos. Como por exemplo: “Hoje a letra está mais bonita.” (D.GL); “É tão bom ver que consigo fazer sozinha.” (D.LUI). Este feedback positivo motivou a repetição da atividade, no sentido de continuar o aperfeiçoamento de competências: “Nós ao praticarmos estamos sempre a melhorar.” (D.LUI); “As minhas mãos já não ajudam mas eu não desisto de praticar porque gosto muito de ler e escrever.” (D. GL). Importa sublinhar que, ao longo da realização destas atividades, tentou-se apelar à participação de outros idosos mas estes recusaram, partilhando que não tinham vontade nem interesse, respeitando os seus interesses individuais.

A atividade “Eu danço, tu cantas Nós dançamos e cantamos³⁴” contou com a participação de quatro idosos e tinha como objetivos estimular um envelhecimento ativo, promover a participação dos idosos e proporcionar momentos de interação, bem-estar e convívio. Os idosos participantes nesta atividade revelaram entusiasmo com este momento de convívio, generalizando-se à participação e ao envolvimento das próprias ajudantes de ação direta. As ajudantes de ação direta constituíram elementos facilitadores, uma vez que, estimularam a capacidade de iniciativa dos idosos. Por fim, os participantes partilharam alguns comentários: “Estes momentos ajudam-nos a aliviar a cabeça” (D.CE); “Tornam o Centro de Dia mais alegre, eu adorei...” (D. CAR); “Ajuda-nos a distrair.” (D. LUI); “Foi muito divertido.” (D. AM).

As caminhadas resultaram, numa primeira instância, de uma caminhada anterior sugerida pela técnica superior de serviço social. A partir desta

³⁴ Apêndice 18: Planificação e desenvolvimento da atividade – eu danço, tu cantas nós dançamos e cantamos.

caminhada tomou-se conhecimento que, habitualmente, quando as condições meteorológicas eram favoráveis os idosos apreciavam a realização de caminhadas. Neste sentido, a chegada de bom tempo veio motivar o interesse e a vontade dos idosos em caminhar, que sempre se concretizou quando sugerido pelos mesmos.

A “Caminhada até à igreja paroquial³⁵” contou com a participação de cinco idosos e consistia na realização de um passeio até ao local mencionado. Deste modo, os objetivos delineados resumiram-se em refletir sobre os benefícios das caminhadas para a saúde; estimular um envelhecimento ativo e bem-sucedido e promover o convívio entre os idosos. Importa realçar que a organização desta atividade contou, novamente, com o apoio da estagiária FL. Esta foi uma atividade muito apreciada pelos idosos porque permitiu que estes saíssem um pouco do Centro de Dia e, ao fazê-lo sentiram que, apesar da idade, ainda têm alguma autonomia. Neste sentido partilharam: “É tão agradável caminhar e faz-nos bem...” (D.LA); “Nós antes caminhávamos muito com a Dr.^a Lurdes, sempre gostamos.” (D. LU); “ Eu também ando no Centro de Dia mas é melhor cá fora.” (D.CA). Ao longo da caminhada houve espaço para dialogar e partilhar acontecimentos de vida e lembranças mais significativas, como por exemplo, a D. AM e a D.GL referiram que se tinham casado “nesta” igreja paroquial (Santíssimo Sacramento), por sua vez, a D.LU referiu que casou na Foz, a D. GR em Lordelo e a D.CAR em Amarante. Considera-se que com o decorrer das atividades do projeto, os idosos têm fomentado a confiança entre si, o que se reflete na capacidade de partilha de aspetos mais pessoais. Como comentários grupais, os idosos partilharam o interesse e a necessidade de repetir a atividade noutro dia, com o intuito de quebrar a rotina diária instalada no Centro de Dia.

Por sua vez, na atividade “Caminhada até ao Lidl e à igreja paroquial³⁶” participaram sete idosos e apresentou os mesmos objetivos que a caminhada anterior. A concretização desta caminhada contou, mais uma vez, com o apoio da estagiária FL uma ajuda fundamental dada a mobilidade reduzida de alguns

³⁵ Apêndice 19: Planificação e desenvolvimento da atividade – caminhada até à igreja paroquial.

³⁶ Apêndice 20: Planificação e desenvolvimento da atividade – caminhada até ao lidl e à igreja paroquial.

idosos. Como já foi referido anteriormente, sendo esta uma atividade que surgiu da planificação e da capacidade de iniciativa dos idosos, revelou-se uma maior predisposição, interesse e motivação por parte dos idosos na sua realização. Ao longo da caminhada os idosos comunicaram entre si e ajudaram-se mutuamente de modo a facilitar a mobilidade. Por fim, os comentários grupais foram muito positivos, demonstrando reconhecimento dos benefícios das caminhadas para a saúde como também uma satisfação pessoal: “ É tão bom puder caminhar e apanhar um pouco de sol...” (D.EM); “Os ossos já não ajudam mas nós temos de caminhar senão com o passar do tempo é pior...” (D. CA) e “É juntar o útil ao agradável...” (D. CAR); “As caminhadas fazem muito bem a saúde, eu venho sempre a pé para o Centro de Dia...” (D. GR); Faz bem andar, a toda a gente...novos e velhos...” (D.GL).

A última atividade, “Se eu não cuidar de mim alguém cuidará?”³⁷ contou com a participação de seis idosos e consistiu, numa primeira instância, em tratar da imagem dos idosos, nomeadamente da cara e das mãos. Esta atividade foi realizada e enquadrada no projeto porque se considerou substancial responder afirmativamente a esta necessidade manifestada pelas idosas, uma vez que se trata da imagem e de contribuir para o aumento da sua autoestima. Além disso, entende-se que o sentimento que as pessoas idosas têm sobre si e a sua imagem reflete-se positiva ou negativamente na participação em atividades e na abertura a desafios. Assim sendo, definiu-se como objetivos: fomentar a autoestima das pessoas idosas; refletir e valorizar as competências e capacidades individuais e positivar o processo de envelhecimento. Desta forma, considera-se que esta atividade teve efeitos muito positivos e que foi significativa para o bem-estar dos idosos. Por fim, os comentários grupais passaram pelo agradecimento e valorização da disponibilidade em atender ao pedido.

Por fim, uma vez terminada esta ação, realizou-se um questionário de avaliação³⁸ individual (anónimo) representando uma oportunidade privilegiada para o grupo refletir sobre a ação desenvolvida. De um modo

³⁷ Apêndice 21: Planificação e desenvolvimento da atividade – se eu não cuidar de mim alguém cuidará?

³⁸ Apêndice 22: Questionário de avaliação - Ação “Habilidosos”.

geral, a atividade que mais gostaram foi a de pintar, alguns idosos também referiram a atividade de animação física e motora, as caminhadas, a escrita e os cálculos e os momentos de convívio³⁹. Quando questionados sobre a atividade que menos gostaram, a maioria dos idosos partilhou que gostaram de tudo e que não tinham nada a apontar. Contudo, duas idosas referiram: “Não gostei de dançar porque não podia fazê-lo.” (D. LA); “O jogo de sopa de letras foi difícil.” (D. LUI). Para finalizar, não apontaram nenhuma sugestão, crítica ou observação.

2.2. Ação: “Eu e os Outros”

A ação “Eu e os Outros” procurou responder à necessidade de promover o convívio entre as pessoas idosas, fomentando o auto e o hétero conhecimento, bem como o respeito mútuo. De modo a favorecer o desenvolvimento da presente ação, em conjunto com a técnica de animação (temporária), procedeu-se a mudança na organização da sala, uma vez que, entendia-se que esta não disponha de condições apelativas e favoráveis a relação, a comunicação e a participação dos idosos⁴⁰. Nesta ação e respetivas atividades participaram, continuamente, nove idosos, uma vez que, a D. CE - participante na ação anterior - deixou de frequentar a Casa-Acolhimento Santa Marta.

Numa fase inicial sentiu-se necessidade de realizar atividades facilitadoras com o propósito de facilitar o diálogo, promover a proximidade, a abertura e a confiança entre os idosos. Tendo em consideração a adaptação e a evolução do grupo de idosos considerou-se necessário concretizar sete atividades facilitadoras. Estas atividades contaram com a participação deste grupo de idosos e de outros que não têm participado noutras atividades do projeto.

³⁹ Apêndice 23: Síntese das respostas dos idosos participantes no projeto.

⁴⁰ Apêndice 24: Mudança na organização da sala.

Na atividade “Eu sou...e gosto de...”⁴¹, o grupo mostrou-se muito receptivo e participativo. Esta atividade apresentou como objetivos: fomentar o auto e hétero conhecimento; facilitar a comunicação entre os idosos e promover a coesão grupal. Primeiramente os idosos apresentaram-se e, de seguida, partilharam a sua idade e alguns dos seus gostos. O nome dos idosos foi o aspeto que se notou ser de conhecimento mais geral, por outro lado, a idade e os gostos pessoais de cada um não eram tão conhecidos e, em alguns casos, percebeu-se que nunca haviam sido partilhados. No fim, nos comentários grupais, os idosos partilharam que consideraram a atividade importante, uma vez que é necessário conhecerem-se para que haja uma melhor relação entre todos. Alguns destes comentários foram: “Assim é mais fácil conhecermo-nos.” (D. AM); “É importante e faz toda a diferença, assim falamos mais com os outros.” (D.LUI) e “Estas atividades são o primeiro-passo para a mudança.” (D.CAR).

A seguinte atividade denominada por “Características sentadas”⁴² consistia em reconhecer e partilhar características pessoais, apresentando como objetivos: ajudar as pessoas a conhecerem-se; fomentar o auto e o hétero conhecimento e promover o convívio entre os participantes. Ao longo da atividade, foi possível constatar que, de um modo geral, os idosos demonstram consciência e reflexão sobre si próprios. Contudo, percebeu-se também que existiam alguns idosos que nunca tinham refletido sobre as suas características pessoais. Neste sentido, alguns idosos colaboraram com os restantes elementos do grupo, partilhando algumas características que podiam ajudar as pessoas a caracterizarem-se. No momento dos comentários grupais, na generalidade, os idosos partilharam que consideraram a atividade “interessante” porque indiretamente implicava o reconhecimento de qualidades e defeitos de cada um. Por sua vez, este reconhecimento conduziu à “reflexão sobre as atitudes”. Com o desenvolvimento desta atividade foi-se percebendo, por meio da observação participante, que os idosos se estavam a

⁴¹ Apêndice 25: Planificação e desenvolvimento da atividade – eu sou...e gosto de...

⁴² Apêndice 26: Planificação e desenvolvimento da atividade – características sentadas.

divertir e a apreciar o momento. Por fim, considera-se que é notório, por parte dos idosos, uma maior predisposição a participar e a partilhar em grupo.

A atividade “Eu sou...e ele...”⁴³ privilegiou os seguintes objetivos: facilitar o diálogo entre os participantes, estimular a interação entre o grupo e fomentar o auto e o hétero conhecimento. Com esta atividade pretendia-se dinamizar a sala, fazendo com que os idosos trocassem, por momentos, de lugar e partilhassem o que conheciam sobre o idoso que estava ao seu lado. A realização desta atividade permitiu perceber os conhecimentos retidos pelos idosos em relação aos outros, resultante das atividades anteriormente realizadas. Deste modo, verificou-se a reminiscência de gostos e características pessoais, valorizando-se a capacidade de memória e o interesse dos idosos em conhecer melhor o outro. Por fim, como comentários grupais, os idosos referiram “Estou a gostar muito de participar nas atividades.” (D.LUI); “Permitem ocupar melhor o tempo que passamos no Centro de Dia.” (D.GL); “Nós agora fazemos coisas diferentes” (D. EM). Além disso, partilharam que o ambiente à tarde (Centro de Convívio) não era propício para o diálogo porque “Os idosos da tarde querem fazer tudo e acham-nos mais dependentes.” (D.LU) e (D.LUI). Desta partilha, percebeu-se que este era um problema que precisava de ser trabalhado em futuras intervenções.

“Levar a mal e apreciar⁴⁴”, foi mais uma atividade que promoveu o aprofundamento do conhecimento em relação ao outro, o desenvolvimento da escuta ativa e da compreensão empática e a promoção do respeito mútuo. A atividade consistia em completar as seguintes frases: “Eu aprecio que...” e “Eu levo a mal que...”. Esta atividade demonstrou que os idosos estavam plenamente conscientes “do que apreciavam e do que levavam a mal”. Posto isto, atendeu-se a ideia emergente do grupo que proponha a exposição das respostas dos idosos no placar do Centro de Dia, com o intuito de partilhar o conhecimento. Deste modo, considera-se que a realização desta atividade teve efeitos muito positivos, proporcionando momentos de reflexão, de interação e

⁴³ Apêndice 27: Planificação e desenvolvimento da atividade – eu sou... e ele...

⁴⁴ Apêndice 28: Planificação e desenvolvimento da atividade – levar a mal e apreciar.

de convívio. O feedback dos idosos, no fim da atividade, revelou “Muito interessante e engraçada.” (D. LA); “Divertida.” (D.GR) e “Diferente.” (D.CA).

A atividade “O detetive⁴⁵” surge na mesma lógica de objetivos, isto é, fomentar o auto e o hétero conhecimento; estimular a comunicação entre os participantes e promover a coesão grupal. Num primeiro momento a atividade resumiu-se em responder a três questões apresentadas num cartão individual e anónimo, seguidamente os cartões foram misturados numa caixa e cada participante teve de retirar um cartão à sua escolha. A tarefa consistia em associar as respostas a uma determinada pessoa demonstrando conhecimento interpessoal. No fim da atividade, refletiu-se sobre a função facilitadora que este tipo de atividades assume, nomeadamente na relação e na comunicação entre os idosos, visto que, anteriormente, a interação e o diálogo entre os mesmos eram escassos. Os idosos partilharam a mesma opinião e reconheceram este desconhecimento: “É verdade, tem toda a razão.” (D. CAR); “As pessoas estão aqui caladas, cada um no seu canto.” (D. AM) “Ninguém fala com ninguém.” (D. CA) Deste modo, considera-se que esta conversa foi muito importante e produtiva, uma vez que, tornou mais significativa a existência desta ação.

Com o decorrer das atividades foi-se constatando que os idosos estão evidentemente mais recetivos, envolvidos e participativos. Além disso, estes têm demonstrado cada vez mais curiosidade em conhecer a intencionalidade das atividades propostas e reconhecem a sua utilidade.

Na atividade designada por “Curiosidades pessoais⁴⁶”, procurou-se fomentar o auto e hétero conhecimento; incentivar a partilha de aspetos mais pessoais, bem como promover a comunicação entre os participantes. Esta atividade foi realizada ao mesmo tempo que os idosos realizavam alguns trabalhos manuais orientados pela técnica de animação. Considera-se que desta forma, estando os idosos todos reunidos e trabalhando descontraidamente, favoreceu o desenvolvimento da atividade com maior naturalidade. A atividade cingiu-se em fazer uma questão a determinado

⁴⁵ Apêndice 29: Planificação e desenvolvimento da atividade – o detetive.

⁴⁶ Apêndice 30: Planificação e desenvolvimento da atividade – curiosidades pessoais.

idoso, nomeadamente sobre algo que quisessem saber a seu respeito. Os idosos aderiram facilmente e fizeram diversas questões como por exemplo: “Sei que tem filhos, mas quantos teve?”; “O que fez no Brasil?”; “Gosta de viver com a sua filha?”; “Que idade tem?”; “Gosta de estar no Centro de Dia?”; “Tem algum problema de saúde?”, entre outras. Neste sentido, verificou-se que algumas destas questões já transpareceram algum conhecimento sobre as pessoas idosas interpeladas, refletindo uma conquista do grupo. Nos comentários grupais, os idosos revelaram: “Gostei muito.” (D.CA); “Foi interessante.” (D.LA); “Tivemos liberdade para questionar o que quiséssemos, foi diferente...” (D.CAR); “Sinto que, a cada dia que passa, conheço mais um pouco de alguém.” (D. GL). Esta atividade permitiu que comunicassem mais entre si ao invés de estar cada um a fazer o seu trabalho.

Por fim, a atividade “Constelação de amigos⁴⁷”, consistiu no preenchimento de uma espécie de rede em que se solicitou que cada idoso respondesse a determinadas questões, com a intencionalidade de compreender as relações que estabelecem no Centro de Dia. Desta forma, possibilitou a reflexão sobre a importância das relações interpessoais, promoveu a consciencialização dos mesmos face àqueles com as quais têm menos ligação, que comunicam e conhecem menos, incentivando-os a criar momentos de convívio, a facilitar a aproximação e a comunicação. De um modo geral, entende-se que os resultados obtidos com a realização desta atividade foram muito positivos, no sentido em que os idosos compreenderam a importância dos aspetos subjacentes aos objetivos. Contudo, apesar dos idosos reconhecerem a importância das relações interpessoais no seu quotidiano, considera-se fundamental apostar num trabalho contínuo e sistemático. Nos comentários grupais, partilharam: “Eu não gosto de falar com ninguém, gosto de estar no meu canto.” (D.EM); “Eu não falo muito com a D. LA porque ela está mais distante.” (D.AM); “Aqui cada um tem o seu cantinho e falamos com os mais próximos.” (D.LU). Deste modo, é perceptível e confirmado pelo discurso dos próprios idosos que a disposição da sala condiciona efetivamente a criação de relações e proximidade entre os idosos.

⁴⁷ Apêndice 31: Planificação e desenvolvimento da atividade – constelação de amigos.

Nesta ação as atividades “Fotografias simbólicas”; “Desabafos”; “Refletir: Os estagiários” e o Jogo do “Loto”, emergiram do desenvolvimento de proximidade, de abertura e de confiança entre os idosos participantes. Estas atividades basearam-se sobretudo em conversas, partilha de opiniões, de momentos e de sentimentos.

A atividade denominada por “Fotografias simbólicas⁴⁸” contemplou os seguintes objetivos: estimular a partilha entre os participantes; fomentar a união e a coesão grupal e promover a comunicação entre os participantes. A realização desta atividade só foi possível porque se contou com o compromisso e a participação de quatro pessoas idosas, sendo da responsabilidade destas levar fotografias pessoais para partilhar com o restante grupo. A partilha gerada em torno das fotografias incitou a partilha de histórias de vida e de sentimentos entre os idosos. As fotografias selecionadas pelos idosos retratam diferentes momentos e sentimentos, designadamente “quando fiquei viúva” (D. AM); (D. CAR); (D. LUI); (D. LU), “esta é de quando era mais nova” (D. LUI), “quando o meu neto foi batizado” (D. AM), “esta é a minha neta” (D. AM); “ estas foram tiradas num passeio realizado pela Casa-Acolhimento Santa Marta” (D. CAR). Assim, percebeu-se que o falecimento do companheiro foi um momento marcante na vida das idosas supracitadas, que exigiu adaptações na vida quotidiana e que justifica a frequência das mesmas no Centro de Dia. Neste sentido, também se partilhou com os idosos fotografias pessoais significativas e ofereceu-se aos idosos algumas fotografias capturadas ao longo das atividades realizadas. De seguida, idealizou-se em conjunto a elaboração de um cartaz de forma a retratar alguns dos momentos vivenciados pelos idosos no Centro de Dia. Os principais comentários partilhados pelos idosos: “Estes são os melhores momentos da minha vida.” (D. CAR); “É tão bom ver todos estes momentos...” (D. AM), revelam o envolvimento ativo e afetivo dos idosos nesta atividade. Três idosas solicitaram a revelação de uma fotografia para guardar como recordação. Deste modo, a presente atividade alcançou os objetivos propostos, refletindo uma mudança de atitude por parte

⁴⁸ Apêndice 32: Planificação e desenvolvimento da atividade – fotografias simbólicas.

de algumas idosas. Esta mudança constata-se essencialmente numa maior predisposição e abertura para a partilha de aspetos pessoais das suas vidas.

A atividade os “Desabafos⁴⁹” atendeu aos mesmos objetivos que a atividade antecedente e adveio da necessidade dos idosos conversarem sobre a apresentação da peça de teatro “Largo das Memórias”, realizada no âmbito do projeto dos estagiários de animação sociocultural. Os idosos participantes deste projeto e do projeto “Não nos deixem dormir...” demonstravam estar muito ansiosos e nervosos. Deste modo, em conjunto considerou-se que conversar sobre o assunto, partilhar estes sentimentos poderia ajudar e unir o grupo. Após a partilha e o realce das potencialidades de cada um, as pessoas idosas mostraram-se mais à-vontade e confiantes nas suas capacidades pessoais. Os idosos revelaram que “Foi uma boa ideia conversar sobre o assunto.” (D.LA); “Agora sinto-me mais descontraída e compreendida.” (D.AM); “Numa altura destas conversar foi a melhor escolha, valeu mais do que fazer outra coisa.” (D.CAR).

A Casa-Acolhimento Santa Marta acolheu, no ano letivo 2013/2014, sete estagiários de áreas distintas: dois de animação sociocultural, dois de gerontologia e três de serviço social. A atividade “Refletir: Os estagiários⁵⁰” emergiu por parte dos idosos face à finalização dos estágios curriculares e, por conseguinte, à ausência de alguns destes estagiários. Deste modo, contemplou como objetivo refletir sobre a finalização e a saída dos estagiários da instituição e da vida dos idosos. Ao longo do diálogo alguns idosos partilharam: “Nós depois temos muitas saudades porque os estagiários passam muito tempo connosco e de repente vão embora...”, “Na próxima semana já vão todos embora, ficam só os velhos...” (D.CAR); “Realmente, de repente ficamos sem nenhum estagiário. Num momento estão muitos e depois...” (D.AM); “Todos os meses devíamos ter estagiários porque agora vão todos embora e não fica nenhum.” (D. LA); “Os estagiários são uma grande ajuda.” (D. GL). De acordo com a ajudante de ação direta D. MA, “São muitos até demais. Torna-se uma ballburdia porque começam a fazer o nosso trabalho e

⁴⁹ Apêndice 33: Planificação e desenvolvimento da atividade – desabafos.

⁵⁰ Apêndice 34: Planificação e desenvolvimento da atividade – refletir: os estagiários.

ninguém se entende. Depois quando vão embora, os idosos queixam-se porque não têm a mesma atenção.”. Deste modo, verifica-se que as opiniões sobre o papel e a importância dos estagiários na instituição divergem entre os diferentes atores sociais, isto é, entre os idosos e as ajudantes de ação direta. Uma vez que este tema é de cariz estrutural e hierárquico procurou-se também explorar esta dimensão junto da diretora técnica (técnica superior de serviço social). Segundo esta, “Este ano foram muitos estagiários, não volta a acontecer....Já tivemos muitos mas todos da mesma área, com o mesmo projeto...era diferente...nada como este ano.” Neste sentido, refletiu-se com a diretora técnica a multiplicidade de perspetivas inerentes à presença de vários estagiários partilhadas pelos próprios idosos e pela própria ajudante de ação direta. Neste momento reflexivo também se partilhou com a mesma que ao longo do tempo se foi notando, sendo inclusive partilhado pelos idosos, algum cansaço nomeadamente quando se apelava a participação e quando eram abordados para responder a questões de acordo com os estudos e projetos de cada um dos estagiários. Considera-se que este é um aspeto que deve ser problematizado, uma vez que a instituição deve refletir sobre as implicações associadas ao acolhimento deste número de estagiários.

Pelo exposto, crê-se que as atividades realizadas foram contribuindo para a mudança de atitudes - considerando que os idosos demonstram estar mais predispostos para partilhar, evidenciando confiança e maior proximidade entre si - e para a coesão grupal.

Simultaneamente a estas atividades, embora em momentos diferentes, foi realizado um trabalho mais individualizado com a D. LA, mobilizando como estratégia a conversa intencional, no sentido de explorar a sua atitude comportamental. Através da observação participante e do diálogo com os outros idosos, percebeu-se que esta idosa era potenciadora de conflitos - ao demonstrar o seu desagrado perante determinado acontecimento; pouco comunicativa - não interagia com os idosos, nem os próprios idosos se sentiam à vontade para fazê-lo; e, pouco aberta e disponível - recusava-se a tomar o pequeno-almoço com os outros idosos, permanecendo na sua cadeira a tecer comentários desagradáveis. De acordo com os idosos, a D. LA nunca demonstrou interesse em tomar o pequeno-almoço no Centro de Dia uma vez que afirmava tomar em casa e, no referido contexto, apenas bebia chá. Contudo, ao longo do tempo foi-se observando que tomava o chá sozinha,

pouco tempo depois de os idosos tomarem o pequeno-almoço em conjunto, o que nos fez questionar a razão desta atitude. Na realidade, segundo a opinião dos idosos, a D. LA sentia-se incomodada com a situação “porque também gostaria de estar à mesa com os outros idosos mas o seu orgulho não lhe permite mudar de atitude” (D. CAR). Neste sentido pretendeu-se, por meio da conversa intencional, compreender o seu comportamento com o propósito de promover a sua integração no grupo.

Esta intervenção mais individualizada contemplou quatro momentos e centrou-se na valorização das competências pessoais e sociais da D.LA, na importância do respeito pelo outro, na reflexão sobre a importância das relações interpessoais e na aproximação e comunicação desta idosa aos restantes idosos. De um modo geral, ao longo das conversas intencionais, considera-se que a D. LA demonstrou receptividade e interesse ao facilitar a abordagem dialógica.

