

Ana Margarida Faustino Abel

**"Plantar sorrisos".
Projeto de intervenção
psicossocial num lar para os mais
velhos**

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

Ana Margarida Faustino Abel

**"Plantar sorrisos".
Projeto de intervenção
psicossocial num lar para os mais
velhos**

Projeto submetido como requisito parcial para obtenção do grau de
MESTRE EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

Orientação

Professor Doutor João Pedro Luís de Queirós

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

AGRADECIMENTOS

Estou consciente de que o conjunto de aprendizagens que fui adquirindo não advém apenas do meu esforço, mas das várias interações e influências que outros exerceram sobre mim. Posso, por isso, afirmar que este relatório está longe de ser o resultado de um esforço feito unicamente por mim. Desta forma, não vejo outra maneira de o começar a não ser agradecer de forma mais formal a todos os que de forma direta ou indireta influenciaram a minha caminhada ao longo destes últimos três anos de mestrado e em especial neste último ano.

Começando pelo meu orientador, Professor João Queirós, que, ultrapassando a barreira de pertencer à especialidade de Desenvolvimento Comunitário e Educação de Adultos, aceitou-me como sua orientanda. Agradeço pela sua paciência, exigência, pensamento positivo, disponibilidade, incentivo e pelas suas críticas construtivas.

Agradeço também aos meus professores que, ao longo destes anos, durante as suas aulas, contribuíram para o meu desenvolvimento como profissional e mostraram-me um conjunto de ferramentas úteis para todo o desenvolvimento do projeto. À Professora Sílvia Barros e à Professora Manuela Pessanha, que durante este último ano, através das aulas da unidade curricular de Seminário, deram o seu contributo para o amadurecimento do presente projeto. Em especial agradeço à Professora Ana Bertão por me ter ajudado a encontrar meios para concluir este mestrado com maior proveito e por ter ouvido pacientemente, durante o último ano, algumas dificuldades que eu enfrentava, de modo que acabou por exercer, nestes casos, um pouco o papel de orientadora, mesmo sem o ser formalmente.

Agradeço aos colegas que me acompanharam durante este percurso. Um especial obrigado aos colegas da turma de 2016-2018 pelos seus comentários, questões e sugestões que levantaram a respeito do presente projeto e que contribuíram para o

amadurecimento do mesmo. Não posso deixar de destacar a Filipa Monteiro, pela sua disponibilidade e apoio durante este último ano.

Quero agradecer ao Lar Soares Pereira, da Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez, pela forma como abriu as suas portas para me receber. À Diretora Técnica, pelos desafios que me foi colocando e pela confiança que depositou em mim. À Fisioterapeuta, às duas Enfermeiras e à chefe da Secção das Trabalhadoras Auxiliares, pela forma como me integraram no lar e me apoiaram ao longo do meu percurso. Às Ajudantes de Ação Direta e Trabalhadoras Auxiliares, que sempre se mostraram disponíveis para me apoiar no que podiam e pelos seus contributos para o desenvolvimento do projeto.

Agradeço também à Mad pela colaboração, paciência e partilhas que fez comigo. Pela forma como agarrou este projeto como seu também e contribuiu, com tudo o que esteve ao seu alcance, para o sucesso do mesmo.

Agradeço a todos os idosos que me acolheram no lar, àqueles que, por várias razões, não participaram no projeto, mas marcaram a sua presença em algumas atividades e àqueles com quem troquei largos minutos de conversa e que sempre se revelaram simpáticos para comigo. Um obrigado especial à D^a Rosa, D^a Fátima, D^a Maria dos Prazeres e à Sr^a Joana, pelos sorrisos, boa disposição e alegria que encontrava cada vez que entrava no Lar; pela forma como agarraram os desafios propostos e partilharam os seus saberes, pensamentos e sentimentos. À D^a Rita que, por acreditar no projeto, aceitou envolver-se no mesmo, participando em tudo o que podia.

Não posso deixar de agradecer à ASI Portugal - Associação Adventista de Empresários e Profissionais Liberais, pela confiança e apoio que me deram ao longo destes três anos, dando-me condições profissionais para que eu pudesse concluir este ciclo académico concretizando mais um sonho. Ao José Colaço, como responsável pelo projeto “Jovens por Jesus” (onde exerço a minha atividade

profissional como missionária), pelo esforço e a dedicação que teve para me ajudar nesta jornada.

Agradeço à Vera Gonçalves porque, como grande amiga, suportou os meus devaneios, sempre torceu pelo meu sucesso, ajudando-me em tudo o que podia. Agradeço também porque, como colega, assumiu uma maior carga de trabalho para que eu pudesse fazer as minhas deslocações ao Porto e trabalhar no mestrado em casa.

Agradeço à minha mãe, Ana Paula Faustino, que sempre me encorajou a superar-me a mim mesma, que me ensinou a lutar, mesmo que a vontade seja desistir. Obrigada, Mãe, pelas tuas palavras de conforto e encorajamento, obrigada por tudo aquilo de que abdicaste por mim e para que eu completasse mais uma etapa. Obrigada porque me ensinaste a arriscar e a não ter medo de errar, dando-me sempre um lugar para onde voltar quando preciso.

Por fim, quero agradecer a Deus pelos milagres que concretizou ao longo destes três anos, pela forma como me mimou, pelo conforto nos momentos difíceis, pela força que me deu quando só sentia vontade de desistir e pelas muitas coisas que me ensinou e me ajudou a alcançar, que contribuíram para que pudesse terminar mais um ciclo académico. Principalmente pelas palavras que me deu e que pude viver intensamente durante estes três anos: *“Esforça-te. Eu te escolhi. Eu Sou o teu Deus e tu és a minha serva. Não temas, porque Eu sou contigo, não te assombres, porque Eu sou o Teu Deus. Eu te fortaleço e te ajudo, e te sustento com a destra da minha justiça”* (Isaías 41: 6-10).

RESUMO

O significativo envelhecimento demográfico da população portuguesa tem-nos levado a repensar as questões inerentes a esta etapa do desenvolvimento humano. Surge como necessidade uma revisão nas políticas de apoio social aos mais velhos, assim como uma atenção ao impacto que este processo tem na vida de cada pessoa. Desta forma, a intervenção psicossocial pode ser uma das respostas às necessidades desta faixa etária, com o confronto diário com as suas perdas e as suas lutas para se adaptarem às mesmas. Uma outra luta que afeta cada vez mais a camada mais velha da população é a questão da institucionalização, que aparece cada vez mais como a resposta para a sua condição. Se, por um lado, esta irá colmatar alguma necessidade, por outro, é um gatilho que poderá trazer implicações severas, quando feita de forma conflituosa.

É neste contexto que surge o projeto de intervenção psicossocial “Plantar sorrisos: Projeto de intervenção psicossocial numa estrutura residencial para pessoas mais velhas” que, seguindo uma linha metodológica de Investigação Ação Participativa, teve como finalidade fomentar o bem-estar dos residentes de uma estrutura residencial para adultos mais velhos, segundo os moldes de um envelhecimento bem-sucedido e ativo, através da sua valorização pessoal e social, assim como da intervenção com as colaboradoras. O presente relatório visa retratar o processo deste projeto, desenvolvido no Lar Soares Pereira, pertencente à Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez, tendo como premissa um trabalho coconstruído com um grupo de quatro senhoras mais velhas, uma responsável e várias colaboradoras.

Palavras-chave: Investigação Ação Participativa, Intervenção Psicossocial, Envelhecimento, Pessoas Idosas, Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

ABSTRACT

The significant demographic aging of the Portuguese population has led us to rethink the issues inherent to this stage of human development. There is a need for a revision in the policies of social support for the elderly, as well as an attention to the impact that this process has on the life of each person. Thus, psychosocial intervention may be one of the answers to the needs of this age group, who is confronted daily with their losses and their struggles to adapt to those losses. Another struggle that affects the older layer of the population is the issue of institutionalization, which increasingly appears as the answer to their condition. If, on the one hand, this will fill some need, on the other, it is a trigger that can have severe implications, when done in a conflictive way.

It is in this context that the project of psychosocial intervention "Planting smiles: Project of psychosocial intervention in a residential structure for older people" arises which, following a methodological line of Investigation Participatory Action, had as a purpose the promotion of the well-being of the residents of a structure residential care for older adults, following the pattern of a successful and active aging, through their personal and social appreciation, as well as the intervention with the collaborators. This report aims to portray the process of this project, developed at Lar Soares Pereira, belonging to the Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez, with the premise of a joint work with a group of four older ladies, one person in charge and several collaborators.

Keywords: Investigation Participatory Action, Psychosocial Intervention, Aging, Elderly, Residential Structure for the Elderly.

NOTA PRÉVIA

O presente relatório visa corresponder a um dos requisitos de avaliação para o grau de mestre em Educação e Intervenção Social, na Especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco. Sendo o mesmo o culminar de um projeto levado a cabo durante um ano letivo, a investigadora achou por bem contextualizar o(a) leitor(a) relativamente a alguns aspetos, que considera importantes, para uma melhor compreensão do mesmo.

A área do envelhecimento não foi a primeira escolha da investigadora; depois de tentar realizar o projeto numa casa de acolhimento e, depois ainda, num centro de atividades ocupacionais, a investigadora teve a oportunidade – e o privilégio – de desenvolver o projeto no Lar Soares Pereira. Devido a este longo percurso, e também devido a fatores profissionais, o projeto veio a iniciar-se mais tarde do que seria desejável. Apesar deste atraso, a investigadora decidiu arriscar e tentar a realização do mesmo de forma a corresponder aos requisitos do mestrado e, enfim, contribuir para uma mudança positiva na vida e quotidiana da instituição implicada e das pessoas participantes.

No que diz respeito ao primeiro dia na Instituição, a investigadora ficou bastante surpreendida pela abertura encontrada. Não se sentindo limitada quanto aos espaços, nem quanto aos momentos a observar, começou o seu percurso de investigação estabelecendo conversas intencionais e desbravando caminho para ver até onde poderia ir. Ao longo do desenvolvimento do projeto, a Animadora Sociocultural, a Fisioterapeuta e a Diretora Técnica revelaram-se elementos importantes de suporte e ajuda para a concretização do mesmo, quer através da colocação de desafios para amadurecimento profissional, quer pela preocupação em contextualizar a investigadora no quotidiano do lar.

No que diz respeito aos idosos, a investigadora sentiu-se bastante acolhida e acarinhada. Apesar de, no presente projeto, constar apenas o nome de quatro idosas que abraçaram o desafio de fazer esta caminhada com a investigadora, é

interessante referir que houve um trabalho paralelo feito com outros idosos, que acabaram por não se envolver mais diretamente no projeto por vários motivos, como a impossibilidade de tomarem uma decisão consciente, devido à doença, em relação à participação no projeto; ou a impossibilidade da investigadora falar com os respetivos familiares; ou a decisão de não quererem comprometer-se com projeto na sua globalidade, mas ainda assim quererem participar esporadicamente em algumas atividades e/ou em longas conversas com a investigadora.

Um outro aspeto que deve ser referido é que a investigadora não limitou o seu trabalho no lar apenas a este projeto, mas, em parceria com a Animadora Sociocultural, dirigiu algumas atividades, por ela planeadas (como, por exemplo, jogos cognitivos, trabalhos manuais, etc.), tendo ainda auxiliado noutras (como, por exemplo, o Dia da Pastelaria e o Dia da Família, a decoração para a Páscoa, a saída para a atividade na GNR sobre violência sobre idosos, etc.).

No que diz respeito à ação da investigadora, desde o início e ao longo do projeto foram-se verificando alguns constrangimentos que muito influenciaram o desenrolar do trabalho, sendo eles: o facto de a investigadora ter vivido grande parte da sua vida no sul do país e o Lar se encontrar no Alto Minho, o que fez com que as diferenças regionais, como o modo de viver, pensar e falar, formassem pequenas barreiras no que diz respeito à comunicação; a questão do tempo e do equilíbrio entre a atividade profissional da investigadora e a necessidade de tempo de presença no Lar e de trabalho em casa, visto que o projeto se iniciou tarde e foi necessária uma recuperação de tempo por parte da investigadora, o que nem sempre foi fácil; o pouco conhecimento da parte da interventora sobre o tema do envelhecimento e todas as questões que este abarca, desde as mudanças biopsicossociais às formas de intervenção com idosos, que exigiram um maior tempo de pesquisa e procura de conhecimento; e um último constrangimento, e também o que mais influenciou o projeto, que foi o facto de a investigadora ser disléxica, tendo por isso consciência de que inevitavelmente vários dados importantes para o projeto (principalmente transmitidos oralmente pelos idosos) foram perdidos, sendo também esta a razão pela qual sempre tentou evitar trabalhar com esta faixa etária.

Contudo, a interventora considera que a necessidade de gerir todos esses constrangimentos e os seus medos internos obrigou a uma maior atitude crítica e reflexiva de si enquanto profissional e na procura de soluções, contribuindo para um crescimento pessoal e profissional.

ÍNDICE

Agradecimentos

Resumo

Abstract

Nota prévia

Índice de Abreviaturas

XII

Introdução

1

Parte I - Enquadramento teórico-metodológico

1. Notas de enquadramento teórico-concetual sobre o fenómeno do envelhecimento	3
1.1. Envelhecimento biopsicossocial	5
1.2. Envelhecimento demográfico em Portugal	11
1.3. Envelhecimento bem sucedido e ativo: discussão de conceitos	13
1.4. Educação e a intervenção social	17
1.4.1. Ação psicossocial com grupos de adultos mais velhos institucionalizados	20
2. Projetos de Educação e Intervenção Social - Quadro metodológico	25
2.1. A abordagem escolhida: Investigação Ação Participativa	25
2.2. Técnicas e instrumentos de recolha: observação participante	27
2.2. Avaliação de projetos: Modelo CIPP	28

Parte II - Plantar sorrisos: Projeto de intervenção psicossocial numa estrutura residencial para pessoas mais velhas

1. Descrição do contexto	31
1.1. Arcos de Valdevez	31
1.2. A Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez	33
1.3. Lar Soares Pereira	35
1.3.1. A história	35
1.3.2. O Lar	36
1.3.3. A equipa	40
1.3.4. Os residentes	41
1.3.5. Os participantes	44
1.4. Análise de Contexto	46
1.4.1. Identificação e priorização das necessidades	50
1.4.2. Potencialidades e recursos do Lar	56
2. Desenho do projeto	58
2.2. Finalidade	58
2.2.1. Objetivos, ações e atividades	59
2.2.2. Indicadores e avaliação	61
2.3. Avaliação de entrada	62
3. Desenvolvimento do projeto e avaliação do processo	64
3.1. Ação I: Plant'ação	64
3.2. Ação II: minha Casinha, meu Lar	69
3.3. Ação III: Fazes a diferença	71
3.4. Síntese avaliativa	75

4. Avaliação de resultados e apreciação global do desenvolvimento do projeto	76
Síntese e Reflexão final	81
Referências	84
Anexos e Apêndices	Vol. II

ÍNDICE DE ABREVIATURAS

- CIPP – Contexto, Input, Processo e Produto
- IA – Investigação Ação
- IAP – Investigação Ação Participativa
- INE – Instituto Nacional de Estatística: Statistics Portugal
- LSP – Lar Soares Pereira
- NERSAV – Núcleo Executivo da Rede Social de Arcos de Valdevez
- OMS – Organização Mundial de Saúde
- SCMAV – Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez
- SOC – Seleção, Otimização e Compensação

INTRODUÇÃO

O presente documento é um relatório de projeto que se constitui como resposta a um dos requisitos de avaliação para conclusão do Mestrado em Educação e Intervenção social, na Especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco, da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto.

O projeto relatado tem como nome “Plantar sorrisos: Projeto de intervenção psicossocial numa estrutura residencial para pessoas mais velhas”, tendo o nome surgido do curso natural do projeto. O termo “plantar” surgiu, aliás, do próprio grupo de senhoras mais velhas que participou no projeto, e deriva do facto de estas gostarem do campo, da agricultura e da jardinagem, algo que, por isso, serviu de mote para a intervenção. Os “sorrisos”, por seu lado, fazem alusão ao trabalho elaborado junto das colaboradoras. Este projeto foi desenvolvido na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez, na valência do Lar Soares Pereira, que é um equipamento que acolhe, temporária ou permanentemente, os mais velhos. A construção deste projeto foi feita, maioritariamente, com um grupo de seis mulheres, das quais quatro usufruem dos serviços do Lar, uma trabalha como Animadora Sociocultural e outra é responsável por uma das idosas participantes. Contudo, não podemos deixar de referir que, embora de forma mais esporádica, para além de participarem em atividades pontuais, outros idosos, alguns familiares, Ajudantes de Lar, as Enfermeiras, a Fisioterapeuta e a Diretora Técnica contribuíram de diferentes formas para a construção e concretização deste projeto. Esta situação deveu-se ao facto de os grupos terem sido caracterizados como abertos, desde o início, permitindo a participação de quem desejasse. Partindo da participação dos vários elementos, surgiu como finalidade deste projeto *fomentar o bem-estar dos residentes do Lar Soares Pereira, segundo os moldes de um envelhecimento bem-sucedido e ativo, através do seu envolvimento no processo da sua valorização pessoal e social, assim como da valorização do perfil e ação das colaboradoras*. É importante

fazer a ressalva de que neste projeto foi acordado desde início a confidencialidade de cada participante; como tal, todos os nomes aqui referidos são fictícios.

Tal como Pérez Gómez (1983 citado por Serrano, 2008, p. 101) refere, “o relatório deve ser um retrato completo e representativo das atitudes, acontecimentos e opiniões daqueles que participam na inovação didática, redigido de tal forma que todos possam entender o seu meio e orientar a sua prática”. De forma a retratar o melhor possível a construção e o desenvolvimento do projeto, que teve o seu início no dia 17 de Janeiro e o seu término em 30 de Julho do ano 2018, este relatório é constituído por dois volumes, sendo que o primeiro contém o enquadramento teórico-metodológico e o relato do projeto e o segundo apresenta os anexos e apêndices, que servem de suporte ao volume um.

Na primeira parte do volume um, está registado o enquadramento teórico-metodológico, começando por algumas considerações sobre o que é, afinal, “envelhecer”, comentando o processo de envelhecimento biopsicossocial, o envelhecimento demográfico, com ênfase no caso português, e apresentando uma breve discussão sobre os conceitos de envelhecimento bem-sucedido e ativo. Visto que este projeto se insere no âmbito do Mestrado em Educação e Intervenção, é feita uma reflexão sobre estes conceitos, afunilando na intervenção psicossocial com grupos específicos, nomeadamente adultos mais velhos em contexto de institucionalização permanente. Depois da exposição dos conceitos inerentes ao grupo de participantes, é feita uma exploração sobre a metodologia utilizada para a concretização do projeto, assim como sobre o modelo de avaliação preferencial para este contexto específico.

A segunda parte deste volume contempla a descrição e o relato da concretização do projeto em si. Iniciando com a descrição do contexto, através da apresentação de alguns dados descritivos do concelho de Arcos de Valdevez, da Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez e do Lar Soares Pereira, seguindo-se o relato do desenho do projeto, do desenvolvimento do mesmo, assim como da sua avaliação.

O relatório termina com uma síntese e reflexão final, onde a investigadora deixa algumas considerações gerais sobre o projeto em questão, seus resultados e desafios a considerar em ações futuras.

PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO-METODOLÓGICO

1. NOTAS DE ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCETUAL SOBRE O FENÓMENO DO ENVELHECIMENTO

Sendo este o relatório de um projeto de intervenção desenvolvido com pessoas idosas, importa clarificar alguns conceitos associados aos processos de envelhecimento e à velhice. Visto que vivemos numa época de acentuada mudança social, não admira que as perspetivas sobre o envelhecimento e a velhice tenham vindo a transformar-se. Se antes o envelhecimento era associado apenas à idade cronológica do indivíduo, estando ligado à perda de capacidades e à aproximação da morte, hoje, o olhar sobre este tópico é mais vasto e complexo. Um retrato desta mudança é a reformulação da definição de *idoso* proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Segundo esta, o envelhecimento atualmente vai muito além da dimensão cronológica, sendo que muitas das ideias e noções comuns sobre as pessoas mais velhas assentam simplesmente em estereótipos desatualizados (OMS, 2015). Para a OMS, o envelhecimento é constituído por processos e mudanças complexos que envolvem a totalidade do indivíduo, ocorrendo de forma distinta em cada caso, o que pode fazer com que este seja um período de relativo bem-estar ou, pelo contrário, um período marcado unicamente pelas diversas perdas que ocorrem.

Neste mesmo sentido, Fontaine (2000, p.XIV) defende que o envelhecimento pode ser definido como o “conjunto de processos (...) que o organismo sofre após a sua fase de desenvolvimento (...), fenómenos dinâmicos que evocam transformações do organismo de natureza biológica ou psicológica em função do tempo”. O autor acrescenta ainda uma diferenciação concetual entre envelhecimento e velhice, identificando esta última como uma etapa da vida, um estado referente a um conjunto de pessoas com mais de 70 anos (Fontaine, 2000).

Rosa (2012, pp.19-20), por sua vez, apresenta uma visão mais abrangente da definição de envelhecimento, dividindo-o em duas grandes dimensões: envelhecimento enquanto processo individual, podendo este ser visto como “envelhecimento cronológico” ou como “envelhecimento biopsicológico”; e envelhecimento enquanto processo coletivo, podendo este ser analisado à luz das transformações demográficas (“envelhecimento demográfico”) ou das percepções e entendimentos sociais gerais (“envelhecimento societal”). Se a primeira dimensão nos diz que é preciso ultrapassar a visão do envelhecimento como algo associado unicamente à progressão da idade, sendo algo vivido por cada um de forma única, enquanto processo biopsicológico próprio e irrepetível, mesmo obedecendo a traços gerais identificáveis, a segunda dimensão remete para o envelhecimento enquanto construção social e processo dinâmico, refletindo fatores contextuais, socioeconômicos, políticos e institucionais.

Rosa recorda-nos que existem duas formas de olhar para o que é “ser velho”. Por um lado, a velhice é fortemente associada à morte, acarretando ideias de “deterioração física”, “desalento”, “frustração”, “infelicidade”, “perdas”, “isolamento” e “solidão social”. Por outro lado, o ser-se mais velho é ter o “privilégio de chegar a idades mais avançadas”. É, apesar de todas as consequências que esta fase acarreta, “o momento de concretização de muitos sonhos irrealizáveis durante a constante pressão da vida quotidiana quando se é ativo” (Rosa, 2012, pp. 21-22).

Fernandes retrata bem este facto ao alertar para a necessidade do adulto mais velho aceitar a sua condição como um processo natural: “O envelhecimento atinge profundamente a pessoa, na sua personalidade, na sua consciência e no seu modo de participação. Saber envelhecer é, por isso, também saber aceitar” (Fernandes, 2005, p. 230). Trata-se, contudo, de uma ideia que merece ser problematizada e confrontada, como se tentará mais à frente neste capítulo.

1.1. ENVELHECIMENTO BIOPSIKOSSOCIAL

De forma a compreender melhor as questões intrínsecas ao envelhecimento, é necessária uma pesquisa e reflexão um pouco mais aprofundadas em relação às duas dimensões anteriormente identificadas. Começando pela primeira, constatamos que, ao longo da vida, um indivíduo passa por várias mudanças a nível biopsicossocial biológico, psicológico e social e isso não é diferente ao chegar a uma idade mais avançada. Neste ponto, iremos abordar de forma generalista e sintética as alterações mais típicas desta fase da vida do ser humano. Tal como Fonseca (2012, p.96) afirma:

“o envelhecimento pode ser definido como um período do ciclo de vida em que a generalidade das características pessoais (biológicas, psicológicas e sociais) mudam, de uma forma relacionada entre si, orientando-se progressivamente para a construção de uma imagem de si mesmo como ‘idoso’ (diferencia da imagem que habitualmente se tem de um ‘adulto’)”.

Contudo, antes de iniciar esta reflexão é importante pontuar que todo o ser humano é único, como tal, os efeitos do envelhecimento e o início dos mesmos variam de organismo para organismo. Ou seja, é possível que alguns adultos sintam já certos efeitos do envelhecimento que pessoas mais velhas ainda não tenham sentido. Tal como Kalish (1999, p.45) diz, “cada alteração tem um impacto que é único e diferente para cada indivíduo afetado”. Visto que as transformações ocorridas no organismo do indivíduo mais velho são muito vastas, de forma a fazer uma síntese no presente relatório serão descritas as mais referidas na literatura¹. Assim, as alterações que serão apresentadas nestes três níveis (biológico, psicológico e social) são identificadas pelo campo científico como as mais relevantes e que afetam um maior número de pessoas que atingem a idade mais velha.

¹ Para uma lista mais pormenorizada das mudanças biológicas em adultos mais velhos, consultar o capítulo 3 – “Cambios más relevantes y peculiaridades de las enfermedades em el anciano” do Tratado de Geriatria para residentes – de Rodríguez & Hernández (2006).

Começando pelas alterações biológicas, estas podem ser divididas em alterações do espectro físico ou do organismo do indivíduo. As alterações físicas são as mais visíveis, pois são reveladas na fisionomia do sujeito. Ao chegar a uma certa idade (que varia de pessoa para pessoa), a pele fica mais pálida, fina e menos elástica; a gordura e os músculos encolhem, provocando as rugas e alguma perda de peso; surgem as varizes nas pernas; o cabelo fica mais fino, e progressivamente mais branco; devido à atrofia dos discos das vértebras, os adultos mais velhos tendem a diminuir a sua estatura; dá-se uma redistribuição da gordura, que passa concentrar-se menos nos braços, pernas e parte superior da cara e mais no abdómen e parte inferior da cara, provocando uma mudança da silhueta; observa-se perda da força muscular, principalmente nos membros, o que contribui para uma marcha mais lentificada ou para a necessidade de recorrer a algum apoio (Bee, 1997; Berger & Thompson, 2001; Papalia, Felman & Martorell, 2013; Grinberg & Grinberg, 1999; Lima & Delgado, 2010; Rodríguez & Hernández, 2006). Berger e Thompson (2001), Kalish (1999), Rodríguez e Hernández (2006) referem que a amplitude do campo visual tem tendência a diminuir ao longo do tempo e aumenta a probabilidade de problemas como cataratas, glaucomas e degeneração da mácula; existe uma tendência para a degeneração do nervo auditivo, contribuindo para a diminuição da sensibilidade aos sons e para vários tipos de perda de audição; o olfato e o gosto também tendem a perder a sua sensibilidade; possível perda de sensibilidade nas mãos e à dor; e dificuldade em manter a temperatura corporal, tendo como consequência maior sensibilidade à temperatura exterior.

As alterações biológicas a que os mais velhos são expostos trazem implicações a nível psicológico. Como Fonseca (2012, p.96) afirma, o “desenvolvimento psicológico no decurso do envelhecimento envolve uma série de ajustamentos individuais e emocionais, expectativas sociais, relações interpessoais, alterações familiares, profissionais, na rede de relações e no próprio contexto de residência (levando por vezes à institucionalização)”. Se a saúde mental tem uma grande importância para o bem-estar do ser humano ao longo de toda a sua vida, no processo de envelhecimento esta deveria merecer uma atenção especial, pois é uma fase que se presta a um maior desenvolvimento de psicopatologias, como perturbações da

personalidade; dependências de substâncias; perturbações de somatização, de ansiedade, do sono; depressão; ideias suicidas; psicoses tardias; esquizofrenia; *delirium*; vários tipos de demências; entre outras (Firmino *et al.*, 2012).

Não se pode ignorar a presença de alterações a nível neurológico, nomeadamente no processamento cognitivo. Ska *et al.* (2009, p.15) afirmam que a cognição é:

“um conjunto de capacidades mentais que permitem a aquisição de novos conhecimentos, bem como o acesso e a manutenção das informações já adquiridas. De um ponto de vista teórico, a cognição compreende um conjunto de funções que se distinguem, quer pelas características das informações a tratar (visuais, verbais, mistas, diferenciando linguagem oral da escrita, percepção visual da auditiva), quer pelo tipo de tratamento a realizar (atenção, memória, calculia)”.

Como os mesmos autores referem no seu artigo (Ska *et al.*, 2009), e Bastos, Faria e Moreira (2012) reforçam, existe uma alteração a nível neurológico conforme o ser humano se torna mais velho, sendo necessária uma adaptação do cérebro para tentar manter o seu nível de processamento. Desta forma, os mais velhos terão que pôr em prática o recurso a várias estratégias compensatórias que só são possíveis devido à plasticidade do cérebro (Ska *et al.*, 2009).

Como foi referido na citação de Fonseca (2012) no início deste tópico, as alterações biopsicosociais estão intimamente interligadas. Podemos concluir que muitas dessas alterações (e até o surgimento de algumas doenças) são quase inevitáveis (variando de organismo para organismo); contudo, é possível amenizar essas mudanças e até de evitar o surgimento de várias doenças, através de uma melhoria do estilo de vida enquanto adulto, ou até numa idade mais avançada. Como Lima (2016, p.4) afirma, “os estilos de vida passado e presente refletem-se no vivenciar de uma velhice mais normativa ou mais patológica”. Contudo, este é um tópico que iremos desenvolver mais profundamente no ponto 1.3, onde faremos uma discussão dos conceitos de envelhecimento ativo e bem-sucedido.

Depois de identificar algumas das alterações mais significativas a nível biológico e psicológico, é importante refletir nas implicações sociais que o “ser-se mais velho” traz para a vida do ser humano. Na dimensão social, o sujeito enfrenta grandes transformações em três domínios principais: profissional, redes de relacionamento

social e conjugal. Estas modificações obrigam o idoso a uma “redefinição da sua identidade social e do sentido de utilidade da sua vida” (Fonseca, 2005, p.133).

No domínio profissional, o maior marco que o adulto mais velho enfrenta é, habitualmente, a reforma, que, em Portugal, se dá presentemente aos 66 anos e 5 meses (ano de 2018; Portaria nº 25/2018), com tendência a aumentar por indexação ao aumento da esperança média de vida. Como Oliveira (2008a) refere, a entrada na reforma acarreta uma grande mudança, que pode contribuir para uma grave crise, variando de acordo com diferentes factores como o estatuto sociocultural ou o apoio recebido. Fonseca refere uma investigação que apresenta de forma clara o impacto da reforma na vida do ser humano: “No Estudo Longitudinal de Envelhecimento da Universidade de Duke, Palmore, Claveland *et al.* (1985) identificam junto de uma amostra de norte-americanos com idades compreendidas entre os 40 e os 70 anos, os cinco principais acontecimentos de vida que marcavam a transição para a velhice do ‘americano médio’, surgindo, por ordem de importância, a reforma e a reforma do cônjuge em primeiro e segundo lugares, respectivamente, só depois aparecendo aspectos como os problemas de saúde, a viuvez e a saída dos filhos de casa” (Fonseca, 2011, p.17). A questão profissional ocupa um lugar de suma importância na vida do ser humano enquanto adulto, tornando-se uma parte muito relevante da sua identidade; com o avançar dos anos e ao atingir a reforma e cessando a sua atividade profissional, tal pode significar uma perda da sua própria identidade. Isto até porque, segundo Fonseca (2005), esta atividade é mais do que apenas uma fonte de rendimento; ela permite uma rotina diária, o ocupar do tempo, estatuto social, entre outros aspetos. Ao entrar na reforma, por vezes isso traduz-se numa descida dos rendimentos, não saber como ocupar o tempo, um corte de algumas relações sociais, produzindo sentimentos de auto-estima mais baixa, inutilidade e solidão (Fonseca, 2005). Por outro lado, a reforma pode significar um momento de libertação e a oportunidade de desenvolvimento de atividades mais de acordo com a preferência do sujeito (Fonseca, 2005; Neto, 1999). O impacto (positivo ou negativo) que este marco tem na vida do mais velho depende da forma como este lida e se prepara para esta mudança. Sendo um tema bastante explorado no mundo da investigação, vários autores, como Atchley (1976), Hayslip e Panek (2002), Fontaine (1999), entre outros

citados por Oliveira (2008a), numa tentativa de compreender os efeitos deste marco no desenvolvimento humano, fizeram categorizações dos processos de adaptação à reforma, tendo por base as várias formas que o ser humano pode usar para lidar com esta mudança. Contudo, devido à natureza deste documento, estes aspetos não serão explorados em detalhe, pois valeriam por si só todo um outro trabalho².

Que o ser humano é um ser relacional, disso não há dúvida. A dimensão social ocupa um lugar de grande importância na vida de qualquer indivíduo. Com as pessoas mais velhas, não é diferente; contudo, vão existindo várias alterações ao longo dos anos. Ferreira e Freire (2010, p.51) reforçam essa ideia ao afirmar que “o ser humano está geneticamente programado para estabelecer e lutar pela manutenção das suas ligações sociais, reagindo de forma patológica quando essas ligações são quebradas”. Segundo Oliveira (2008a), conforme a idade avança, existe um decréscimo de relações, e também de suporte social, no entanto a proximidade dessas relações de amizade aumenta. O autor enumera vários fatores que podem provocar essa redução: a “progressiva redução da atividade social”; a “reforma”; a “viuvez”; a “independência dos filhos”; a “perda de autonomia”; a “perda de amigos”; entre outras (Oliveira, 2008a, p.81). Também a mudança de residência (como, por exemplo, a que decorre da institucionalização) pode ser incluída nesta lista de fatores que afetam a dimensão e a qualidade da rede social do idoso.

Na literatura, encontramos pelo menos três teorias que abordam a redução da rede social na idade mais velha: a teoria da “desvinculação”, que afirma que o adulto mais velho vai limitando a sua atividade social como preparação para o rompimento total causado pela sua morte, ou seja, o mais velho começa a importar-se mais consigo e menos com o contexto que o cerca; a teoria da “atividade”, que postula que o mais velho encara o envelhecimento de forma mais positiva e esforça-se para

² Para saber mais sobre o tema da adaptação à reforma, para além dos autores supracitados, existem dois, António Fonseca e Constança Paúl, que se destacam devido ao seu trabalho de investigação nesta área em Portugal. Ver Fonseca (2004), Fonseca e Paúl (2004), Fonseca (2011). Ver ainda Belo, Navarro-Pardos e Muñoz (2007) sobre a análise do efeito de um curso de preparação para a reforma no bem-estar psicológico dos sujeitos.

manter a atividade social; a teoria da “seletividade socioemocional”, na qual o mais velho reduz as suas relações sociais de forma seletiva, excluindo os relacionamentos mais superficiais, enquanto as relações mais íntimas se mantêm (Oliveira, 2008a).

Durante a estadia da investigadora no Lar que acolheu o projeto relatado neste documento, o fenómeno da *solidão* destacou-se gerando um desejo de diálogo com estas perspetivas teóricas. Esta é uma questão, aliás, cada vez mais pertinente na nossa sociedade; segundo Vilar *et al.* (2016), muitas pessoas mais velhas em Portugal vivem sozinhas ou com outro idoso (muitas vezes no papel de cuidador); esta foi uma realidade bem representada, visto que muitos dos idosos residentes no Lar moravam sozinhos e, muitas vezes, em locais rurais, praticamente isolados. Assim, percebe-se que a existência de respostas sociais (das mais variadas naturezas) assume um papel de grande importância no apoio (e, se possível, na resolução) desta situação, que cada vez mais os idosos enfrentam. Ferreira (2008), no artigo em que comenta a relação entre a reforma e a qualidade de vida dos mais velhos, conclui que é importante que o idoso compreenda que a “reforma” não implica necessariamente inatividade, sendo possível manter uma vida ativa, mesmo após a reforma.

Por fim, a outra dimensão mencionada, que se encontra bastante relacionada com as anteriores, é a morte do cônjuge. A morte daquele, ou daquela que a, ou o, acompanhou grande parte da sua vida tem potencial para se tornar num dos maiores traumas que os mais velhos enfrentam, pois não é apenas a morte de uma pessoa importante para a vida do mais velho que se constitui como única perda neste evento. Segundo Neto (1999), a morte do cônjuge envolve um leque mais vasto de perdas; com efeito, há “um corte nos laços emocionais mais profundos, desaparece a principal companhia nas atividades quotidianas, há uma frustração no preenchimento das necessidades sexuais, e, sobretudo no caso das mulheres, emerge uma perda económica” (frequentemente, com maior evidência no caso português) (Neto, 1999, p.299). Contudo, este evento tem implicações diferentes de sujeito para sujeito, dependendo de vários fatores, como por exemplo se a morte ocorreu de forma inesperada (por um acidente ou algum outro episódio negativo) ou se já era prevista (devido à evolução de uma doença, por exemplo) (Neto, 1999).

Nesta situação, a rede social assume um papel crucial no apoio à pessoa mais velha, de forma a que esta possa passar pela perda da forma mais positiva possível.

1.2. ENVELHECIMENTO DEMOGRÁFICO EM PORTUGAL

Tal como sugerido por Rosa (2012), a segunda dimensão do envelhecimento requer um olhar do ponto de vista coletivo. Neste ponto, é incontornável a existência de um acentuado envelhecimento da população europeia, em geral, e portuguesa, em particular. Segundo os dados do Eurostat/*Statistics Explained* (2017), em 1 de janeiro de 2016 foi estimada a existência de 510,3 milhões de pessoas na Europa, das quais 15,6% tinham entre 0 e 14 anos, 65,3% tinham entre 15 e 64 anos e 19,2% tinham 65 anos ou mais anos. Estes valores significam um crescimento no peso da faixa etária mais velha de 0,3% em relação a 2015 e de 2,4% em relação a 2006.

Importa clarificar, no entanto, que o envelhecimento demográfico não se limita ao aumento do número de sujeitos que atingiram 65 ou mais anos. Segundo Fernandes (1997), uma população envelhece “no topo da pirâmide etária”, mas também por via do envelhecimento “na base” da mesma. Por outras palavras, o envelhecimento populacional ou demográfico surge com o aumento do número de pessoas idosas, relativamente ao total da população, mas também com a diminuição do número de jovens. Considerando este facto, e tomando por referência o caso português, os números de 2016 mostravam que o nosso país não fugia à tendência europeia, visto que, com uma população residente de 10.325,5 milhões de pessoas, 14,1% eram jovens até aos 15 anos, 65% tinham idade entre os 15 e os 64 anos e 20,9% tinham 65 ou mais anos (dados da PORDATA/Fundação Francisco Manuel dos Santos, 2016)³.

³ Ver Anexo A: Dados estatísticos – PORDATA – Tabela 1, Excerto do quadro-resumo “Números de Portugal” – I.

Para o caso português, os especialistas são unânimes em evidenciar esta evolução, bem como o facto de ela resultar da simultânea redução da mortalidade e da fecundidade (Fernandes, 1997; Fontaine, 1999; Nazareth, 1999; Oliveira, 2008; Rosa, 2012). Como Lima (2006) refere, o envelhecimento demográfico que resulta da diminuição da mortalidade e do conseqüente aumento da esperança média de vida pode ser interpretado como um reflexo positivo das medidas políticas de promoção da saúde pública e, portanto, do progresso social. Santos e Paúl (2006), bem como Rosa (2012), reforçam esta ideia, declarando que o facto de ser possível ter uma vida cada vez mais longa está intimamente relacionado com o progresso da economia, da tecnologia, da medicina, da investigação científica e social e não das alterações do património genético do ser humano. De facto, a soma dessas mudanças contribuiu largamente para o adiamento da morte. Rosa (2012) afirma que os portugueses têm vivido cada vez mais e se outrora um português tinha uma esperança média de vida de cerca de 40 anos, atualmente é possível duplicar esse número.

Mas se é verdade que vivemos cada vez mais tempo, não é menos verdade que no nosso país nascem cada vez menos pessoas. A alteração da forma de pensar e de estar em sociedade em família, devido, entre outros fatores, ao aumento da escolaridade, ao aumento da presença da mulher no mercado de trabalho e à própria transformação das carreiras profissionais, têm contribuído para o adiamento do projeto de “ser mãe” e/ou “ser pai”, e para a diminuição do número de filhos por família (Rosa, 2012). Consequentemente, a taxa de natalidade em Portugal tem vindo a diminuir, produzindo envelhecimento demográfico em conjunto com o aumento da esperança média de vida e redução da taxa de mortalidade⁴, já mencionados.

Antes de avançarmos para o próximo tópico de reflexão, importa referir que este fenómeno tem conseqüências mais vastas e profundas do que as implicações meramente demográficas. Como refere Fontaine (1999), trata-se de um fenómeno que influencia a evolução das mais diversas áreas de uma sociedade. Em termos

⁴ Ver Anexo A: Dados estatísticos – PORDATA – Tabela 2, Excerto do quadro-resumo “Números de Portugal” – II.

económicos, representa o aumento constante do número de reformados e do peso das despesas com pensões e outros aspetos, com sobrecarga potencial da população ativa. Em termos sociais, implica a adaptação de infraestruturas, equipamentos e serviços. Em termos culturais, traduz-se em mudanças decorrentes do aumento do tempo de lazer e da alteração dos hábitos. Em termos médicos e técnico-científicos, novos desafios se colocam à compreensão dos processos biológicos e psicológicos do envelhecimento e seus mecanismos. De uma forma geral, o desafio que se coloca atualmente consiste em possibilitar não só um maior tempo de vida, mas uma velhice bem-sucedida. Fernandes (1997) acrescenta ainda a esta lista a necessidade de modificação/adaptação das redes familiares e das políticas sociais do país. Essas políticas devem proporcionar proteção, segurança e cuidado adequados sempre que os idosos necessitem de apoio e assistência. A OMS (2002) declara, ainda, que as políticas sociais devem ser desenvolvidas com base nos direitos, nas necessidades, nas preferências e nas capacidades das pessoas mais velhas.

Vilar *et al.* (2016) descrevem a realidade da maioria dos idosos em Portugal como sendo caracterizada pela baixa ou média escolaridade, pelos baixos rendimentos e, conseqüentemente, pelo elevado risco de pobreza. Revela-se, então, importante a existência de uma preocupação e intervenção consistentes com este grupo social.

1.3. ENVELHECIMENTO BEM SUCEDIDO E ATIVO: DISCUSSÃO DE CONCEITOS

A mudança demográfica e social referida no tópico anterior gerou a necessidade de um novo olhar sobre as “velhas questões” do envelhecimento. Segundo a OMS (2002), a diminuição da capacidade funcional relacionada com o aumento da idade resulta de fatores físicos, ambientais, sociais, experienciais, de estilo de vida e atitude face à mesma. Tal como Lima (2016) aponta, todos os fatores mencionados pela OMS remetem para um envelhecimento sustentado no desgaste do indivíduo e não devido à genética do mesmo, reforçando a ideia já referida no final do ponto 1. A autora

conclui que os hábitos do indivíduo ao longo de toda a vida são decisivos na forma como vive a velhice, potenciando uma vivência mais normativa ou mais patológica. Bee (1997) vai um pouco mais longe ao dar conselhos para um envelhecimento mais normativo como a adoção de hábitos saudáveis, a prática de exercício regular, fazer exercícios para estimular a mente, manter uma vida social ativa com a família e com os amigos, reduzir e controlar o stress e, por fim, tirar momentos para descansar.

Este novo olhar, que procura da satisfação do idoso, por si só não se revelou suficiente, pois cada indivíduo é único e reage de forma diferente, segundo a sua história de vida e personalidade. Impulsionou, no entanto, a procura de uma melhor compreensão deste fenómeno complexo e foram surgido na literatura novos conceitos como, por exemplo, “envelhecimento saudável”, surgindo numa perspetiva mais biomédica (“envelhecimento positivo”, quando o mais velho não tem qualquer tipo de doença; “envelhecimento negativo”, quando o idoso sofre de alguma patologia; e “envelhecimento normal”, quando este, por si só, tem a possibilidade de prevenir um envelhecimento patológico); “envelhecimento produtivo”, que destaca a passagem da vida profissional ativa para a reforma; “envelhecimento bem-sucedido”, que tem em consideração o “normal” e o “patológico” como partes integrantes do processo de envelhecimento, tendo em conta os aspetos biopsicossociais; “envelhecimento ativo”, que junta os modelos anteriores num prisma que tem em conta o contexto e um conjunto de determinantes mais alargados, orientando-se para a ideia de “atividade” como algo necessário e oportuno (Carvalho, 2013).

O presente projeto considerou, sobretudo, as noções de envelhecimento bem-sucedido e ativo; pelo que iremos demorar-nos mais sobre estes modelos.

Desde 1944, com o *Committee on Social Adjustment to Old Age*, que a expressão “envelhecimento bem-sucedido” tem sido alvo de reflexão e estudo, numa busca por uma definição do conceito (Teixeira & Neri, 2008). Todavia, apenas em 1961 é que esta expressão se torna um conceito central na gerontologia, quando Robert Havighurst (1961) afirma no seu artigo que o envelhecimento bem-sucedido advém das condições de vida individuais e sociais que proporcionam satisfação ao indivíduo, assim como o equilíbrio entre as necessidades e satisfações dos diferentes grupos que constituem a sociedade. Contudo, continuou a haver dissonância entre os

especialistas da área na compreensão do que é ser bem-sucedido no processo de envelhecimento, tendo em conta as especificidades de cada adulto mais velho.

John Rowe e Robert Kahn, numa tentativa de conceitualização do envelhecimento bem-sucedido, propuseram originalmente que este deve incluir uma baixa probabilidade do surgimento de alguma patologia e incapacidade, que tanto o sistema cognitivo como o motor tenham uma boa capacidade funcional e, por fim, que haja um envolvimento significativo e empenhado na vida, fazendo uma distinção entre dois tipos de envelhecimento não patológico: o habitual e, claro, o bem-sucedido (Rowe & Kahn, 1997). Tal como Almeida (2007) refere, esta proposta tem características interventivas mais completas do que apenas a prevenção da doença da abordagem biomédica. No entanto, a teoria de Rowe e Kahn tem algumas fragilidades, sendo a que mais se destaca apontada por Masoro (2001), ao mencionar que esta ideia se limita apenas a um grupo específico de adultos mais velhos, pois acarreta parâmetros de sucesso difíceis de atingir pela maioria dos indivíduos. Holstein e Minkler (2003) vão ainda mais longe ao afirmar que esta proposta de Rowe e Kahn pressupõe a categorização das pessoas mais velhas que não conseguem corresponder aos rigorosos padrões de saúde como casos de “não sucesso”. Esta rotulação do processo de envelhecimento dos mais velhos em “sucesso” / “não sucesso” contribui para uma visão redutora da diversidade e do envelhecimento, acabando por não favorecer o desenvolvimento de políticas e de ações adequadas às necessidades dos indivíduos numa sociedade cada vez mais envelhecida.

De forma a superar essas falhas, Paul Baltes e Margret Baltes (1993) propõem uma nova teoria sobre envelhecimento bem-sucedido, tendo por base um olhar mais centrado no quadro da psicologia. O modelo “Seleção - Otimização – Compensação” (SOC)⁵, é definido pelos autores da seguinte forma:

“do nosso ponto de vista, o conceito chave, Seleção - Otimização – Compensação, descreve um processo de adaptação geral. Os indivíduos provavelmente vão envolver-se

⁵ Apêndice A: Modelo Seleção – Otimização – Compensação.

neste processo ao longo da vida. Acreditamos, no entanto, que o processo de Seleção - Otimização – Compensação ganha um novo significado e dinâmica na velhice por causa da perda de reservas biológicas, mentais e sociais” (Baltes & Baltes, 1993, p.21).

Noutras palavras, através do processo SOC, os autores teorizaram a possibilidade dos mais velhos gerirem o equilíbrio entre perdas (como as mencionadas no tópico 1.1) e ganhos. Mais tarde, Margret Baltes e Laura Carstensen, afirmam que “este tipo de Seleção - Otimização – Compensação pode ser a ferramenta mais importante para o envelhecimento bem sucedido” (Baltes & Carstensen, 1996, p.415).

Apesar dos avanços dos especialistas nesta área, a concetualização de envelhecimento bem-sucedido continuou sem ser aceite por todos os investigadores, na medida que ela revelava dificuldades em definir o que era “sucesso”, principalmente porque o processo de envelhecimento não é igual para todos os indivíduos. Perante esta dificuldade, a OMS (2002) propôs um novo paradigma que, surgindo na sequência dos vários modelos de envelhecimento propostos anteriormente, se tornou mais abrangente – o do “envelhecimento ativo”. Segundo a OMS (2002, p.12), “o envelhecimento ativo é o processo de otimização de oportunidades para a saúde, a participação e a segurança, de modo a melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem”. Tal como Ribeiro e Paúl (2011) mencionam, o envelhecimento ativo surge a partir daqui como um novo conceito que permitiu ir mais além do que até então, incluindo não só os aspetos de saúde, como também os socioeconómicos, psicológicos e até ambientais, num modelo multidimensional. Este novo modelo levou a um maior consenso entre os investigadores da área, na medida em que dá mais ênfase à qualidade de vida dos mais velhos, que a OMS (2002) define como a perceção da satisfação do indivíduo relativamente às várias dimensões (pessoais e sociais) que o compõem e influenciam:

“Definido como o processo de otimização de oportunidades para a saúde, participação e segurança, no sentido de aumentar a qualidade de vida durante o envelhecimento, o envelhecimento ativo é considerado numa perspetiva de curso de vida, em que envelhecer não se inicia algures num ponto específico, como seria, por exemplo, a idade legal da reforma (...), mas corresponde antes a um processo que se estende ao longo de

toda a vida em que a história individual se constrói progressivamente e se materializa em resultados profundamente heterogêneos e idiossincráticos” (Ribeiro & Paúl, 2011, p.2).

O envelhecimento ativo deve ser fomentado através de iniciativas que visam o empoderamento do idoso, de modo a torná-lo o autor e ator da sua vida, possuindo estratégias de aceitação e adaptação das suas perdas (Ribeiro & Paúl, 2011). Assim, conceitos como autonomia, independência, expectativa de vida saudável e qualidade de vida são mais debatidos no âmbito deste novo paradigma (Ribeiro & Paúl, 2011)⁶.

1.4. EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

Muitos são os desafios internos e externos que o ser humano tem de enfrentar, desafios tais como os referidos nos tópicos anteriores e outros que não tivemos oportunidade de debater, mas que também são inerentes ao complexo fenómeno do “envelhecimento”. Lidar com esses desafios e mudanças requer um processo de aprendizagem, no qual a educação e a intervenção social podem ser decisivos.

Tal como Paulo Freire (1967, p.35) afirma, “não há educação fora das sociedades humanas e não há homem no vazio”, e arriscamos acrescentar que não há sociedades humanas sem educação. É importante esclarecer que quando falamos em educação, neste tópico, estamos a cogitar uma educação mais ao estilo freiriano. Por outras palavras, uma educação que:

“haveria de ser corajosa, propondo ao povo a reflexão sobre si mesmo, sobre seu tempo, sobre suas responsabilidades, sobre seu papel no novo clima cultural da época de transição (...), que lhe propiciasse a reflexão sobre seu próprio poder de refletir e que

⁶ Para um maior aprofundamento do conceito de envelhecimento ativo, para além da bibliografia referida no texto, vale a pena consultar Gil (2007), Paúl (2005) e Ribeiro (2011).

tivesse sua instrumentalidade, por isso mesmo, no desenvolvimento desse poder, na explicitação de suas potencialidades, de que decorreria sua capacidade de opção” (Freire, 1967, p.57).

Uma educação que permite a discussão de temas, a abertura de um espaço para o diálogo, um novo olhar sobre velhas questões, um produzir e não um reproduzir – principalmente, uma educação que disponibiliza meios para o amadurecimento e que impulsiona para a mudança (Freire, 1967). Por outras palavras, estamos a falar de uma educação “para todos”, em qualquer idade (Unesco, 1998), que rompe os limites académicos, instruindo o sujeito nas quatro dimensões, do saber ser, do saber pensar, do saber estar e do saber fazer, não deixando de lado a sua individualidade (Timóteo & Bertão, 2012). Esta é uma educação que sai de uma construção teórica para a práxis, nesse percurso que é “tornar-se pessoa”, tendo um encontro franco consigo mesmo, permitindo-se, assim, uma nova leitura do mundo (Rogers, 2009).

É este o tipo de educação pelo qual uma Educadora Social⁷ se pode reger quando pretende contribuir para dar respostas aos problemas que surgem na sociedade, lutando por uma comunidade mais justa e equilibrada. Como profissionais nesta área, é importante ter a consciência de que esta fusão entre a educação e o trabalho social tem duas esferas de ação que não podem ser deixadas de lado: primeiro, é imprescindível uma “ação orientada para o desenvolvimento”, da qual o sujeito deve fazer e faz parte; segundo, importa levar a cabo “uma ação orientada para a mudança da realidade social injusta” (Timóteo & Bertão, 2012, p.15). Ou seja, como Educadores Sociais, a intervenção não deve incidir sobre a pessoa, mas sim numa otimização das faculdades internas e dos recursos disponíveis no contexto da mesma, não perdendo de vista as suas potencialidades (Correia, Martins, Azevedo & Delgado, 2014). Procurando sempre uma intervenção “eficaz, inovadora, baseada em

⁷ No presente relatório, é referido o “Educador Social” como figura da intervenção social, pois é essa a formação e perfil profissional da mestranda; contudo, é reconhecido o valor da intervenção social proveniente de outras áreas e acredita-se que, em termos de ideais, eles devem ser transversais, independentemente do perfil específico do profissional.

práticas e políticas atuais, definindo prioridades, fazendo escolhas, valorizando experiências e colocando os saberes adquiridos ao serviço dos outros” (Mateus, 2012, p.64), favorecendo a participação não só do sujeito (ou grupo) em questão, mas de vários elementos que possam influenciar a vida do mesmo, isto é, tendo uma visão holística de todo o contexto de o envolve (Timóteo & Bertão, 2012). Tal como as mesmas autoras afirmam, esta intervenção deve ter o potencial de fomentar a troca de ideias e interpretações acerca da realidade social, necessidades, recursos e potencialidades de cada indivíduo envolvido.

Para as autoras, este tipo de intervenção social deve corresponder aos seguintes objetivos:

“Contribuir para a redução dos desequilíbrios e desigualdades sociais, assumindo um compromisso com a democracia, a justiça social, os direitos humanos; estimular novas formas de cooperação, de solidariedade, de participação cívica, social e política; facilitar e possibilitar o desenvolvimento pessoal e a emergência dos sujeitos, no sentido Freiriano, perspectivando-os como atores e autores da sua vida e do seu mundo; potenciar os recursos pessoais dos sujeitos; potenciar e estimular o desenvolvimento endógeno e a ativação dos recursos comunitários na mobilização do tecido social; desenvolver um sentido crítico acerca das diferentes situações sociais e de corresponsabilização na vida social, cívica e política” (Timóteo & Bertão, 2012, pp.18-19).

Temos estado a falar de intervenção na sociedade, no mundo do outro, ou no mundo do grupo, mas seria ingénuo da nossa parte se considerássemos que esta intervenção ocorre apenas com o outro, como se o educador social fosse revestido de uma “capa inume à transformação”. O educador social como profissional, mas primeiramente como humano, traz para dentro da sua intervenção a “sua personalidade, vivências atuais e passadas, fantasias, desejos e medos, saberes e habilidades pessoais e profissionais, representações de cada um” (Veiga & Ferreira, 2017, p.39). No entanto, é preciso haver da parte desse profissional o desenvolvimento de competências, nas várias categorias. Na literatura, encontramos uma lista de algumas das mais relevantes, como: capacidade crítica; capacidade de análise; capacidade de comunicação; capacidade de reflexão; discernimento;

maturidade; equilíbrio pessoal; capacidade criativa; saber trabalhar em equipa; otimismo; dinamismo; abertura à colaboração; espírito de cooperação; ser respeitadora; ser ativa na busca de novos conhecimentos e na reciclagem dos seus saberes; (Mateus, 2012; Timóteo & Bertão, 2012). Ao longo da sua intervenção, os papéis podem ser múltiplos: de mediação; de análise de realidade psicossocial; função de maiêutica; função de auxiliar do “eu”; de acompanhamento; de avaliador; de modificação de comportamento (Canastra & Malheiro, 2009; Moreira, 2017; Timóteo & Bertão, 2012). Desta forma, tal como Timóteo e Bertão relembram, o educador social, ao encarnar estes diferentes papéis, acaba por ir desenvolvendo várias das competências de que necessita, visto que, durante o processo de intervenção, o profissional é, inevitavelmente confrontado com “consigo próprio, nomeadamente com os seus códigos implícitos, onde as emoções jogam um papel determinante”; “com a sua equipa de trabalho e com os princípios da instituição em que se enquadra; com os “dilemas éticos que emergem no quotidiano”; e com a “complexidade das contradições que lhes são inerentes” (Timóteo & Bertão, 2012, p.21). Desta forma, as autoras terminam o seu artigo salientando que “este profissional é uma pessoa que vive num mundo em transformação, que quando intervém nele se reinventa nas suas práticas transformativas” (Timóteo & Bertão, 2012, p.25).