Num primeiro momento com a D. LA foram reconhecidas e valorizadas algumas das qualidades observadas na interação com os idosos, designadamente a partilha de conhecimentos, a vontade de ajudar e a capacidade de elogiar o outro. Neste sentido, refletiu-se sobre o impacto das suas qualidades e dos seus contributos para o grupo, bem como a sua atitude ao pequeno-almoço. Em relação a situação do pequeno-almoço, a idosa referiu que não se importava de tomar com os outros idosos visto que, habitualmente, tomava em casa. Assim sendo, procurou-se fazê-la compreender os benefícios de partilhar a mesa de pequeno-almoço com o grupo a fim de conversar e tomar o seu chá ao invés de fazê-lo sozinha.

Num segundo momento refletiu-se com a D. LA sobre a importância da comunicação interpessoal, a integração no grupo e a participação nas atividades, enquanto elementos facilitadores da sua interação com outros idosos. Posteriormente, identificou-se resultados únicos evidenciados pela própria idosa provenientes da sua participação no projeto, nomeadamente, procura ajuda quando precisa ou sente alguma dificuldade - observou-se que requereu o material que necessitava para realizar tapeçaria e; aceitou um biscoito oferecido pelos idosos que tomavam o pequeno-almoço - apesar de a sua postura permanecer irreversível quanto à possibilidade de ir para a mesa com os outros idosos. Desta forma, neste momento dialógico procurou-se realçar os aspetos positivos conquistados pela idosa, com o intuito de

continuar a incentivar a sua participação nas atividades, promovendo oportunidades de interação com os restantes idosos que frequentam o Centro de Dia.

No terceiro momento procurou-se sensibilizar a D. LA para a importância do respeito pelo outro, bem como as consequências que podem advir de determinadas atitudes. Esta conversa resultou da necessidade de compreender a atitude da D. LA para com outra idosa durante a realização do jogo “Loto”, mas propriamente a forma como demonstrou o seu desagrado perante os comentários de uma idosa que não se encontrava a participar no jogo. Em momento de reflexão sobre o comportamento adotado a D.LA afirmou que a sua atitude adveio, exclusivamente, da impertinência da idosa e dos comentários desagradáveis, referindo que futuramente tentaria moderar a sua forma de atuar. Deste feito, entende-se que a D. LA obteve uma boa reflexão e que compreendeu a intencionalidade da conversa.

Por fim, no último momento, valorizou-se o comportamento da D. LA, nomeadamente a participação e a partilha do momento de pequeno-almoço com o grupo de idosos. Os próprios idosos reconheceram este comportamento, celebrando através de palmas e partilhando comentários como: “É assim mesmo, está aqui à mesa connosco e vamos conversando...” (D. GL) e “Claro que sim, já devia ter vindo mais cedo...” (D. CAR). Paralelamente, identificou-se a obtenção de outros resultados únicos, a D. LA revelou comportamentos mais comunicativos com os restantes idosos e partilhou os seus sentimentos relativamente à apresentação da peça de teatro. A própria idosa reconhece algumas mudanças comportamentais, avaliando de forma positiva a sua interação com o grupo.

Estas mudanças comportamentais foram sendo valorizadas de forma sistemática pelos estagiários que diariamente estavam na Casa-Acolhimento Santa Marta, representando um contínuo incentivo. Contrariamente, as ajudantes de ação direta não valorizavam este tipo de comportamentos, afirmando mesmo que “apenas deve sentar-se na mesa quem precisa de comer pão...”. Esta dimensão deverá ser futuramente trabalhada, sensibilizando e

refletindo sobre a importância da relação e da comunicação na vida diária institucional destes idosos.

Na finalização desta ação foi também realizado um questionário de avaliação individual⁵¹ (anónimo), adequado aos objetivos propostos da respetiva ação. Em termos gerais, as atividades que os idosos mais gostaram foram: “Levar a mal e apreciar”; “O detetive”; “Fotografias simbólicas e “Desabafos”. Não apontaram qualquer atividade quando questionados sobre a que menos gostaram e nenhuma sugestão, crítica ou observação foi apontada pelos idosos⁵².

3. Avaliação do produto

Ao longo de todo o processo de análise da realidade, desenho e desenvolvimento do projeto contemplaram-se momentos de avaliação transversais. De acordo com o modelo CIPP (Stufflebeam & Shinkfield, 1995), o objetivo principal da avaliação do produto é o de verificar em que medida a avaliação satisfaz as necessidades de todos os indivíduos implicados no projeto. Além disso, permite avaliar as mudanças alcançadas face à finalidade, aos objetivos e aos indicadores de avaliação definidos para o projeto.

Durante o desenvolvimento das ações e respetivas atividades do projeto mobilizou-se diferentes instrumentos de avaliação, incluindo uma reflexão e uma partilha final sobre a atividade realizada, bem como um questionário de avaliação no final de cada ação. Estes instrumentos de avaliação tinham como intencionalidade conhecer a perceção dos idosos sobre o trabalho desenvolvido, com o intuito de aperfeiçoar a prática. Ao longo das duas ações – Ação “Habilidosos e a Ação “Eu e os Outros” – procurou-se valorizar as

⁵¹ Apêndice 35: Questionário de avaliação - Ação “Eu e os Outros”.

⁵² Apêndice 36: Síntese das respostas dos idosos – avaliação da ação “Eu e os Outros”

vivências, os saberes e competências pessoais e relacionais de cada idoso, de modo a promover a mudança social.

O facto de ser um grupo pequeno foi uma mais-valia porque permitiu dar maior atenção a cada indivíduo e, desta forma, também possibilitou que se construísse um ambiente de confiança entre o grupo de participantes no projeto. O constrangimento mais difícil de lidar e de superar ao longo do desenvolvimento do projeto referiu-se ao pouco envolvimento participativo das pessoas idosas na planificação das atividades do projeto. A própria técnica de animação (temporária) corroborou este constrangimento, afirmando a pouca participação dos idosos nas atividades que organizava: “A rotina deles é não fazer nada.”; “É necessário que a instituição crie condições, é preciso tempo, quebrar hábitos...”; “São mulheres de combate, que toda a vida fizeram e deram sem receber por isso agora não sabem como reagir.”; “É difícil chegar e mudar porque já está tudo muito estruturado e enraizado.”; “É um trabalho contínuo e que é necessário estar constantemente a incentivar e apelar a participação.” e “A participação é algo que se vai conquistando com o tempo porque eles não estão habituados a participar.”. Por conseguinte, considera-se fundamental, em termos futuros, apostar num trabalho articulado e sistémico ao nível das práticas institucionais.

As mudanças conseguidas, ao nível pessoal e intergrupar, foram questionadas, avaliadas e refletidas, tendo em conta os indicadores de avaliação delineados na avaliação de entrada. Os indicadores de avaliação permitem perceber a “relação de um objectivo operativo e a planificação” (Ventosa, 2002, p. 119), contribuindo para a reflexão entre o planeado e o alcançado.

No que se refere aos indicadores de avaliação quantitativos, o presente projeto começou com um grupo de dez participantes e terminou com um de nove, devido à desistência de uma idosa da Casa-Acolhimento Santa Marta - por razões desconhecidas. Na ação “Habilidosos”, como é possível constatar ao longo do desenvolvimento do projeto, considera-se que o número de participantes em cada atividade foi variável, associando-se à predisposição e à falta de hábito dos idosos em participar ou realizar atividades; foram realizadas seis atividades incentivadoras de acordo com os interesses dos idosos e estes participaram no planeamento de seis atividades e de quatro jogos. Na ação “Eu e os Outros”, todas as atividades contaram com a

participação do grupo de nove idosos; foram realizadas sete atividades facilitadoras e os idosos envolveram-se no planejamento de três atividades e de um jogo.

Note-se que a existência das atividades incentivadoras e facilitadoras foram imprescindíveis à realização do projeto, uma vez que, como referido anteriormente, permitiram criar condições para a participação dos idosos, facilitando a aproximação e a relação entre os mesmos e incentivando o envolvimento de todos por meio de atividades significativas. Neste sentido, Demo (1941) refere que a participação é um processo permanente e, por sua vez, uma conquista, acrescentando que,

O planejamento participativo não impede, por exemplo, que se busque convencer a comunidade da necessidade de determinada ação, desde que o processo de convencimento se faça dentro de um espaço conquistado de participação, ou seja, partindo-se dos interesses da comunidade, levando em conta a sua contribuição e sua potencialidade, deixando-se também convencer do contrário. (Demo, 1941, p. 21)

Em relação aos indicadores de avaliação qualitativos, verificou-se de acordo com os comentários expressos no final de cada atividade que os idosos conseguiram exteriorizar as suas expectativas e interesses. De igual modo, a qualidade da participação foi denotada por alguma insistência e incentivo inicial, tornando-se mais assídua e espontânea ao longo do projeto. Também foi possível verificar um considerável envolvimento dos idosos na planificação e na realização das atividades; revelou-se um investimento gradual dos idosos nas relações interpessoais, dando-se a conhecer por meio das atividades concretizadas e partilhando experiências de vida pessoais. A qualidade da capacidade de iniciativa dos idosos foi, em determinados momentos, mais notória e meritória de valorização, intimamente relacionada com o progresso e à mudança de atitude por parte dos idosos ao longo do desenvolvimento do projeto. Com o decorrer das atividades, percebeu-se ainda o desenvolvimento de uma melhor capacidade de escuta ativa, compreensão empática e respeito mútuo, assim como a identificação e o reconhecimento de potencialidades e capacidades pessoais através de uma maior aceitação e sugestão de atividades.

O projeto permitiu, também, facilitar a aproximação entre os idosos, potenciar o desenvolvimento do auto e do hétero conhecimento entre os indivíduos, que no momento de avaliação referiram: “Agora já nos conhecemos melhor.” (D. AM); “Eu antes não sabia nada de algumas pessoas e agora já sei...” (D.LUI); “Este projeto foi muito importante para nós.” (D. CAR); “Até parece que agora damo-nos melhor...” (D.LA). Associado a este último resultado, os idosos alcançaram um maior à-vontade para se dar a conhecer e disponibilidade para conhecer os outros, conversando mais entre si, respeitando e gerindo as diferenças. Esta mudança contribuiu para uma maior coesão grupal e, conseqüentemente, para a diminuição dos conflitos que existiam entre alguns idosos.

Outra conquista verificada por parte de alguns idosos prende-se com o reconhecimento das suas capacidades e das suas competências, valorizando-se mais a si próprios, contribuindo para o aumento da autoestima e, naturalmente, para um maior envolvimento e dedicação ao projeto. Estas mudanças estão presentes a nível do discurso dos idosos que se tornou mais positivo e na atitude participativa, designadamente: “Afinal eu ainda consigo pintar muito bem.” (D. GR); “Devíamos repetir esta atividade.” (D. EM); “Olha a D. LA tem muito jeito para fazer rolinhos...” (D. CAR).

Deste modo, foi possível constatar que os idosos, com a participação no desenho e no desenvolvimento do projeto “Não nos deixem dormir...”, estão mais implicados nas atividades e nas dinâmicas institucionais. Esta evidência provém do desenvolvimento do projeto, especificamente de discursos como “O que vamos fazer hoje?” (D.CAR); “Não podemos estar todo o dia na cadeira.” (D. LUI). Note-se que a mudança na organização da sala, mais especificamente do espaço em que os idosos desenvolviam as atividades, contribuiu para fomentar a participação e o envolvimento dos idosos. Além disso, os idosos revelam maior autonomia e capacidade de iniciativa para participar, expressar os seus gostos, perspetivas, bem como refletir em grupo.

Assim sendo, considera-se que, embora as conquistas alcançadas não sejam transversais a todos os idosos, houve efetivamente mudança de atitude por parte de alguns participantes. Esta mudança contribuiu para amenização dos problemas, designadamente pelo facto do Centro de Dia desenvolver atividades pontuais que não correspondiam as expectativas e aos interesses dos idosos e às dificuldades existentes nas relações interpessoais entre os

idosos que frequentam o Centro de Dia. Neste sentido, as ações responderam as necessidades identificadas, proporcionando um maior número de atividades de acordo com as expectativas e os interesses dos idosos e promovendo as relações interpessoais, criando espaços de convívio e de diálogo, fomentando o auto e o hétero conhecimento, bem como o respeito mútuo entre os mesmos.

Em suma, pode-se concluir que todos os objetivos foram trabalhados e desenvolvidos, contudo, alguns de forma mais plena que outros, sendo necessário um trabalho contínuo com vista à transformação da realidade no seu todo. Compreende-se também que a duração do projeto influenciou a solidificação das mudanças, sendo importante que a instituição continue o desenvolvimento do projeto ou dos seus objetivos por meio de outras ações.

Conclusão

A concretização do projeto “Não nos deixem dormir...” teve como finalidade promover um envelhecimento ativo e bem-sucedido das pessoas idosas que frequentam o Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta, com vista à melhoria da sua qualidade de vida.

O projeto desenvolvido com os atores sociais em torno da sua realidade, dos seus problemas e das suas necessidades constituiu-se num processo complexo, pelos diferentes constrangimentos enfrentados. Ao longo do percurso foi necessário estar, continuamente, a motivar e a apelar ao envolvimento das pessoas idosas, face ao papel pouco ativo que os indivíduos assumiam na instituição e dos seus percursos de vida.

Desta forma, o projeto revelou-se significativo, uma vez que, partiu dos contributos e das necessidades dos idosos, designadamente pela realização de um maior número de atividades de acordo com as suas expectativas e os seus interesses e pela promoção das relações interpessoais através da criação de momentos de convívio e de diálogo entre os idosos, fomentando o auto e o hétéro conhecimento, bem como o respeito mútuo.

O desenho e o desenvolvimento do projeto facilitaram a proximidade, a relação e a comunicação entre os idosos, elementos essenciais sobretudo em indivíduos que frequentam, diariamente, o mesmo espaço e que apresentam as redes de apoio muito fragilizadas. Ao longo do processo evidenciou-se a evolução de um grupo de participantes pouco habituado a participar e a envolver-se no planeamento de atividades. A capacidade de iniciativa, de envolvimento, de partilha e de motivação foram gradualmente tornando-se notórias, realçando-se positivamente a implicação dos idosos. Deste processo, também resultou o desenvolvimento de potencialidades e de capacidades por parte das pessoas idosas, acreditando que a continuidade do projeto poderia contribuir para solidificar as mudanças alcançadas.

O presente projeto de educação e intervenção social, orientado pela metodologia de investigação-ação participativa, promoveu também a transformação social incentivando à consciência crítica, ao questionamento, a

participação e a envolvimento de todos os intervenientes, de forma a agirem e a contribuírem para a mudança das práticas enraizadas.

Os conteúdos conceptuais abordados foram fundamentais para a compreensão do contexto social, uma vez que permitiram refletir sobre o processo de envelhecimento, adequando a intervenção à dimensão deste fenómeno social. Neste âmbito, a relevância do papel do Educador Social torna-se clara, impulsionando e implicando todos indivíduos na mudança social.

Deste modo, este projeto também poderá contribuir para uma reflexão e um alerta à instituição, principalmente para que se consciencialize sobre a importância da participação e da relação interpessoal na terceira idade, de modo a melhorar e a adequar as suas práticas. Esta referência advém dos idosos que frequentam o Centro de Dia, reconhecendo também a existência de dificuldades comunicacionais com os idosos que usufruem do Centro de Convívio – resposta social que não foi possível intervir. Para além disso, será importante avaliar quantitativamente a aceitação de estagiários, refletindo sobre as suas consequências a nível prático e relacional.

Para finalizar, crê-se que o projeto “Não nos deixem dormir...” foi significativo e teve impactos positivos na vida dos idosos, justificando-se a sua existência e a sua pertinência. Como resultado desta investigação e intervenção compreendeu-se que é importante a valorização de resultados únicos, sejam estas de índole individual ou coletiva, uma vez que “Presume-se que a mudança seja contínua, fruto da incorporação de pequenas mudanças que, consubstanciadas, se tornam grandes mudanças.” (Payne, 2002, p. 247).

BIBLIOGRAFIA

- Almeida, A. (2008). *A pessoa idosa institucionalizada em lares: Aspetos e contextos da qualidade de vida*. Dissertação de Mestrado. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Porto, Portugal.
- Andrada, B., Alvarez, J., & Bellon, F. (1982). *Tempo libre y educacion*. Madrid: Editorial Escuela Española, SA.
- Azevedo, S. (2011). *Técnicos Superiores de Educação Social. Necessidade e Pertinência de um Estatuto Profissional*. Porto: Fronteira do Caos Editores.
- Baptista, I. (2001). *Educação Social: um espaço profissional com valor e sentido*. *Revista da Educação Social*, 55-60.
- Barros, J. (2004). *Psicologia positiva*. Porto: ASA.
- Barros, R. (2013). *Educação de Adultos. Conceitos, Processos e Marcos Históricos. Da Globalização ao Contexto Português*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Bessa-Luís, A., Silva, G., Sousa, G., & Azevedo, C. (2009). *Paróquia do Santíssimo Sacramento: História e Vida Pastoral*. Porto: s.n.
- Bianconi, M. L., & Caruso, F. (2005). *Educação não-formal*. *Cienc. Cult. [online]*, 4, 20-20.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação. Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Bordenave, J. (1994). *O que é participação*. São Paulo: Brasiliense.
- Cancela, D. (2007). *O processo de envelhecimento. Trabalho realizado no estágio de complemento ao diploma de Licenciatura em Psicologia*. Porto: Universidade Luísada.
- Capul, M., & Lemay, M. (2003). *Da Educação à Intervenção Social*. Porto: Porto Editora.
- Carmo, H. (2007). *Desenvolvimento comunitário*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Carvalho, A., & Baptista, I. (2004). *Educação Social - Fundamentos e estratégias*. Porto: Porto Editora.

- Cembranos, F., Montesinhos, D., & Bustelo, M. (2007). *La animación sociocultural: una propuesta metodológica*. Madrid: Editorial Popular.
- Costa, A. (1990). *A pesquisa de terreno em sociologia*. In A. Silva, & J. Pinto (Eds.), *Metodologias das ciências sociais* (pp.129-148). Porto: Edições Afrontamento.
- Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M., & Vieira, S. (2009). *Investigação-acção: metodologia preferencial nas práticas educativas*. *Revista Psicologia, Educação e Cultura*, 13, 355-379.
- Demo, P. (1941). *Participação é conquista*. São Paulo: Cortez Editora.
- Erikson, E. (2006). *Teorias da Personalidade*. São Paulo: Thomson.
- Faleiros, V. (1997). *Saber profissional e poder institucional*. São Paulo: Cortez Editora.
- Fragoso, A. (2005). *Desenvolvimento participativo: uma sugestão de reformulação conceptual*. *Revista Portuguesa de Educação*, 001, 23-51.
- Guerra, I. (2007). *Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Ação. O Planeamento em Ciências Sociais*. Estoril: Principia.
- Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos. Actividades*. Porto: Ambar.
- Lessard-Hébert, M., Goyette, G., & Boutin, G. (2010). *Investigação Qualitativa. Fundamentos e Práticas*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Lima, R. (2003). *Desenvolvimento Levantado do Chão...Com os Pés Assentes na Terra*. Dissertação de Doutoramento em Ciências da Educação. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Porto, Portugal.
- Lopes, M. (2008). *Animação Sociocultural em Portugal*. Amarante: Gráfica do Norte.
- Martín, A. (2007). *Gerontologia Educativa: Enquadramento disciplinar para o estudo e intervenção socioeducativo com idosos*. In A. Osório, & F. Pinto (Eds.), *As pessoas idosas* (pp.47-73). Coimbra: Instituto Piaget.
- Martinelli, S., & Bartholomeu, D. (2007). *Escala de motivação académica: uma medida de motivação extrínseca e intrínseca*. *Avaliação Psicológica*, 6, 21-31.

- Martins, R. (2005). A relevância do apoio social na velhice. *Revista do Instituto Superior de Viseu*, 31, 128-134.
- Mendes, I. (2007). *A dimensão participativa dos cursos de educação e formação de adultos (EFA) no Vale do Ave, norte de Portugal. Dissertação de Doutoramento, Universidade Granada*. Granada: Espanha.
- Mendonça, M. (2002). *Ensinar e aprender por projectos*. Porto: Edições ASA.
- Miranda, A., & Oliveira, J. (2012). Quando o palco é parte da realidade: O sociodrama na formação dos educadores sociais. *Revista Sensos*, 2, 27-40.
- Monteiro, A. (1996). A avaliação nos projetos de intervenção social: reflexões a partir de uma prática. *Sociologia. Problemas e Prácticas*, 137-154.
- Oliveira, J. (2005). *Psicologia do envelhecimento e do idoso*. Porto: Legis.
- Ortega, J. (1999). *Educación Social Especializada*. Barcelona: Ariel Educación.
- Osório, A. (2007). Os idosos na sociedade atual. In A. Osório, & F. Pinto (Eds.), *As pessoas idosas* (pp.11-46). Lisboa: Instituto Piaget.
- Paúl, C. (1991). *Envelhecimento activo e redes de suporte social*. *Revista da Faculdade de Letras, Sociologia*, 275-287.
- Paúl, C., Fonseca, A., Martín, I., & Amado, J. (2005). Satisfação e Qualidade de Vida em Idosos Portugueses. In C. Paúl, C & A.M. Fonseca (Eds.), *Envelhecer em Portugal*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Payne, M. (2002). *Teoria do Trabalho Social Moderno*. Coimbra: Editora Quarteto.
- Peres, A. N. (2004). A educação e a animação dos tempos livres. *A Página da Educação*, 27.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. (1998). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Ribeiro, D. (2001). Envelhecimento. In L. Silva (Ed.), *Acção social na área da família* (pp. 169-197). Lisboa: Universidade Aberta.
- Ribeiro, O., & Paúl, C. (2011). *Manual de Envelhecimento Ativo*. Lisboa: Lidel.
- Rogers, C. (1985). *Tornar-se pessoa*. Lisboa: Moraes Editores.

- Romans, M., Petrus, A., & Trilla, J. (2003). *Profissão: Educador Social*. São Paulo: Artmed Editora.
- Roths, L. (2005). *A Recomposição Induzida do Campo da Educação Básica de Adultos*. Porto: Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação.
- Saúde, O. M. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde - Opas - OMS.
- Sérgio, J. (2003). *Mediação de Conflitos em Instituições Educativas. Manual para a formação de mediadores*. Porto: ASA.
- Serrano, G. (2000). *Modelos de Investigación Cualitativa en Educación Social y Animación Sociocultural. Aplicaciones Prácticas*. Madrid: Narcea, S.A. De Ediciones.
- Serrano, G. (2008). *Elaboração de Projetos Sociais: Casos Práticos*. Porto: Porto Editora.
- Serrano, G., & Puya, M. (2005). *El animador. Buenas prácticas de acción sociocultural*. Madrid: Narcea, S.A. De Ediciones.
- Simões, A. (1982). *Aspectos de gerontologia. Revista portuguesa de pedagogia, 16, 39-92*.
- Simões, A. (2006). *A nova velhice. Um povo público a educar*. Porto: Ambar.
- Sousa Santos, B. (1989). *Introdução a uma ciência pós-moderna*. Porto: Edições Afrontamento.
- Stufflebeam, D., & Shinkfield, A. J. (1995). *Evaluación Sistemática: guía teórica y práctica*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Tamer, N., & Petriz, G. (2007). A qualidade de vida dos idosos. In A. Osório, & F. Pinto (Eds.), *As pessoas idosas* (pp.181-201). Lisboa: Instituto Piaget.
- Timóteo, I. (2010). *Educação social e relação de ajuda. Representações dos educadores sociais sobre as suas práticas*. Tese de Mestrado não publicada. Universidade de Évora, Évora, Portugal.
- Torremorell, M. (2008). *Cultura de Mediação e Mudança Social*. Porto: Porto Editora.
- Ventosa, J. (2002). *Desarrollo y evaluación de proyectos socioculturales*. Madrid: Editorial CCS.

Documentos Eletrónicos:

- Calado, S. & Ferreira, S. (2004/2005). Análise de documentos: método de recolha e análise de dados. Mestrado em Educação – Didática das Ciências. Retirado de <http://www.educ.fc.ul.pt/docentes/ichagas/mi1/analisedocumentos.pdf>.
- (Centro de Dia, Modelo de Avaliação da Qualidade, 2010). Retirado de http://www4.segsocial.pt/documents/10152/13337/gqrs_centro_dia_modelo_avalia%C3%A7%C3%A3o.
- Pordata, 2014, Quadro Resumo. Retirado de [http://www.pordata.pt/Municipios/Quadro+Resumo/Porto+\(Municipio\)-4178](http://www.pordata.pt/Municipios/Quadro+Resumo/Porto+(Municipio)-4178).

Documentos Institucionais cedidos pelo Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento - Casa-Acolhimento Santa Marta:

- Regulamento Interno do Centro de Dia;
- Regulamento Interno do Centro de Convívio;
- Regulamento Interno do Serviço de Apoio Domiciliário.