1.4.1. Ação Psicossocial com Grupos de Adultos mais Velhos Institucionalizados

Como profissionais em intervenção social, são inúmeras as áreas em que podemos intervir; na verdade, quase podemos afirmar que não há limites para a nossa ação e criatividade. Contudo, visto que o presente projeto foi desenvolvido no âmbito da especialização em “Ação Psicossocial em Contextos de Risco”, iremos demorar-nos na reflexão sobre a mesma. Apesar desta também ser vasta, iremos centrar-nos na apreciação de alguns dos principais desafios da ação psicossocial

desenvolvida junto de um grupo de adultos mais velhos residentes numa instituição⁸. Existe pouco material bibliográfico sobre este tema tão específico; como tal, este tópico foi construído tendo por base a os princípios básicos de uma intervenção psicossocial, adaptando-os às características deste grupo em especial.

O termo “intervenção psicossocial”, segundo Kathia Neiva (2010), surgiu nos anos 1950 e acarretava uma ideia de transformação, pesquisa e ação, tendo, ao longo do tempo, contribuições da Psicologia Clínica e Social, de nomes como Lewin, Moreno, Bion, Pichon-Rivière, Rogers, Paulo Freire, entre outros (Neiva, 2010). Podemos concluir que se trata de intervenção psicossocial quando o pesquisador-interventor atua no e com o sujeito / grupo / instituição / organização / comunidade como um facilitador para o bem-estar dos vários sistemas macro-meso-microsociais (Neiva, 2010; Sarriera, Silva, Pizzanato & Meira, 2000). Assumir o papel de interventor psicossocial é ter como principal objetivo a mudança para o desenvolvimento. No entanto, este deve-se certificar que esta mudança é de facto uma necessidade e que o sistema que irá “sofrer” essa alteração a reconheça e aceite (Neiva, 2010).

Quando falamos em intervenção psicossocial com os mais velhos, Dóris Rabelo e Anita Neri (2013, p.45) afirmam que é mais vantajoso uma intervenção grupal, justificando que a experiência em grupo facilita ao sujeito uma reflexão diferente sobre o que é “estar no mundo, valores, direitos e relações com a coletividade”. Quando estes momentos são concretizados de forma dinâmica e, principalmente, adequados ao grupo em questão, isso forma um ambiente positivo e facilitador da discussão e reflexão, podendo gerar novas formas de estar e agir, o surgimento de um ambiente seguro para a partilha de sentimentos e condições para o estabelecimento de momentos favoráveis para a “consciência de aspetos importantes envolvidos no dia a dia que normalmente são despercebidas”.

Existem inúmeras formas de intervir a nível psicossocial; no entanto, quando falamos de um grupo constituído por adultos mais velhos, os nossos planos de

⁸ Apêndice B: Um novo Lar.

intervenção devem ter como base no diálogo e a comunicação (Rabelo & Neri, 2013), dado que estas facilitam as “trocas sociais, de experiências e dificuldades, aprendizagens, estímulo das capacidades cognitivas, apoio emocional, favorecimento de sentimentos positivos, compartilhamento de preocupações, dúvidas e medos e a emergência de soluções criativas para os problemas enfrentados no cotidiano” (Mendizábal & Cabomero, 2004, parafraseados por Rabelo & Neri, 2013, p.45).

Já que estamos a falar sobre grupos, é necessário ter claro algumas noções inerentes a este conceito. Tal como David Zimerman (1997) propôs, não podemos chamar “grupo” apenas a um conjunto de pessoas porque estão juntas. Para Brown (2000, p.4) denominamos “grupo” um “conjunto de pessoas unidas através de alguma experiência ou propósito comum, que estão relacionados numa estrutura micro-social, ou que interagem umas com as outras. Todas estas condições podem ser suficientes para dizer que um grupo existe, mas talvez a condição crucial necessária é que essas mesmas pessoas também partilhem a conceção de si próprias como pertencendo à mesma unidade social”. O grupo é uma unidade por si só, distinto e único, carregando uma identidade própria que é constituída por um conjunto de características específicas (Freire *et al.*, 1997).

Na literatura podemos encontrar várias características inerentes a um grupo: todos os elementos têm o mesmo objetivo e este deve ser claro; têm uma intencionalidade; um código de regras e valores aceites por todos os elementos; um espaço físico e temporal bem marcado e claro para todos; a existência de forças contraditórias (coesão – desintegração); uma forma de funcionamento muito própria; a existência de uma hierarquia e distribuição de papéis; e um campo grupal dinâmico onde ocorrem alguns fenómenos específicos do grupo (Freire *et al.*, 1997; Zimerman, 1997).

Segundo Bruce Tuckman (1965), os grupos passam por cinco estágios de desenvolvimento: *Forming* (formação/orientação), momento em que o grupo se conhece; *storming* (tempestade/conflito), quando começa a surgir alguma resistência à influência do grupo e, por consequência, surgem conflitos; *norming* (normalização/coesão), quando o grupo passa a fase anterior e começa a desenvolver o “espírito de grupo”; *performing* (realização), quando o grupo começa a

empenhar-se para atingir os seus objetivos; e *adjourning* (dissolução), quando o grupo termina, porque já atingiu os seus objetivos, ou porque houve algum evento que levou os vários membros a concordar com o término do grupo. Por outro lado, Richard Moreland e John Levine (1982, referenciados por Freire *et al.*, 1997) estudaram os processo de socialização dos grupos chegando também à conclusão que o grupo passa por cinco estágios: “investigação”, quando os vários elementos do grupo pesquisam informações de forma a perceberem se o grupo onde estão inseridos satisfaz as suas expectativas; “socialização”, estágio em que o membro aceita o grupo e inicia o processo de socialização; “manutenção”, em que o grupo, de forma natural (ou não) entra em negociação relativamente aos diferentes papéis; “ressocialização”, quando os sujeitos ultrapassam as suas diferenças e voltam a socializar-se ou pode dar-se o caso do grupo terminar aqui; e “recordação”, quando cada elemento faz uma reflexão e relembra as vivências que experimentou e adquiriu no grupo.

Na constituição de um grupo, temos de ter em atenção o contexto em que este se insere; a sua dimensão, para que não seja demasiado grande, de modo a prejudicar a sua comunicação; a sua composição; a estrutura; a sociometria; a liderança; as interações afetivas entre outros (Freire *et al.*, 1997; Zimerman, 1997).

Depois destas considerações em relação aos grupos, é importante também referir que o profissional que irá intervir a nível psicossocial deve assumir um papel de catalisador-investigador. Ou seja, deve dinamizar, estimular, facilitar o grupo durante o seu percurso para o objetivo proposto e, simultaneamente, apropriar-se dos métodos e técnicas disponíveis para o trabalho em questão para causar a transformação desejada (Neiva, 2010). No entanto, tem que ter consciência de que só o facto de estar presente no grupo já cria ele próprio alguma mudança. Também é importante que o profissional saiba lidar com a ansiedade, as resistências, as ambiguidades, as transferências e contratransferências que podem ser geradas no grupo (Neiva, 2010).

Em relação ao processo de intervenção, é importante que quem dinamiza a intervenção deixe tempo para conhecer o máximo possível cada elemento e o grupo com que vai trabalhar, assim como a instituição em que este grupo se insere (Rabelo

& Neri, 2013). Este processo facilitará, e determinará, o sucesso da intervenção, pois quanto maior foi o conhecimento, melhor e mais adequada será a intervenção. Segundo Rabelo e Neri (2013, p.50), para que “os participantes se entusiasmem, é preciso gostar do que fazem, sentir satisfação e apreciar e acreditar no grupo” e isto só é possível quando o interventor se permite conhecer o grupo do qual ele próprio acaba por fazer parte, embora tenha um papel diferente.

Rabelo e Neri (2013) relembram no seu artigo também algumas posturas que o interventor deve assumir durante o processo de intervenção com um grupo de adultos mais velhos: evitar atitudes paternalistas; evitar linguagem infantilizada; compreender que pode aprender muito com os sujeitos; dar voz e valorizar a experiência de cada membro; ter em atenção possíveis dificuldades físicas e sensoriais que os sujeitos possam ter; reforçar os pequenos avanços; evitar a planificação de atividades que possam provocar um sentimento de fracasso no grupo (ou em algum elemento); valorizar os acertos publicamente e conversar sobre os erros de forma particular; estar disponível para repetir as instruções as vezes que forem necessárias; falar de forma clara e objetiva deixando de lado informações irrelevantes; usar técnicas de associação para facilitar a memorização e a aprendizagem; esperar a hora certa para intervir; permitir a participação dos idosos não só na atividade, mas também na aceitação de sugestões para melhorar a atividade e até influenciar na escolha da mesma; ter os objetivos claros e perceber as motivações do grupo para a mudança; impulsionar os mais velhos para se tornarem eles mesmos agentes de mudança; saber ouvir; manter sempre contacto visual; evitar gestos excessivos; não falar demais; criar empatia.

No caso de a intervenção psicossocial ocorrer em contexto institucional, como foi o caso da intervenção desenvolvida no quadro do projeto aqui relatado, é importante que o profissional conheça a instituição, os seus valores, os seus objetivos, e usar isso para potencializar a intervenção (Neiva, 2010). Até porque, adaptando o que Carvalho (2013, p.182) afirma, o maior foco de uma intervenção psicossocial com adultos mais velhos institucionalizados é “conhecer e transformar a realidade das pessoas idosas, contribuindo, em conjunto com outras profissões, para o bem-estar deste grupo populacional através de um sistema global de ações”.

2. PROJETOS DE EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL – QUADRO METODOLÓGICO

2.1.A ABORDAGEM ESCOLHIDA: INVESTIGAÇÃO AÇÃO PARTICIPATIVA

Na escolha de uma posição metodológica, o investigador deve ter em conta o objetivo do seu projeto. Caso o seu objetivo seja criar mudança, a Investigação-Ação (IA) é a metodologia mais eficaz. Mas antes de refletir concretamente sobre este modelo de investigação, é importante perceber o contexto em que se insere.

Ao contrário da maioria das metodologias de investigação em Ciências Sociais e Humanas, que se situam ora num paradigma positivista, ora num registo interpretativista, a IA nasce de uma aproximação à realidade “sociocrítica”. Segundo Alvarado e García (2008, p.190), o paradigma sociocrítico assenta:

“na crítica social e é marcado por um caráter autorreflexivo; considera que o conhecimento se constrói sempre pelos interesses que partem das necessidades dos grupos; pretende a autonomia racional e libertadora do ser humano; e é alcançado através do treino dos sujeitos para participação e transformação social”.

Na literatura, podemos encontrar várias definições do que é a IA; contudo, Coutinho (2014) afirma que a IA é “caracterizada por um maior dinamismo na forma de encarar a realidade, maior interatividade social, maior proximidade do real pela predominância da praxis, da participação e da reflexão crítica, e intencionalidade transformadora” (Coutinho, 2014, p.362). Por outras palavras, cumprindo os ideais sociocríticos, a IA é uma metodologia em que o investigador se envolve no contexto com a finalidade de potencializar a transformação, fazendo-se valer durante todo o processo de uma postura crítica. No fundo, a IA é composta por quatro elementos: é *situacional*, ou seja, implica a identificação de um problema e da sua solução dentro de um contexto social individualizado; *interventiva*, a IA vai muito além da simples

identificação, procura uma intervenção para uma mudança significativa desse mesmo problema; *participativa*, o investigador deixa o papel de único elemento a executar a investigação, levando os vários sujeitos a serem, eles mesmos, investigadores, procurando uma coconstrução de todo o processo investigativo; e *autoavaliativa*, no sentido em que, na IA, todos os passos requerem uma autoavaliação e um sentido crítico com o objetivo de gerar novos saberes e melhor adequação das ações (Coutinho, 2014, pp.365-366). Greenwood e Levin (1998, p.4) reforçam a importância da participação neste tipo de investigação afirmando que “a IA promove a participação ampla no processo investigativo e apoia ações que conduzem a uma situação mais justa ou satisfatória para os envolvidos”.

Deste modo, mais do que falar em IA é importante falar em “Investigação-Ação Participativa” (IAP). A IA, como já referimos, por si só já envolve inevitavelmente a participação e a cooperação do outro; no entanto, segundo Lapan (2012) a “IAP é uma abordagem investigativa que enfatiza o estudo cuidadoso e sistemático, por profissionais interessados na autorreflexão individual ou partilhada”. Tripp (2005), acrescenta que quando falamos da IAP não falamos apenas do envolvimento de outros sujeitos, mas sim do modo como são envolvidos e como podem participar no projeto. O mesmo autor refere que existem quatro formas diferentes de envolvimento das pessoas: por *obrigação*, quando não lhe é dada outra escolha, geralmente pela existência de alguma sanção da parte de algum superior; por *cooptação*, quando o investigador convence alguém a ajudá-lo no processo; por *cooperação*, quando o sujeito aceita tornar-se parceiro (no entanto, o investigador mantém-se detentor do projeto); e, por fim, por *colaboração*, quando todos os sujeitos são copesquisadores e todos têm o mesmo peso na participação e desenvolvimento do projeto. É nesta última categoria de envolvimento que um projeto de intervenção baseado IAP deve procurar situar-se, tornando-se não num projeto de um, mas num projeto criado por todos e que nasce de dentro da realidade em causa. Naturalmente, este é um horizonte muito exigente, e que não deixa ser eminentemente aspiracional; o que não significa que deixemos de o buscar.

2.2. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA: OBSERVAÇÃO PARTICIPANTE

No que diz respeito às técnicas e instrumentos de recolha de dados, no presente projeto foram privilegiadas a observação participante e as conversas informais intencionais, não descuidando, contudo, outras técnicas, como a análise documental.

Como afirma Bell (2004), entrevistas e outras técnicas idênticas são importantes, mas apenas retratam a percepção das pessoas sobre o que acontece, e não o que acontece de facto. Existem diferentes tipos de observação: a estruturada, a não estruturada; a participante e a não participante. Neste projeto, a investigadora adotou uma postura de observação participante, não estruturada. Lacey (citado por Bell, 2004, p.162) define a observação participante como “a transferência do indivíduo total para uma experiência imaginativa e emocional, na qual o investigador aprendeu a viver e a compreender o novo mundo”. Iturra (1999, p.149) acrescenta:

“a observação participante é o envolvimento que despe o investigador do seu conhecimento cultural próprio, enquanto veste o do grupo investigado; é o exercício que tenta ultrapassar o etnocentrismo cultural espontâneo com que cada ser humano define o seu estar na vida”.

Optando por uma observação participante não estruturada, o investigador não se serve de tabelas pré-estabelecidas ou de ideias pré-concebidas do que irá observar. Assim, este tipo de observação permite o envolvimento do investigador no contexto em questão e possibilita observar as situações à medida que elas surgem. Desta forma, torna-se bastante relevante o registo de notas de campo, assim como a criação de um diário de bordo, onde são (d)escritos todos os aspetos observados.

Contudo, esta técnica tem as suas “desvantagens”, sendo uma técnica invasiva no campo e que requer mais trabalho por parte do investigador de modo a este não perder o foco, ou até mesmo perder-se no que é realmente relevante. Assim, é importante ter em conta alguns aspetos pertinentes. Em primeiro lugar, Iturra (1999) afirma que o investigador tende a acreditar espontaneamente no que as pessoas lhe transmitem verbalmente, sendo, no entanto, importante distinguir entre o que as

peças fazem e o que afirmam, não estando em causa a veracidade do que é dito e sim a consciência de que a realidade se estende além do ponto de vista de um sujeito e que há informação que não é verbalizada. Em segundo lugar, sendo uma técnica que implica um envolvimento ativo do investigador no meio, não podemos deixar de considerar a observação de Iturra (1999) quando este se refere a este método como “violento”, tanto para o grupo, como para o investigador. Se, por um lado, o investigador é obrigado a despir-se do que acredita para adquirir uma nova forma de olhar de modo a compreender melhor o contexto, por outro lado, é um estranho perante um grupo social que possui uma dinâmica própria, da qual, até então, o investigador não fazia parte. Esta consciência leva-nos aos dois próximos aspetos, que são a necessidade do investigador ter consciência de que a sua presença e participação irá, de certa forma, alterar a forma de agir e reagir dos indivíduos e a necessidade de perceber se é aceite pelo grupo ou não. Por fim, é importante que o investigador tenha consciência de que as suas observações não são completamente puras e totalmente destituídas de preconceitos, mas, como Bell (2004) afirma, são condicionadas pela interpretação que o investigador faz do que está a observar. Isto é, a experiência, o conhecimento e a personalidade do investigador influenciam o modo como o ele interpreta o que vê, daí a necessidade de haver uma autoanálise por parte do investigador, de modo a atenuar esta questão.

2.3. AVALIAÇÃO DE PROJETOS: MODELO CIPP

Em qualquer investigação ou projeto de intervenção existe uma dimensão que acompanha todo processo – a avaliação. Vergara (1993, citado por Fragoso, 2000, p.60) afirma que “avaliar é comparar num instante determinado o que se alcançou através duma ação com o que se deveria ter alcançado de acordo com a programação prévia”. Para Serrano (2008, p.81), a “avaliação é um processo de

reflexão que permite explicar e avaliar os resultados das ações realizadas”. Noutras palavras, a avaliação não é a fase final do projeto mas deve estar presente ao longo de todo o projeto para que o profissional reflita, reconheça e corrija erros, de modo a ter um maior sucesso. Fragoso (2000) afirma ainda que a subjetividade e o juízo fazem parte do processo de avaliação e devem ser manuseados com precaução.

Existem princípios básicos no processo de avaliação. Esta deve ser objetiva, ou seja, “deve medir, analisar e concluir” os acontecimentos da forma como eles ocorrem; deve ser válida, “revelar as virtudes e os defeitos” do objeto avaliado, possibilitar resultados fidedignos; deve ser confiável, “estabelecer se as diferenças de resultados se devem a inconsistências das medidas”; deve ser oportuna, efetuada no momento certo; e, por fim, deve ser prática, isto é, “ajudar a identificar e examinar a parte boa e má do objeto avaliado e proporcionar soluções para o seu melhoramento” (Serrano, 2008, p. 97).

Existem várias formas de avaliar; a escolha do método depende do objetivo da avaliação, do objeto a ser avaliado, o momento da avaliação. Visto que o presente documento é um relatório de um projeto de investigação qualitativa iremos centrar-nos no tipo de avaliação referente a esta área. Segundo Gómez (citado por Serrano, 2008), para além dos critérios anteriores, deve ser tida em conta uma perspetiva holística, que não se resume aos resultados a curto prazo ou às condutas manifestadas, às diferenças e os significados da mesma situação, numa “visão seletiva e progressiva”, procurando compreender o objeto avaliado.

Quando falamos de modelos de avaliação deparamo-nos com dois grandes grupos – o grupo dos modelos clássicos (dentro do paradigma experimental) e o grupo dos modelos alternativos (dentro do paradigma qualitativo) (Serrano, 2008). No entanto, Serrano (2008) alerta-nos para o facto de não haver nenhum modelo único – o profissional deve, a cada momento, escolher o modelo mais adequado, dependendo do objeto avaliar. A autora continua afirmando que não existe um modelo melhor do que o outro e que a escolha do certo depende do contexto e da situação concreta.

No presente projeto de intervenção, foi dada preferência ao modelo *Contexto, Input, Processo e Produto* (CIPP), que, segundo Stufflebeam (2015, p.6), é um desenho de avaliação “que estabelece os processos gerais para determinar o valor de

um programa, assim como planos específicos para avaliar o contexto, as entradas, os processos e os produtos”. Corresponde a três pressupostos para a otimização do objeto avaliado: orientar a tomada de decisão, fornecer dados e facilitar a compreensão dos fenómenos.

Passamos à definição de cada passo avaliativo d este modelo (Serrano, 2008):

- Avaliação do *Contexto* – o investigador está *in loco* e, através de vários instrumentos de recolha, procura conhecer o contexto. Isto é, faz um levantamento das necessidades, das potencialidades, das dinâmicas, etc. Na posse dos resultados desta avaliação, o investigador tem o material necessário para traçar objetivos gerais e específicos que vão conduzir a sua intervenção. Este passo aparece explorado no ponto 1.4 – “Análise de contexto” da segunda parte do presente relatório.
- Avaliação de *Input* – esta avaliação promove uma nova reflexão sobre os objetivos traçados, a seleção e adequação das estratégias para alcançar cada um deles. O tópico 2.3 – “Avaliação de entrada” da segunda parte do relatório é um exemplo desse momento avaliativo.
- Avaliação de *processo* – como o próprio termo indica é uma avaliação elaborada ao longo da aplicação do projeto e serve para identificar os pontos mais fortes e mais frágeis do desenho de projeto ao longo da sua concretização. Esta é feita através da avaliação das atividades e dos procedimentos realizados. Este momento serve como guia para o desenvolvimento do projeto. Podemos ver um exemplo deste momento de avaliação no ponto 3 – “Desenvolvimento do projeto e avaliação do processo” da segunda parte do relatório.
- Avaliação de *produto* – este momento avaliativo não acarreta consigo necessariamente a finalização, mas é um guia para o fim, o seguimento e/ou alteração do projeto. Neste espaço avaliativo são objetivados os sucessos alcançados através da revisão e análise qualitativa e/ou quantitativa dos resultados da concretização do projeto. Um exemplo deste passo é o ponto 4 – “Avaliação de resultados e apreciação global do desenvolvimento do projeto” da segunda parte do presente relatório.

Parte II – Plantar sorrisos: Projeto de intervenção psicossocial num lar para os mais velhos

1. DESCRIÇÃO DO CONTEXTO

Esta parte do trabalho inicia com uma breve caracterização do concelho de Arcos de Valdevez e da Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez (SCMAV), seguindo-se a descrição e caracterização do LSP, o desenho de projeto e o reporte do desenvolvimento do mesmo.

Antes de avançar, é importante referir o facto da investigadora possuir a autorização por parte do Lar para o uso do seu nome para fins académicos, conforme os termos da declaração de consentimento anexa⁹.

1.1. ARCOS DE VALDEVEZ

Arcos de Valdevez é um concelho que inclui 36 freguesias e pertence ao Alto Minho (região Norte Litoral de Portugal), sendo parte do distrito de Viana do Castelo.

Relativamente à situação demográfica, nota-se que o concelho de Arcos de Valdevez está em relativa sintonia com a realidade do país, dado que tem assistido a um progressivo envelhecimento da população. Aqui, porém, o fenómeno tem uma incidência bastante mais acentuada. Segundo os dados do Instituto Nacional de Estatística (INE), em dezembro de 2017, Arcos de Valdevez contava com 21 324

⁹ Apêndice C: Modelo da declaração de consentimento para o uso e publicação do nome da identidade institucional e de dados relativos à mesma.

habitantes¹⁰. Desta população, 6 896 eram indivíduos com 65 ou mais anos de idade, correspondendo a 32,3% da população total do concelho, havendo assim mais 4 712 idosos do que crianças e jovens com menos de 15 anos (2 184, representando 10,2% da população total do concelho). Esta situação confirma-se ao analisar a pirâmide etária¹¹ do município, que revela claramente uma maior percentagem de indivíduos de 65 anos ou mais (envelhecimento no topo da pirâmide) do que de jovens e crianças de 25 anos ou menos (envelhecimento na base da pirâmide), sendo ainda notório que grande parte da população mais velha do concelho é do sexo feminino.

Analisando, ainda, os indicadores demográficos (natalidade e mortalidade), deparamo-nos mais uma vez com um quadro favorável ao envelhecimento, visto que há uma taxa de mortalidade relativamente elevada e uma taxa de natalidade bastante baixa, 15,5% e 5,7%, respetivamente, traduzindo-se numa taxa de crescimento efetivo anual de -1,4% (INE, 2017)¹².

Tendo em conta os dados anteriormente apresentados, podemos concluir claramente que o concelho de Arcos de Valdevez é marcado por uma população envelhecida. Contudo, segundo o *Plano Municipal para o Idoso*, o envelhecimento demográfico do concelho não é uma realidade de agora, mas já tem vindo a registar-se ao longo das últimas décadas e, como tal, tem despontado a necessidade de elaboração e reajuste de planos de intervenção (Afonso *et al.*, 2015/2017, p.2).

Analisando ainda o Diagnóstico Social, elaborado pelo Núcleo Executivo da Rede Social de Arcos de Valdevez (NERSAV, 2013), verifica-se que Soajo¹³ é a freguesia que possui mais idosos (449, ou seja 1,97% da população do concelho) em contraste com

¹⁰ Anexo B: Tabela e gráficos representativos da população pertencente ao concelho de Arcos de Valdevez – Tabela 3: Dinâmica populacional, 2016.

¹¹ Anexo B: Tabela e gráficos representativos da população pertencente ao concelho de Arcos de Valdevez – Figura 2: Estrutura etária da população, 2016.

¹² Anexo B: Tabela e gráficos representativos da população pertencente ao concelho de Arcos de Valdevez – Figura 3: Demografia e Saúde, 2016.

¹³ Anexo C: Tabela representativas da população de Arcos de Valdevez por freguesias – Tabela 9: População residente nas freguesias de montanha e variação entre 2001 e 2011.

a freguesia de Mei¹⁴, que conta apenas com 33 (0,14%). Dos seis conjuntos de freguesias, as freguesias centrais urbanas e periurbanas¹⁵ são as que apresentam um maior número de habitantes (6.293); no entanto, é nas freguesias do interior a norte¹⁶ que se verifica a maior concentração de idosos, sendo neste conjunto que se insere a freguesia do Lar no qual foi desenvolvido o presente projeto – Prozelos.

1.2. SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ARCOS DE VALDEVEZ

1502 é o ano que marca o início da existência das Misericórdias em Portugal, na Azambuja, em Lisboa, ao comando da Rainha D. Leonor (União das Misericórdias Portuguesas, 2017). Num esforço de socorrer de forma mais organizada o povo, o Rei D. Manuel I acaba por incentivar o surgimento de novas Misericórdias por todo o país. De modo a organizarem as suas ações, estas criaram dois grandes eixos de intervenção, totalizando aquilo a que a Santa Casa denomina de “14 obras de misericórdia” – sete “obras corporais” e sete “obras espirituais” (Arieiro, 2001, pp.18-19)¹⁷. Com base nestas obras, as Misericórdias foram definindo os seus objetivos e delineando as suas intervenções.

93 anos depois, em 1595, um grupo de arcuenses interessado em prosseguir os propósitos régios, criou no concelho a Irmandade da Misericórdia, tendo como primeiro provedor o Dr. Francisco de Palhares Rocha, nascendo assim a SCMAV:

¹⁴ Anexo C: Tabela representativas da população de Arcos de Valdevez por freguesias – Tabela 8: População residente nas freguesias periféricas a norte e variação entre 2001 e 2011.

¹⁵ Anexo C: Tabela representativas da população de Arcos de Valdevez por freguesias – Tabela 4: População residente nas freguesias centrais urbanas e periurbanas e variação entre 2001 e 2011.

¹⁶ Anexo C: Tabela representativas da população de Arcos de Valdevez por freguesias – Tabela 7: População residente nas freguesias do interior a norte e variação entre 2001 e 2011.

¹⁷ Anexo D: As 14 obras de misericórdia da Santa Casa da Misericórdia.

“foi fundada a Casa da Misericórdia da Vila de Arcos de Valdevez, de escolas pecuniárias voluntárias, de que foi solicitador Gaspar Gonçalves Lourenço, no ano de 1595, governando a Igreja de Jesus Cristo, o Papa Clemente 8º, neste reino Filipe II de Castela e neste arcebispo de Braga, D. Frei Agostinho de Jesus e Castro” (Arieiro, 2001, p.42)

A SCMAV iniciou a sua intervenção dando assistência ao domicílio a doentes, pobres e presos, iniciando também no mesmo ano a construção da Igreja e da Albergaria (Arieiro, 2001). Passados 423 anos, a SCMAV mantém como principal objetivo o apoio à população mais desfavorecida, à luz das 14 obras de misericórdia, tendo como visão:

“promover a resposta social de forma sustentada, integrada numa rede de parceiros sociais. Ser um modelo de referência enquanto instituição, aproximando as pessoas através da consolidação de afetos, do desenvolvimento humano e de valorização do cliente e da qualidade dos serviços prestados” (SCMAV, S/d). Deste modo, a SCMAV tem como missão “promover o desenvolvimento global dos clientes e a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades de vida diária. Promover ações com qualidade, dinamismo e multidisciplinariedade, que promovam a reabilitação e a integração, evitando a desigualdade e a exclusão a que estas pessoas estão sujeitas. Deve assentar claramente numa filosofia de ‘portas abertas’ para a comunidade possibilitando uma inclusão não só dos clientes, mas da própria instituição na cultura a que pertence” (SCMAV, 2011, p.8).

De forma a corresponder à missão a que se propôs, a instituição elaborou um conjunto de sete valores pelos quais se rege, sendo estes:

“melhoria da qualidade de vida atual e futura dos clientes; melhoria da qualidade de vida atual e futura das suas famílias; atenção às potencialidades de cada cliente; atenção às necessidades das famílias; promoção da efetiva integração social dos clientes; respeito absoluto pela legalidade, pela igualdade de tratamento de todos os clientes/familiares atendidos e pelos direitos e interesses destes, protegidos por lei; e qualidade de gestão assente em critérios técnicos, humanos económicos e financeiros eficazes” (SCMAV, 2011, p.8).

Ao longo dos anos, a SCMAV tem vindo a alargar a sua atividade para as áreas de serviços de património; serviços gerais; serviços de saúde; serviços de ação social na infância, juventude e educação; e serviços de ação social sénior¹⁸, através das suas 16 valências, entre as quais se conta o LSP (SCMAV, 2017).

1.3. LAR SOARES PEREIRA

1.3.1. A história

O LSP nasce do desejo do Dr. José António Soares Pereira, que faleceu a 1925 no Brasil. Sendo este natural do Prozelo – Arcos de Valdevez, deixou em testamento parte da sua herança para a construção do Asilo Soares Pereira, como vem referido neste excerto:

“Lego (...); à Santa Casa da Misericórdia dos Arcos de Valdevez e finalmente as três últimas partes, da maneira seguinte: Lego uma parte para adquirir um terreno e fazer uma Casa para a velhice desamparada que terá a denominação de Asilo Soares Pereira e as duas partes restantes, para empregarem na compra de títulos do governo, a fim de, como rendimento, manter o asilo sob a fiscalização da Santa Casa da Misericórdia dos Arcos de Valdevez. O Asilo deverá ser situado na freguesia do meu nascimento de Santa Marinha de Prozelo (...)” (Arieiro, 2001, p.125).

Terminada a sua construção no dia 15 de Maio de 1939, a 31 de Julho do mesmo ano foi inaugurado, no Prozelo, o Asilo Soares Pereira, sob a orientação de religiosas franciscanas, substituindo, assim, o Asilo de Nossa Senhora da Peneda. Em 1983,

¹⁸ Anexo E: Organograma da Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez.

através do acordo do Estado com as IPSS, o Asilo passou a denominar-se “Lar Soares Pereira”, sendo que, no presente ano, o nome encontra-se em transição para “Estrutura Residencial Para Idosos Soares Pereira”. Ao longo do tempo, o Lar tem sofrido várias alterações, quer no interior e exterior do edifício, quer ao nível da sua organização e dinâmica de funcionamento (Arieiro, 2001).

1.3.2. O Lar

Com 79 anos de funcionamento, o LSP é um equipamento com capacidade para acolher 85 adultos mais velhos, estando, nesta altura, por determinação do Instituto da Segurança Social, a limitar a sua capacidade a um total de 75 indivíduos. O Lar conta com uma estrutura própria, rodeada por um jardim (na parte da frente e do lado direito) e terrenos para cultivo (do lado esquerdo e na parte de trás). O edifício principal é constituído por dois pisos e uma cave, tendo como anexo uma casa de máquinas e outras duas estruturas para arrumos. O primeiro piso é composto pela entrada principal, a sala da receção, a sala da animadora sociocultural, a sala médica e de enfermagem, uma casa de banho para visitas, quatro salas de descanso (sendo que é na maior destas salas que habitualmente são realizadas as várias atividades com os residentes e estando outra, mais pequena, destinada aos idosos totalmente dependentes), uma sala reservada para as visitas (caso os familiares queiram usar), uma sala mais pequena onde é guardada a medicação, dois corredores (um com os quartos para mulheres e outro com quartos para homens), várias casas de banho, tanto para residentes, como para o pessoal, o vestiário para as colaboradoras, a rouparia, o gabinete da Diretora Técnica, a capela, o refeitório e a cozinha. O segundo piso é constituído pela sala de fisioterapia, casas de banho e vários quartos, alguns com casas de banho incluídas. A cave é constituída por várias salas de arrumos, uma barbearia, um salão, uma casa de banho e a morgue. O acesso a cada um destes andares pode ser feito através das escadas e de um elevador, dentro do edifício, ou pelos acessos exteriores através de rampas ou escadas.

O LSP estabeleceu como objetivos:

“atender e acolher pessoas idosas cuja situação social, familiar, económica e/ou de saúde não permita resposta alternativa; proporcionar serviços adequados à satisfação das necessidades dos residentes; prestar os apoios necessários às famílias dos idosos, cooperando com as famílias na vivência dos idosos, incentivando as relações interfamiliares e inter-geracionais; oferecer aos idosos um espaço de vida socialmente organizado e adaptado às suas idades, contribuindo para a estabilização ou o retardar do processo de envelhecimento e/ou de dependência; promover a integração social e os direitos de cidadania, estimular o espírito de solidariedade e entreeajuda dos utentes e respetivas famílias; promover o convívio e o relacionamento entre idosos e outros grupos etários de modo a evitar o seu isolamento; colaborar na prestação de cuidados de saúde; prestar cuidados de ordem física e apoio psicossocial aos utentes e famílias de modo a contribuir para o seu equilíbrio, qualidade de vida, mas também para que aceitem os seus condicionalismos; apoiar na reformulação e continuidade do seu projeto de vida” (Oliveira, 2015, p.34).

Para tal, segundo o Regulamento Interno, o LSP afirma oferecer os seguintes serviços:

“alojamento de carácter permanente; cuidados de imagem, higiene e conforto; cuidados médicos, consultas de Medicina Geral e Familiar com a Médica assistente do lar; cuidados de enfermagem, gestão e preparação da medicação, cuidados de pensos, controle de diabetes e de tensão arterial; alimentação adequada e equilibrada; atividades de animação sociocultural, recreativa e ocupacional; higiene dos espaços; tratamento de roupas nas instalações, exceto limpeza a seco; cultos religiosos em espaço próprio” (SCMAV-LSP, 2014, p.3).

Acrescentando ainda os seguintes serviços, através de pagamento adicional:

“fornecimento de medicação, algalias, sacos de urina ou colostomia; fornecimento de fraldas; consultas, intervenções cirúrgicas e internamentos hospitalares; despesas de funeral e todas as diligências advenientes; despesas com vestuário; deslocações ou chamadas telefónicas realizadas pelo cliente ou por sua conta; outro tipo de serviço, que seja solicitado pelo cliente ou seu responsável” (SCMAV-LSP, 2014, p.3).

No LSP são admitidas pessoas que tenham a idade igual ou superior a 65 anos, que se encontrem em situação que justifique a sua permanência neste tipo de resposta e que concordem tanto com a sua ida para o lar, como com os valores pelos quais a SCMAV se rege. A finalização da prestação de cuidados sucede numa das seguintes cinco situações: anulação pelo idoso/familiar ou pelo Lar; resultado de um acordo entre as duas partes; falecimento do idoso; incumprimento no pagamento; ou inadaptação do idoso à presente resposta (SCMAV-LSP, 2014).

No que diz respeito às suas rotinas, o LSP, sendo uma estrutura residencial, funciona 24 horas por dia, de domingo a sábado. A rotina diária começa com os cuidados de higiene, seguindo-se, às 9 horas, os pequenos-almoços; por volta das 11 horas realizam-se as idas à casa de banho e, ao meio dia, são servidas bebidas (água ou cevada). Tipicamente, às 13 horas realiza-se o almoço, por volta das 14 horas alguns idosos são deitados, às 15 horas são servidas bebidas e seguem-se as idas à casa-de-banho; às 16 horas serve-se o lanche, depois a reza do terço (ou a homilia, se for quinta-feira), por volta das 18:30/19:00 é servido o jantar, sendo que, de seguida, os idosos vão para os respetivos quartos e às 22 horas é servida a ceia. Durante a noite, por volta da uma da madrugada, as Auxiliares de Ação Direta fazem a ronda, para levar os residentes que desejem à casa de banho (este momento pode ocorrer mais do que uma vez por noite). Dentro desta rotina inserem-se ainda os momentos das visitas (não havendo número limite de visitantes), que acontecem todos os dias das 14 às 18 horas. As sessões de fisioterapia ocorrem, de segunda a sexta, das 10 às 17 horas, período em que decorrem também momentos das atividades de animação sociocultural. Sendo esta a rotina típica do Lar, ao longo do tempo a investigadora foi refletindo e observando o quotidiano da instituição, tentando responder a algumas questões, como, até que ponto é que estas horas são rígidas? Será que os idosos se sentem bem com esta rotina? Até que ponto é que este dia-a-dia facilita o trabalho das colaboradoras? Foi possível verificar que, como em qualquer serviço, é necessário uma marcação de horários e de tempos para uma melhor organização do quotidiano e principalmente do trabalho. Apesar do LSP ter o seu horário bem definido e até bem marcado com elementos promotores de rotinas, como o facto, por exemplo, de à hora das refeições (pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar) um

sino ser tocado, a instituição mostra flexibilidade, adaptando-se ao surgimento de alguns imprevistos. Isto é notório no que diz respeito às horas definidas para as idas à casa de banho. De acordo com o horário estabelecido, existem apenas dois momentos, durante o dia, de idas à casa de banho (à exceção dos idosos autónomos, que vão quando sentem vontade), um de manhã e um à tarde. No entanto, caso um idoso precise de ir à casa de banho, ou haja um acidente entre esses dois momentos as colaboradoras, por norma, levam o idoso à casa de banho “fora de horas”. Um outro exemplo é o horário das visitas que, apesar de se encontrar definido, não exclui a possibilidade de os residentes serem visitados por familiares fora do horário marcado. Sendo estes apenas dois exemplos, eles refletem a adoção de alguma flexibilidade num quadro que é, contudo, de bastante rigidez dos horários, justificada com a necessidade de uma boa organização do espaço e do dia.

Relativamente às atividades de animação sociocultural¹⁹ que o LSP oferece, estas são realizadas das 10 às 12 horas e das 14 às 18 horas às segundas, quartas e sextas e são, tipicamente, as seguintes: “Mãos à obra” – atividades de trabalhos manuais; “Jogos cognitivos” – atividades de estimulação cognitiva e lúdica; a “oficina da memória”; culinária; o “Dia da Beleza” (é cuidada a imagem do idoso); entre outras atividades pontuais. Nenhuma das atividades promovidas pelo LSP é de cariz obrigatório, sendo respeitada a vontade de cada indivíduo; não obstante, o Lar incentiva a participação nas mesmas. É notória, contudo, a baixa participação nestas atividades, surgindo a necessidade de refletir no porquê desta situação. Assim, através de conversas intencionais e da observação, foi possível concluir que grande parte dos idosos não participa nas atividades porque prefere estar sentado no seu canto a ver televisão ou a conversar com outros idosos e não sente interesse nas atividades, mesmo que haja uma preocupação da parte do Lar em variar o máximo possível, para responder ao gosto do maior número de idosos. Por outro lado, os que participam gostam das atividades e sentem falta quando não elas não acontecem.

¹⁹ Anexo F: Plano anual de atividades do Lar Soares Pereira – ano 2018.

De acordo com o Regulamento Interno, o LSP possibilita a saída dos residentes, quer para passeios, quer para férias (quando o idoso vai por um determinado período de tempo para casa de familiares ou outros destinos), mediante o aviso e a assinatura de um termo de responsabilidade pelo próprio idoso (ou, caso este não possa, pelo familiar responsável). Todas as saídas devem ser autorizadas pela pessoa responsável pelo residente, quando este não tem autonomia (SCMAV/LSP, 2014).

Um outro aspeto a sublinhar em relação ao Lar é o facto de este não confeccionar refeições, apesar de ter condições. As refeições (almoço e jantar) são confeccionadas na sede da SCMAV, onde está sediado também o serviço de lavandaria.

1.3.3.A equipa

Tendo por base a necessidade de uma intervenção holística junto dos idosos, a criação de equipas multidisciplinares é a melhor resposta. Uma equipa constituída por profissionais de diferentes áreas com o objetivo comum de contribuir para o bem-estar de um indivíduo faz com que haja uma maior compreensão do mesmo e um trabalho mais adequado às suas verdadeiras necessidades. Por outras palavras, uma equipa multidisciplinar, pela sua natureza, olha para o idoso como uma unidade, mas constituído por várias dimensões, ao contrário de uma equipa constituída apenas por profissionais de uma só área, que tenderão a apenas ver o indivíduo à luz dos pontos de vista da sua área (Besse, Cecílio & Lemos, 2014; Silva *et al.*, 2017).

Verifica-se que o LSP procurou organizar uma equipa técnica multidisciplinar. Esta é constituída por sete elementos: a Diretora Técnica (formada em Serviço Social), uma Fisioterapeuta, uma Animadora Sociocultural e duas Enfermeiras, que entre reuniões e planos individuais previamente elaborados procuram exercer a sua intervenção de forma a responder o melhor possível às necessidades de cada residente. A equipa das Auxiliares de Ação Direta é composta por 21 colaboradoras e a equipa das Trabalhadoras Auxiliares é formada por nove mulheres, que estão sob a responsabilidade de uma Coordenadora de Setor. Existe, ainda, uma Médica

vinculada ao LSP que, em situação normal, está no Lar uma vez por semana (nomeadamente à quinta-feira), uma equipa da manutenção e um motorista, estes dois últimos trabalham para a SCMAV e não apenas para esta valência. O LSP conta com um total de 36 colaboradoras, distribuídas pelas várias equipas²⁰.

É importante referir que o LSP elabora um plano anual de formação para todos os trabalhadores. Através de várias conversas intencionais informais, foi claro que as Auxiliares de Ação Direta sentem que estas formações têm sido adequadas e de valor para o tipo de trabalho que levam a cabo. Por outro lado, é visível o efeito que as ditas formações têm na rotina do Lar, pois mesmo as auxiliares da limpeza sentem-se à vontade e sabem como agir em determinadas situações, caso seja necessário (como, por exemplo, as transferências do idoso, controlo de diabetes e tensão arterial, posicionamentos, questões sobre a demência ou depressão, entre outros).

1.3.4.Os residentes

Quando a investigadora entrou no Lar, este encontrava-se lotado, isto é, com 85 residentes. No entanto, ao longo do tempo, este número foi sofrendo ligeiras alterações. Os números seguintes referem-se à recolha de dados elaborada em abril de 2018. No que diz respeito à caracterização das 85 pessoas, podemos notar que a maior parte são do sexo feminino (60 mulheres) e a menor do sexo masculino (25 homens). Relativamente à idade, é de notar que o elemento mais novo do Lar tinha 30 anos e o mais velho tinha 99. Existe um maior número de residentes no intervalo dos 80 aos 89 anos (36 idosos), sendo 11 do sexo masculino e 26 do sexo feminino.

Sendo a questão da saúde mental muito importante para o LSP, a investigadora considerou pertinente fazer uma breve pesquisa nesta área, percebendo que mais de

²⁰ Anexo 10: Organograma do Lar Soares Pereira.

metade dos sujeitos (51%, percentagem correspondente a 43 pessoas) possuem algum tipo de doença neurológica ou perturbação mental. Foi possível, ainda, apurar que desses 51%, grande parte foi diagnosticada com algum tipo de demência (20 indivíduos); seguem-se 9 pessoas com problemas depressivos; 5 indivíduos diagnosticados com alguma deficiência intelectual; 4 sujeitos diagnosticados com Alzheimer; 2 pessoas com esquizofrenia; e outras 2 pessoas com paralisia cerebral. É necessário apontar que estes valores foram recolhidos a partir dos processos individuais de saúde, pelo que dizem respeito apenas a sujeitos que já foram diagnosticados pelas entidades competentes. No entanto, estes valores podem não corresponder à realidade, visto que existem alguns idosos que revelam indícios de problemas nesta área (como por exemplo a desorientação no tempo e no espaço), sem terem, contudo, um diagnóstico conclusivo.

Importa também referir o grau de dependência dos sujeitos, avaliado pelo LSP através da Escala de Barthel Modificada. Como afirmam Araújo, Ribeiro, Oliveira e Pinto (2007), a escala de Barthel permite a avaliação do grau de dependência de um indivíduo, tendo em consideração dez tarefas básicas para a vida: “comer, higiene pessoal, uso dos sanitários, tomar banho, vestir e despir, controlo de esfíncteres, deambular, transferência da cadeira para a cama, subir e descer escadas” (Araújo, Ribeiro, Oliveira & Pinto, 2007, p.61). Esta escala é utilizada no Lar, sendo preenchida uma ficha²¹ para cada residente, onde é feita uma cotação que vai dos 0 aos 100, sendo classificada dos 0 aos 25 pontos a dependência total; dos 26 aos 50 a dependência severa; dos 51 aos 75 a dependência moderada; dos 76 aos 99 a dependência leve; e 100 a independente. Na recolha de dados, foi possível verificar que a maior parte dos sujeitos tem um grau de dependência leve (41%, 35 sujeitos), 21% (18 sujeitos) apresentam um grau de dependência total, 16% (14 sujeitos) encontram-se num grau de dependência moderado, 11% (9 sujeitos) revelam um grau de dependência severa e os restantes 11% (9 sujeitos) são independentes.

²¹ Anexo H: Ficha de avaliação segundo a escala modificada de Barthel.

Em relação ao tempo de permanência no Lar, no último ano (2017) deram entrada 10 pessoas; no entanto, o intervalo de anos de residência no Lar com uma maior incidência é de 1 a 5 anos (38 pessoas). Podemos verificar ainda que existe um grupo de idosos que permanecem no Lar há mais de 20 anos (45, 42, 29, 27 e 23 anos), sendo que estes entraram em situações muito específicas e, devido à sua condição de saúde, permaneceram no Lar. No entanto, é de notar a existência de uma residente que vive no lar há 27 anos, não por motivo de doença, mas porque trabalhou no Lar durante vários anos e não tinha retaguarda familiar; assim, para não ficar sozinha, acabou por ficar no Lar, afirmando ser esta “a sua família”.

Um outro aspeto interessante para reflexão é a localidade de onde os idosos provieram. Mais de 50% dos idosos (54 residentes) veio do concelho de Arcos de Valdevez. Usando a terminologia do NERSAV, e com apoio do mapa do concelho²², foi possível averiguar as distâncias a que os idosos se encontram da sua freguesia de origem. Destes 85 residentes, 5 vieram de freguesias da zona de montanha; 8 da zona central urbana e periurbana; 2 do eixo sudeste; 11 do eixo sudoeste; 12 da zona periférica a norte e 16 das freguesias interiores a norte. No entanto, 13 sujeitos chegaram de concelhos vizinhos como Braga, Viana do Castelo, Paredes de Coura, Ponte da Barca, Vila Verde, Ponte Lima, Bragança, Monção ou Vila Nova de Cerveira. Por fim, é relevante referir que 17 idosos não têm este dado referido no seu processo individual. Ao ver este quadro, é interessante averiguar que grande parte destes adultos mais velhos vieram de um meio rural, daí que nas suas conversas revelem as saudades que têm do campo, do cuidar da terra e dos animais. Este assunto será referenciado noutros tópicos deste relatório, visto que o grupo de senhoras participantes identificou esta mesma questão como relevante.

Importa referir, ainda, que nem todos os sujeitos que se encontram na instituição o fazem (pelo menos inicialmente) pelo tipo de resposta que o Lar oferece, e sim pela escassez de respostas mais adequadas para a sua situação no concelho. Um exemplo

²² Anexo C: Tabelas representativas da população de Arcos de Valdevez por freguesias – Figura 4: Mapa do concelho de Arcos de Valdevez dividido por freguesias.

deste facto é o residente de 30 anos e entrou no Lar assinalado pela segurança social como um caso urgente porque este possuía uma paralisia cerebral, a casa de origem não oferecia as condições necessárias para a sua situação e a resposta do conselho para este tipo de casos estava lotada impedindo a institucionalização nesse local.

1.3.5.Os participantes

Antes de avançarmos para o desenho do projeto em si, é muito importante determo-nos na caracterização das participantes do mesmo. As participantes deste projeto dividiram-se em dois grupos de natureza diversa.

Começando pelo grupo das colaboradoras, este teve como principal característica o facto de ser aberto a todas colaboradoras, de participação não obrigatória; por outras palavras, a participação foi completamente voluntária e qualquer colaboradora pôde juntar-se quando entendeu essa participação como oportuna e relevante. No total, participaram 26 colaboradoras apesar de nem todas terem participado desde o início, ou tenham mantido a sua participação, no desenvolvimento do projeto. O grupo integrou 14 Auxiliares de Ação Direta, seis Trabalhadoras Auxiliares e os seis elementos da Equipa Técnica. O facto das participantes terem diferentes funções e tempos de permanência no LSP²³ enriqueceu os momentos de partilha, pois estes puderam contar com as diferentes perspetivas ali representadas. Este grupo foi de dinamização muito exigente, pois foi bastante difícil conseguir um equilíbrio entre as tarefas que tinham para concluir e o tempo em que era possível juntarem-se. Desta forma, foi um grupo que globalmente

²³ Apêndice D: Caracterização das participantes no projeto – Tabela: Dados referentes às Colaboradoras participantes do projeto.

esteve pouco tempo junto, o que não inviabilizou a criação de uma dinâmica para que se pudesse trabalhar a necessidade identificada pelas suas integrantes.

O outro grupo que compôs este projeto foi constituído por sete mulheres: uma foi a Mad²⁴ (Animadora Sociocultural do LSP), outra a D^a Rita, que é a responsável²⁵ da Sr^a Joana, e as quatro mulheres mais velhas – a Sr^a Joana, a D^a Rosa, D^a Fátima e a D^a Maria dos Prazeres²⁶. Este grupo também foi aberto e de cariz não obrigatório. Estas sete mulheres ocupam uma posição de maior destaque, pois foram as que se mantiveram regulares em termos de participação no projeto, desde o início e a fase do respetivo desenho, até ao fim, passando pelos diferentes momentos do respetivo desenvolvimento. Contudo, ao longo do projeto houve idosos que participaram nas atividades de forma muito esporádica; a investigadora tentou perceber a razão, mas a única explicação que obteve foi que não estavam com disposição para participar ou o seu estado de saúde não permitia o seu envolvimento.

A animação e o trabalho com este grupo foram feitos em parceria com a Mad, que desde o início olhou para a interventora como uma aliada e aceitou, por iniciativa própria, comprometer-se com este projeto. O conjunto de ações e atividades decorreu, todavia, das sugestões, gostos e desejos das quatro idosas implicadas. A D^a Rita foi um elemento que entrou mais tarde e que agarrou o desafio de participar neste projeto ao lado da Sr^a Joana. Este grupo pode ser caracterizado, genericamente, pela boa disposição, pela alegria e o gosto de aprender e partilhar.

²⁴ Os nomes dos elementos deste grupo são fictícios e foram escolhidos pelas respetivas participantes, incluindo o modo como preferem ser identificadas (Senhora, Dona, nenhuma).

²⁵ No LSP cada residente tem que ter obrigatoriamente alguém que fique identificado como seu responsável. Esta pessoa normalmente é um familiar próximo, mas caso não seja possível, esta posição é ocupada por uma pessoa em quem o idoso confie. Entre outras funções, o responsável pelo idoso tem como tarefa responder às solicitações do Lar, assim como o direito de ser informado sempre que necessário sobre desenvolvimento do residente.

²⁶ Para uma caracterização mais aprofundada, ver o Apêndice D: Caracterização das participantes no projeto.

1.4. ANÁLISE DO CONTEXTO

A análise de contexto, segundo Fernández-Ballesteros (2009), é o momento em que a investigadora conhece a realidade envolvente, as suas necessidades e potencialidades, que vão permitir traçar o desenho do projeto. No projeto em questão esta análise não foi feita apenas sob a visão da investigadora. Seguindo uma filosofia de coconstrução de saberes, retratada na primeira parte do presente relatório, a mesma optou por procurar o olhar das trabalhadoras, das residentes e dos familiares sobre o Lar. Assim, o ponto seguinte foi desenvolvido mobilizando resultados de três sessões (uma com as idosos e duas com as colaboradoras), assim como os resultados da observação participante e das conversas intencionais que a investigadora teve com diversos sujeitos ao longo da sua permanência no contexto.

No que diz respeito à sessão com as residentes²⁷, esta teve como objetivos levar as idosas a refletir sobre o seu quotidiano na instituição, identificar as necessidades sentidas e refletir em estratégias para dar resposta a essas necessidades. Para tal, foram usados vários jogos e atividades de dinamização de grupo adaptados às pessoas envolvidas²⁸. Os jogos e atividades de dinamização de grupo são (e foram) uma ferramenta excepcional para o desbloqueamento da comunicação e para o crescimento do grupo. Através desta estratégia, os mais tímidos têm coragem de intervir e os mais renitentes abrem-se à participação, potenciando momentos de conversa séria e construtiva de forma criativa, descontraída e certamente divertida, além do que o nível de concentração é consideravelmente maior do que o normal (Brandes & Phillips, 2008). O que se pôde verificar com a prática desta estratégia foi a descontração e a abertura das senhoras para falar sobre o que sentem e pensam, descontraídas e divertidas, sem medo de serem julgadas, em contraste com as várias tentativas de conversas que a investigadora tinha feito anteriormente para

²⁷ Apêndice E: Planificação da reunião “Eu e o lar”.

²⁸ Apêndice F: Registo da reunião “Eu e o lar”.

compreender a percepção das residentes relativamente ao Lar, nas quais estas se mostravam ligeiramente nervosas e receosas, procurando sempre a aprovação da investigadora, respondendo, várias vezes, “Não se pode falar mal do Lar, não é?”.

Quanto às participantes deste primeiro conjunto de atividades, foram cinco idosas (das quais quatro vieram a criar o grupo mais participativo do projeto). Eis algumas das suas características fundamentais:

- A D^a Rosa, a D^a Marília e a D. Maria dos Prazeres trabalharam no campo (a D^a Rosa e a D^a Marília em terrenos próprios, a D^a Maria dos Prazeres para patrões). Já a D^a Fátima e a Sr^a Joana foram donas de casa.

- A Sr^a Joana anda com o auxílio de um andarilho de quatro pés; a D^a Rosa usa duas canadianas simples para auxiliar a marcha; a D^a Marília usa uma canadiana simples; a D^a Fátima e a D^a Maria dos Prazeres deslocam-se em cadeira de rodas.

- A D^a Rosa, a Sr^a Joana, a D^a Fátima e a D^a Maria dos Prazeres costumam estar na sala de convívio maior e participar nas atividades de animação sociocultural, sendo a D^a Maria dos Prazeres mais ativa do que as restantes, pois quando não há atividades têm por hábito fazer peças em tricô para vender. A D^a Marília costuma permanecer no quarto (tem um quarto individual), onde faz a sua rotina, saindo, normalmente, para as refeições e para rezar o terço ou por um outro motivo.

- A D^a Rosa e a D^a Fátima foram para o Lar de livre vontade e a Sr^a Joana entrou reencaminhada pela Unidade de Cuidados Continuados. As cinco senhoras encontram-se perfeitamente integradas na dinâmica do Lar, revelando-se conformadas com a sua situação. As senhoras são relativamente independentes nos seus autocuidados, sendo que, umas mais do que outras, precisam de apoio nalgumas tarefas. Todas revelaram que têm contacto com alguns familiares e amigos (quer por visitas, quer por telefonemas). São cinco senhoras muito conversadoras, bem-dispostas, colaborantes e divertidas.

O encontro com as colaboradoras foi dividido em duas tardes e teve como principal objetivo refletir sobre as práticas no Lar. A primeira reunião²⁹ teve como objetivos específicos identificar os problemas sentidos durante a sua prática e os recursos/potencialidades do Lar³⁰; na segunda sessão³¹, procurou-se explorar e priorizar os problemas identificados anteriormente³². A metodologia privilegiada nestes encontros foi o *world café*; no entanto, foram incluídos dois jogos de dinamização de grupo. O *world café* é definido pela *The World Café Community Foundation* (2015) como uma metodologia simples pensada para potencializar o diálogo colaborativo sobre questões relevantes para um determinado objetivo. Deste modo, sendo uma estratégia descontraída e divertida, procura despertar a criatividade dos sujeitos com o objetivo de gerar ideias em conjunto. Brown e Isaacs (citados por Teza *et al.*, 2013) afirmam que esta estratégia encontra-se baseada em sete princípios: ter o objetivo bem claro; procurar ter um ambiente agradável; definir as perguntas-chave para iniciar a troca de ideias; incentivar a participação de todos os elementos; desafiar os sujeitos a conectar as várias ideias e transmiti-las no papel, quer através de palavras, quer de desenhos; praticar uma escuta ativa é essencial; partilhar e discutir as ideias mais significativas que surgiram durante o processo. Os jogos de dinamização de grupo foram usados como aquecimento, preparando o grupo para o desafio seguinte, acreditando que:

“jogos fornecem um nível base de estimulação capaz de ativar processos que permitem a tomada de consciência das dimensões intrapsíquicas e relacionais do funcionamento humano, e facilitando a aquisição de novos modos de pensar, sentir e relacionar-se com os outros” (Manes, 2014, p.6).

Nestas atividades, houve um total de 18 participantes (7 na primeira e 11 na segunda), todas mulheres pertencentes às diferentes equipas de profissionais do Lar.

²⁹ Apêndice G: Planificação da reunião “Eu e o lar: um olhar para a prática” I.

³⁰ Apêndice H: Registo da reunião “Eu e o lar: um olhar para a prática” I.

³¹ Apêndice I: Planificação da reunião “Eu e o lar: um olhar para a prática” II.

³² Apêndice J: Registo da reunião “Eu e o lar: um olhar para a prática” II.

Como resultado destes momentos, foram identificadas várias dificuldades que as colaboradoras enfrentam no seu dia-a-dia e identificadas necessidades³³; no entanto, o tema mais debatido foi a fragilidade dos relacionamentos entre colaboradoras. Como alguém externo ao Lar, não foi possível à investigadora detetar mau ambiente entre colaboradoras, o que revela que existe um esforço da parte de todas (ou pelo menos da maior parte) em não alimentar conflitos. Contudo, ao longo do tempo, aspetos como a falta de conhecimento do outro ou a falta de valorização de si próprio como elemento importante na equipa (dois dos aspetos debatidos nestas reuniões) foram-se revelando através de alguns comentários entre colaboradoras.

No que diz respeito à visão dos familiares/responsáveis, apesar de reconhecer a importância da voz deste grupo, não existiram muitas oportunidades para falar com o mesmo. No entanto, os poucos familiares/representantes que foi possível contactar mostraram-se satisfeitos com esta resposta social. Esta confiança no Lar veio a refletir-se no Inquérito de Satisfação que o LSP aplica todos os anos aos residentes e aos seus familiares/representantes³⁴. 90% dos familiares/representantes deram uma avaliação positiva ao Lar, traduzindo-se na avaliação “bom” (considerando uma escala de 0 a 100%, em que menos de 45% equivale a uma avaliação “não satisfatória”, entre 45% e 75% a uma avaliação “satisfatória” e mais de 75% a uma avaliação de “bom”)³⁵. A Diretora Técnica (pessoa responsável pela elaboração do questionário) salientou que na resposta a uma das questões, todos os familiares responderam que recomendariam o LSP a outras pessoas.

Um outro aspeto que também caracteriza o LSP é a abertura, o apoio e a paciência que se encontram nas várias equipas, começando pela equipa técnica, que não só fala de forma transparente do seu trabalho, como convida/permite a participação no mesmo. Isto é bem exemplificado pela Fisioterapeuta, que permite a

³³ Estas necessidades serão abordadas com maior pormenor no tópico 1.4.2 - Identificação e priorização das necessidades.

³⁴Anexo I: Inquérito de Avaliação da Satisfação dos residentes e familiares/representantes.

³⁵ Anexo J: Resultados do Inquérito de Satisfação de 2017.

ajuda de uma idosa que traz e leva outros idosos (que estão em cadeira de rodas ou andam a pé com apoio) para a sala de fisioterapia, ou pela Animadora Sociocultural, que incentiva a participação não só dos residentes nas várias atividades, mas também (quando possível) a participação das visitas. Não se pode deixar de referir a paciência e a abertura da equipa das Auxiliares de Ação Direta, que estiveram sempre prontas a explicar o seu trabalho e a ensinar tarefas simples como dar de comer ou transferir os idosos da cadeira de rodas para o sofá (ou vice-versa). Exemplo disto é uma situação em que uma ajudante de lar incentiva o familiar a dar o lanche ao idoso, mantendo-se por perto. Este espírito reflete-se também no esforço pela construção de bons relacionamentos com os residentes, assim como pela satisfação dos mesmos. A existência de uma higiene e de uma limpeza cuidada, tanto do espaço/edifício, como dos seus residentes, foi um aspeto mencionado tanto pelas colaboradoras, como pelos idosos e familiares/representantes. De facto, nota-se o esforço que o Lar faz para manter os espaços e os residentes asseados e evitar os maus cheiros. Um outro aspeto foi levantado pela D^a Rute (e mais tarde referido nas sessões de *world café*), referindo-se ao facto “de que aqui não me posso queixar. Temos tudo o que precisamos para trabalhar com os idosos. Não nos falta fraldas, luvas, aventais, toalhas e essas coisas. Antes sim, mas agora já não”, isto é, o facto de terem disponível todo o material necessário para a execução destas tarefas é algo valorizado pelas colaboradoras. Associada a esta apreciação, tanto residentes como colaboradoras valorizam o facto de o Lar ter muita oferta alimentícia.

1.4.1. Identificação e priorização das necessidades

A identificação de problemas e a sua priorização constitui um processo de extrema importância, pois é determinante para o rumo que o projeto tomará. Por

isso, deve ser cuidadosamente ponderado e minuciosamente elaborado. Unindo todos os dados recolhidos, as necessidades identificadas foram as seguintes³⁶.

Desde logo, a necessidade de envolvimento dos familiares/responsáveis, promovendo a inclusão dos mesmos nas rotinas do respetivo idoso. Esta necessidade, identificada pela Diretora Técnica, pela investigadora e pela D^a Rita, está associada à importância que os familiares (e amigos próximos) têm para a estabilidade do idoso. Um outro aspeto que se referiu quando se falou desta necessidade foi sobre os benefícios que haveria para os idosos que não têm visitas interagir com os familiares/responsáveis de outros residentes³⁷. Neste ponto é importante referir que embora poucos, já existem familiares/responsáveis, como a D^a Rita que, por iniciativa própria, procuram falar com vários idosos e, sempre que possível, envolvem-se nas atividades propostas pelo Lar com o seu parente, daí a necessidade de fazer um trabalho mais intencional nesta área e incentivar mais o envolvimento de outros familiares/responsáveis.

A necessidade de mobilização e desenvolvimento das competências e do sentimento de utilidade pessoal e social, através de um aumento da oferta de momentos que os favoreçam, surgiu, principalmente, da conversa com as idosas, mas ao longo do tempo foi reforçada por outros idosos através de conversas intencionais, pela Diretora Técnica e por familiares/responsáveis que partilharam conversas que tiveram com alguns residentes e acrescentaram que sentiam que seria importante desenvolver mais atividades que os beneficiassem. Esta necessidade surgiu do problema do sentimento de inutilidade que os idosos sentem pois, por várias razões, estão muito limitados para realizar tarefas que anteriormente faziam facilmente. Um outro aspeto aqui referido foi a ideia de que se houvesse uma

³⁶ Apêndice K: Tabela das necessidades com pormenores adicionais.

³⁷ A existência de idosos que não têm contacto com os familiares/responsáveis ou amigos não é referida no presente relatório, não porque não existam situações desta natureza, muito menos por ser considerada uma situação de pouca importância, mas porque, durante o tempo em que a interventora esteve presente no LSP, esta situação, embora real, não surgiu da parte dos idosos que aceitaram participar neste projeto.

animadora sociocultural a tempo inteiro (visto que existe um elevado número de residentes) poderiam ser feitas mais atividades e atividades possivelmente mais apelativas aos gostos e necessidades de outros residentes.

Uma outra necessidade identificada pelos residentes prende-se com a reconstrução de laços sociais, em virtude da respetiva quebra, resultando num sentimento de tristeza. Embora os idosos estejam, a maior parte das vezes, conformados com a sua situação e gostem do Lar, tal como é possível ver no tópico “Um novo Lar”³⁸, esta é uma das várias consequências da institucionalização e, como tal, deve ser considerada e trabalhada para ajudar a otimizar a condição e perspectivas da pessoa, de modo a viver este momento o melhor possível. Assim, é necessária a elaboração e concretização de um conjunto de estratégias para amenizar o sentimento de tristeza que pode resultar da institucionalização.

A seguinte necessidade, relativa à abertura de espaços de diálogo, partilha e discussão de ideias, esteve também patente nos discursos dos idosos e advém do problema da escassez de momentos de conversa e partilha das suas experiências. Através dos seus discursos, os idosos revelaram que sentem ter poucas oportunidades de falar sobre as suas experiências e que quando o fazem experimentam um sentimento de grande satisfação. O facto de haver vários idosos que se isolam nos seus quartos leva à necessidade de procurar compreender o porquê e, caso seja necessário, incentivar a quebra desse isolamento.

Associada à anterior, uma outra necessidade identificada pela investigadora foi a de criar novos espaços e formas de relação que promovam a tolerância e o respeito mútuo, através do reforço do interconhecimento. Isto porque em várias ocasiões foram observados conflitos entre as residentes, causados pela intolerância e, por vezes, pela incompreensão de que cada pessoa tem um processo evolutivo diferente, acrescentando um conjunto de características muito individualizadas.

³⁸ Apêndice B.

Quanto às colaboradoras do Lar, uma das necessidades identificadas pela Diretora Técnica e as próprias colaboradoras foi a de desenvolver o espírito de equipa, acompanhado de um maior conhecimento mútuo e apreciação pelo trabalho do outro. Esta necessidade surge no discurso destas intervenientes quando falam da falta de harmonia e de conhecimento umas face às outras, identificando como problema as relações fragilizadas entre colaboradoras.

Refletir e criar uma lista de materiais em falta, elaborar e concretizar um conjunto de estratégias para adquirir esses mesmos materiais constituem necessidades que despontam do discurso das colaboradoras, quando afirmam que a inexistência de alguns desses materiais (como carrinhos de apoio, a quantidade de pratos, copos e talheres necessária, entre outros) ou a existência de outros materiais bastante danificados que necessitam de renovação (como, por exemplo, alguns móveis) dificultam o trabalho que estas têm que exercer.

Uma outra necessidade identificada pelo grupo das colaboradoras e pela Diretora Técnica surge da escassez de trabalhadores e da consequente sobrecarga das mesmas; desta forma vê-se necessária uma reflexão sobre o número de funcionários, assim como a reorganização da distribuição de tarefas e rotinas.

Em reunião com a Diretora Técnica, refletindo e analisando as necessidades identificadas, concluiu-se que várias delas também se encontravam registadas na análise SWOT³⁹ elaborada no início do ano e usada como base para o plano anual, nomeadamente as que dizem respeito ao envolvimento dos familiares/responsáveis, à falta e necessidade de renovação de materiais e à escassez de trabalhadores. Esta aproximação entre a análise realizada pela Diretora Técnica e a que resultou deste projeto reflete o quão patentes são estas necessidades e, consequentemente, o quão importante é a criação de uma ação direcionada para as mesmas. Por outro lado, podemos ver que estas duas análises se completam, pois existem diferentes aspetos que não foram refletidos numa, mas tomaram o seu lugar na outra.

³⁹ Anexo K: Análise SWOT.

Após a identificação das necessidades, surge a vontade de agir em todas as áreas; contudo, é necessário fazer uma priorização das mesmas, de modo a realizar um trabalho estruturado e de qualidade. Para a priorização das necessidades anteriormente referidas foram tidos em conta os discursos de residentes e colaboradoras, assim como as propostas feitas pela Diretora Técnica e pela Mad. Nesta fase, os prazos estabelecidos para finalização do projeto também tiveram o seu peso, resultando, numa primeira fase, na exclusão da necessidade referente à escassez de materiais e de colaboradores, visto que são mais institucionais e o LSP tem procurado agir neste sentido, conforme lhe é possível pela direção da SCMAV.

A necessidade da constituição de novos espaços e formas de relação que promovam a tolerância e o respeito mútuo, através de um maior interconhecimento também foi excluída neste momento do processo, porque depois de uma observação mais cuidada e de estabelecer conversas intencionais sobre o assunto com a Mad, chegou-se à conclusão que essa incompreensão, existe de facto, mas que, na verdade, não constitui um problema para este grupo, pois, da mesma forma que o conflito surge entre os vários atores, os próprios o resolvem.

Relativamente às necessidades relativas ao isolamento de alguns idosos, à semelhança da necessidade anterior, após uma observação mais direcionada e de várias conversas com os mesmos e com as colaboradoras, a investigadora concluiu que, apesar de haver, de facto, idosos que se isolam nos seus quartos, saindo apenas quando necessário, isto não constitui necessariamente um problema. Depois das conversas com alguns destes idosos foi perceptível que é da preferência dos mesmos estarem nos quartos, porque é ali que se sentem bem, por várias razões (por exemplo, não gostam de muito barulho, não gostam de estar num sítio que tenha muitas pessoas, entre outros). Contudo, este grupo de pessoas não ficou “esquecido” e, ao longo do projeto, foram convidados a participar nas diversas atividades, à semelhança dos residentes que se encontravam nas diversas salas.

Neste momento de reflexão e análise para a priorização das necessidades, e à luz dos aspetos inicialmente indicados, concluiu-se que havia problemas que, não podendo ser trabalhados de forma organizada e individualizada, poderiam ser trabalhados de forma indireta através de outros. Por exemplo, o problema do baixo

envolvimento dos familiares/responsáveis nas dinâmicas e atividades do Lar e a falta de momentos de conversa e partilha entre idosos. Estes dois problemas e as necessidades associadas foram trabalhados através de dois dos problemas priorizados: o sentimento de inutilidade dos idosos e o sentimento de tristeza resultante do distanciamento dos espaços significativos para o mesmo. Este foi um dos assuntos mais presentes nos discursos dos residentes, identificado pela Mad, outros profissionais e familiares/representantes, não porque o Lar não tenha oferta de atividades ocupacionais, mas porque a oferta é pouca em relação à necessidade dos residentes. O segundo problema priorizado pelo desejo do Lar e dos residentes foi o de amenizar o sentimento de tristeza originado pela institucionalização e pelo distanciamento dos espaços significativos para os residentes.

Em relação às necessidades das colaboradoras foi priorizada, com base na frequência com que este problema surgia nos discursos das mesmas, a necessidade de desenvolver o espírito de equipa, um maior conhecimento mútuo e a apreciação do trabalho do outro. Como as colaboradoras afirmam que o relacionamento entre elas afeta também o bem-estar dos residentes, acredita-se que, ao trabalhar estas questões, está-se a contribuir, indiretamente, para a satisfação dos residentes do lar.

Em suma, o desenho do presente projeto incidirá nas necessidades: de mobilizar e desenvolver as competências e o sentimento de utilidade pessoal e social, através de uma maior oferta de momentos que a potenciem; de desenvolver contextos propícios à expressão individual e coletiva, através de estratégias que amenizem o sentimento de tristeza dos residentes; e de desenvolver o espírito de equipa, um maior conhecimento mútuo e a apreciação pelo trabalho do outro.

1.4.2.Potencialidades e recursos do Lar

As potencialidades são um ponto de reflexão essencial, pois abrem as portas para realização das ações do projeto; deste modo, é importante fazer um bom levantamento das mesmas⁴⁰.

A abertura da instituição a novas propostas e ideias e a vontade institucional de quebrar o preconceito de que “ser idoso é esperar morrer” revelaram-se as maiores potencialidades e facilitadores para o desenvolvimento do presente projeto.

Existiram, ainda, outros aspetos potenciadores para o projeto, sendo eles: o sentimento de pertença por parte de algumas idosas e trabalhadoras, que identificam o LSP como a sua segunda família; a própria estrutura do edifício, que, por ser arejado, com muita luz natural, transmite um bom ambiente e favorece o trabalho; a existência de um ambiente descontraído e positivo, que faz com que os sujeitos estejam mais dispostos a participar nas atividades; o conjunto de conhecimentos e experiências quer dos residentes, quer das colaboradoras, que enriquece as atividades; o gosto pelo diálogo por parte dos idosos, que contribui para o surgimento de mais momentos de partilha e em simultâneo de aprendizagem; a existência de alguns familiares/responsáveis que se mostram dispostos a conversar não apenas com os seus parentes, mas também com as pessoas que os rodeiam e, por vezes, participam nas atividades propostas pelo Lar; o bom relacionamento entre residentes e colaboradoras, que se revelou um grande potencial para o trabalho; por fim, a boa relação e comunicação entre os vários membros da equipa diretiva, que se revelou importante para o cruzamento de informações sobre cada um dos residentes e foi um elemento facilitador na execução das atividades.

⁴⁰ Apêndice L: Tabela das Potencialidades.

No respeitante aos recursos⁴¹ existentes, estes podem e devem ser divididos em dois grupos: os recursos humanos e os recursos materiais. Em relação aos recursos humanos, as idosas que participaram mais ativamente no projeto foram obviamente as grandes protagonistas; mais do que “recursos”, como é óbvio, elas foram o ponto de partida e de chegada de tudo o que se fez, constituindo também um elemento decisivo para o trabalho feito com as colaboradoras, através da sua disponibilidade e do gosto em estarem ocupadas; a Mad foi também um elemento muito importante para o projeto, pois abraçou este projeto, envolvendo-se e contribuindo com ideias, reflexões, materiais e partilhas da sua experiência; a equipa técnica, num segundo plano, tornou-se um recurso importante, quer para conhecer melhor os residentes, quer pelo seu envolvimento nas atividades direcionadas para as colaboradoras; um outro recurso importante para este projeto foi a D^a Rita e o seu envolvimento nas atividades, acompanhando a Sr^a Joana, sempre que podia, e contribuindo com o seu gosto de ajudar e com as suas opiniões sobre as atividades e como melhorá-las.

Relativamente aos recursos materiais, o espaço interior do edifício, com as suas várias salas, tornou-se facilitador para a execução de várias atividades, assim como a existência de um espaço exterior favorável à realização de atividades ao ar livre; o de o Lar disponibilizar os vários materiais de trabalhos manuais e também de jardinagem permitiu que as atividades ocorressem com maior qualidade e sucesso.

⁴¹ Apêndice M: Tabela de Recursos.

2. DESENHO DO PROJETO

Serrano (1997, p.16), em consonância com o refletido nos tópicos 1.4, 1.4.1, 2 e 2.1 da primeira parte deste relatório, afirma que um projeto desta natureza tem por base o desejo de mudança e de melhoria, ou seja, a transformação do contexto em causa. Dessa forma, um projeto na área social deve constituir-se como um “plano de trabalho” que tem como função “prever, orientar e preparar bem o caminho do que se vai fazer, para o seu posterior desenvolvimento”, visando atingir os objetivos definidos. Nesse sentido, será exposto em seguida o desenho do projeto, a descrição do seu desenvolvimento e, por fim, a sua avaliação⁴².

2.1. FINALIDADE

Sendo este um projeto realizado numa estrutura residencial para idosos, teve como principal foco o bem-estar dos residentes. Partindo deste princípio e tendo por base a análise de contexto anteriormente exposta, definiu-se como finalidade do projeto *promover o bem-estar dos residentes do Lar Soares Pereira, segundo os moldes de um envelhecimento bem-sucedido e ativo, através do seu envolvimento no processo da sua valorização pessoal e social, assim como da valorização do perfil e ação das colaboradoras.*

⁴² Para consultar o desenho do projeto de forma esquemática, ver o Apêndice N: Desenho do Projeto.

2.1.1. Objetivos, ações e atividades

Para uma melhor organização da informação, o presente tópico estará dividido nas três necessidades priorizadas, contendo cada uma delas os objetivos traçados, as ações programadas e as respectivas atividades.

Começando pela necessidade identificada pelas residentes e priorizada no quadro deste projeto, respeitante à mobilização e desenvolvimento das competências e do sentimento de utilidade pessoal e social, através do aumento da oferta de momentos que a possibilitem, surgiu como objetivo geral o seguinte:

OG1 – Envolver o idoso na conceção e participação em atividades ocupacionais significativas para si.

Por outras palavras, foi intuito deste projeto envolver os residentes na escolha de atividades ocupacionais desenvolvendo, como consequência, uma maior participação nas mesmas, por isso foram marcados como objetivos específicos os seguintes:

OE1.1 – Maior sentimento de utilidade da parte do idoso;

OE1.2 – Reconhecimento e prática das aptidões do idoso;

OE1.3 – Valorização das experiências vividas pelo idoso.

Foi, então, idealizada a Ação I, designada “Plant’ação” e dividida em três atividades: “Mãos à Obra”, “Mãos na terra” e “Encontro de Gerações”⁴³. Para esta ação previa-se a colaboração da Animadora Sociocultural e a utilização da sala de atividades, do espaço exterior do Lar, de material de trabalhos manuais e jardinagem. Como potencialidades, antecipou-se o gosto dos idosos para participar em atividades, o seu conjunto de saberes (muitos trabalharam grande parte da sua vida no campo) e a participação de alguns familiares/responsáveis. Relativamente aos constrangimentos, previu-se a possibilidade da evolução da doença ou até a variação da medicação afetar a vontade dos residentes em participar.

Em relação à necessidade de desenvolvimento de contextos propícios à

⁴³ No ponto 3.1 da segunda parte, esta ação e as respetivas atividades estão detalhadas.

expressão individual e coletiva, através de estratégias que amenizem o sentimento de tristeza dos residentes, causada pela mudança de residência e a distância a que estão de casa e dos ambientes familiares, surgiu como objetivo geral:

OG2 – Combater o sentimento de tristeza do idoso, através da desconstrução da ideia de institucionalização.

Desta forma, foram construídos como objetivos específicos:

OE2.1 – Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita;

OE2.2 – Criar espaços de partilha para o mesmo.

Gerando, então, a Ação II, “minha Casinha, meu Lar”, tendo como atividades “Vamos dar uma voltinha”, “Um olhar, uma fotografia”, “À distância de um clique” e a exposição “minha Casinha, meu Lar”⁴⁴. À semelhança da Ação I, a Ação II tinha como base um trabalho em equipa com a Mad. Relativamente aos recursos materiais, foi previsto o uso de um computador, da(s) viatura(s) do LSP, de materiais de trabalhos manuais, de uma máquina fotográfica, da sala de atividades e de um espaço do edifício para a exposição. As potencialidades identificadas foram o gosto dos idosos pelo diálogo e a participação de alguns familiares/responsáveis. Os constrangimentos identificados foram os mesmos que na Ação I.

Para a necessidade de desenvolvimento do espírito de equipa, de um maior conhecimento mútuo e da apreciação do trabalho do outro, na ótica de incentivar a harmonia entre colaboradoras, visto que foi identificado como causa a falta de valorização pessoal dos elementos pertencentes à equipa de colaboradores do LSP e a falta de conhecimento intergrupar, despontou como objetivo geral:

OG3 – Desenvolver a unidade entre colaboradoras, através da valorização pessoal e consolidação das relações interpessoais.

De modo a desenvolver este objetivo, foram traçados como objetivos específicos:

OE3.1 – Maior sentimento de valorização da colaboradora como elemento pertencente à equipa do LSP;

⁴⁴ No ponto 3.2 é explicada em maior detalhe esta ação e respetivas atividades.

OE3.2 – Reconhecer a existência de diferentes formas de estar, ser e fazer num olhar de inclusão e entreaajuda;

OE3.3. – Fortalecer as relações entre colegas, aumentando o conhecimento intragrupal;

OE3.4 – Ser capaz de dialogar adequadamente em situações de conflito e negociação.

Deste ponto, surgiu a Ação III, designada “Fazes a diferença”, com as atividades “Obrigada”; “2 dedos de conversa”; e “Quem sou eu?”⁴⁵. Aproveitando o facto dos residentes afirmarem várias vezes que, de modo geral, gostam da forma como são cuidados e das colaboradoras que lá trabalham, aqueles foram identificados como um valioso recurso para esta ação. O espaço interior do edifício e os materiais de trabalhos manuais foram os recursos materiais previstos para a realização destas atividades. O gosto dos idosos para participar em atividades, a boa relação entre idosos e colaboradoras e o desejo destas de melhorar as relações entre si, foram identificados como fortes potencializadores da Ação III. Por outro lado, o cansaço das colaboradoras podia ser um constrangimento ao desenvolvimento da ação.

2.1.2. Indicadores de avaliação

Como indicadores de avaliação quantitativos, foram definidos o número de participantes no projeto e o número de participantes por atividade. Os indicadores de avaliação qualitativos foram divididos em três grupos, direcionados para idosos, colaboradoras e para a apreciação transversal do projeto. Os indicadores referentes aos idosos foram: a alteração para discursos mais positivos; o reconhecimento das suas próprias capacidades e potencialidades; a capacidade de iniciativa; a valorização

⁴⁵ No ponto 3.3 é explicada em maior detalhe esta ação e respetivas atividades.

pessoal; a satisfação pessoal; e a alteração da postura em relação a si mesmos. Em relação às colaboradoras, definiram-se como indicadores a qualidade da interação entre colaboradoras; a compreensão, aceitação e respeito grupal; o fortalecimento das relações do grupo; e o sentimento de valorização no trabalho. Por fim, no respeitante à avaliação transversal do projeto, teve-se em atenção a pertinência das ações e atividades; a perceção dos participantes em relação a todo o processo; o interesse dos participantes; o envolvimento dos participantes ao longo de todo o projeto; e o reconhecimento e valorização do impacto da participação.

Como instrumentos de avaliação, foram usados as conversas intencionais; os registos das atividades; as reflexões sobre a atividade assim como a ponderação da validade e pertinência da mesma; e a atividade de avaliação final.

2.2.AVALIAÇÃO DE ENTRADA

Nesta fase do processo, é importante avaliar o desenho de projeto para perceber se o mesmo vai ao encontro da finalidade desejada e do cenário encontrado no contexto, de modo a proceder-se a ajustes, caso necessário. Foi o que aconteceu neste projeto, já que, depois de ponderar sobre o desenho do projeto, a interventora notou que, apesar do desejo que tinha de fazer um grupo de discussão para trabalhar as necessidades referentes às colaboradoras, ficou claro que este seria inviável. A carga horária das colaboradoras, juntamente com o tempo limitado da interventora no Lar, obrigou a uma reestruturação das atividades na Ação III. Assim, as atividades foram reajustadas, de modo a serem mais leves, rápidas e simples, ainda que naturalmente decorressem limitações para a concretização dos objetivos propostos.

Em relação aos objetivos específicos também foi necessária uma reavaliação; como resultado, foi retirado o objetivo referente ao diálogo adequado em situação de conflito e negociação. Apesar ser considerado um aspeto importante a trabalhar, face às condições contextuais, foi previsto (e, posteriormente, confirmado) que não seria possível trabalhar esta questão de forma aprofundada de modo a ser benéfica

para o grupo. Por outro lado, caso este aspeto fosse mal trabalhado, devido à delicadeza natural dos assuntos que envolvem conflitos, poderia vir a ser destrutivo para o grupo, alcançando assim um resultado contrário ao desejado. Assim, relativamente às necessidades de desenvolvimento de um espírito de equipa, de um maior conhecimento mútuo e da apreciação pelo trabalho do outro ficaram definidos apenas três objetivos específicos: maior sentimento e valorização da colaboradora como elemento pertencente à equipa do LSP; reconhecer a existência de diferentes formas de estar, ser e fazer num olhar de inclusão e entreajuda; fortalecer as relações entre colegas, aumentando o conhecimento intragrupal.

Quanto à necessidade do desenvolvimento de contextos propícios à expressão individual e coletiva, através de estratégias que amenizem o sentimento de tristeza dos residentes, no respeitante à atividade “Vamos dar uma voltinha”, surgiu um novo constrangimento relativamente à dificuldade na deslocação dos idosos, pois são muitos e, por isso, a planificação desta atividade teve de ser feita de forma mais cuidada para que todos os que desejassem participar pudessem fazê-lo.

A atividade “Plant’ação” também sofreu um ajuste, mas por uma boa razão. Inicialmente tinha sido proposta a reconstrução da horta, visto que as idosas mostraram esse desejo. No entanto, o Lar já tinha um acordo com outras valências da SCMAV, que planeava iniciar a ação “Horta Solidária”. Foi uma excelente oportunidade, pois a iniciativa ia ao encontro dos objetivos do projeto e ainda proporcionava contacto com pessoas exteriores ao Lar.

Após estes ajustes, o projeto estava pronto para avançar, pese embora que, apesar da estabilização do desenho do projeto, este deve ser flexível para que ocorram novas avaliações durante o processo e, se necessário, novos reajustes.

3. DESENVOLVIMENTO DO PROJETO E AVALIAÇÃO DO PROCESSO

Neste próximo ponto, serão aprofundados os relatos das três ações e, em simultâneo, serão relatados os resultados das avaliações feitas durante o projeto, pois acreditamos que um projeto desta natureza é dinâmico e é importante que ele seja o mais realista possível e em todos os momentos adequado à realidade.

É importante referir que este projeto, apesar de, inicialmente, organizar a sua intervenção em três ações, foi visto, desde sempre, como um todo; deste modo, atividades houve que se desenvolveram, de forma intencional, em segundo plano, direcionando-se para a concretização de objetivos correspondentes a outras ações⁴⁶.

3.1. AÇÃO I: PLANT'AÇÃO⁴⁷

A Ação I surgiu da reunião “Eu e o Lar”⁴⁸ feita com as idosas, em que elas revelaram que, se tivessem poder para mudar qualquer coisa no Lar, fariam uma horta e um jardim (entre outras coisas). Este desejo foi reforçado pela falta que sentem de pôr as mãos na terra, como faziam antes. O nome surgiu pela natureza desta ação – “Plant’”, porque esta é uma ação centrada na horta e na jardinagem, e “ação”, que remete para o movimento, no sentido de mobilizar os conhecimentos que estas mulheres têm sobre a terra. Como já foi referido, esta ação foi dividida em três atividades: “Mãos à obra”, “Mãos na terra” e “Encontro de Gerações”.

⁴⁶ Apêndice O: Quadro de relação objetivo – atividade.

⁴⁷ Apêndice P: Esquema da ação I – Plant’ação.

⁴⁸ Apêndice E.

A atividade “Mãos à Obra”⁴⁹ consistiu na elaboração de cinco centros de mesa, seis placas de identificação de plantas/flores e na criação de broches para oferta.

Os primeiros produtos que foram elaborados nesta atividade foram cinco flores para enfeitar as mesas da esplanada⁵⁰. A flor foi escolhida em conjunto com a Mad e com as idosas. As flores foram elaboradas com colheres de plástico, que o grupo teve que pintar, cortar e colar. Esta foi a primeira atividade do projeto a ser realizada e foi notória a dificuldade que estas mulheres tinham em fazer as suas próprias escolhas, como, por exemplo, a cor que iriam usar, procurando sempre a aprovação da interventora. Contudo, quando viram as flores na esplanada sentiram-se satisfeitas com o seu trabalho exclamando várias vezes “Ficaram muito giros” (D^a Rosa) e “A esplanada ficou mais bonita” (D^a Maria dos Prazeres). Nesta atividade, conclui-se que o facto do grupo de idosas ter o momento ocupado contribuiu, por si só, para que se sentissem satisfeitas; no entanto, este sentimento de satisfação cresceu quando se entreajudaram para atingirem o mesmo objetivo, podendo pôr em prática o gosto que têm em construir peças e pintar. Enquanto o faziam, notou-se uma evolução: no início, até para fazer uma simples escolha de cores dependiam de quem organizava a atividade, mas no fim conseguiam expressar os seus gostos indo além do que lhes era pedido e misturando outras cores nas pétalas, por exemplo. Desta forma, considera-se que esta atividade contribuiu para alcançar os objetivos inicialmente propostos.

O segundo momento⁵¹ consistiu na criação de seis placas de identificação de plantas/flores. Para as fazer, foi necessário pintar espátulas de madeira e depois colar as espátulas e as placas de ardósia. Tal como na atividade anterior, a imagem das placas foi escolhida em conjunto com a Mad, e aprovada pelas idosas. Esta foi

⁴⁹ Nome dado pela própria instituição para atividades de trabalhos manuais; como já era familiar, decidiu-se adotar o mesmo nome para estas atividades.

⁵⁰ Apêndice Q: Planificação e registo da atividade “Mãos à Obra” – confeção de flores para a esplanada.

⁵¹ Apêndice R: Planificação e registo da atividade Mãos à Obra – confeção das placas de identificação.

uma atividade mais simples para o grupo, que a desenvolveu com relativa facilidade. No entanto, não deixou de ser significativa, ao verem as suas placas serem usadas.

O terceiro momento⁵² foi a construção de 40 broches em forma de flor para oferecer na tarde de Jardinagem. Para tal, as idosas tiveram que cortar as flores, pintar as cortiças e colar os alfinetes. Durante esta atividade foi relevante o facto do grupo continuar a atividade sem a presença da interventora (algo que já se tinha falado e que as idosas sempre responderam “não fazemos nada sem a D^a Aninha e sem a Mad” – D^a Rosa). Fazendo uma apreciação geral desta atividade, pensa-se que foi benéfica para as idosas e que contribuiu para os objetivos propostos. O facto das participantes terem ficado sozinhas e começarem a dar a sua opinião sobre como melhorar o que estavam a fazer constituiu um avanço significativo para que as idosas venham a ocupar o seu tempo livre quando a animadora não está. Contudo, neste aspeto, ainda existe claramente um percurso a ser percorrido.

A atividade “Mãos na Terra” também se encontrava dividida em dois momentos – a “horta solidária” e a “tarde de jardinagem”.

Aproveitando a iniciativa da Horta Solidária⁵³, dirigida por uma das valências da SCMAV referente à área da Infância, Juventude e Educação, a interventora acompanhou as idosas às atividades realizadas pela mesma. Esta atividade revelou-se muito benéfica, porque as idosas puderam conhecer pessoas exteriores ao Lar, visto que nesta atividade foram envolvidos participantes da valência que a coordenava, do LSP e do outro lar de idosos também pertencente à SCMAV. Esta iniciativa encaixou-se muito bem no presente projeto, pois foi ao encontro do que as idosas gostam, responde ao desejo que revelaram de sair mais para o exterior e tem o acréscimo de criar laços de amizade com outras pessoas exteriores ao LSP. Contudo, nesta atividade, surgiu um constrangimento: se, por um lado, os residentes revelam nos seus discursos o desejo de passear mais e de sair do interior do edifício, verificou-se

⁵² Apêndice S: Planificação e registo da atividade Mãos à Obra – confeção dos broches em forma de flor.

⁵³ Apêndice T: Registo da atividade Mãos na Terra – Horta Solidária.

que os mesmos residentes se revelaram bastante resistentes às propostas de atividades realizadas no exterior do edifício, apresentando várias razões que levavam à resistência em sair do edifício, e perante as respetivas propostas de solução, mesmo assim poucos foram os que aceitaram sair. Uma outra dificuldade que surgiu nesta atividade foi o facto de todas as idosas que participaram irem em cadeira de rodas. Por vezes, havia colaboradoras que ajudavam na deslocação; contudo, a maior parte das vezes essa tarefa ficava apenas para a interventora. Esta situação fez refletir sobre a dificuldade que a Mad enfrenta ao querer descolocar vários idosos para o espaço exterior, pois os que não vão na cadeira de rodas também precisam de apoio na deslocação, o que acaba por ser bastante complicado para uma só pessoa, visto que tem que apoiar um a um e garantir a segurança de todos.

O segundo momento da atividade “Mãos na Terra” prendeu-se com a “Tarde de Jardinagem”⁵⁴, que foi um momento planeado em conjunto com o grupo de idosas e a Mad, com a ideia de limpar os canteiros que se encontram no espaço exterior do edifício junto à porta principal. Para este momento foram convidadas as colaboradoras, familiares/responsáveis e outros idosos do Lar, para estarem presentes e eventualmente participarem também. Este momento teve o ponto negativo da não participação das colaboradoras; no entanto, em momento de reflexão, foi possível colocar a hipótese de esta situação se dever ao facto da interventora não ter sido tão ativa quanto deveria em incentivar a participação das colaboradoras, nem que fosse por poucos minutos (pois acredita-se que, com o incentivo certo, seria possível a participação de algumas colaboradoras). No entanto, esta atividade teve pontos fortes, como o facto de as Auxiliares de Ação Direta terem-se tornado (por iniciativa própria) agentes importantes para incentivar a participação dos idosos nesta tarde; visto que a atividade seria no exterior, grande parte dos idosos não quiseram participar, mas com o incentivo das Auxiliares de Ação Direta tivemos a participação de quatro idosos que não o costumam fazer. Um outro

⁵⁴ Apêndice U: Planificação e registo da atividade Mãos na Terra – Tarde de jardinagem.

aspecto positivo foi a participação da D^a Rita e do seu filho Miguel, tornando este momento mais prazeroso para a Sr^a Joana. Esta participação abriu portas para a reflexão sobre a importância do envolvimento dos familiares/responsáveis nas atividades com os seus parentes. O facto de estes terem participado nesta atividade fez ainda com que o Miguel olhasse para o Lar como um sítio agradável e não simplesmente como uma “seca”, como foi referido no discurso entre a mãe e o filho: “Então, diz lá, ainda achas uma seca vir cá?” (D^a Rita). “Não” (Miguel).

Um outro aspecto positivo foi o lanche na esplanada e a distribuição dos brindes que este grupo de mulheres fez. O facto de todas as pessoas terem gostado dos broches e de muitas se terem dirigido às idosas, à Mad ou à interventora a pedir (mesmo quando já não havia mais flores), fez com que as idosas sentissem o seu trabalho valorizado e, por consequência, sentiram-se satisfeitas pelo que realizaram.

A última atividade desta ação, o “Encontro de Gerações”⁵⁵, teve lugar durante um dia inteiro em que um grupo de 28 jovens voluntários ao projeto “Jovens por Jesus” foi ao Lar passar o dia com os idosos. Nesta atividade, também surgiu como ponto negativo a não participação dos residentes durante a parte da manhã. Apesar do entusiasmo demonstrado com a ideia de participar nesta tarefa com os jovens, no próprio dia nenhum quis participar, fazendo com que os jovens tratassem da parte da manutenção do jardim sozinhos. Posto isto, houve, não obstante, pontos bastante positivos: durante o almoço, alguns jovens foram tocar música enquanto os residentes almoçavam e este ato fez com que os mesmos notassem que este grupo de jovens estava lá para eles e acredita-se que isso abriu portas para a participação na atividade da tarde. Um segundo aspecto positivo foi a divisão da tarde em duas atividades, uma preparada pelos residentes com o apoio da Mad, e outra preparada pelos jovens com o apoio da interventora; desta forma, os dois grupos partilharam o que gostam de fazer e ao mesmo tempo sentiram-se mais envolvidos nesta atividade. Um terceiro ponto positivo foi o facto do Lar ter convidado o outro lar da

⁵⁵ Apêndice V: Planificação e registo da atividade Encontro de Gerações.

SCMAV para a participação na tarde; assim, não só beneficiaram esses idosos, como permitiram que fortalecessem laços de amizade entre os residentes dos dois lares.

De modo geral, pensa-se que esta ação, através das suas atividades, contribuiu para que o grupo de idosos que participaram se sentissem mais úteis e valorizados, assim como permitiu que surgissem espaços em que os mesmos puderam não só aprender tarefas novas, como também partilhar o que já sabiam fazer, sentindo-se mais à vontade para expressar o que sentem perante as diversas situações.

3.2. AÇÃO II: MINHA CASINHA, MEU LAR⁵⁶

A Ação II, denominada “Minha Casinha, meu Lar”, tinha como ideia principal desmitificar a ideia de institucionalização, através da identificação e reconhecimento de espaços significativos na nova residência; assim, “Minha Casinha” aludia à residência anterior e “meu Lar” fazia alusão à sua nova residência. Esta ação seria composta pelas atividades: “Vamos dar uma voltinha”⁵⁷; “Um olhar, uma fotografia”⁵⁸; “Minha Casinha, meu Lar – exposição”⁵⁹; e “À distância de um clique”⁶⁰. Infelizmente, esta ação sofreu três imprevistos que impossibilitaram a sua realização.

O primeiro imprevisto foi o facto da carrinha do LSP se ter avariado. Como há pouco tempo atrás outro veículo do Lar também se tinha avariado, a instituição ficou apenas com os veículos necessários para o trabalho básico (como idas a consultas e trabalho das colaboradoras) e, quando indispensável, é usada uma carrinha que se encontra ao serviço da SCMAV. O constrangimento dessa carrinha é que está ao serviço de toda a instituição, impossibilitando, assim, a deslocação dos idosos para a

⁵⁶ Apêndice W: Esquema da ação II – minha Casinha, meu Lar.

⁵⁷ Apêndice X: Planificação da atividade “Vamos dar uma voltinha”.

⁵⁸ Apêndice Y: Planificação da atividade “Um olhar, uma fotografia”.

⁵⁹ Apêndice Z: Planificação da atividade “Minha Casinha, meu Lar – a exposição”.

⁶⁰ Apêndice AA: Planificação da atividade “À distância de um clique”.

atividade “Vamos dar uma voltinha”. O impedimento da concretização desta atividade conduziu ao cancelamento da atividade “Um olhar, uma fotografia”, visto que esta se baseava na execução de registos fotográficos dos lugares significativos dos residentes nas suas freguesias e no LSP. Devido à não realização das atividades anteriores, também não foi possível a execução da atividade “Minha casinha, meu Lar – a exposição”, já que seria uma exposição realizada pelas participantes, retratando os seus pensamentos em relação aos lugares registados (e exibindo as fotografias por elas tiradas). Embora tenham sido procuradas soluções alternativas (em conversas com a Mad, a Eva e a Dr^a Sara), não foi encontrada nenhuma exequível, tendo em conta os aspetos cronológicos e logísticos da atividade.

Quanto à atividade “À distância de um clique”, idealizada para encurtar as distâncias entre familiares/responsáveis e residentes (principalmente os que se encontram longe, visto que muitos têm parentes que vivem no estrangeiro), através da realização de videochamadas via Skype, também foi cancelada, pois a aquisição do computador não foi possível a tempo da realização desta atividade. Por outro lado, existiram passos importantes que deviam ser tomados, para o início da mesma, como o contacto com os familiares/responsáveis (sendo decidido que esta tarefa estaria à responsabilidade da Diretora Técnica) que não foi possível concluir.

Em jeito de reflexão crítica, pode afirmar-se que, apesar das tentativas de elaboração de outras atividades, embora mais simples, para a concretização do objetivo tenham sido pensadas e debatidas com a Mad, o facto de o projeto ter sido iniciado tarde, a necessidade do cumprimento dos prazos determinados pelo curso do ano letivo, e a necessidade de conseguir um equilíbrio de tempo para exercer a atividade profissional da investigadora foram fatores determinantes para o impedimento da concretização deste objetivo ao qual este projeto se propôs. Acredita-se que, com mais tempo, teria sido possível encontrar outros meios e outras formas para a concretização desta ação. No entanto, não se pode deixar de ponderar que este acontecimento pode ter sido resultado de uma avaliação de entrada menos realista, visto que talvez fosse possível a previsão destes constrangimentos e, como consequência, reformular adequadamente e atempadamente o desenho do projeto.

3.3. AÇÃO III: FAZES A DIFERENÇA⁶¹

A Ação III foi intitulada “Fazes a diferença”, pois teve como base a consciencialização do valor que cada colaboradora pode ter como elemento pertencente à equipa do LSP, assim como a necessidade de haver uma consolidação das relações entre colegas, aumentando o conhecimento intragrupal. Pensa-se que esta ação teve uma dupla relevância, pois tanto as colaboradoras como a interventora acreditaram que, ao trabalhar as relações fragilizadas entre colaboradoras, existiria um contributo indireto para o bem-estar dos residentes, em virtude da maior motivação e disposição para a realização das tarefas.

Assim, a presente ação foi centrada no trabalho com as colaboradoras, apesar de as idosas terem sido também envolvidas na realização de algumas atividades. A ação dividiu-se em três atividades: “Obrigado”; “2 dedos de conversa”; e “Quem sou eu?”.

A primeira atividade, “Obrigado”⁶², surgiu do discurso dos residentes, quando, ao serem questionados sobre o Lar, responderam: “Gosto da forma como sou tratada aqui no Lar” (D^a Rosinda); “Elas [referência às colaboradoras] são simpáticas comigo” (D^a Maria dos Prazeres); “Não tenho razão de queixa delas [referência às colaboradoras], nem elas de mim” (D^a Rosa); e “Elas [referência às colaboradoras] ajudam-me quando preciso” (Sr^a Joana). Esta ideia foi reforçada na reunião “Eu e o Lar”, quando as idosas escolheram registar na cartolina “Gosto”: gosto da “limpeza” e gosto “das pessoas”⁶³. Aproveitando a boa relação entre residentes e colaboradoras, juntamente com a necessidade de valorização das mesmas, surgiu a ideia de criar um postal onde se colocariam os aspetos mencionados pelos idosos em relação às trabalhadoras. Foi necessário fazer 42 cartões com mensagens especificamente direcionadas para as colaboradoras, em representação dos residentes do Lar e realizar a confeção de 42 lembranças. Nesta atividade, surgiram

⁶¹ Apêndice AB: Esquema da ação III – “Fazes a diferença”.

⁶² Apêndice AC Planificação e registo da atividade “Obrigado”.

⁶³ Para recordar, ver o Apêndice E: Registo da reunião “Eu e o Lar”.

aspectos interessantes, como a questão da manutenção do segredo. Em tom de brincadeira, a interventora transformou a elaboração das lembranças num segredo, ou seja, apesar de as tarefas serem realizadas na sala de atividades, na qual qualquer colaboradora que passasse via o que estava a ser feito, sempre que perguntavam o que estava a ser feito, ninguém dizia o que era (o facto de as colaboradoras perguntarem o que se está a fazer é bastante comum e, normalmente, o grupo responde explicando a sua tarefa). Nesta simples brincadeira, tanto as mulheres mais velhas que estavam a elaborar a atividade, como os idosos que estavam à volta a assistir não revelaram o “segredo” e esta situação chamou a atenção de várias colaboradoras que, no fim da atividade, revelaram à investigadora: “Não sei como fizeste. Elas [referência às idosas], normalmente, não guardam segredo nenhum, e desta vez não disseram nadinha” (disse Eva, sendo o discurso semelhante ao de algumas Auxiliares de Ação Direta). Em reflexão, pode levantar-se a hipótese das idosas sentirem esta atividade como sua e também como algo importante para as colaboradoras, pelo que se esforçaram para dar o seu melhor e, por outro lado, revelando comprometimento entre os elementos do grupo e os que estavam à volta na realização desta tarefa. Outro aspeto interessante nesta atividade foi a tarefa da escrita; para esta atividade, foi necessária a criação dos postais, a escolha das mensagens e a escrita propriamente dita. Nem todas as idosas estavam dispostas a escrever; na verdade, apenas a Sr^a Joana queria escrever, mas, visto que eram 42 postais, deveriam ser escritos por várias pessoas. As próprias senhoras acabaram por dividir as tarefas entre si, a D^a Maria dos Prazeres tratava da elaboração dos postais, a Sr^a Joana escreveu a mensagem para as Trabalhadoras Auxiliares e para as Auxiliares de Ação Direta (pois eram mais) e a D^a Rosa para a equipa técnica. Visto que a D^a Rosa pouco frequentou a escola, e como ela afirma “Eu aprendi as letras e os números com as minhas filhas”, teve mais dificuldades na escrita; contudo, apesar de uma certa resistência inicial, escreveu os postais, ficando particularmente orgulhosa quando as colaboradoras leram o seu texto e agradeceram as palavras nele escritas.

Um outro aspeto interessante foi a grande satisfação que estas mulheres sentiram ao entregar as lembranças, como a D^a Maria dos Prazeres afirmou: “Eu

fiquei feliz só de vê-las a sorrir”. Esta atividade (tal como as anteriormente expostas) realizada por este grupo de mulheres mais velhas provou que, mesmo com todas as suas limitações, os residentes não têm que ser agentes passivos num lar, estando lá apenas à espera da morte. Muito pelo contrário, os idosos têm muitas capacidades, ideias e oportunidades a serem exploradas e até com a possibilidade de canalizar esses aspetos para um trabalho de intervenção com a equipa de trabalhadores do respetivo lar. Por outras palavras, os mais velhos têm um grande potencial para se tornarem agentes de mudança dentro do próprio lar, instituição que tem dinâmicas e rotinas muito próprias e que inclusivamente pode revelar-se um espaço de certa rotinização e burocratização do trabalho diário.

A atividade “2 dedos de conversa” foi idealizada para incentivar o convívio entre as colaboradoras, no sentido de fortalecer as relações existentes entre colegas, assim como aumentar o conhecimento intergrupar. Desta forma, seria esperado aproveitar-se as atividades como a “Tarde de jardinagem”, a “Minha Casinha, meu Lar – exposição” e usar a “festa de despedida” da investigadora como “pretexto” para um maior conhecimento e fortalecimento das relações profissionais entre colaboradoras. No entanto, esta atividade não foi tão bem-sucedida como se desejaria, visto que não houve grande participação na “Tarde jardinagem”, devido aos aspetos já explorados no ponto 5.1 da segunda parte do relatório e a atividade “Minha Casinha, meu Lar - exposição” foi cancelada pelas razões registadas no ponto 5.2 da mesma parte do relatório. Assim, apenas houve uma maior participação das colaboradoras na “festa de despedida” da interventora realizada no refeitório do Lar, na qual que se festejou também o aniversário da filha da Diretora Técnica, juntando, desta forma, todas as colaboradoras de serviço num momento de descontração e alegria.

Na atividade “Quem sou eu?”⁶⁴, foi feito o desafio às colaboradoras de participares no tradicional jogo do amigo secreto; contudo, este seria mais complexo, visto que durante um mês teriam que concretizar quatro desafios. Ao longo da

⁶⁴ Apêndice AD: Planificação e registo da atividade “Quem sou eu?”.

planificação desta atividade, pelos discursos de algumas colaboradoras, pensava-se que esta não teria muito sucesso, pois não seria de cariz obrigatório nem traria “nenhuma vantagem” a nível profissional (como, por exemplo, horas de formação ou algum benefício do género). No entanto, este jogo revelou-se surpreendente, não só pelo número de inscrições, como também pelo entusiasmo e o impacto que ele causou. Tendo desafios como “escreve uma carta em que mencionas cinco qualidades da pessoa que te calhou”; “‘Quem sou eu?’ – Vamos ver o quanto a tua amiga conhece os idosos. Elabora algumas adivinhas para ver se a tua amiga sabe de quem estás a falar”; “Quem é que não gosta de surpresas? Prepara uma surpresa para a tua amiga”; e “Faz um postal em que comentas o que aprecias na forma de trabalho da tua amiga”, esta atividade levou as colaboradoras a centrar-se no aprofundamento do conhecimento da colega que lhes calhou, focando o seu olhar nas qualidades e no potencial da mesma. Por outro lado, várias colaboradoras ficaram muito surpreendidas com as cartas recebidas, e mais ainda depois de descobrirem quem as escreveu, pois não estavam à espera que vissem tais qualidades em si, nem que valorizassem o seu trabalho. Segundo o testemunho de várias colaboradoras, este jogo simples também ocupou mais o tempo de conversa entre colegas, pois andavam empenhadas na sua “investigação” para tentarem descobrir quem escrevia a quem e, como consequência, a participação na iniciativa acabou por aprofundar o conhecimento entre o grupo e fortalecer os relacionamentos entre estas mulheres.

No entanto, houve um grande constrangimento nesta atividade, que afetou uma perceção mais realista. O facto de a interventora estar, durante o mês de Julho (por motivos profissionais), 24h/dia, 7 dias/semana, na direção de um acantonamento de jovens realizado numa das freguesias de Arcos de Valdevez, fez que não tivesse muito tempo disponível para permanecer no Lar e fazer um acompanhamento mais próximo desta atividade; como tal, as apreciações aqui registadas têm como base essencialmente os discursos das colaboradoras, juntamente com os resultados (do pouco tempo) da observação feita pela interventora.

Contudo, discursos como “Esta atividade foi como a outra que a menina fez [referência ao *world café*]. No início, estava com receio, mas depois gostei muito.

Uma pessoa não tem por costume fazer estas coisas e é muito bom. Por mim continuava” (D^a Cláudia), e “Eu não sabia que ela via isto em mim. A minha amiga surpreendeu-me muito” (D^a Rute), revelam que esta atividade foi um sucesso, pois contribuiu para que as colaboradoras se sentissem valorizadas, descobrissem a existência de novas formas de fazer, estar e pensar de outras colegas e, sem dúvida, veio a fortalecer as relações entre colegas, aumentando o conhecimento intragrupal. Este jogo foi tão bem aceite pelas colaboradoras que estas ponderam realizá-lo futuramente.

3.4.SÍNTESE AVALIATIVA

De modo a fazer uma síntese avaliativa das três ações registadas, pode dizer-se que, apesar dos constrangimentos que condicionaram o desenrolar do projeto, e que contribuíram para o cancelamento da Ação II, de modo geral, cada atividade contribuiu para os objetivos a que se tinha proposto. No entanto, é impossível deixar de notar que este projeto foi um momento de aprendizagem para todos os envolvidos. O grupo de idosas pôde aprender que, mesmo com todas as suas perdas percebidas, têm um conjunto de capacidades que pode fazer a diferença no outro e para tornarem, por si mesmas, os seus dias mais animados e ocupados. Para o grupo de colaboradoras, foi um momento de tomada de consciência de que cada uma delas é importante para a realização e organização do Lar, tendo cada uma o direito de se sentir valorizada pela função que executa. E, naturalmente, foi um processo significativo para a interventora, visto que este projeto se insere no seu percurso académico e permitiu perceber que não é possível pretender ser um agente de transformação de um contexto sem permitir que o próprio contexto nos transforme.

4. AVALIAÇÃO DE RESULTADOS E APRECIÇÃO GLOBAL DO DESENVOLVIMENTO DO PROJETO

Neste tópico, será apresentada a avaliação dos resultados do projeto, bem como uma reflexão global sobre o desenvolvimento do mesmo, tendo por base os registos das reflexões sobre cada atividade, a atividade de avaliação final das participantes e, por fim, o resultado da reflexão avaliativa da interventora como participante e facilitadora deste projeto. Para uma melhor organização, o ponto encontra-se dividido em três categorias, tal como o ponto 2.1.2 da segunda parte do relatório: uma primeira apreciação de indicadores referentes ao grupo das residentes; uma segunda apreciação de indicadores referentes ao grupo das colaboradoras; e, por fim, uma terceira apreciação de indicadores referentes ao projeto como um todo⁶⁵.

Em relação ao grupo das residentes, vale a pena lembrar que a intervenção previa dois objetivos gerais: o primeiro referente ao seu envolvimento na conceção e na participação efetiva nas atividades ocupacionais; e o segundo relativo aos efeitos da institucionalização e ao corte social a que, em boa medida, estas pessoas foram sujeitas. Importa referir que a impossibilidade da realização da Ação II trouxe como consequência a não concretização do último objetivo geral. Por outro lado, através da atividade de avaliação⁶⁶ realizada no último dia, ficaram patentes os avanços em relação ao envolvimento das idosas na preparação, desenvolvimento e participação nas atividades, conforme o proposto. Nesta atividade, foram distribuídos a cada idosa um círculo vermelho, um amarelo e um verde, realizando-se, em seguida, várias perguntas sobre a forma como cada uma delas viveu e sentiu o projeto. Segue-se um apanhado das respostas às questões. Antes, porém, é necessária uma breve reflexão, pois a interventora considera que estas podem apresentar o viés

⁶⁵ Não consta a apreciação da D^a Rita, por impossibilidade de a contactar para o efeito.

⁶⁶ Apêndice AF: Planificação e registo da reunião avaliativa – residentes.

decorrente do desejo manifesto que as idosas revelaram de ajudar ao sucesso do presente trabalho. Se, por um lado, este facto é positivo, revelando as virtualidades da presença próxima e atenta junto destas pessoas, por outro lado, limita alguma objetividade da avaliação, dado que, como muitas vezes se ouviu, “foi tudo muito, bom. Gostamos muito da D^a Aninha”. Claro que não está em causa a veracidade das respostas em relação às questões colocadas, mas não podemos deixar de levantar a questão de até que ponto é que cada idosa sentiu e viveu o que afirmou ou se o que afirmou foi também influenciado pela empatia sentida em relação à interventora.

Feita esta nota, pode dizer-se que as idosas responderam de forma bastante positiva em relação aos cinco pontos de avaliação colocados de acordo com os objetivos de trabalho inicialmente propostos, mostrando-se satisfeitas com o trabalho realizado. A esta apreciação podem ser adicionados os elementos avaliativos recolhidos ao longo do processo, permitindo as seguintes conclusões:

- Importa, desde já, assumir as limitações de um projeto desta natureza, realizado num curto espaço de tempo, acarreta. Estamos, com efeito, a tratar questões profundas, que não podem ser trabalhadas só com o “preencher de horas vazias”.

- O processo possibilitou o aumento do sentimento de utilidade das participantes. O facto de não apenas participarem na atividade proposta, mas também na escolha do modo e da finalidade a alcançar fez com que as idosas sentissem que o seu contributo é importante e significativo.