Anexos

Anexo 1: Declaração de consentimento da instituição

Declaração de Consentimento

Monsenhor Soares Jorge (presidente do Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento), através da diretora técnica da Casa-Acolhimento Santa Marta Dr.^a Ana Luísa Portela, declara que concede autorização de publicação, dos dados institucionais, da logomarca e do nome da referida entidade no Relatório de Projeto de Mestrado, na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos, da Escola Superior de Educação do Porto, denominado "Não nos deixem dormir...", desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa no ano letivo 2013/2014. Declara também que autoriza o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 18 de Junho de 2014

Ana Luísa Vitorino Portela

Anexo 2: Regulamento Interno do Centro de Dia

Regulamento interno do Centro de Dia do Centro Social Paroquial do Santíssimo Sacramento

CAPÍTULO I Disposições Gerais

NORMA I Âmbito de Aplicação

O Centro Social Paroquial Santíssimo Sacramento, designado por CSPSS, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, inscrita com o n.º 16/84, Pessoa Colectiva 501700951, com autorização provisória de funcionamento para a resposta social de Centro de Dia emitida pelo Centro Distrital de Segurança Social do Porto, em 18 de Julho de 2011.

As características desta Instituição são pautadas pelas normas da moral cristã. No entanto, não constitui critério de selecção, pelo que serão admitidos clientes de qualquer confissão religiosa. Apenas se lhes pede que respeitem os critérios que o CSPSS a si mesmo se propôs.

NORMA II Legislação Aplicável

O CSPSS e o Centro de Convívio regem-se igualmente pelo estipulado no:

1. Decreto-Lei n.º 119/83, de 25 de Fevereiro – aprova o estatutos das IPSS, alterado pelos: Decreto-Lei n.º 89/85, de 1 de Abril – Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o art.º 32.º) e Decreto-Lei n.º 402/85, de 11 de Outubro – Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o n.º 2 do art.º 7.º e o art.º 11.º); Decreto-

Lei n.º 29/86, de 19 de Fevereiro – Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o n.º 2 do art.º 94.º).

2. Portaria 139/2007, de 29 de Janeiro – Aprova o Regulamento do Registo das IPSS.

3. Despacho Normativo n.º 75/92, de 20 de Maio – Define o Regime Jurídico da Cooperação Despacho normativo n.º 75/92 de 23 de Abril – Cooperação entre ASS e IPSS.

4. Contrato colectivo de trabalho para as IPSS.

5. Circular n.º 3 de 02/05/97 da ex-DGAS – Modelo de Regulamento das Comparticipações dos Utentes e seus Familiares pela Utilização dos Serviços e Equipamentos Sociais das IPSS's.

NORMA III

Objectivos do Regulamento

O presente Regulamento Interno de Funcionamento visa:

1. Promover o respeito pelos direitos dos clientes e demais interessados.
2. Assegurar a divulgação e o cumprimento das regras de funcionamento do estabelecimento/estrutura prestadora de serviços.
3. Promover a participação activa dos clientes ou seus representantes legais ao nível da gestão das respostas sociais.

NORMA IV

Objectivos do Centro de Dia

O Centro de Dia é uma resposta social desenvolvida em equipamento que tem como objectivos a prestação de serviços que satisfaçam necessidades básicas; a prestação de apoio psico-social; e o fomento das relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o isolamento.

NORMA V

Serviços Prestados e Actividades Desenvolvidas

1. O Centro de Dia assegura a prestação dos seguintes serviços:
 - 1.1. Alimentação;
 - 1.2. Tratamento de Roupa;
 - 1.3. Higiene Pessoal;
 - 1.4. Convívio e Lazer;
 - 1.4.1. Passeios;
 - 1.4.2. Festas de aniversário e temáticas;
 - 1.4.3. Actividades inter e intra-geracionais
 - 1.5. Apoio psicossocial;
 - 1.6. Apoio médico (Posto médico do Centro Social)
 - 1.7. Em casos devidamente fundamentados o Centro de Dia pode ainda assegurar:
 - 1.7.1. Transporte diário;
 - 1.7.2. Transporte ocasional e acompanhamento a consultas médicas no exterior;
 - 1.7.3. Aquisição de bens;
 - 1.7.4. Empréstimo de ajudas técnicas;
 - 1.7.5. Pequenas alterações na habitação.

CAPÍTULO II

PROCESSO DE ADMISSÃO DOS CLIENTES

NORMA VI

Condições de Admissão

Serão admitidos no Centro de Dia, indivíduos e/ou famílias residentes na Paróquia do Santíssimo Sacramento (ou área geográfica adjacente) que pretendam frequentar o equipamento e usufruir do conjunto dos serviços prestados de forma a quebrar o isolamento, retardar o envelhecimento e a perda de independência.

NORMA VII

Candidatura

1. Para efeitos de admissão, o cliente deverá efectuar marcação de atendimento com a Directora Técnica. Candidatar-se-á através do preenchimento de uma ficha de identificação que constitui parte integrante do processo de cliente, devendo fazer prova das declarações efectuadas, mediante a entrega de cópia dos seguintes documentos:

1.1. Bilhete de Identidade do cliente e do representante legal, quando necessário.

1.2. Cartão de Contribuinte do cliente e do representante legal, quando necessário.

1.3. Cartão de Beneficiário da Segurança Social do cliente e do representante legal, quando necessário.

1.4. Cartão de Utente dos Serviços de saúde ou de subsistemas a que o cliente pertença.

1.5. Informação médica, comprovativa da situação de dependência do cliente.

1.6. Comprovativo dos rendimentos e despesas do cliente e do agregado familiar, quando necessário.

1.7. Declaração assinada pelo cliente em que autoriza a informatização dos dados pessoais para efeitos de elaboração de processo de cliente.

2. Em caso de admissão urgente, pode ser dispensada a apresentação de candidatura e respectivos documentos probatórios, devendo todavia ser desde logo iniciado o processo de obtenção dos dados em falta.

NORMA VIII

Critérios de Admissão

São critérios de prioridade na selecção dos clientes:

1. A incapacidade para satisfazer algumas das necessidades básicas;
2. A inexistência de rectaguarda familiar/social ou indisponibilidade desta para a satisfação das necessidades básicas;
3. O abandono familiar ou isolamento social;
4. A situação sócio-económica precária.
5. A residência na Paróquia do Santíssimo Sacramento (ou área geográfica adjacente).

6. A ordem de inscrição.

NORMA IX

Admissão

1. Recebida a candidatura, a mesma é analisada pelo Director Técnico do Centro de Dia, a quem compete elaborar a proposta de admissão, a submeter à decisão da Direcção do CSPSS.
2. Da decisão será dado conhecimento ao cliente no prazo de 10 dias.
3. É da competência da Direcção a resolução dos casos prioritários para admissão.

NORMA X

Acolhimento dos Novos Clientes

1. Os clientes são admitidos no Centro de Dia pela Direcção do CSPSS, segundo parecer emitido pela Direcção Técnica, de acordo com as possibilidades físicas da Instituição e do respectivo serviço.

NORMA XI

Processo Individual do Cliente

Do Processo individual do cliente constará:

1. A ficha de processo individual devidamente preenchida;
2. A sua identificação.
3. Todos os documentos solicitados durante o processo de inscrição e admissão;
4. O registo de todas as diligências realizadas no acompanhamento técnico, bem como todas as ocorrências consideradas relevantes;
5. O Plano de Desenvolvimento Individual;
6. A cópia do contrato de prestação de serviços.

NORMA XII

Listas de Espera

Caso reúnam as condições de admissão, mas não seja possível a entrada para o Centro de Dia por inexistência de vagas, o cliente ficará colocado em Lista de Espera, sendo admitido, de acordo com a ponderação dos critérios de admissão em vigor.

CAPÍTULO III
INSTALAÇÕES E REGRAS DE FUNCIONAMENTO
NORMA XIII
Instalações

1. O CSPSS está sediado na Rua Monsenhor da Fonseca Soares, 127, 4150-335 Porto e as suas instalações são compostas por:

- a) Edifício Norte – “*Jardim de Infância St^a Teresinha do Menino Jesus*”;
- b) Edifício Sul – CATL;
- c) Edifício Nascente – “*Casa Acolhimento St^a Marta*”

2. Ao Centro de Dia dizem respeito as seguintes áreas:

- a) Edifício Norte:
Área de Serviços Administrativos;
- b) Edifício Nascente:

Piso 0:

- 1. Refeitório
- 2. Cozinha
- 3. Balneários de pessoal
- 4. Sanitários
- 5. Lavandaria
- 6. Sala de Banho assistido
- 7. Cabeleireiro

Piso 1:

- 1. Gabinete Técnico

2. Secretaria e sala de apoio
3. Sala de jogos
4. Sala de Convívio
5. Duas salas de trabalhos
6. Sanitários.

Piso 2:

1. Gabinete do Presidente
2. Sala da Direcção
3. Salas polivalentes:
4. Ginásio;
5. Coro;
6. OTL sénior
7. Sanitários

Piso 3:

1. Posto médico
2. Balneários do SAD
3. Sanitário
4. Sala polivalente
5. Biblioteca
6. Espaço exterior: Garagem, jardins e estufa

NORMA XIV

Horários de Funcionamento

1. O Centro de Dia funciona nas instalações da Casa de Santa Marta, de 2^a a 6^a feira, das 09h00 às 18h00.

2. O Atendimento técnico é efectuado terça-feira das 15h:00 às 17h:00, podendo ser alterado por acordo entre a Direcção técnica e o cliente e/ou seu representante, em situações excepcionais de incompatibilidade de horários.

NORMA XV

Pagamento da Mensalidade

1. O pagamento da mensalidade é efectuado no seguinte período: do dia 1 ao dia 10 de cada mês, na Secretaria da Instituição.

NORMA XVI

Tabela de Comparticipações

1. A tabela de comparticipações familiares foi calculada de acordo com a legislação/normativos em vigor e encontra-se afixada em local bem visível.

2. De acordo com o disposto na Circular Normativa n.º 3, de 02/05/97 e na Circular Normativa n.º 7, de 14/08/97, da Direcção Geral da Acção Social (DGAS), o cálculo do rendimento per capita do agregado familiar é realizado de acordo com a seguinte fórmula:

$$R = (RF - D) / N$$

Sendo que:

R = Rendimento per capita

RF = Rendimento mensal ilíquido do agregado familiar

D = Despesas fixas

N = Número de elementos do agregado familiar

3. No que respeita às despesas mensais fixas, consideram-se para o efeito:

3.1. O valor das taxas e impostos necessários à formação do rendimento líquido, designadamente do imposto sobre o rendimento e da taxa social única.

3.2. O valor da renda de casa ou de prestação mensal devida pela aquisição de habitação própria, até ao valor do salário mínimo nacional.

3.3. As despesas fixas mensais de água, luz, gás e telefone.

3.4. As despesas com aquisição de medicamentos de uso continuado em caso de doença crónica.

3.5. As despesas com aquisição de fraldas ou produtos próprios para a incontinência.

3.6. Os encargos médios mensais com transportes públicos.

4. A comparticipação familiar mensal é efectuada no total de 12 mensalidades, sendo que o valor do rendimento mensal ilíquido do agregado

familiar é o duodécimo da soma dos rendimentos anualmente auferidos, por cada um dos seus elementos.

4.1. A participação do Centro de Dia corresponde a 40% do valor do rendimento per capita do cliente.

5. O não cumprimento do pagamento no período referido poderá justificar a suspensão do serviço.

6. Só serão descontadas nas mensalidades as faltas dadas acima de 15 dias consecutivos, que terão uma redução de vinte e cinco por cento. Para que haja esta redução a Instituição deverá ser avisada atempadamente.

7. A participação familiar será revista em Janeiro, no início de cada ano civil.

8. Em caso de alteração à tabela em vigor, a mesma será comunicada ao cliente, por escrito, com uma antecedência de vinte dias.

NORMA XVII

Refeições

As refeições do Centro de Dia, são servidas na sala de refeições, de acordo com o horário estipulado:

- a. Almoço: 12:00 Horas
- b. Lanche: 16:30 Horas

A ementa é efectuada pela nutricionista da instituição e afixada semanalmente, sendo distribuída aos clientes sempre que solicitada.

NORMA XVIII

Actividades/Serviços Prestados

O Centro de Dia assegura a prestação dos seguintes serviços:

1. Alimentação;
2. Tratamento de Roupa;
3. Higiene Pessoal;
4. Convívio e Lazer;
5. Apoio psicossocial;
6. Apoio médico (Posto médico do Centro Social);
7. Outros...

Os serviços prestados serão determinados de acordo com a avaliação técnica de cada situação (mediante os serviços assegurados pelo Centro de Dia), e estarão definidos no Plano de Desenvolvimento Individual (PDI) do cliente.

NORMA XVIII

Passeios ou Deslocações

Todos os clientes do Centro de Dia cujas condições físicas o permitam, serão integrados em Passeios promovidos pelo CSPSS.

NORMA XIX

Quadro de Pessoal

1. O quadro de pessoal do Centro de Dia encontra-se afixado em local bem visível, contendo a indicação do número de recursos humanos, formação e conteúdo funcional, definido de acordo com a legislação/normativos em vigor.

2. O quadro de pessoal do Centro de Dia é composto por:

1.1 Técnico de Serviço Social com funções de Direcção Técnica – comum a outras valências.

1.2 Animador Social;

1.3 Ajudantes de Acção Directa - 1

1.4 Empregado auxiliar – comum a outras valências.

1.5 Cozinheiro – comum a outras valências

1.6 Ajudante de Cozinha – comum a outras valências

1.7 Motorista – comum a outras valências

1.8 Administrativo – comum a outras valências

1.9 Voluntários

NORMA XX

Direcção Técnica

A Direcção Técnica do Centro de Dia compete a um Técnico de Serviço Social, cujo nome, formação e conteúdo funcional se encontra afixado em lugar visível.

CAPÍTULO IV DIREITOS E DEVERES

NORMA XXI Direitos dos Clientes

Constituem direitos dos clientes do Centro de Dia:

1. Usufruir dos serviços prestados pelo Centro de Dia.
2. Participar nas actividades, de acordo com os seus interesses e possibilidades.
3. Exigir respeito pela sua identidade, personalidade e privacidade.

NORMA XXII Deveres dos Clientes

Constituem deveres dos clientes do Centro de Dia:

1. Observar o cumprimento das regras expressas no regulamento interno.
2. Participar na medida dos seus interesses e possibilidades nas actividades desenvolvidas.
3. Comparticipar nos custos dos serviços prestados, de acordo com o estabelecido.

NORMA XXIII Direitos da Entidade Gestora do Estabelecimento/Serviço

O CSPSS, enquanto entidade responsável pelo Centro de Dia tem os seguintes direitos:

1. Que lhe sejam facultadas todas as informações necessárias sobre o cliente com verdade e lealdade.
2. Receber o pagamento pelos serviços prestados, nas condições definidas no regulamento interno.

3. Ao respeito para com todos os funcionários e dirigentes do CSPSS.

NORMA XXIV

Deveres da Entidade Gestora do Estabelecimento/Serviço

O CSPSS, enquanto entidade responsável pelo Centro de Dia tem os seguintes deveres:

1. Prestar os serviços constantes deste regulamento interno.
2. Garantir a qualidade dos serviços prestados.
3. Admitir ao seu serviço profissionais idóneos.
4. Avaliar o desempenho dos prestadores de serviços, designadamente através de auscultação dos utilizadores.
5. Manter os ficheiros de pessoal e de clientes actualizados.
6. Garantir o sigilo dos dados constantes nos processos dos clientes.

NORMA XXV

Direitos dos funcionários

Os funcionários do CSPSS têm os seguintes direitos:

1. À justa remuneração pelo seu trabalho.
2. A que sejam garantidas as condições necessárias ao cumprimento das suas funções.
3. A serem tratados com respeito e equidade, sem discriminação de género, raça ou crença religiosa, pelos superiores hierárquicos, colaboradores ou clientes da instituição.

NORMA XXVI

Deveres dos funcionários

Os funcionários do CSPSS têm os seguintes deveres:

1. Cumprir com as funções que lhe estão destinadas e realizar o seu trabalho com zelo e diligência.
2. Respeitar as normas da instituição e todas as pessoas a ela afectas, sejam superiores hierárquicos, colaboradores ou clientes.
3. Comparecer ao serviço com assiduidade e pontualidade;

4. Velar pela conservação e boa utilização dos bens, equipamentos e instrumentos relacionados com o seu trabalho.

5. Contribuir para a optimização da qualidade dos serviços prestados pela instituição e para a melhoria do respectivo funcionamento.

NORMA XXVII

Interrupção da frequência do equipamento por Iniciativa do Cliente

A interrupção da frequência do equipamento por iniciativa do cliente pode ocorrer:

1. *Por ausência voluntária, por tempo determinado, não superior a trinta dias*, tendo de ser comunicada à Direcção Técnica, pelo cliente ou um seu representante com a antecedência mínima de oito dias.

2. *Por outros motivos*, sendo analisada pelo Director Técnico quanto às suas causas. De acordo com a avaliação efectuada, serão adoptadas as medidas consideradas pertinentes por parte da Direcção do CSPSS.

NORMA XXVIII

Contrato

Nos termos da legislação em vigor, entre o cliente ou seu representante legal e o CSPSS é celebrado, por escrito, um contrato de prestação de serviços.

NORMA XXIX

Cessação da Prestação de Serviços por Facto Não Imputável ao Prestador

A cessação da Prestação de cuidados pode ocorrer:

1. *Pelo desaparecimento das necessidades inicialmente verificadas*, sendo comunicada à Direcção Técnica, pelo cliente ou um seu representante, no prazo máximo de oito dias, dando origem ao encerramento do processo.

2. *Pelo não cumprimento das normas constantes do presente regulamento*, sendo o facto comunicado pela Direcção Técnica à Direcção do CSPSS, resultando na cessação do contrato.

3. *Por outros motivos*, sendo analisados pelo Director Técnico quanto às suas causas. De acordo com a avaliação efectuada, serão adoptadas as medidas consideradas pertinentes por parte da Direcção do CSPSS.

NORMA XXX
Livro de Reclamações

Os termos da legislação em vigor, este estabelecimento/serviço possui livro de reclamações, que poderá ser solicitado junto da Secretaria do CSPSS sempre que desejado.

CAPÍTULO V
DISPOSIÇÕES FINAIS

NORMA XXXI
Alterações ao Regulamento

Nos termos do regulamento da legislação em vigor, os responsáveis dos estabelecimentos ou das estruturas prestadoras de serviços deverão informar e contratualizar com os clientes ou seus representantes legais sobre quaisquer alterações ao presente regulamento com a antecedência mínima de 30 dias relativamente à data da sua entrada em vigor, sem prejuízo do direito à resolução do contrato a que a estes assiste.

Estas alterações deverão ser comunicadas à entidade competente para o licenciamento/acompanhamento técnico da resposta social.

NORMA XXXII
Integração de Lacunas

Em caso de eventuais lacunas, as mesmas serão supridas pela Direcção do CSPSS, tendo em conta a legislação/normativos em vigor sobre a matéria.

NORMA XXXIII
Entrada em Vigor

O presente regulamento entra em vigor em 15 de Setembro de 2011.

Anexo 3: Regulamento Interno do Centro de Convívio

Regulamento interno do Centro de Convívio do Centro Social Paroquial do Santíssimo Sacramento

CAPÍTULO I Disposições Gerais

NORMA I Âmbito de Aplicação

O Centro Social Paroquial Santíssimo Sacramento, designado por CSPSS, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, inscrita com o n.º 16/84, Pessoa Colectiva 501700951, com acordo de cooperação para a resposta social de Centro de Convívio celebrado com o Centro Distrital de Segurança Social do Porto, em 31/05/2000.

As características desta Instituição são pautadas pelas normas da moral cristã. No entanto, não constitui critério de selecção, pelo que serão admitidos clientes de qualquer confissão religiosa. Apenas se lhes pede que respeitem os critérios que o CSPSS a si mesmo se propôs.

NORMA II Legislação Aplicável

O CSPSS e o Centro de Convívio regem-se igualmente pelo estipulado no:

1. Decreto-Lei n.º 119/83, de 25 de Fevereiro – aprova o estatutos das IPSS, alterado pelos: Decreto-Lei n.º 89/85, de 1 de Abril – Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o art.º 32.º) e Decreto-Lei n.º 402/85, de 11 de Outubro – Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o n.º 2 do art.º 7.º e o art.º 11.º); Decreto-

Lei n.º 29/86, de 19 de Fevereiro – Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o n.º 2 do art.º 94.º).

2. Portaria 139/2007, de 29 de Janeiro – Aprova o Regulamento do Registo das IPSS.

3. Despacho Normativo n.º 75/92, de 20 de Maio – Define o Regime Jurídico da Cooperação Despacho normativo n.º 75/92 de 23 de Abril – Cooperação entre ASS e IPSS.

4. Contrato colectivo de trabalho para as IPSS.

5. Circular n.º 3 de 02/05/97 da ex-DGAS – Modelo de Regulamento das Comparticipações dos Utentes e seus Familiares pela Utilização dos Serviços e Equipamentos Sociais das IPSS's.

NORMA III

Objectivos do Regulamento

O presente Regulamento Interno de Funcionamento visa:

1. Promover o respeito pelos direitos dos clientes e demais interessados.
2. Assegurar a divulgação e o cumprimento das regras de funcionamento do estabelecimento/estrutura prestadora de serviços.
3. Promover a participação activa dos clientes ou seus representantes legais ao nível da gestão das respostas sociais.

NORMA IV

Objectivos do Centro de Convívio

O Centro de Convívio é uma resposta social desenvolvida em equipamento, que tem como objectivo principal a criação de um espaço de convívio e lazer em que os idosos possam transformar em actividade e sociabilidade o capital de recursos adquiridos ao longo da vida, contribuindo assim, para a melhoria da sua qualidade de vida;

NORMA V

Serviços Prestados e Actividades Desenvolvidas

1. O Centro de Convívio assegura a prestação dos seguintes serviços:
 - 1.1. Convívio e Lazer;
 - 1.1.1. Passeios;
 - 1.1.2. Festas de aniversário e temáticas;
 - 1.1.3. Actividades inter e intra-geracionais;
 - 1.2. Lanche diário;
 - 1.3. Apoio psicossocial;
 - 1.4. Apoio médico (Posto médico do Centro Social)

CAPÍTULO II

PROCESSO DE ADMISSÃO DOS CLIENTES

NORMA VI

Condições de Admissão

Serão admitidos no Centro de Convívio, indivíduos e/ou famílias residentes na Paróquia do Santíssimo Sacramento (ou área geográfica adjacente) que, por vontade própria, pretendam frequentar o equipamento e usufruir de um conjunto de serviços que contribuem para quebrar o isolamento, retardar o envelhecimento e a perda de independência, bem como promover o convívio inter e intra-geracional.

NORMA VII

Candidatura

1. Para efeitos de admissão, o cliente deverá efectuar marcação de atendimento com a Directora Técnica. Candidatar-se-á através do preenchimento de uma ficha de identificação que constitui parte integrante do processo de cliente, devendo fazer prova das declarações efectuadas, mediante a entrega de cópia dos seguintes documentos:

- 1.1. Bilhete de Identidade do cliente.
- 1.2. Cartão de Contribuinte do cliente.
- 1.3. Cartão de Beneficiário da Segurança.

1.4. Cartão de Utente dos Serviços de saúde ou de subsistemas a que o cliente pertença.

1.5. Comprovativo dos rendimentos e despesas do cliente e do agregado familiar, quando necessário.

1.6. Declaração assinada pelo cliente em que autoriza a informatização dos dados pessoais para efeitos de elaboração de processo de cliente.

NORMA VIII **CrITÉrios de Admissão**

São crITÉrios de prioridade na seleco dos clientes:

1. Necessidade expressa pelo cliente.
2. O isolamento pessoal.
3. A inexistência de rectaguarda familiar/social.
4. A situao sócio-econmica precária.
5. A residência na Paróquia do Santíssimo Sacramento (ou área geográfica adjacente).

NORMA IX **Admissão**

1. Recebida a candidatura, a mesma  analisada pelo Director Técnico do Centro de Convívio, a quem compete elaborar a proposta de admissão, a submeter  decisão da Direco do CSPSS.
2. Da decisão será dado conhecimento ao cliente no prazo de 10 dias.
3.  da competência da Direco a resoluo dos casos prioritários para admissão.

NORMA X **Acolhimento dos Novos Clientes**

1. Os clientes são admitidos no Centro de Convívio pela Direcção do CSPSS, segundo parecer emitido pela Direcção Técnica, de acordo com as possibilidades físicas da Instituição e do respectivo serviço.

NORMA XI

Processo Individual do Cliente

Do Processo individual do cliente constará:

1. A sua identificação.
2. Todos os documentos solicitados durante o processo de inscrição e admissão.
3. O registo de todas as diligências realizadas no acompanhamento técnico, bem como todas as ocorrências consideradas relevantes.

NORMA XII

Listas de Espera

Caso reúnam as condições de admissão, mas não seja possível a entrada para o Centro de Convívio por inexistência de vagas, o cliente ficará colocado em Lista de Espera, sendo admitido, de acordo com a ordem de inscrição e ponderação dos critérios de admissão em vigor.