- Em consequência do aspeto anteriormente referido, houve um reconhecimento maior das suas aptidões próprias e a aquisição de novas aprendizagens, como a que decorreu da utilização de novos materiais, novas técnicas e processos.

- Verificou-se também, ao longo do processo, um crescente sentimento de valorização das experiências vividas por cada uma das senhoras. Segundo o que estas revelaram, cada uma delas sentiu que podia contribuir para o grupo com os conhecimentos que foi adquirindo na sua experiência ao longo da vida.

- As participantes manifestaram grande progresso na partilha e expressão em relação às atividades realizadas. Se, no início, até uma simples escolha da cor era difícil, sendo pedida quase sempre a aprovação da interventora, no final, várias opiniões eram dadas de modo livre e espontâneo, para enriquecer a tarefa em mãos.

- De modo geral, ainda é necessário trabalhar o sentimento de utilidade, a valorização e a expressão de ideias, de forma a consolidar os ganhos obtidos e aprofundar estes aspetos tão relevantes para as residentes. No entanto, mesmo considerando as limitações inerentes a este projeto, é possível afirmar, com base nos discursos das participantes, que o balanço do projeto foi positivo neste plano.

A leitura dos indicadores avaliativos referentes ao grupo das colaboradoras mobilizou, para além das conversas intencionais de natureza informal, um momento avaliativo não obrigatório com o grupo⁶⁷. Para facilitar uma avaliação aberta, foi distribuída a cada colaboradora uma folha de papel, tendo sido pedido que a dividissem em quatro. Depois, a interventora fez quatro questões (uma de cada vez, dando tempo para escreverem) e cada colaboradora escreveu a sua resposta. Os principais resultados deste momento avaliativo são expressos em seguida.

Relativamente ao sentimento de valorização das colaboradoras, a maioria afirmou que se passou a sentir mais valorizada enquanto profissional após a participação no projeto. Uma colaboradora afirmou mesmo que “Após as primeiras reuniões, percebi que todas as colaboradoras, de uma forma ou outra, têm um sentimento bom por mim”. Algumas colaboradoras referiram, ainda, a existência de uma maior compreensão e fortalecimento relacional entre colegas de trabalho (“Eu sinto que o espírito de equipa melhorou. E sinto que o trabalho é valorizado”).

Na segunda questão, sobre avanços em termos de entreajuda e compreensão do outro, as opiniões foram mais divididas. De modo geral, todas concordam que houve avanços (à exceção de uma colaboradora, que afirmou manter-se “tudo igual”), mas limitados (“Esta questão tem melhorado, mas ainda tem muito a melhorar”; “Infelizmente, ainda há muita incompreensão sobre como cada uma trabalha. Estamos num bom caminho, mas muito longo”). Uma boa parte afirma compreender melhor a existência de outras formas de trabalhar (“Ajudou a estarmos interligadas umas com as outras”; “No meu ver, depois das sessões acho que de uma forma geral

⁶⁷ Apêndice AE: Planificação e registo da reunião avaliativa – colaboradoras.

melhorou a interligação”; “Sinto que estamos uma equipa mais unida, mais forte e com laços mais sólidos de afetividade”; “Com tudo o que fizemos, ensinou-me a compreender algumas colegas e senti-me mais motivada entre o grupo”).

No que respeita ao aprofundamento do conhecimento intragrupal, a maioria das colaboradoras afirmou que, com o decorrer das atividades em que participaram, houve de facto uma melhoria: “Acho que sim, principalmente nas reuniões do início (das atividades realizadas) e com o jogo do amigo secreto, que foi feito nas últimas semanas”; “As atividades foram muito importantes para nos conhecermos melhor”; “Todas as atividades permitiram sempre um convívio agradável entre toda a equipa, levando cada colaboradora a conhecer e criando laços entre elas”. No entanto, existe uma colaboradora que afirma que esta questão ainda deve ser mais trabalhada, pois nota a existência de alguma resistência, embora com avanços (“Bastante, embora não seja o suficiente, porque há pessoas que não aderem muito às mudanças”).

Sobre o projeto em geral e a postura da interventora, a maioria das colaboradoras centrou-se na figura da interventora, avaliando-a positivamente. A forma como elogiaram a interventora revela que o projeto teve um efeito positivo nas suas vidas profissionais, mas também aqui há uma ressalva a fazer pelo facto destas mulheres sentirem que deviam ser positivas, para salvaguardar a posição da interventora. Entre estas avaliações, destacam-se três colaboradoras, que referiram a sua perceção sobre o projeto: “A tua calma transmitiu-nos muita segurança. Ajudou-nos a interligarmo-nos e a nos aproximarmos”; “A tua vinda para cá fez com que nos ajudássemos e nos tornássemos mais ligadas e que partilhássemos mais momentos de convívio”; “Achei que foi uma boa iniciativa. Acho que fez com que houvesse mais comunicação entre nós. Quanto à Ana, é uma pessoa muito boa e deve voltar”.

Desta forma, é possível sintetizar algumas conclusões relevantes:

- Em primeiro lugar, é necessário admitir que um projeto desta natureza, com um prazo tão curto, tem dificuldade em produzir transformações imediatas e duradouras; no entanto, todos os objetivos a que o projeto se propôs neste domínio, foram trabalhados. Tendo por base os registos de avaliação e as conversas intencionais, houve de facto um crescimento do sentimento de valorização das colaboradoras participantes enquanto profissionais que pertencem à equipa do LSP.

- De forma mais indireta, foi também trabalhada a questão do reconhecimento de diferentes formas de estar, ser e fazer, numa perspetiva orientada para a entreaajuda. Este trabalho veio a ter resultados positivos, pois a maioria das colaboradoras afirmou sentir um aumento da entreaajuda no seio do grupo colegas.

- Através da leitura dos registos e das conversas das colaboradoras, ficou ainda patente um fortalecimento dos relacionamentos entre as participantes, que se deveu ao aumento do interconhecimento.

Por fim, fazendo uma apreciação global do projeto, importa referir que todo o desenho de projeto é suscetível de sofrer ajustes durante o seu desenvolvimento – e este não foi diferente. A forma como este projeto foi recebido desde o início pelo Lar trouxe segurança e permitiu um espaço para refletir e debater esses ajustes. De acordo com os indicadores de avaliação referidos no ponto 2.1.2 da segunda parte do relatório, podemos afirmar que as atividades propostas foram relevantes, no sentido em que surgiram sempre do contexto e foram adequadas aos objetivos previamente propostos. Em relação ao número de participantes idosos por atividade, se tivermos em conta o número de residentes, concluímos que a participação foi baixa; no entanto, se considerarmos a realidade quotidiana do Lar, notamos que as atividades contaram com um número, apesar de tudo, regular de participantes. Em relação às atividades destinadas às colaboradoras se, por um lado, na atividade “Tarde de Jardinagem”, a participação foi praticamente nula, a atividade “Quem sou eu?” superou as expectativas da equipa técnica. Podemos concluir que, no que diz respeito à participação, o balanço é positivo, na medida em que correspondeu genericamente aos propósitos iniciais. O facto de este ser um projeto construído com e por cada participante facilitou o interesse e o desejo de envolvimento no projeto.

Conforme referido acima, admite-se que as questões abordadas careciam de um trabalho mais prolongado, no entanto, o que foi feito trouxe um impacto positivo, tornando os participantes mais dispostos a aprofundar estas questões. O desafio do Lar é, então, reconhecer a importância de um trabalho estruturado e intencional com os idosos e com as colaboradoras (podendo ser decisivo para reforçar a qualidade do serviço). E por que não, como vimos ser possível, transformar os idosos em parceiros desta ação e agentes de mudança dentro do próprio Lar?

SÍNTESE E REFLEXÃO FINAL

Tal como Coutinho (2014, pp. 367-368) afirma, o propósito de um projeto de intervenção social fundado na lógica da investigação ação-participativa é triplo: ele deve “produzir conhecimento” sobre o contexto em questão; “modificar a realidade” através da exploração das suas necessidades, e não só; e “transformar os atores” através de um conjunto de estratégias facilitadoras e optimizadoras das capacidades dos sujeitos. Ainda que parcialmente, cremos que este triplo propósito foi atingido no decurso do projeto aqui reportado. Como vimos ao longo deste relatório, houve um aprofundamento muito significativo acerca do contexto e da realidade das participantes e o encetar de processos de transformação dessa mesma realidade e dos atores que a povoam.

Com o desenvolvimento deste projeto, duas grandes conclusões se podem destacar:

1. O contexto de uma estrutura residencial para idosos de longa permanência pode ser simultaneamente espaço de reconhecimento, segurança e comodidade, mas também contexto de risco para os seus residentes, sobretudo se o processo de institucionalização significar privação ou perda de relações, esvaziamento da vida quotidiana e rutura com o quadro de vida quotidiana antes típico; neste sentido, é imprescindível, por parte dos lares, pôr em pratica um trabalho estruturado e intencional a nível do apoio psicossocial, desenvolvendo um acompanhamento mais próximo dos seus residentes, se possível alargado também aos familiares mais próximos.
2. A atuação de um lar e o seu foco no trabalho com os residentes e na colmatação das suas necessidades não pode descurar a importância de um trabalho estruturado também com a equipa de colaboradoras. Por norma, existem várias preocupações de um lar relativamente aos seus trabalhadores, a maioria de âmbito legal e contratual, como as questões

das férias, ordenado, formação, entre outros. Contudo, existe uma dimensão à qual nem sempre as organizações dão atenção e que, na realidade, acaba por afetar a qualidade do serviço prestado. No caso deste contexto, a questão que mais sobressaiu foi alguma fragilidade nas relações entre colaboradoras e o fraco conhecimento intragrupal. Trata-se de, mantendo a individualidade e o profissionalismo, atuar no sentido de criar espaços e momentos de conhecimento do outro, de valorização como profissional e também de aprendizagem de negociação e gestão de conflitos. Com este projeto, foi possível concluir que este trabalho não é tão impossível quanto poderia parecer à partida, quando se otimizam os recursos disponíveis para este objetivo (como, por exemplo, mobilizar as pessoas residentes para elas próprias apoiarem este processo, ou promovendo iniciativas específicas para trabalhar as necessidades em questão).

3. Um projeto coconstruído, partindo dos próprios atores sociais, traz várias vantagens e oportunidades para a transformação da realidade que visa. Os atores sentem-se mais valorizados, no sentido em que lhes é dada voz, sentem-se mais comprometidos porque olham para o projeto como seu também, sentem-se mais dispostos e disponíveis para corresponder aos desafios propostos e mais motivados para obter os resultados desejados. Por outro lado, o facto de ser coconstruído rompe várias barreiras, favorecendo o conhecimento do outro e dos seus pontos de vista, a visão de que existem várias formas de ler e sentir a mesma situação e que não existe nenhuma propriamente errada. Outros ganhos inevitáveis deste tipo de intervenção consistem no enriquecimento não só dos atores, mas também do interventor e do próprio projeto.

Genericamente, e olhando os resultados deste projeto, é possível verificar que este teve sucesso nas suas atividades, tendo em conta a realidade em questão. Um sucesso, porém, parcial, dado que, dos três objetivos gerais propostos, apenas dois foram trabalhados, nomeadamente o de envolver os participantes mais velhos na conceção e participação em atividades ocupacionais significativas para si e o de

desenvolver a unidade entre colaboradoras, através da valorização pessoal e consolidação das relações interpessoais. Os resultados que, na prossecução destes dois objetivos, foi possível obter só poderão ser consolidados, contudo, se for possível realizar um trabalho de mais longo prazo. Tendo em conta condicionantes como o tempo, os imprevistos observados e as dificuldades próprias da interventora, foi possível favorecer a criação de momentos que aproximaram as pessoas participantes da finalidade de fomentar o bem-estar dos residentes do Lar Soares Pereira, segundo os moldes de um envelhecimento bem-sucedido e ativo, através da sua valorização pessoal e social, assim como da intervenção com as colaboradoras. Dizer-se que a finalidade foi plenamente alcançada seria, porventura, abusivo, mas é possível afirmar que o projeto procurou oferecer contributos válidos neste sentido.

Para a interventora, finalmente, foram vários os desafios que esta enfrentou ao longo do projeto, sendo o maior a comunicação. Embora tenham sido feitas tentativas de uso de várias estratégias, o facto de a interventora ter dificuldades nesta área, principalmente na descodificação do que um emissor transmite, tornou-se um constrangimento que naturalmente condicionou o desenrolar do projeto, sobretudo quando sabemos que este assenta no diálogo. Esta dificuldade vem-se a refletir no presente relatório, por exemplo quando se verifica que este inclui poucos excertos e declarações em discurso direto. Este facto não tem necessariamente de ser visto como um aspeto negativo, mas sim como uma oportunidade de aprendizagem; esta situação levou a interventora a refletir sobre a sua própria influência no contexto, dado que ela não foi nem poderia ser simplesmente uma estranha que entra num contexto, dirige um projeto e sai, sem influenciar e ser influenciado. Muito pelo contrário, tal como Timóteo e Bertão (2012) referem, o interventor é uma pessoa que carrega consigo uma história, um conjunto de limitações e de capacidades, que confronta os seus medos, que adquire também um conjunto de aprendizagens e que amadurece enquanto profissional e pessoa ao longo do desenvolvimento do projeto. Foi o que aqui aconteceu, pois a forma de pensar e agir da interventora é hoje mais madura do que no início do projeto, tendo-se desenvolvido e beneficiado enquanto educadora social e enquanto pessoa.

REFERÊNCIAS

- Afonso, I., Pereira, D., Espinheira, S., Vieira, A., Barros, A., & Barbosa, T. (2015/2017). *Plano municipal para o idoso*. Arcos de Valdevez: Câmara Municipal.
- Almeida, M. (2007). Envelhecimento: ativo? Bem sucedido? Saudável? Possíveis coordenadas de análise... *Forum Sociológico*, 17, 17-24.
- Arieiro, J. (2001). *Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez* (3ª ed.). Arcos de Valdevez: Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez.
- Araújo, F., Ribeiro, J., Oliveira, A. & Pinto, C. (2007). Validação do Índice de Barthel numa amostra de idosos não institucionalizados. *Revista Portuguesa de saúde pública*, 25(2), 59-66.
- Baltes, M. & Carstensen, L. (1996). The process of successful ageing. *Ageing and society*, 16(4), 397-422.
- Baltes, P. & Baltes, M. (1993) Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In: P., Baltes (Ed.), M. Baltes. *Successful Aging: Perspectives from the behavioral sciences*, (pp.1-34). Cambridge: Cambridge University Press.
- Bastos, A., Faria, C. & Moreira, E (2012) Desenvolvimento e envelhecimento cognitivo: dos ganhos e perdas com a idade à sabedoria. In: C. Paúl (Coor.), & O. Ribeiro. *Manual de Gerontologia: aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento*, (pp.107-127). Lisboa: Lidel.
- Bee, H. (1997). *O ciclo vital*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Bell, J. (2004). *Como realizar um projeto de investigação: um guia para a pesquisa em Ciências Sociais e da Educação* (3ª ed.). Lisboa: Gradiva.
- Belo, R., Navarro-Pardos, C. & Muñoz, J. (2017). Bem-estar psicológico na reforma: a importância da preparação dos trabalhos para a transição. *Revista Lusófona de Educação*, vol37, 11-25.
- Berger, K. S & Thompson, R. A (2001). *Psicologia del desarrollo: Adulthood y vejez* (4ªed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

- Besse, M., Cecílio, L. & Lemos, N. (2014). A equipe multiprofissional em Gerontologia e a produção do cuidado: um estudo de caso. *Revista Kairós Gerontologia*, 17(2), 205-222.
- Brandes, D. & Phillips, H. (2008). *Manual de jogos educativos – 140 jogos para professores e animadores de grupos* (reimpressão). Lisboa: Padrões Culturais Editora.
- Brown, R. (2000). *Group processes* (2ª ed.). Oxford: Blackwell Publishing.
- Canastra, F. & Malheiro, M. (2009). O papel do educador social no quadro das novas mediações socioeducativas. *Actas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*. Braga: Universidade do Minho.
- Carvalho, M. (2013) Um percurso heurístico pelo envelhecimento. In: *M. Carvalho (Coor.). Serviço Social no envelhecimento*, (pp.1-15). Lisboa: Pactor.
- Correia, F., Martins, T., Azevedo, S. & Delgado, P. (2014). A educação social em Portugal: novos desafios para a identidade profissional. *Repositório Científico do Instituto Plitécnico do Porto, s.p.*
- Coutinho, C. (2014). *Metodologia de Investigação em Ciências Sociais e Humanas: Teoria e Prática*. Coimbra: Almedina.
- Eurostat - Statistics Explained (2017). Population structure and ageing/pt. *Eurostat - Statistics Explained*. Disponível em http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Population_structure_and_ageing/pt
- Fernandes, A. (1997). *Velhice e Sociedade: Demografia, Família e Políticas Sociais em Portugal* (1ª ed.). Lisboa: Celta Editora.
- Fernandes, A. (2005). Processos e estratégias de envelhecimento. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, vol XXV(2), 223-247.
- Fernández-Ballesteros, R. (2009). *Gerontología social*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Ferreira, M. (2008). Transição à reforma, qualidade de vida e envelhecimento. *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, vol 1(2), 30-34.
- Fimino, H., Simões, M. & Cerejeira, J. (2016) *Saúde mental das pessoas mais velhas*. Lisboa: Lidel.
- Fontaine, R. (2000). *Manual de psicologia do envelhecimento* (1ª ed.). Lisboa: Climepsi.
- Fonseca, A. (2004). *Uma abordagem psicológica da “passagem à reforma” – Desenvolvimento, envelhecimento, transição e adaptação* (dissertação de

- Candidatura ao grau de Doutor não publicada). Instituto de Ciências Biomédicas de Abel Salazar, Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Fonseca, A. & Paúl, C. (2005). Saúde percebida e “passagem à reforma”. *Psicologia Saúde & Doenças*, vol 5(1), 17-29.
- Fonseca, A. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento* (1ª ed.). Lisboa: Climepsi Editores.
- Fonseca, A. (2011). *Reforma e reformados*. Coimbra: Edições Almedina.
- Fonseca, A. (2012) Desenvolvimento psicológico e processos de transição-adaptação no decurso do envelhecimento. In: C. Paúl (Coor.), & O. Ribeiro. *Manual de Gerontologia: aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento*, (pp.95-106). Lisboa: Lidel.
- Fragoso, A. (2000). Avaliação de projetos sociais: O caso do projeto “Entre-mães”. RE – Revista de Educação, vol IX(2), 59-73.
- Freire, P. (1967). *Educação como prática da liberdade*. Rio de Janeiro: Editora Paz e Terra.
- Freire, T., Pádua, A., Pereira, C., Paiva, C. & Silva, M. (1997) Programas de intervenção em grupo: uma abordagem psico-social. In: M. Gonçalves, I. Ribeiro, S. Araújo, C. Machado, L. Almeida, M. Simões. *Avaliação psicológica: formas e contextos*, vol.V, (pp.209-219). Braga: Associação dos Psicólogos Portugueses.
- Gil, A. (2007). Envelhecimento ativo: complementariedades e contradições. *Forum Sociológico*, 17, 25-36.
- Greenwood, D. & Levin, M. (1998). *Introduction to action research*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Grinberg, A. e Grinberg, B. (1999). *A arte de envelhecer com sabedoria*. São Paulo: Livraria Nobel.
- Havighurst, R. (1961). Successful aging. *The Gerontologist*, vol 1(1), 8-13.
- Holstein, M., Minkler, M. (2003). Self, society, and the “New Gerontology”. *The Gerontologist*, vol 43(6), 787-796.
- Instituto Nacional de Estatística: Statistics Portugal (Dezembro de 2017). *Retorno de informação personalizada dos municípios*. Obtido de Instituto Nacional de Estatística: Statistics Portugal. Disponível em <https://www.ine.pt/documentos/municipios/1601.pdf>

- Iturra, R. (1999). Trabalho de campo e observação participante em antropologia. In A. Silva & J. Pinto (Org.) *Metodologia das Ciências Sociais* (10ª ed.) (pp.149-159). Porto: Edições Afrontamento
- Kalish, R. A. (1999). *La vejez: Perspectivas sobre el desarrollo humano*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Lapan, S. (2012) Practitioner action research. In: S. Lapan, M. Quartaroli, F. Riemer (eds). *Qualitative research: an introduction to methods and designs*, (pp.291-319). São Francisco: Jossey-Bass.
- Lima, A. & Delgado, E. (2010). A melhor idade do brasil: aspectos biopsicossociais decorrentes do processo de envelhecimento. *Ulbra e Movimento – Revista de Educação Física*, vol 1(2), 76-91.
- Lima M. (2016) Envelhecimento ativo e com sentido. In: H. Firmino (Coor.), M. Simões & J. Cerejeira. *Saúde mental das pessoas mais velhas*, (pp.3-17). Lisboa: Lidel.
- Manes, S. (2014). *83 jogos psicológicos para a dinâmica de grupos: um manual para psicólogos, professores, animadores socioculturais* (11ª ed.). Lisboa: Paulus.
- Masoro, E. (2001). Successful aging – useful or misleading concept?. *The Gerontologist*, vol 41(3), 415-418.
- Mateus, M. (2012). O educador social na construção de pontes socioeducativas contextualizadas. *Eduser: Revista de educação*, vol 4(1), 60-71.
- Moreira, C. (2017). Da educação à Intervenção social: a construção do conhecimento na transformação da realidade. *Revista de Estudios e Investigación em psicologia y educación*, vol 41(3), 415-418.
- Nazareth, J. (1999). Envelhecimento demográfico e relações entre gerações. *Psicologia, Educação e Cultura*, vol. Extra(5), s.p.
- Neiva, K. & colaboradores (2010). *Intervenção psicossocial: aspetos teóricos, metodológicos e experiências práticas* (1ªed.). São Paulo: Vetor Editora.
- Núcleo Executivo da Rede Social de Arcos de Valdevez (2013). *Diagnóstico Social 2013*. Arcos de Valdevez.
- Oliveira, J. (2008). *Psicologia do envelhecimento e do idoso* (3ªed.). Porto: Legis Editora.
- Oliveira, J. (2008a). *Psicologia do idoso: Temas complementares*. Porto: Legis Editora.
- Oliveira, S. (Maio de 2015). Lares de idosos. *Caminhos*, 34-35.

- Organização Mundial de Saúde (2015). *Resumo: Relatório Mundial de envelhecimento e saúde*. Suíça: Organização Mundial de Saúde.
- Papalia, D., Feldman, R. D. & Martorell, G. (2013). *Desenvolvimento humano* (2ª ed.). Porto Alegre: AMGH.
- Paúl, C. (2005). Envelhecimento ativo e redes de suporte social. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, vol. XXV, 275-287.
- Pelagrino, P. & Leal, M. (2009). *Perspectiva biopsicológica do envelhecimento*. São Paulo: Secretaria Estadual de Assistência e Desenvolvimento Social - Fundação Padre Anchieta.
- Pordata – Fundação Francisco Manuel dos Santos (2016). *Números de Portugal: Quadro-resumo*. Disponível em www.pordata.pt.
- Portaria nº25/2018. *Trabalho, Solidariedade e Segurança Social*. Diário da República - 1ª série – N.º 13 de 18 de Janeiro de 2018, 462-463.
- Rabelo, D. & Neri, A. (2013). Intervenções psicossociais com grupos de idosos. *Revista Kairós Gerontologia*, 16(6), 43-63.
- Ribeiro, O. & Paúl, C. (2011) Envelhecimento ativo. In: O. Ribeiro, C. Paúl. *Manual de envelhecimento ativo*, (pp.1-12). Lisboa: Lidel.
- Ribeiro, O. (2012). Envelhecimento “ativo” e os constrangimentos da sua definição. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, Número temático: Envelhecimento demográfico, 33-52.
- Rodríguez, E. & Hernández, D. (2006). Cambios más relevantes y peculiaridades de las enfermedades em el anciano. In: La Sociedad Española de Geriatria y Gerontología. *Tratado de geriatría para residentes*, (pp.47-58). Madrid: La Sociedad Española de Geriatria y Gerontología.
- Rogers, C. (2009). *Tornar-se pessoa* (6ªed.). São Paulo: WMF Martins Fontes.
- Rosa, M. J. (2012). *O envelhecimento da sociedade Portuguesa*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Rowe, J. & Kahn, R. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, vol 37(4), 433-440.
- Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez (2011). *Sistema de gestão da qualidade: manual da qualidade*. Arcos de Valdevez: Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez.
- Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez (s.d.). *Visão/Missão*. Disponível em <http://www.scmav.pt/2015-05-29-13-52-04/2015-06-16-10-28-27.html>

- Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez (2017). *Plano de atividades e Orçamento*. Arcos de Valdevez. Disponível em <http://www.scmav.pt/2015-05-29-13-52-04/2015-06-16-10-29-31.html>
- Santos, P. M. & Paúl, C. (2006). Desafios na saúde mental dos mais velhos: O outro lado da terapia. In H. Firmino (Ed), L. C. Pinto, A. Leuschner & J. Barreto (Eds. Assoc). *Psicogeriatría*, (pp.155 – 178). Coimbra: Psiquiatria Clínica.
- Sarriera, J., Silva, M., Pizzinato, A. & Meira, C. (2000) Intervenção psicossocial e algumas questões éticas e técnicas. In: J. Sarriera (Coor.). *Psicologia comunitária: Estudos atuais*, (pp.25-44). Porto Alegre: Editora Sulina.
- Serrano, G. (2008). *Elaboração de projectos sociais: Casos Práticos*. Porto: Porto Editora.
- Silva, Z., Nascimento, R., Silva, V., Dores, M & Nascimento, J. (2017). A inserção da equipe multidisciplinar em saúde na assistência especializada ao idoso em unidades de internação hospitalar: uma análise a partir de artigos científicos publicados em âmbito nacional. *GEP NEWS*, 1(2), 6-11.
- Ska, B., Fonseca, R., Scherer, L., Oliveira, C., Parente, M. & Joannette, Y. (2009). Mudanças no processamento cognitivo em adultos idosos: deficits ou estratégias adaptativas?. *Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento*, vol 14(1), 13-24.
- Stufflebeam, D. (2015). *CIPP Evaluation Model Checklist: A Tool for Aplying the CIPP model to assess projects and programs*. Disponível em <http://wmich.edu/sites/default/files/attachements/u350/2018/cipp-stufflebeam>
- Teza, Miguez, Fernandes, Souza, Dandolini & Abreu (2013). Geração de ideias: aplicação da técnica world café. *International Journal of knowledge Engineering and Managerment*, 3(3), 1-14.
- The World Café Community Foundation (2015). *A quick reference guide for hosting World Café*. Disponível em: <http://www.theworldcafe.com>
- Timóteo, I. & Bertão, A. (2012). Educação social transformadora e transformativa: clarificação de sentidos. *Sensos – Revista do Centro de Investigação e Inovação em Educação*, 2(1), 11-26.
- Tripp, D. (2005). Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. *Educação e Pesquisa*, 31(3), 34-35.

- Tuckman, B. (1965). Devenlopmental sequence in small groups. *Psychological Bulletin*, vol. 63(6), 384-399.
- Unesco (1990). *Declaração mundial sobre educação para todos: satisfação das necessidades básicas de aprendizagem*. Jomtien: Unesco.
- União das Misericórdias Portuguesas (Março de 2017). *Quem somos nas Misericórdias*. Disponível em <http://ump.pt/files/files/Quem%20Somos%202017.pdf>
- Veiga, S. & Ferreira, J. (2017). A pessoa do profissional de relação de ajuda... em contextos de saúde mental. *Sensos-e*, vol. IV(2), 36-50.
- Vilar, M., Sousa, L., Firmino, H. & Simões, M. (2016). Envelhecimento e Qualidade de vida. In: *H. Firmino (Coor.), M. Simões & J. Cerejeira Saúde Mental das pessoas mais velhas*, (pp.19-43). Lisboa: Lidel.
- World Health Organization - OMS (2002) Active ageing: A Policy Framework. Disponível em <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/06/WHO-Active-Ageing-Framework.pdf>
- Zimerman, D. (1997). Fundamentos teóricos. In D. Zimerman, L. Osorio e colaboradores. *Como trabalhamos com grupos*, (pp.23-31). Porto Alegre: Artmed – Artes Médicas Editora.

ÍNDICE

ANEXOS

Anexo A: Dados estatísticos - Pordata	4
Anexo B: Tabela e gráficos representativos da população pertencente ao concelho de Arcos de Valdevez	5
Anexo C: Tabelas representativas da população de Arcos de Valdevez por freguesias	7
Anexo D: As 14 obras de misericórdia da Santa Casa da Misericórdia	11
Anexo E: Organograma da Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez	12
Anexo F: Plano anual de atividades do Lar Soares Pereira - ano 2018	13
Anexo G: Organograma do Lar Soares Pereira	18
Anexo H: Ficha de avaliação segundo a escala modificada de Barthel	19
Anexo I: Inquérito de Avaliação da Satisfação dos residentes e familiares/representantes	21
Anexo J: Resultados do inquérito de Satisfação de 2017	23
Anexo K: Análise SWOT	24

APÊNDICES

Apêndice A: Modelo Seleção - Otimização - Compensação	25
Apêndice B: Um novo Lar	28
Apêndice C: Modelo da declaração de consentimento para o uso e publicação do nome da identidade institucional e de dados relativos à mesma	35
Apêndice D: Caracterização das participantes no projeto	86

Apêndice E: Planificação da reunião "Eu e o Lar"	48
Apêndice F: Registo da reunião "Eu e o Lar"	50
Apêndice G: Planificação da reunião "Eu e o Lar: um olhar para a prática" I	58
Apêndice H: Registo da reunião "Eu e o Lar: um olhar para a prática" I	61
Apêndice I: Planificação da reunião "Eu e o Lar: um olhar para a prática" II	77
Apêndice J: Registo da reunião "Eu e o Lar: um olhar para a prática" II	81
Apêndice K: Tabela das necessidades	103
Apêndice L: Tabela das potencialidades	107
Apêndice M: Tabela dos recursos	108
Apêndice N: Desenho do projeto	109
Apêndice O: Quadro de relação objetivo - atividade	115
Apêndice P: Esquema da ação I - Plant'ação	116
Apêndice Q: Planificação e registo da atividade Mãos à Obra - confeção das flores para a esplanada	118
Apêndice R: Planificação e registo da atividade Mão à Obra - confeção das placas de identificação	124
Apêndice S: Planificação e registo da atividade Mão à Obra - confeção dos broches em forma de flor	127
Apêndice T: Registo da atividade Mão na Terra - Horta Solidária	131
Apêndice U: Planificação e registo da atividade Mão na Terra - Tarde de Jardinagem	135
Apêndice V: Planificação e registo da atividade Encontro de Gerações	140
Apêndice W: Esquema da ação II - minha Casinha, meu Lar	146
Apêndice X: Planificação da atividade Vamos dar uma voltinha	147
Apêndice Y: Planificação da atividade Um olhar, uma fotografia	148

Apêndice Z: Planificação da atividade minha Casinha, meu Lar - a exposição	149
Apêndice AA: Planificação da atividade À distância de um clique	151
Apêndice AB: Esquema da ação III - Fazes a diferença	152
Apêndice AC: Planificação e registo da atividade Obrigada	154
Apêndice AD: Planificação e registo da atividade Quem sou eu?	160
Apêndice AE: Planificação e registo da reunião avaliativa - Colaboradoras	166
Apêndice AF: Planificação e registo da reunião avaliativa - residentes	185

ANEXO A: DADOS ESTATÍSTICOS - PORDATA

	1960	1970	1981	1991	2001	2011	2016
População residente milhares	8.865,0	8.680,6	9.851,3	9.960,2	10.362,7	10.557,6	10.325,5
Eleitores	-	-	-	8.530.026	8.902.001	9.721.406	9.731.026
Jovens menos de 15 anos	-	-	2.493.763	1.959.671	1.679.191	1.584.037	1.451.624
Jovens (%) menos de 15 anos	-	-	25,3	19,7	16,2	15,0	14,1
População em idade activa 15 aos 64 anos	-	-	6.224.924	6.628.021	6.978.257	6.981.489	6.715.096
População em idade activa (%) 15 aos 64 anos	-	-	63,2	66,5	67,3	66,1	65,0
Idosos 65 e mais anos	-	-	1.132.638	1.372.543	1.705.274	1.992.034	2.158.732
Idosos (%) 65 e mais anos	-	-	11,5	13,8	16,5	18,9	20,9
Índice de envelhecimento idosos por cada 100 jovens	-	32,9	45,4	70,0	101,6	125,8	148,7
Indivíduos em idade activa por idoso	-	6,6	5,5	4,8	4,1	3,5	3,1

Tabela 1: Excerto do quadro-resumo "Números de Portugal" - I

	1960	1970	1981	1991	2001	2011	2016
População residente milhares	8.865,0	8.680,6	9.851,3	9.960,2	10.362,7	10.557,6	10.325,5
Nascimentos	213.895	180.690	± 152.071	116.299	112.774	96.856	87.126
Nascimentos fora do casamento (%)	9,5	7,2	± 9,5	15,6	23,8	42,8	52,8
Idade média da mãe ao nascimento do 1.º filho	25,0	24,4	23,6	24,9	26,8	29,2	30,3
Índice sintético de fecundidade número médio de filhos por mulher em idade fértil	3,20	3,00	2,13	1,56	1,45	1,35	1,36
Óbitos	95.007	93.093	± 95.728	103.882	105.092	102.848	110.535
Taxa de mortalidade infantil (%) óbitos de crianças com menos de 1 ano de idade por cada 1000 nados-vivos	77,5	55,5	± 21,8	10,8	5,0	3,1	3,2
Esperança de vida à nascença do sexo masculino (3)	60,7	64,0	68,2	70,6	± 73,3	76,7	-
Esperança de vida à nascença do sexo feminino (3)	66,4	70,3	75,2	77,6	± 80,1	82,6	-
Saldo natural (milhares) diferença entre o total de nascimentos e o total de óbitos	118,9	87,6	± 56,3	12,4	7,7	-6,0	-23,4

Tabela 2: Excerto do quadro-resumo "Números de Portugal" - II

ANEXO B: TABELA E GRÁFICOS REPRESENTATIVOS DA POPULAÇÃO PERTENCENTE AO CONCELHO DE ARCOS DE VALDEVEZ

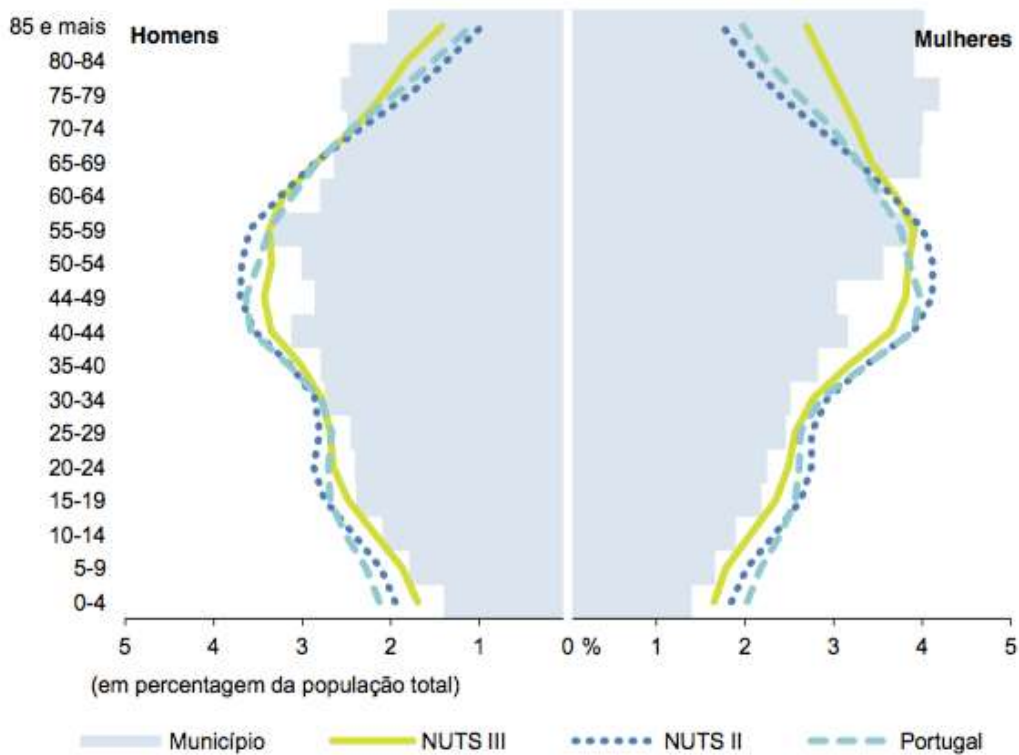


Figura 1: Divisão territorial da região - NUTS III e Municípios

	Município	NUTS III	NUTS II	Portugal	Peso do Município NUTS III (%)
População residente (N.º)	21 324	233 813	3 584 575	10 309 573	9,1
Homens	9 689	108 517	1 699 787	4 882 456	8,9
Mulheres	11 635	125 296	1 884 788	5 427 117	9,3
Com menos de 15 anos	2 184	27 708	477 792	1 442 416	7,9
Com 65 ou mais anos	6 896	57 370	699 431	2 176 640	12,0
Densidade pop. (N.º/Km²)	47,6	105,4	168,4	111,8	-
Taxa de crescimento efetivo anual (%)	-1,4	-1,1	-0,5	-0,3	-
Taxa de crescimento natural anual (%)	-1,0	-0,6	-0,2	-0,2	-
Índice de Potencialidade	80,1	72,8	72,2	71,3	-

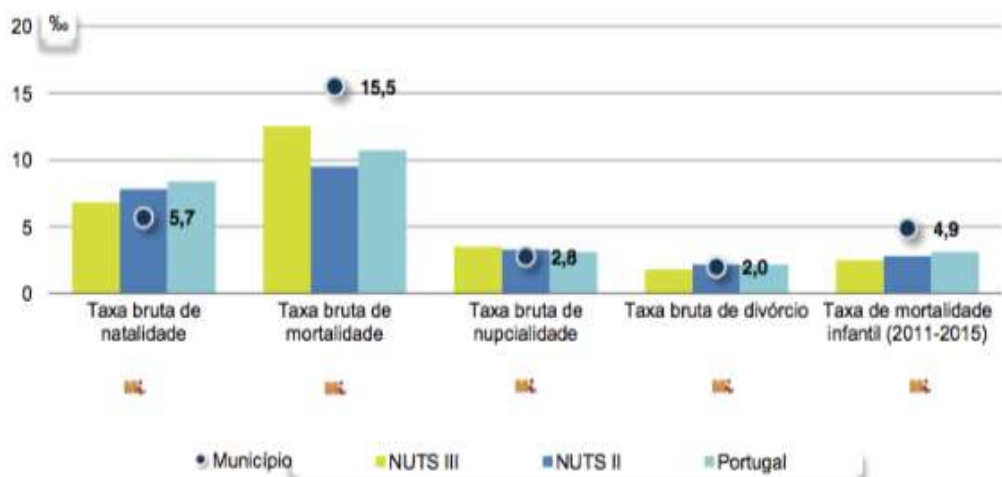
Fonte: INE, Estimativas Provisórias da População Residente; Ministério do Ambiente, Ordenamento do Território e Energia - Direção Geral do Território, Carta Administrativa Oficial de Portugal.

Tabela 1: Dinâmica populacional, 2016



Fonte: INE, Estimativas Provisórias da População Residente

Figura 2: Estrutura etária da população, 2016



Fonte: INE, Indicadores Demográficos, Óbitos por Causas de Morte, Estatísticas do Pessoal de Saúde, Estatísticas das Farmácias

Figura 3: Demografia e Saúde, 2016

ANEXO C: TABELAS REPRESENTATIVAS DA POPULAÇÃO DE ARCOS VALDEVEZ POR FREGUESIAS

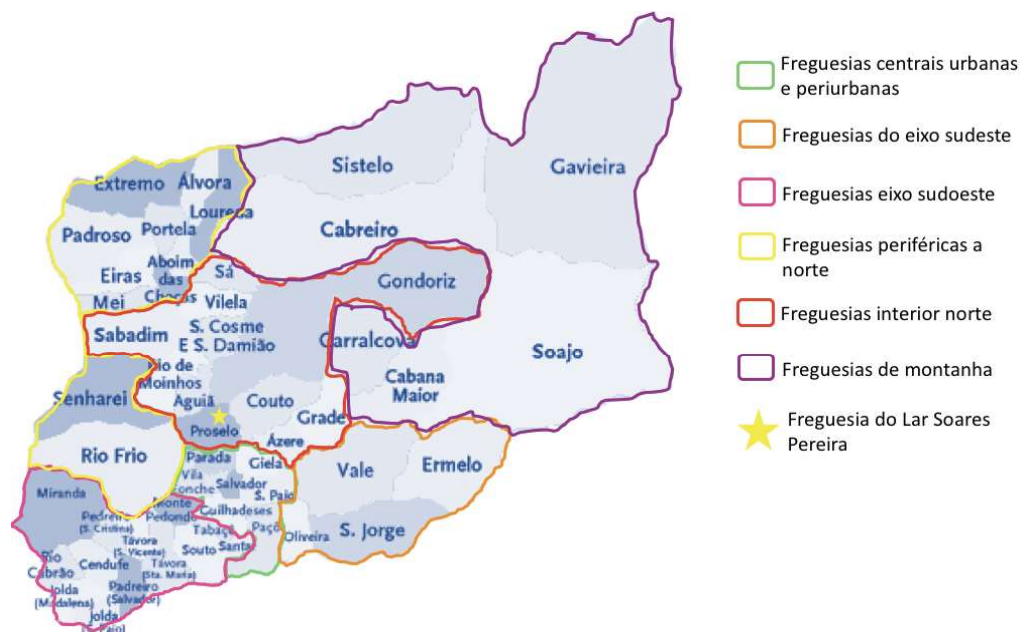


Figura 2: Mapa do concelho de Arcos de Valdevez dividido por freguesias

Zona Geográfica	Em 2011					Variação entre 2001 e 2011 (%)
	Total	Grupos etários				
		HM	0-14	15-24	25-64	
Gieia	514	79	70	276	89	3,01
Guilhadeses	1119	182	101	561	275	15,48
Paço	933	132	118	514	169	8,36
Parada	383	52	41	216	74	19,31
AV (Salvador)	1079	146	139	577	217	-1,01
AV (São Paio)	1147	169	114	640	224	3,15
Vila Fonche	1118	202	139	597	180	45,19
TOTAL	6293	962	722	3378	1228	

Fonte: INE, Recenseamento Geral da População

Tabela 2: População residente nas freguesias centrais urbanas e periurbanas e variação entre 2001 e 2011

Zona Geográfica	Em 2011					Variação entre 2001 e 2011 (%)
	Total	Grupos etários				
	HM	0-14	15-24	25-64	65 ou mais	
Ermelo	92	5	2	33	52	-35,21
Oliveira	330	42	36	157	95	-10,57
São Jorge	714	85	45	316	268	-6,79
Vale	776	90	60	346	280	-12,91
TOTAL	1912	222	143	852	695	

Fonte: INE, Recenseamento Geral da População

Tabela 3: População residente nas freguesias do eixo sudeste e variação entre 2001 e 2011

Zona Geográfica	Em 2011					Variação entre 2001 e 2011 (%)
	Total	Grupos etários				
	HM	0-14	15-24	25-64	65 ou mais	
Cendufe	360	39	57	181	83	-10,67
Jolda (Madalena)	350	42	39	182	87	-15,66
Miranda	325	19	28	123	155	-25,29
Monte Redondo	227	22	26	103	76	-20,07
Rio Cabrão	135	21	12	64	38	-6,25
Padreiro (Salvador)	301	41	25	144	91	-0,33
Padreiro S. Cristina	76	2	1	32	41	-35,59
Távora (S Maria)	690	80	59	352	199	-5,35
Santar	164	25	22	77	40	7,19
Jolda (São Paio)	360	62	42	190	66	-14,49
Távora (São Vicente)	265	23	15	118	109	-15,61
Souto	622	103	69	302	148	-3,27
Tabaçô	355	51	36	196	72	1,14
TOTAL	4230	530	431	2064	1205	

Fonte: INE, Recenseamento Geral da População

Tabela 4: População residente nas freguesias do eixo sudoeste e variação entre 2001 e 2011

Zona Geográfica	Em 2011					Variação entre 2001 e 2011 (%)
	Total	Grupos etários				
	HM	0-14	15-24	25-64	65 ou mais	
Aboim das Choças	333	47	16	161	109	-5,93
Alvora	261	24	10	122	105	-16,61
Eiras	269	19	27	126	97	-15,94
Extremo	160	16	13	82	49	1,91
Loureda	195	8	16	111	60	-10,96
Mei	118	13	13	59	33	-16,90
Portela	260	11	18	105	126	-15,31
Padroso	234	18	14	106	96	-23,28
Rio Frio	684	45	51	288	300	-23,06
Senharei	259	11	15	128	105	-25,36
TOTAL	2773	212	193	1288	1088	

Fonte: INE, Recenseamento Geral da População

Tabela 6: População residente nas freguesias periféricas a norte e variação entre 2001 e 2011

Zona Geográfica	Em 2011					Variação entre 2001 e 2011 (%)
	Total	Grupos etários				
	HM	0-14	15-24	25-64	65 ou mais	
Ázere	247	22	30	118	77	-15,99
Aguiã	705	91	71	388	155	-3,69
Grade	393	46	30	171	146	-2,24
Prozelo	943	85	97	472	289	-7,55
Rio de Moinhos	438	29	38	214	157	-12,22
Sabadim	468	36	47	219	166	-13,81
Couto	615	54	47	308	206	-4,06
Gondoriz	958	84	76	458	340	-13,62
Sá	138	5	10	72	51	-21,14
S. Cosme Damião	190	17	17	88	68	-14,80
Vilela	196	12	9	93	82	-21,91
TOTAL	5291	481	472	2601	1737	

Fonte: INE, Recenseamento Geral da População

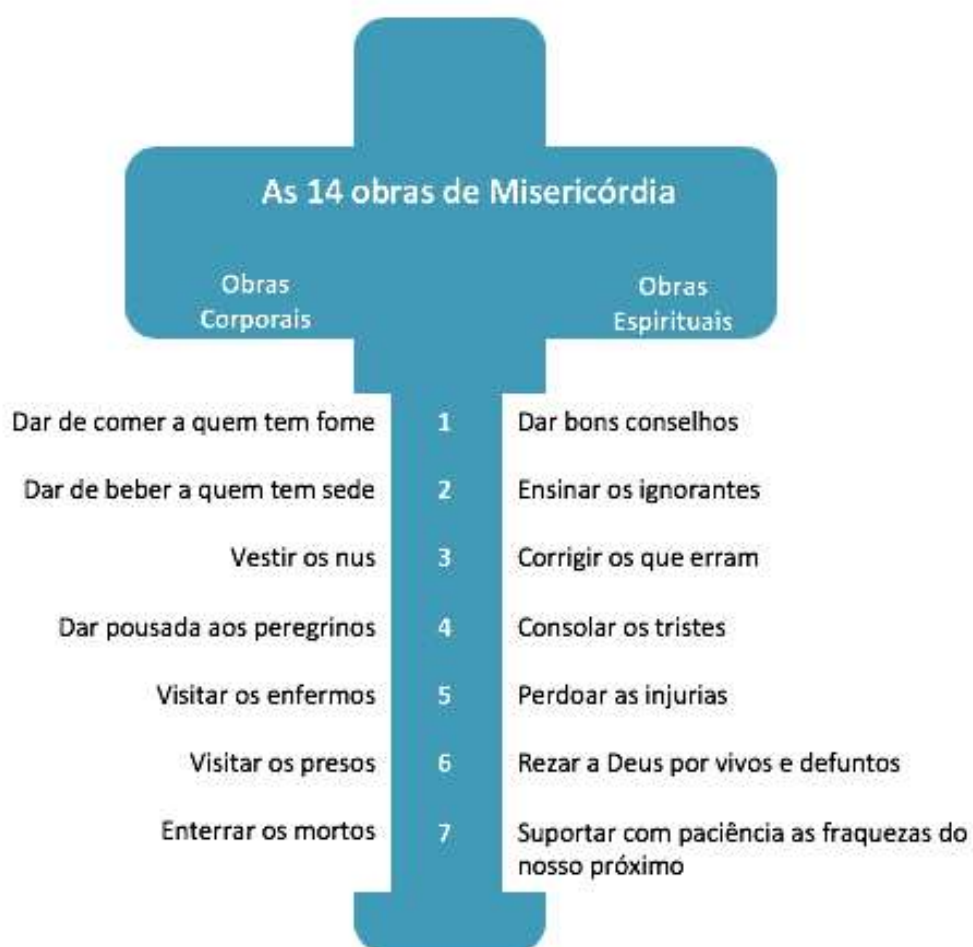
Tabela 5: População residente nas freguesias do interior a norte e variação entre 2001 e 2011

Zona Geográfica	Em 2011					Variação entre 2001 e 2011 (%)
	Total	Grupos etários				
	HM	0-14	15-24	25-64	65 ou mais	
Cabana Maior	239	16	19	82	122	-34,52
Cabreiro	428	34	21	167	206	-25,44
Carralcova	124	10	5	52	57	-6,06
Gavieira	298	20	12	129	137	-33,18
Soajo	986	76	47	414	449	-14,93
Sistelo	273	16	15	101	141	-19,94
TOTAL	2348	172	119	945	1112	

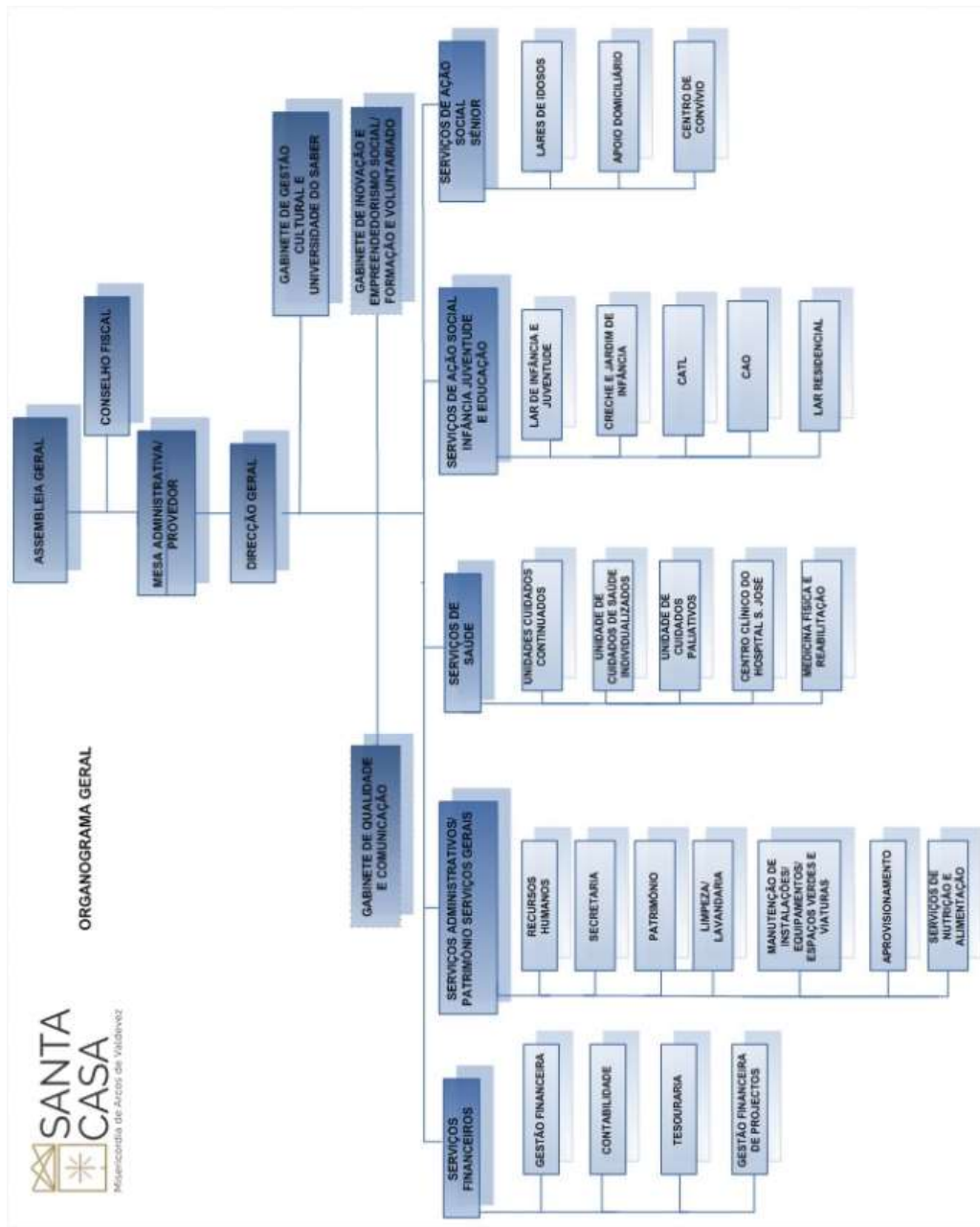
Fonte: INE, Recenseamento Geral da População

Tabela 7: População residente nas freguesias de montanha e variação entre 2001 e 2011

ANEXO D: AS 14 OBRAS DE MISERICÓRDIA DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA



ANEXO E: ORGANOGRAMA DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ARCOS DE VALDEVEZ



ANEXO F: PLANO ANUAL DE ATIVIDADES DO LAR SOARES PEREIRA – ANO 2018

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES						
ANO 2018						
VALÊNCIA: Lar Soares Pereira						
ACTIVIDADE	OBJECTIVOS	LOCAL DE REALIZAÇÃO	DATA DE REALIZAÇÃO	PARCERIAS	RECURSOS	REALIZADO (R) NÃO REALIZADO (NR)
Dia Mundial do Puzzle <ul style="list-style-type: none"> • Elaboração de um puzzle 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a momentos de convívio e entreajuda, • Desenvolver a motricidade fina, • Desenvolver a precisão manual e a coordenação; 	L.S.P	29 de Janeiro		<ul style="list-style-type: none"> • Cartão • Cola branca • Papel de plastificar • Imagens • Entre outros • 50€ 	Z
Dia Internacional da Mulher <ul style="list-style-type: none"> • Oferta de uma pequena lembrança 	<ul style="list-style-type: none"> • Valorizar o papel da mulher na sociedade, • Promover momentos de convívio entre clientes e equipa multidisciplinar; 	L.S.P	8 de Março		<ul style="list-style-type: none"> • Tecido • Paus de espetadas • Cola quente • Cola Branca • Entre outros • 20€ 	Z

Mod. PGM. 19/3

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES

<p>Dia Mundial da Atividade Física</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aulas em grupos • Caminhada no exterior do edifício 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a prática de atividade física; • Promover momentos de convívio; 	L.S.P	6 de Abril	<ul style="list-style-type: none"> • Bolas, • Cordas, • Garrafas de plástico, • Elásticos, • Bastões, • Bowling, • Entre outros • 50€ 	<p>2</p>
<p>Dia do Enfermeiro</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rastreo de Glicemia • Rastreo Tensão Arterial 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover momentos de convívio entre clientes e equipa multidisciplinar; • Incentivar a vigilância da saúde; • Valorizar o papel do Enfermeiro no meio institucional; 	L.S.P	14 de Maio	<ul style="list-style-type: none"> • Aparelho de medir a tensão arterial; • Aparelho de medir a glicemia, 	
<p>Dia Mundial da Pastelaria</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaboração de bolachas 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover momentos de convívio e entreajuda; • Desenvolver a motricidade fina, • Desenvolver o gosto pela culinária; 	L.S.P	17 de Maio	<ul style="list-style-type: none"> • Farinha • Açúcar • Leite • Fermento • Compota • Entre outros • 30€ 	

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES

	L.S.P	5 de Novembro		
<p>Dia Mundial do Cinema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visualização de um filme antigo; 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover momentos de convívio entre clientes e equipa multidisciplinar; • Proporcionar momentos diferentes; 			<ul style="list-style-type: none"> • Filme • Tv
<p>Mãos a Obra</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaboração de centros decorativos para decorar os espaços; • Trabalhos com papel mache; • Elaboração de lembranças; • Elaboração de sabonetes; • Entre outros 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a momentos de convívio e entresajuda; • Desenvolver a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação; 	Conforme PSA		<ul style="list-style-type: none"> • Tintas, • pinceis, • cartolinas, • tesouras, • fita-cola, • cola branca, • verniz, • cola em pó, • Eva, • feltro, • cola quente. • Entre outros. • 200€

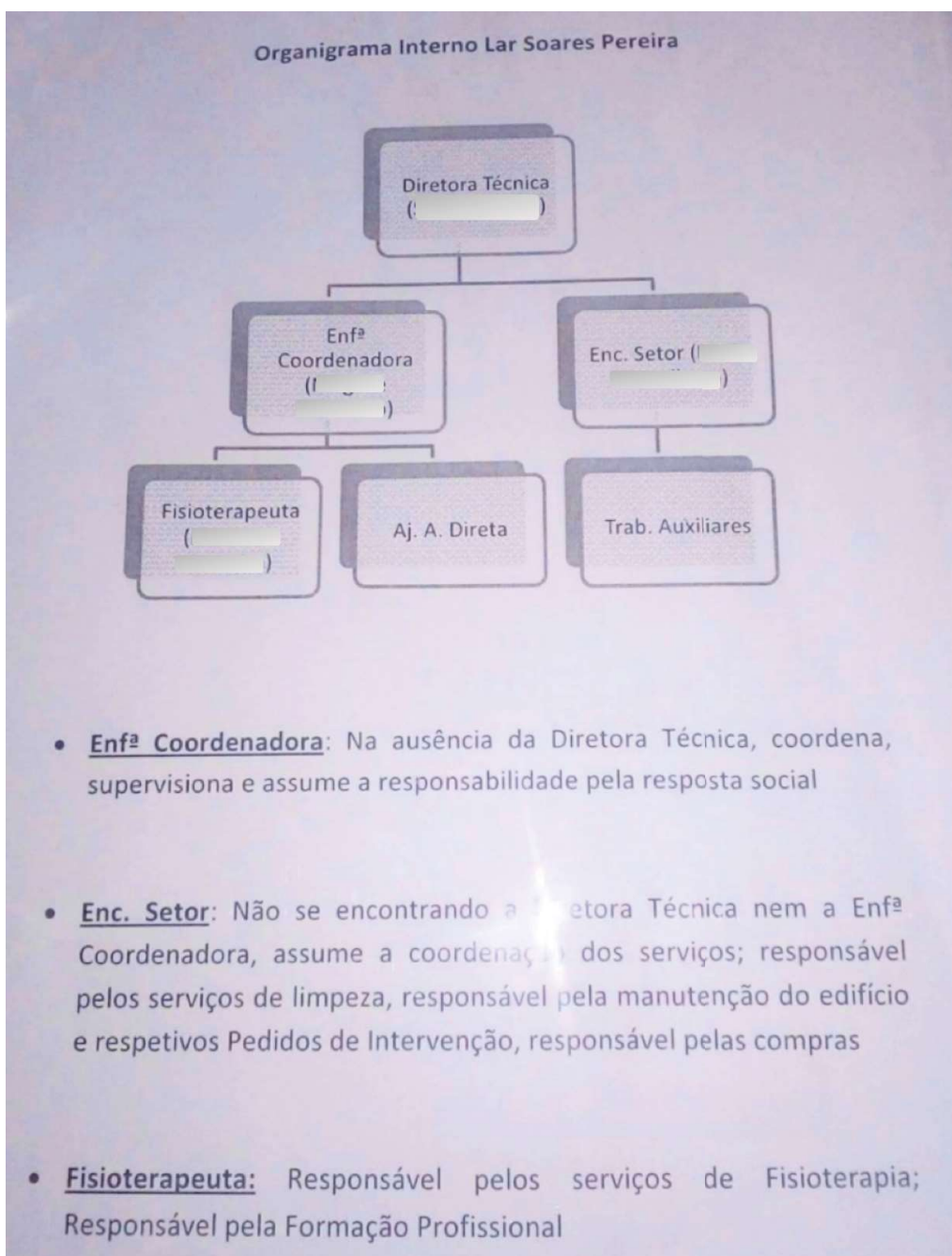
PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES

<p>Jogos Cognitivos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jogo do dominó; • Jogo de Cartas • Jogos de encaixe • Reconhecimento de imagens e objetos; • Entre outros 	<ul style="list-style-type: none"> • Animar e ocupar os tempos livres dos idosos; • Fomentar o espírito de competitividade e entreajuda 	<p>L.S.P</p>	<p>Conforme PSA</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Jogos de memória, • sopa de letras, • Puzzles, • Domino, • Cartas; • Quem Quer Sabe, • entre outros • 50€
<p>Atividades Desportivas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ginástica passiva através de jogos com bolas de trapo, balões, fitas, etc... • Exercícios de aquecimento; • Entre Outros 	<ul style="list-style-type: none"> • Assegurar o bem-estar do cliente, • Combater o sedentarismo, • Prevenção das depressões, • Aumento da autoestima 	<p>L.S.P</p>	<p>Conforme PSA</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Bolas, • Cordas, • Garrafas de plástico, • Elásticos, • Bastões, • Bowling, • Balões; • Entre outros • 50€

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES

	L.S.P	Conforme PSA		
<p>Dia da Beleza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pintura de Unhas • Retirar Buço 	<ul style="list-style-type: none"> • Aumentar a auto-estima • Incentivar para uma imagem cuidada 			<ul style="list-style-type: none"> • Vernizes; • acetona; • cera • depilatória; • pinça ; • limas • descartáveis; • álcool; • creme hidratante; • algodão; • luvas ; • 50€
<p>Atividade Religiosa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Celebração da eucaristia • Reza do Terço • Assistir a cerimónias religiosas (ao vivo pela televisão) 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover momentos de oração, • Desenvolver o lado espiritual e religioso, • Celebrar uma eucaristia por semana, • Potenciar a participação da comunidade na eucaristia 	Conforme PSA	Capelão da SCMAV Ministros da Comunhão	Na

ANEXO G: ORGANOGRAMA DO LAR SOARES PEREIRA



ANEXO H: FICHA DE AVALIAÇÃO SEGUNDO A ESCALA MODIFICADA DE BARTHEL

Escala Modificada de Barthel

Nome: _____ D.N. ___/___/___ HD: _____

<p>CATEGORIA 1: HIGIENE PESSOAL</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. O paciente é incapaz de realizar higiene pessoal sendo dependente em todos os aspectos. 2. Paciente necessita de assistência em todos os passos da higiene pessoal. 3. Alguma assistência é necessária em um ou mais passos da higiene pessoal. 4. Paciente é capaz de conduzir a própria higiene, mas requer mínima assistência antes e/ou depois da tarefa. 5. Paciente pode lavar as mãos e face, limpar os dentes e barbear, pentear ou maquiar-se.
<p>CATEGORIA 2: BANHO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente dependente para banhar-se. 2. Requer assistência em todos os aspectos do banho. 3. Requer assistência para transferir-se, lavar-se e/ou secar-se; incluindo a inabilidade em completar a tarefa pela condição ou doença. 4. Requer supervisão por segurança no ajuste da temperatura da água ou na transferência. 5. O paciente deve ser capaz de realizar todas as etapas do banho, mesmo que necessite de equipamentos, mas não necessita que alguém esteja presente.
<p>CATEGORIA 3: ALIMENTAÇÃO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dependente em todos os aspectos e necessita ser alimentado. 2. Pode manipular os utensílios para comer, usualmente a colher, porém necessita de assistência constante durante a refeição. 3. Capaz de comer com supervisão. Requer assistência em tarefas associadas, como colocar leite e açúcar no chá, adicionar sal e pimenta, passar manteiga, virar o prato ou montar a mesa. 4. Independência para se alimentar um prato previamente montado, sendo a assistência necessária para, por exemplo, cortar carne, abrir uma garrafa ou um frasco. Não é necessária a presença de outra pessoa. 5. O paciente pode se alimentar de um prato ou bandeja quando alguém coloca os alimentos ao seu alcance. Mesmo tendo necessidade de algum equipamento de apoio, é capaz de cortar carne, serve-se de temperos, passar manteiga, etc.
<p>CATEGORIA 4: TOALETE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente dependente no uso vaso sanitário. 2. Necessita de assistência no uso do vaso sanitário 3. Pode necessitar de assistência para se despir ou vestir, para transferir-se para o vaso sanitário ou para lavar as mãos. 4. Por razões de segurança, pode necessitar de supervisão no uso do sanitário. Um penico pode ser usado a noite, mas será necessária assistência para seu esvaziamento ou limpeza. 5. O paciente é capaz de se dirigir e sair do sanitário, vestir-se ou despir-se, cuida-se para não se sujar e pode utilizar papel higiênico sem necessidade de ajuda. Caso necessário, ele pode utilizar uma comadre ou penico, mas deve ser capaz de os esvaziar e limpar.
<p>CATEGORIA 5: SUBIR ESCADAS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. O paciente é incapaz de subir escadas. 2. Requer assistência em todos os aspectos relacionados a subir escadas, incluindo assistência com os dispositivos auxiliares. 3. O paciente é capaz de subir e descer, porém não consegue carregar os dispositivos, necessitando de supervisão e assistência. 4. Geralmente, não necessita de assistência. Em alguns momentos, requer supervisão por segurança. 5. O paciente é capaz de subir e descer, com segurança, um lance de escadas sem supervisão ou assistência mesmo quando utiliza os dispositivos.
<p>CATEGORIA 6: VESTUÁRIO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. O paciente é dependente em todos os aspectos do vestir e incapaz de participar das atividades. 2. O paciente é capaz de ter algum grau de participação, mas é dependente em todos os aspectos relacionados ao vestuário 3. Necessita assistência para se vestir ou se despir. 4. Necessita assistência mínima para abotoar, prender o soutien, fechar o zipper, amarrar sapatos, etc. 5. O paciente é capaz de vestir-se, despir-se, amarrar os sapatos, abotoar e colocar um colete ou órtese, caso eles sejam prescritos.
<p>CATEGORIA 7: CONTROLE ESFINCTERIANO (BEXIGA)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. O paciente apresenta incontinência urinária. 2. O paciente necessita de auxílio para assumir a posição apropriada e para fazer as manobras de esvaziamento. 3. O paciente pode assumir a posição apropriada, mas não consegue realizar as manobras de esvaziamento ou limpar-se sem assistência e tem freqüentes acidentes. Requer assistência com as fraldas e outros cuidados. 4. O paciente pode necessitar de supervisão com o uso do supositório e tem acidentes ocasionais. 5. O paciente tem controle urinário, sem acidentes. Pode usar supositório quando necessário.

CATEGORIA 8: CONTROLE ESFINCTERIANO (INTESTINO)
<ol style="list-style-type: none"> O paciente não tem controle de esfíncteres ou utiliza o cateterismo. O paciente tem incontinência, mas é capaz de assistir na aplicação de auxílios externos ou internos. O paciente fica geralmente seco ao dia, porém não à noite e necessita dos equipamentos para o esvaziamento. O paciente geralmente fica seco durante o dia e a noite, porém tem acidentes ocasionais ou necessita de assistência com os equipamentos de esvaziamento. O paciente tem controle de esfíncteres durante o dia e a noite e/ou é independente para realizar o esvaziamento.
CATEGORIA 9: DEAMBULACAO
<ol style="list-style-type: none"> Totalmente dependente para deambular. Necessita da presença constante de uma ou mais pessoas durante a deambulação. Requer assistência de uma pessoa para alcançar ou manipular os dispositivos auxiliares. O paciente é independente para deambular, porém necessita de auxílio para andar 50 metros ou supervisão em situações perigosas. O paciente é capaz de colocar os braces, assumir a posição ortostática, sentar e colocar os equipamentos na posição para o uso. O paciente pode ser capaz de usar todos os tipos de dispositivos e andar 50 metros sem auxílio ou supervisão. <p style="text-align: center;">Não pontue esta categoria caso o paciente utilize cadeira de rodas</p>
CATEGORIA 9: CADEIRA DE RODAS *
<ol style="list-style-type: none"> Dependente para conduzir a cadeira de rodas. O paciente consegue conduzi-la em pequenas distâncias ou em superfícies lisas, porém necessita de auxílio em todos os aspectos. Necessita da presença constante de uma pessoa e requer assistência para manipular a cadeira e transferir-se. O paciente consegue conduzir a cadeira por um tempo razoável e em solos regulares. Requer mínima assistência em espaços apertados. Paciente é independente em todas as etapas relacionadas a cadeira de rodas (manipulação de equipamentos, condução por longos percursos e transferências). <p style="text-align: center;">Não se aplica aos pacientes que deambulam.</p>
CATEGORIA 10: TRANSFERENCIAS CADEIRA/CAMA
<ol style="list-style-type: none"> Incapaz de participar da transferência. São necessárias duas pessoas para transferir o paciente com ou sem auxílio mecânico. Capaz de participar, porém necessita de máxima assistência de outra pessoa em todos os aspectos da transferência. Requer assistência de outra pessoa para transferir-se. Requer a presença de outra pessoa, supervisionando, como medida de segurança. O paciente pode, com segurança, aproximar-se da cama com a cadeira de rodas, freiar, retirar o apoio dos pés, mover-se para a cama, deitar, sentar ao lado da cama, mudar a cadeira de rodas de posição, e voltar novamente para cadeira com segurança. O paciente deve ser independente em todas as fases da transferência.

Tabela 9: Pontuação do Índice de Barthel Modificado

Item	Incapaz de realizar a tarefa	Requer ajuda substancial	Requer moderada ajuda	Requer mínima ajuda	Totalmente independente
Higiene Pessoal	0	1	3	4	5
Banho	0	1	3	4	5
Alimentação	0	2	5	8	10
Toilete	0	2	5	8	10
Subir escadas	0	2	5	8	10
Vestuário	0	2	5	8	10
Controle de Bexiga	0	2	5	8	10
Controle intestino	0	2	5	8	10
Deambulação	0	3	8	12	15
Ou cadeira de rodas*	0	1	3	4	5
Transferência cadeira/cama	0	3	8	12	15
					100

Interpretação do Resultado	75 a 51 pontos - dependência moderada
100 pontos - totalmente independente	50 a 26 pontos - dependência severa
99 a 76 pontos - dependência leve	25 e menos pontos - dependência total

ANEXO I: INQUÉRITO DE AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO DOS RESIDENTES E FAMILIARES/REPRESENTANTES



QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO CLIENTES / FAMILIARES

Cliente Familiar

Valência: _____

A procura da melhoria contínua, com vista a uma cada vez **melhor prestação do nosso serviço**, é o principal compromisso estabelecido na nossa Instituição.
Não há respostas certas ou erradas relativamente a qualquer dos itens, pretendendo-se apenas a sua opinião pessoal e sincera.
Este questionário é de natureza **confidencial e anónima**.

1. Funcionamento da Instituição:

1.1. Os horários de funcionamento são:

Inadequados Adequados

1.2 Estado de limpeza e arrumação das instalações:

Mau Razoável Bom Muito Bom

2. Colaboradores e Recetividade:

2.1. Como classifica o desempenho dos profissionais?

Mau Razoável Bom Muito Bom

2.2. Os colaboradores têm perfil adequado ao desempenho das suas funções?

Não Nem por isso Sim

2.3. O(A) Responsável da Valência está sempre contactável?

Não Nem por isso Sim

2.4. Falam-lhe com agrado?

Não Nem por isso Sim

3. Atendimento e Informação:

3.1. Como classifica o atendimento?

Mau Razoável Bom Muito Bom

3.2. Como classifica a informação recebida sobre a Instituição, as épocas festivas e actividades:

Pouca Razoável Muita

4. Actividades:

4.1. Está satisfeito(a) com as actividades aqui desenvolvidas?

Nada Um pouco Bastante Muito

4.2. Quais as actividades que acha mais importantes?

5. Refeições:

5.1. Está satisfeito(a) com as refeições servidas?

Não Nem por isso Sim

5.2. Gostaria de poder participar na elaboração das ementas semanais?

Não Nem por isso Sim

5.3. Sugestões: _____

6. Apreciação Geral:

6.1. O que mais lhe agrada na nossa Instituição?

6.2. O que gostaria de ver melhorado?

6.3. Considerando todos os aspectos, está satisfeito(a) com a Instituição?

Nada Um pouco Bastante Muito

6.4. Recomendaria a nossa Instituição a outras pessoas?


Sim Não

Porquê? _____

Data: ____/____/____

Obrigada pela sua colaboração!

ANEXO J: RESULTADOS DO INQUÉRITO DE SATISFAÇÃO DE 2017

 **SANTA CASA**
MUNICIPALIDADE DE ARCOS DE VALDEVEZ

AVISO

Foi aplicado o Inquérito de Satisfação, durante o mês de Agosto de 2017, aos Clientes/Utentes e Familiares do **LAR SOARES PEREIRA**, com os seguintes resultados:

Valor Percentagem	
$X < 45$	Não Satisfaz
$45 \leq X \leq 75$	Satisfaz
$X > 75$	Bom

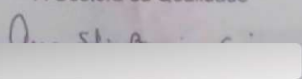
FAMILIARES - **90 %**= BOM

CLIENTES/UTENTES - **89 %**= BOM

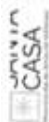
MÉDIA - **89,5 %**= Bom

Agradecemos a Vossa colaboração no preenchimento dos Inquéritos, pois só desta forma conseguimos trabalhar para uma melhoria contínua.

Arcos de Valdevez, 24 de novembro de 2017.

A Gestora da Qualidade


ANEXO K: ANALISE SWOT¹



ANALISE SWOT

Processo: Lar Idosos Soares Pereira

AMBIENTE INTERNO		AMBIENTE EXTERNO	
<p>FORÇAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organização Estratégica – SGQ - Equipes de Trabalho Multidisciplinares - Intergeneracionalidade - Acompanhamento dos colaboradores, reforço trabalho em equipa e motivação - Dinamização de atividades físicas e lúdicas focadas no bem estar biopsicosocial dos nossos clientes 	<p>OPORTUNIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estabelecimento de Novas Parcerias - Optimizar a notoriedade e reputação da Resposta Social - Comunicação Interna e Externa para divulgação de atividades/respostas - Reforçar a disponibilidade dos voluntários para novas atividades - Envelhecimento demográfico do público alvo 	<p>FRAQUEZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recursos Humanos Deficitários (Elevada taxa de absentismo) - Idade Avançada dos Colaboradores - Infra-estruturas carecidas de melhorias - Falta de recursos para a realização de novas atividades e ocupação de tempos livres 	<p>AMEAÇAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concorrência no setor - Evolução de Legislação e normas - Evolução da natureza das exigências dos clientes e familiares - Falta de Iniciativas da Comunidade para a população idosa - Famílias pouco presentes e colaborantes

¹ Elaborada pelo LSP em Janeiro de 2018

APÊNDICE A: MODELO SELEÇÃO – OTIMIZAÇÃO – COMPENSAÇÃO

O modelo SOC, proposto por Paul Baltes e Margret Baltes (1993) é um conceito psicossocial fluído que acompanha o ser humano ao longo do seu desenvolvimento e que se torna mais marcado durante o processo de envelhecimento. Tal como Fonseca (2005, p.102) resume “o modelo SOC preconiza que um processo adaptativo bem-sucedido e com efeitos desenvolvimentais positivos consiste na obtenção de um resultado desenvolvimental, onde se conjuguem uma maximização de ganhos e uma minimização de perdas através do recurso a processos de seleção, otimização e compensação.”

Como é perceptível pelo nome, neste modelo a pessoa passa por três processos o da seleção, o da otimização e o da compensação. Segundo Baltes e Carstensen (1996) e Baltes, Staudinger e Lindenberger (1999), o processo de seleção é quando o mais velho escolhe os objetos que lhe são mais desejáveis, esta pode ser dividida em “seleção escolhida”, ou seja quando o sujeito tem a possibilidade de definir por si próprio a escolha que deseja e a “seleção baseada em perdas” quando uma perda (ou perdas) o restringe para uma determinada escolha. A otimização acontece quando o adulto mais velho obtém, usa e aprimora os recursos disponíveis no seu contexto para maximizar os seus níveis de desempenho para atingir os seus objetivos e prevenir os resultados indesejáveis. Por fim a compensação, por outras palavras, a produção de soluções funcionais para um resultado positivo no cumprimento do objetivo. Estas respostas são divididas em alterações dos meios ou em alterações dos próprios objetivos para colmatar alguma perda dos meios ou recursos (Baltes & Carstensen, 1996; Baltes, Staudinger & Lindenberger, 1999). A figura 5 representa este modelo SOC de uma forma esquemática.

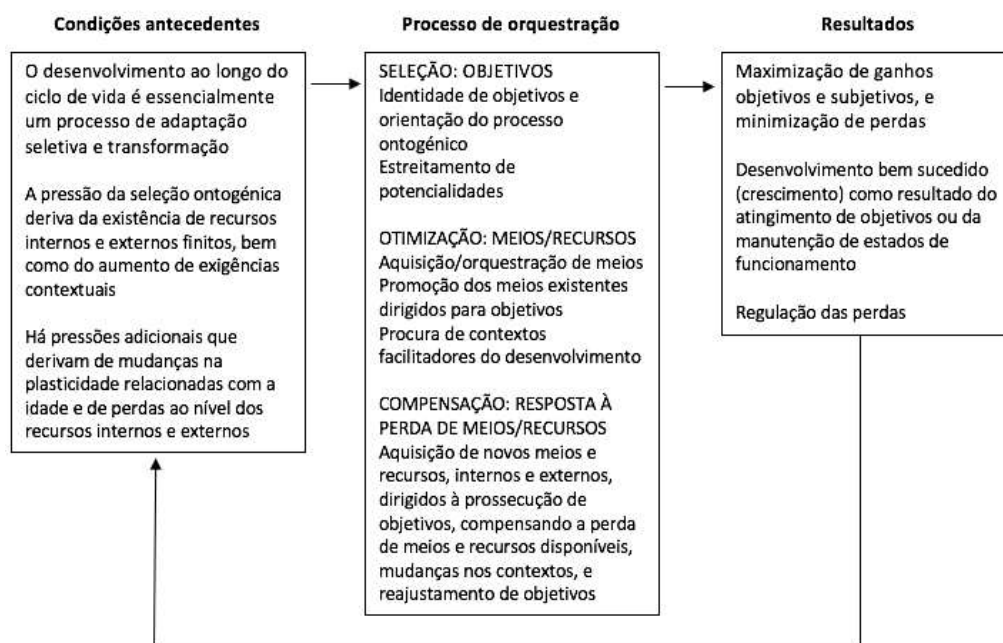


Figura 3: Modelo SOC (Traduzido de Baltes, Staudinger & Lindenberger, 1999 p.483)

Baltes e Smith (2006, p.24) escrevem no seu artigo um exemplo bastante prático do modelo SOC, retratando uma fase da vida do pianista Rubinstein que aos 80 anos “quando lhe perguntaram como conseguia ser um grande pianista de concerto com aquela idade, ele citou três razões: tocava menos peças, praticava-as com mais frequência do que no passado, e usava contrastes no andamento para simular que estava tocando mais depressa do que realmente era capaz. Rubinstein reduziu seu repertório (seleção). Isso lhe permitiu praticar mais cada peça (otimização). Finalmente, usou contrastes de velocidade para mascarar as perdas de velocidade na mecânica do dedilhado, um caso de compensação.”

É devido a este modelo que envolve um jogo entre as perdas e os ganhos durante o processo de envelhecimento de um sujeito que Alaphilippe e Bailly (2013, p.35) afirmam que perante as “alterações biológicas, psicossociais, socioeconómicas, os idosos vão pôr em prática estratégias de reorientação dos objetivos e de regulação, que permitem chegar a um envelhecimento bem-sucedido”.

Referências

- Alaphilippe, D. & Bailly, N. (2005). *Psicologia do adulto idoso*. Lisboa: Edições Piaget.
- Baltes, M. & Carstensen (1996). The process of successful ageing. *Ageing and Society*, 16 (4), 397-422.
- Baltes, P. & Baltes, M. (1993) Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In: P., Baltes (Eds), M. Baltes. *Successful Aging: Perspectives from the behavioral sciences*, (pp.1-34). Cambridge: Cambridge University Press.
- Baltes, P., Staudinger, U. & Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50, 471-508.
- Baltes, P. & Smith, J. (2006). Novas fronteiras para o futuro do envelhecimento: da velhice bem sucedida do idoso jovem aos dilemas da quarta idade. *A terceira Idade*, 17(36), 7-31 (artigo traduzido do original: baltes, P., & Smith, J. (2003). New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of the fourth age. *Gerontology*, 49(2), 123-135.).
- Fonseca, A. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento* (1ª ed.). Lisboa: Climepsi Editores

APÊNDICE B: UM NOVO LAR

Devido à inexperiência da investigadora na área, ao longo do processo da implementação deste projeto, surgiu a necessidade de compreender o processo de institucionalização. Deste modo surgiu a necessidade da elaboração do presente apêndice, pois seria difícil uma ação psicossocial com adultos mais velhos institucionalizados sem ter consciência do que este ‘institucionalizado’ envolve. Visto que estamos a falar da institucionalização na ótica da intervenção psicossocial, o presente texto irá centrar-se no impacto que esta mudança tem nos mais velhos e não tanto na questão dos equipamentos em si. Contudo existe muita literatura sobre estruturas residenciais para idosos em Portugal que deve e pode ser consultada para uma maior compreensão dos mesmos como por exemplo os manuais elaborados pela Segurança Social e o Despacho Normativo nº67/89.

Contudo é importante entendermos um pouco do conceito deste tipo de instituição. As estruturas residenciais para os mais velhos têm uma história já bastante longa, estes surgiram através dos asilos (este facto é bem notado quando no tópico 1.3.1 da Parte II é relatada a história do LSP) e têm como característica aquilo a que Erving Goffman (1961, p.11) identifica como “instituição total” ou seja “um local de residência e trabalho onde um grande número de indivíduos com situação semelhante, separados da sociedade mais ampla por considerável período de tempo, levam uma vida fechada e formalmente administrada”, por outras palavras, o institucionalizado terá que, não só mudar de residência como de rotina e sofrerá uma quebra na sua rede social.

Com o passar do tempo este tipo de instituição foi sofrendo ligeiras alterações na sua definição. Hoje em dia a Segurança Social, numa perspetiva mais positiva, descreve este tipo de equipamento como uma resposta “destinada a alojamento coletivo, num contexto de ‘residência assistida’, para pessoas com idade correspondente à idade estabelecida para a reforma, ou outras em situação de maior risco de perda de independência e/ou de autonomia que, por opção própria, ou por

inexistência de retaguarda social, sem dependências causadas por estado agravado de saúde do qual decorra a necessidade de cuidados médicos e paramédicos continuados ou intensivos, pretendem integração em estrutura residencial, podendo aceder a serviços de apoio biopsicossocial, orientados para a promoção da qualidade de vida e para a condução de um envelhecimento sadio, autónomo, ativo e plenamente integrado.” (Secretariado de Estado da Segurança Social, s.d., p.2). Deste modo tem como principais objetivos “proporcionar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas; contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento; prestar os apoios necessários às famílias dos idosos, no sentido de fortalecer a relação interfamiliar e preservar, incentivando-os, os laços familiares.” (Despacho Normativo nº67/89, p.2930). No entanto, mesmo com esta visão mais positiva do que é e para que serve um Lar, devido à sua história, este ainda continua a carregar um valor simbólico bastante negativo. A nível social existe ainda um preconceito bastante enraizado de que o Lar é um lugar onde os velhos vão para morrer, um lugar triste e solitário (Fernandes, 1997). O facto da institucionalização ser vista como a “última morada” e não como um “projeto de vida”, independentemente da qualidade que o equipamento tenha, (Jacob, 2012, p.138) traz implicações sérias na hora da decisão (ou aceitação) da ida para a nova residência.

Vários estudos revelam que a pessoa tem um processo de envelhecimento mais positivo quando este ocorre no contexto da sua residência (Arca, 2007), no entanto nem sempre isso é possível. São várias as razões que levam os mais velhos a morarem num Lar, no entanto podemos resumir em perda de autonomia (nas suas variadas formas), dependência, perda do cônjuge, solidão e isolamento, dificuldades financeiras, agravamento do quadro de saúde, deterioração física e/ou mental, perda ou degradação habitacional ou incompatibilidade da habitação às necessidades do mais velho, relações conflituosas com familiares e principalmente ausência de um suporte familiar e/ou social (Bazo, 1991; Correia, 2012; Fernandes, 1997; Guedes, 2008) Tal como Inês Duarte (2011) afirma, normalmente, a institucionalização é uma forma de assegurar a qualidade de vida e a segurança do adulto mais velho perante

um futuro com muitas dificuldades em que os apoios informais reconhecem a sua impotência.

A institucionalização é um processo que começa na escolha do Lar e tal como Goffman (1961) refere este é um processo que por si só já implica dor. Da mesma forma que existem várias formas de envelhecer, também existem diferentes formas de lidar com todo este processo de mudança de residência.

Um dos aspetos mais comentados na literatura, porque é transversal a qualquer pessoa, é que com a mudança de ambiente existe um corte social e dos espaços significativos gerando uma situação de stress para o sujeito (Abreu, Fernandes-Eloi & Sousa, 2017; Bazo, 1991; Danta, et. all., 2013; Faria & Carmo, 2015; Fernandes, 1997; Jacob, 2012; Paúl, 1997; Pereira, 2008; Pereira & Medeiros, 2013).

Existem vários modelos que procuram compreender o processo de institucionalização, como o Modelo Ecológico da Competência-Pressão de Lawton (1977 referido por Faria & Carmo, 2015), este modelo tem por base a competência (o limite máximo das funções do sujeito) e a pressão (grau de rigor da ambiente), por outras palavras conforme o indivíduo vai tendo as suas funcionalidades degradadas o ambiente tem que compensar essas perdas, potenciando (ou não) o comportamento e a capacidade adaptativa do idoso. Um outro modelo é o de Nancy Schollossberg (2011) que afirma que uma mudança é normalmente marcada por uma reorganização da vida e também de uma nova figuração do *self*. Por outro lado é necessário ter em conta de que na sua grande maioria, o sujeito tem pouco controle do processo de institucionalização, consciência de que esta transição tem uma grande probabilidade de ser de carácter permanente e que o mais velho já se encontra numa situação de vulnerabilidade devido a todas as perdas e ganhos intrínsecas ao seu processo de envelhecimento (Faria & Carmo, 2015).

Em Portugal existem poucos estudos sobre os efeitos da institucionalização nos mais velhos. Os mais próximos são: o estudo qualitativo da investigadora Joana Guedes (2008) em que procurou avaliar as implicações que um Lar de um grande centro urbano, tem na identidade dos velhos e o dos investigadores Carla Faria e Macedo Carmo (2015) que conduziram um estudo qualitativo que desbravam o processo de transição e adaptação de 15 pessoas institucionalizados. Iremos então

explorar os resultados de investigação de Faria e Carmo (2015), enriquecendo com algumas situações observadas no LSP.

1. “Tomada de Decisão” – “A institucionalização em lar implica uma tomada de decisão do futuro” e é importante que o idoso tenha espaço de participar nela o máximo possível (Faria & Carmo, 2015, p.439). Um exemplo muito claro do quanto este aspeto influencia o idoso é o discurso completamente diferente de duas idosas do LSP. A D^a Fátima que escolheu vir para o lar e o seu discurso é pautado por uma perceção positiva do Lar: “Sinto-me bem aqui”, “Gosto do Lar e das pessoas”. Em contraste a D^a Bárbara entrou no lar forçada pela filha e todo o seu discurso é bastante depressivo e reflete uma perceção negativa do Lar: “Todos os dias choro”, “Não gosto de ir para a sala”, “tudo aqui chateia-me”, “Fazem tudo para me incomodar”.
2. “Processo de institucionalização” (Faria & Carmo, 2015, p.439) – A forma como o indivíduo viveu o processo de institucionalização, se este foi muito repentino ou se foi gradual, se foi conflituoso ou não. Um exemplo desta situação é a D^a Rosa, que antes de entrar no LSP teve a possibilidade de pesquisar outras estruturas residenciais, de fazer a sua escolha e teve tempo de se preparar para a sua entrada, o seu discurso sobre o Lar é bastante positivo e, apesar de sentir saudades da sua vida antes da mudança de residência, sente-se satisfeita com a sua escolha. “eu gosto muito de aqui estar.”, “gosto do meu quatinho”. Em contraste com a D^a Rosinda que sofreu um processo de institucionalização mais conflituoso (acentuado devido à sua doença neurológica) e que todos os dias pede a várias pessoas que a levem para casa ou tenta ir por ela própria. “A menina pode-me dar boleia para casa?”, “Vou falar com a médica para ter alta”, “Não quero estar aqui”, “Tenho que ir preparar as minhas coisas. Preciso de ajudar o meu filho”.
3. “Posicionamento fase à institucionalização”– Refere-se às memórias e sentimentos que o mais velho viveu no dia da sua entrada assim como “o posicionamento crítico expresso na capacidade de identificar vantagens e desvantagens de viver no lar” (Faria & Carmo, 2015, p.440). Um exemplo

desta situação é a D^a Maria dos Prazeres que afirma “No princípio eu não queria vir, mas foi o melhor para mim”.

Não podemos ignorar que a institucionalização pode facilitar o surgimento (ou a acentuação) de problemas como a depressão, ansiedade, isolamento e solidão (mesmo num local com várias pessoas), desânimo, perda da identidade, dificuldades de integração e o surgimento de conflitos, baixa autoestima, sentimento de abandono, perda da privacidade, perda da intimidade. No entanto não podemos negar que a institucionalização traz muitas vantagens como novas aprendizagens, uma nova rede de amigos e muitas das vezes uma família “adotiva” que, mesmo não conseguindo substituir a família de origem, acaba por colmatar um pouco os sentimentos negativos causados pelo abandono desta (Abreu, Fernandes-Eloi & Sousa, 2017; Bazo, 1991; Danta, et. all., 2013; Faria & Carmo, 2015; Fernandes, 1997; Jacob, 2012; Paúl, 1997; Pereira, 2008; Pereira & Medeiros, 2013).

Faria e Carmo (2015, p.441) terminam o seu artigo afirmando que “a institucionalização ao Lar, na perspetiva dos idosos, constitui-se como um acontecimento desencadeador de um processo de transição que nem sempre culmina num resultado adaptativo com a construção de novos papéis de vida, estatutos e relações”.

Em suma, como vimos o processo de institucionalização não é fácil e varia de pessoa para pessoa. Vimos, também, que o facto do mais velho ter a possibilidade de fazer uma escolha informada quanto à sua institucionalização é de supra importante na forma como este irá lidar com este momento de grande stress. Foi possível concluir que as implicações do processo de institucionalização não terminam ao fim de X tempo no lar, mas influenciam o modo como o individuo vai viver ao longo da sua estadia no novo local. Quando o mais velho passa por este processo de forma saudável, mostra-se mais animado e mais disponível para colaborar nos desafios feitos pela instituição, como por exemplo uma intervenção psicossocial. Por outro lado um adulto mais velho que não aceite todo este processo vai revelar um quadro

mais depressivo, e mostrar maior resistência às várias solicitações feitas pela equipa do Lar.

Independentemente da forma como o idoso lida com o processo de institucionalização, depois desta reflexão, podemos afirmar que uma intervenção psicossocial é essencial ao longo e também após a institucionalização de forma a amenizar, o máximo possível, os danos que este processo potencialmente desencadeia. No entanto, esta intervenção deve de ser cuidada e levar em conta todos os aspetos referidos anteriormente.

Referências

- Abreu, T., Fernandes-Eloi, J. & Sousa, A. (2017). Reflexões acerca dos impactos psicossociais da institucionalização de idosos no Brasil. *Revista Kairós Gerontologia*, 20 (2), 333-352.
- Arca, B. (2007) Apoio familiar e institucional à pessoa idosa. In: A. Osório (Coord.), F. Pinto. *As pessoas idosas: contexto social e intervenção educativa*, (pp.269-280). Lisboa: Instituto Piaget.
- Bazo, M. (1991). Institucionalización de personas ancianas: Um reto sociológico. *Reis: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 53, 149-164.
- Correia, P. (2012). Motivos de institucionalização em lar e satisfação com a vida em idosos da Cova da Beira. *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, vol.V (1), 17-43.
- Dantas, L., Ferreira, L., Andrade, C., Silva, S. & Soares, E. (2013). Impactos da institucionalização na saúde mental do idoso. *Revista Portal*, 36, 35-43.
- Despacho Normativo nº67/89. *Ministério do emprego e da Segurança social*. Diário da República – I Série – nº170 26 de Julho de 1989, 2929-2933.
- Duarte, I. (2011). A institucionalização do idoso no concelho de Anadia. *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, vol.IV (2), 37-46.
- Faria, C. & Carmo, M. (2015). Transição e (in)adaptação ao lar de idosos: Um Estudo qualitativo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 31 (4), 435-442.
- Fernandes, A. (1997). *Velhice e sociedade: Demografia, família e políticas sociais em Portugal*. Oeiras: Celta Editora.
- Goffman, E. (1961). *Manicômios, prisões e conventos*. São Paulo: Editora Perspectiva.

- Guedes, J. (2008). Desafios identitários associados ao internamento em Lar. *VI Congresso Português de Sociologia - Mundos sociais: Saberes e Práticas*, 339, 1-12.
- Jacob, L. (2012) Respostas sociais para idosos em Portugal. In: F. Pereira (Coord.). *Teoria e prática da Gerontologia: um guia para cuidados e idosos*, (pp.128-147). Viseu: Psicosoma.
- Paúl, C. (1997). *Lá para o fim da vida: idosos, família e meio ambiente*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Pereira, C & Medeiros, T. (2013) Bem-estar psicológico em adultos em idade avançada residentes em lar. In: T. Medeiros (Coord.), C. Ribeiro, B. Miúdo, A. Fialho. *Envelhecer e conviver*, (pp.223-246). Ponta Delgada: Letras Lavadas Edições.
- Pereira, F. (2012) A institucionalização do idoso. In: F. Pereira (Coord.). *Teoria e prática da Gerontologia: um guia para cuidados e idosos*, (pp.149-156). Viseu: Psicosoma.
- Pereira, F. (2008). A importância da manutenção relações familiares para o idoso institucionalizado. *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, vol.I (2), 6-10.
- Schlossberg, N. (2011). A model for analyzing human adaptation to transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2-18.
- Secretariado de Estado da Segurança Social (s.d.). *Manual de processos-chave: Estrutura residencial para idosos*. Portugal: Instituto da Segurança Social
- Outros documentos sugeridos, para consulta sobre aspetos técnicos das estruturas residenciais para idosos em Portugal:
- Secretariado de Estado da Segurança Social (s.d.a). *Recomendações técnicas para equipamentos sociais: Lares de idosos*. Portugal: Instituto da Segurança Social.
- Secretariado de Estado da Segurança Social (s.d.b). *Modelo de avaliação da qualidade: Estrutura residencial para idosos*. Portugal: Instituto da Segurança Social
- Secretariado de Estado da Segurança Social (s.d.c). *Questionário de avaliação da satisfação: Estrutura residencial para idosos*. Portugal: Instituto da Segurança Social

APÊNDICE C: MODELO DA DECLARAÇÃO DE CONSENTIMENTO PARA O USO E PUBLICAÇÃO DO NOME DA IDENTIDADE INSTITUCIONAL E DE DADOS RELATIVOS À MESMA²

Declaração

O Lar Soares Pereira, pertencente à Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez, situado em Gandara Nova, Coto Molelo da freguesia do Prozelo, concelho de Arcos de Valdevez, com o código postal 4970-285 Prozelo, Arcos de Valdevez, Viana do Castelo, autoriza que a Ana Margarida Faustino Abel no âmbito das unidades curriculares “Projeto” e “Seminário” do Mestrado em Educação e Intervenção Social – Especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco, na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto, utilize o nome da instituição na produção de documentos para fins académicos e no Relatório Final do Projeto que será apresentado publicamente e, posteriormente, poderá ser disponibilizado online no Repositório do Instituto Politécnico do Porto.

Diretora Técnica

Arcos de Valdevez, 16 de Fevereiro de 2018

² A presente declaração foi devidamente assinada pela Diretora Técnica do LSP, ficando o lar com uma cópia do documento.

APÊNDICE D: CARATERIZAÇÃO DAS PARTICIPANTES NO PROJETO

SRª JOANA³

A Srª Joana é uma mulher minhota de 66 anos, de estatura baixa e de estrutura larga. Tem cabelos pretos e brancos com um corte curto. Tem por costume vestir calças de cores escuras e blusas variando entre cores escuras e claras, usa, normalmente, como calçado pantufas ou chinelos. Usa ainda óculos e um aparelho auditivo no ouvido direito. A Srª Joana apresenta dificuldades na fala devido a uma má formação da língua e dificuldades na marcha necessitando de um andador de quatro pés para se deslocar. É uma mulher que gosta de se arranjar, cuidar e pintar as unhas, usar brincos, pulseiras, fios e anéis.

A idosa descreve-se como uma pessoa divertida, mas revela-se, também, uma pessoa curiosa, persistente, um pouco tímida, que gosta de aprender coisas novas, de passear, fazer sopas de letras, de ler, escrever, de fazer contas, apesar de ter estudado até à 3ª classe (mas não chegou a completar, pois não fez o exame) e principalmente gosta de se manter ocupada.

No que diz respeito à sua rede familiar, a Srª Joana tem uma irmã mais velha que vive nos Estados Unidos da América, sobrinhos e um padrinho que vive no estrangeiro, nunca teve marido nem filhos e viveu grande parte da sua vida com os pais. Apesar de não pertencer à sua família de sangue, a Srª Joana mantém uma relação bastante forte com a D. Rita.

³ Nome foi escolhido pela própria.

Quando era mais nova, a sr^a Joana trabalhava de manhã nos afazeres de casa e à tarde ia levar o almoço à mãe e permanecia com ela ajudando-a na banca que tinha no mercado.

A sua entrada no LSP deu-se na sequência do encaminhamento por parte da Unidade de Cuidados Continuados, onde permaneceu 3 meses. Entrando no lar em Janeiro do decorrente ano, afirma que veio para o lar porque “mandaram”, mas que quando chegou gostou do ambiente. A idosa afirma ainda que gosta de “tudo”, que sente que a servem bem e ressalta o aspeto de que à noite sempre que precisa de ajuda para ir à casa de banho ou para outra coisa, ajudam-na sempre (este aspeto mostra-se importante para a senhora, visto que quando chegou uma das preocupações que mostrou era se haveria alguém que a pudesse ajudar para ir à casa de banho durante a noite). Neste momento, a idosa partilha o seu quarto, do primeiro andar, com outras duas e afirma estar satisfeita com o seu cantinho.

De um modo geral, o seu quotidiano no lar decorre sempre de forma semelhante, a Sr. Joana acorda, espera que uma das Ajudantes de Lar a venha ajudar a sair da cama, dar banho e vestir; de seguida desce para o refeitório onde come o seu pequeno-almoço; às terças e quintas de manhã faz fisioterapia, onde treina a marcha com obstáculos nas barras paralelas, exercícios de braços com um bastão e das mãos com bolas; depois do almoço vai para o seu sofá (que fica na maior sala de descanso) ver televisão ou fazer os exercícios preparados num caderno elaborado pela animadora sociocultural; às segundas, quartas e sextas de manhã tem por costume participar nas atividades preparadas pela animadora sociocultural; de seguida vai para o almoço; e volta para a atividade preparada pela animadora; de seguida tem o lanche e após o lanche, às vezes a Sr^a Joana vai ao terço outras continua a atividade; janta e vai logo para o quarto descansar. No domingo de manhã tem por costume ver as missas pela televisão.

No que diz respeito às sessões de fisioterapia a idosa afirma que gosta e que a ajudam a sentir-se melhor. Do mesmo modo revela que gosta das atividades que tem tido pois mantém-na ocupada e distraída.

A Sr^a Joana é uma pessoa que gosta de criar novas amizades, dando-se bem tanto com os seus pares como com a equipa do LSP.

A Senhora revela a importância das visitas que vai recebendo dos vários familiares, amigos e principalmente da D. Rita que tem por costume ir ter com ela às segundas, quartas e sextas à tarde.

Ao longo do projeto a idosa destacou-se pela sua persistência e pensamento positivo, deparou-se várias vezes com tarefas que lhe foram difíceis de concluir ou que não concluiu de todo, contudo nunca revelou um discurso negativo, pelo contrário procurava compensar com outra tarefa, acabando o trabalho por ser distribuído de outra forma com as idosas a entreadajudarem-se.

D^a MARIA DOS PRAZERES⁴

A D^a Maria dos Prazeres é uma senhora de 77 anos, de estatura baixa e estrutura larga. Tem cabelos pretos e brancos com um corte curto. Tem por costume vestir calças de cores escuras e blusas de variadas cores, normalmente usa como calçado chinélos. Usa óculos e gosta de usar sempre uns brincos e um medalhão ao pescoço. A D^a Maria dos Prazeres apresenta dificuldades de locomoção, precisando de uma cadeira de rodas, na qual prefere ficar o dia inteiro. Apesar desse problema é uma mulher independente (dentro das suas possibilidades), procura fazer o máximo possível sem pedir ajuda, gosta de se manter ativa e é diferenciada no lar por fazer meias, gorros e cachecóis com lã e procurada por alguns idosos (e até trabalhadores) para coser algumas peças de roupa (como por exemplo fazer a bainha, por elásticos, cozer buracos). Caracteriza-se como uma pessoa divertida que gosta de cantar e que não gosta de incomodar os outros. A estas características pode-se acrescentar o gosto em partilhar o que tem e o de comunicar com outras pessoas.

⁴ Nome foi escolhido pela própria.

Em relação à sua rede familiar, tem quatro irmãs e um irmão e nunca foi casada, nem teve filhos. Viveu grande parte da sua vida na casa da “Patroa”⁵ e a respetiva família, considerando-os e sendo considerada por eles também como família.

Estudou até à 3ª classe e aos 19/20 anos foi para o Porto onde esteve a trabalhar como empregada e cuidadora de crianças na casa de um casal. 4 anos depois, voltou para casa onde se manteve um ano e meio a aprender costura. Aos 24 anos começou a trabalhar na casa dos seus “Patrões”, cuidando da casa, dos terrenos e dos filhos e mais tarde dos netos do casal. Saiu da casa devido ao seu desenvolvimento da sua doença e à necessidade de cuidados que tinha.

A Dª Maria dos Prazeres está no lar há 7 anos e no início não queria vir, depois acabou por perceber que era a melhor solução para si. Durante este tempo teve a oportunidade de ir para um outro lar mais perto dos seus familiares, mas preferiu continuar no LSP. Pois segundo a mesma sente-se bem neste lar, gosta das pessoas que lá estão e salienta o gosto que têm pela Diretora Técnica e por uma das Ajudantes de Lar. Gosta das atividades que lhe são propostas pela animadora sociocultural, nas quais participa ativamente. No lar tem um quartinho individual no rés-chão. E recebe, regularmente, visitas de familiares e amigos. Só não sai mais do lar, com os amigos e familiares, porque afirma se sente constrangida em ter que depender sempre de alguém.

Em relação à sua rotina, a D. Maria dos Prazeres costuma acordar, esperar que uma das ajudantes de lar a venha ajudar a sair da cama, dar banho e vestir; de seguida vai para o refeitório onde come o seu pequeno-almoço; às segundas, quartas e sextas de manhã faz fisioterapia e faz exercícios de braços com um bastão, põe-se em pé e recebe massagens em várias partes do corpo; depois do almoço volta para o seu cantinho na sala de convívio grande e faz as atividades preparadas pela animadora sociocultural; às terças, quintas e sábados de manhã e à tarde, vai para o seu cantinho na sala e faz as malhas; após o lanche, vai sempre ao terço e depois

⁵ Forma como a idosa se refere à Senhora para quem trabalhou mais tempo.

volta para a atividade (quando há); janta; e depois dirige-se para o seu quartinho vê televisão enquanto faz malha, quando deseja pede ajuda para se deitar e dormir. No domingo de manhã tem por costume ver as missas pela televisão.

A D^a Maria dos Prazeres estabelece boas relações com os outros idosos procurando ajudá-los quando pode.

Ao longo da execução do projeto foi-se destacando pelo seu espírito de liderança e por aceitar ajudar na coordenação de algumas tarefas pondo o restante grupo a trabalhar mesmo sem a presença da animadora sociocultural ou da investigadora.

D^a FÁTIMA⁶

A D^a Fátima também é minhota e tem 79 anos, é de estatura média e estrutura larga. Tem cabelos pretos e brancos com um corte curto. Costuma vestir calças em tons mais escuros e blusas de várias cores, preferindo como calçado sapatos pretos. Usa óculos. A senhora tem dificuldades em se deslocar, precisando do apoio de uma cadeira de rodas, no entanto ao contrário da D. Maria dos Prazeres não tem por costume ficar o tempo todo na cadeira de rodas, costumando sentar-se no sofá quando não há atividade. Posto isto é interessante averiguar que as diversas transferências (cadeira-sofá – cadeira) são feitas pela própria idosa precisando de um pequeno apoio de alguém. Apresenta também como característica física os sinais de um cancro da mama direita que já ultrapassou. Caracteriza-se como uma pessoa que apesar de usar uma cadeira de rodas não está inválida, que sempre que pode ajuda e que está pronta para qualquer coisa. A este perfil podemos acrescentar que é uma mulher perfeccionista e que gosta de se manter ocupada. Em relação aos gostos,

⁶ Nome foi escolhido pela própria.

sempre gostou de costurar, sente pena por já não conseguir, e também gosta de bordar.

No que diz respeito à sua rede familiar, a D^a Fátima veio de uma família com doze filhos, dos quais seis mulheres e seis homens. Hoje quatro irmãos já morreram (três homens e uma mulher) restando oito. A idosa é viúva, e apesar de ir contra a vontade da família do marido que não a aceitou, foi casada por volta de 40 anos, relembra várias vezes o seu casamento considerando-o que foi “muito feliz”, o seu marido tratava-a muito bem. Este morreu com um ataque de coração, deixando a D^a Fátima e uma filha que hoje tem 57 anos e é professora de música. A D^a Fátima tem dois netos um homem de 30 anos e uma mulher de 21.

A nível escolar concluiu o segundo ano, chegou a estar em casa a trabalhar em costura fazendo coisas para amigos e familiares. Trabalhou numa mercearia que abriu com o seu marido para que pudessem casar.

Veio para o lar há 5 anos por vontade própria. Após o falecimento do filho, disse à sua filha que não queria ser um peso na sua vida e que preferia ir para um lar onde encontraria pessoas nas mesmas condições que ela. Mesmo a filha não concordando com a ideia da mãe num lar, a D^a Fátima manteve-se firme e como já conhecia o LSP (porque já teve um familiar neste lar) pediu para ficar. Está satisfeita com a limpeza e o cuidado das colaboradoras gosta das atividades que realiza no lar, mas afirma ainda ter dificuldade de se adaptar à comida. Gosta do seu quarto, que divide com outra idosa. No seu discurso salienta o carinho que tem pela Diretora Técnica, a qual afirma que “quando estive doente, foi mais que minha mãe”.

Em relação à sua rotina, a D. Fátima costuma acordar, esperar que a ajudem a cuidar de si; de seguida vai para o refeitório comer o pequeno-almoço; às segundas, quartas e sextas de manhã faz fisioterapia em faz exercícios de braços com uma bastão, põe-se em pé no espaldar e estica-se o máximo que pode, exercita a marcha nas barras paralelas e recebe massagens em várias partes do corpo; depois do almoço volta para a sala de convívio grande e faz as atividades preparadas pela animadora sociocultural; às terças, quintas e sábados de manhã e à tarde, vai para o seu sofá da sala e vê televisão; após o lanche, vai sempre ao terço e depois volta para a atividade (quando há); depois do jantar é a única idosa que volta para a sala e fica a

ver televisão o tempo que deseja; quando deseja pede ajuda para se deitar e dormir. No domingo de manhã tem por costume ver as missas pela televisão.

Destaca-se ao longo do projeto pela sua crescente prontidão para participar nas atividades, se no início era preciso alguma insistência, no fim do projeto era só avisar o que seria feito no próximo dia que a senhora preparava-se para o momento.

D^a ROSA⁷

A D^a Rosa também é uma minhota de 79 anos, de estatura e estrutura média, de cabelos pretos e brancos com um corte curto. Veste-se sempre de preto (calças e blusas) com uma bata aos quadrados branca e preta e calça sapatos. Usa óculos na maioria do tempo, menos para ver ao perto, gosta de usar também brincos. A D^a Rosa tem dificuldades na sua deslocação devido ao problema que tem nos joelhos que faz com que as suas pernas fiquem arqueadas, desta forma precisa do auxílio de duas muletas e tem dificuldade em percorrer grandes distâncias.

A idosa identifica-se como uma mulher alegre, divertida, de “boa boca”, que se dá bem com toda a gente. Pode-se acrescentar que é também uma pessoa trabalhadora, humilde e por vezes um pouco apressada. Gosta de fazer de tudo um pouco, de costura, de aprender coisas novas e de falar.

No que diz respeito à sua rede familiar, teve dois irmãos e três irmãs (destes dois irmãos já faleceram). É viúva, casou com 25 anos e esteve casada por 52 anos com o seu marido que morreu com 75 anos devido a uma doença no coração. Tem quatro filhos, um rapaz e três raparigas em que o mais novo tem 40 anos. Em relação aos filhos, todos moram em França vindo visitá-la quando estão de férias. A D^a Rosa tem também sete netos, e uma bisneta.

⁷ Nome foi escolhido pela própria.

Quando era pequena frequentou a escola até à 3ª classe, mas nunca chegou a fazer o exame. Contudo não conseguiu aprender nada da escola, porque só ia uma vez por semana (a escola era muito longe da sua casa) para não apanhar a multa. No entanto afirma que aprendeu as “letras e os números com as filhas”, visto que as filhas estavam em França e não tinham telemóveis, a Dª Rosa aprendeu a ler e a escrever com as cartas que recebia das filhas.

Entrou no lar devido ao conjunto de vários fatores: o falecimento do seu marido, o agravamento do problema das pernas e o facto de viver numa zona na qual não tinha vizinhos e já tinha sido assaltada duas vezes. Os filhos pediram à mãe para ir para França com eles, mas a Dª Rosa, apesar de já ter estado lá alguns meses preferiu ir para um lar. Depois de alguma pesquisa, preferiu o LSP devido às condições e à sua localização. Entrou no lar em setembro do ano passado.

A idosa afirma estar muito contente com a sua estadia no lar, estando satisfeita com o seu quarto individual no primeiro andar e com a forma como cuidam dela, “todo mundo me trata bem” como afirma. Recebe visitas dos irmãos, dos primos, dos filhos e de vários amigos. Só não sai mais do lar, com familiares e amigos, porque se sente constrangida pela sua dificuldade em andar.

Em relação às rotinas, a Dª Rosa costuma acordar, rezar o terço, massajar os joelhos e colocar as ligas, prepara-se e desce para o refeitório para comer o pequeno-almoço; às segundas, quartas e sextas de manhã faz fisioterapia apenas exercícios com os braços; depois do almoço volta para a sala de convívio grande e faz as atividades preparadas pela animadora sociocultural; às terças, quintas e sábados de manhã e à tarde, vai para o seu sofá da sala e vê televisão; após o lanche, vai sempre ao terço e depois volta para a atividade (quando há); depois do jantar volta para o seu quarto, onde faz as suas coisas, reza o terço e dorme. No domingo de manhã tem por costume ver as missas pela televisão.

É uma senhora bem disposta que gosta de falar com toda a gente, ao longo do projeto tem se destacado por aceitar qualquer desafio que lhe é proposto. Mesmo por vezes sendo uma tarefa que nunca tinha realizado, sempre se empenhou em dar o seu melhor.

D^a RITA⁸

A D^a Rita é uma mulher minhota de 44 anos, de estatura e estrutura média. Tem cabelos negros com um corte pelo ombro. Descreve-se como uma pessoa divertida, e pode-se afirmar que também é cuidadosa e carinhosa com as pessoas. Gosta de ajudar os outros, de comer, participar em várias atividades.

A D^a Rita é casada e têm três filhos. Trabalha a fazer limpezas, cuidar do campo, afirma que “faz de tudo um pouco”.

Conheceu a Sr^a Joana à 10 anos, quando começou a fazer limpezas na casa do pai da idosa. Visto que o senhor já tinha uma certa idade e tinha alzheimer acabou por cuidar do senhor e da sua filha, a D^a Rita. Depois do falecimento do idoso, a Sr^a Joana continuou a cuidar da idosa durante 3 anos. Contudo com o avanço da doença da Sr^a Joana e após um episódio hospitalar, a Sr^a Joana ficou na Unidade de Cuidados Continuados. Mais tarde a D^a Rita viu a possibilidade de entrar no LSP e que seria mais económico e melhor para a S^a Joana. Levou a idosa a conhecer o espaço, e tratou da inscrição, ficando como responsável da Sr^a Joana. Após um mês de adaptação questionou à idosa se queria continuar ou se preferia mudar, a idosa respondeu-lhe que gostava do espaço e queria continuar no lar.

Em relação ao lar, a D^a Rita afirma que é um bom lar, e tem por costume vir todas as tardes de segunda, quarta e sexta, acabando por ajudar e participar em algumas atividades.

Ao longo do projeto a D^a Rita tem se envolvido mais nas atividades, pois acredita que é muito bom para os idosos estarem ocupados e que é importante a participação dos familiares e amigos também.

⁸ Nome foi escolhido pela própria.

MAD⁹

A Mad é uma minhota de 31 anos de estatura média e estrutura magra. Tem cabelos castanhos com um corte pelos ombros. Caracteriza-se como uma pessoa frontal, mas também se revela uma pessoa cuidadosa no seu trabalho e com os idosos, criativa, com muito jeito para trabalhos manuais, gosta de ler, passear, dormir e de ajudar quem precisa.