CAPÍTULO III

INSTALAÇÕES E REGRAS DE FUNCIONAMENTO

NORMA XIII

Instalações

1. O CSPSS está sediado na Rua Monsenhor da Fonseca Soares, 127, 4150-335 Porto e as suas instalações são compostas por:
 - a) Edifício Norte – “*Jardim de Infância St^a Teresinha do Menino Jesus*”;
 - b) Edifício Sul – CATL;
 - c) Edifício Nascente – “*Casa Acolhimento St^a Marta*”
2. Ao Centro de Convívio dizem respeito as seguintes áreas:

- a) Edifício Norte:
Área de Serviços Administrativos;
- b) Edifício Nascente;

Piso 0:

- 1. Refeitório
- 2. Cozinha
- 3. Sanitários
- 4. Lavandaria
- 5. Cabeleireiro

Piso 1:

- 1. Gabinete Técnico
- 2. Secretaria e sala de apoio
- 3. Sala de jogos
- 4. Sala de Convívio
- 5. Duas salas de trabalhos
- 6. Sanitários.

Piso 2:

- 1. Gabinete do Presidente
- 2. Sala da Direcção
- 3. Salas polivalentes:
- 4. Ginásio;
- 5. Coro;
- 6. OTL sénior
- 7. Sanitários

Piso 3:

- 1. Posto médico
- 2. Sanitário
- 3. Sala polivalente
- 4. Biblioteca
- 5. Espaço exterior: Garagem, jardins e estufa

NORMA XIV
Horários de Funcionamento

1. O Centro de Convívio funciona nas instalações do Centro Social, de 2^a a 6^a feira, das 14h30 às 18h00, com o apoio de voluntários.

2. O Atendimento técnico é efectuado terça-feira das 15h:00 às 17h:00, podendo ser alterado por acordo entre a Direcção técnica e o cliente e/ou seu representante, em situações excepcionais de incompatibilidade de horários.

NORMA XV
Pagamento da Mensalidade

1. O pagamento da mensalidade é efectuado no seguinte período: do dia 1 ao dia 10 de cada mês, na Secretaria da Instituição.

NORMA XVI
Tabela de Comparticipações

1. A tabela de comparticipações familiares foi calculada de acordo com a legislação/normativos em vigor e encontra-se afixada em local bem visível.

1.1. De acordo com o disposto na Circular Normativa n.º 3, de 02/05/97, da Direcção Geral da Acção Social (DGAS), a Direcção do CSPSS definiu a comparticipação familiar em 5% do rendimento *per capita* do cliente.

2. A comparticipação familiar mensal é efectuada no total de 12 mensalidades.

3. Em caso de alteração à tabela em vigor, a mesma será comunicada ao cliente, por escrito, com uma antecedência de vinte dias.

NORMA XVII
Passeios ou Deslocações

Todos os clientes do Centro de Convívio cujas condições físicas o permitam, serão integrados em Passeios promovidos pelo CSPSS.

NORMA XVIII
Quadro de Pessoal

1. O quadro de pessoal do Centro de Convívio encontra-se afixado em local bem visível, contendo a indicação do número de recursos humanos, formação e conteúdo funcional, definido de acordo com a legislação/normativos em vigor.

2. O quadro de pessoal do Centro de Convívio é composto por:

2.1. Técnico de Serviço Social com funções de Direcção Técnica – comum a outras valências.

2.2. Empregado auxiliar – comum a outras valências.

2.3. Voluntários – (6)

NORMA XIX
Direcção Técnica

A Direcção Técnica do Centro de Convívio compete a um Técnico de Serviço Social, cujo nome, formação e conteúdo funcional se encontra afixado em lugar visível.

CAPÍTULO IV
DIREITOS E DEVERES

NORMA XX
Direitos dos Clientes

Constituem direitos dos clientes do Centro de Convívio:

1. Usufruir das actividades do Centro de Convívio.
2. Participar nas actividades, de acordo com os seus interesses e possibilidades.
3. Exigir respeito pela sua identidade, personalidade e privacidade.

NORMA XXI
Deveres dos Clientes

Constituem deveres dos clientes do Centro de Convívio:

1. Observar o cumprimento das regras expressas no regulamento interno.
2. Participar na medida dos seus interesses e possibilidades nas actividades desenvolvidas.
3. Comparticipar nos custos dos serviços prestados, de acordo com o estabelecido.

NORMA XXII

Direitos da Entidade Gestora do Estabelecimento/Serviço

O CSPSS, enquanto entidade responsável pelo Centro de Convívio tem os seguintes direitos:

4. Que lhe sejam facultadas todas as informações necessárias sobre o cliente com verdade e lealdade.
5. Receber o pagamento pelos serviços prestados, nas condições definidas no regulamento interno.
6. Ao respeito para com todos os funcionários e dirigentes do CSPSS.

NORMA XXIII

Deveres da Entidade Gestora do Estabelecimento/Serviço

O CSPSS, enquanto entidade responsável pelo Centro de Convívio tem os seguintes deveres:

1. Prestar os serviços constantes deste regulamento interno.
2. Garantir a qualidade dos serviços prestados.
3. Admitir ao seu serviço profissionais idóneos.
4. Avaliar o desempenho dos prestadores de serviços, designadamente através de auscultação dos utilizadores.
5. Manter os ficheiros de pessoal e de clientes actualizados.
6. Garantir o sigilo dos dados constantes nos processos dos clientes.

NORMA XXIV

Direitos dos funcionários

Os funcionários do CSPSS têm os seguintes direitos:

1. À justa remuneração pelo seu trabalho.
2. A que sejam garantidas as condições necessárias ao cumprimento das suas funções.
3. A serem tratados com respeito e equidade, sem discriminação de género, raça ou crença religiosa, pelos superiores hierárquicos, colaboradores ou clientes da instituição.

NORMA XXV

Deveres dos funcionários

Os funcionários do CSPSS têm os seguintes deveres:

1. Cumprir com as funções que lhe estão destinadas e realizar o seu trabalho com zelo e diligência.
2. Respeitar as normas da instituição e todas as pessoas a ela afectas, sejam superiores hierárquicos, colaboradores ou clientes.
3. Comparecer ao serviço com assiduidade e pontualidade;
4. Velar pela conservação e boa utilização dos bens, equipamentos e instrumentos relacionados com o seu trabalho.
5. Contribuir para a optimização da qualidade dos serviços prestados pela instituição e para a melhoria do respectivo funcionamento.

NORMA XXVI

Interrupção da frequência do equipamento por Iniciativa do Cliente

A interrupção da frequência do equipamento por iniciativa do cliente pode ocorrer:

1. *Por ausência voluntária, por tempo determinado, não superior a trinta dias*, tendo de ser comunicada à Direcção Técnica, pelo cliente ou um seu representante com a antecedência mínima de oito dias.
2. *Por outros motivos*, sendo analisada pelo Director Técnico quanto às suas causas. De acordo com a avaliação efectuada, serão adoptadas as medidas consideradas pertinentes por parte da Direcção do CSPSS.

NORMA XXVII

Livro de Reclamações

Nos termos da legislação em vigor, este estabelecimento/serviço possui livro de reclamações, que poderá ser solicitado junto da Secretaria do CSPSS sempre que desejado.

CAPÍTULO V DISPOSIÇÕES FINAIS

NORMA XXVIII Alterações ao Regulamento

Nos termos do regulamento da legislação em vigor, os responsáveis dos estabelecimentos ou das estruturas prestadoras de serviços deverão informar e contratualizar com os clientes ou seus representantes legais sobre quaisquer alterações ao presente regulamento com a antecedência mínima de 30 dias relativamente à data da sua entrada em vigor, sem prejuízo do direito à resolução do contrato a que a estes assiste.

Estas alterações deverão ser comunicadas à entidade competente para o licenciamento/acompanhamento técnico da resposta social.

NORMA XXIX Integração de Lacunas

Em caso de eventuais lacunas, as mesmas serão supridas pela Direcção do CSPSS, tendo em conta a legislação/normativos em vigor sobre a matéria.

NORMA XXX Entrada em Vigor

O presente regulamento entra em vigor em 15 de Setembro de 2011.

Anexo 4: Regulamento Interno do Serviço de Apoio Domiciliário

Regulamento interno do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial do Santíssimo Sacramento

CAPÍTULO I Disposições Gerais

NORMA I Âmbito de Aplicação

O Centro Social Paroquial Santíssimo Sacramento, designado por CSPSS, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, inscrita com o n.º 16/84, Pessoa Colectiva 501700951, com acordo de cooperação para a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário celebrado com o Centro Distrital de Segurança Social do Porto, em 29/09/2005 e alargado em 31/10/2007.

As características desta Instituição são pautadas pelas normas da moral cristã. No entanto, não constitui critério de selecção, pelo que serão admitidos clientes de qualquer confissão religiosa. Apenas se lhes pede que respeitem os critérios que o CSPSS a si mesmo se propôs.

NORMA II Legislação Aplicável

O CSPSS e o SAD regem-se igualmente pelo estipulado no:

1. Decreto-Lei n.º 119/83, de 25 de Fevereiro – aprova o estatutos das IPSS, alterado pelos: Decreto-Lei n.º 89/85, de 1 de Abril – Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o art.º 32.º) e Decreto-Lei n.º 402/85, de 11 de Outubro –

Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o n.º 2 do art.º 7.º e o art.º 11.º); Decreto-Lei n.º 29/86, de 19 de Fevereiro – Altera o Estatuto das IPSS – (revoga o n.º 2 do art.º 94.º).

2. Portaria 139/2007, de 29 de Janeiro – Aprova o Regulamento do Registo das IPSS.

3. Despacho Normativo n.º 75/92, de 20 de Maio – Define o Regime Jurídico da Cooperação Despacho normativo n.º 75/92 de 23 de Abril – Cooperação entre ASS e IPSS.

4. Despacho normativo n.º 62/99 de 12 de Novembro – Regulamenta o SAD.

5. Contrato colectivo de trabalho para as IPSS.

6. Circular n.º 3 de 02/05/97 da ex-DGAS – Modelo de Regulamento das Comparticipações dos Utentes e seus Familiares pela Utilização dos Serviços e Equipamentos Sociais das IPSS's.

7. Decreto-Lei n.º 141/89 de 28 de Abril – Enquadramento Profissional – Ajudantes de Acção Directa.

NORMA III

Objectivos do Regulamento

O presente Regulamento Interno de Funcionamento visa:

1. Promover o respeito pelos direitos dos clientes e demais interessados.
2. Assegurar a divulgação e o cumprimento das regras de funcionamento do estabelecimento/estrutura prestadora de serviços.
3. Promover a participação activa dos clientes ou seus representantes legais ao nível da gestão das respostas sociais.

NORMA IV

Objectivos do SAD

Os objectivos do SAD são, nomeadamente:

1. Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos clientes e suas famílias.
2. Prevenir situações de dependência e promover a autonomia.

3. Prestar cuidados de ordem física e apoio psicossocial aos clientes e famílias, de modo a contribuir para o seu equilíbrio e bem-estar.
4. Apoiar os clientes e famílias na satisfação das necessidades básicas e actividades da vida diária.
5. Colaborar e/ou assegurar o acesso à prestação de cuidados de saúde.

NORMA V

Serviços Prestados e Actividades Desenvolvidas

O Serviço de Apoio Domiciliário assegura a prestação dos seguintes serviços:

1. Cuidados de higiene e conforto pessoal dos clientes.
2. Colaboração na prestação de cuidados de saúde sob supervisão de pessoal de saúde qualificado.
3. Higiene habitacional estritamente necessária à natureza do apoio a prestar.
4. Distribuição de refeições ao domicílio a partir das 12h00 e acompanhamento das refeições (quando necessário).
5. Tratamento de roupas, quando associado a outro tipo de serviço do SAD;
6. Apoio psicossocial.

O SAD realiza ainda as seguintes actividades, em casos de comprovada necessidade:

1. O acompanhamento do cliente ao exterior.
2. A aquisição de bens e serviços.
3. Actividades de Animação.
4. A orientação ou acompanhamento de pequenas modificações que permitam mais segurança e conforto ao cliente.

CAPÍTULO II

PROCESSO DE ADMISSÃO DOS CLIENTES

NORMA VI

Condições de Admissão

Serão admitidos no SAD, indivíduos e/ou famílias residentes na Paróquia do Santíssimo Sacramento (ou área geográfica adjacente) que, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das necessidades básicas e/ou as actividades instrumentais de vida diária.

NORMA VII

Candidatura

1. Para efeitos de admissão, o cliente deverá efectuar marcação de atendimento com a Directora Técnica. Candidatar-se-á através do preenchimento de uma ficha de identificação que constitui parte integrante do processo de cliente, devendo fazer prova das declarações efectuadas, mediante a entrega de cópia dos seguintes documentos:

1.1. Bilhete de Identidade do cliente e do representante legal, quando necessário.

1.2. Cartão de Contribuinte do cliente e do representante legal, quando necessário.

1.3. Cartão de Beneficiário da Segurança Social do cliente e do representante legal, quando necessário.

1.4. Cartão de Utente dos Serviços de saúde ou de subsistemas a que o cliente pertença.

1.5. Informação médica, comprovativa da situação de dependência do cliente.

1.6. Comprovativo dos rendimentos e despesas do cliente e do agregado familiar, quando necessário.

1.7. Declaração assinada pelo cliente em que autoriza a informatização dos dados pessoais para efeitos de elaboração de processo de cliente.

2. Em caso de admissão urgente, pode ser dispensada a apresentação de candidatura e respectivos documentos probatórios, devendo todavia ser desde logo iniciado o processo de obtenção dos dados em falta.

NORMA VIII

CrITÉrios de AdmissÃO

São critérios de prioridade na selecção dos clientes:

1. A incapacidade de realizar temporária ou permanentemente as actividades básicas ou instrumentais de vida diária.
2. A inexistência de rectaguarda familiar/social.
3. A indisponibilidade dos familiares para assegurar os cuidados necessários.
4. A situação sócio-económica precária.
5. A residência na área geográfica da Paróquia do Ss. Sacramento.
6. O Isolamento pessoal.

NORMA IX

Admissão

1. Recebida a candidatura, a mesma é analisada pelo Director Técnico do SAD, a quem compete elaborar a proposta de admissão, a submeter à decisão da Direcção do CSPSS.
2. Da decisão será dado conhecimento ao cliente no prazo de 10 dias.
3. É da competência da Direcção a resolução dos casos prioritários para admissão.

NORMA X

Acolhimento dos Novos Clientes

1. Os clientes são admitidos no SAD pela Direcção do CSPSS, segundo parecer emitido pela Direcção Técnica, após visita domiciliária, avaliação sócio-económica e de acordo com as possibilidades físicas da Instituição e do respectivo serviço.
2. O início do SAD ocorre no dia 1 ou no dia 15 de cada mês, salvo casos prioritários cuja entrada seja necessariamente imediata.

NORMA XI

Processo Individual do Cliente

Do Processo individual do cliente constará:

1. A sua identificação.
2. Todos os documentos solicitados durante o processo de inscrição e admissão.
3. O Plano de Desenvolvimento Individual.
4. O contrato de prestação de serviços.
5. O registo de todas as diligências realizadas no acompanhamento técnico, bem como todas as ocorrências consideradas relevantes.

NORMA XII
Listas de Espera

Caso reúnam as condições de admissão, mas não seja possível a entrada para o SAD por inexistência de vagas, o cliente ficará colocado em Lista de Espera, sendo admitido, de acordo com a ordem de inscrição e ponderação dos critérios de admissão em vigor.

CAPÍTULO III
INSTALAÇÕES E REGRAS DE FUNCIONAMENTO

NORMA XIII
Instalações

1. O CSPSS está sediado na Rua Monsenhor da Fonseca Soares, 127, 4150-335 Porto e as suas instalações são compostas por:
 - a) Edifício Norte – *“Jardim de Infância St^a Teresinha do Menino Jesus”*;
 - b) Edifício Sul – CATL;
 - c) Edifício Nascente – *“Casa Acolhimento St^a Marta”*
2. Ao Centro de Dia dizem respeito as seguintes áreas:
 - a) Edifício Norte:
Área de Serviços Administrativos;
 - b) Edifício Nascente:

Piso 0:

1. Refeitório
2. Cozinha
3. Balneários de pessoal
4. Sanitários
5. Lavandaria
6. Sala de Banho assistido
7. Cabeleireiro

Piso 1:

1. Gabinete Técnico
2. Secretaria e sala de apoio
3. Sala de jogos
4. Sala de Convívio
5. Duas salas de trabalhos
6. Sanitários.

Piso 2:

1. Gabinete do Presidente
2. Sala da Direcção
3. Salas polivalentes:
4. Ginásio;
5. Coro;
6. OTL sénior
7. Sanitários

Piso 3:

1. Posto médico
2. Balneários do SAD
3. Sanitário
4. Sala polivalente
5. Biblioteca
6. Espaço exterior: Garagem, jardins e estufa

NORMA XIV

Horários de Funcionamento

1. O SAD funciona no domicílio do utente de 2^a a 6^a feira, das 09h00 às 17h00, estendendo-se aos fins-de-semana e feriados, nos casos em que não exista qualquer rectaguarda familiar.
2. Os serviços administrativos funcionam de 2^a a 6^a feira, das 9h:00 às 12h:00 e das 14h:00 às 18h:00.
3. O Atendimento técnico é efectuado terça-feira das 9h:30 às 12h:30, podendo ser alterado por acordo entre a Direcção técnica e o cliente e/ou seu representante, em situações excepcionais de incompatibilidade de horários.

NORMA XV

Pagamento da Mensalidade

1. O pagamento da mensalidade é efectuado no seguinte período: do dia 1 ao dia 10 de cada mês, na Secretaria da Instituição.

NORMA XVI

Tabela de Comparticipações

1. A tabela de comparticipações familiares foi calculada de acordo com a legislação/normativos em vigor e encontra-se afixada em local bem visível.
2. De acordo com o disposto na Circular Normativa n.º 3, de 02/05/97 e na Circular Normativa n.º 7, de 14/08/97, da Direcção Geral da Acção Social (DGAS), o cálculo do rendimento per capita do agregado familiar é realizado de acordo com a seguinte fórmula:

$$R = (RF - D) / N$$

Sendo que:

R = Rendimento per capita

RF = Rendimento mensal líquido do agregado familiar

D = Despesas fixas

N = Número de elementos do agregado familiar

3. No que respeita às despesas mensais fixas, consideram-se para o efeito:

3.1. O valor das taxas e impostos necessários à formação do rendimento líquido, designadamente do imposto sobre o rendimento e da taxa social única.

3.2. O valor da renda de casa ou de prestação mensal devida pela aquisição de habitação própria, até ao valor do salário mínimo nacional.

3.3. As despesas fixas mensais de água, luz, gás e telefone.

3.4. As despesas com aquisição de medicamentos de uso continuado em caso de doença crónica.

3.5. As despesas com aquisição de fraldas ou produtos próprios para a incontinência.

3.6. Os encargos médios mensais com transportes públicos.

4. A comparticipação familiar mensal é efectuada no total de 12 mensalidades, sendo que o valor do rendimento mensal ilíquido do agregado familiar é o duodécimo da soma dos rendimentos anualmente auferidos, por cada um dos seus elementos.

4.1. A comparticipação do SAD corresponde a 50% do valor do rendimento per capita do cliente.

5. O não cumprimento do pagamento no período referido poderá justificar a suspensão do serviço.

6. Só serão descontadas nas mensalidades as faltas dadas acima de 15 dias consecutivos, que terão uma redução de vinte e cinco por cento. Para que haja esta redução a Instituição deverá ser avisada atempadamente.

7. A comparticipação familiar será revista em Janeiro, no início de cada ano civil.

8. Em caso de alteração à tabela em vigor, a mesma será comunicada ao cliente, por escrito, com uma antecedência de vinte dias.

NORMA XVII

Refeições

As refeições são distribuídas no domicílio do cliente entre as 12h:00 e as 13h:30.

A ementa semanal será afixada na instituição e distribuída aos clientes sempre que solicitada.

NORMA XVIII
Actividades/Serviços Prestados

O SAD presta os seguintes serviços:

1. Higiene Pessoal.
2. Serviço de Refeições.
3. Lavandaria.
4. Higiene habitacional.

Os serviços prestados serão determinados de acordo com a avaliação técnica de cada situação (mediante os serviços assegurados pelo SAD), e estarão definidos no Plano de Desenvolvimento Individual (PDI) do cliente.

NORMA XIX
Passeios ou Deslocações

Todos os clientes do SAD cujas condições físicas o permitam, serão integrados em Passeios promovidos pelo CSPSS para os clientes de Centro de Convívio, quando o seu PDI assim o contemple.

NORMA XX
Quadro de Pessoal

1. O quadro de pessoal do SAD encontra-se afixado em local bem visível, contendo a indicação do número de recursos humanos (d direcção técnica, equipa técnica, pessoal auxiliar e voluntários), formação e conteúdo funcional, definido de acordo com a legislação/normativos em vigor.
2. O quadro de pessoal do SAD é composto por:
 - 2.1 Técnico de Serviço Social com funções de Direcção Técnica – comum a outras valências.
 - 2.2 Ajudantes de Acção Directa (6).
 - 2.3 Cozinheira – comum a outras valências.
 - 2.4 Ajudante de cozinha – comum a outras valências.
 - 2.5 Empregado auxiliar – comum a outras valências.

NORMA XXI
Direcção Técnica

A Direcção Técnica do SAD compete a um “*técnico no âmbito das ciências sociais e humanas ou ciências da saúde*”, nos termos do Despacho normativo nº 62/99 de 12 de Novembro que Regulamenta o SAD, cujo nome, formação e conteúdo funcional se encontra afixado em lugar visível.

CAPÍTULO IV
DIREITOS E DEVERES

NORMA XXII
Direitos dos Clientes

Constituem direitos dos clientes do SAD:

1. O respeito pela sua identidade pessoal e reserva da intimidade privada e familiar, bem como pelos seus usos e costumes.
2. A prestação dos serviços solicitados e contratados para a cobertura das suas necessidades, tendo em vista manter ou melhorar a sua autonomia.
3. A inviolabilidade da correspondência e do domicílio, não sendo, neste caso, permitido fazer alterações, nem eliminar bens ou outros objectos sem a sua prévia autorização e ou da respectiva família.
4. A custódia da chave do seu domicílio em local seguro, sempre que esta seja entregue aos serviços, ou ao trabalhador responsável pela prestação de cuidados.
5. Ter acesso à ementa semanal, sempre que os serviços prestados envolvam o fornecimento de refeições.

NORMA XXIII
Deveres dos Clientes

Constituem deveres dos clientes do SAD:

1. Prestar todas as informações com verdade e lealdade à Instituição, nomeadamente no que respeita aos rendimentos para efeito de apuramento da comparticipação familiar.

2. Efectuar o pagamento pontual da comparticipação, de acordo com o contrato previamente estabelecido.
3. Colaborar com a equipa do SAD, não exigindo a prestação de serviços para além do plano estabelecido.
4. Respeitar todos os funcionários e dirigentes da Instituição.

NORMA XXIV

Direitos da Entidade Gestora do Estabelecimento/Serviço

O CSPSS, enquanto entidade responsável pelo SAD tem os seguintes direitos:

1. Que lhe sejam facultadas todas as informações necessárias sobre o cliente com verdade e lealdade, nomeadamente as respeitantes aos rendimentos para efeitos de apuramento da comparticipação familiar.
2. Receber o pagamento pelos serviços prestados, nas condições definidas no regulamento interno.
3. Ao respeito para com todos os funcionários e dirigentes do CSPSS.

NORMA XXV

Deveres da Entidade Gestora do Estabelecimento/Serviço

O CSPSS, enquanto entidade responsável pelo SAD tem os seguintes deveres:

1. Prestar os serviços constantes deste regulamento interno.
2. Garantir a qualidade dos serviços prestados.
3. Admitir ao seu serviço profissionais idóneos.
4. Avaliar o desempenho dos prestadores de serviços, designadamente através de auscultação dos utilizadores.
5. Manter os ficheiros de pessoal e de clientes actualizados.
6. Garantir o sigilo dos dados constantes nos processos dos clientes.

NORMA XXVI

Direitos dos funcionários

Os funcionários do CSPSS têm os seguintes direitos:

1. À justa remuneração pelo seu trabalho.
2. A que sejam garantidas as condições necessárias ao cumprimento das suas funções.
3. A serem tratados com respeito e equidade, sem discriminação de género, raça ou crença religiosa, pelos superiores hierárquicos, colaboradores ou clientes da instituição.

NORMA XXVII

Deveres dos funcionários

Os funcionários do CSPSS têm os seguintes deveres:

1. Cumprir com as funções que lhe estão destinadas e realizar o seu trabalho com zelo e diligência.
2. Respeitar as normas da instituição e todas as pessoas a ela afectas, sejam superiores hierárquicos, colaboradores ou clientes.
3. Comparecer ao serviço com assiduidade e pontualidade;
4. Velar pela conservação e boa utilização dos bens, equipamentos e instrumentos relacionados com o seu trabalho.
5. Contribuir para a optimização da qualidade dos serviços prestados pela instituição e para a melhoria do respectivo funcionamento.