Vive com o seu marido e é formada em Animação Sociocultural. Fez um estágio na Santa Casa da Misericórdia na sua área residencial entre 2008 e 2009, depois foi trabalhar para a SCMAV, onde está há 9 anos nos dois lares.

Veio trabalhar para a SCMAV porque era uma instituição com a qual já estava familiarizada pois fez os estágios curriculares neste lugar e surgiu esta oportunidade que agarrou.

Às segundas, quartas e sextas trabalha das 10h às 18h no LSP e às terças e quintas trabalha num outro lar pertencente à instituição. Afirma que já é bom estar três vezes por semana no LSP, contudo sente pena por não conseguir fazer um trabalho mais regular e contínuo com os idosos dependentes, devido ao elevado número de idosos.

Em relação ao lar, considera que é um bom sítio para os idosos e que na sua vida laboral esforça-se por se dar bem com os seus colegas. Pertencendo à equipa diretiva do lar, revela-se como um elemento importante na tomada de algumas decisões e esforça-se por manter um ambiente harmonioso no trabalho.

Revela que a seguinte citação serve como mote ao seu trabalho como animadora sociocultural com idosos: “Quanto mais envelhecemos, mais precisamos de ter que fazer. Mais vale morrer do que nos arrastarmos na ociosidade de uma velhice insípida: Trabalhar é viver” (Voltaire)¹⁰.

⁹ Nome foi escolhido pela própria.

¹⁰ A presente citação não foi incluída pela investigadora, mas sim pela Mad que teve por gosto partilhar a citação que serve de mote no seu trabalho.

Dados referentes às Colaboradoras participantes do projeto		
Nome¹¹	Tempo de trabalho no LSP	Cargo
D ^a Cíntia	9 meses	Trabalhadora Auxiliar
D ^a Rafaela	8 anos	Trabalhadora Auxiliar
D ^a Júlia	1 ano	Trabalhadora Auxiliar
D ^a Romina	15 anos	Trabalhadora Auxiliar
D ^a Salomé	15 anos	Trabalhadora Auxiliar
D ^a Carina	29 anos	Trabalhadora Auxiliar
D ^a Larissa	1 ano	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Isaura	1 ano	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Jerusa	3 anos	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Cátia	4 anos	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Clarinda	15 anos	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Rute	29 anos	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Anajúlia	16 anos	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Simone	4 anos	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Roberta	22 anos	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Melissa	-	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Débora	+ 12 anos	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Miriam	-	Auxiliar de Ação Direta
D ^a Manuela	-	Auxiliar de Ação Direta

¹¹ Nomes escolhidos pela investigadora.

D ^a Susana	-	Auxiliar de Ação Direta
Dr ^a Sara	8 anos	Diretora Técnica
Dr ^a Eva	12 anos	Fisioterapeuta
D ^a Margarida	7 anos	Enfermeira
D ^a Cloe	1 ano	Enfermeira
D ^a Leila	48 anos	Encarregada de Sector
Mad	9	Animadora Sociocultural

APÊNDICE E: PLANIFICAÇÃO DA REUNIÃO “EU E O LAR”

Eu e o Lar		
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> - Levar os idosos a refletir no seu dia-a-dia na instituição - Identificar as necessidades sentidas pelos idosos - Refletir em estratégias para dar resposta a essas necessidades 	
Data e hora de realização	20.Março (Terça) – 14h30	
Local	Salão da cave do Lar Soares Pereira	
Duração Prevista	2h	
Estratégia(s)	Jogos e atividades para dinamizar grupos ¹²	
Material	Post-its, marcador preto, 1 cartolina dividida ao meio com “Gosto” e “Não gosto”, chapéu dos “Desejos”, esferográfica, papéis pequenos,	
Desenvolvimento	<p>Serão convidados todos os idosos que não sofram de doenças que possam ser um impedimento à atividade (como por exemplo demência, acamados, sob medicação forte, totalmente dependentes, entre outras).</p> <p>Apresentação da investigadora e da sessão.</p>	<p>Tempo</p> <p>10min</p>

¹² Tirados do livro: Brandes, D. & Phillips, H. (2008). *Manual de jogos educativos – 140 jogos para professores e animadores de grupos* (reimpressão). Lisboa: Padrões Culturais Editora.

	<p>Jogo de aquecimento -> Gente Famosa (adaptado)</p> <p>Colar, na testa, papéis com o nome de outra pessoa que está na sala e fazer perguntas para adivinhar o nome que calhou.</p> <p>Atividade 1 -> Boas notícias e Más notícias (adaptado)</p> <p>Falar sobre o que se gosta e não se gosta no lar.</p> <p>Fazer o registo em duas cartolinas separadas. Ler o registo e debater sobre os aspetos referidos.</p> <p>Atividade 2 -> Chapéu dos desejos (variante do “chapéu dos medos”, adaptado)</p> <p>Usar as “más notícias” para pensar em coisas que desejássemos que acontecessem para mudar o que não se gosta.</p> <p>Escrever em papéis pequenos e colocar no chapéu depois retirar um a um e debater com os idosos as ideias propostas.</p> <p>Despedida</p>	<p>25min</p> <p>40min</p> <p>40min</p> <p>5min</p>
--	--	--

APÊNDICE F: REGISTO DA REUNIÃO “EU E O LAR”

Registo nº 1				
Referência	Eu e o Lar			
Local	Salão da cave do lar Soares Pereira			
Data	20.Março (Terça)			
Hora	Início	14h25	Fim	16h23
Presenças	D ^a Rosa D ^a Marília Sr ^a Joana D ^a Fátima D ^a Olinda			
Descrição	<p>A investigadora lembrou os idosos do encontro que tinham marcado (as horas foram escolhidas pelos idosos) e vários idosos disseram que não queriam participar. No entanto, as cinco idosas que participaram revelaram que queriam ajudar a investigadora no seu “trabalho da escola”.</p> <p>O encontro começou às 14h25 com uma breve apresentação da investigadora em que clarificou a sua presença no lar. De seguida, foi feita uma curta apresentação do objetivo do presente encontro e dos desafios que seriam propostos.</p> <p>Como planificado, o primeiro desafio foi o jogo de aquecimento “Gente Famosa”. Neste jogo a investigadora escreveu o nome de todos os elementos presentes neste momento em post-its. As folhas foram dadas às idosas que escolheram um nome (sem o ver) e colocaram na testa, ficando a investigadora com o que sobrou. Durante o jogo cada um dos participantes foi fazendo perguntas</p>			

(como por exemplo, tenho óculos? Visto um casaco cor-de-rosa?)
para adivinhar qual o nome que tinha calhado:

D^a Maria dos Prazeres -> D^a Maria dos Prazeres

D^a Rosa -> Investigadora

Sr^a Joana -> D^a Rosa

D^a Marília -> Sr^a Joana

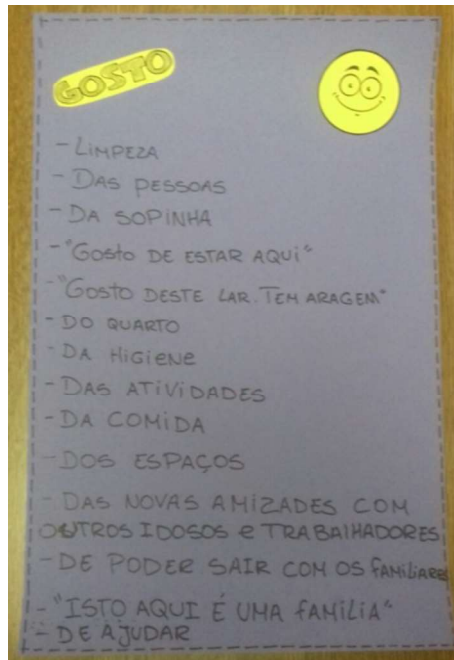
D^a Fátima -> D^a Fátima

Investigadora -> D^a Marília

Depois do jogo de aquecimento foi feita a segunda atividade planeada, “Boas notícias e más notícias”. Neste momento as idosas foram desafiadas a pensar sobre o seu dia-a-dia no Lar e a falar, posteriormente, do que gostam e, de seguida, do que não gostam. Os aspetos levantados pelas idosas foram registados em duas cartolinas – “Gosto” e “Não gosto”.

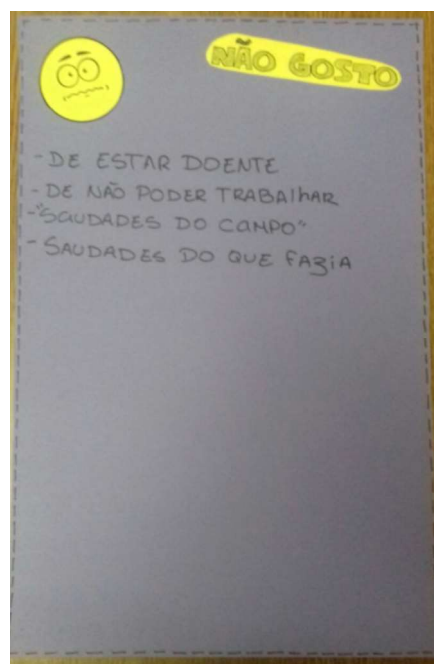
→ Na cartolina “Gosto”:

- Limpeza
- Das pessoas
- Da sopinha
- “Gosto de estar aqui”
- “Gosto deste lar. Tem aragem”
- Do quarto
- Da Higiene
- Das atividades
- Da comida
- Dos espaços
- Das novas amizades com outros idosos e trabalhadores
- De poder sair com os familiares
- “Isto aqui é uma família”
- De ajudar



→ Na cartolina "Não gosto"

- De estar doente
- De não poder trabalhar
- De ter "saudades do campo"
- De ter saudades do que fazia



Aproveitando a atividade anterior, a investigadora encaminhou o grupo para a terceira atividade, o “chapéu dos desejos”. Nesta atividade as idosas foram desafiadas a pensar em um ou mais desejos que tinham. Em seguida, o chapéu passou por todas as idosas e cada uma foi convidada a colocar o chapéu na cabeça e revelar o(s) seu(s) desejo(s) enquanto a investigadora os escreveu em pequenos papéis coloridos. Como as cinco idosas estavam entusiasmadas e falavam ao mesmo tempo foi dito que só podia falar quem tinha o chapéu posto.

Os desejos registados foram:

- Ter mais atividades de ocupação
- Voltar a trabalhar no mato
- Jogar jogos
- Aprender a comunicar melhor
- Não deixar de andar até morrer
- Que os filhos e netos fiquem sempre bem
- Reencontrar a família
- Ir à festa da Nossa Senhora dos Remédios
- Fazer um picnic em Santo Amaro com a família
- Ir à terra



Com o decorrer da conversa que as idosas iam tendo, a investigadora não debateu sobre os desejos, como tinha planejado mas apresentou um cenário que as fez refletir.

Começando por perguntar se gostavam de magia e se já tinham brincado ao “faz de conta”, recebendo respostas afirmativas, a

	<p>investigadora disse: Imaginem que todas nós temos superpoderes, e que podemos fazer tudo o que quisermos, criar tudo o que quisermos, mudar qualquer coisa. E que tínhamos um pedido para mudar uma única coisa do lar, para que ele fosse melhor. O que mudariam?</p> <p>Depois de pensarem cada uma das idosas referiu um aspeto diferente, sempre concordando com a resposta das outras:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Mudava a cozinha para poder-se fazer a comida cá e ponha uma cozinheira” - “fazia uma horta ali no campo do lar” - “plantava flores no jardim da frente” - “fazia um viveiro de frangos e coelhos” - “cuidava do edifício para ficar melhor” <p>Depois de comentar juntamente com as idosas as ideias lançadas, a investigadora encerrou o encontro, agradecendo a presença de cada uma. Durante este momento recebeu algum feedback das idosas, que revelaram felizes por terem aqueles momentos de conversa e reforçaram a ideia de que sempre que pudessem teriam prazer em apoiar a investigadora “com as coisas da escola”.</p>
Reflexão	<p>De modo a fazer uma breve caracterização das idosas, refere-se que as cinco sabiam ler (umas mais rápido do que outras);</p> <p>A D^ª Rosa, a D^ª Marília e a D^ª Maria dos Prazeres trabalharam no campo (a D^ª Rosa e a D^ª Marília no campo da própria casa e a D^ª Maria dos Prazeres para patrões); a D^ª Fátima e a Sr^ª Joana foram donas de casa.</p> <p>A Sr^ª Rita anda com o auxílio de um andarilho de quatro pés com assento; D^ª Rosa usa duas canadianas simples para auxiliar a sua marcha; D^ª Marília usa apenas uma canadiana simples; A D^ª Fátima e</p>

a D^a Maria dos Prazeres deslocam-se numa cadeira de rodas.

A D^a Rosa, Sr^a Joana, D^a Fátima e a D^a Maria dos Prazeres costumam estar na sala de estar maior e de participar nas atividades de animação sociocultural, sendo a D^a Maria dos Prazeres mais ativa do que as restantes pois quando não há atividades tem por hábito fazer meias, golas, cascóis, entre outros produtos de lã ou linha para vender; a D^a Marília costuma permanecer no quarto (tem um quarto individual) onde faz as suas “coisinhas” saindo, normalmente, para as refeições e para rezar o terço;

A D^a Rosa, D^a Fátima foram para o lar de livre vontade e a Sr^a Joana entrou reencaminhada de uma Unidade de Cuidados Continuados;

As cinco senhoras encontram-se perfeitamente integradas na dinâmica do lar, revelando-se confortáveis com a sua situação;

As idosas são relativamente independentes nos seus autocuidados, sendo que, umas (mais que outras) precisam de algum apoio nas tarefas;

Todas revelaram que têm contacto com os familiares e amigos (quer por visitas, quer por telefonemas);

São cinco senhoras muito conversadoras, bem-dispostas, colaborantes e divertidas.

No início do jogo de aquecimento as idosas estavam confusas, mas foi interessante ver como aos poucos foram entendendo a dinâmica do jogo com o apoio da investigadora e, principalmente, com o apoio das outras idosas que entenderam mais rápido e foram dando dicas para ajudar. Durante este jogo as senhoras pareciam divertidas e no fim do mesmo mais descontraídas.

Na primeira atividade, “Boas notícias e más notícias”, a meio do momento de falar sobre as coisas boas referiram alguns aspetos que

não gostavam como alguma situação em que uma trabalhadora falou de forma mais agressiva, contudo, no geral, mostram gostar das pessoas que cuidam delas.

Um outro aspeto interessante foi a dificuldade que tiveram em falar aspetos negativos sobre o lar levantando aqui duas hipóteses: a) não o fizeram porque de facto se sentem satisfeitas com o serviço do lar, pois disseram “não sei... eu gosto das pessoas, gosto como me tratam”; b) não revelaram porque tem medo de “falar mal” do lar, visto que no início do encontro uma das idosas comentou “ah pois, não podemos falar mal do lar, não é D^a Aninha?”. Contudo a resposta da investigadora foi no sentido de que aquele era o espaço para se falar do que se quer e do que se sente sem medo de ser julgada.

A atividade do chapéu tinha inicialmente o objetivo de perceber os desejos que os idosos tinham para mudar o que apontaram no “não gostaram” e depois de todos os desejos estarem no chapéu seria retirado um a um para se debater sobre eles, no entanto, esse objetivo não foi concretizado. Contudo, esta atividade foi interessante pois revelou o desejo que as idosas tem de estar com os seus familiares; “matar saudades” das suas terras, casa, campos; de ter mais ocupação; e de melhorar a sua condição de saúde.

Esta atividade foi particularmente difícil pois as idosas estavam a interferir (por vezes de forma prejudicial) nos desejos umas das outras, de forma a alterar a situação, a investigadora incluiu um elemento novo nesta atividade (partindo da atividade anterior): só falava quem tinha o chapéu na cabeça. Desta forma o reboliço acalmou e cada uma das idosas pôde partilhar o seu desejo sem medo de se sentir julgada. Sendo interessante ainda apontar o facto de que as próprias idosas se corrigiam umas às outras quando falavam fora do tempo.

Como as idosas, em conversa espontânea, acabaram por comentar os desejos revelados, a investigadora não fez o debate, como tinha planeado. Aproveitando o curso da conversa das senhoras, apresentou o cenário de “faz de conta”, o que se revelou uma mais valia para a obtenção de informação, como, por exemplo, o desejo que as idosas têm em fazer alguma coisa no campo (aproveitando o campo do lar, como as próprias idosas referiram) e de cuidar do lar como da sua casa.

Ao longo deste encontro foi relativamente difícil centrar as conversas no assunto em discussão. Com isto, as idosas, na ótica da investigadora, revelaram um gosto de recordar as experiências vividas, um sentimento de falta de espaço para serem ouvidas e um sentimento de alegria nas partilhas que realizaram e por sentirem que estão a ser ouvidas por um grupo.

Nas várias conversas que foram tidas ao longo do encontro, houve uma situação que as idosas reforçaram bastante, estas revelaram que se sentem ouvidas pelas trabalhadoras do lar: “Eu disse à D^a Evinha e ela fez como pedi.” “Sim, eu aqui sinto que sou bastante ouvida.”.

Um outro aspeto que se verificou é que, no início, as idosas julgavam-se mais “Oh mulher, não digas isso”, mas ao longo do encontro, com a interferência da investigadora, entenderam que era um espaço de partilha sem julgamentos e esta situação verificou-se com menor frequência.

Foi interessante também observar as expressões de felicidade ao relembrem e partilharem as suas aventuras no campo e ao explicarem como são as suas casas.

No final, foi satisfatório ouvir o feedback das idosas e vê-las sorridentes pelos momentos de conversa que tivemos.

APÊNDICE G: PLANIFICAÇÃO DA REUNIÃO “EU E O LAR: UM OLHAR PARA A PRÁTICA” I

Eu e o Lar: um olhar para a prática		
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> - Levar os vários elementos a refletir sobre as suas práticas no lar - Identificar os problemas sentidos durante a sua prática - Identificar os recursos/potencialidades do lar 	
Data e hora de realização	21.Março (Quarta) – 14h30	
Local	Salão da cave do Lar Soares Pereira	
Duração Prevista	1h15	
Estratégia(s)/ Metodologia	Jogos para dinamizar grupos ¹³ ; World café	
Material	6 Cartolinas, estrelas de feltro, post-it coloridos e de vários tamanhos, marcadores coloridos, colas, tesouras, bolinhos, bebidas, folhas de questões, fita cola, bolas de partilha	
Desenvolvimento	Serão convidados todos os trabalhadores do lar, contudo a sua participação é voluntária.	Tempo
	Apresentação da investigadora e da sessão	5min
	Jogo de aquecimento – “Cenas quotidianas”	15min

¹³ Retirados do livro: Brandes, D. & Phillips, H. (2008). *Manual de jogos educativos – 140 jogos para professores e animadores de grupos* (reimpressão). Lisboa: Padrões Culturais Editora.

	<p>(adaptado)</p> <p>Formam-se pares, e atribui-se a cada um uma cena do dia-a-dia do lar. Fazem-se as improvisações em mímica, uma a uma. Os restantes pares devem identificar a cena em representação.</p> <p>Cenas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Uma sessão de fisioterapia Transferir um idoso da cadeira de rodas para o sofá Cuidar da limpeza de um quarto Jogar o Bingo Prestar cuidados de enfermagem a um idoso Dar banho a um idoso Dar as refeições na cantina <p>Explicação da atividade (world café):</p> <p>O grupo será dividido em subgrupos de 4/6 elementos, sendo que um dos 4/6 receberá uma estrela. Cada grupo terá à sua disposição 1 cartolina, post-its, marcadores coloridos, entre outros materiais, para exporem o resultado da reflexão em grupo. A cada grupo será dado uma folha com a questão a debater. Após 20min de debate a investigadora irá avisar para trocarem de mesa, começar o novo debate, com uma nova questão e completar a cartolina. No final, cada elemento volta para o seu grupo de origem e o que recebeu a estrela irá revelar as conclusões registradas na cartolina.</p> <p>Questão 1: O que sentem que deve de ser melhorado nas práticas do lar?</p> <p>Questão 2: Quais são as</p>	50min
--	--	-------

	potencialidades/recursos que identificam no lar?	
	Despedida e informação da atividade do dia 4 de Abril.	5min

APÊNDICE H: REGISTO DA SESSÃO “EU E O LAR: UM OLHAR PARA A PRÁTICA” I

Registo nº 2				
Referência	Eu e o lar: um olhar para as práticas			
Local	Salão da cave do Lar Soares Pereira			
Data	21. Março (Quarta)			
Hora	Início	14h40	Fim	15h40
Presenças	Mad Fis. Eva D ^a Susana D ^a Leila D ^a Roberta Enf. Margarida Enf. Cloe			
Descrição	<p>Todos trabalhadores foram informados através de um convite afixado no local apropriado:</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;">Convite</p> <p>Olá! Convido todos os trabalhadores do Lar a estarem presentes na conversa que decorrerá dia 21 de Março (Quarta-Feira) às 14h30 no salão da cave.</p> <p>Esta conversa terá, a duração de 2h e o objetivo é refletirmos em conjunto sobre as práticas do lar.</p> <p>Não faltes, pois, a tua opinião é muito valiosa.</p> <p style="text-align: right;">Até lá, Ana Margarida Abel</p> </div> <p>A sala já estava pronta com duas mesas com o material e três cadeiras em cada uma delas. A D^a Roberta já tinha chegado, no entanto o almoço tinha-se atrasado e, por isso, o resto dos elementos</p>			

chegaram mais tarde.

As pessoas foram entrando e sentando-se onde queriam. Numa mesa ficou o grupo da Mad, Fis. Eva e a Enf. Cloe ; na outra mesa ficou o grupo constituído pela D^a Susana, a D^a Roberta, D^a Leila e a Enf. Margarida.

O encontro iniciou às 14h40, com uma curta apresentação da investigadora e da sessão, como planeado, para contextualizar este momento.

Passou-se rapidamente para o jogo de aquecimento, para o qual foram constituídos dois pares e um trio: a D^a Susana e a D^a Roberta; a Enf. Margarida e a D^a Leila; a Mad, a Fis. Eva e a Enf. Cloe.

Cada pequeno grupo encenou duas “cenas” que os restantes descobriram rapidamente. No final sobrou uma “cena” que o trio se voluntariou para representar.

Depois do jogo, passou-se para a explicação da próxima atividade. Nesta os grupos estavam novamente reunidos nas suas mesas (três numa mesa e quatro noutra). Como planeado, foi distribuído material e uma questão em cada mesa para refletirem nas suas práticas.

A atividade durou 40min, sendo que aos 20min alguns dos elementos trocaram de mesa e concluíram o cartaz que o grupo anterior iniciou.

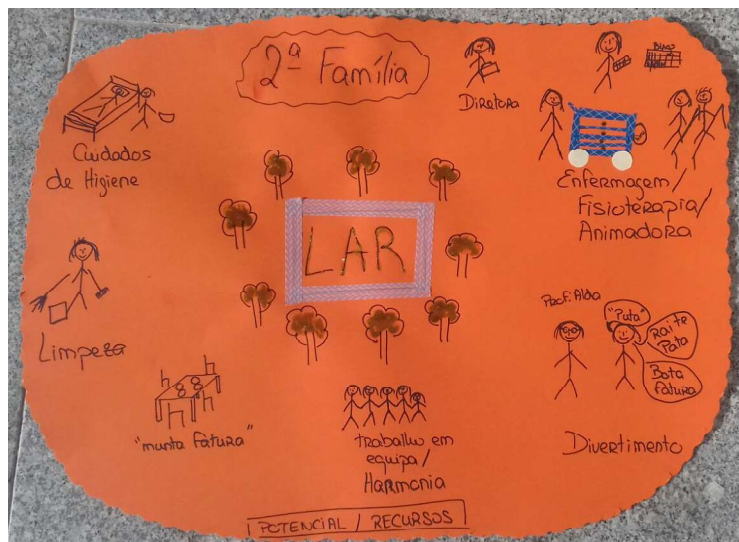
Para escolher o elemento que posteriormente ia apresentar o cartaz aos restantes elementos, foi colocada uma estrela debaixo da cadeira. A investigadora pediu que todas vissem se tinham uma estrela debaixo da cadeira (uma por mesa), sendo que uma estrela estava na cadeira da Fis. Eva e a outra na cadeira de uma das Enf. Margarida.

Estava planeado haver uma troca de todos os elementos do grupo, mas durante a atividade notou-se que seria importante um dos elementos permanecer na mesa para contextualizar o novo grupo do que estava no cartaz e da pergunta a que se referia. O elemento que permaneceu na mesa foi o que tinha a estrela, aproveitando o facto deste ter que apresentar no fim.



As conclusões a que os grupos chegaram, foram registadas nos cartazes pelas próprias participantes (como o previsto pela atividade) sendo elas, os seguintes:

→ Quais são as potencialidades/recursos que identificam no lar?



→ O que sentem que deve de ser melhorado nas práticas do lar?



Quando o tempo de debate terminou, foi a vez da Enf. Margarida e da Fis. Eva apresentarem o cartaz que fora elaborado na respetiva mesa. Sendo que a Enf. apresentou o cartaz laranja e a F o cartaz azul.

Apontamentos das apresentações:

→ Cartaz Potencialidades/Recursos (cartolina laranja)

Fizeram árvores à volta do LAR porque vêm o jardim da frente e o campo de trás como uma mais valia para o aspeto do lar e para o conforto dos idosos.

Identificaram vários serviços como os cuidados de higiene, de limpeza, de enfermagem, de fisioterapia e de animação como importantes para um bom ambiente e qualidade do lar.

Referiram que o facto de haver sempre comida boa como um aspeto importante para o lar, sendo este aspeto representado pela mesa com as quatro cadeiras e uma frase que uma das idosas diz frequentemente quando toma uma refeição – “munta fatura”.

Pontuaram, também, o trabalho de equipa e a harmonia como um aspeto potencializador das suas práticas.

Referiram os vários momentos em que se divertem com alguns idosos, representando duas idosas mais caricatas.

Mencionaram, ainda, o trabalho da Diretora como importante para o lar.

Destacaram no cartaz o fato do lar ser a sua segunda família como algo potencializador no seu dia-a-dia de trabalho.

→ Cartaz Necessidades (cartolina azul)

Iniciaram a sua apresentação referindo que escolheram não discutir sobre o que necessitam a nível material para melhorarem o seu trabalho, pois acreditam/sentem que os aspetos psicossociais são mais importantes neste momento.

Deste modo destacaram a palavra “Harmonia” (escrevendo maior e colocando brilhantes) como sendo a maior necessidade para o bom funcionamento da dinâmica do lar. Como referiram “Depois identificámos as necessidades que sentimos pela falta de harmonia.”

Fazendo uma lista desta necessidades, registaram:

Necessidade de haver mais humildade;
Necessidade de haver mais amor;
Necessidade de haver mais riso;
Necessidade de haver mais mimos;
Necessidade de haver mais orgulho ou menos orgulho
“dependendo da situação”;
Necessidade de haver menos negligência;
Necessidade de haver menos inveja;
Necessidade de haver mais atitude;
Necessidade de haver mais liderança;
Necessidade de haver menos desigualdade;
Necessidade de haver mais apoio;
Necessidade de haver mais dinamismo;
Necessidade de haver mais compreensão
Necessidade de haver mais valorização
Necessidade de haver mais atividades sociais (fora do horário
laboral)

Posto isto, foi feito um pequeno debate espontâneo em que todas participaram e a investigadora apenas desempenhou o papel de moderadora.

Por fim, foi explicado que se iriam explorar melhor as necessidades e potencialidades identificadas pelos vários elementos no próximo encontro, que está previsto para dia 4 de Abril.

Mais tarde, a instituição reconheceu a presente sessão como importante incluindo no plano de formação fazendo com que a mesma contasse como número de horas de formação para as trabalhadoras exigindo o preenchimento de vários formulários, entre eles a avaliação dos participantes. Estes formulários de avaliação

	encontram-se após a reflexão.
Reflexão	<p>Antes de iniciarmos o encontro, várias pessoas revelaram que tinham lembrado a atividade a outros colegas, mas com ar de pena encolheram os ombros e disseram que eles não queriam ir. Salvaguardando da D^a Rute que fez questão de pedir desculpa por não poder participar no encontro justificando que tinha uma consulta e revelando com tristeza “queria muito ouvi-la”.</p> <p>Uma das razões que contribuiu para que outros funcionários não aparecessem foi o facto de terem reunião com a Diretora no dia seguinte.</p> <p>Esta situação não surpreendeu a investigadora, pois esta já tinha sido avisada pela Diretora que seria provável que viesse pouca gente devido à reunião do dia seguinte. Contudo, a Diretora recomendou não cancelar nem adiar. Perante os aspetos anteriormente expostos a investigadora considerou que a participação das sete trabalhadoras foi positiva.</p> <p>No que diz respeito às expectativas que a investigadora foi percebendo (antes da reunião) que os sujeitos tinham é que iriam participar numa palestra ou uma reunião “em que uma falava e depois a outra” (D^a Leila).</p> <p>No entanto, esta ideia foi desmistificada logo no jogo de aquecimento, em que as trabalhadoras se revelaram surpreendidas com uma atividade diferente, descontraída e divertida. Entre risos e muita animação o grupo mostrou-se mais descontraído e comunicativo. Deste modo, esta atividade foi importante para preparar o grupo para o desafio que se seguiu.</p> <p>O processo de construção dos cartazes revelou-se interessante, pois se no início ambos os grupos estavam mais tímidos, aos poucos</p>

foram dando “asas” à sua imaginação, um dos grupos apostando numa maior diversidade de materiais e outro apostando mais na criação de desenhos. Notou-se também que o processo de criação foi mais rápido num grupo do que no outro. Contudo o resultado final foi bastante criativo e ilustrativo do debate que decorreu em cada mesa.

É de salientar que a troca entre as mesas foi bastante benéfica pois os novos elementos debateram sobre aspetos que os elementos anteriores não tinham pensado.

Em relação ao tempo estipulado, notou-se que os 20min foram adequados, dando tempo para os grupos pensarem, discutirem e transmitirem para o papel. No entanto, pelas conversas pode-se referir que se fosse 15min também seria suficiente.

Durante a atividade houve trocas de palavras entre grupos, sempre num ambiente de descontração e de divertimento (por vezes faziam piadas e todo o grupo se ria).

No que toca à apresentação e ao debate realizado após a mesma, seguem-se os seguintes apontamentos:

→ Cartaz Potencial/Recursos (cartolina laranja)

Na sua apresentação a Enf. Margarida revelou que se sentiram reticentes ao colocarem a Diretora como um potencial, pois sentem que o fato desta faltar muitas vezes impede que o trabalho corra como desejaria, contudo decidiram colocá-la no cartaz porque sentem que “ela deve de ser reconhecida pelo seu trabalho”, ou seja, referem que apesar do constrangimento dos dias que a Diretora não está presente no lar, reconhecem que o trabalho desta tem sido importante para o crescimento do lar.

Foi referido, ainda, que apesar do “trabalho de equipa e a harmonia” terem sido considerados potencialidades estes são aspetos que ainda devem de ser trabalhados.

→ Cartaz Necessidades (cartolina azul)

Foi interessante os vários participantes optarem por identificar apenas aspetos psicossociais visto que não foi colocada nenhuma condição ou sugestão em relação às respostas às questões em debate. Este facto revela uma necessidade de se fazer algo neste sentido.

Várias questões surgiram à investigadora em relação a estes cartazes como, por exemplo, o que queriam dizer com “mais e menos orgulho”, a que se referem quando pensaram em “menos negligência”, entre outras, no entanto, visto que vários elementos tinham alguma pressa para voltar ao trabalho a investigadora decidiu guardar estas questões para a próxima sessão em que será debatida esta lista de necessidades.

Contudo, a investigadora questionou sobre o que pensaram quando decidiram escrever “Harmonia” e o porquê de destacarem esta necessidade e não outra. Em resposta, o grupo referiu que quando escreveram que sentem necessidade de haver harmonia referiam-se ao relacionamento entre os vários trabalhadores (sendo a maior parte mulheres, havendo apenas um homem nesta altura), referindo que na realidade não se conhecem e que sentem falta de haver mais “momentos como este em que convivemos e conversamos descontraídas.”. Foi devido a este momento de reflexão que acrescentaram a necessidade de haver “atividades sociais (fora do horário laboral)”.

Na despedida, o grupo reforçou a necessidade de ser importante haver momentos “descontraídos” como este, referindo que “Elas (referência às restantes trabalhadoras) deviam estar aqui”.

AVALIAÇÃO DO FORMANDO: MÓDULO E FORMADOR

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigada pela Sua Colaboração !

Curso: Orientação para a prática no lar Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação Não 1 2 3 4 5 Sempre
 Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos
 Os temas trabalhados são para a sua actividade diária Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, cavaleta, computador...)

O formador explicou os temas de forma Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara
 O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
 O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada
 O número de exercícios práticos apresentados foram Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes
 O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
 O formador motivou o grupo a participar activamente Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
 O formador manteve com o grupo uma relação Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis
 Antes de iniciar o MÓDULO Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito
 Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabe muito
 Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, sebatas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil
 Continha exemplos relacionados directamente com a função Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
 O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização) Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas
 Mobiliário disponibilizado era Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na Instituição: Psicóloga

Habilitações Literárias: 4º Ano 6º Ano 9º Ano 12º Bacharelato Licenciatura

Data do Preenchimento: 21/03/2018

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na Instituição.

Esta informação servirá-nos para melhorar futuras acções de formação e desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração!

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

Não 1 2 3 4 5 Sempre

Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (intraprojector, vídeo, cavalette, computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Inúteis 1 2 3 4 5 Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador mantém com o grupo uma relação

Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, revistas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na Instituição:

Encarregado Sector

Formações terminadas:

1º Ano

2º Ano

3º Ano

12º

Bacharelato

Licenciatura

Data do Preenchimento: 21/03/2018



AVALIAÇÃO DO FORMANDO: MÓDULO E FORMADOR

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servirá-nos para melhorar futuras acções de formação e desenvolver na Santa Casa de Misericórdias de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração!

Curso: Orientação para a prática no lar Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

- Responderam às suas necessidades de formação NÃO 1 2 3 4 5 Sempre
- As longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos
- Os temas trabalhados são para a sua actividade diária Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (interactivos, vídeo, cópias, computador...)

- O formador explicou os temas de forma Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara
- O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada
- O número de exercícios práticos apresentados foram Insuficiente 1 2 3 4 5 Bastantes
- O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador motivou o grupo a participar activamente Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador manteve com o grupo uma relação Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

- Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis
- Antes de iniciar o MÓDULO Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabe muito
- Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabe muito
- Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, revistas, fotocópias...)

- O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil
- Continha exemplos relacionados directamente com a sua função Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

- As condições ambientais eram (iluminosidade, temperatura, ventilação e insonorização) Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas
- Mobiliário disponibilizado era Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição: A.B.D.

Indicador: 4º Ano 5º Ano 6º Ano 12º Bacharelado Licenciatura

Data de Preenchimento: 21/05/2018

Este questionário tem como objetivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras ações de formação e desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Aveiro de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que voltamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela sua Colaboração!

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liberdade e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

Não Sempre

As longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

Nenhum Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

Inaplicáveis Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, cópias, computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Insuficientes Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

Negativa Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabe nada Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, verbetas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nada útil Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

Nunca Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (iluminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

Inadequadas Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras ações de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição: A.B.D.

Residência: 1º Ano 2º Ano 3º Ano 12º Bacharelado Licenciatura

Data do Preenchimento: 21/03/2018

5



AVALIAÇÃO DO FORMANDO: MÓDULO E FORMADOR

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa de Misericórdia de Aracaju. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração!

Cursos: Orientação para a prática no lar **Módulo:** Literacia e Motivação

Os Conteúdos

- Responderam às suas necessidades de formação: Não 1 2 3 4 5 Sempre
- Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos: Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos
- Os temas trabalhados são para a sua actividade diária: Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (transprojector, vídeo, sivaleta, computador...)

- O formador explicou os temas de forma: Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara
- O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas: Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma: Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada
- O número de exercícios práticos apresentados foram: Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes
- O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição: Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

- O formador mostrou-se excessivo para esclarecer as dúvidas: Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador motivou o grupo a participar activamente: Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador manteve com o grupo uma relação: Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

- Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião: Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis
- Antes de iniciar o MÓDULO: Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito
- Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que: Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito
- Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será: Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, sebetas, fotocópias...)

- O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi: Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil
- Continha exemplos relacionados directamente com a sua função: Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão: Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

- As condições ambientais eram (iluminosidade, temperatura, ventilação e insonorização): Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas
- Mobiliário disponibilizado era: Inadequados 1 2 3 4 5 Totalmente adequados

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na Instituição: Emprego em lar

nome do(a) IP Alu EP Alu SP Alu LP Bacharelado Licenciatura

Data do Preenchimento: 21/03/2018

6



AVALIAÇÃO DO FORMANDO: MÓDULO E FORMADOR

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servirá para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração!

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

Não 1 2 3 4 5 Sempre

Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (interprojector, vídeo, cassettes, computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (luros, sebetas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição:

Luís António Soares Pereira

Interventor 2º Ano 3º Ano 4º Ano 5º Bacharelado Licenciado

Data do Preenchimento: 21/03/2018

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servirá-nos para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Aroca de Valdeves. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pelo Sua Colaboração!

Cursos: Orientação para a prática no lar **Módulo:** Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

Não Sempre

Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

Nenhum Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

Inaplicáveis Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (transprojector, vídeo, consórtio computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Insuficientes Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

Negativa Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabia nada Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, revistas, fotocópias...)

Nada útil Muito útil

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nunca Sempre

Contém exemplos relacionados directamente com a sua função

Nada Muito

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (iluminabilidade, temperatura, ventilação e visibilidade)

Inadequadas Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição:

Subcoordenador LSP

Formação (licenciatura):

4º Ano

5º Ano

6º Ano

12º

Bacharelato

Licenciatura

Data do Preenchimento: 21/03/2018

APÊNDICE I: PLANIFICAÇÃO DA SESSÃO “EU E O LAR: UM OLHAR PARA A PRÁTICA” II

Eu e o Lar: um olhar para a prática		
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> - Levar os vários elementos a refletir sobre as suas práticas no lar - Explorar os problemas sentidos durante a sua prática, indicados na primeira sessão - Priorizar as necessidades já discutidas 	
Data e hora de realização	4.Abril (Quarta) – 14h30	
Local	Salão da cave do Lar Soares Pereira	
Duração Prevista	2h	
Estratégia(s) / Metodologia	Jogos para dinamizar grupos; World café	
Material	6 Cartolinas, estrelas de feltro, post-it coloridos e de vários tamanhos, marcadores coloridos, colas, tesouras, bolinhos, bebidas, folhas de questões, fita cola, bolas de partilha, números, folhas com os problemas e estrelas.	
Desenvolvimento	<p>Serão convidados todos os trabalhadores do lar através de uma convocatória escrita e afixada pela investigadora, contudo, a sua participação é voluntária.</p> <p>Segundo a conversa com a Diretora do dia 20 de Março, a presente sessão contará como horas de formação para as trabalhadoras.</p> <p>Este encontro terá como base a sessão de 21 de Março, na qual o grupo de 7 trabalhadoras</p>	Tempo

	<p>identificaram as necessidades e as potencialidades do lar.</p> <p>Esta sessão será dividida em dois momentos, separados por um intervalo de 5min. No primeiro momento será feita a exploração das necessidades levantadas na sessão anterior e na segunda parte, será feita a priorização das mesmas.</p> <p><u>1ª Parte</u></p> <p>Contextualização do encontro</p> <p>Jogo de aquecimento – “Encontro às cegas” (adaptado)</p> <p>Dividem-se os participantes em dois grupos, um com os olhos vendados, enquanto o outro se espalha pela sala.</p> <p>A tarefa das pessoas que têm os olhos vendados é encontrar alguém do outro grupo e descobrir quem é pelo toque.</p> <p>O jogo tem duas regras, quem tem os olhos vendados só diz o nome quando a investigadora pedir e o resto dos participantes não pode dizer nada.</p> <p>Depois invertem-se os grupos.</p> <p>Breve apresentação das cartolinas da sessão anterior feita pela investigadora.</p> <p>Explicação da atividade (world café):</p> <p>O grupo será dividido em subgrupos de 4/6 elementos, sendo que um dos 4/6 receberá uma</p>	<p>5min</p> <p>15min</p> <p>2min</p> <p>50min</p>
--	--	---

estrela. Cada grupo terá à sua disposição 1 cartolina, post-its, marcadores coloridos, entre outros materiais, para exporem o resultado da reflexão em grupo. A cada grupo será dada uma folha com a questão a debater. Após 10min de debate a investigadora irá avisar para trocarem de mesa, começar o novo debate, com uma nova questão e completar a cartolina dessa mesa. No final, cada elemento volta para o seu grupo de origem e o que recebeu a estrela irá revelar as conclusões registradas na cartolina.

Questão 1: O grupo da sessão anterior referiu a falta da harmonia como base para as restantes necessidades. Concordam? Expliquem o porquê.

Questão 2: Na sessão anterior, as participantes apontaram especificamente necessidades psicossociais entre trabalhadores, em vez de apontar necessidades materiais e/ou de mudanças institucionais para um melhor funcionamento das práticas do lar. O que pensam sobre este facto? Identifiquem situações que vos levam a concordar (ou não) com esta situação.

Questão 3: Na sessão anterior foram mencionadas a inveja, a desigualdade e a negligência como entraves para o melhoramento das práticas do lar. Explore cada uma delas para perceber até que ponto é que estão a influenciar a qualidade do vosso trabalho.

Questão 4: Na sessão anterior foram identificadas várias competências pessoais e interpessoais (como a atitude, o apoio, o dinamismo,

	<p>a compreensão, a valorização, a humildade, o amor, o riso, os mimos, a valorização e o convívio social) como necessárias para o melhoramento das práticas do lar. O que pensam a este respeito? Identifiquem situações que confirmem a vossa perceção.</p> <p>Questão 5: Dos vários indicadores discutidos na última sessão, houve um que se destacou – a necessidade de “mais liderança”. Explore este facto, indicando até que ponto este influencia a vossa prática.</p> <p>Apresentação, de 2min, feita por um elemento de cada grupo sobre as suas conclusões.</p> <p>Breve intervalo de 5min.</p> <p><u>2ª Parte</u></p> <p>Elaboração de uma pirâmide de necessidades, estabelecendo a priorização das mesmas. Sendo a necessidade mais urgente a que se encontra na parte de cima e a menos urgente, na base.</p> <p>Despedida.</p>	<p>10min</p> <p>5min</p> <p>30min</p> <p>5min</p>
--	--	---

APÊNDICE J: REGISTO DA SESSÃO “EU E O LAR: UM OLHAR PARA A PRÁTICA” II

Registo nº 3				
Referência	Eu e o Lar: um olhar para a prática			
Local	Salão da cave do Lar Soares Pereira			
Data	4. Abril (Quarta)			
Hora	Início	14h35	Fim	16h00
Presenças	Mad D ^a Rute D ^a Isaura D ^a Célia D ^a Larissa D ^a Carina D ^a Miriam Enf. Cloe D ^a Júlia D ^a Manuela Enf. Margarida			
Descrição	<p>Todos os trabalhadores foram informados através de um convite afixado no local apropriado e, como combinado, esta sessão contou como horas de formação para os participantes.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">Convite</p> <p>Olá! Convido todos os trabalhadores do Lar a estarem presentes na conversa que decorrerá dia 4 de Abril (Quarta-Feira) às 14h30 no salão da cave.</p> <p>Esta conversa terá a duração de 2h e o objetivo é continuar a refletir em conjunto sobre as práticas do lar.</p> <p>Não percas este momento, pois a tua opinião é muito valiosa e aproveitais estas horas como formação.</p> <p style="text-align: right;">Até lá, Ana Margarida Abel</p> </div>			

A sala foi preparada com três mesas e três cadeiras em cada uma, cada mesa tinha uma cartolina, uma questão e vários materiais de trabalhos manuais e um lenço nas costas de metade das cadeiras.

O encontro iniciou às 14h35, com cinco trabalhadoras.

Foi feita uma contextualização do encontro e novamente a apresentação da investigadora visto que a maior parte das participantes não tinham estado presentes no encontro anterior.

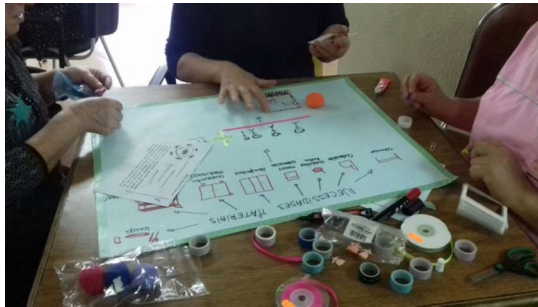
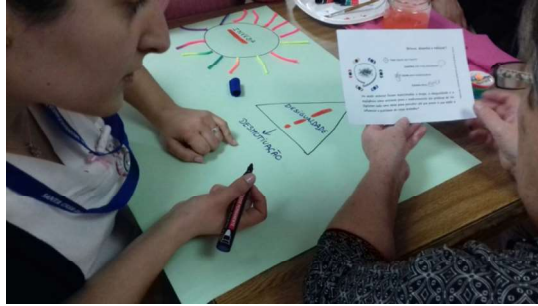
De seguida fez-se o jogo de aquecimento em que duas trabalhadoras estavam vendadas e teriam que ir à descoberta das outras três. Uma vez encontradas teriam que dizer o nome da pessoa. Foi um momento de riso, descontração e principalmente de aquecimento e preparação para o resto da reunião.

Terminado o jogo a investigadora fez a apresentação da atividade seguinte. Antes de começar a atividade foi feita também uma apresentação dos cartazes elaborados na sessão anterior (apêndice F).

Esta atividade teve a duração de 1h e contou com cinco períodos de 10min de discussão sobre a questão.

Inicialmente estavam apenas dois grupos (três numa mesa e duas noutra) aos poucos outras trabalhadoras foram-se juntando acabando por estar seis pessoas em duas mesas. Depois da segunda ronda a investigadora redistribuiu os grupos ficando três mesas com quatro elementos.

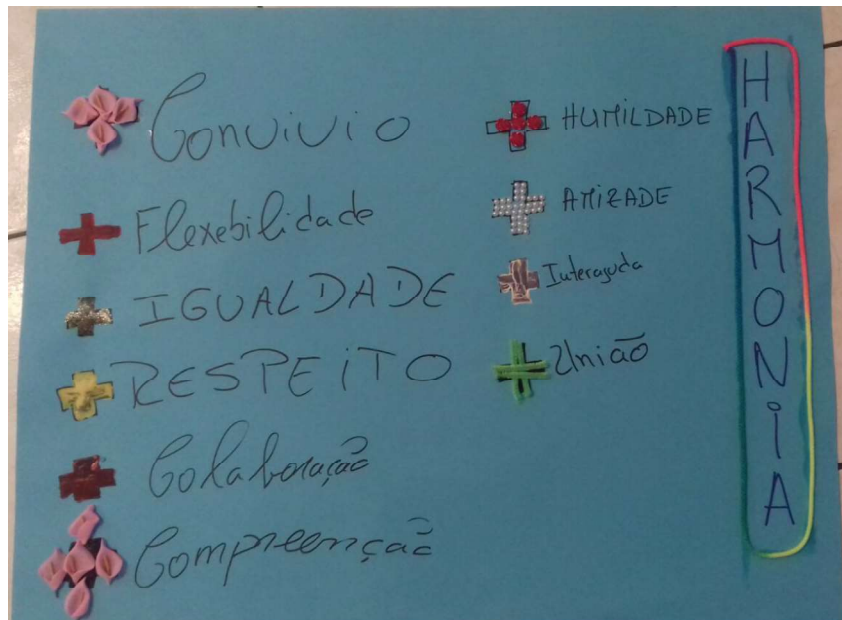
A cada 10min o grupo rodava à exceção do elemento que, de forma aleatória, tinha a estrela (um por mesa).



As questões debatidas e registadas nos cartazes foram apresentadas no final da reunião pelos elementos a quem tinha a estrela.

Vindo de seguida os apontamentos das apresentações dos cartazes:

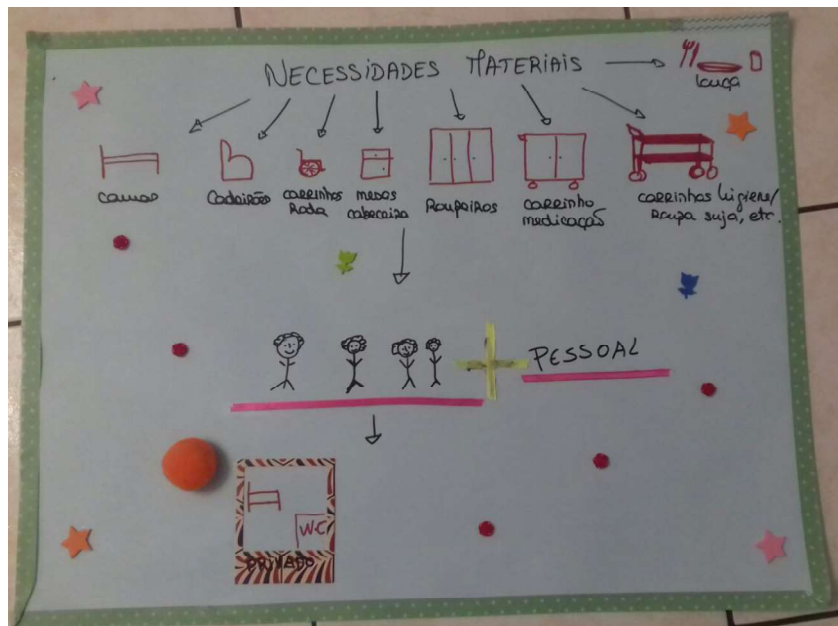
→ O grupo da sessão anterior referiu a falta da harmonia como base para as restantes necessidades. Concordam? Expliquem o porquê.



O grupo preferiu passar para o cartaz o que sentiam falta entre os trabalhadores para que houvesse mais harmonia.

Indicando que seria bom haver mais convívio entre elas fora do trabalho; mais flexibilidade, respeito, compreensão na forma como vêm as colegas; revelaram a necessidade de haver mais igualdade, usando como exemplo os turnos; referiram ainda a necessidade de haver mais colaboração, humildade, entreajuda e união entre as trabalhadoras.

→ Na sessão anterior, as participantes apontaram especificamente necessidades psicossociais entre trabalhadores, em vez de apontar necessidades materiais e/ou de mudanças institucionais para um melhor funcionamento das práticas do lar. O que pensam sobre este facto? Identifiquem situações que vos levam a concordar (ou não) com esta situação.

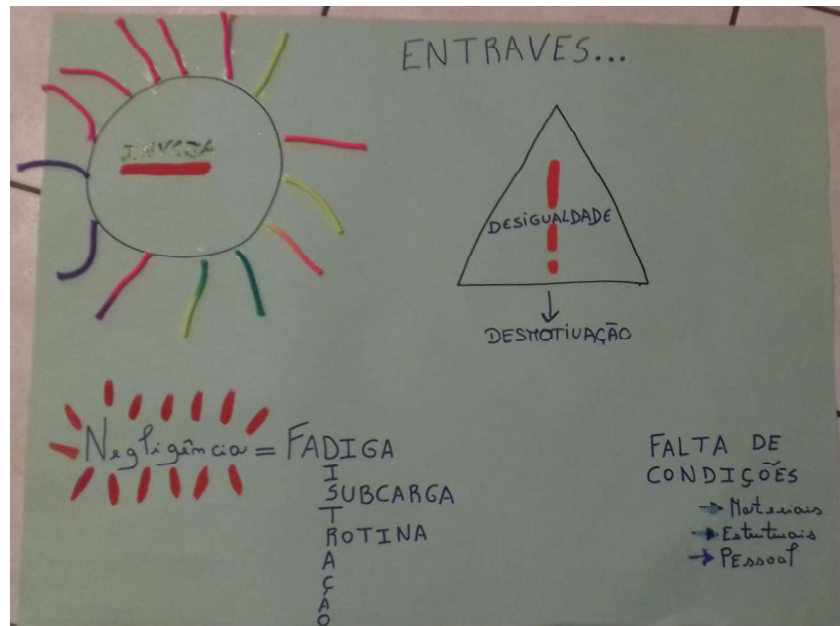


Na sua apresentação o grupo sentiu necessidade de acrescentar outras necessidades que não estavam reveladas na cartolina elaborada no encontro anterior. Desse modo apontaram a necessidade de haver camas melhores para os idosos, novos cadeirões, mais cadeiras de rodas, mais mesas de cabeceiras, roupeiros novos, outro carrinho de medicação, mais carrinhos de apoio à limpeza e mais loiça para o melhoramento da sua prática.

Depois referiram a importância de ter mais pessoal a trabalhar e falaram sobre a importância de haver casas de banho privadas em cada quarto. Segundo as mesmas, o facto de haver uma casa de banho em cada quarto evitava o constrangimento de andar com o idoso no corredor ao acordar facilitando assim o seu trabalho e

também o bem-estar do mesmo. Referiram, ainda, que cada quarto devia ter no máximo duas camas (no andar de baixo há alguns quartos com três camas) para um maior conforto do idoso e facilidade no seu trabalho.

→ Na sessão anterior foram mencionadas a inveja, a desigualdade e a negligência como entraves para o melhoramento das práticas do lar. Explore cada uma delas para perceber até que ponto é que estão a influenciar a qualidade do vosso trabalho.

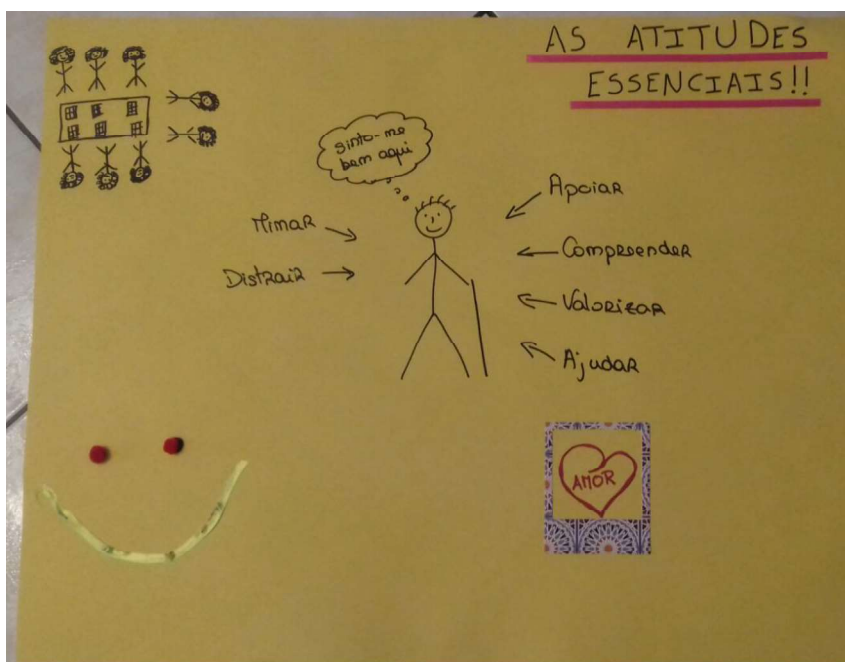


O grupo chegou à conclusão de que a inveja não era algo que sentissem no seu dia-a-dia no lar, mas em contrapartida salientaram a desigualdade como um fator para a desmotivação.

No que diz respeito à negligência, afirmaram que esta acontece devido ao cansaço que sentem, refletindo a subcarga do trabalho e da rotina (pois, segundo as mesmas, o facto de trabalharem por turnos rotativos, impede-as de ter um verdadeiro descanso).

Em debate salientaram ainda a falta de condições materiais, estruturais e a necessidade de haver mais pessoal a trabalhar.

→ Na sessão anterior foram identificadas várias competências pessoais e interpessoais (como a atitude, o apoio, o dinamismo, a compreensão, a valorização, a humildade, o amor, o riso, os mimos, a valorização e o convívio social) como necessárias para o melhoramento das práticas do lar. O que pensam a este respeito? Identifiquem situações que confirmem a vossa percepção.



O grupo decidiu colocar o idoso no centro da cartolina pois defende que todo o seu trabalho é para o bem-estar do mesmo.

Depois colocou várias atitudes que devem assumir de modo a contribuir para um bom ambiente e para o bem-estar do idoso, como o mimar, o distrair, o apoiar, o compreender, o valorizar e o ajudar.

Referiram que o sorriso é muito importante assim como o amor pelos idosos e umas pelas outras.

Apontaram também a necessidade de haver mais atividades de convívio em que se possam conhecer melhor umas às outras.

→ Dos vários indicadores discutidos na última sessão, houve um

que se destacou – a necessidade de “mais liderança”. Explorem este facto, indicando até que ponto este influencia a vossa prática.



O grupo começou por referir que ser líder é diferente de ser chefe. Como tal, decidiram descrever o que é a liderança, referindo aspetos como: colaboração, informação, carinho, educação, categoria como pessoa e no trabalho, qualidade, ajuda, reconhecimento, amizade, respeito, humanidade, compreensão, amor, correção, paciência, tempo, orientação, bom ambiente, referência, cooperação, referência, justiça, disponibilidade, trabalho, elogio, presença, atitude e ordem.

Por fim, referiram que quando falta alguns destes aspetos os trabalhadores tendem a desmotivar-se e isso reflete-se no seu trabalho.

	<p>No fim das apresentações das cartolinas, a investigadora despediu-se do grupo agradecendo pela sua presença e colaboração.</p> <p>Foi distribuída a folha de avaliação de formação, elaborada e cedida pela instituição que foi preenchida pelas participantes, com a exceção de quatro que saíram mais cedo. As respetivas folhas encontram-se depois da reflexão desta atividade.</p>
Reflexão	<p>Algumas pessoas avisaram logo de início que teriam que sair mais cedo.</p> <p>O jogo de aquecimento foi um momento importante para descontrair as participantes, visto que a maior parte das trabalhadoras estariam à espera de uma palestra, sendo que o propósito deste encontro é proporcionar um momento de partilha de pensamentos, sentimentos e construção de conhecimento e não um momento de exposição teórica.</p> <p>Por outro lado, o jogo permitiu à investigadora saber o nome das senhoras ali presentes, enquanto as participantes faziam o reconhecimento pelo tato.</p> <p>No que diz respeito à atividade, houve um grupo que inicialmente teve dificuldade em perceber a dinâmica, mas depois de entender correu bem.</p> <p>Um aspeto interessante é que no início alguns elementos mostravam-se ‘presos’, ou seja, procuravam a aprovação da investigadora. Mas esta atitude foi-se alterando com o avançar do tempo e com as trocas, pois foram percebendo que não havia uma resposta certa, mas uma coconstrução de um conhecimento.</p> <p>O facto de alguns elementos entrarem a meio da atividade e em momentos diferentes dificultou, de certa forma, o processo da mesma. Por outro lado, houve elementos que tiveram que sair mais</p>

cedo, quebrando um pouco o momento.

No geral, o grupo foi bastante participativo, embora que alguma colaboradoras mostraram-se mais tímidas, do que outras. Mas todas foram evoluindo ao longo da atividade quer na partilha de pensamento quer na construção do cartaz. Contudo, houve um elemento que se destacou por não se envolver na atividade nem mesmo quando incentivada pela investigadora. Mesmo depois de questionada, não revelou o porquê da sua resistência em envolver-se na tarefa.

Um aspeto a rever pela investigadora, é a forma como as questões foram formuladas, pois foi necessário um melhor esclarecimento.

A necessidade de reagrupar os grupos, por um lado quebrou um pouco o ritmo da atividade, mas por outro trouxe os benefícios de grupos pequenos com o envolvimento mais ativo de cada elemento.

No que diz respeito ao tempo de 10min para reflexão, permitiu que o grupo (menos os elementos que permaneceram na mesma mesa) falasse e refletisse sobre todas as questões e, assim, foram completando as cartolinas com as suas ideias, quer em relação à resposta à questão quer em relação à estética da cartolina.

É de refletir também que a questão dos relacionamentos frágeis entre colaboradoras foi novamente o assunto que mais tempo ocupou no discurso destas mulheres. Reforçando a ideia de que existe um desejo para reparar esta situação, uma ideia da importância e dos benefícios que isso traria para o quotidiano no Lar, no entanto existe algo que as impede de melhorarem esse relacionamentos.

A investigadora decidiu encurtar a reunião, não realizando o que tinha planeado para a segunda parte, pois o grupo mostrou-se

cansado e com pressa para voltar ao seu trabalho e não seria prudente nem produtivo avançar mais. Contudo, nos discursos das participantes foi evidente a necessidade de ser feito algo no sentido de melhorar a harmonia entre as trabalhadoras.

Antes da despedida, a investigadora esclareceu as perguntas que algumas participantes fizeram relativamente ao seu mestrado e os passos que iria tomar na realização do seu projeto.

É de notar que as participantes que inicialmente se recusavam a pôr “mãos à obra”, por acharem que não sabiam desenhar ou fazer algo bonito, quando se viram “obrigadas” (pois as pessoas que desenhavam mudaram de mesa) revelaram-se criativas e começaram a explorar formas para expor o que queiram recorrendo aos vários materiais disponíveis.

Foi interessante, também, a comunicação entre as mesas, que se sentiam à vontade para partilhar materiais assim como ideias para tornar o cartaz bonito.

No final da sessão várias pessoas comentaram que gostaram do momento e que devia ser repetido.

Nos dias posteriores algumas participantes dirigiram-se à investigadora e revelaram a sua surpresa e a sua apreciação da atividade: “No início eu pensei: Não gosto disto. Mas depois quando nós arrancados não dá vontade de parar. No início não vem nada à cabeça. Mas depois da primeira ideia, vem outra e vem outra. Por mim ficava a tarde toda a fazer aquilo. É giro.”

AVALIAÇÃO DO FORMANDO: MÓDULO E FORMADOR

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigada pela Sua Colaboração !

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

Não 1 2 3 4 5 Sempre

Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, cavaletes, computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabe muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, sebatas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Mais formações práticas

Dados do Formando

Função que desempenha na Instituição:

Emprego

Habilitações Literárias: 4º Ano 6º Ano 9º Ano 12º Bacharelato Licenciatura

Data do Preenchimento: 04/04/2018

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras acções de formação e desenvolver na Santa Casa de Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração !

Curso: Orientação para a prática no lar **Módulo: Liderança e Motivação**

Os Conteúdos

- Responderam às suas necessidades de formação NÃO 1 2 3 4 5 Sempre
- As longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos
- Os temas trabalhados são para a sua actividade diária Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

- * Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, cassetes, computador...)
- O formador explicou os temas de forma Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara
- O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada
- O número de exercícios práticos apresentados foram Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes
- O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

- O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador motivou o grupo e participou activamente Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O formador manteve com o grupo uma relação Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

- Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis
- Antes de iniciar o MÓDULO Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito
- Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito
- Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, sebetas, fotocópias...)

- O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil
- Continha exemplos relacionados directamente com a sua função Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
- O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

- As condições ambientais eram (iluminosidade, temperatura, ventilação e insonorização) Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas
- Materiais disponibilizado era Inadequados 1 2 3 4 5 Totalmente adequados

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição: Educadora LSP

Instituição: 4º Ano 5º Ano 6º Ano 12º Bacharelato Licenciatura

Data do Preenchimento: 04/04/2018

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação serve-nos para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração !
Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

 Não 1 2 3 4 5 Sempre

Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

 Nem um 1 2 3 4 5 Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

 Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, rolete, computador...)

O formador explicou os temas de forma

 Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

 Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

 Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

 Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

 Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

 Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

 Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

 Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, revistas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

 Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

 Não 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (iluminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

 Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

 Inadequado 1 2 3 4 5 Totalmente adequados

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)
Dados do Formando

Função que desempenha na Instituição:

 Técnico Superior 4º Ano 5º Ano 6º Ano 1º Bacharelato Licenciatura

Data do Preenchimento: 04/04/2018

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servirá-nos à para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arroz de Valdeves. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela sua Colaboração!

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

Não 1 2 3 4 5 Sempre

As longo deste MÓDULO pensá que adquiriu conhecimentos

Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, coveleiro, computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, sebetas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do formando

Função que desempenha na instituição:

_____ A. A. D.

Instituições
Lembres:

1º Ano

2º Ano

3º Ano

12º

Bacharelato

Licenciatura

Data do Preenchimento: 04/04/2018

6



AVALIAÇÃO DO FORMANDO: MÓDULO E FORMADOR

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servirá-nos para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração!

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liberdade e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

Não 1 2 3 4 5 Sempre

Após este MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, cassetes, computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, revistas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição:

A. A. D.

Instituição: 4º Ano 6º Ano 8º Ano 12º Bacharelato Licenciatura

Data de Preenchimento: 04/04/2018

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras acções de formação e desenvolver na Santa Casa de Misericórdias de Arco de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela sua Colaboração !

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Respondem às suas necessidades de formação

Não 1 2 3 4 5 Sempre

Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

Nenhum 1 2 3 4 5 Muitos

Os temas trabalhados vão para a sua actividade diária

Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos dialécticos (retroprojector, vídeo, covelete, computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador utilizou os recursos dialécticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, sebetas, fotocópias...)

Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

Conhece exemplos relacionados directamente com a sua função

Nada 1 2 3 4 5 Muito

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição:

Adjunto JAR

Instituição
 (selecione)

1º Ano

2º Ano

3º Ano

12º

Bacharelato

Licenciatura

Data de Preenchimento: 04/04/2018

8

Este questionário tem como objetivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras opções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração!

Curso: Orientação para a prática no lar Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação Não Sempre
 Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos Nenhum Muitos
 Os temas trabalhados são para a sua actividade diária Inaplicáveis Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, cassetes, computador...)
 O formador explicou os temas de forma Confusa Muito clara
 O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas Nunca Sempre
 O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma Inadequada Totalmente adequada
 O número de exercícios práticos apresentados foram Insuficientes Bastantes
 O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição Nunca Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas Nunca Sempre
 O formador motivou o grupo a participar activamente Nunca Sempre
 O formador manteve com o grupo uma relação Negativa Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião Muito difíceis Muito fáceis
 Antes de iniciar o MÓDULO Não sabia nada Sabia muito
 Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que Não sabe nada Sabia muito
 Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será Nada útil Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, sebetas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi Nada útil Muito útil
 Continha exemplos relacionados directamente com a sua função Nunca Sempre
 O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão Nada Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (iluminosidade, temperatura, ventilação e insonorização) Inadequadas Totalmente adequadas
 Mobilizário disponibilizado era Inadequado Totalmente adequados

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição: Serviços Gerais
 nível de escolaridade: 1º Ano 2º Ano 3º Ano 12º Bacharelato Licenciatura

Data de Preenchimento: 04/04/2018

Este questionário tem como objetivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras acções de formação e desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração !

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

Não Sempre

Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

Nenhum Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

Inaplicáveis Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, cavalete, computador...)

O formador explicou os temas de forma

Confusa Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

Nunca Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

Inadequada Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

Insuficientes Bastantes

O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática diária na instituição

Nunca Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

Nunca Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

Nunca Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

Negativa Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

Muito difíceis Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

Não sabia nada Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

Não sabe nada Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

Nada útil Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, sebetas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

Nada útil Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

Nunca Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

Nada Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (iluminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

Inadequadas Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

Inadequadas Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição:

Servico Apoio

Indicação

1º Ano

2º Ano

3º Ano

1º

Bacharelato

Licenciatura

Data do Preenchimento: 04/04/2018

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na Instituição.

Esta informação servir-nos-á para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcos de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração!
Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação

 Não 1 2 3 4 5 Sempre

Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos

 Nunca 1 2 3 4 5 Muitos

Os temas trabalhados são para a sua actividade diária

 Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, cavalete, computador...)

O formador explicou os temas de forma

 Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara

O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma

 Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada

O número de exercícios práticos apresentados foram

 Insuficientes 1 2 3 4 5 Suficientes

O formador reservou tempo para analisar a actuação de grupo na prática diária na instituição

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador motivou o grupo a participar activamente

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O formador manteve com o grupo uma relação

 Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião

 Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis

Antes de iniciar o MÓDULO

 Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que

 Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabia muito

Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será

 Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, serbentas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi

 Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

Continha exemplos relacionados directamente com a sua função

 Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão

 Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização)

 Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Mobiliário disponibilizado era

 Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)
Dados do Formando

Função que desempenha na Instituição:

A. D. D.

 Instruções
Lerárias

 2º Ano

 3º Ano

 4º Ano

 5º

 Bacharelato

 Licenciatura

Data do Preenchimento: 04/04/2018

Este questionário tem como objectivo recolher informação que nos permita conhecer o seu nível de satisfação em relação ao MÓDULO que foi trabalhado, tendo em conta as tarefas que desenvolve diariamente na instituição.

Esta informação serve-nos à para melhorar futuras acções de formação a desenvolver na Santa Casa da Misericórdia de Arcozelo de Valdevez. Portanto, trata-se de avaliar a formação e não avaliar pessoas em particular, pelo que solicitamos a sua melhor colaboração. As informações fornecidas e os dados recolhidos neste questionário serão tratados confidencialmente.

Obrigado pela Sua Colaboração !

Curso: Orientação para a prática no lar

Módulo: Liderança e Motivação

Os Conteúdos

Responderam às suas necessidades de formação NÃO 1 2 3 4 5 Sempre
 Ao longo deste MÓDULO pensa que adquiriu conhecimentos Nunca 1 2 3 4 5 Muitos
 Os temas trabalhados são para a sua actividade diária Inaplicáveis 1 2 3 4 5 Totalmente aplicáveis

A Metodologia

* Recursos didácticos (retroprojector, vídeo, evedete, computador...)

O formador explicou os temas de forma Confusa 1 2 3 4 5 Muito clara
 O formador demonstrou a utilidade e aplicação prática dos temas Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
 O formador utilizou os recursos didácticos* (necessários para a melhor compreensão dos temas apresentados) de forma Inadequada 1 2 3 4 5 Totalmente adequada
 O número de exercícios práticos apresentados foram Insuficientes 1 2 3 4 5 Bastantes
 O formador reservou tempo para analisar a actuação do grupo na prática (BATE) na instituição Nunca 1 2 3 4 5 Sempre

O Formador

O formador mostrou-se acessível para esclarecer as dúvidas Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
 O formador motivou o grupo a participar activamente Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
 O formador manteve com o grupo uma relação Negativa 1 2 3 4 5 Muito Positiva

O Formando

Os conteúdos trabalhados foram, segundo a sua opinião Muito difíceis 1 2 3 4 5 Muito fáceis
 Antes de iniciar o MÓDULO Não sabia nada 1 2 3 4 5 Sabia muito
 Uma vez finalizado o MÓDULO, pode dizer que Não sabe nada 1 2 3 4 5 Sabe muito
 Para as suas actividades diárias, este MÓDULO será Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil

O Material de Apoio distribuído neste MÓDULO (livros, revistas, fotocópias...)

O material de apoio distribuído neste MÓDULO foi Nada útil 1 2 3 4 5 Muito útil
 Continha exemplos relacionados directamente com a sua função Nunca 1 2 3 4 5 Sempre
 O material de apoio distribuído foi de fácil leitura e compreensão Nada 1 2 3 4 5 Muito

A Sala de Formação

As condições ambientais eram (luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização) Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas
 Mobiliário disponibilizado era Inadequadas 1 2 3 4 5 Totalmente adequadas

Observações finais / Comentários (pontos fortes, fracos, sugestões para futuras acções de formação...)

Dados do Formando

Função que desempenha na instituição

M. J. Costa

Matriculado em: 4º Ano 5º Ano 6º Ano 12º Bacharelado Licenciatura

Data de Preenchimento: 04/04/2018

APÊNDICE K: TABELA DAS NECESSIDADES

Tabela de necessidades				
Quem identificou	Estratégia Usada	Problema	Indicador	Necessidade
Diretora Técnica; Investigadora e Familiares/responsáveis	Observação e conversas intencionais	Baixo envolvimento dos familiares/responsáveis nas dinâmicas e atividades da instituição	“Gostava de envolver mais os familiares nas rotinas do lar” (Diretora Técnica) “Deviam haver mais familiares a envolverem-se nestas atividades. É bom para eles [idosos]” (D ^a Rita)	Envolvimento dos familiares/responsáveis, por via da organização e disponibilização de mais momentos que o favoreçam Inclusão dos familiares/responsáveis nas rotinas dos residentes
Idosos Diretora Técnica e Familiares/responsáveis	Jogos de dinamização de grupos e conversas intencionais, conversas intencionais	Sentimento de inutilidade sentidos pelos idosos	“Tenho saudades do campo [para trabalhar]” (D ^a Maria dos Prazeres) “Pois é D ^a Aninha, não está cá a Mad, não se faz nada.”; “não gosto de não poder trabalhar” (D ^a Rosa) “Gosto de me manter ocupada” (Sr ^a Joana) “Era bom que houvesse mais atividades para eles se distraírem” (familiar de uma idosa)	Mobilização e desenvolvimento das competências e do sentimento de utilidade pessoal e social, através do aumento da oferta de momentos que a possibilitem Desenvolvimento de espaços e tempos de atividade concebida e participada pelos residentes (com afetação de mais recursos, designadamente uma animadora sociocultural a

				tempo inteiro)
Idosos	Jogos de dinamização de grupos e conversas intencionais	Sentimento de tristeza resultante do distanciamento dos espaços significativos para o idoso	<p>“Desejo de ir à festa da Nossa Senhora dos Remédios”;</p> <p>“Desejo de fazer um piquenique em Santo Amaro com a família” (D^a Rosa)</p> <p>“Tenho saudades de ir à terra e ver a minha casinha” (D^a Fátima)</p> <p>“Gosto muito do lar e das pessoas que aqui estão, mas preferia estar na minha casinha. O que quer? Tem que ser assim.” (D^a Maria dos Prazeres)</p>	Desenvolvimento de contextos propícios à expressão individual e coletiva, através de estratégias que amenizem o sentimento de tristeza dos residentes
Investigadora	Observação	Incompreensão do processo individual de desenvolvimento entre os mais velhos	<p>“Cala-te mulher. Sempre a dizer a mesma coisa.” (quando uma idosa comentava o seu desgosto de antes conseguir cortar e pintar bem e hoje fazer tão bem porque não vê)</p>	Constituição de novos espaços e formas de relação que promovam a tolerância e o respeito mútuo, através do reforço do interconhecimento

Colaboradoras e Diretora Técnica	World café, conversas intencionais	Relações fragilizadas entre colaboradoras	<p>“precisamos de nos compreender mais, ser mais pacientes” (Uma Ajudante de Lar)</p> <p>“Não nos conhecemos umas às outras” (Enfermeira A)</p> <p>“devia haver mais momentos como este [world café] em que convivemos e conversamos descontraídas” (Enfermeira B)</p>	Desenvolvimento do espírito de equipa, de um maior conhecimento mútuo e da apreciação do trabalho do outro
Colaboradoras	World café	Falta de materiais e/ou necessidade de serem renovados;	<p>“Se tivéssemos estes materiais [móveis, carrinhos de apoio] o nosso trabalho seria facilitado e estaríamos mais disponíveis para os idosos. Seria bom para nós e para eles.” (Ajudante de Lar 1)</p>	Ampliação dos materiais disponíveis, para alargar oportunidades de intervenção, através da idealização criativa de estratégias para a sua obtenção
Colaboradoras e Diretora Técnica	World café e conversas informais	Escassez de trabalhadores e sobrecarga dos mesmos	<p>“[Por vezes falham algumas coisas porque] elas [as ajudantes de lar] estão sobrecarregadas e cansadas.” (Diretora Técnica)</p> <p>“Meter mais pessoas a trabalhar ajudava-nos a melhorar todas as outras coisas [referência às restantes coisas]</p>	Refletir sobre o número de funcionários e sobre a distribuição das tarefas e rotinas

			representadas nas cartolinas]” (Ajudante de Lar 2) “Somos poucas (por turnos) para tantos idosos” (Ajudante de Lar 3)	
Idosos	Observação e conversas intencionais	Falta de momento de conversa e partilha entre idosos	“Dona Aninha é bom termos momentos assim” (Disse a D ^a Rosa quando terminou a atividade em que falaram do que tinham saudade e partilharam histórias engraçadas que viveram no campo) “É bom lembrar os tempos passados” (final de uma conversa durante um piquenique com uma idosa que se isola)	Criação de momento de diálogo, partilha e discussão de ideias
Investigadora	Observação	Isolamento de alguns idosos	Existem idosos que se isolam nos seus quartos e geralmente só saem nas horas da refeição ou se precisarem de alguma coisa (por exemplo, para ir à enfermaria)	Criação de novas e mais inclusivas oportunidades de interação

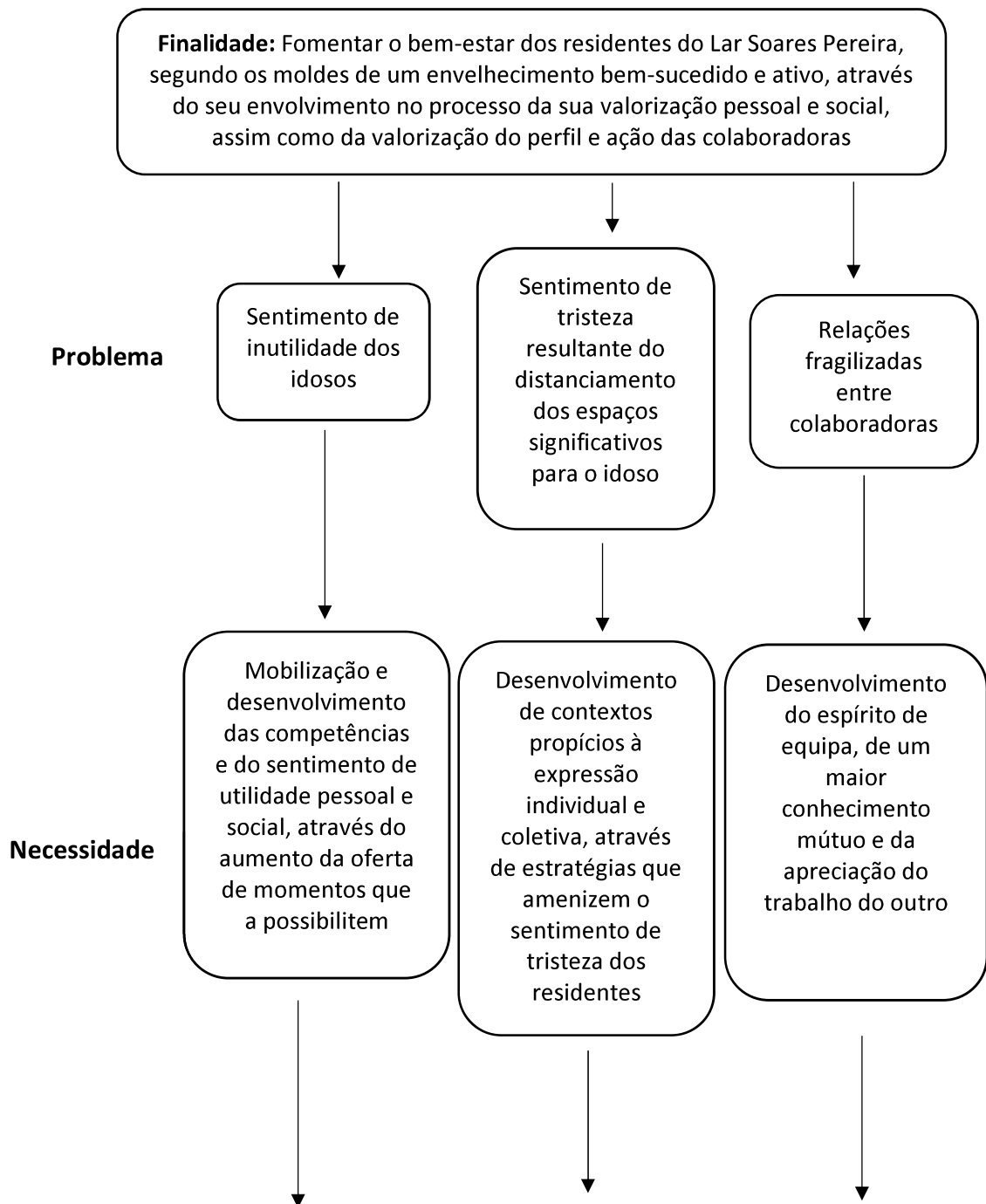
APÊNDICE L: TABELA DAS POTENCIALIDADES

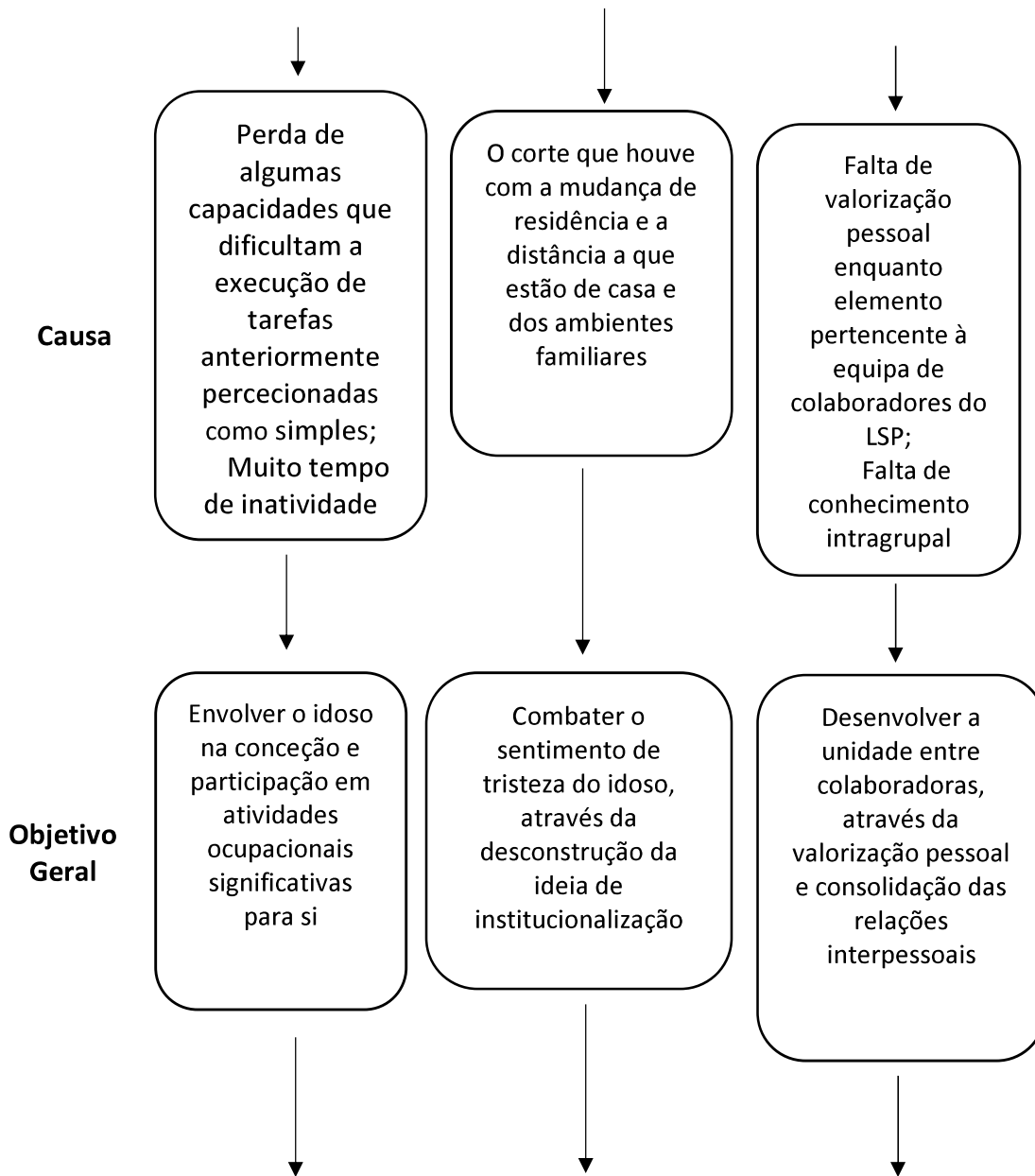
Tabela das Potencialidades		
Quem identificou	Estratégia Usada	Descrição
Idosos Trabalhadores Investigadora	Jogos de dinamização de grupos, world café, observação e conversas intencionais	A estrutura do próprio edifício, arejado, com várias janelas, amplo e agradável
Idosos Trabalhadores Investigadora	Jogos de dinamização de grupos, world café, observação e conversas intencionais	O sentimento de pertença por parte dos idosos e trabalhadores
Trabalhadoras Investigadora	World café, observação e conversas intencionais	A existência de um ambiente descontraído e positivo
Colaboradoras Investigadora	World café e observação	A abertura e o trabalho da Diretora Técnica
Investigadora	Observação	A abertura, simpatia e disponibilidade por parte dos trabalhadores assim como dos idosos
Investigadora	Observação	A abertura da instituição às novas propostas e ideias
Investigadora	Observação	O conjunto de conhecimentos e experiências quer dos idosos como dos trabalhadores
Investigadora	Observação e conversas intencionais	O gosto dos idosos para o diálogo
Investigadora	Observação	O investimento do lar na formação dos seus trabalhadores
Diretora Técnica Investigadora	Observação e conversas intencionais	A vontade institucional de quebrar o preconceito de que "ser idoso é esperar morrer"
Investigadora	Observação e conversas intencionais	O bom relacionamento entre os idosos e os trabalhadores
Investigadora	Observação	Boa relação de cumplicidade, amizade e interajuda entre a equipa técnica

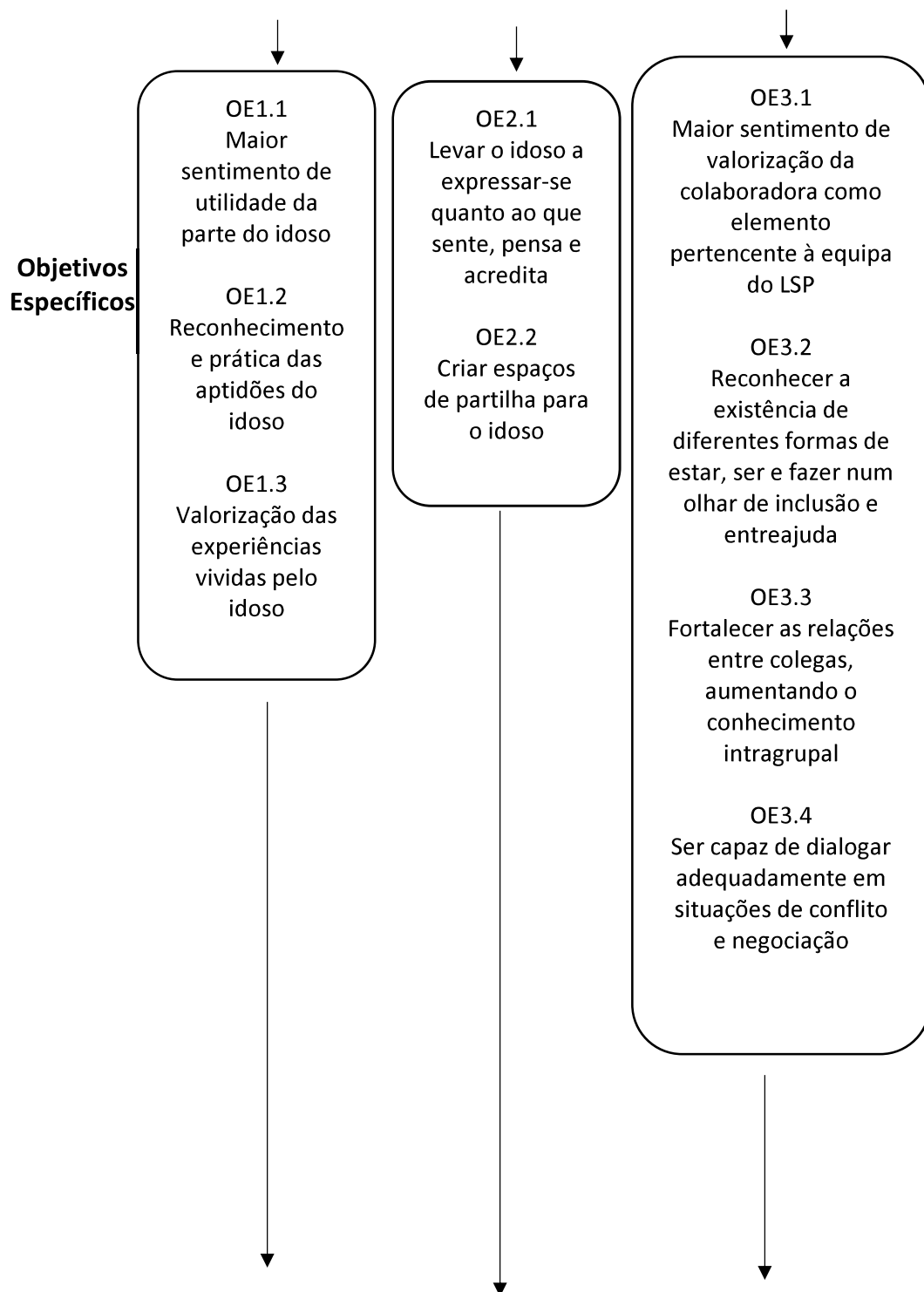
APÊNDICE M: TABELA DOS RECURSOS

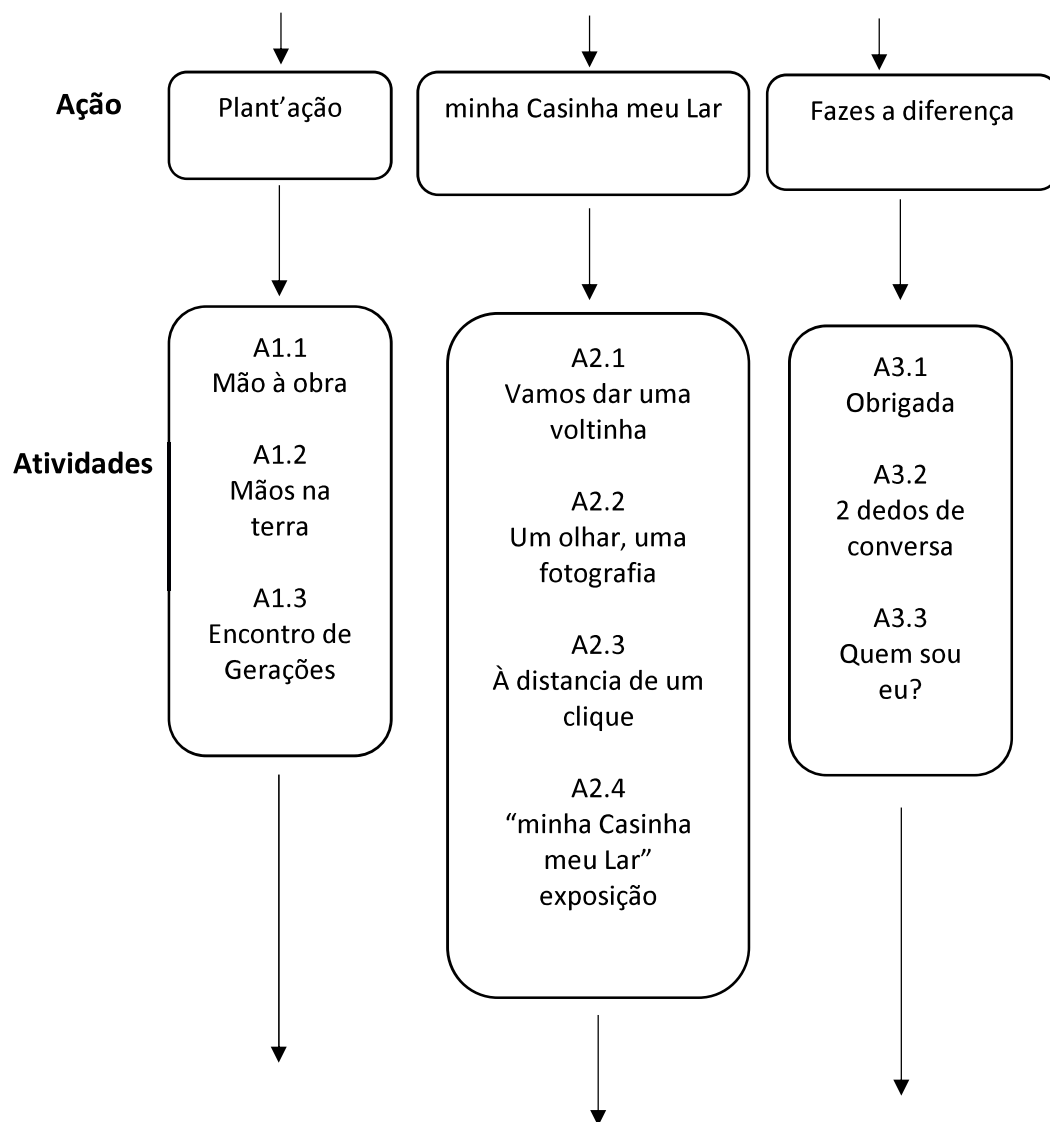
Tabela dos Recursos	
Recursos Materiais	Recursos Humanos
O espaço interior do edifício	As idosas ativas, que gostam de ajudar e participar nas atividades propostas
O espaço exterior do edifício	A Animadora Sociocultural e num segundo plano o resto da equipa técnica
A existência de veículos da próprio Lar	A responsável de uma idosa que se mostra disposta em conversar com todos os idosos e em participar nas atividades com a sua idosa
Os materiais disponibilizados pelo Lar	

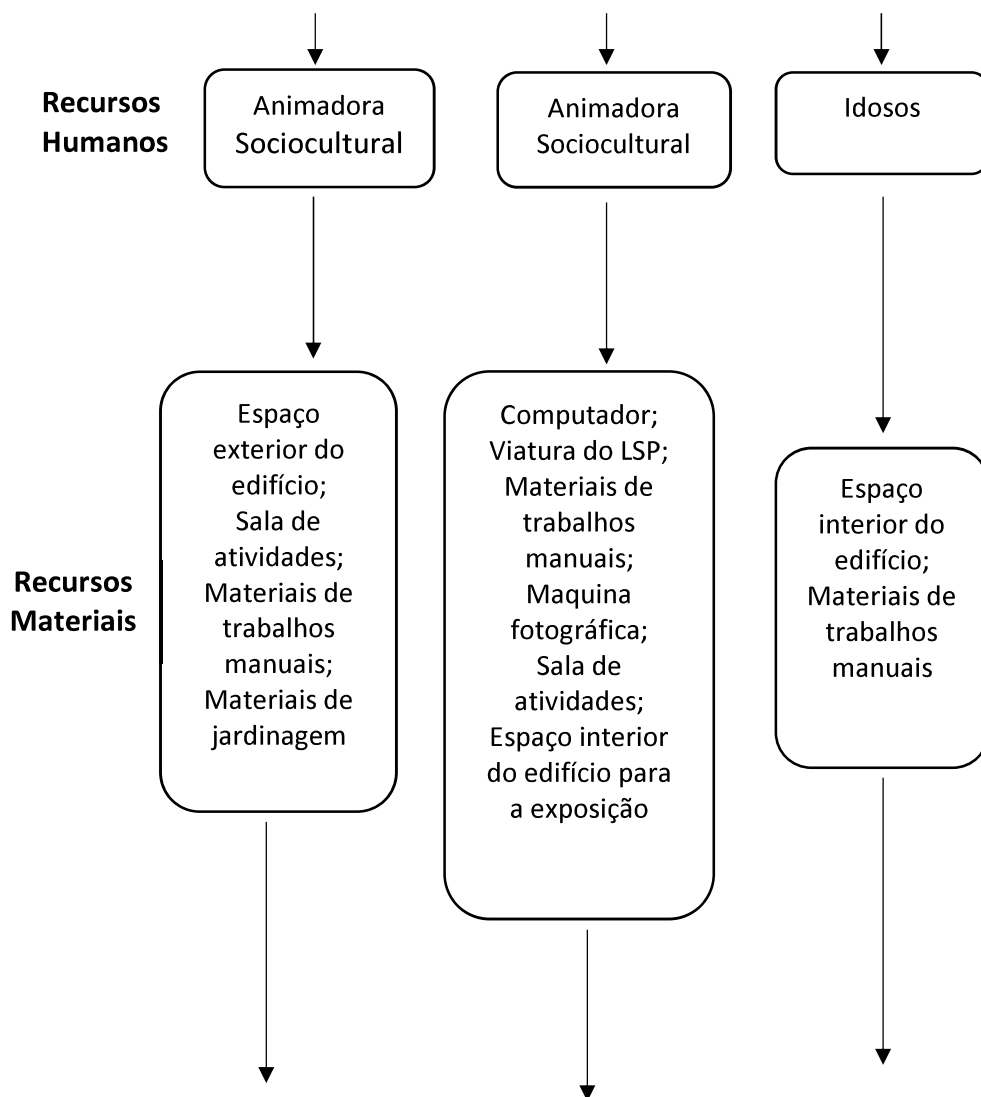
APÊNDICE N: DESENHO DO PROJETO

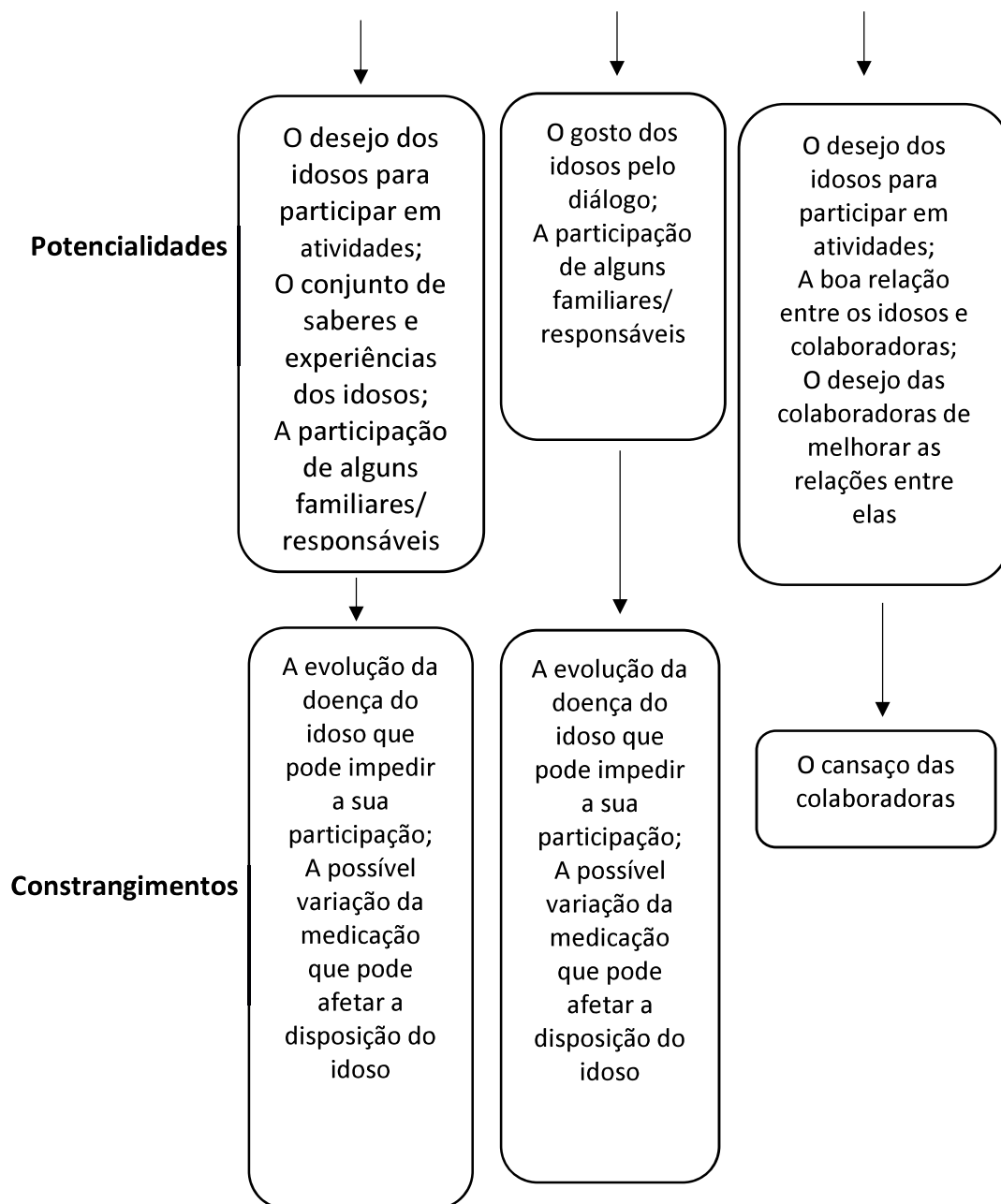












APÊNDICE O: QUADRO DE RELAÇÃO OBJETIVO - ATIVIDADE

	OG1			OG2		OG3		
	OE1.1	OE1.2	OE1.3	OE2.1	OE2.2	OE3.1	OE3.2	OE3.3
Ação 1	A1.1	X		X	X			
	A1.2	X	X	X	X			X
	A1.3	X	X	X	X			
Ação 2	A2.1		X	X	X			
	A2.2	X	X	X	X			
	A2.3	X		X	X			
	A2.4	X	X	X	X			X
Ação 3	A3.1	X	X	X	X	X		
	A3.2					X	X	X
	A3.3					X	X	X

APÊNDICE P: ESQUEMA DA AÇÃO I – PLANT’AÇÃO

Plant’ação	
Descrição	Esta ação tem como mote o trabalho no campo, visto que foi uma das coisas que as idosas referiram que gostavam de fazer.
Objetivo Geral	Envolver o idoso na concepção e participação em atividades ocupacionais significativas para si
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Valorizar as experiências do idoso
Atividades	
Nome	Descrição
Mãos à Obra	Nestas atividades foram elaborados vários objetos: cinco centros de mesa para enfeitar a esplanada, seis placas de identificação de plantas/flores e broches em forma de flores para oferecer no dia da jardinagem
Mãos na Terra	<p>Foram feitas duas atividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participaram na horta solidária preparada por outra valência do LSP - Dirigiram uma tarde de jardinagem em que serão convidados colaboradores e familiares a participarem na limpeza dos canteiros do Lar
Encontro de Gerações	Esta atividade será feita durante um dia em que se juntaram aos idosos 28 jovens voluntários e durante a manhã limparam o jardim. A tarde foi dividida em dois tempos, primeiro o lar preparou várias mesas com jogos que os idosos escolheram e num segundo tempo os jovens prepararam um pequeno concerto com várias musicas e oferta de lembranças.

Calendarização	
28. Maio	Confeção das flores para a esplanada – Mão à Obra
29. Maio	Confeção das flores para a esplanada – Mãos à Obra
5. Junho	Horta Solidária – Mãos na Terra
11. Junho	Placas para os vasos – Mãos à Obra
12. Junho	Placas para os vasos + flores para broche – Mãos à Obra
13. Junho	Flores para broche – Mãos à Obra
19. Junho	Horta Solidária – Mãos na Terra
26. Junho	Horta Solidária – Mãos na Terra
27. Junho	Tarde de Jardinagem – Mãos na Terra
23. Julho	Dia com os jovens – Encontro de Gerações
30. Julho	Reunião de Avaliação Festa de despedida

APÊNDICE Q: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA ATIVIDADE MÃOS À OBRA – CONFEÇÃO DAS FLORES PARA A ESPLANADA

Mão à Obra: Confeção das flores para a esplanada	
Ação	1
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso
Data e hora de realização	<p>28. Maio -> 14:30 – 17h30</p> <p>29. Maio -> 14:30 – 16h</p>
Local	Sala de atividades do LSP
Recursos Materiais	80 colheres de plástico, 5 rodelas de cartão, 5 velas, cola quente, tesouras, tinta e pincéis
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural
Descrição	Esta atividade prende-se na confeção de flores para enfeitar a esplanada. Visto que esta atividade insere-se na Ação I a decoração elaborada foi idealizada tendo como mote o tema “Jardinagem”.
Desenvolvimento	<p>→ <u>Dia 28 de Maio</u></p> <p>A atividade iniciou com a participação da D^a Rosa, a S^a Joana, a D^a Maria dos Prazeres e a D^a Fátima. Já durante a mesma juntou-se a D^a Rita e depois do lanche mais o Sr^o Álvaro.</p> <p>Como introdução a esta atividade, foi lembrada a</p>

conversa que tivemos sobre o que gostavam de fazer no Lar e reforçado o desejo que os idosos tinham de construir uma horta e cuidar dos vasos de flores. Foram então informados de que haveriam várias atividades neste sentido, sendo a primeira seria enfeitar a esplanada com flores.

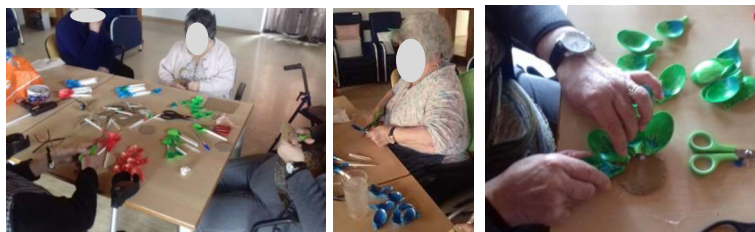
A atividade deste dia consistia em pintar as colheres para fazer as pétalas das cinco flores.



→ Dia 29 de Maio

A atividade começou com a participação da Sr^a Joana, da D^a Rosa e da D^a Fátima. Mais tarde a D^a Maria dos Prazeres juntou-se ao restante grupo.

As tarefas deste dia foram: primeiro cortar as rodela de cartão para a base das flores, cortar as colheres, colar as pétalas e por fim colar a vela.





Reflexão

→ Dia 28 de Maio

No início da atividade a investigadora pediu para que cada idoso escolhesse a cor que queria para a sua flor, no entanto viu-se que a maior parte delas teve dificuldade nesta tarefa pois estavam sempre à espera da provação da investigadora.

Conforme a atividade foi-se desenrolando, os idosos foram

dando asas à sua imaginação começando a decorar cada pétala com outras cores.

Foi bom a participação da responsável da Sr^a Joana, pois não só interagiu com a idosa em questão como foi começando a criar laços com os restantes participantes. Isso foi visível que no início apenas ajudava a Sr^a Joana e no fim já ajudava os outros idosos, contribuindo até com ideias para decorar as pétalas.

O Sr^o Álvaro, começou a pintar apenas depois do lanche, contudo, enquanto ainda estava sentado na sua cadeira ia dando sugestões de cores para pintar as pétalas.

Um outro aspeto interessante de refletir foram os idosos que não quiseram participar, contudo chegaram-se à mesa para ver os restantes, como por exemplo o Sr. Marinho, a D^a Dália e a D^a Tânia. Desta forma foi reforçada a afirmação da Animadora Sociocultural quando referiu, que é importante a realização das atividades nesta sala, pois é uma sala maior e os idosos que não querem participar de forma mais ativa na atividade, não deixam de ser participantes por estarem a ver com interesse e por vezes darem a sua opinião.

→Dia 29 de Maio

Durante a atividade deste dia as idosas mostraram-se alegres e entusiasmadas. Este sentimento fez com que ultrapassassem, de forma mais saudável os constrangimentos que encontraram. Como por exemplo, cortar o cabo das colheres, revelou-se ser uma tarefa difícil por requerer mais força e jeito, a Sr^a Joana e a D^a Fátima não conseguiram executar a esta tarefa. Em vez de desanimarem perante a dificuldade da tarefa, deram as suas colheres à D^a Rosa e a D^a Maria dos Prazeres (que ainda com dificuldade conseguiram

executar a tarefa) e dividiram entre elas as cinco rodelas de cartão para cortarem e fazerem a base das flores.

Este confronto com a incapacidade de concluir uma tarefa, como cortar o cabo das colheres de plástico, e a ideia de que antes eram capazes de o fazer, mas agora não, poderia revelar-se em algo que reforça-se o sentimento de inutilidade, no entanto, o facto de ser uma atividade em grupo, levou a que estas duas mulheres procurassem ajuda nos seus pares e compensassem com uma outra tarefa que sabiam que conseguiriam concluí-la. Pode-se averiguar com esta simples situação de que reforçar a interajuda desde grupo, nas mais variadas tarefas, é importante também para fortalecer o sentimento de que se é útil.

Em relação ao Sr. Álvaro que não terminou a sua flor, mesmo estando entusiasmado para cortar as colheres, a investigadora procurou saber o motivo. Pelo que foi-lhe dito, o Sr. Álvaro, não se sentia bem nesse dia e teve que ir a Ponte Lima para uma consulta.

No fim da atividade as idosas sentiram-se orgulhosas e satisfeitas com o seu trabalho. Isto revelou-se na forma como reagiram aos elogios das trabalhadoras e como mostravam o seu trabalho.

O que diz respeito aos objetivos correspondentes a esta atividade conclui-se que o facto dos idosos terem uma atividades contribuiu, por si só, para que se sentissem satisfeitos, no entanto a este sentimento cresce quando se entreajudaram para atingirem o mesmo objetivo de elaboração destas peças.

Um outro aspeto desta atividade foi puderam por em prática o gosto que têm em contruir materiais e de pintar. E

enquanto o faziam, apesar de no início até uma simples escolha de cores dependiam de quem organizava atividade, no fim conseguiram expressar os seus gostos indo mais além do que lhes era pedido misturando outras cores nas pétalas.

Desta forma pensa-se que esta atividade contribuiu para alcançar os objetivos inicialmente propostos.

APÊNDICE R: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA ATIVIDADE MÃOS À OBRA – CONFEÇÃO DAS PLACAS DE IDENTIFICAÇÃO

Mão à Obra: Placas de identificação	
Ação	1
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso
Data e hora de realização	11. Junho -> 14h30 – 18h20 12. Junho -> 11h – 13h
Local	Sala de atividades do LSP
Recursos Materiais	Pincéis, tintas, cola, 42 espátulas de madeira pequenas, 6 placas de ardosia pequenas e giz
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural
Descrição	Nesta atividade foi proposto aos idosos que construíssem placas de identificação para o Dia da Jardinagem. Para isso teriam que pintar as espátulas de madeira e depois cola-las.
Desenvolvimento	<p>→ <u>Dia 11 de junho</u></p> <p>No início da atividade foi explicado aos idosos que iríamos elaborar umas placas de identificação para plantas e flores. Começando neste dia por pintar espátulas de madeira. Primeiro com a participação da D^a Rosa e da D^a Maria dos Prazeres e no fim da D^a Paula foi substituir esta última.</p>



→ Dia 12 de Junho

Neste dia a atividade centralizou-se na construção das placas, nomeadamente na colagem das espátulas de madeira e das peças de ardósia. Nesta atividade participaram três idosas, a D^a Maria dos Prazeres, a D^a Rosa e a D^a Paula.



Reflexão

→ Dia 11 de Junho

A Sr^a Joana não participou neste dia porque teve que ir ao hospital, pois devido a um problema na língua engasgou-se durante uma refeição.

Neste dia as idosas já estavam à minha espera para trabalharmos e mais uma vez a investigadora pediu para que escolhessem as cores que queriam usar, à semelhança dos outros dias as idosas não quiseram escolher, pensando que a investigadora é que tinha a melhor solução. Após alguma insistência as idosas escolheram a cor que preferiam elogiando enquanto pintavam que era uma cor bonita.

→ Dia 12 de Junho

Para este momento estava planeado trabalhar na Horta Solidária, contudo as idosas revelaram-se desanimadas por causa do frio. A Sr^a Joana ainda estava abatida com o facto de ter ido ao hospital, a D^a Fátima afirmava que não sentia-se com vontade de trabalhar neste dia e a D^a Rosa revelou que as dores das pernas tinham aumentado. Desta forma a única idosa que apareceu para fazer a atividade da horta solidária foi a D^a Maria dos Prazeres que depois de descobrir que, desta vez, seria no espaço exterior do edifício preferiu não participar devido ao vento que estava, desta forma quis ir apenas ver como estavam os tomateiros que se tinha plantado no primeiro dia desta atividade.

Desta forma em conversa com as idosas foi proposto pelas mesmas terminar as placas de identificação.

Quando terminaram a confeção das placas as idosas revelaram-se orgulhosas e satisfeitas com o seu trabalho.

Pela postura e pelos discursos das idosas pode-se concluir que com esta atividade contribuiu para a conclusão dos objetivos propostos

APÊNDICE S: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA ATIVIDADE MÃOS À OBRA – CONFEÇÃO DOS BROCHES EM FORMA DE FLOR

Mão à Obra: Placas de identificação	
Ação	1
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso
Data e hora de realização	12.Junho -> 14h30 – 17h 13.Junho -> 11h – 13h
Local	Sala de atividades do LSP
Recursos Materiais	Folhas de feltro, 10 rolas de cortiça, canetas, cola, cola quente e alfinetes de dama
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural
Descrição	Nesta atividade foi proposto aos idosos elaborassem 40 broches em forma de flor para oferecer-se na Tarde da Jardinagem.
Desenvolvimento	<p>→ <u>Dia 12 de junho</u></p> <p>A atividade foi contextualizada e foi explicado o objetivo da mesma. Desta forma, as idosas (Sr^a Joana, D^a Rosa e D^a Maria dos Prazeres) tiveram como tarefa deste dia, cortar as flores e colar as rolas no centro das mesmas.</p>



→ Dia 13 de Junho

De modo a terminar as flores, a tarefa deste dia prendeu-se com o pintar as rolhas com as caneta e colar os alfinetes. Nesta atividade participou a Sr^a Joana, D^a Rosa e D^a Maria dos Prazeres.



Reflexão

→ Dia 12 de Junho

Perto da hora do lanche, a atividade foi interrompida porque a investigadora foi chamada pela Diretora do lar que necessitava de ajuda noutra tarefa.