NORMA XXVIII

Interrupção da Prestação de Cuidados por Iniciativa do Cliente

A interrupção da Prestação de cuidados por iniciativa do cliente pode ocorrer:

1. *Por ausência voluntária, por tempo determinado, não superior a trinta dias*, tendo de ser comunicada à Direcção Técnica, pelo cliente ou um seu representante com a antecedência mínima de oito dias.
2. *Por outros motivos*, sendo analisada pelo Director Técnico quanto às suas causas. De acordo com a avaliação efectuada, serão adoptadas as medidas consideradas pertinentes por parte da Direcção do CSPSS.

NORMA XXIX

Contrato

Nos termos da legislação em vigor, entre o cliente ou seu representante legal e o CSPSS é celebrado, por escrito, um contrato de prestação de serviços.

NORMA XXX

Cessação da Prestação de Serviços por Facto Não Imputável ao Prestador

A cessação da Prestação de cuidados pode ocorrer:

1. *Pelo desaparecimento das necessidades inicialmente verificadas*, sendo comunicada à Direcção Técnica, pelo cliente ou um seu representante, no prazo máximo de oito dias, dando origem ao encerramento do processo.
2. *Pelo não cumprimento das normas constantes do presente regulamento*, sendo o facto comunicado pela Direcção Técnica à Direcção do CSPSS, resultando na cessação do contrato.
3. *Por outros motivos*, sendo analisados pelo Director Técnico quanto às suas causas. De acordo com a avaliação efectuada, serão adoptadas as medidas consideradas pertinentes por parte da Direcção do CSPSS.

NORMA XXXI

Livro de Reclamações

Os termos da legislação em vigor, este estabelecimento/serviço possui livro de reclamações, que poderá ser solicitado junto da Secretaria do CSPSS sempre que desejado.

CAPÍTULO V

DISPOSIÇÕES FINAIS

NORMA XXXII

Alterações ao Regulamento

Nos termos do regulamento da legislação em vigor, os responsáveis dos estabelecimentos ou das estruturas prestadoras de serviços deverão informar e contratualizar com os clientes ou seus representantes legais sobre quaisquer

alterações ao presente regulamento com a antecedência mínima de 30 dias relativamente à data da sua entrada em vigor, sem prejuízo do direito à resolução do contrato a que a estes assiste.

Estas alterações deverão ser comunicadas à entidade competente para o licenciamento/acompanhamento técnico da resposta social.

NORMA XXXIII
Integração de Lacunas

Em caso de eventuais lacunas, as mesmas serão supridas pela Direcção do CSPSS, tendo em conta a legislação/normativos em vigor sobre a matéria.

NORMA XXXIV
Entrada em Vigor

O presente regulamento entra em vigor em 15 de Setembro de 2011.

Anexo 5: Declaração de consentimento D.AM

Declaração de Consentimento

Eu, AM,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por "Não nos deixem dormir...", desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.

Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:

América Augusta

Anexo 6: Declaração de consentimento D.LA

Declaração de Consentimento

Eu, LA,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por “Não nos deixem dormir...”, desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.

Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:

Carina dos Santos Andrade de Sousa

Anexo 7: Declaração de consentimento D.CA

Declaração de Consentimento

Eu, CA,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por “Não nos deixem dormir...”, desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.
Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:

Carina dos Santos Andrade de Sousa

Anexo 8: Declaração de consentimento D.LU

Declaração de Consentimento

Eu, LU,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por "Não nos deixem dormir...", desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.

Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:

Linda Kigo

Anexo 9: Declaração de consentimento D.LUI

Declaração de Consentimento

Eu, LUI,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por "Não nos deixem dormir...", desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.

Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:

Luisa Parmelianda da Costa Almeida Duarte Castro

Anexo 10: Declaração de consentimento D.CAR


Declaração de Consentimento

Eu, CAR,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por “Não nos deixem dormir...”, desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.

Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:



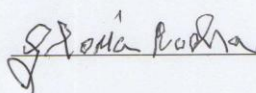
Anexo 11: Declaração de consentimento D.GL

Declaração de Consentimento

Eu, GL,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por "Não nos deixem dormir...", desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.
Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:

 _____

Anexo 12: Declaração de consentimento D.EM


Declaração de Consentimento

Eu, EM,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por "Não nos deixem dormir...", desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.

Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:



Anexo 13: Declaração de consentimento D.GR

Declaração de Consentimento

Eu, GR,
declaro que autorizo a publicação da minha imagem em suporte de fotografia no Relatório do Projeto denominado por "Não nos deixem dormir...", desenvolvido pela aluna Carina dos Santos Andrade de Sousa, no ano letivo de 2013/2014. O mesmo emerge no âmbito do Mestrado na área de Educação e Intervenção Social, Especialização em Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos pela Escola Superior de Educação do Porto.
Declaro também que autorizo o uso dos referidos elementos em outras publicações que advenham deste relatório, tais como artigos, comunicações e posters científicos.

Porto, 17 de Junho de 2014

Assinatura:

Maria da Graça

Apêndices

Apêndice 1: Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento: breve caracterização histórica

A história do Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento começa por fazer referência a um elemento imprescindível na criação da paróquia, o Padre António Augusto da Fonseca Soares que, segundo consta, trabalhou, lutou e sofreu muito nos anos em que esteve ao serviço da paróquia de Massarelos. Em 1924, o Padre Fonseca Soares enfrentou as dificuldades resultantes do facto de a paróquia ter de abandonar o templo em que estava sediada (o Corpo Santo de Massarelos) devido à degradação do edifício, funcionando provisoriamente na capela particular na Rua da Piedade (Bessa-Luís, Silva, Sousa, & Azevedo, 2009).

Consequentemente, a este acontecimento emergiu a ideia da construção da igreja do Santíssimo Sacramento idealizada como «capela» por Dom António Barroso, sendo acarinhada como futura igreja paroquial pelo bispo D. António Barbosa Leão. Esta idealização teria início a 22 de dezembro de 1924, em virtude da saída forçada da Confraria do Santíssimo Sacramento de Massarelos da Igreja da Corpo Santo. No dia 15 de maio de 1983 foi inaugurada a nova igreja paroquial, uma data marcante na vida dos paroquianos e da comunidade local, assim como para o Padre Fonseca Soares (Bessa-Luís et al., 2009).

O Centro Social e Paroquial surge a partir da compra do terreno anexo à igreja (27 de abril de 1981), sendo anos depois ereto pelo Bispo do Porto, D. António Barbosa Leão, 15 de março de 1983. Contudo, documentalmente é referido a atuação do Centro Social e Paroquial no dia 15 de setembro de 1927. Este constituiu-se como uma Instituição Particular de Solidariedade Social, a 23 de abril de 1984 (Bessa-Luís et al., 2009).

No ano de 1950 registou-se o aluguer do prédio junto da igreja, posteriormente adquirido pela paróquia, no tempo do Padre Jorge, e destinado à Casa-Acolhimento Santa Marta. Passados alguns anos, a Casa necessitou de restaurações e remodelações, emergindo a atual Casa-Acolhimento Santa Marta. A Casa foi inaugurada no dia 24 de julho de 2010

pelo Padre José Pereira Soares Jorge, atualmente Monsenhor e Padre da Paróquia (Bessa-Luís et al., 2009).

Apêndice 2: Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento: respostas sociais na 3ª idade

Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento				
	Nº de Idosos	Equipa Técnica	Horário	Serviços
Centro de Dia	22	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica de Serviço Social; • Técnica de Animação; • 7 Ajudantes de Ação Direta 	De segunda-feira à sexta-feira, das 9h às 18h.	Existem 6 serviços: <ul style="list-style-type: none"> • Refeições; • Transporte; • Cuidados de higiene; • Cuidados de saúde; • Tratamento de roupas; • Convívio e lazer.
Centro de Convívio	25	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica de Serviço Social; • Técnica de Animação; • 7 Ajudantes de Ação Direta 	De segunda-feira à sexta-feira, das 14h30 às 18h.	Existem 3 serviços: <ul style="list-style-type: none"> • Refeições • Cuidados de saúde • Convívio e lazer
Serviço de Apoio Domiciliário	20	<ul style="list-style-type: none"> • 4 Ajudantes de Ação Direta 	De segunda-feira à sexta-feira, das 8h30 às 17h15. Sábado e	Existem 6 serviços: <ul style="list-style-type: none"> • Cuidados de higiene e conforto • Cuidados de saúde

			Domingo, das 12h00 às 13h.	<ul style="list-style-type: none">• Higiene habitacional• Distribuição de refeições ao domicílio• Tratamento de roupas• Apoio psicossocial
--	--	--	----------------------------------	---

Apêndice 3: Casa-Acolhimento Santa Marta: caracterização dos idosos

O conhecimento apresentado acerca da população que frequenta o Centro de Convívio e o Serviço de Apoio Domiciliário da Casa-Acolhimento Santa Marta é de cariz mais geral, uma vez que, foi construído por meio da análise documental, de reuniões com a técnica superior de serviço social, de conversas intencionais com as ajudantes de ação direta e estagiários. Por sua vez, o conhecimento referente à população do Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta é mais específico e apresentado ao longo do relatório, tendo em conta que o projeto foi realizado nesta resposta social. Contudo, considerou-se que foi muito importante a mobilização destas técnicas de modo a conhecer a realidade e o funcionamento das restantes respostas sociais abrangidas pela área de atuação da terceira idade.

No que se refere à resposta social Centro de Convívio da Casa-Acolhimento Santa Marta, habitualmente usufruem deste espaço 25 idosos residentes na área geográfica da paróquia ou numa área adjacente. A população que o frequenta é maioritariamente do sexo feminino (N=20), sendo a restante masculina (N=5). Relativamente à idade dos idosos, a idade predominante é superior aos 85 anos.

Relativamente ao Serviço de Apoio Domiciliário da Casa-Acolhimento Santa Marta, esta é uma resposta social que abrange 20 idosos, mais especificamente 13 mulheres e sete homens. Quanto à idade dos idosos, grande parte encontra-se acima da faixa etária dos 85 anos. A maioria dos idosos revela pouca autonomia e dependência de terceiros para a satisfação das suas necessidades básicas.

Apêndice 4: Sistematização e reflexão sobre as atividades realizadas pela instituição – Centro de Dia

Observação: Esta síntese refere-se as atividades realizadas pela instituição na resposta social - Centro de Dia, nos dias em que estive presente, sendo que não há conhecimento das atividades realizadas noutros dias. As seguintes atividades ocorreram ocasionalmente, não seguindo qualquer plano de atividades. Além disso, não há conhecimento das atividades que tenham sido concretizadas nas restantes respostas sociais, uma vez que também não existe um plano de atividades definido e, devido a minha limitação de horário, não foi possível observar e participar nestas respostas sociais.

Mês	Dia	Atividade
Novembro	26	Apoio na organização da Feira de Natal
	27	Apoio na organização da Feira de Natal
Dezembro	3	Decoração do placar do Centro de Dia alusivo ao Natal
	10	Postal de Natal
	13	Almoço de Natal na Casa-Acolhimento Santa Marta
Janeiro	7	Placar para a Ementa
	15	Placar dos Aniversários
	18	Caminhada até ao Lidl

Fevereiro	25	Carnaval
Março	11	Preparação do Encontro Intergeracional com a estagiária FL
	14	Plantações
Abril	29	Encontro Intergeracional na escola João de Deus
Maio	5	Visita dos meninos do Jardim de Infância Sta. Teresinha do Menino Jesus

Na época natalícia, à pedido da equipa técnica, prestou-se colaboração na organização da Feira de Natal. A Feira de Natal teve como objetivo angariar fundos para o Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento, consistindo na venda de artigos doados pelas pessoas da paróquia e da comunidade envolvente bem como, de outras entidades parceiras. A abertura da Feira de Natal ao público decorreu nos seguintes fins de semana: 30 de novembro a 1 de dezembro e de 7 a 8 de dezembro. Segundo a observação participante, ao nível da organização, os idosos não participaram neste acontecimento.

Ainda neste âmbito festivo foi solicitado, pela técnica superior de serviço social e a técnica de animação, a decoração do placar do Centro de Dia. Esta decoração foi realizada em conjunto com os idosos, nomeadamente com a pintura de imagens alusivas à época natalícia. Além disso, propôs-se que os idosos participassem na decoração da árvore de Natal, uma vez que, esta estava a ser decorada por uma ajudante de ação direta.



Ilustração 1: Placar do centro de dia alusivo ao natal

Neste sentido, conversou-se e questionou-se os idosos sobre os seus desejos de Natal com o intuito de criar um momento de convívio e de partilha. Posteriormente escreveu-se estes desejos em estrelas, intencionando que estes participassem na decoração da árvore de natal ao expô-las. O resultado final foi gratificante, todavia, considera-se que o momento de diálogo e de interação entre os diferentes atores sociais presentes foi o aspeto mais positivo. Nesta atividade já se verificou e impulsionou a participação de alguns idosos, contudo, esta foi proposta pela equipa técnica e não houve espaço para os idosos partilharem as suas opiniões ou vontades.



Ilustração 2: Árvore decorada com os desejos de natal dos idosos

Neste seguimento temático, a técnica de animação preparou o material necessário para a realização do postal de natal. Nesta atividade, cada idoso tinha de personalizar o seu cartão de postal e respetivo envelope. De seguida, escrever uma mensagem para um elemento familiar à sua escolha para posterior entrega ao mesmo. No que se refere à concretização desta atividade foi prestado um apoio específico na escrita da mensagem de Natal, uma vez que, os idosos demonstraram diferentes dificuldades como por exemplo: não saberem escrever, não saberem o que escrever, tremerem muito, entre outras razões. Esta atividade não foi planificada com os idosos, estes apenas adotaram um papel ativo na sua execução.



Ilustração 3: Postal e cartão de natal

Paralelamente, a técnica superior de serviço social solicitou a colaboração para a organização do almoço de Natal da Casa-Acolhimento Santa Marta, em que estiveram presentes os idosos abrangidos pelas três respostas sociais da instituição. A participação e o apoio na organização deste almoço proporcionaram a oportunidade de conhecer os idosos que frequentam o Centro de Convívio, que decorre durante a tarde, alguns idosos que usufruem do Serviço de Apoio Domiciliário e toda a direção técnica do Centro Social e Paroquial. Dada a importância do evento, a participação dos idosos passou pela presença e pelo desfrute do momento festivo.

Uma vez terminada esta época festiva, retirou-se a decoração de Natal do placar e a diretora técnica solicitou a realização de um pequeno placar para colocar semanalmente a ementa da Casa-Acolhimento Santa Marta. Os idosos não participaram na realização da mesma.

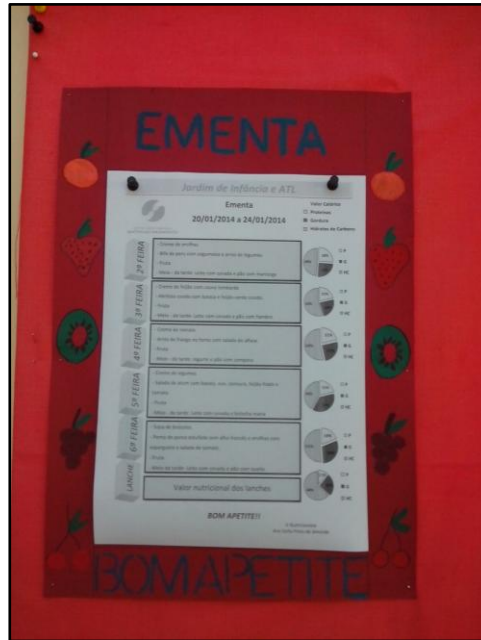


Ilustração 4: Placar da ementa

Posteriormente, a diretora técnica pediu que os diferentes estagiários realizassem, em conjunto, um quadro que ilustrasse o dia de anos de todos os idosos, de modo a expor no placar do Centro de Dia e a celebrar os seus aniversários. Neste quadro os estagiários consideraram relevante também inserir o dia de anos de toda a equipa. No âmbito desta atividade, procurou-se conversar com cada idoso sobre o tema de modo a promover o envolvimento de todos. Assim, pretendeu-se conhecer em que dias fazem anos, quantos anos fazem e se gostam de celebrar este dia. A integração e a participação em atividades institucionais passaram sempre por dar um sentido às atividades realizadas. Deste modo, tomou-se conhecimento de que uma idosa não gosta de celebrar o seu aniversário, considerando-se que esta vontade deve ser respeitada. No que diz respeito a esta questão, houve oportunidade de

partilhar com a técnica superior de serviço social que concordou com esta visão, assim como os estagiários.

A Caminhada até ao Lidl foi sugerida pela técnica superior de serviço social, uma vez que, segundo a própria, as condições atmosféricas mais favoráveis propiciam a realização de atividades em contacto com o ar livre.



Ilustração 5: Caminhada até ao Lidl

A atividade relacionada com a temática do Carnaval envolveu a colaboração dos diferentes estagiários, nomeadamente na realização dos moldes das máscaras em cartolina e na decoração do próprio espaço físico. A participação dos idosos contemplou a personalização da própria máscara e a realização de um concurso de melhor disfarce, ao qual não se assistiu. Na tentativa de atribuir sentido a atividade em desenvolvimento, procurou-se compreender se os idosos gostavam do carnaval sendo que a maioria revelou uma resposta afirmativa e partilhou sentir “alegria e diversão” (D. EM; D.GL; D.LUI). Quando se questionou sobre os festejos, isto é, se festejavam, unanimemente partilharam “celebrávamos quando eramos novos, atualmente nem por isso...” (D.CAR; D.AM; D.LU; D.GR; D.LA; D.CA). Estas respostas permitem refletir sobre a pertinência das atividades e a forma como são realizadas, ou seja, sem ter em conta os atuais interesses dos idosos. Ao longo do desenvolvimento da mesma, desenhou-se, os idosos em conjunto com a estagiária FL, um cartaz

com um palhaço com o propósito de decorar o placar do Centro de Dia e assim contribuir para a celebração do Carnaval.



Ilustração 6: Máscaras decoradas pelos idosos



Ilustração 7: Cartaz alusivo ao carnaval

A preparação do Encontro Intergeracional (à pedido da diretora técnica) foi realizado também em conjunto com a estagiária FL e consistiu na elaboração

de um plano de atividades a concretizar pelas crianças da escola João de Deus (que iriam visitar a Casa-Acolhimento Santa Marta) e pelos idosos. Este plano de atividades contemplou uma dinâmica de quebra-gelo; uma dinâmica de apresentação; a criação de cartazes sobre “ser criança é...” e “ser idoso é...” e o jogo de derrubar garrafas. Devido à limitação de horário de permanência na casa, não foi possível estar presente neste encontro. Porém, tomou-se conhecimento que o plano foi concretizado com agrado por parte de todos os implicados.

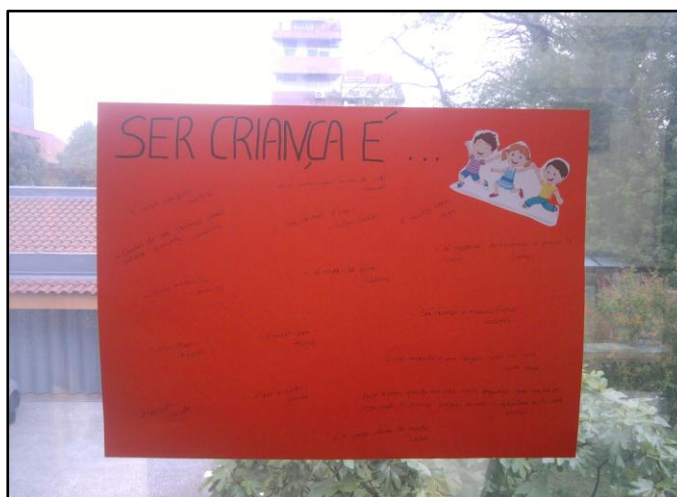


Ilustração 8: Cartaz: Ser criança é...

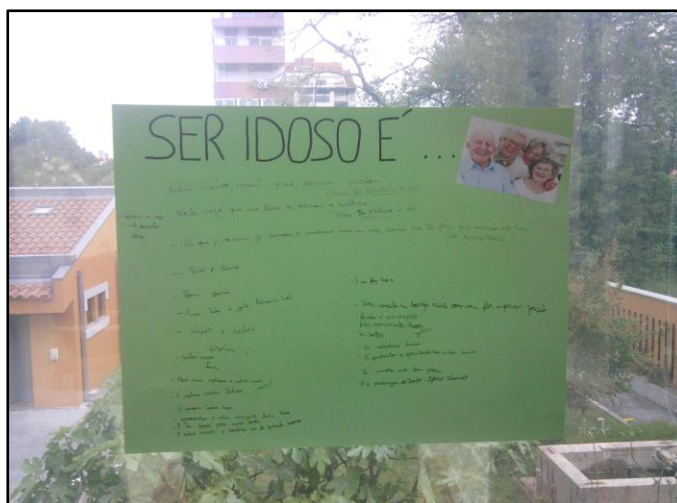


Ilustração 9: Cartaz: Ser idoso é...

A pedido da diretora técnica realizou-se, em conjunto com os idosos, plantações em vasos de diversas flores. De acordo com a mesma, estes serviriam para decorar o espaço, isto é, a sala em que decorre o Centro de Dia e o Centro de Convívio. Nesta atividade os idosos organizaram-se e planificaram o desenvolvimento da mesma.



Ilustração 10: Plantação de flores

O Encontro Intergeracional, desta vez realizado na escola João de Deus, foi organizado pela própria escola. Desta forma, os idosos deslocaram-se até à mesma, situada relativamente próximo do Centro Social. Já neste espaço, as pessoas idosas foram acolhidas com muito carinho e atenção, sendo devidamente encaminhados para a biblioteca da escola onde decorreu o encontro. Recebidos por uma turma de quarto ano, estes foram presenteados com poemas e músicas. Além disso, também houve espaço para as curiosidades, ou seja, cada criança questionou um idoso sobre algo que gostaria de saber. Por fim, os idosos foram convidados a lanchar com as crianças resultando num momento de convívio, de descontração e de partilha geracional.



Ilustração 11: Encontro Intergeracional - Escola João de Deus

No âmbito dos Encontros Intergeracionais, o Centro Social e Paroquial do Santíssimo Sacramento também tem previsto a organização destes eventos no seio da sua própria instituição. Neste sentido, o Centro de Dia recebeu a visita dos meninos do Jardim de Infância Sta. Teresinha do Menino Jesus, uma das respostas sociais do Centro Social. Neste encontro, os idosos e as crianças realizaram aos pares (idoso + criança) o jogo do Bingo, promovendo a interação, o diálogo e a comunicação entre ambas as faixas etárias.





Ilustração 12: Encontro Intergeracional - visita dos meninos do jardim de infância Sta. Teresinha do Menino Jesus

Por fim, de um modo geral, no que se refere à rotina diária do Centro de Dia pontualmente foi sendo solicitado ajuda em pequenas tarefas, como por exemplo: ajudar a servir o pequeno-almoço, apoiar no banho, na ida ao quarto de banho, a servir os almoços e a dar comida na boca dos idosos que têm dificuldades em comer sozinhos.

Note-se que, numa primeira instância, a participação nestas atividades facilitou todo o processo de integração e a construção do conhecimento, possibilitando a aproximação, a interação e a criação de relações com os idosos. Porém, desta forma, entende-se e justifica-se o pouco envolvimento participativo dos idosos, uma vez as presentes atividades eram continuamente propostas pela direção técnica sem atribuição de sentido para os mesmos.

Apêndice 5: Tabela de identificação dos problemas, causas, necessidades...

Problemas	Causas	Necessidades	Potencialidades	Constrangimentos	Recursos Materiais	Recursos Humanos
O Centro de Dia desenvolve atividades pontuais que não correspondem as expectativas e interesses dos idosos.	- Ausência da animadora sociocultural (licença de gravidez) - Estabelecimento de rotina	Proporcionar um maior número de atividades de acordo com as expectativas e interesses das pessoas idosas.	- Interesse das pessoas idosas na realização de um maior número de atividades; As pessoas idosas contribuem com ideias para ocupar o tempo que estão no Centro de Dia;	- Pouco envolvimento participativo das pessoas idosas; - Existência de outros estagiários com projetos e estudos para desenvolver; - O tempo de realização do projeto	- Espaço físico da Casa-Acolhimento Santa Marta; - Rádio; - CD's com música popular; - Existência de algum material para a realização de trabalhos	- As pessoas idosas; - Equipa técnica/ajudantes de ação direta; -Estagiários: - Serviço Social; - Animação Sociocultural; - Gerontologia;
Dificuldades nas relações interpessoais entre as pessoas idosas que	- Disposição da sala -Ausência de momentos que estimulem o	Promover o convívio entre as pessoas idosas, fomentando o auto e o hétero	- Propensão dos idosos para o diálogo; - Disponibilidade e abertura da equipa			

frequentam o Centro de Dia.	convívio e o relacionamento entre os idosos -Conflitos - Pouca estimulação de diálogo entre os idosos	conhecimento, bem como o respeito mútuo.	técnica; - Frequência regular dos idosos; - Contacto com diferentes profissionais;		manuais, escrita e leitura;	
Dificuldades de organização institucional ao nível da confeção da alimentação e do transporte dos idosos (Não priorizado)	- Escassez de recursos económicos	Criar espaços de diálogo entre as pessoas idosos e a equipa/direção técnica da Casa-Acolhimento Santa Marta.				

Adaptado - Guerra, I. C. (2007). Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Ação. O Planeamento em Ciências Sociais. Estoril: Principia Editora.

Apêndice 6: Modelo das nove questões

1- Porque se vai atuar?

É necessário atuar nesta realidade uma vez que não existe um plano de ação em desenvolvimento, sendo notório a escassa comunicação entre as pessoas idosas e, conseqüentemente, as dificuldades nas relações interpessoais.

Neste momento, o quotidiano do Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta passa maioritariamente pelo assistencialismo, isto é, na resposta às necessidades básicas dos idosos que o frequentam.

De um modo geral, quando os idosos chegam ao Centro de Dia alguns tomam o pequeno-almoço, preparado previamente pelas ajudantes de ação direta, enquanto outros dirigem-se para as suas cadeiras, limitando-se a estar sentados, a ver televisão e a comunicar pontualmente com idoso do lado. Após o pequeno-almoço estes idosos também se sentam nas suas cadeiras e voltam a levantar-se para ir almoçar. Além disso, os idosos apesar de estarem toda a manhã no mesmo espaço pouco comunicam entre si e, como tal, não se conhecem. Esta é a rotina constatada no Centro de Dia por meio da observação participante.

Segundo os idosos que frequentam o Centro de Dia, este centro “precisa de mais vida, de não nos deixarem dormir...” (D. CE); “muito parado e por isso apetece estar sentado.” (D. LU); “é muito parado e as pessoas também” (D. AM).

2- Que se vai fazer?

O que se pretende fazer é desenvolver e planificar atividades diversificadas de acordo com os interesses e gostos das pessoas idosas, bem como promover as relações interpessoais entre as mesmas. Desta forma, o Centro de Dia deixaria de estar «tão parado», assim como as pessoas que o frequentam. Além disso, a comunicação irá começar a fluir por meio destas atividades e de outras que promovam e fortaleçam as relações interpessoais entre as pessoas idosas e, conseqüentemente promovam o auto e o hétero conhecimento.

3- Para que se vai atuar?

A intervenção tem como objetivos estimular um maior envolvimento dos idosos em atividades e dinâmicas institucionais, bem como promover e fortalecer as relações interpessoais entre as pessoas idosas.

4- A quem se dirige a ação?

A ação dirige-se aos idosos que frequentam o Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta.

5- Como se vai fazer?

A intervenção terá como estratégias sessões de dinâmica de grupo, jogos, arte: música e pintura e conversas intencionais.

6- Com quem se vai contar?

O projeto contará com a participação dos idosos que frequentam o Centro de Dia, bem com a colaboração de outros profissionais a realizar estágio na Casa-Acolhimento Santa Marta. Se necessário, ao longo do desenvolvimento do projeto, as ajudantes de ação direta, assim como a técnica superior de serviço social e a animadora sociocultural também serão envolvidas.

7- Com que se vai realizar a ação?

A ação conta com os recursos humanos, físicos e materiais da Casa-Acolhimento Santa Marta.

8- Quando se vai realizar?

Entre Janeiro e Junho de 2014.

9- Onde se vai fazer?

Nas instalações do Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta.

Adaptado - Cembranos, F., Montesinhos, D., & Bustelo, M. (2007). *La animación sociocultural: una propuesta metodológica*. Madrid: Editorial Popular.

Apêndice 7: Calendarização das atividades do projeto – Ação “Habilidosos”

Atividades incentivadoras e de acordo com os interesses das pessoas idosas:

Mês	Dia	Atividade
Janeiro	21	Eu consigo!
Fevereiro	11	Artistas de mãos vazias e coração cheio
	19	Cuidar de mim
Março	12	Juntar o útil ao agradável
	25	Animação física e motora
Abril	1	Animação cognitiva

Atividades planificadas com as pessoas idosas:

Mês	Dia	Atividade
Janeiro	21	Jogo: Só por gestos!
	22	Jogo: Cubos lógicos
Fevereiro	5	Desafio das adivinhas + Jogo: Quem sabe, sabe!
	26	Capacitar – leitura, escrita e cálculo
Março	3	Capacitar – leitura, escrita e cálculo + Jogo:

Loto		
	12	Capacitar – leitura, escrita e cálculo
	18	Caminhada até à igreja paroquial + Jogo: Loto
	26	Capacitar – leitura, escrita e cálculo
Abril	2	Eu danço, tu cantas Nós dançamos e cantamos
	8	Caminhada até ao Lidl e à igreja paroquial
	9	Se eu não cuidar de mim alguém cuidará?
	16	Avaliação da Ação

Apêndice 8: Calendarização das atividades do projeto – Ação “Eu e os Outros”

Atividades facilitadoras:

Mês	Dia	Atividade
Janeiro	29	Eu sou...e gosto de...
Abril	9	Características sentadas
	16	1ª Conversa intencional com a idosa L.A.
Maio	6	Eu sou...e ele...
	7	Levar a mal e apreciar
	13	O detetive (ADIADA)
	14	O detetive
	21	Curiosidades pessoais
	27	2ª Conversa intencional com a idosa L.A.
	28	Constelação de amigos
	2	3ª Conversa intencional com a idosa L.A.
Junho	4	4ª Conversa intencional com a idosa L.A.

Atividades planejadas com as pessoas idosas:

Mês	Dia	Atividade
Maio	20	Fotografias simbólicas
Junho	3	Jogo: Loto
	4	Desabafos
	11	Refletir: Os estagiários
	17	Avaliação da Ação

Apêndice 9: Sistematização da avaliação de entrada

Problemas	Necessidades	Finalidade	Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Ações	Atividades Incentivadoras e Facilitadoras
O Centro de Dia desenvolve atividades pontuais que não correspondem as expectativas e interesses das pessoas idosas.	Proporcionar um maior número de atividades de acordo com as expectativas e interesses das pessoas idosas.	Promover um envelhecimento ativo e bem-sucedido das pessoas idosas que frequentam o Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta, com vista à melhoria da sua qualidade de vida.	OG.1 – Envolver as pessoas idosas em atividades e dinâmicas institucionais.	Devem ser capazes de: -Expressar os seus gostos e interesses de modo a propor atividades significativas para si. -Desenvolver a capacidade de iniciativa na	“Habilidosos” Início- 21/1/2014 Fim- 8/4/2014 Dia 8/4/2014 Apresentação da animadora sociocultural (temporário)	<ul style="list-style-type: none"> • Eu consigo! • Artistas de mãos vazias e coração cheio • Cuidar de mim • Juntar o útil ao agradável • Animação física e motora • Animação cognitiva <p>Atividades planificadas pelas pessoas idosas</p>

				<p>planificação de atividades.</p> <p>- Participar, refletir e avaliar as atividades realizadas.</p>	<p>Avaliação desta ação:</p> <p>16/4//2014</p>	
						<p>Jogos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Só por gestos! ○ Cubos lógicos. ○ Quem sabe, sabe! ○ Loto • Desafio das adivinhas • Capacitar – leitura, escrita e cálculo • Eu danço, tu cantas Nós dançamos e cantamos

						<ul style="list-style-type: none"> • Caminhada até ao Lidl e à igreja paroquial • Caminhada até à igreja paroquial • Se eu não cuidar de mim alguém cuidará?
Dificuldades nas relações interpessoais entre as pessoas idosas que frequentam o Centro de Dia.	Promover o convívio entre as pessoas idosas, fomentando o auto e hétero conhecimento, bem como o respeito mútuo.		OG.2 - Promover e fortalecer as relações interpessoais entre as pessoas idosas.	Devem ser capazes de: <ul style="list-style-type: none"> - Conhecer-se a si e aos outros. - Reconhecer a importância do relacionamento com os seus pares. - Interagir com os seus pares com 	“Eu e os Outros” Início- 23/4/2014 Fim-11/6/2014 Avaliação desta ação: 18/06/2014	<ul style="list-style-type: none"> • Eu sou...e gosto de... • Características sentadas • Eu sou...e ele... • Levar a mal e apreciar • O detetive • Curiosidades pessoais • Constelação de amigos

				base no diálogo, na partilha e na negociação.		
						Atividades planificadas pelas pessoas idosas
						<ul style="list-style-type: none"> • Fotografias simbólicas ○ Jogo: Loto • Desabafos • Refletir: Os estagiários
						Conversas intencionais
						4

Apêndice 10: Planificação e desenvolvimento da atividade: eu consigo!

Ação I: “Habilidosos”

Dia: 21-01-2014

Participantes: (D. AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM; D.GR e D.CE) 10 idosos.

Duração: 1h30

Material: lista de objetos; palavras a cores e imagens recortadas.

Objetivos:

- Estimular um envelhecimento ativo;
- Estimular a dimensão cognitiva dos idosos;
- Promover a participação dos idosos;

Descrição: Esta atividade consiste na realização de três jogos práticos apresentados de seguida.

Jogo 1: Memória de palavras – Para a realização deste jogo é criada uma lista de objetos que poderão estar relacionados ou não. Posto isto, a lista é dita em voz alta e devagar para que todos os idosos oiçam. Por fim, pede-se que os idosos partilhem as palavras que se recordam em jeito de competição.

Jogo 2: Palavras a cores (Teste de Stroop) – Num primeiro momento o jogo consiste em dizer a cor que a palavra está impressa e não a palavra propriamente dita. Numa segunda fase, consiste no inverso, isto é, ler apenas a palavra apesar da cor que está impressa. Este exercício deverá ser realizado individualmente.

Jogo 3: Montar puzzles – Este jogo é concretizado a partir de imagens de monumentos conhecidos da Cidade do Porto (por exemplo: Palácio Cristal; Casa da Música e Casa-Acolhimento Santa Marta). A investigadora deverá recortar as mesmas de forma a tornarem-se num puzzle. De seguida, espera-se que os idosos tentem e consigam montar e identificar as imagens.

Referências Bibliográficas: Adaptado de, Jacob, L. (2007). Animação de Idosos. Actividades. Porto: Ambar.

Desenvolvimento: Inicialmente foi possível perceber que algumas pessoas idosas estavam receosas e inseguras quanto a realização dos jogos propostos. Entendeu-se que este sentimento poderia estar relacionado com o pensamento de possível incapacidade por parte dos idosos.

Tendo em conta esta situação, procurou-se incentivar as pessoas idosas referindo que estes eram capazes e tinham competências para os concretizar. Além disso, também foi importante ter em consideração que, o facto de os idosos não estarem habituados a envolver-se em atividades, poderia condicionar a participação destes nas mesmas.

Como resultado final, dois dos jogos foram realizados por dez idosos (Memória de palavras e Palavras a cores) e um dos jogos (Montar puzzles) apenas por duas idosas.

Contudo, no fim da atividade, os idosos referiram que não estavam habituados a este tipo de jogos e que, por isso, sentiram algumas dificuldades.

Avaliação dos participantes: De um modo geral, os comentários grupais foram positivos: “Ao jogar não estivemos tão parados e colocamos a cabeça a funcionar.” (D.CAR); “Fazer jogos é uma boa forma de ocupar o tempo.” (D.AM); “Com os jogos estamos entretidos e o tempo passa mais rápido.” (D.LUI); “Gostei muito do jogo da memória e faz-nos muito bem.” (D.CE).

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 11: Planificação e desenvolvimento da atividade: artistas de mãos vazias e coração cheio

Ação I: “Habilidosos”

Dia: 11-02-2014

Participantes: (D.CE; D.CAR; D.LUI e D.AM) 4 idosos.

Duração: 1h30

Material: molde coração; cartolina; tintas e pincéis.

Objetivos:

- Estimular a participação e a capacidade de iniciativa dos idosos;
- Proporcionar o convívio entre todos os idosos;
- Estimular a partilha de vivências pessoais;

Descrição: A investigadora inicia a atividade incentivando a participação das pessoas idosas, referindo que se trata de uma atividade que envolve pintura, sendo este gosto referenciado pelas mesmas. A atividade consiste na criação de um placar que reflita uma mensagem positiva sobre a vida. Ao longo desta, por meio do questionamento da investigadora, espera-se que as pessoas idosas partilhem experiências pessoais.

Posto isto, o resultado final será partilhado e exposto no placar do Centro de Dia para que todos os idosos possam visualizar, comentar e partilhar opiniões.

Referências Bibliográficas: Criada pela investigadora.

Desenvolvimento: De um modo geral, considera-se que a concretização desta atividade desenvolveu-se de forma positiva e satisfatória.

Embora se tenha apelado a participação de todas as pessoas idosas presentes, apenas participaram aqueles que se mostraram interessados e motivados (quatro idosos).

Ao longo da realização da atividade foi perceptível o gosto de alguns idosos pela pintura, assim como a facilidade em pintar com pincéis e tintas (anteriormente, tinham referido que com os marcadores era difícil e que estes não pintavam bem).

Além disso, houve espaço para conversar, partilhar e refletir sobre a vida que as pessoas levaram, as dificuldades que tiveram, bem como comparar com a realidade atual.

Como reflexo deste diálogo surgiu a frase exposta no placar: “ Que a nossa vida seja repleta daquilo que nos faz bem!”.

Avaliação dos participantes: Nos comentários finais, os idosos mostraram-se muito agradados com a realização da atividade e com o facto de trabalharem em grupo. Neste sentido comentaram: “É tão bom estarmos aqui a trabalhar em conjunto...” (D.CE); “Assim, fazemos algo que gostamos e conversamos...é melhor que estar sentada sem fazer nada.” (D.CAR); “Eu gosto de estar ocupada e faz-nos bem.” (D.LUI); “Hoje fiquei a saber mais coisas sobre vocês e vocês sobre mim. São nestes momentos de partilha que percebemos que ainda temos muito para conhecer...” (D.AM).

Além disso, o resultado final do trabalho foi reconhecido e valorizado pelos restantes idosos o que proporcionou uma maior satisfação e aumento da autoestima.

Registo Fotográfico:



Ilustração 13: Desenvolvimento e resultado final da atividade

Apêndice 12: Planificação e desenvolvimento da atividade: cuidar de mim

Ação I: “Habilidosos”

Dia:19-02-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA;D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM; D.GR e D.CE) 10 idosos.

Duração:1h30

Material: tabela com exemplos de mitos e fatos.

Objetivos:

- Fomentar a autoestima das pessoas idosas;
- Refletir sobre a imagem e o espírito;
- Refletir sobre mitos e factos associados ao processo de envelhecimento;

Descrição: Inicia-se a atividade começando por positivar o processo de envelhecimento. Neste sentido, pretende-se abordar mitos e factos sobre este processo.

De seguida, partilha-se com os idosos uma visão mais pessoal sobre a importância que é atribuída a imagem e o que reflete o espírito de cada um.

Posto isto, espera-se que as pessoas idosas partilhem as suas opiniões face aos assuntos criando interação e partilha entre os idosos.

Mito	Facto
A velhice começa aos 65 anos.	A velhice não começa numa idade cronológica uniforme, mas sim variável e individualizada.

O reformado passou a uma fase de não produtividade.	Depende das circunstâncias e do estilo de vida de cada pessoa idosa. É necessário atender as individualidades.
Progressivo afastamento dos interesses.	Muitas pessoas não só continuam interessadas nos mais diversos planos sociais e familiares, como também é nesta etapa que participam ainda mais.
Os mais velhos acham-se muito limitados nas suas aptidões da vida.	Os mais velhos têm muitas faculdades vitais.
Os mais velhos são inflexíveis e incapazes de mudar e adaptar-se a novas situações.	Muitos não só são capazes de adaptar-se continuamente a novas situações, mas ensinam-nos através do seu exemplo.
O envelhecimento é uma etapa totalmente negativa.	O envelhecimento é uma etapa vital peculiar.
O mais velho é conservador e defensor da tradição.	Cada pessoa reflete a essência da sua personalidade à medida que cumpre os seus anos.
O velho não aprende, é desatento, não presta atenção a nada.	Aprendem e prestam atenção ao que lhes interessa, ao que corresponde às suas necessidades, aos seus anseios.
Velho não tem futuro. Já deu o que tinha para dar.	As pessoas devem preparar-se para envelhecer, fazer planos e projetos. O projeto da vida pressupõe criatividade, autonomia, educação permanente.

Referências Bibliográficas:

<http://www.slideshare.net/SoniaBSousa/esteretipos-da-velhice> (recuperado e adaptado, 15 de Fevereiro de 2014).

Criada pela investigadora.

Desenvolvimento: A concretização desta atividade correu bem e de acordo com o que havia sido planeado. As pessoas idosas mostram-se interessadas no tema e participaram (dez participantes do projeto e outros que estavam presentes), dando a conhecer as suas perspetivas. Contudo, alguns contributos foram mais positivos que outros, como por exemplo: “Agora já não me apetece fazer nada.” (D. CA); “Não gosto de estar quieta.” (D.CE); “Já não me apetece fazer certas coisas.” (D. GL); “Se me ensinarem eu faço qualquer coisa...” (D.LA); “Gosto de estar na boa vida, comecei muito pequenina a trabalhar.” (D.EM).

Deste modo, foi perceptível a adoção de posturas mais positivas e participativas por parte de alguns idosos, tendo em conta também os seus percursos e experiências de vida. Neste sentido, tentou-se conversar com as pessoas de modo a sensibilizá-las e consciencializá-las para a noção de envelhecimento ativo, com o intuito de estas obterem um maior proveito desta fase da sua vida.

Avaliação dos participantes: Por fim, os comentários grupais, demonstraram entendimento do que era pretendido, sendo que os idosos partilharam que este tipo de atividades era pertinente e fazia com que as pessoas refletissem sobre a vida que levavam.

Posto isto, também houve um momento dedicado à avaliação do percurso trilhado de forma a identificar passos a seguir. Nesta avaliação, que por sua vez foi positiva, os idosos partilharam que as atividades realizadas tinham dinamizado o espaço, alterado a rotina instalada e que pretendiam continuar a realizar e a participar noutras atividades. Tendo em consideração o momento avaliativo, conversou-se com os idosos sobre a importância de participarem e de planificarem as atividades, uma vez que se procurava alcançar a emancipação dos mesmos e a mudança da realidade.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 13: Planificação e desenvolvimento da atividade: juntar o útil ao agradável

Ação I: “Habilidosos”

Dia:12-03-2014

Participantes: (D.GL; D.CAR; D.LU;D.CE; D.LA e D.AM) 6 idosos.

Duração:1h30

Material: garrafas de água de 1L; tintas e pincéis.

Objetivos:

- Estimular um envelhecimento ativo;
- Estimular a participação e a capacidade de iniciativa dos idosos;
- Proporcionar interação entre os idosos;

Descrição: Começa-se por apelar a participação das pessoas idosas, nomeadamente para a realização de um trabalho de grupo que resultará num jogo prático e divertido em que todos podem participar.

A atividade consiste em personalizar garrafas de água de 1L que já estejam vazias, com tintas e cores ao gosto dos idosos, para posteriormente serem usadas no jogo designado por “derrubar garrafas”.

Posto isto, sensibilizar-se-á os idosos para a importância de reutilizar alguns materiais usados no dia-a-dia. Isto é, materiais velhos e usados podem resultar em materiais novos, trata-se de perspetivar de forma diferente não só esta questão ambiental mas tudo à nossa volta.

Referências Bibliográficas: Criada pela investigadora.

Desenvolvimento: Seis pessoas idosas participaram na realização desta atividade, visto que esta ia ao encontro dos seus gostos e interesses. O resultado final foi muito apreciado pelos idosos que realizaram, assim como por aqueles que observaram.

As ajudantes de ação direta e a técnica superior de serviço social reconheceram o trabalho conseguido pelos idosos, contribuindo para o aumento da autoestima dos mesmos. Para além disso, entende-se que este reconhecimento é importante pois incentivará a contínua participação dos idosos. Além disso, conversou-se que, apesar da idade que os idosos possam ter, estes são capazes de tudo o que quiserem, desde que tenham capacidade de iniciativa e força de vontade.

O diálogo criado em torno da temática da reutilização de materiais e a forma como é encarado pelos idosos foi muito interessante. Inicialmente estes partilharam que não ligavam muito a “essas coisas” e que colocavam tudo ao lixo. Perante este discurso, falou-se de vários trabalhos manuais que poderiam ser realizados com determinados materiais, como o que estava a ser realizado no momento, e crê-se que estes compreenderam a sua importância. Contudo, o mais rico desta atividade foi a participação, a interação e a comunicação gerada entre os idosos.

Avaliação dos participantes: Por fim, o grupo descreveu a atividade como sendo: “interessante e diferente” (D.GL; D.CAR); “muito engraçada” (D.LU;D.CE); “original” (D.LA; D.AM).

Registo fotográfico:



Ilustração 14: Pintura das garrafas

Apêndice 14: Planificação e desenvolvimento da atividade: animação física e motora

Ação I: “Habilidosos”

Dia: 25-03-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM; D.GR e D.CE) 10 idosos

Duração: 2h

Material: três bolas; um balde e seis garrafas de água de 1L

Objetivos:

- Estimular um envelhecimento ativo;
- Promover a participação dos idosos;
- Proporcionar momentos de interação, bem-estar e diversão;

Descrição: Esta atividade engloba a realização de vários exercícios adaptados à condição física dos idosos que frequentam o Centro de Dia da Casa-Acolhimento Santa Marta. Os exercícios realizados devem ser acompanhados de música popular e serão apresentados de seguida.

Aquecimento:

- Levantar os joelhos (um de cada vez);
- Rodar o corpo sem tirar os pés do chão;
- Abrir e fechar os braços;
- Levantar o braço para frente, lado e cima;
- Abrir e fechar as mãos;
- Rodar os pulsos;

Jogo 1: Derrubar garrafas - O jogo consiste em atirar uma bola na tentativa de derrubar o maior número possível de garrafas, em jeito de competição. Após a organização das 6 garrafas em duas pequenas linhas, deverá ser distribuído 3

bolas pelos idosos. Após uma tentativa individual a bola deverá passar entre todos, para que todos os idosos tenham a oportunidade de participar. Este jogo pode ser realizado por todos os idosos, estando sentados ou de pé.

Jogo 2: Basquete - O jogo consiste em atirar uma bola para dentro de um balde, que está colocado a uma distância razoável do chão. Deverão ser utilizadas 3 bolas e após uma tentativa individual a bola deverá passar entre todos, para que todos os idosos tenham a oportunidade de participar. Este jogo pode ser realizado por todos os idosos, estando sentados ou de pé.

Relaxamento:

- Rodar a cabeça;
- Rodar os ombros;
- Rodar a cintura;
- Rodar os pés (um de cada vez);

Referências Bibliográficas: Adaptado de, Jacob, L. (2007). Animação de Idosos. Actividades. Porto: Ambar.

Desenvolvimento: A realização desta atividade contou com a presença do investigador na orientação dos exercícios a concretizar, bem com o apoio da estagiária FL no auxílio dos movimentos executados pelos idosos.

Esta atividade de animação física e motora superou todas as expectativas, uma vez que contou com a participação de todos os idosos presentes na sala do Centro de Dia, inclusive de idosos que não têm participado noutras atividades do projeto.

Ao longo da concretização da atividade foi possível constatar momentos de comunicação, solidariedade e interajuda entre os idosos, visto que estes se apoiaram mutuamente e manifestaram alegria, através das palmas, quando os idosos cumpriam com os objetivos.

Avaliação dos participantes: Considerou-se que os comentários grupais foram incentivadores visto que os participantes partilharam que esta atividade: “Deveria ser praticada mais vezes porque estes exercícios fazem-nos

muito bem.” (D.LU); “Devíamos fazer todos os dias.” (D.CA); “Faz bem e é divertido.” (D.LA).

Além disso, as ajudantes de ação direta referiram que os exercícios realizados eram essenciais para a mobilidade dos idosos devido aos seus benefícios para a saúde, tendo em vista um envelhecimento ativo e bem-sucedido.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 15: Planificação e desenvolvimento da atividade: animação cognitiva

Ação I: “Habilidosos”

Dia:01-04-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM; D.GR e D.CE) 10 idosos.

Duração:1h30

Material: palavras a cores; diferenças; sopa de letras e labirintos.

Objetivos:

- Estimular um envelhecimento ativo;
- Estimular a dimensão cognitiva dos idosos;
- Promover a participação dos idosos;

Descrição: Esta atividade consiste na realização de quatro tipos de jogos que serão apresentados de seguida.

Jogo 1: Palavras a cores (Teste de Stroop) – Num primeiro momento o jogo consiste em dizer a cor que a palavra está impressa e não a palavra propriamente dita. Numa segunda fase, consiste no inverso, isto é, ler apenas a palavra apesar da cor que está impressa. Este exercício deverá ser realizado individualmente.

Jogo 2: Diferenças – Este jogo consiste em encontrar as diferenças entre duas imagens. Para a realização do mesmo deverá existir vários conjuntos de imagens distintas.

Jogo 3: Sopa de Letras – Este jogo consiste em procurar e assinalar as palavras indicadas. Para a realização do mesmo deverá existir várias sopas de letras, com temas diferentes.