A investigadora envolveu a D^a Rita na cortar as rolhas enquanto pediu à D^a Maria dos Prazeres (visto que as outras idosas tinham ido para o lanche) que ficasse a coordenar a atividade. Apesar no início ter havido alguma resistência da parte da D^a Maria dos Prazeres, esta acabou por aceitar o desafio e assim o fez. Quando a D^a Rosa e a Sr^a Joana chegaram, a D^a Maria dos Prazeres distribuiu as tarefas para que todas participassem.

Quando a investigadora voltou as idosas tinham ido jantar, o material estava arrumado na mesa, e as flores já estavam todas

coladas.

Visto que por várias vezes a investigadora tem falado com as idosas que podem realizar alguma atividade sozinhas e estas sempre se recusaram afirmando “sem a D^a Aninha não fazemos nada. Esperamos por si.”. Esta foi a primeira vez que agarram uma tarefa sem a supervisão da investigadora (ou da animadora sociocultural), tornando-se no avanço positivo.

→ Dia 13 de Junho

Esta segunda parte da atividade surgiu por vontade das idosas. O plano inicial seria apenas colar a rolha nas flores e finalizar com o preto. No entanto as idosas começaram a dar sua opinião que ficaria mais bonito se as rolhas fossem pintadas ou colocado algum brilho. Então assim se fez. A Animadora disponibilizou canetas de vários tons brilhantes, estas foram dadas às idosas que escolheram as que mais gostaram e pintaram. Esta situação também se revelou bastante positiva pois, nas atividades anterior as idosas dependiam muito mais da opinião da investigadora ou da animadora sociocultural e neste momento, por iniciativa própria enriqueceram mais esta atividade.

Enquanto acabávamos as flores a investigadora puxou conversa tentando perceber como foi a atividade do dia anterior, em que a executaram sozinhas. As idosas mostraram se satisfeitas porque o fizeram, então a investigadora aproveitou o momento para falar que existem algumas coisas que podem fazer sem a presença da Mad e sem a presença a investigadora.

Pois a animadora sociocultural teve a ideia de colocar alguns jogos que os idosos gostam (como o bingo, o mikado, um

baralho de cartas e o dominó) e dois cadernos de treino cognitivo (um com exercícios de cálculos e palavras e outros só com sopas de letras) no armário da sala grande m que qualquer idoso ou familiar/responsável tem a possibilidade de usar.

No entanto neste momento as idosas ainda mostraram-se resistentes dizendo que não queriam mexer nessas coisas sem a presenta da investigadora ou da animadora, justificando que não sabiam. A partir deste momento a investigadora começou a jogar a esses jogos de uma forma diferente em que envolvia o máximo possível os idosos (por exemplo o Bingo que é o jogo preferido, pôs alguns idosos a dizer os números) e os familiares. Relembrando que podiam usar o material sempre que quisessem.

Fazendo uma apreciação geral desta atividade pensa-se que foi benéfica para as idosas que participaram e que contribuiu para os objetivos propostos. Nesta atividade, o facto das idosas terem ficado sozinhas e o começarem a dar a sua opinião de como melhorar o que estamos a fazer, permitiu um avanço significativo para que um dia, as idosas ocupem o seu tempo livre mesmo quando não está a animadora. Mas contudo, neste aspeto ainda existe um percurso a ser percorrido.

APÊNDICE T: REGISTO DA ATIVIDADE MÃOS NA TERRA - HORTA SOLIDÁRIA

Mãos na Terra: Horta Solidária	
Ação	1
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Valorizar as experiências do idosos - Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso
Data e hora de realização	5. Junho -> 10h-11h30 19. Junho -> 10h-11h30 26. Junho -> 10h-11h30
Local	Espaço exterior nas traseiras do LSP
Descrição	Este momento é dirigido por umas das valência da SCMAV da área Infantil, Juvenil e Educação
Desenvolvimento	<p>→ <u>Dia 5 de Junho</u></p> <p>Como estava a chover a atividade proposta foi de elaborar uns vasos com uns recipientes de café e depois plantar tomates. Nesta atividade para além dos participantes da valência responsável, estavam presentes idosos de um outro lar da SCMAV, a D^a Rosa e a D^a Maria dos Prazeres.</p>




→ Dia 19 de Junho

Neste dia a atividade foi no espaço exterior do edifício, debaixo do telheiro e plantou-se vários legumes em terra e em vasos e fez-se a manutenção do que já tinha sido plantado. Á semelhança do dia 5, aos grupo responsável pela atividade juntaram-se idosos do outro lar da SCMAV, a D^a Olívia, D^a Maria dos Prazeres, D^a Fátima e a Sr^a Joana.

→ Dia 26 de Junho

Á semelhança do dia 19, fez-se a manutenção do que já tinha sido plantado e preparou-se novos vasos. Para além do grupo responsável pela atividade e dos idosos do outro lar da SCMAV participaram a D^a Rosa, D^a Fátima, D^a Olívia e a D^a Carmem.

	
<p>Reflexão</p>	<p>Esta atividade dirigida por uma outra valência da SCMAV foi uma mais valia para as idosas que participaram. No início a investigadora enquadrou a atividade, lembrando o desejo que mostraram em voltar a trabalhar na terra e da criação de uma horta no Lar, isso fez com que valorizassem mais a sua participação nesta atividade.</p> <p>Contudo, nesta atividade (e em todas que incluíssem uma ida ao exterior) surgiu um constrangimento, pois os idosos em geral mostram-se bastantes resistentes a propostas de atividades que impliquem a saída do edifício. Numa procura de saber o porquê, respondiam: “Porque não vejo bem e tenho medo de cair”, “Não consigo andar tanto dói-me as pernas”, “Hoje está muito calor”, “Hoje está muito frio”, entre outras razões apresentadas. Desta forma foi necessária uma busca de várias soluções como buscar casacos, buscar chapéus e explicar que debaixo do telheiro não está tão quente, buscar cadeiras de rodas, entre outras. No entanto vários continuavam sem querer sair, decisões estas que foram respeitadas e apesar de se incentivar a saída do edifício, esta não foi imposta.</p> <p>Uma outra dificuldade que surgiu nesta atividade foi o facto de todas as idosas que participaram irem de cadeiras de rodas.</p>

Por vezes haviam colaboradoras que ajudavam na deslocação, contudo a maior parte das vezes essa tarefa ficava apenas para a investigadora. Esta situação fez refletir na dificuldade que a animadora enfrenta ao querer descolocar vários idosos para o espaço exterior, pois os que não vão na cadeira de rodas precisam de apoio na deslocação, na mesma, o que acaba por ser bastante complicado para uma só pessoa visto que tem que apoiar um a um e ao mesmo tempo ver a segurança de todos.

O aproveitamento desta iniciativa mostrou-se bastante benéfico para alcançar os objetivos propostos, pois não só as idosas estavam a participar em algo que gostavam como ainda o faziam na companhia de novos amigos.

APÊNDICE U: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA ATIVIDADE MÃOS NA TERRA – TARDE DE JARDINAGEM

Mãos na Terra: Tarde de Jardinagem	
Ação	1
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Valorizar as experiências do idosos - Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso - Fortalecer as relações entre colegas aumentando o conhecimento intergrupar
Data e hora de realização	27.Junho -> 14h30 – 17h
Local	Espaço exterior na frente do LSP
Recursos Materiais	Placas de identificação das plantas, broches, luvas, sacos do lixo e instrumentos de jardinagem
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural
Descrição	Limpeza dos canteiros
Desenvolvimento	<p>Nesta atividade participaram o Sr^o Marinho, Sr^a Joana, D^a Maria dos Prazeres, D^a Jacinta, Sr^o João, D^a Carmem, D^a Dália, D^a Fátima, a D^a Rita e o seu filho Miguel.</p> <p>Esta tarde foi reservada para a limpeza dos canteiros que se encontram junto à entrada principal do LSP.</p> <p>As tarefas foram distribuídas da seguinte forma: a Sr^a Joana e o Sr^o Marinho ficaram responsáveis por entregar a oferta. A</p>

Mad, a D^a Rita, o Miguel, o Sr^o João usavam os limpam os canteiros arrancando as ervas. A D^a Maria dos prazeres, a D^a Jacinta, D^a Carmem, D^a Dália e a D^a Fátima recolham as ervas para os sacos do lixo.

A limpeza terminou às 16h já que é a hora do lanche. Visto que já estavam estes na rua, acabou-se por fazer um dia diferente e trazer o lanche para a esplanada onde puderam usufruir do seu trabalho.

Quando voltaram para dentro do edifício, como sobraram muitas flores, decidiu-se oferecer aos trabalhadores e idosos que quisessem.



<p>Reflexão</p>	<p>Esta atividade teve alguns pontos positivos e outros nem tanto. Começando pelo que podia ter sido melhorado, temos a questão da falta de participação das colaboradoras. Uma das razões que levou a esta situação foi a pouca divulgação que houve da atividade, a investigadora devia ter tido uma atitude mais ativa nesta questão e publicitado assim como incentivado mais a participação das colaboradoras e porque não e mais familiares nesta atividade. Por outro lado as Ajudantes de Lar foram um agente importante a incentivar os idosos a saírem das salas para a rua, visto que esta tem se mostrado uma tarefa bastante difícil.</p> <p>Em relação aos aspetos positivos, o envolvimento de outros</p>

idosos que não costumam participar noutras atividades, o envolvimento da D^a Rita e por consequência do Miguel tiveram um impacto bastante positivo e animador para as idosas que são mais regulares na sua participação. Este momento permitiu forma descontraída um aprofundamento do conhecimento de alguns elementos e de reflexão por parte da D^a Rita e da Mad sobre a importância de um envolvimento mais ativo por parte de familiares e amigos.

Nestas atividades, houveram idosos que não quiseram ou não puderam participar, no entanto pediram para deixar a porta aberta para que pudessem ver o que se passava na rua. Uma dessas pessoas foi a D^a Rosa que apesar de querer participar, preferiu não ir para a rua, pois estava com tosse e não queria piorar para poder finalmente ser operada.

Um outro aspeto interessante e que contribuiu para a satisfação das idosas foi no final da atividade e como sobraram várias flores, elas foram distribuídas pelas colaboradoras que se encontravam lá naquele momento. Pouco depois várias pessoas (familiares e idosos) também começaram a pedir e conforme eram dadas, mais pessoas pediram. Nos dias seguintes, pessoas que não receberam foram pedir uma, só que já não havia. Esta situação aparentemente simples fez com que as idosas se sentissem satisfeitas e valorizadas porque viram que várias pessoas apreciaram o seu trabalho e quiseram também ter uma. Isto foi visível nas suas expressões de felicidade ao comentarem que tal pessoa foi pedir mas já não havia. Ficando o desejo produzirem mais para oferecerem.

Fazendo uma apreciação geral da atividade pode-se concluir que, de um modo geral, esta contribuiu para o comprimento

dos objetivos que foram traçados referentes aos idosos. No entanto considera-se de que o objetivo referente às colaboradoras não foi atingido e esta situação transforma-se num momento de aprendizagem para a investigadora, pois permitiu uma reflexão do porquê da baixa participação.

APÊNDICE V: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA ATIVIDADE ENCONTRO DE GERAÇÕES

Encontro de Gerações	
Ação	1
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Valorizar as experiências do idosos - Criar espaços de partilha para o idoso
Data e hora de realização	23.Julho -> das 10h às 17h30
Local	Espaço exterior na frente do LSP, espaço exterior nas traseiras do LSP e sala de atividades
Recursos Materiais	Sacos do lixo, luvas, instrumentos de jardinagem, ofertas preparadas pelos jovens, instrumentos musicais, jogos escolhidos pelos idosos, almoço e lanche, copos, pratos e talheres
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural Diretora Técnica
Descrição	<p>Este dia foi dividido em dois períodos: o período da manhã e o da tarde.</p> <p>Manhã</p> <p>Limpeza do jardim do LSP</p> <p>Tarde</p> <p>Para esta tarde foi desafiado a que os idosos preparassem algo para os jovens e vise-versa, desta forma ficou distribuído</p>

	<p>da seguinte maneira:</p> <p>O momento preparado pelo idosos (com a animadora sociocultural) ocorreu das 14h30 às 16h, com jogos que os idosos preferiram: Bingo, “Vamos às Compras”¹⁴ e a Sueca</p> <p>E o momento preparado pelos jovens (com a investigadora) ocorreu 17h às 17h30 envolveu um pequeno concerto feito pelos mesmos.</p>
Desenvolvimento	<p>Para esta atividade foram convidados todos os idosos, contudo nem todos quiseram participar. Contudo neste dia diferente participaram um grupo de 25 jovens¹⁵ entre 10 e os 32 anos, Sr^a Joana, D^a Jacinta, D^a Carmem, D^a Rosa, D^a Fátima, D^a Olívia, Sr^o João, D^a Rosinda, D^a Paula, mais quatro idosos e o animador sociocultural que pertencem a outra valência da SCMAV, a D^a Rita a Mad.</p> <p>Manhã</p> <p>Na atividade da manhã era previsto que os jovens se juntassem aos idosos para fazerem a limpeza do jardim. Arranjar ervas, cortar a relva, amparar os arbustos e limpar o caminho de pedras. Apesar dos idosos mostrarem se entusiasmados com a ideia, no dia não quiseram participar dando várias justificações.</p> <p>Desta forma os jovens fizeram, sozinhos, o trabalho como o combinado com a instituição.</p>

¹⁴ Jogo cedido pelo Anim’arte através do:
https://www.facebook.com/pg/animarteidosos/posts/?ref=page_internal

¹⁵ Este grupo de jovens pertenceu ao acantonamento evangelístico Jovens por Jesus, a ocorreu em Julho, organizado pela a investigadora e uma colega, de duração de três semanas em que foram tirados dois dias para fazer trabalho voluntário, sendo um deles no LSP.



Durante o período da hora do almoço (à 12h), alguns jovens foram surpreender os idosos tocando para eles, enquanto estes comiam.



Tarde – parte dos idosos

Das 14h30 até à hora do lanche (16h) os idosos prepararam com a Animadora Sociocultural um momento de jogos e estenderam o convite para outra valência do SCMAV, também destinada aos mais velhos. Esta atividade foi realizada no espaço exterior nas traseiras do edifício debaixo de um telheiro.

Foram organizados três espaços com mesas. Num jogou-se o

Bingo, noutro à Sueca e noutro o “Vamos às compras”, nestas mesas estavam misturados jovens e idosos a jogarem.



Tarde – parte dos jovens

Os jovens preferiram preparar um momento musical, no qual cantaram cinco musicas. Este momento foi realizado das 17h (após os idosos que foram rezar o terço, terem terminado) até às 17h30 na sala de atividades.

Este momento juntou e alegrou não só os idosos como também as colaboradoras.

Durante este pequeno concerto foi distribuído livros e marca-páginas feitos pelos próprios jovens e depois foi feita a despedida.





Reflexão

Manhã

A manhã foi idealizada com a participação dos idosos, contudo, apesar destes estarem entusiasmados com a ideia no dia não participaram. Esta situação realçou a dificuldade que existe em tirar os idosos de dentro da sala, apesar destes quando falam afirmarem várias vezes que gostavam de passear mais, sair mais dali.

Tarde

Na atividade da tarde houve mais intercessão entre os jovens e os idosos. Entre jogos e risos foi visível a satisfação resultante deste momento.

Vários idosos tiveram a oportunidade de falar com os mais jovens e conhecerem-se melhor, partilhando as suas histórias.

Este momento de interação foi importante para os idosos pois conheceram outras pessoas e se sentiram satisfeitos e felizes com o dia diferente. Assim como para os jovens que aprenderam que os idosos têm muito para ensinar e que é bom poder contribuir para a sua felicidade. Num momento de reflexão com os jovens, alguns recordaram este momento como muito bom e que gostavam de repetir.

Um aspeto a referir é que das quadro idosas mais regulares no que diz respeito à sua colaboração neste projeto, infelizmente a

D^a Maria dos Prazeres não pode participar no momento dos jogos porque estava com muitas dores no seu pé devia a um problema que tem neste local. Contudo juntou-se ao grupo de idosos e colaboradoras que assistiram ao momento musical.

Numa apreciação global deste dia é possível afirmar que o facto de haver um tempo para cada grupo dar algo para o outro acrescentou valor a este dia. Deixando de ser apenas uma atividade preparada para eles passando a ser uma atividade preparada com eles.

Um outro interessante para reflexão foi a forma como o Lar recebeu este grupo. Para além de fornecerem os materiais necessários para o trabalho da manhã, foram mais além preocupando-se em agradecer através da oferta de sobremesas, lanche e gelados. Este gesto, unido aos discursos positivos de vários idosos e colaboradoras fez com que o grupo de jovens se sentisse valorizado pelo seu trabalho.

Em relação aos idosos, tantos os do LSP como os que foram convidados da outra valência reforçaram o impacto que este dia teve através dos seus discursos entusiastas. Um exemplo foi que alguns idosos da outra valência, ao ouvirem o que os que participaram contavam, sentiram pena por terem escolhido não ir participar.

APÊNDICE W: ESQUEMA DA AÇÃO II – MINHA CASINHA, MEU LAR

minha Casinha, meu Lar	
Descrição	A ideia desta ação desmistificar a noção de institucionalização através da identificação e reconhecimento de espaços significativos na nova residência
Objetivo Geral	Combater o sentimento de tristeza do idoso, através da desconstrução da ideia de institucionalização
Objetivos específicos	- Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso
Atividades	
Nome	Descrição
Vamos dar uma voltinha	Levar os idosos às freguesias onde moravam. Durante o passeio o idoso partilha as suas histórias e mostra os lugares significativos para si.
Um olhar, uma fotografia	Esta é uma atividade em que os idosos escolhem um ou dois dos lugares significativos durante a atividade descrita em cima, e outra num lugar significativo na nova residência
minha Casinha, meu Lar Exposição	Os idosos preparam a exposição em que se encontram expostas as fotografias que tiraram com as respetivas legendas que explicam o que sentem e como vivem (ou viveram) esse lugar
À distancia de um clique	É uma atividade pensada para os idosos que têm os seus familiares no estrangeiro. A ideia centra-se na criação de mais uma forma de encurtar as distâncias através de uma videochamada.
Calendarização	
Cancelada	

APÊNDICE X: PLANIFICAÇÃO DA ATIVIDADE VAMOS DAR UMA VOLTINHA

Vamos dar uma voltinha	
Ação	2
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Valorizar as experiências do idosos - Levar o idosos a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso
Data e hora de realização	-----
Local	As respetivas freguesias dos idosos
Recursos Materiais	Veiculo do LSP
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural
Descrição	<p>Fazer uma lista dos idosos que desejam participar.</p> <p>Elaborar um plano de forma a agrupar os idosos conforme a sua freguesia e organizar as saídas.</p> <p>Fazer as visitas às freguesias e incentivar os idosos a partilharem as experiências vividas nesses espaços.</p>

APÊNDICE Y: PLANIFICAÇÃO DA ATIVIDADE UM OLHAR, UMA FOTOGRAFIA

Um olhar, uma fotografia	
Ação	2
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Valorizar as experiências do idosos - Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso
Data e hora de realização	-----
Local	As respetivas freguesias dos idosos, espaço interior e/ou exterior do LSP
Recursos Materiais	Máquina fotográfica
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural
Descrição	Nesta atividade o idoso é desafiado a registar em fotografia um espaço ou (mais) que seja significativo para si na sua freguesia e outra no Lar.

APÊNDICE Z: PLANIFICAÇÃO DA ATIVIDADE MINHA CASINHA, MEU LAR – EXPOSIÇÃO

minha Casinha, meu Lar – exposição	
Ação	2
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Contribuir para que o idoso reconheça as suas aptidões e as coloque em prática - Valorizar as experiências do idosos - Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso - Fortalecer as relações entre colegas aumentando o conhecimento intergrupar
Data e hora de realização	-----
Local	Espaço interior do LSP
Recursos Materiais	Fotografias tiradas pelos idosos, placares, materiais de trabalhos manuais
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural
Descrição	<p>Nesta atividade é proposto aos idosos que criem uma exposição fotográfica em que relevem as fotografias tiradas nas sua freguesias e no lar dos seus lugares preferidos e que façam uma pequena descrição onde relevem o porquê de escolherem aquele lugar e do porquê que gostam. O objetivo é desmistificar da ideia negativa e pesada da institucionalização e mostrar que, esta, tem lados positivos.</p> <p>Para a realização desta exposição, é proposto que os idosos elaborem os vários materiais para a exposição (publicidade,</p>

convites, placard, etc). Assim como a montagem da exposição, a preparação do lanche oferecido na abertura e do momento de abertura.

APÊNDICE AA: PLANIFICAÇÃO DA ATIVIDADE À DISTÂNCIA DE UM CLIQUE

À distância de um clique	
Ação	2
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idoso a sentir-se útil - Valorizar as experiências do idosos - Levar o idosos a expressar-se quanto ao que sene, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso
Data e hora de realização	-----
Local	Sala de atividades do LSP
Recursos Materiais	Computador
Recursos Humanos	Animadora Sociocultural Diretora Técnica
Descrição	<p>Esta atividade é necessário elaborar uma lista de idosos que estejam interessados em participar. Comunicar com os familiares e averiguar se estes estão disponíveis ou não.</p> <p>Elaborar uma escala em articulação com os horários dos familiares, o número e a disponibilidade dos idosos e a disponibilidade da Animadora Sociocultural para dar apoio.</p> <p>Elaborar o workshop “É só um clique - introdução ao uso do Skype” direcionado aos idosos.</p>

APÊNDICE AB: ESQUEMA DA AÇÃO III – FAZES A DIFERENÇA

Fazes a diferença	
Descrição	Como o próprio nome indica, esta ação é a soma de várias atividades intencionalmente programadas para a consciencialização do valor que cada colaboradora tem com elemento da equipa do LSP
Objetivo Geral	Desenvolver a unidade entre colaboradoras, através da valorização pessoal e consolidação das relações interpessoais
Objetivos específico	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para que a colaboradora se sinta valorizada como elemento pertencente à equipa do LSP - Levar a colaboradora a reconhecer a existência de diferentes formas de estar, ser e fazer num olhar de inclusão e entreajuda - Fortalecer as relações entre colegas aumentando o conhecimento intergruppal
Atividades	
Nome	Descrição
Obrigado	Preparação de lembranças e postais em que os idosos relatam o que pensam sobre o trabalho da colaboradora e agradecem por isso
2 dedos de conversa	Criação de pequenos momentos para socialização como: <ul style="list-style-type: none"> - a tarde da jardinagem - a exposição minha Casinha, meu Lar (cancelada) - a festa de despedida
Quem sou eu?	Jogo do amigo secreto, com um desafio por semana
Calendarização	

31. Maio	Confeção das lembranças feita pelos idosos – Obrigado
6. Junho	Confeção das lembranças feita pelos idosos – Obrigado
7. Junho	Confeção das lembranças feita pelos idosos – Obrigado
25. Junho	Entrega das lembranças às colaboradoras – Obrigado
26. Junho	Foi afixado as regras e a ficha de inscrição do jogo do amigo secreto – Quem sou eu?
27. Junho	Tarde de jardinagem – 2 dedos de conversa Foi entregue às colaboradoras o broche em flor que os idosos fizeram
2. Julho	Início do jogo do amigo secreto – Quem sou eu? Desafio 1
9. Julho	Desafio 2
16. Julho	Desafio 3
23. Julho	Desafio 4
30. Julho	Dia de revelação dos amigos secretos – Quem sou eu? Reunião de avaliação Festa de despedida

APÊNDICE AC: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA ATIVIDADE OBRIGADO

Obrigado	
Ação	3
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Levar o idosos a sentir-se útil - Contribuir para o reconhecimento do idoso das suas aptidões e colocá-las em prática - Valorizar as experiências do idoso - Levar o idoso a expressar-se quanto ao que sente, pensa e acredita - Criar espaços de partilha para o idoso - Contribuir para que a colaboradora se sinta valorizada como elemento pertencente à equipa do LSP
Data e hora de realização	31. Maio -> 11h30 – 13h 6. Junho -> 15h – 17h40 7. Junho -> 14h30 – 18h30
Local	Sala de atividades do LSP
Recursos Materiais	168 espátulas médicas, 42 corações, 42 cartões, 42 mensagens, autocolantes para enfeitar, cola e fita branca
Recursos Humanos	Idosos Diretora Técnica
Descrição	A ideia central da presente atividade é que as colaboradoras se sintam valorizadas pelo trabalho que fazem no LSP. Aproveitando os elogios que os idosos fizeram sobre o Lar e sobre as colaboradoras (no geral), estes irão elaborar uma lembrança onde exprimem o que acham de bom sobre a colaboradora, agradecendo pelo seu trabalho.
Desenvolvimento	→ <u>Dia 31 de Maio</u>

Antes de começar a investigadora fez a contextualização da atividade, lembrando os discursos dos idosos de que gostam das pessoas que trabalharam no LSP e que revelam que se sentem bem cuidados.

Neste dia, a D^a Rosa, a Sr^a Joana, a D^a Maria dos Prazeres começaram a atividade a recortar os corações e a colar as espátulas. De seguida juntou-se a D^a Fátima que cortou as fitas. Juntas colaram as fitas começaram por enfeitar já algumas lembranças.



→ Dia 6 de Junho

Neste dia a atividade centrou-se mais na decoração dos quadros e elaboração e escrita dos postais. Para estas tarefas contou-se com a presença da D^a Rosa, da Sr^a Joana, da D^a Maria dos Prazeres e da D^a Fátima.



	<p>→ <u>Dia 7 de Junho</u></p> <p>Neste dia terminou-se a confeção das lembranças com a escrita do resto dos postais e com a elaboração das lembranças que faltavam. Neste momento houve a participação da D^a Rosa, a D^a Maria dos Prazeres, a Sr^a Joana e da D^a Fátima.</p> <p>→ <u>Dia 25 de Junho</u></p> <p>Este foi o dia de dar as ofertas às colaboradoras. Desta forma a Diretora Técnica convocou uma reunião com todas as colaboradoras no local habitual e depois de fazer uma reunião breve, levou-as para a sala de atividades onde estavam já os idosos preparados com as lembranças para oferecer.</p> <p>A investigadora contextualizou este momento e depois as idosas foram chamando as colaboradoras uma a uma para dar a lembrança. No fim de todas as colaboradoras presentes terem recebido a sua oferta, abriram viram o que quera e partilharam para o grupo o que estava escrito no seu postal.</p> <p>No final as colaboradoras foram abraçar as idosas que elaboraram as lembranças e pediram para estas assinarem no coração ou no postal.</p>
Reflexão	<p>→ <u>Dia 31 de Maio</u></p> <p>A atividade neste dia foi mais curta, pois era feriado e de manhã houve uma missa, com a qual a investigadora não estava a contar. Até porque no dia anterior perguntou se iram fazer alguma coisa de especial e não foi referida a missa de manhã. Não sendo vista, esta situação como um constrangimento, mas sim como um ponto de refletir que devido ao facto da investigadora ser de fora à cultura minhota e também da</p>

religião predominante na área é necessário da parte da mesma uma maior pesquisa e cuidado na marcação da atividade. Contudo, depois da missa os idosos foram convidados para a atividade, havendo então a participação de quatro senhoras.

Antes da atividade a investigadora mostrou uma lembrança já concluída procurando a aprovação das idosas, que revelaram-se entusiasmadas e empenhadas na realização da mesma.

Já próximo do final várias trabalhadoras aproximaram-se da mesa para ver o que estávamos a fazer e começaram a questionar o que era, para quê que servia, entre outras coisas. Foi interessante ver a reação das idosas, pois com um sorriso maroto esquivavam-se das respostas, mantendo-se fieis ao que tinham combinado com a investigadora (que seria o “nosso” segredo).

→ Dia 6 de Junho

Durante esta atividade, a investigadora foi incentivando, sem sucesso a participação de outros idosos. Procurou também saber o que gostavam de fazer, mas não teve muitas respostas. Apenas diziam, de forma simpática, que não queriam fazer nada.

No que diz respeito às tarefas colocadas pela atividade, percebeu-se pelos discursos das idosas que estão animadas com a tarefa de oferecer uma lembrança aos trabalhadores.

Na tarefa da escrita, a D^a Maria dos Prazeres apesar de escrever não o quis fazer dizendo que não gostava da sua letra, contudo ficou a cuidar dos cartões para que a D^a Rosa e a Sr^a Joana escrevessem.

Ao longo do processo de escrita, foi notório uma mudança

de atitude das idosas, no início mostravam-se mais inseguras e no fim já não procuravam a aprovação da investigadora. Um outro aspeto interessante foi a D^a Rosa, apesar de nunca ter ido à escola e ter aprendido “as letras e os números” (como diz) com as filhas, revelou um processo de escrita mais criativo dando um pouco de si ao que escrevia.

→ Dia 7 de Junho

Durante a atividade várias trabalhadoras iam ver e comentavam que achavam muito bonito o que as idosas estavam a fazer e isto refletiu-se na forma cuidadosa e aplicada que cada idosa trabalhava.

Enquanto falávamos sobre estas lembranças a D^a Maria dos Prazeres teve a ideia de ser feita uma reunião com as colaboradoras e que a investigadora entrega-se lá as prendas. A mesma disse que era uma boa ideia, mas que não seria ela a entregar as prendas, mas sim as idosas que as fizeram. A idosa ficou com um misto de apreensiva por “não poder entrar nas reuniões”, mas também animada.

→ Dia 25 de Junho

Este dia foi muito interessante ao ver a reação das colaboradoras em receber a lembrança e a das idosas a darem essas lembranças.

No final, o facto das colaboradoras pedirem para que as idosas que elaboraram as lembranças assinassem o seu nome no coração mostrou por um lado o valor que deram aqueles presentes simbólicos, tornando-os especiais para si e por outro lado valorizaram os gesto das idosas.

A reação das idosas revelou a satisfação de também um

sentimento de valorização pelo que fizeram. Nos dias seguintes as idosas preocuparam-se em entregar as lembranças que não forem entregues neste momento e ao falar sobre ele, no seu discurso, sempre acompanhado de um sorriso referiam-se à satisfação que tiveram ao dar aquelas lembranças e ao ver o sorriso na cara das colaboradoras. Como disse a D^a Maria dos Prazeres: “Eu fiquei feliz só de vê-las a sorrir”.

Vários dias depois, as colaboradoras ainda falaram com a investigadora referindo a importância que aquele momento teve para elas: “Gostei muito da lembrança. Foi muito bom.” (uma das Ajudantes de Lar).

Desta forma pode-se assumir que esta atividade contribuiu para o cumprimento dos objetivos associados tanto aos idosos como às colaboradoras.


APÊNDICE AD: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA ATIVIDADE QUEM SOU EU?

Quem sou eu?	
Ação	3
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para que a colaboradora se sinta valorizada como elemento pertencente à equipa do LSP - Levar a colaboradora a reconhecer a existência de diferentes formas de estar, ser e fazer num olhar de inclusão e entreajuda - Fortalecer as relações entre colegas aumentando o conhecimento intergruppal
Data e hora de realização	Desde o dia 1 a 29 de Julho 30 de Julho -> 15h00
Local	Sala usada pelas colaboradoras Salão da cave
Recursos Materiais	Folhas de papel A5, envelopes, canetas e cesta do correio
Descrição	Esta atividade é baseada no jogo do Amigo Secreto, com a variante da existência de desafios que devem de ser concluídos . Por fim a revelação é feita através de um pequeno jogo.
Desenvolvimento	<p>→ <u>Dia 26 de Junho</u></p> <p>Neste dia foi posto na área das informações para as colaboradoras um papel com um convite e uma explicação de como seria o jogo (imagem que se encontra a seguir), assim como a folha para a inscrição. Neste mesmo dia e nos seguintes a investigadora, falou com as colaboradoras que se</p>

→ Dia 2 de Julho

Neste dia foi colocado na sala das colaboradoras um cesto para a troca da correspondência, um pote com os nomes inscritos na folha, um cesto com os papéis e com os envelopes e também um outro pote com as canetas. Assim como o primeiro desafio.

O jogo iniciou com 15 participantes.




DESAFIO 1

Escreve uma carta em que mencionas 5 qualidades da pessoa que te calhou

→ Dia 9 de Julho

Foi colocado o segundo desafio. Ao longo da semana anterior, depois de verem como é que o jogo funcionava entraram mais colaboradoras, fazendo um total de 21 mulheres participantes, incluindo a investigadora.



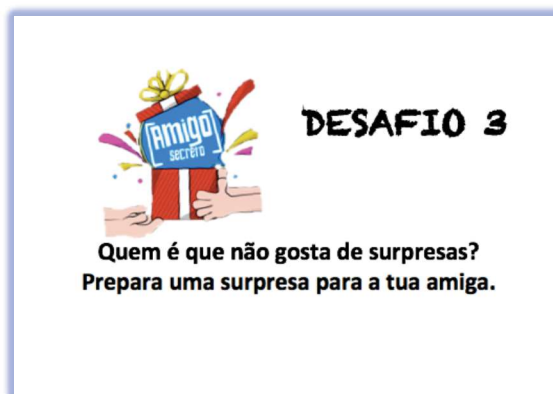
DESAFIO 2

“Quem sou eu” – Vamos ver o quanto a tua amiga conhece os idosos. Elabora algumas adivinhas para ver se a tua amiga advinha de quem estás a falar.

(Por exemplo: Sempre sentadinha no meu canto, faço meias que são um espanto.)

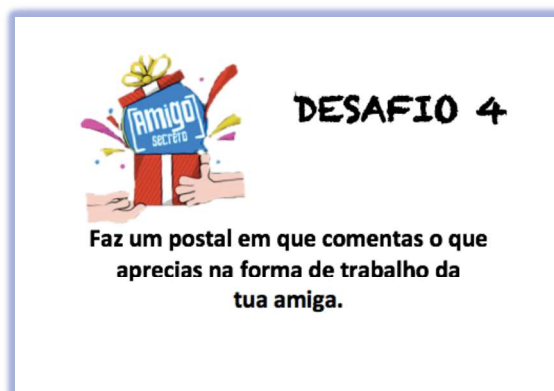
→ Dia 16 de Julho

Foi dia de trocar para o terceiro desafio. Algumas colaboradoras com quem a investigadora se cruzou revelaram que o jogo teve um impacto muito positivo, pois as participantes têm andado entusiasmadas para descobrir de quem recebem as cartas e curiosas para saber o que as outras recebem. Desta forma o jogo ganhou mais espaço nas conversas entre colegas.



→ Dia 23 de Julho

Foi colocado o ultimo desafio. Em troca de palavras com algumas colaboradoras percebeu-se que o entusiasmo continuava e que estavam ansiosas em saber o próximo desafio para enviarem as cartas.



→ Dia 30 de Julho

Foi o ultimo dia do jogo. Em vez deste momento ser só de dizer o nome da pessoa para qual se escrevia foi planeado fazer um pequeno jogo em a pessoa não diria o nome, mas sim fazia uma descrição dessa pessoa e o restante grupo teria que adivinhar. O interessante é que no dia esta proposta da investigadora não chegou a ser feita ao grupo, porque o próprio grupo propôs fazer-se desta forma para tornar o momento mais divertido.



Reflexão

Um apeto negativo foi a ausência da investigadora durante este mês. Visto que a esta tinha a obrigação de se encontrar num acantonamento 24h durante o mês de Julho por motivos profissionais, fez com que não tivesse muito tempo disponível para estar no lar e dar um acompanhamento mais próximo á presente atividade. Contudo não quis deixar de a realizar.

Se no inicio esta foi uma atividade na qual a equipa técnica previa uma baixa participação das colaboradoras, pois não tinha um cariz obrigatório ou não traria nenhum beneficio profissional (como por exemplo contar como horas de formação). Esta atividade surpreendeu quando as inscrições

chegaram a 21 colaboradoras. Em relação a este número importante referir que de forma natural houveram várias colaboradoras que ficaram automaticamente excluída porque se encontravam de baixa, logo não iriam ao Lar. E por outro lado, algumas colaboradoras afirmaram que não iriam participar apenas porque iriam estar de férias parte do mês e não queriam prejudicar o jogo, não enviando as mensagens.

No ultimo dia algumas colaboradoras vieram falar com a investigadoras revelando que o jogo foi muito interessante pois descobriram coisas que não sabiam em relação a outras colegas. Como por exemplo: “eu não sabia que ela via isto em mim. A minha amiga surpreendeu-me muito.” (D^a Rute); “Esta atividade foi como a outra que a menina fez (referência ao world café). No inicio estava com receio, mas depois gostei muito. Uma pessoa não tem por costume fazer estas coisas e é muito bom. Por mim continuava.” (D^a Cláudia)

Varias colaboradoras afirmaram também que através desta atividade tiveram a oportunidade de conhecer melhor algumas colegas e de reforçar algumas relações de amizade que já tinham.

APÊNDICE AE: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA REUNIÃO AVALIATIVA - COLABORADORAS

Reunião Avaliativa	
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Refletir e avaliar os ganhos pessoais obtidos no projeto - Refletir e avaliar o desenvolvimento do projeto - Avaliar a Interventora
Data e hora de realização	30. Junho -> 14h30
Local	Salão da cave
Recursos Materiais	Folhas de papel A4 e canetas
Descrição	<p>Nesta atividade serão distribuídas uma folha e uma caneta por participante. Esta folha será dividida em quatro áreas e cada área corresponde a uma questão feita pela interventora. As colaboradoras respondem às questões de forma anónima. No fim é feito um pequeno debate sobre alguma questão que as colaboradoras queiram levantar.</p>
Desenvolvimento	<p>Foi dado um papel e uma caneta a cada uma das 13 colaboradoras presentes. Depois a interventora pediu que dobrassem a folha em quatro partes. Após as participantes terem feito esta tarefa foi explicado que iriam responder a quatro perguntas. Uma em cada parte do papel dobrado.</p> <p>Antes de iniciar foi salientado de que este registo seria anónimo, entregue à interventora e que serviria de avaliação do projeto.</p> <p>As perguntas foram:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Após o termino deste projeto sente-se mais valorizada

	<p>enquanto elemento pertencente à equipa do LSP?</p> <p>2. Sente que houve alguma alteração na questão da entreajuda e da compreensão entre colegas?</p> <p>3. Sente que com este projeto houve um crescimento do conhecimento intragrupal?</p> <p>4. O que pensa sobre o impacto do projeto e sobre o desempenho da interventora?</p> <p>Após as colaboradoras terem respondido às quatro questões e entregue as folhas a interventora perguntou se alguém queria fazer algum comentário.</p> <p>A Diretora Técnica comentou que gostou do trabalho feito no projeto e que ele deveria continuar.</p> <p>A D^a Célia revelou que gostou das atividades em que participou e que a fizeram sentir-se bem, pois no World café achava que não era capaz executar a tarefa, mas depois surpreendeu-se a si mesma com o que fez.</p> <p>Visto que as colaboradoras estavam com alguma pressa e mais ninguém quis comentar, passou-se para o momento seguinte que foi a revelação do amigo secreto.</p> <p>Os registos elaborados pelas colaboradoras encontram-se após a reflexão.</p>
Reflexão	<p>Inicialmente esta atividade foi planeada para ser realizada após a revelação do amigo secreto. Contudo o grupo preferiu fazer antes, visto que tinham alguma pressa e queriam ver se mais alguém chegava para a revelação. Como era a maioria que preferia fazer primeiro a avaliação a interventora cedeu.</p>

Após a leitura dos registos, podemos concluir que:

- Em relação à primeira questão, a maioria das colaboradoras afirma que se sentem mais valorizadas enquanto profissionais. Chegando ao ponto de uma afirmar que “Após as primeiras reuniões percebi que todas as colaboradoras de uma forma ou outra têm um sentimento bom por mim.” Para além deste aumento do sentimento de valorização, nesta primeira questão algumas colaboradoras referiram a existência de uma maior compreensão em relação às colegas e um fortalecimento positivo a nível relacional entre colegas afirmando que “Eu sinto que o espírito de equipa melhorou. E sinto que o trabalho é valorizado”.

-Em relação à segunda questão, as opiniões foram mais divididas. De um modo geral todas concordam que houve avanços no que diz respeito à compreensão do outro e da entreajuda (à exceção de uma colaboradora que afirma manter-se “tudo igual”), no entanto, é ainda necessário trabalhar-se estas questões: “Esta questão tem melhorado, mas ainda tem muito a melhorar”, “Infelizmente, ainda há muita incompreensão sobre como cada uma trabalha. Estamos num bom caminho, mas muito longo”. Por outro lado, as restantes afirmam que se sentem mais unidas como colegas, que sentem que compreendem melhor a existência de outras formas de trabalhar e que são compreendidas também: “Ajudou a estarmos interligadas umas com as outras”, “No meu ver depois das sessões acho que de uma forma geral melhorou a interligação”, “sinto que estamos uma equipa mais unida, mais forte e com laços mais sólidos de afetividade”, “ com tudo que fizemos ensinou-me a compreender algumas colegas e senti-me mais motivada entre o grupo”.

- No que diz respeito ao aprofundamento do conhecimento intragrupal a maioria das colaboradoras afirma que com o decorrer das atividades em que participaram houve de facto um aumento nesta área: “Acho que sim, principalmente nas reuniões do início (das atividades realizadas) e com o jogo do amigo secreto que foi feito nas últimas semanas”, “as atividades foram muito importantes para nos conhecermos melhor”, “todas as atividades permitiram sempre um convívio agradável entre toda a equipa, levando cada colaboradora a conhecer e criando laços entre elas”. No entanto existe uma colaboradora que afirma que esta questão ainda deve de ser mais trabalhada, pois afirma a existência de alguma resistência, embora já veja alguns avanços: “Bastante embora não seja o suficiente porque há pessoas que não aderem muito às mudanças”

- Na última questão foi pedida uma avaliação do projeto em geral e da postura da interventora. A maioria das colaboradoras centraram-se mais na figura da interventora, avaliando-a positivamente. A forma como elogiaram a interventora revela que o projeto teve um impacto positivo nas suas vidas como profissionais. Entre estas avaliações destacaram-se três colaboradoras que referenciaram a sua perceção positiva em relação ao projeto: “A tua calma transmitiu-nos muita segurança. Ajudou-nos a interligarmo-nos e a nos aproximarmos”, “A tua vinda para cá, fez com que nos ajudássemos e nos tornássemos mais ligadas e que partilhássemos mais momentos de convívio”, “Achei que foi uma boa iniciativa. Acho que fez que houvesse mais comunicação entre nós. Quanto à Ana é uma pessoa muito boa e deve voltar”

Posto isto, em modo de conclusão é possível afirmar que:

- Em primeiro lugar é necessário admitir que um projeto desta natureza com um prazo tão curto, provavelmente não gerará grandes transformações, pois estamos a falar da mudança de hábitos e de forma de pensar, no entanto, não podemos deixar de afirmar que todos os objetivos a que o projeto se propôs foram trabalhados;
- Tendo por base os registos de avaliação e as conversas intencionais houve de fato um crescimento no que concerne ao sentimento de valorização das colaboradoras participantes enquanto profissionais que pertencem à equipa do LSP;
- Embora de uma forma mais indireta, foi trabalhada a questão do reconhecimento de diferentes formas de estar, ser e fazer numa perspetiva orientada para a entreaajuda. E que esta veio a ter resultados positivos pois a maioria afirmou sentir um aumento da entreaajuda dentro do grupo de colegas;
- Por fim, através dos registos e das conversas tidas pelas colaboradoras foi patente um fortalecimento dos relacionamentos entre as colaboradoras participantes e que este deveu-se ao aumento do conhecimento umas das outras.

De modo geral, é possível afirmar que é necessário um trabalho mais aprofundado nas questões do desenvolvimento da unidade entre colaboradoras, através da valorização pessoal e consolidação das relações interpessoais. Mas tendo em conta as limitações do tempo para execução do projeto e as dificuldade existentes ao longo do desenvolvimento do projeto, este teve um saldo positivo, reconhecendo que existiram de facto mudanças nas áreas a que o projeto inicialmente se propôs a trabalhar.

1- Eu senti-me
motivada e
realizada
muito
entre a equipa
do Lar Soares
ferreira.
E aprendi muito

2- Com tudo
que aqui fizemos
entramos-me a
compreender alguns
colegas e senti-me
mais motivada
entre o grupo.

3- Com tudo
que foi feita
gratificou-me
muito com alguns
colegas e nos
trabalhos de
grupo.

4- A Ana é uma
rapariga muito
competente no trabalho
que faz explica
bem, e muito
animada anda
sempre a sorrir
e isso é muito
bom para eu me
sentir motivada.

①

Sim, faz bem ter
como colaboradora e

②

Sim, ajudam bastante
embora não se pega
~~todo~~ pombo em
prática porque há
pessoas que não
ajudam

③

bastante, embora
não seja o suficiente
porque as pessoas
que não aderem
muita às mudanças

④

faz uma avaliação
muito boa, espero
que continue por
mais algum tempo
para que se dê
continuidade ao
projeto nota

10

3^o

As actividades
de recreação muito
importantes
para nos conhecer
melhor.

4^a

Ótima pessoa
Que se chama Ana
É muito simpática
E sempre sugere

For importante
para compreender
o comportamento e
a natureza de pessoa

2^o

For importante
para compreender
o espírito
de equipa.
É muito agradável
o sempre se for:

10/10

①

- No meu entender, ajuda muito para que as mães tenham mais espírito de equipa.

②

- Ajuda a exarmos inteligências umas com as outras.

③

No meu ver acho que sim. Que há mais ligação entre as colegas

④

- A tua colega transmittiu-mos muito ~~antes~~ segurança. Ajuda-vos a interligar-vos e a nos apoiar-mos

1 - Sim, sinto-me valorizado,
embora por vezes ainda
aqui que o meu
trabalho não seja
valorizado.

2 - Acho q se mantem
muito qd qd
fudo qd qd

3 - Acho q sim, principal-
mente nas reuniões q
foram realizadas no
interio (nas atividades
realizadas) e com o
jogo dos amigos secretos
q foi feito nas ultimas
4 semanas

4 - O teu desempenho
aqui foi uma grande
valia para o lar. Tanto
para os colaboradores,
como para os idosos.
Acho q ã tens nada a
melhor, e tudo para
manter !!
Continua sempre assim
com a tua alegria

1 - Foi realizada a visita na comunidade com ênfase às questões (educação).

3 - Sim, ajudou a conhecer - nos, melhor.

2 - Sim, foi concretizado. Deixamos um curso e várias maneiras de trabalhar.

4 - Achei que foi uma boa iniciativa, acho que ^{foi} que houve mais comunicação entre nós. Quando o Ana é uma pessoa muito boa e dá o melhor.

① * Eu sinto que
espírito de equipa
melhorou.
É sinto que o
trabalho é valorizado

② Sim melhorou
a nós aprendei
a ajudar umas às
outras. - e

③ Sim ajudamos
nos conhecemos
melhor e ~~se~~ ficam
mais unidas.

④ A avaliação da
monitoria é a melhor
pelo simpático disponibi-
lidade e esperamos que
volte o tudo de Deus

✓ Sim em tudo que o profeto
é na pratica muito mais quieto
do que parece ser.

D. Para a quiete estar ligada
mais ^{grada} mais com as outras

3. Afirmação para reconhecer
ou seja conhecer as coisas
de gosto

✓ Ache que a Ana é muito
trabalha com muito talento
e que vai conseguir ir longe
é muito bonita.

30/07/2018

Com a Passagem de Área
por esta resposta social
foi um momento mais quente
para a Equipe que para
os usuários.

Sinto que estamos uma
Equipe mais unida, mais
forte e com laços mais
sólidos de afinidade.
Enquanto Diretora Técnica
tenho e tenho orgulho
em fazer parte desta
Equipe.

Quero agradecer à Área,
pelo incentivo que nos
deu e a todos os colaboradores
que participaram
com animação e dedicação.

①

→ A sensação de urgência
aparece de acompanhar
um papel um pouco
estranho para muitas
pessoas.

②

de meu pai, depois das
seções acho que de
uma forma geral melhora
o interrogatório.

③

Duma forma
geral acho
que sim

④

A tua vida pare
ce, faz com que
nos ajudemos
e nos tornemos
mais ligados e
~~isso~~ que partilhes-
mos mais momentos
de convívio.

3- Síme, seu
divida. Foram
passados momentos
muito agradáveis e
seu seu pai
conheci melhor o mesmo
grupo.

4- Como no fim do
amigo secreto, vou
conheci - ler as 5
qualidades.

- Simpatia
- Simples
- Humilde
- Amigo
- Lealdade

Conheci de se conhecer
Bjs.

2- Está gostando de
melhorado, um
ainda tem muito
a melhorar.

1- Sim, aqui - um
reagido pelas mesmas
razões que me fazem
atendidas.

①

Após as primeiras reuniões percebi que todas as colaboradoras de uma forma ou outra têm um sentimento bom por mim.

②

Infelizmente, ainda há muita incompreensão sobre o trabalho e a forma como está sendo realizado. Estamos num bom caminho, mas muito longo.

③

Todas as atividades permitiram sempre um convívio agradável entre toda a equipe, pensando cada colaboradora a trabalhar com quem e criando laços entre elas.

④

Amor, eis muito especial e tems uma particularidade que toca a criar laços e a incentivar todas as pessoas a participar mas tuas atitudes são. És alegre e os outros abraçam-te e eu também. Serias uma mais (MMA) valia no nosso serviço



- 1 - Eu senti-me valoriz
da porque aprendi mais
e.

3 - com Ajudou-me a
conhecer e a fortalecer
e ter mais amizade
com as minhas colegas

2 - Melhorou no aspecto
de conhecer e perceber
as células diferentes

4 - Para mim a Ana
é muito simpática
muito alegre e foi
muito importante para
toda a casa em si

APÊNDICE AF: PLANIFICAÇÃO E REGISTO DA REUNIÃO AVALIATIVA – RESIDENTES

Reunião Avaliativa	
Objetivos correspondentes	<ul style="list-style-type: none"> - Refletir pessoalmente enquanto participante do projeto - Refletir e avaliar o desenvolvimento do projeto - Avaliar a Interventora
Data e hora de realização	30. Junho -> 18h
Local	Salão de atividades
Recursos Materiais	4 círculos verdes, 4 círculos amarelos, 4 círculos vermelhos e semáforo para a colocação dos círculos
Descrição	Em forma de conversa a interventora fez algumas questões em que cada idosa colocou um círculo no semáforo conforme o que sente e pensa em relação à questão. O círculo verde simboliza que gostou/concordou, o amarelo que gostou/concordou mais ou menos e o vermelho que não gostou/concordou. No fim de cada pergunta é dado espaço às senhoras para fazerem comentários se assim desejarem.
Desenvolvimento	<p>Esta última reunião contou com a presença da D^a Rosa, Sr^a Joana, da D^a Fátima e da D^a Maria dos Prazeres.</p> <p>Foi-lhes explicado como funcionaria a dinâmica do semáforo e de que em cada questão seria dado um tempo para comentarem o porquê da sua escolha.</p> <p>Foram feitas 5 questões:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sentimento de utilidade <p>Todas as senhoras meteram a bolinha verde assinalando que o seu sentimento de utilidade tinha aumentado.</p>

Quando foi pedido que justificassem a sua decisão, uma das idosas respondeu que foi porque tinha gostado das atividades, pois aprendeu coisas novas e que se mantinha ocupada em vez de passar o dia a ver televisão. As restantes idosas afirmaram sentir o mesmo.

2. reconhecimento e prática das aptidões do idoso

A esta questão todas as idosas colocaram uma bolinha verde no semáforo. Não querendo comentar, passamos para a questão seguinte.

3. Sentiram-se valorizadas

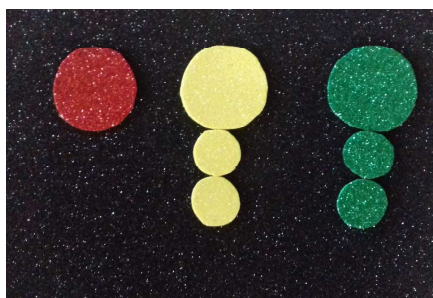
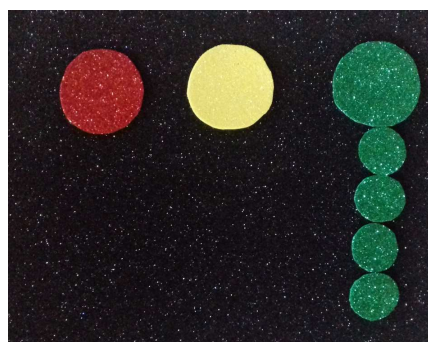
As quatro mulheres responderam afirmativamente colocando a bolinha verde. Depois uma das senhoras respondeu que gostavam das atividades, que era positivo ver o resultado do seu trabalho e que este sentimento acrescia quando o trabalho era elogiado. As restantes senhoras concordaram com a idosa.

4. Sentiram que durante as atividades tiveram oportunidades para expressarem o que sentiam, darem opiniões e que essas sugestões eram valorizadas?

A esta questão duas idosas colocaram a bolinha no verde e outras duas no amarelo. No momento da partilha uma das idosas que colocou a bolinha no verde afirmou que sentia que podia dar a sua sugestão e que era ouvida. . Quando foi perguntado à senhoras que o porque de sentirem que foram mais ou menos ouvidas e ou valorizadas em relação à suas opiniões ou expressões, uma das idosas respondeu que se sentia ouvida e valorizada, mas que escolheu o amarelo para não estar sempre a por o mesmo. A outra idosa que pôs o amarelo respondeu que era o mesmo.

5. Qual é a vossa apreciação em relação a todas a atividades que fizemos? E em relação à interventora?

As quatro idosas puseram a bolinha verde. No momento do debate elogiaram a interventora e afirmaram que gostaram muito de participar no projeto e de realizar os desafios propostos.



Finalizando a atividade foi feita a despedida, em que a interventora agradeceu a participação de cada uma e terminado este encontro avaliativo.

Reflexão

Este encontro para avaliação ocorreu na sala das atividade a uma hora em que já não se encontrava ninguém. Isso foi bastante benéfico pois permitiu uma maior concentração.

Em relação a este importa referir que a interventora sente, (devido aos seus discursos) que as idosas gostam dela e que querem que tenha sucesso no presente trabalho. Se, por um

lado, este facto é positivo, por outro, tornou-se traiçoeiro, pois não foi possível perceber o verdadeiro impacto do projeto nestas senhoras visto que elas afirmaram várias vezes ao longo do encontro, que “foi tudo muito, bom. Gostamos muito da D^a Aninha”. Claro que não está em causa a veracidade das respostas positivas em relação às questões colocadas, mas não podemos deixar de levantar a questão de até que ponto é que cada idosa sentiu e viveu o que afirmou ou se o que afirmou foi também influenciado pela empatia que sentem em relação à interventora.

Em reflexão sobre este momento avaliativo podemos afirmar que aos cinco pontos de avaliação colocados, que se relacionam com os objetivos de trabalho inicialmente propostos, as idosas responderam de forma bastante positiva, mostrando-se satisfeitas com o trabalho realizado.

Deste modo, tendo em conta esta atividade e as conversas intencionais feitas ao longo do processo, podemos concluir que:

À semelhança da avaliação em relação ao grupo das colaboradoras, é importante assumir as limitações que um projeto desta natureza, realizado num curto espaço de tempo, acarreta. Pois estamos a trabalhar questões mais profundas do que apenas o preencher de horas vazias. São questões e exigem um trabalho de maior profundidade e reflexão;

Segundo o que as quatro senhoras revelaram ao longo do processo do projeto, houve um aumento do seu sentimento de utilidade. O facto de não participarem, apenas, na atividade proposta, mas também na escolha do produto fez com que as idosas sentissem que o seu contributo é mais importante do que apenas estar presente numa atividade.

Em consequência do aspeto anteriormente referido, houve um reconhecimento das suas aptidões, até mesmo da aquisição

de novas aprendizagens, como por exemplo a construção de um produto com materiais com que nunca tinham trabalhado;

- Um outro ponto de reflexão é o sentimento de valorização das experiências vividas por cada uma das senhoras. Segundo o que revelaram cada uma delas sentiu que podia contribuir para o grupo com os conhecimentos que foi adquirindo na sua experiência ao longo da vida;

- Um outro aspeto positivo revelado por estas quatro mulheres foi a progressão que houve na partilha e na expressão em relação ao que era realizado nas atividades. Se no início até uma simples escolha da cor era difícil, pedindo sempre a aprovação da interventora, no fim, várias opiniões eram dadas de forma a enriquecer o trabalho elaborado, mesmo quando estas não eram solicitadas ou incentivadas.

De forma geral é importante admitir que ainda existe a necessidade de trabalhar as questões do sentimento de utilidade, da valorização e da expressão de ideias de forma a consolidar melhor os ganhos obtidos e aprofundar mais estes aspetos. No entanto, tendo em conta as limitações inerentes a este projeto, é possível afirmar, tendo por base os discursos das participantes, que este teve um saldo positivo, contribuindo para dos avanços supra citados.

MM

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

Dezembro 2018