Jogo 4: Labirintos- Este jogo consiste em descobrir o caminho mais rápido entre os pontos referenciados. Para a realização do mesmo deverá existir vários labirintos.

Referências Bibliográficas: Adaptado de, Jacob, L. (2007). Animação de Idosos. Actividades. Porto: Ambar.

Desenvolvimento: Esta atividade contemplou a realização de jogos distintos de modo a existir diversidade e opção de escolha por parte dos idosos. Alguns idosos mostraram-se motivados e aderiram bem a atividade proposta visto que esta ia ao encontro dos seus interesses exteriorizados. Todavia, outros afirmaram não querer participar por não estarem habituados ao tipo de jogos em causa.

Os idosos tiveram liberdade para selecionar o jogo que queriam realizar, sendo que o jogo do teste stroop foi cumprido pelo grupo de dez idosos e o jogo das diferenças por duas idosas.

Deste modo, não demonstraram interesse em fazer o jogo da sopa de letras e o dos labirintos e, quando questionados sobre a razão inerente, consideraram muito difícil e exigente para as suas idades. Perante esta negação, respeitou-se as suas vontades e apoiou-se as suas escolhas sendo que a participação era o principal objetivo a alcançar.

Para além disso, a concretização destes jogos também tinha como a intencionalidade compreender as dificuldades cognitivas dos idosos. Desta forma, percebeu-se que alguns ainda têm boas capacidades e motivação para enfrentar desafios.

Avaliação dos participantes: Nos comentários grupais, alguns idosos partilharam o seu agrado e outros o seu desagrado. Como por exemplo: “Gosto muito de fazer diferenças, obriga-me a concentrar...”. (D.AM); “Oh menina já não tenho cabeça para isso...”. (D.EM).

De acordo com Jacob (2007, p.72), as perdas das capacidades cognitivas podem ser reduzidas “ (...) se o idoso mantiver uma boa atividade cognitiva e contactos sociais regulares. (...) O exercício mental regular pode aumentar a actividade cerebral, retardar efeitos da perda de memória e da acuidade e

velocidade perceptiva e prevenir o surgimento de doenças degenerativas.” Neste sentido, conversou-se com os idosos sobre isso e considera-se que estes compreenderam a importância de realizar este tipo de jogos.

Registro Fotográfico: Sem registro

Apêndice 16: Planificação e desenvolvimento da atividade: desafio das adivinhas

Ação I: “Habilidosos”

Dia:05-02-2014

Participantes: (D. CAR; D. GR; D.LUI;D.AM e D.LU) 5 idosos.

Duração:1h

Material: adivinhas.

Objetivos:

- Proporcionar atividades de acordo com os gostos e interesses dos idosos;
- Estimular a participação dos idosos;
- Estimular a interação e comunicação entre todos os idosos;

Descrição: Esta atividade surge do envolvimento participativo dos idosos na planificação e no desenvolvimento das atividades do projeto.

A atividade inicia-se com a partilha de adivinhas entre os idosos (adivinhas que os idosos conhecem). Os idosos participantes devem dar palpites na tentativa de acertar e aquele que adivinhar é-lhe dada a vez de compartilhar com uma adivinha.

Considerou-se importante levar algumas adivinhas, previamente pesquisadas, de forma a prevenir possíveis “quebras”, isto é, possíveis momentos de silêncio/ausência de partilha.

Já que tens entendimento

E és amigo do saber:

Uma pedra em cima da água

Diz-me lá se pode ser?

R: Gelo

Ó que lindos amores eu tenho!

Ó que lindos, ó que ingratos!

Andam por dentro das botas

E por fora dos sapatos.

R: Os tornozelos

O que é uma coisa que tem pernas, tem costas, e não é gente?

R: Uma cadeira

Sempre quietas,

Sempre agitadas

Dormindo de dia,

De noite acordadas

R: As estrelas

O que é que fazem todos ao mesmo tempo: velhos, novos e crianças?

R: Envelhecer

Qual a coisa que se cria sem comer?

R: Fome

Bichinha magra de um olho só, pegam-lhe a cauda, dão-lhe um nó. Depois obrigam-na a perfurar mil tuneizinhos até cansar.

R.: Agulha

Tem barbas e não tem queixo,

Este bicho montanhês

Tem dentes mas não tem boca,

Tem cabeça e não tem pés

R: Alho

Qual é a coisa qual é ela que mesmo dentro da casa está sempre fora dela.

R: Botão

Sou coisa muito simples,

Mas de muito sentimento
Sou prenda preferida,
No dia do casamento
R: Aliança

Referências

<http://www.portaldaliteratura.com/adivinhas.php> (recuperado dia 25 de janeiro de 2014).

Criada pelas pessoas idosas e pelo investigador.

Bibliográficas:

Desenvolvimento: A realização desta atividade, assim como outras, resultou da partilha das pessoas idosas enquanto uma atividade apreciada pelas mesmas. Contudo, apesar de a planificação ser realizada em conjunto com os idosos e de esta ir ao encontro do gosto destes, quando se concretizou a atividade só alguns participaram (cinco idosos) e outros limitaram-se a assistir.

Deste modo, sentiu-se necessidade de respeitar o espaço e a vontade das pessoas, uma vez que estas não se mostraram muito predispostas, não foi pedido que partilhassem adivinhas.

Note-se que o facto de se ter previsto um possível constrangimento no decorrer da atividade foi determinante para a continuação da mesma pois emergiu a necessidade de se partilhar algumas adivinhas de forma a estimular uma maior partilha e participação por parte dos idosos.

Avaliação dos participantes: Considera-se que os comentários grupais foram encorajadores e motivadores para todos os indivíduos implicados no projeto: “As atividades ajudam-nos a ocupar o tempo.” (D. CAR); “Toda a gente sabe e conhece adivinhas e torna-se divertido.” (D. GR); “Foi um momento bem passado.” (D.LUI).

Os idosos participantes demonstraram satisfação pela adoção de um papel mais ativo e significativo na planificação das atividades à realizar: “Nós não estamos habituados mas é bom preparar o que gostamos de fazer.” (D.AM); “Decidir o que fazer...até parecemos importantes...” (D.LU).

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 17: Planificação e desenvolvimento da atividade: capacitar – leitura, escrita e cálculo

Ação I: “Habilidosos”

Dias: 26-02-2014; 03-03-2014; 12-03-2014 e 26-03-2014

Participantes: (D.LUI e D.GL) 2 idosas.

Duração: 1h30

Material: cadernos; folhas; livro com textos; calculadora; régua escantilhão; lápis e caneta.

Objetivos:

- Apoiar e incentivar a recuperação de competências;
- Responder a capacidade de iniciativa das pessoas idosas;
- Positivar a atitude de aprendizagem ao longo da vida;

Descrição: Esta atividade consiste, na sua primordial essência, em responder a capacidade de iniciativa manifestada por duas idosas, isto é, de praticar a escrita e a leitura, bem como apoiar na concretização de cálculos.

Esta prática verifica-se através de cópias, ditados e na escrita do nome pessoal. Além disso, no caso específico de uma das idosas, o apoio na realização de cálculos baseia-se nas suas despesas mensais tendo em conta a reforma que auferir.

Referências Bibliográficas: Criada pelas pessoas idosas e pelo investigador.

Desenvolvimento: Esta atividade foi sendo realizada sempre que as duas idosas demonstravam interesse e vontade em escrever, ler e fazer cálculos.

Considerou-se essencial responder positivamente a esta iniciativa manifestada pelas idosas, uma vez que se trata de apoiar o interesse e a

necessidade pessoal de ambas. Ao longo das diversas atividades foi notório a dedicação e evolução das idosas e a forma como começaram a encarar este momento de aprendizagem.

No decorrer da mesma foi-se valorizando e reconhecendo a atitude positiva, participativa das duas idosas e o facto de continuarem a desenvolver competências, uma vez que a aprendizagem acontece ao longo da vida.

Note-se que ao longo da realização destas atividades, tentou-se apelar a participação de outros idosos mas estes recusaram, partilhando que não tinham vontade nem interesse. Perante tais afirmações, respeitou-se as aspirações das pessoas.

Avaliação dos participantes: No fim de cada atividade, as idosas demonstravam uma grande satisfação e sentimento de capacitação pelo trabalho conseguido, reconhecendo, a cada dia, o melhoramento dos aspetos desenvolvidos. Como por exemplo: “Hoje a letra está mais bonita.” (D.GL); “É tão bom ver que consigo fazer sozinha.” (D.LUI).

Este feedback positivo motivou a repetição da atividade, no sentido de continuar a aperfeiçoar competências: “Nós ao praticarmos estamos sempre a melhorar.” (D.LUI); “As minhas mãos já não ajudam mas eu não desisto de praticar porque gosto muito de ler e escrever.” (D. GL).

Registo Fotográfico:



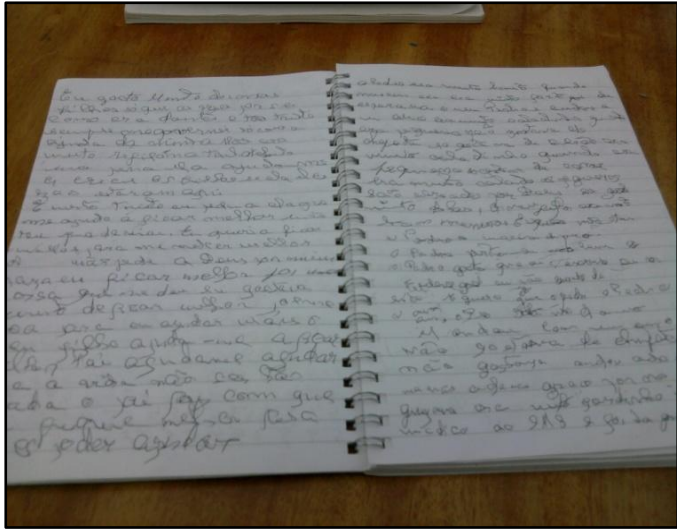
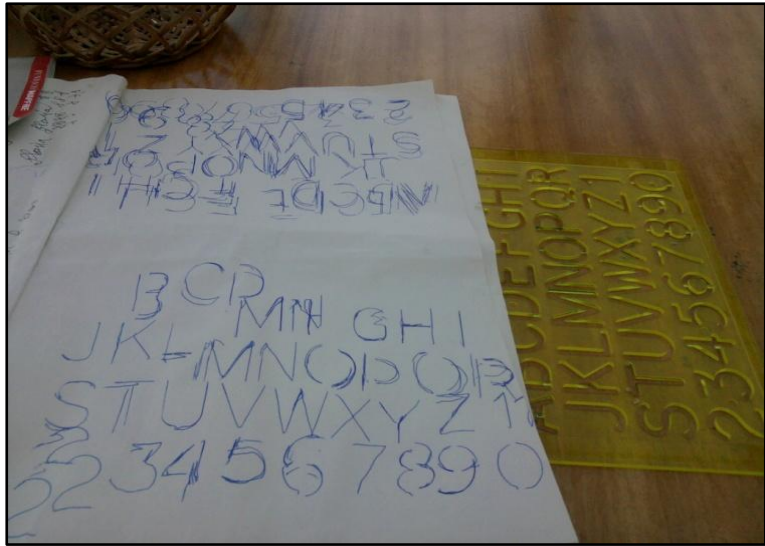
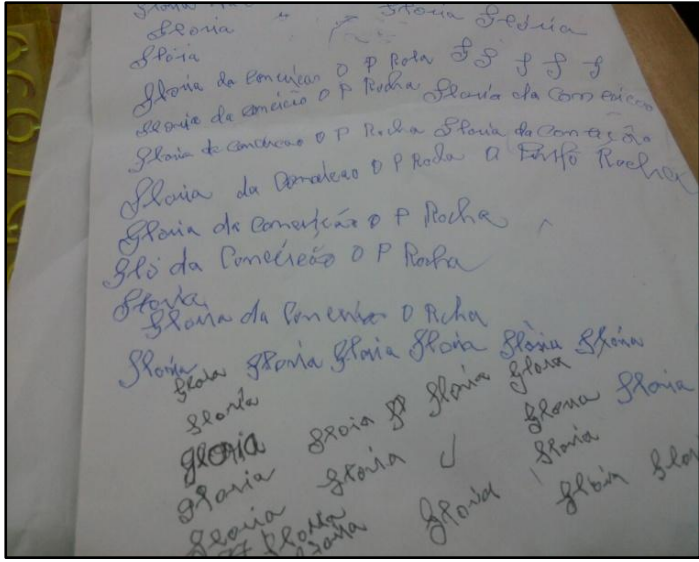


Ilustração 15: Registos do desenvolvimento da atividade

Apêndice 18: Planificação e desenvolvimento da atividade: eu danço, tu cantas nós dançamos e cantamos

Ação I: “Habilidosos”

Dia:02-04-2014

Participantes: (D.CE; D. CAR; D. LUI e D. AM) 4 idosas e ajudantes de ação direta.

Duração:1h30

Material: cd's de música popular e um rádio.

Objetivos:

- Estimular um envelhecimento ativo;
- Promover a participação dos idosos;
- Proporcionar momentos de interação, bem-estar e diversão;

Descrição: Esta atividade surge do envolvimento participativo dos idosos na planificação e desenvolvimento das atividades do projeto.

Para a realização desta atividade é necessário a existência de um rádio e música popular. Reunidos estes recursos essenciais, segue-se a dança, que poderá ser individual ou em pares, bem como cantar.

Desenvolvimento: A planificação e a concretização desta atividade não contou com o envolvimento de todo o grupo de participantes no projeto. Porém, esta atitude justifica-se pelas individualidades e pelo facto de se tratar de um grupo heterogêneo com interesses e gostos distintos.

Da atividade e daqueles que participaram (quatro idosos) resultou um momento muito divertido, em que algumas ajudantes de ação direta também se juntaram para dançar e cantar com os idosos. Estas revelaram ser

elementos facilitadores, uma vez que estimularam a capacidade de iniciativa dos idosos. Contudo, apesar de este incentivo não demonstrar mudança de atitude no momento, considera-se que, futuramente, se continuar poderá proporcionar.

Avaliação dos participantes: Por fim, no momento dos comentários grupais os participantes partilharam: “Estes momentos ajudam-nos a aliviar a cabeça” (D.CE); “Tornam o Centro de Dia mais alegre, eu adorei...” (D. CAR); “Ajuda-nos a distrair.” (D. LUI); “Foi muito divertido.” (D. AM).

Assim sendo, considera-se que se conseguiu cumprir com os objetivos.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 19: Planificação e desenvolvimento da atividade: caminhada até à igreja paroquial

Nota: Numa primeira instância, foi realizado uma caminhada até a igreja paroquial, sugerida pela técnica superior de serviço social. A partir desta foi perceptível o gosto e a motivação demonstrada pelos idosos e, como tal, considerou-se que a sua repetição seria uma mais-valia.

Ação I: “Habilidosos”

Dia:18-03-2014

Participantes: (D.LA; D. LU; D.CA; D. AM e D. GL) 5 idosos.

Duração:1h30

Material: nenhum.

Objetivos:

- Refletir sobre os benefícios das caminhadas para a saúde;
- Estimular um envelhecimento ativo e bem-sucedido;
- Promover o convívio entre os idosos;

Descrição: Esta atividade surge do envolvimento participativo dos idosos na planificação e desenvolvimento das atividades do projeto.

De um modo geral, a atividade consiste em caminhar até ao local eleito pelos idosos. O papel do investigador nesta atividade passa por acompanhar e auxiliar as pessoas idosas durante a caminhada.

Contudo, além disso, com o decorrer da atividade tentar-se-á estimular a comunicação entre os idosos participantes de modo a que a caminhada se torne num momento de bem-estar pessoal e grupal.

Referências Bibliográficas: Criada pelas pessoas idosas e pelo investigador.

Desenvolvimento: Esta atividade foi muito apreciada pelos idosos (cinco participantes) porque permitiu que estes saíssem um pouco do Centro de Dia e, ao fazê-la sentiram que, apesar da idade, ainda têm alguma autonomia. Neste sentido partilharam: “É tão agradável caminhar e faz-nos bem...” (D.LA); “Nós antes caminhávamos muito com a Dr.^a Lurdes, sempre gostamos.” (D. LU); “Eu também ando no Centro de Dia mas é melhor cá fora.” (D.CA).

Ao longo da caminhada houve espaço para dialogar e partilhar aspetos mais pessoais entre os idosos, como por exemplo, a D. AM e a D. GL referiram que se tinham casado “nesta” igreja paroquial (Santíssimo Sacramento), por sua vez, a D. LU referiu que casou na Foz, a D. GR em Lordelo e a D. CAR em Amarante. Além disso, falou-se de alguns pormenores e lembranças mais particulares.

Considera-se que com o decorrer das atividades do projeto, os idosos têm fomentado a confiança entre si, o que se reflete no à-vontade para partilhar aspetos mais pessoais.

Avaliação dos participantes: Como comentários grupais, os idosos referiram e partilharam o interesse e a necessidade de repetir a atividade noutro dia, também com o intuito de quebrar a rotina diária instalada no Centro de Dia.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 20: Planificação e desenvolvimento da atividade: caminhada até ao lidl e à igreja paroquial

Ação I: “Habilidosos”

Dia:08-04-2014

Participantes: (D.EM; D. CA; D. CAR; D. GR; D.GL e D.AM) 7 idosos e a estagiária FL.

Duração:1h30

Material: nenhum.

Objetivos:

- Refletir sobre os benefícios de caminhadas para a saúde;
- Estimular um envelhecimento ativo e bem-sucedido;
- Proporcionar o convívio entre os idosos;

Descrição: Esta atividade surge do envolvimento participativo dos idosos na planificação e desenvolvimento das atividades do projeto.

De um modo geral, a atividade consiste em caminhar até ao local eleito pelos idosos. O papel do investigador nesta atividade passa por acompanhar e auxiliar as pessoas idosas durante a caminhada.

A partir tentar-se-á estimular o convívio entre os idosos, bem como refletir sobre os benefícios das caminhadas para a saúde das pessoas idosas.

Referências Bibliográficas: Criada pelas pessoas idosas e pelo investigador.

Desenvolvimento: A realização desta atividade contou com o apoio da estagiária FL a realizar estágio curricular, na Casa-Acolhimento Santa Marta, no âmbito da licenciatura em serviço social pela Universidade Lusófona.

Como já foi referido anteriormente, sendo esta uma atividade que surgiu da planificação e da capacidade de iniciativa dos idosos, foi possível constatar uma maior predisposição, interesse e motivação por parte destes na sua realização. Ao longo da caminhada os sete idosos participantes comunicaram entre si e ajudaram-se mutuamente de modo a facilitar a mobilidade.

Quando se questionou sobre o interesse em entrar no Lidl alguns idosos responderam afirmativamente e outros não. Deste modo, o investigador permaneceu no exterior caminhando com os idosos que não demonstraram interesse e a estagiária FL entrou no supermercado com os restantes idosos.

Os idosos que entraram no Lidl acabaram por comprar alguns bens alimentares e, de acordo com o feedback da estagiária, necessitaram de apoio na consulta dos preços e na procura dos artigos desejáveis. Contudo, apesar deste apoio demonstraram-se muito autónomos.

Avaliação dos participantes: Os comentários grupais foram muito positivos e demonstraram reconhecimento dos benefícios das caminhadas para a saúde, para além da satisfação pessoal. Algum do feedback dos idosos foi: “É tão bom puder caminhar e apanhar um pouco de sol...” (D.EM); “Os ossos já não ajudam mas nós temos de caminhar senão com o passar do tempo é pior...” (D. CA); “É juntar o útil ao agradável...” (D. CAR; D. EM); “As caminhadas fazem muito bem a saúde, eu venho sempre a pé para o Centro de Dia...” (D. GR); Faz bem andar, a toda a gente...novos e velhos...” (D.GL).

Registo Fotográfico:



Ilustração 16: Caminhada

Apêndice 21: Planificação e desenvolvimento da atividade: se eu não cuidar de mim alguém cuidará?

Ação I: “Habilidosos”

Dia:09-04-2014

Participantes: (D.CAR; D. EM; D.LUI; D.GR; D.GL e D.LU) 6 idosos.

Duração:1h

Material: material de estética para cara e mãos.

Objetivos:

- Fomentar a autoestima das pessoas idosas;
- Refletir e valorizar as competências e capacidades individuais;
- Positivar o processo de envelhecimento;

Descrição: Esta atividade surgiu como resposta ao pedido momentâneo de algumas pessoas idosas participantes no projeto. Deste modo, a presente planificação surge numa fase posterior.

Numa primeira instância a atividade consistiu em tratar da imagem dos idosos, nomeadamente da cara e das mãos.

Simultaneamente, de forma a rentabilizar o momento, procurou-se valorizar as competências e capacidades individuais dos idosos, no sentido de fomentar a capacidade de iniciativa e a autoestima, motivando-os através do realce as suas qualidades.

Referências Bibliográficas: Criada pelas pessoas idosas e pelo investigador.

Desenvolvimento: Considerou-se substancial responder afirmativamente a esta necessidade manifestada por seis idosas, uma vez que se trata da imagem e de contribuir para o aumento da autoestima das mesmas.

Além disso, entende-se que o sentimento que as pessoas idosas têm sobre si e a sua imagem reflete-se positiva ou negativamente na participação em atividades e na abertura a desafios.

Desta forma, considera-se que esta atividade teve efeitos muito positivos e que foi significativa para o bem-estar dos idosos.

Avaliação dos participantes: Por fim, os comentários grupais passaram pelo agradecimento e valorização da disponibilidade em atender ao pedido.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 22: Questionário de avaliação – Ação “Habilidosos”

Questionário de Avaliação da Ação “Habilidosos”

Enquanto participante da Ação “Habilidosos” a sua opinião é um elemento muito importante para a avaliação do projeto em desenvolvimento. Deste modo, este questionário de avaliação visa melhorar a ação e respetivos resultados, bem como ir ao encontro dos objetivos traçados inicialmente. Informa-se que será assegurado o anonimato das suas respostas.

1. Por favor, responda às questões seguintes utilizando a escala de 1 a 6:

1	2	3	4	5	6
Discordo totalmente	Discordo	Discordo moderadamente	Concordo moderadamente	Concordo	Concordo totalmente

- 1.1. Assinale com um X a sua resposta.

	1	2	3	4	5	6
As atividades realizadas foram ao encontro dos seus interesses?						
Considera que a sua participação nesta ação permitiu ter um envelhecimento mais ativo?						
No seu entender, as atividades realizadas permitiram ocupar o tempo						

que passa no Centro de Dia?						
A sua participação nas atividades facilitou o convívio com os restantes idosos que frequentam o Centro de Dia?						
A duração e o horário foram adequados?						

2. Qual foi a atividade de que mais gostou? Porquê?

3. Qual foi a atividade de que menos gostou? Porquê?

4. Sugestões, críticas e observações.

Muito obrigado pela sua colaboração!

Apêndice 23: Síntese das respostas dos idosos – avaliação da ação “Habilidosos”

Questões:	N.º de idosos:	Respostas:
As atividades realizadas foram ao encontro dos seus interesses?	7	Concordo totalmente
	3	Concordo
Considera que a sua participação nesta ação permitiu ter um envelhecimento mais ativo?	5	Concordo totalmente
	2	Concordo moderadamente
	2	Concordo
	1	Discordo moderadamente
No seu entender, as atividades realizadas permitiram ocupar o tempo que passa no Centro de Dia?	7	Concordo totalmente
	2	Concordo moderadamente
	1	Discordo moderadamente
A sua participação nas atividades facilitou o convívio com os restantes idosos que frequentam o Centro de Dia?	6	Concordo totalmente
	3	Concordo
	1	Concordo moderadamente
A duração e o horário foram adequados?	9	Concordo totalmente
	1	Discordo moderadamente

Apêndice 24: Mudança na organização da sala



Ilustração 17: Antes e depois da mudança da sala

Apêndice 25: Planificação e desenvolvimento da atividade: eu sou...e goste de...

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia:29-01-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração: 1h30

Material: nenhum.

Objetivos:

- Fomentar o auto e o hétero conhecimento;
- Facilitar a comunicação entre os idosos;
- Promover a coesão grupal;

Descrição: Começa-se por apelar a participação de todas as pessoas idosas presentes. De seguida, pede-se que cada elemento se apresente (nome, idade e outros aspetos pessoais que queira partilhar) acrescentando algo de que goste.

Referências Bibliográficas: Adaptado de, Avelino, P. & Soares, C. & Vaz, F., Marques, O. (2009). Interagir – Técnicas de animação. Porto: Edições Salesianas.

Desenvolvimento: A realização desta atividade previa criar alguma interação entre os participantes, bem como apelar a comunicação e a partilha de aspetos mais pessoais entre os idosos. Este intuito foi alcançado.

As pessoas idosas mostraram-se recetivas e aderiram bem a atividade proposta (nove participantes). Primeiramente apresentaram-se e, de seguida, partilharam a sua idade e alguns dos seus gostos.

O nome dos idosos foi o aspeto que se notou ser de conhecimento mais geral, por outro lado, a idade e os gostos pessoais de cada um não eram tão

conhecidos e, em alguns casos, percebeu-se que nunca haviam sido partilhados.

Avaliação dos participantes: No fim, no momento dos comentários grupais, os idosos partilharam: “Assim é mais fácil conhecermo-nos.” (D. AM); “É importante e faz toda a diferença, assim falamos mais com os outros.” (D.LUI); “Estas atividades são o primeiro-passo para a mudança.” (D.CAR).

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 26: Planificação e desenvolvimento da atividade: características sentadas

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia:09-04-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração:1h30

Material: nenhum.

Objetivos:

- Ajudar as pessoas a conhecerem-se;
- Fomentar o auto e o hétero conhecimento;
- Promover o convívio entre os participantes;

Descrição: Inicialmente os idosos são convidados a participar e a sentarem-se em círculo.

Posto isto, dá-se início a atividade que consiste em reconhecer e partilhar características pessoais entre os participantes.

Referências Bibliográficas: Avelino, P. & Soares, C. & Vaz, F., Marques, O. (2009). Interagir – Técnicas de animação. Porto: Edições Salesianas.

Desenvolvimento: A atividade desenvolveu-se de acordo com o que havia sido planeado, à exceção dos idosos estarem sentados em círculo. Por vontade dos mesmos, os idosos permaneceram nos seus cadeirões.

Ao longo da atividade foi possível constatar que, de um modo geral, os idosos caracterizaram-se de acordo com o que transparecem ser, ou seja, têm noção das características que os definem. Contudo, percebeu-se também que existiam alguns idosos que ainda não tinham refletido sobre as suas características pessoais, uma vez que demoraram um pouco mais a responder.

Neste sentido, alguns idosos colaboraram com os restantes elementos do grupo, partilhando algumas características que podiam ajudar as pessoas a caracterizarem-se.

Com o desenvolvimento desta atividade foi-se percebendo, por meio da observação participante, que os idosos se estavam a divertir e a apreciar o momento.

Por fim, considera-se que é notório, por parte dos idosos, uma maior predisposição a participar e a partilhar em grupo.

Avaliação dos participantes: No momento dos comentários grupais, na generalidade, os idosos partilharam que consideraram a atividade “interessante” porque indiretamente implicava o reconhecimento de qualidades e defeitos de cada um. Por sua vez, este reconhecimento conduziu à “reflexão sobre as atitudes”.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 27: Planificação e desenvolvimento da atividade: eu sou...e ele...

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia:06-05-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração:1h30

Material: nenhum.

Objetivos:

- Facilitar o diálogo entre os participantes;
- Estimular a interação entre o grupo;
- Fomentar o auto e o hétero conhecimento;

Descrição: Inicialmente solicita-se que os idosos troquem de lugares, ou seja, que concedam o seu cadeirão a outro idoso. Informa-se que esta troca acontecerá apenas para a realização da atividade e que, de seguida, compreenderão o objetivo desta troca.

Posto isto, pede-se que cada elemento partilhe o que conhece do idoso que está ao seu lado (direito ou esquerdo) e que acrescente algo que repara no mesmo, por exemplo: a cor dos olhos, peças de vestuário, traços físicos, características de comportamento, etc.

Referências Bibliográficas: Adaptado de, Avelino, P. & Soares, C. & Vaz, F., Marques, O. (2009). Interagir – Técnicas de animação. Porto: Edições Salesianas.

Desenvolvimento: Com a realização desta atividade pretendia-se perceber o conhecimento retido pelos idosos em relação aos outros, resultante das atividades realizadas anteriormente. Alguns participantes

recordavam-se de determinados gostos e características, o aspeto mais difícil de recordar foi a idade dos idosos. Deste feito, valorizou-se a capacidade de memória e o interesse dos idosos em conhecer melhor o outro.

Avaliação dos participantes: Por fim, como comentários grupais, os idosos referiram: “Estou a gostar muito de participar nas atividades.” (D.LUI); “Permitem ocupar melhor o tempo que passamos no Centro de Dia.” (D.GL); “Nós agora fazemos coisas diferentes.” (D. EM).

Além disso, partilharam que o ambiente à tarde (Centro de Convívio) não era propício para o diálogo porque “Os idosos da tarde querem fazer tudo e acham-nos mais dependentes.” (D.LU) e (D.LUI).

Desta partilha, percebeu-se que este era um problema que precisava de ser trabalhado em futuras intervenções.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 28: Planificação e desenvolvimento da atividade: levar a mal e apreciar

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia: 07-05-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração: 1h30

Material: folhas de cor e marcadores.

Objetivos:

- Fomentar o auto e o hétero conhecimento;
- Desenvolver a escuta ativa e compreensão empática;
- Promover o respeito mútuo;

Descrição: O investigador inicia a atividade referindo que os idosos terão de completar as frases que irá referir de seguida. Assim sendo, em círculo, cada idoso terá de continuar a frase que começa por: “Eu levo a mal que...”. Posto isto, recomeça-se a volta começando por “Eu aprecio que...”.

Referência Bibliográfica: Adaptado de, Santos, H. (2008). Modelos de Formação de Adultos.

Desenvolvimento: Esta atividade desenvolveu-se de acordo com o que havia sido planeado e contou com a participação de todos os idosos presentes.

Em relação a temática em causa, verificou-se que os idosos estavam plenamente conscientes do que apreciavam e do que levavam a mal.

De um modo geral, considera-se que a realização desta atividade teve efeitos muito positivos uma vez que, fomentou o auto e o hétero conhecimento e permitiu desenvolver a escuta ativa, a compreensão empática, bem como promover o respeito mútuo ente os idosos participantes.

Posto isto, atendeu-se a ideia emergente do grupo que proponha a exposição do resultado da atividade no placar do Centro de Dia, referindo que todos deveriam ler de forma a compreenderem melhor os outros.

Deste modo, a presente atividade proporcionou reflexão, interação e, em alguns momentos, diversão com algumas das respostas. Considera-se que os objetivos foram alcançados, uma vez que permitiu aprofundar o conhecimento acerca das pessoas idosas que frequentam o Centro de Dia.

Avaliação dos participantes: Segundo o feedback dos idosos, no fim da atividade, esta foi: “Muito interessante e engraçada.” (D. LA); “Divertida.” (D.GR); “Diferente. (D.CA) ”.

Registo Fotográfico:

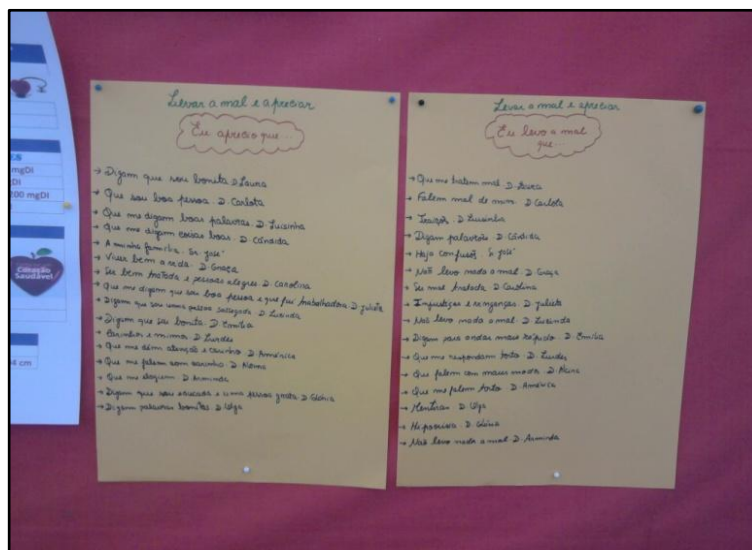


Ilustração 18: Exposição do resultado da atividade

Apêndice 29: Planificação e desenvolvimento da atividade: o detetive

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia:14-05-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração: 1h30

Material: cartões com perguntas e caneta.

Objetivos:

- Fomentar o auto e o hetero conhecimento;
- Estimular a comunicação entre os participantes;
- Promover a coesão grupal;

Descrição: Num primeiro momento, individualmente mas com a ajuda do investigador, cada idoso deve preencher um pequeno cartão com as seguintes questões:

- 1- “Algo que fez e sente orgulho?”
- 2- “O que gosta de fazer?”
- 3- “O que mais deseja na vida?”

Posto isto, todos os cartões devem ser misturados numa pequena caixa.

De seguida, solicita-se que cada idoso retire um cartão e com a ajuda do investigador, na leitura das respostas, o idoso deve tentar adivinhar a quem pertence o cartão com base nos conhecimentos que tem adquirido sobre os outros.

Referências Bibliográficas: Adaptado de, Avelino, P. & Soares, C. & Vaz, F., Marques, O. (2009). Interagir – Técnicas de animação. Porto: Edições Salesianas.

Desenvolvimento: Com o decorrer das diferentes atividades, é possível constatar que os idosos estão notoriamente mais recetivos e participativos.

Foi muito satisfatório desenvolver esta atividade, na medida em que se sente um maior envolvimento e dedicação por parte dos idosos.

Esta atividade permitiu perceber os conhecimentos retidos pelos idosos face aos outros, resultante das atividades realizadas anteriormente. Como conclusão, verificou-se a retenção de algum conhecimento por parte de alguns idosos.

Desta forma, tem-se constatado que os idosos estão evidentemente mais envolvidos. Além disso, têm demonstrado cada vez mais curiosidade em conhecer a intencionalidade das atividades propostas e reconhecem a sua utilidade.

Avaliação dos participantes: No fim, conversou-se sobre a importância da existência deste tipo de atividades, em que se partilhou o facto de, anteriormente, ser notório a pouca comunicação entre os idosos e que, apesar de estarem diariamente no mesmo espaço, mal se conheciam. Os idosos partilharam a mesma opinião e reconheceram este desconhecimento: “É verdade, tem toda a razão.” (D. CAR); “As pessoas estão aqui caladas, cada um no seu canto.” (D. AM); “Ninguém fala com ninguém.” (D. CA).

Deste modo, considera-se que este momento avaliativo foi muito importante e produtivo, uma vez que tornou mais significativa a existência desta ação.

Registo Fotográfico:



Ilustração 19: Cartões

Apêndice 30: Planificação e desenvolvimento da atividade: curiosidades pessoais

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia: 21-05-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração: 1h30

Material: papéis com o nome dos idosos e uma caixa.

Objetivos:

- Fomentar o auto e o hétero conhecimento;
- Incentivar a partilha de aspetos mais pessoais;
- Promover a comunicação entre os participantes;

Descrição: Num primeiro momento, o investigador deve escrever em pequenos papéis o nome de todos os idosos presentes e de seguida, colocar os mesmos aleatoriamente numa caixa.

Posto isto, solicita-se que cada idoso retire um papel e àquele que sair terá de fazer uma questão sobre algo que queira saber a seu respeito.

Referências Bibliográficas: Criada pelo investigador.

Desenvolvimento: Esta atividade foi realizada ao mesmo tempo que os idosos faziam alguns trabalhos manuais orientados pela animadora sociocultural (temporária).

Considera-se que desta forma, estando os idosos todos reunidos e trabalhando descontraidamente, favoreceu o desenvolvimento da atividade com maior naturalidade.

Os idosos participaram e fizeram diversas questões como por exemplo: “Sei que teve filhos, mas quantos filhos?”; “O que fez no Brasil?”; “Gosta de viver

com a sua filha?"; "Que idade tem?"; "Gosta de estar no Centro de Dia?"; "Tem algum problema de saúde?", entre outras. Neste sentido, verificou-se que algumas destas questões já transpareceram algum conhecimento sobre as pessoas idosas interpeladas, o que se avalia como uma conquista.

Deste modo, entende-se que a atividade foi realizada com sucesso e que se cumpriu com os objetivos.

Avaliação dos participantes: Por fim, no momento dos comentários grupais, os idosos revelaram: "Gostei muito." (D.CA); "Foi interessante." (D.LA); "Tivemos liberdade para questionar o que quiséssemos, foi diferente..." (D.CAR); "Sinto que, a cada dia que passa, conheço mais um pouco de alguém." (D. GL).

Além disso, reconheceram que esta permitiu que comunicassem mais entre si ao invés de estar cada um a fazer o seu trabalho.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 31: Planificação e desenvolvimento da atividade: constelação de amigos

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia:28-05-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração:2h

Material: uma rede por idoso e caneta.

Objetivos:

- Refletir sobre a importância das relações interpessoais;
- Incentivar a criação de laços com outros idosos;
- Promover a comunicação entre os participantes;

Descrição: Esta atividade é realizada individualmente e consiste no preenchimento da rede apresentada de seguida.

Com a colaboração do investigador, solicita-se que cada idoso responda as questões ilustradas na mesma, com a intencionalidade de os fazer compreender e refletir sobre as relações interpessoais que mantêm no Centro de Dia.

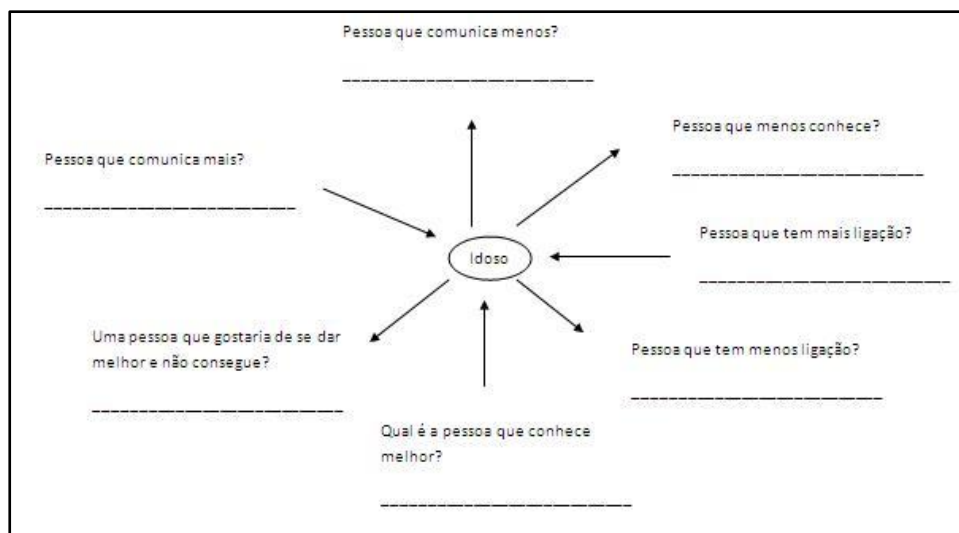


Ilustração 20: Rede

Referências Bibliográficas: Adaptado de, Avelino, P. & Soares, C. & Vaz, F., Marques, O. (2009). Interagir – Técnicas de animação. Porto: Edições Salesianas.

Desenvolvimento: A presente atividade possibilitou que os idosos refletissem sobre as relações interpessoais que mantêm com os outros idosos que frequentam o Centro de Dia. Além disso, esta promoveu a consciencialização dos mesmos face às pessoas com as quais têm mais/menos ligação, que comunicam e conhecem mais/menos, incentivando-os a criar momentos de convívio e a facilitar a aproximação. De um modo geral, entende-se que os resultados obtidos com a realização desta atividade foram muito positivos, no sentido em que os idosos compreenderam a importância destes aspetos. Contudo, apesar de os idosos reconhecerem, demonstram pouco à-vontade para abordar, bem como conversar com os outros, o que deverá ser continuamente trabalhado.

Avaliação dos participantes: Os comentários grupais foram muito poucos, entende-se que se justifica pelo tema discutido e pela reflexão/consciencialização face as respostas e atitudes adotadas.

Nos comentários grupais, alguns dos idosos participantes partilharam: “Eu não gosto de falar com ninguém, gosto de estar no meu canto.” (D.EM); “Eu

não falo muito com a D. LA porque ela está mais distante.” (D.AM); “Aqui cada um tem o seu cantinho e falamos com os mais próximos.” (D.LU).

Deste modo, é perceptível e confirmado pelo discurso dos próprios idosos que a disposição da sala condiciona efetivamente a criação de relações e proximidade entre os idosos.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 32: Planificação e desenvolvimento da atividade: fotografias simbólicas

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia:20-05-2014

Participantes: (D. AM; D.CAR; D.LUI e D.LU) 4 idosos.

Duração:1h30

Material: fotografias; cartolina; marcadores e fita-cola.

Objetivos:

- Estimular a partilha entre os participantes;
- Fomentar a união e coesão grupal;
- Promover a comunicação entre os participantes;

Descrição: Esta atividade surge do envolvimento participativo dos idosos na planificação e desenvolvimento das atividades do projeto.

A essência desta atividade consiste em partilhar, por parte dos idosos, fotografias pessoais e que considerem significativas. Neste sentido, sugere-se que estas podem retratar épocas festivas, comemorações, momentos marcantes nas suas vidas.

Referências Bibliográficas: Adaptado de, Avelino, P. & Soares, C. & Vaz, F., Marques, O. (2009). Interagir – Técnicas de animação. Porto: Edições Salesianas.

Desenvolvimento: A concretização desta atividade só foi possível porque se contou com o compromisso e a participação das pessoas idosas, uma vez que estas tinham de se responsabilizar em trazer as fotografias.

A partilha gerada em torno das fotografias foi muito interessante e comovente. Algumas idosas partilharam fotografias que tiraram quando ficaram viúvas, outras de quando eram mais novas, algumas fotografias

comemorativas (batizados de netos) e outras de passeios realizados pela Casa-Acolhimento Santa Marta. Neste sentido, também se considerou importante partilhar fotografias significativas de modo a que a relação entre investigador *versus* idosos se completasse e que os idosos sentissem que se tratava de um crescimento e de uma partilha mútua, isto é, dar e receber.

Uma vez realizada esta partilha, ofereceu-se aos idosos algumas fotografias capturadas ao longo das atividades realizadas e os idosos mostraram-se muito emocionados e felizes. De seguida, idealizou-se em conjunto a elaboração de um cartaz de forma a retratar alguns dos momentos vivenciados pelos idosos no Centro de Dia.

Inclusive, três idosas pediram para voltar a revelar uma das fotografias para que cada uma guardasse como recordação.

Deste modo, considera-se que se concretizou os objetivos e entende-se que esta atividade vem evidenciar uma mudança de atitude por parte de algumas idosas.

Avaliação dos participantes: Algumas idosas partilharam: “Estes são os melhores momentos da minha vida.” (D. CAR); “É tão bom ver todos estes momentos...” (D. AM).

Registo Fotográfico:





Ilustração 21: Fotografias simbólicas

Apêndice 33: Planificação e desenvolvimento da atividade: desabafos

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia: 04-06-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração: 1h30

Material: nenhum.

Objetivos:

- Estimular a partilha entre os participantes;
- Fomentar a união e coesão grupal;
- Promover a comunicação entre os participantes;

Descrição: Esta atividade surge do envolvimento participativo dos idosos na planificação e desenvolvimento das atividades do projeto.

Esta emergiu no momento, da necessidade dos idosos conversarem sobre a apresentação da peça de teatro “Largo das Memórias, realizada no âmbito do projeto dos estagiários de animação sociocultural.

Referências Bibliográficas: Criada pelas pessoas idosas e pelo investigador.

Desenvolvimento: Os idosos participantes da peça de teatro “Largo das Memórias” e do projeto “Não nos deixem dormir...” demonstravam estar muito ansiosos e nervosos com a apresentação pública da peça de teatro. Deste modo, em conjunto considerou-se que conversar sobre o assunto, partilhar estes sentimentos iria ajudar a descontrair e a unir o grupo.

Após a partilha e o realce das potencialidades de cada um, as pessoas idosas mostraram-se mais à-vontade e confiantes nas suas capacidades.

Avaliação dos participantes: No momento dos comentários grupais, os idosos mencionaram: “Foi uma boa ideia conversar sobre o assunto.” (D.LA); “Agora sinto-me mais descontraída e compreendida.” (D.AM); “Numa altura destas conversar foi a melhor escolha, valeu mais do que fazer outra coisa.” (D.CAR).

Deste feito, considera-se que as atividades realizadas têm surtido mudanças e fomentado a coesão grupal.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 34: Planificação e desenvolvimento da atividade: reflexão: os estagiários

Ação II: “Eu e os Outros”

Dia:11-06-2014

Participantes: (D.AM; D.LA; D.CA; D.LU; D.LUI; D.CAR; D.GL; D.EM e D.GR) 9 idosos.

Duração:2h

Material: nenhum.

Objetivos:

- Estimular a partilha entre os participantes;
- Fomentar a união e coesão grupal;
- Promover a comunicação entre os participantes;

Descrição: Esta atividade surge do envolvimento participativo dos idosos na planificação e no desenvolvimento das atividades do projeto.

A Casa-Acolhimento Santa Marta acolheu, no ano letivo 2013/2014, sete estagiários de áreas distintas, sendo estes dois de animação sociocultural, dois de gerontologia e três de serviço social. A presente atividade surgiu por parte dos idosos face a notória ausência de alguns destes estagiários, uma vez que se aproximava o fim do ano letivo.

Referências Bibliográficas: Criada pelas pessoas idosas e pelo investigador.

Desenvolvimento: Ao longo de todo o processo de integração, desenho e desenvolvimento do projeto foi-se percecionando e constatando a importância que estagiários assumem na rotina diária dos idosos que frequentam a Casa-Acolhimento Santa Marta.

Neste sentido, alguns idosos partilharam: “Nós depois temos muitas saudades porque os estagiários passam muito tempo connosco e de repente vão embora...”, “Na próxima semana já vão todos embora, ficam só os velhos...” (D.CAR); “Realmente, de repente ficamos sem nenhum estagiário. Num momento estão muitos e depois...” (D. AM); “Todos os meses devíamos ter estagiários porque agora vão todos embora e não fica nenhum.” (D. LA); “Os estagiários são uma grande ajuda.” (D. GL).

De acordo com a ajudante de ação direta D. MA, “São muitos até demais. Torna-se uma balburdia porque começam a fazer o nosso trabalho e ninguém se entende. Depois quando vão embora, os idosos queixam-se porque não têm a mesma atenção.”. Deste modo, verifica-se que as opiniões divergem em relação ao papel e a importância dos estagiários na instituição.

Uma vez que este tema é de cariz estrutural e hierárquico também se procurou conhecer o entender da diretora técnica (técnica superior de serviço social) sobre o assunto. Segundo esta, “Este ano foram muitos estagiários, não volta a acontecer....Já tivemos muitos mas todos da mesma área, com o mesmo projeto...era diferente...nada como este ano.”

Neste sentido, partilhou-se com a mesma que ao longo do tempo se foi notando cansaço por parte dos idosos, nomeadamente quando se apelava a participação e quando eram abordados para responder a questões de acordo com os estudos e projetos de cada um dos estagiários. Considera-se que este é um aspeto que deve ser problematizado, uma vez que a instituição deve refletir sobre as implicações inerentes ao acolhimento deste número de estagiários. Além disso, este facto teve sérias consequências no projeto “Não nos deixem dormir...”, sobretudo na propensão dos idosos para a planificação de mais atividades na ação “Eu e os Outros”.

Avaliação dos participantes: Sem avaliação.

Registo Fotográfico: Sem registo.

Apêndice 35: Questionário de avaliação – Ação “Eu e os Outros”

Questionário de Avaliação da Ação “Eu e os Outros”

Enquanto participante da Ação “Eu e os Outros” a sua opinião é um elemento muito importante para a avaliação do projeto. Deste modo, este questionário de avaliação visa avaliar a ação desenvolvida e respetivos resultados, na tentativa de compreender se esta foi ao encontro dos objetivos traçados inicialmente.

Informa-se que será assegurado o anonimato das suas respostas.

1. Por favor, responda às questões seguintes utilizando a escala de 1 a 6:

1	2	3	4	5	6
Discordo totalmente	Discordo	Discordo moderadamente	Concordo moderadamente	Concordo	Concordo totalmente

- 1.1. Assinale com um X a sua resposta.

	1	2	3	4	5	6
A sua participação nas atividades facilitou o convívio com os restantes idosos que frequentam o Centro de Dia?						
Considera que, com a sua participação nesta ação, já conhece melhor os idosos que frequentam o Centro de Dia?						
No seu entender, esta ação permitiu dar-se a conhecer, partilhar aspetos da sua vida mais pessoais?						

Conseguiu desenvolver e fortalecer relações interpessoais?						
A duração e o horário foram adequados?						

2. Qual foi a atividade de que mais gostou? Porquê?

3. Qual foi a atividade de que menos gostou? Porquê?

4. Sugestões, críticas e observações.

Muito obrigado pela sua colaboração!

Apêndice 36: Síntese das respostas dos idosos – avaliação da ação “Eu e os Outros”

Questões:	N.º de idosos:	Respostas:
A sua participação nas atividades facilitou o convívio com os restantes idosos que frequentam o Centro de Dia?	6	Concordo totalmente
	3	Concordo
Considera que, com a sua participação nesta ação, já conhece melhor os idosos que frequentam o Centro de Dia?	9	Concordo totalmente
No seu entender, esta ação permitiu dar-se a conhecer, partilhar aspetos da sua vida mais pessoais?	8	Concordo totalmente
	1	Concordo
Conseguiu desenvolver e fortalecer relações interpessoais?	7	Concordo totalmente
	2	Concordo
A duração e o horário foram adequados?	9	Concordo totalmente